

Team ski 's is een ludieke activiteit waar coördinatie en teamwerk vereist wordt.

De ski's zijn 2,5m lang en 15 cm breed. Ze worden gemaakt van zeer sterk vinyl, vergelijkbaar met turnmatbekleding.

5 paar koorden worden gelijkmatig over de lengte verdeeld en stevig bevestigd. Hierdoor kunnen er 5 deelnemers tegelijkertijd deelnemen.

Een bevestigingsring aan de uiteinden maakt het ook mogelijk meerdere ski's aan elkaar vast te maken zodat het aantal deelnemers verdubbeld kan worden.

VOORDELEN



- Teamski's is een uitstekende motorische- en coördinatieactiviteit die de teamgeest bevordert.
- Het vraagt een synchrone beweging van de 5 personen, kinderen of volwassenen.
- Veel lichter en veel handelbaarder dan de houten versie, het comfort is ook beter zodat men makkelijker kan draaien en vooruitkomen.
- Makkelijk op te bergen en te vervoeren in een kleine transportzak.
- Zowel binnen als buiten op gras te gebruiken.
- De stof is resistent en makkelijk te reinigen met water.

SPELVORMEN

Vijf personen gebruiken de teamski's om van het ene punt naar het andere te "reizen". Niemand mag tijdens het traject met zijn voeten de grond raken.

Heen en weer :

Er wordt voorwaarts een bepaalde afstand afgelegd om vervolgens achterwaarts terug te keren.

Zijwaartse voortzetting :

De groep verplaatst zich van links naar rechts en weer terug.

Koers :

Maak twee teams. Laat elk team een 10 -tal minuten oefenen om de techniek onder de knie te krijgen.

Organiseer een wedstrijd en kijk welk team de beste techniek heeft ontwikkeld om vooruit te komen.

Parcours :

Maak een obstakel parcours waar de teams zo snel mogelijk doorheen moeten. Na oefening opnieuw uitvoeren maar dan met tijdsmeting.

Schoolbus :

Begin het spel met een team van 5.

Onderweg stappen een paar leerlingen af om vervolgens anderen weer op te pikken zoals een schoolbus. Dit kan later dan ook met tijdsmeting gebeuren.

Omgekeerd :

Drie personen van hetzelfde team gaan tegenover 2 anderen staan.

Als de eerste 3 vooruit moeten zijn de andere 2 verplicht achteruit te bewegen. Een gedeelte van de groep beweegt dus altijd tegen de richting in om samen vooruit te komen.

Zonder handgreep :

Wanneer er tijdens een activiteit een handkoord de grond raakt mag deze niet meer worden gebruikt . De speler die zijn koord verloren heeft zal het moeilijker hebben om zijn evenwicht te bewaren en zal het zo ook moeilijker voor zijn hele groep maken.

Tennisballen laten meereizen :

Plaats 1 of meerdere tennisballen in de ski's . De bedoeling is de tennisballen naar een bepaald punt te brengen zonder ze onderweg te verliezen of aan te raken.

Eens het punt bereikt is probeert men ze bijvoorbeeld in een hoepel te laten rollen (nog steeds zonder handen). Het team dat de meeste tennisballen in de hoepel krijgt is dan de winnaar.

VEILIGHEIDSVOORSCHRIFTEN

- a)** Let op het domino-effect: laat de leerlingen geconcentreerd aan de oefening beginnen. Wanneer er iemand valt leidt dit vaak tot een val van de anderen.
- b)** Leer de groep om hun bewegingen te coördineren en samen te lopen. De aanvoerder van de groep of de hele groep telt 1-2-3 linker been, 1-2-3 rechter been, zodat iedereen op hetzelfde moment het goede been optilt.
- c)** Het verplaatsen wordt moeilijker naarmate het aantal deelnemers toeneemt. Een groter aantal mensen vereist een grotere concentratie en een betere communicatie om het evenwicht goed te behouden.
- d)** Om deze activiteit goed te kunnen uitvoeren moet er op hetzelfde ritme gewerkt worden.