



Online-Lernsystem „Alkohol im Strassenverkehr“
Lektionenvorschlag Nr. 5

Drehstuhl-Übung

Erläuterungen für Lehrpersonen

Bei Sucht Schweiz (vgl. Adresse unten) **kann ein Set Brillen ausgeliehen werden, welche Alkoholwirkungen simulieren.** Ein didaktisches Hilfsmittel zum Einsatz der Brillen wird im Versand mitgeliefert. Die hier vorgestellte Übung ist eine mögliche Ergänzung zum Einsatz der Brillen, kann aber auch als kurze Übung separat durchgeführt werden. Sie imitiert allerdings ausschliesslich die Wirkung von Alkohol auf den Gleichgewichtssinn.

Ziel Mit diesem aktivierenden Umsetzungsvorschlag können die Schülerinnen und Schüler eine Alkoholwirkung imitieren und beobachten, welche Auswirkungen die Veränderung hat.

Ablauf Für die Durchführung der Übungen kann man 2 Gruppen bilden. Die Dauer der Übung hängt mit der Gruppengrösse zusammen. Pro Übung und pro Schüler/-in ist mit ca. 5 Minuten Durchführungszeit zu rechnen.

Posten 1: Drehstuhl-Übung 1: Für diese Übung braucht man einen Drehstuhl und ein flaches, ca. 15 cm breites und 5 Meter langes Brett. Zuerst balanciert jede/-r einmal über das Brett, ohne vorher im Stuhl gedreht worden zu sein. Dann nimmt einer nach dem anderen auf dem Drehstuhl Platz und zieht die Beine an. Andere Schüler/-innen drehen nun den Stuhl ca. 10 bis 15 Mal herum. Die Drehung wird so angehalten, dass der Schüler oder die Schülerin das auf dem Boden liegende Brett vor sich sieht. Nun muss er oder sie aufstehen und über das Brett balancieren.

Posten 2: Drehstuhl-Übung 2: Für diese Übung braucht man einen Drehstuhl und ein paar Gegenstände, die man auf den Boden auslegt. Zuerst hebt jede/-r diese Dinge einfach so vom Boden auf, ohne vorher auf dem Stuhl zu drehen. Anschliessend lässt man sich 10 bis 15 Mal im Stuhl drehen und versucht gleich nachher, die Dinge aufzulesen.

Erlebtes besprechen: Was geschieht? Welche Unterschiede nehmen sie wahr ohne Drehung – mit Drehung? Wie kann das Erlebte auf die Situation „Alkohol im Strassenverkehr“ übertragen werden?

Zeitaufwand Je nach Klassengrösse 2 bis 3 Lektionen

Quellen für Ihre Vorbereitung

- Inhalte des Lernsystems **Alkohol im Strassenverkehr**
- **Im Fokus: Alkohol, illegale Drogen und Medikamente im Strassenverkehr**
- Reihe „Jugendliche und Alkohol“: Heft Nummer 3 **Alkohol im Strassenverkehr – Risiken erkennen und Verhalten anpassen**
- www.fachstelle-asn.ch
- www.bfu.ch/German/strassenverkehr/Seiten/Alkohol.aspx

Rückmeldungen können Sie uns per Mail zukommen lassen an: alkoholimstrassenverkehr@suchtschweiz.ch

Sucht Schweiz
Av. Louis-Ruchonnet 14
Postfach 870
CH-1001 Lausanne
Tel. 021 321 29 11
www.suchtschweiz.ch