

Barfußpfad

Hallo liebe Kinder,

Wenn Ihr im Sommer schon mal mit nackten Füßen herumgelaufen seid, ist Euch doch bestimmt aufgefallen, dass sich dabei nicht jeder Untergrund gleich anfühlt, oder? So fühlt sich Stein z.B. meistens sehr rau und hart an, während sich Rasen sehr viel nachgiebiger und weicher anfühlt.

Um diesem Phänomen auf den Grund zu gehen habe ich Euch hier eine Anleitung mitgebracht, wie ihr zuhause ganz leicht einen eigenen Barfußpfad mit verschiedenen Materialien herstellen könnt.

Anleitung

1. Sammelt zunächst auf einem gemeinsamen Spaziergang mit Euren Eltern verschiedene Naturmaterialien. Hier eignet sich nahezu alles, was Ihr auf dem Weg finden könnt, wie kleine Stöcke, Steine, Blätter, Gras, Moos, Sand o.ä.
2. Verstaute die gesammelten Materialien in verschiedenen Beuteln und nehmt sie mit nach Hause.



3. Zuhause könnt Ihr die Materialien direkt in Form eines langen Pfades auf den Boden legen, wenn Ihr zum Beispiel einen Garten habt.
Ihr könnt sie aber auch in verschiedene Behälter (z.B. flache Tupperdosen oder Auflaufformen) platzieren und diese dicht hintereinanderstellen. Achtet nur darauf, dass die Behälter das Gewicht auch aushalten. So könnt Ihr Euren Barfußpfad an jedem beliebigen Ort aufbauen und schnell wieder abbauen.
4. Ist Euer Pfad fertig, heißt es Schuhe und Socken ausziehen und los geht`s!
5. Lasst Eure Eltern gerne notieren, wie sich die unterschiedlichen Materialien jeweils für Euch anfühlen.
Als kleine Herausforderung könnt ihr auch blind über den Pfad gehen und dabei erraten, auf was ihr gerade lauft.