

Auswirkungen auf die Fahrtüchtigkeit

Informationen für Lehrpersonen



1/9

Arbeitsauftrag	Die SuS arbeiten in Gruppen und Durchlaufen vier verschiedene Stationen. An jeder Station erleben sie in einem einfachen Selbstversuch oder Rollenspiel, wie Alkohol, Cannabis oder Medikamente die Wahrnehmung und Reaktionsfähigkeit beeinflussen.
Ziel	<p>Sie dokumentieren ihre Beobachtungen und diskutieren die Auswirkungen auf die Fahrtüchtigkeit. Im Anschluss folgt eine vertiefte Reflexion zu Risiken, Verantwortung im Strassenverkehr und Möglichkeiten, sich sicher zu organisieren, wenn Alkohol oder andere Substanzen konsumiert werden.</p>
Material	<p>Die SuS können beschreiben, wie Alkohol, Cannabis und Medikamente die Wahrnehmung, Koordination und Reaktion beeinflussen.</p> <p>Die SuS verstehen, wie diese Effekte zu gefährlichen Situationen im Strassenverkehr führen können.</p> <p>Die SuS reflektieren ihre Verantwortung im Verkehr und entwickeln Handlungsstrategien für den sicheren Heimweg nach einem Ausgang.</p> <p>Die SuS erkennen die Bedeutung von Prävention und verantwortungsbewusstem Verhalten.</p>
Sozialform	GA / PA / EA / Plenum
Zeit	90'

- Zusätzliche Informationen:**
- Alkohol am Steuer:
<https://www.tcs.ch/de/testberichte-ratgeber/ratgeber/unfallursachen/alkohol.php>
 - Drogen am Steuer:
<https://www.tcs.ch/de/testberichte-ratgeber/ratgeber/unfallursachen/drogen-am-steuer.php>
 - Alkohol Vs. Cannabis am Steuer:
<https://www.youtube.com/watch?v=gD492CWEGG0&t=42s>
 - Medikamente am Steuer:
<https://www.bfu.ch/de/ratgeber/medikamente-am-steuer>
<https://www.tcs.ch/de/testberichte-ratgeber/ratgeber/unfallursachen/medikamente.php>

Auswirkungen auf die Fahrtüchtigkeit

Arbeitsmaterial



2/9

Stationenarbeit: Wie beeinflussen Substanzen das Fahren?

Ihr arbeitet in kleinen Gruppen und durchläuft vier verschiedene Stationen. An jeder Station erfahrt ihr, wie Alkohol, Drogen oder Medikamente die Fahrtüchtigkeit beeinflussen. Lest die Anweisungen sorgfältig durch und führt die Aufgaben genau aus. Beobachtet, was passiert, und notiert eure Ergebnisse auf dem Arbeitsblatt.

Zu Beginn bildet ihr Gruppen mit jeweils **drei bis vier Personen**. Jede Gruppe startet an einer anderen Station und bleibt dort etwa **sieben Minuten**. In dieser Zeit führt ihr die vorgegebenen Aufgaben durch und beantwortet die dazugehörigen Fragen. Danach wechselt ihr zur nächsten Station, bis ihr alle vier Stationen absolviert habt.

Übersicht Stationen und Themen

Station	Thema	Lernform	Absolviert
1	Eingeschränkte Reaktion	Reaktionstest	O
2	Verschleierte Wahrnehmung	Parcours und Diskussion	O
3	Müdigkeit im Strassenverkehr	Reaktionsübung	O
4	Klare Entscheidungen in schwierigen Situationen	Rollenspiele	O

Das habe ich gelernt an den Stationen gelernt...

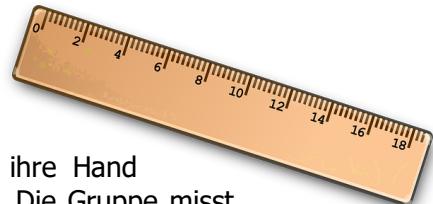
Auswirkungen auf die Fahrtüchtigkeit

Arbeitsmaterial



3/9

Station 1: Eingeschränkte Reaktion



Test 1: Eine Person hält ein Lineal in der Luft. Die andere hält ihre Hand darunter. Sobald das Lineal losgelassen wird, muss sie es auffangen. Die Gruppe misst, bei welcher Zentimeterzahl das Lineal gefangen wurde.

Resultate (cm):

Test 2: Jetzt muss die Testperson sich 5-mal schnell um die eigene Achse drehen (was den Schwindel simuliert, den Alkohol verursachen kann). Danach wiederholt sie den Linealtest.

Resultate (cm):

Vergleich:

Wie hat sich die Reaktionszeit verändert?

