



Geeignet oder nicht? – Der „Erzi Sensopfad XL“

In unserer Reihe „Geeignet oder nicht?“ nehmen wir regelmäßig psychomotorische Produkte unseres Kooperationspartners „Sport-Thieme“ genau unter die Lupe - vom Aufbau über die Funktion bis hin zur Bespielbarkeit. Heute testen wir den Erzi Sensopfad XL

Kommen wir zunächst zu den technischen Details: In diesem Set sind 9 FüÙe mit unterschiedlichen Materialien und Oberflächen enthalten. Das Trägermaterial / Grundmaterial besteht aus Birkenperrholz. Die unterschiedlichen Oberflächen bestehen aus Birkenperrholz, Buche, Polypropylen, Polyamid, Aluminium, Kork oder einem Antirutschbelag. Sie sind einem Fuß in Schuhgröße 43 nachempfunden. Dadurch können die Fühlelemente von Kindern, Jugendlichen oder Erwachsenen gleichermaßen genutzt werden. Das Material ist schweiß- und speichelecht. Das Set hat ein Gesamtgewicht von 2,21 kg und kann dadurch bequem transportiert werden. Perfekt, ein Beutel ist auch dabei zur Aufbewahrung und zum Transport.

Die Wahrnehmung in Verbindung mit Bewegung ist eines der 12 Kernbereiche, die wir für uns in der dakp festgelegt haben. Eine Förderung der Wahrnehmung erfolgt bei Kindern in besonderer Weise über ihre Bewegung. Je vielfältiger und umfangreicher die Bewegungsangebote sind, desto besser sind auch die Möglichkeiten für eine umfassende Schulung der Wahrnehmung. Eine differenzierte Wahrnehmungsfähigkeit wiederum ist die Voraussetzung für gut koordiniertes und damit sicheres Bewegungsverhalten. Hier zeigt sich die wechselseitige Abhängigkeit von Sensorik und Motorik.

„Ohne Wahrnehmung keine Bewegung, ohne Bewegung keine Wahrnehmung.“ (Viktor von Weizäcker)

Wir Menschen lernen über unsere Sinne. Sie ermöglichen es uns, die für Erfahrungen nötigen Eindrücke unserer Umwelt und unserem eigenen Körper wahrzunehmen und zu verarbeiten. Einer dieser Sinne ist der taktile Analysator oder Tastsinn. Er vermittelt uns Informationen über die Beschaffenheit von Oberflächen, Temperatur, Schmerz, Druck und Berührungen aller Art. Systeme dieser gerade beschriebenen Wahrnehmungen sind die Exterozeptoren (äußere Reizaufnehmer).

Es ist für Menschen jeden Alters toll, Barfuß im Sommer über Moos, Sand, Wasser, Wiese oder anderem Material zu laufen. Der Besuch eines Barfuß-Pfades ist immer wieder ein Erlebnis - wenn man ihn in der Nähe vorfinden kann. Man kann sich aber auch leicht mit einfachen Materialien selbst einen Barfuß-Pfad bauen. Das geht sowohl im Außengelände oder auch im Bewegungsraum. Im Außenraum könnten sich zum Beispiel Blätter, Reisig, Rinde, Sand, Gras, kleine Steine oder Stöckchen eignen. Im Bewegungsraum nutzt man gerne Alltagsmaterial in Form von geknülltem Zeitungspapier, Watte, 30er Eierkartons, Spülschwämmen, kleinen Perlen, Korken, Springseile und vielem anderen mehr. Aber wer räumt hinterher den Bewegungsraum wieder auf? Vor allem, wenn es mal schnell gehen muss? Und das Alltagsmaterial muss erst gesammelt und zusammengetragen werden – puh ...



Schneller geht es dann tatsächlich mit den Teilen aus dem Sensopfad-Set. Schnell ausgelegt, Schuhe und Strümpfe aus und los geht es. Natürlich kann man die „Füße“ auch in kleinen oder großen Bewegungsbaustellen mit verbauen, z.B. um von Station A zu Station B zu kommen. Wie wäre es denn mit der „Reise nach Jerusalem“, aber ohne Stühle, sondern mit „Füßen“? Ist im Spiel ein Fluss zu überqueren, dann eignen sich die „Füße“ als Tritt- oder Fluss-Steine. Im Prinzip können die „Füße“ in ganz vielen Bewegungsspielen mit eingebaut werden. Und wie fühlt es sich an, auf allen Vieren über die „Füße“ zu krabbeln? Können die Kinder beschreiben, wie sich das Material unter den eigenen Füßen anfühlt und an was erinnert es das? Traut sich das Kind, den Pfad mit verbundenen Augen zu gehen? Kann es erraten, welcher Untergrund gerade ertastet wird?

Die „Füße“ haben eine geringe Maximal-Höhe von 2,26 cm, je nach Oberfläche. Daher sind sie auch für ältere oder nicht so mobile Menschen bestens geeignet. Eine Sturzgefahr besteht zunächst einmal nicht. Vielleicht können sich diese Menschen wieder daran erinnern, wie es war, barfuß über Wiesen und Felder zu laufen!?

Das SensoPfad Balance-Set gibt es als Erweiterungsmöglichkeit. Der unter den „Füßen“ befindliche Gummiball verhindert ein Wegrutschen, selbst auf glatten Böden! Ähnlich wie bei einem Therapiekreisel hat man dadurch einen positiven Einfluss auf die Haltungs- und Bewegungskoordination. Dreht man den Ball nach oben, können Teile des SensoPfads zur Dehnung und Kräftigung des Kreuzquergewölbes eingesetzt werden. Die Benutzung kann mit Schuhen, Socken oder barfuß erfolgen.

Unser Fazit: Der Erzi Sensopfad bereitet Menschen in jedem Alter große Freude, die verschiedenen Oberflächen zu fühlen fordert die häufig vernachlässigte Sensorik der Füße heraus. In Kombination mit dem SensoPfad Balance-Set ein absoluter Gewinn für jeden Bereich, selbst im Wettkampf- und Leistungssport. Also insgesamt ideal zur Schulung der Körperwahrnehmung, Gleichgewicht und Tastsinn für jedes Alter. Platzsparend untergebracht und ruckzuck zum Einsatz gebracht – so kann der Sensopfad immer wieder in die Bewegungsstunde integriert werden.

Den Erzi Sensopfad XL gibt es bei unserem Kooperationspartner **Sport Thieme** (sport-thieme.de) unter folgenden Bestellnummern:

- Erzi Sensopfad XL Art.Nr. 2622705

(Bildquellen: Sport Thieme Katalog)

Eure Testerinnen Jana und Petra Kirschke

Quelle:



Kleiner Schratweg 32
32657 Lemgo

Tel. 05261/970970
Fax: 05261/970972

kirschke@dakp.de
www.dakp.de

