YoungstarsWiki.org

INGEDIEND DOOR
Irmgard

ON
06-04-2016

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

X-Athlon



Een X-Athlon biedt een antwoord op de vraag: hoe kun je groepen kinderen op een uitdagende en afwisselende manier bezig houden zonder al te veel materiaal te hoeven aanschaffen?

X-Athlon – offroad-groepswedstrijd

Een X-Athlon biedt een antwoord op de vraag: hoe kun je groepen kinderen op een uitdagende en afwisselende manier bezighouden zonder al te veel materiaal te hoeven aanschaffen? De voorgestelde opzet houdt in dat verschillende groepen de voorbereide stations op verschillende tijdstippen doorlopen. Sommige opdrachten moeten alleen worden opgelost (onder toezicht), andere worden beoordeeld.

Elke groep (twee tot zes spelers) krijgt een eigen volgorde voor het afwerken van de posten. Dit kunnen posten zijn die de kinderen zelf moeten tellen of die eventueel onder toezicht van een leerkracht worden gecontroleerd. Na het voltooien van elke opdracht moet de groep zich bij het centrum melden en de resultaten in het overzicht vastleggen. Het doel is ook om alle posten zo snel mogelijk af te werken. Op deze manier kunnen de groepen waardevolle punten verdienen voor de eindbeoordeling. Aan het einde wordt alles beoordeeld (het werk bij de stations en de tijd).

Opmerking: Het is een voordeel als de deelnemers de opdrachten al kennen. Dit voorkomt misverstanden bij de opdrachten die zelfstandig moeten worden opgelost.

Voorbeelden van een X-Athlon

Puzzelestafette

Alle groepen starten bij dit punt. Eén groepslid rent erheen en pakt een van de puzzelstukjes op die met de afbeelding naar boven zijn neergelegd. Vervolgens is het volgende groepslid aan de beurt en pakt het volgende stukje. De puzzel wordt op een kartonnen doos in elkaar gezet.

Kleine oriëntatieloop

Op een kaart zijn acht posten aangegeven. Alle posten moeten worden aangedaan. De nummers en het woord dat bij de post wordt gevonden, worden genoteerd. Uiteindelijk wordt er een oplossing samengesteld.

Klimmen

Notitiebriefjes, gebundeld tot puntenpakketten, worden op verschillende hoogtes aan bomen opgehangen. Elk groepslid klimt twee keer en bepaalt zijn of haar mogelijke score door een scorebriefje af te scheuren. Het puntentotaal wordt vervolgens op de poster genoteerd.

Doelwerpen

20 werpvoorwerpen (elk vijf dennenappels, stenen, houten stokjes en tennisballen) worden gelijk verdeeld onder de groepsleden. Vanaf de werplijn wordt er op het doel geworpen. Het aantal treffers wordt op de lijst genoteerd.

Mountainbike-cross

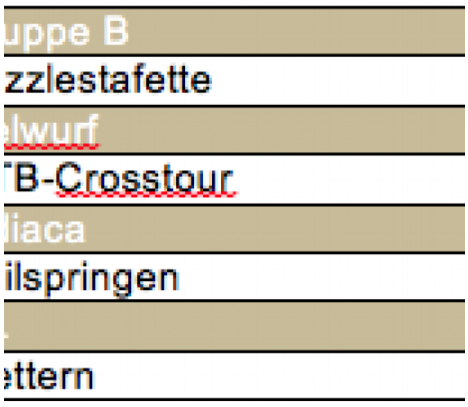
Na elke ronde moet een andere persoon het parcours afleggen, totdat iedereen het eenmaal heeft gereden (als groep moeten er zes ronden worden afgelegd). Het totale aantal wordt genoteerd.

Indiaca

Binnen twee minuten moeten zoveel mogelijk passes over een strak gespannen lijn worden gespeeld. Het aantal passes wordt genoteerd.

Touwtjespringen

Hoeveel sprongen kan de groep samen maken binnen twee minuten? Het aantal keren dat de groep touwtje springt, wordt op de poster genoteerd



X-Athlon

Bronvermelding:

Inhoud: Patrik Lehner, sportleraar, Y+S-vakdocent "kampsporteren/trekking" en docent aan het Instituut voor Sport van de Universiteit van Bazel "mobile" BASPO, Magglingen

auteursrecht: www.mobile-sport.ch

Tekeningen: Leo Kühne

Weitere Informationen

Categorieën
Spelletjes en activiteiten

Tags
Groepsprogramma
Kinderen
Spelidee
Geen voorbereiding
Afwisselend

Aantal deelnemers
1–20
20–30
30 – 100

Bijbel
Deze informatie ontbreekt.

Materiaal
Bijna moeiteloos

Bestanden downloaden
Bestand downloaden

KI Generierter Inhalt
Inhoud
Categorieën
Tags
Aantal deelnemers
Bijbel
Materiaal

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/nl/wiki/art/x-athlon