Fühlte sich die Testperson unsicher oder schwindelig?

Notiert eure Ergebnisse:

Tauscht nun die Rollen und führt den Test noch einmal durch.

Auswirkungen auf die Fahrtüchtigkeit

Arbeitsmaterial



Station 2: Verschleierte Wahrnehmung



Setzt eine «Rauschbrille» oder eine Sonnenbrille mit Folie auf (sie macht das Sehen unscharf und verzögert Reaktionen).

Slalomlauf: Eine Person geht durch einen kleinen Slalom-Parcours aus Flaschen oder Hütchen.

Durchlaufzeit:

Vergleich: Danach geht dieselbe Person ohne Brille durch den Parcours.

Durchlaufzeit:

Diskussion in der Gruppe:

Wie hat sich das Sehvermögen verändert?

War es schwieriger, sich zu orientieren?

Schreibt eure Beobachtungen auf.

Auswirkungen auf die Fahrtüchtigkeit

Arbeitsmaterial



5/9

Station 3: Müdigkeit im Strassenverkehr

Test 1: Reaktionsspiel

Eine Person hält beide Hände hinter dem Rücken.

Eine andere Person klatscht plötzlich in die Hände.

Die erste Person muss so schnell wie möglich ihre Hand nach vorne bewegen und ein vor ihr liegendes Objekt greifen (z. B. einen Stift).

Zeit messen (Stoppuhr) oder einfach beobachten.



Reaktionszeit:

Test 2: Müdigkeit simulieren

Jetzt macht die Testperson dieselbe Aufgabe, schliesst aber vorher 10 Sekunden die Augen (so wird simuliert, dass Medikamente müde machen oder die Konzentration senken).

Dann muss sie wieder auf das Klatschen reagieren.

Reaktionszeit:

Vergleich: War sie langsamer? Hat sie das Objekt verfehlt?

Gruppendiskussion:

Wie hat sich die «Müdigkeit» auf die Reaktion ausgewirkt?

Warum ist es gefährlich, mit müden Augen oder Konzentrationsproblemen Auto zu fahren?

Schreibt eure Ergebnisse auf.

Auswirkungen auf die Fahrtüchtigkeit

Arbeitsmaterial



6/9

Station 4: Klare Entscheidungen in schwierigen Situationen

Rollenspiel:

Führt die nachfolgenden Situationen als Rollenspiele durch und diskutiert anschliessend die getroffenen Entscheidungen. Sind alle in der Gruppe damit einverstanden?

Situation A

Du bist gemeinsam mit einer Freundin unterwegs in der Stadt.

Deine Freundin hat einen Cocktail getrunken, sagt aber: «Ach, das war kaum Alkohol – ich fahr uns schon heim mit dem E-Scooter.»

Wie geht die Szene weiter?

Situation B

Du fährst bei einem Freund auf dem Roller mit, der völlig überdreht ist und Witze darüber macht, wie schnell er fahren kann.

Wie verläuft die Diskussion, welche die beiden führen?

Situation C

Am Freitagabend nach der Schule habt ihr im Park ein bisschen gefeiert. Jetzt wollen alle nach Hause – mit dem Fahrrad. Du merkst, du bist leicht benebelt, da du ein paar Getränke mit Alkohol konsumiert hast.

Was diskutiert die Gruppen nun untereinander?

Situation D

Du bist als Beifahrerin im Auto von einer älteren Kollegin, die gerade sagt: «Nur ein Bier, das geht noch, oder?».

Wie reagierst du darauf und was antwortet die Fahrerin?

Situation E

Du fährst mit deinem Scooter am Sportplatz vorbei. Dein Freundeskreis hat sich dort getroffen, so dass du dich auch dazu gesellst. Im Verlaufe des Abends wird dir auch ein Joint (Cannabis) angeboten. Da du mit dem Scooter nach Hause fahren willst, lehnst du ab.

Wie reagiert die Gruppe darauf und welche Diskussion entsteht?

Diskussion (alle gemeinsam):

- Welche Situationen sind realistisch?
- Wie schwer fällt es manchmal, Nein zu sagen?
- Warum ist es wichtig, sich vorher schon zu überlegen, was man in solchen Momenten tun würde?

Auswirkungen auf die Fahrtüchtigkeit

Arbeitsmaterial



7/9

Fehlverhalten unter Alkoholeinfluss



Wenn man Alkohol getrunken hat, kann das die Leistung und die Gefühle verändern. Dadurch steigt das Risiko für Unfälle und Probleme im Straßenverkehr.

