



## Geeignet oder nicht?

In unserer Reihe „Geeignet oder nicht?“ nehmen wir psychomotorische Produkte unseres Kooperationspartners **Sport Thieme** genau unter die Lupe – vom Aufbau über die Funktion, Bespielbarkeit bis zum Preis.

Unser heutiges Testprodukt ist der **Softwürfel „Cube“**.

Dieser Würfel hat eine angenehme Größe von 15 x 15 x 15 cm und besteht aus Kunstleder. Gefüllt ist er mit einem weichen Baumwollgewebe (sagt zumindest der Hersteller, wir haben es nicht getestet) und ist dadurch mit 357 g ein ziemliches Leichtgewicht. Die Außenhülle lässt sich gut abwischen und reinigen. Der Softwürfel „Cube“ verfügt über keine aufgedruckten Zahlen.

Lt. Sport Thieme soll sich dieser Würfel aufgrund seiner Eigenschaften zum einen sehr **für die Arbeit im Seniorensport**, also der Arbeit mit älteren Menschen und zum anderen **für das Wurf- und Fangtraining mit Kindern** eignen. Das nehmen wir mal genauer unter die Lupe...

Bei älteren Menschen ist die Beweglichkeit von elementarer Bedeutung. Beweglichkeit ermöglicht selbsttätiges Handeln, z.B. beim Aufstehen, Gehen, Anziehen, Essen und so weiter. Daher sollte man auch bis ins hohe Alter die Beweglichkeit mit Gymnastik fördern. Der „Cube“ ist relativ griffig und kann auch „geknautscht“ werden. Er kann zum Beispiel bei der Stuhlgymnastik gut im Kreis weitergereicht werden. Das einfache Weiterreichen fördert die Feinmotorik und Koordination, bewegt die Schultermuskulatur, die Arme und die Hände. Und wenn man nicht ganz so dicht bei einander sitzt, dann muss man sich gegebenenfalls auch noch recken und strecken – hier wird die Rumpfmuskulatur auch noch in Schwung gebracht. Also bekommt man mit ganz einfachen Mitteln und Übungen fast ein Ganzkörper-Trainingsprogramm.

Verliert man den „Cube“ doch mal aus den Händen, dann kann er nicht weit wegrollen. Sind die Senior\*innen etwas fitter und rüstiger, dann kann der „Cube“ auch zugeworfen werden. Durch seine eckige, griffigere Form lässt er sich besser fangen als ein runder Ball.

### Spiel-Idee „Wo bin ich?“:

Die Senior\*innen sitzen oder stehen im Kreis und geben sich der Reihe nach eine Zahl von der 1 an. Nun gibt oder wirft 1 den Würfel an 2, 2 an 3, 3 an 4, usw. Die Spieler\*innen sollten sich nicht nur ihre eigene Zahl merken, sondern auch, wer die nächsthöhere Zahl trägt. Nachdem man eine Weile den „Cube“ auf diese Weise weiter gegeben / geworfen hat, mischt sich die Gruppe durcheinander. Nun sucht 1 die 2, 2 die 3... Vielleicht dreht man die Reihenfolge auch mal um? 4 spielt die 3 an, 3 die 2, 2 die 1... So kombiniert man Bewegung mit Denken und Merkfähigkeit.

Bei versehentlichen „Körpertreffern“ kann man sich auch nicht verletzen. Er ist – wie gesagt – ein Leichtgewicht, tut nicht weh und kullert auch nicht an unerreichbare Stellen.

Der „Cube“ ist lt. Sport Thieme nicht für Kinder unter drei Jahren geeignet und sollte nur unter unmittelbarer Aufsicht von Erwachsenen benutzt werden. Gut, dann befassen wir uns mit Dreijährigen und etwas älteren Kindern. Kleinere Kinder können den „Cube“ gut greifen und festhalten. Er lässt sich beidhändig besser werfen als ein Ball. Beim Nicht-Fangen besteht nicht das Problem, dass die Kinder hinterherlaufen müssen, da der „Cube“ einfach liegen bleibt. Kleinere Kinder können also hervorragend das Werfen und Fangen üben. Eine Variante wäre das „Zielwerfen“, also das Treffen eines Behältnisses oder Rings auf dem Boden. Da der „Cube“ nicht wegspringen oder kullern kann, ist ein Erfolgserlebnis schnell gegeben. Bei größeren Kindern, die nicht so sicher im Fangen sind, kann der „Cube“ ebenfalls gut statt eines Balles verwendet werden.

#### **Unser Fazit:**

Für die Arbeit mit älteren, nicht so mobilen Menschen und kleinen Kindern ist der „Cube“ aufgrund seiner Händigkeit sehr geeignet. Für andere Altersgruppen aber eher nicht, denn es fehlen Zahlen wie bei einem richtigen Würfel. Würden Zahlen vielleicht bei kleineren Kindern eher egal sein (weil sie Zahlen vielleicht noch nicht kennen) und würden ablenken, so haben sie aber doch einen hohen Aufforderungscharakter.

Den „Cube“ gibt es bei unserem Kooperationspartner **Sport Thieme** (<https://www.sport-thieme.de/>)

unter folgender Bestellnummer: 2979902

(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](http://www.dakp.de)

