

Blickwechsel

In diesem Spiel sollen die Segler*innen bewusst den Blick nach einigen Sekunden wechseln. Zum Beispiel:
Segel → Windfähnchen → Wind → Tonne → Gegner.
Ziel ist es, zu lernen den Fokus zu steuern, bewusst von innen/ eng nach außen und weit.

Fokus

Arbeitsbogen:
Spot an