Ordne nun die Effekte von Alkohol (links) den passenden Problemen oder gefährlichen Verhaltensweisen (rechts) zu, die dadurch entstehen können. (Ein Effekt kann zu mehreren Problemen führen)

1. Gleichgewicht und Bewegung sind gestört.	a. Die Kurve wird geschnitten und es kommt fast zum Unfall
2. Man sieht nur noch, was direkt vor einem ist (Tunnelblick).	b. Jemand fährt in Schlangenlinien
3. Man kann Abstände und Distanzen schlecht einschätzen.	c. Jemand hupt völlig übertrieben, obwohl es keinen Grund gibt
4. Man erkennt die Farbe Rot schlechter.	d. Ein Motorradfahrer fährt ins bremsende Auto vor ihm
5. Die Augen gewöhnen sich schlechter an Licht und Dunkelheit.	e. Beim Einparken kracht es, weil die Person denkt, sie schafft das locker
6. Man reagiert langsamer und ist schnell abgelenkt.	f. Ein Lastwagen, der von rechts kommt, wird übersehen
7. Man denkt, man kann mehr, als man wirklich kann.	g. In der Nacht wird ohne oder mit zu schwachem Licht gefahren
8. Man nimmt mehr Risiken in Kauf.	h. Es wird mit viel zu hoher Geschwindigkeit überholt
9. Man wird hemmungslos oder sogar aggressiv.	i. Eine Mofafahrerin kippt beim Bremsen zur Seite

Auswirkungen auf die Fahrtüchtigkeit

Arbeitsmaterial



8/9

Diskussionsfragen

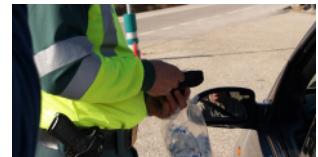
Welches sind die Hauptprobleme, die durch Fahren in angetrunkenem Zustand oder Fahren unter Drogen oder Medikamenteneinfluss entstehen? Lassen sich diese Probleme vermeiden?

Warum kommt es trotzdem zu Fahren in angetrunkenem Zustand?

Was, wenn man im Ausgang Alkohol konsumieren will? Wie kommt man nach Hause?
Wie kann man sich organisieren?

Auswirkungen auf die Fahrtüchtigkeit

Lösungsvorschlag



9/9

Fehlverhalten unter Alkoholeinfluss

1i, 1b, 2f, 3d, 3e, 4d, 5g, 6e, 6d, 7c, 7a, 7h, 8h, 8a, 9c, 9a, 9h

Welches sind die Hauptprobleme, die durch Fahren in angetrunkenem Zustand oder Fahren unter Drogen oder Medikamenteneinfluss entstehen?

Selbstgefährdung, Gefährdung von anderen und die u.U. enormen menschlichen und materiellen Folgekosten eines Unfalls. Die Lehrperson ergänzt, falls nicht alle drei wichtigen Bereiche genannt werden.

Lassen sich diese Probleme vermeiden?

Auf das Alkoholtrinken verzichten, wenn man ein Fahrzeug lenken will und wenn man alkoholisiert ist, das Fahren vermeiden. Man könnte meinen, dass das doch recht einfach umzusetzen wäre...

Deswegen die nächste Frage an die Schülerinnen und Schüler:

Warum kommt es trotzdem zu Fahren in angetrunkenem Zustand?

Mangelndes Wissen oder Fehleinschätzungen, Gruppensituationen, mangelnder Vorausblick, Risikosuche oder Verleugnung von Risiken Um Antworten auf diese Frage zu finden, könnten die Schülerinnen und Schüler auch Interviews machen (z.B. mit Fahrzeugglenkenden, Polizei).

Was, wenn man im Ausgang Alkohol konsumieren will? Wie kommt man nach Hause? Wie kann man sich organisieren? Diskutieren Sie mit Ihren Schülerinnen und Schülern.

Folgende Punkte sollten angesprochen werden:

- Eine Person bestimmen, die nüchtern bleibt und alle nach Hause bringt – dieser Person werden zum Beispiel die Getränke bezahlt (vgl. z.B. www.bemyangel.ch).
- Öffentliche Verkehrsmittel benutzen.
- Sich abholen lassen.
- Sich gemeinsam ein Taxi leisten.

Wenn Ihre Schülerinnen und Schüler Folgendes nicht selbst ansprechen, weisen Sie darauf hin, dass alle diese Lösungen im Vorhinein organisiert werden müssen. Denn ist man einmal alkoholisiert, kann man nicht mehr wirklich verantwortungsbewusst entscheiden. Man überschätzt die eigenen Fähigkeiten und wird risikobereiter.

Sich so abzusichern, bedeutet nicht, dass alles erlaubt ist. Ein Rausch sollte trotzdem auf jeden Fall vermieden werden: Er bedeutet ein Risiko z.B. für Aggressivität und Alkoholvergiftungen.