YoungstarsWiki.org

SUBMITTED BY
Irmgard

ON
06.04.2016

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

X-Athlon



„X-Athlon“ sniedz atbildi uz jautājumu: kā nodarbināt bērnu grupas, neizmantojot pārāk daudz materiālu, taču vienlaikus nodrošinot izaicinošas un daudzveidīgas aktivitātes?

X-Athlon – grupu sacensības bezceļu apstākļos

X-Athlon sniedz atbildi uz jautājumu: kā iesaistīt bērnu grupas izaicinošā un daudzveidīgā veidā, neizmantojot pārāk daudz materiālu? Ierosinātā forma paredz, ka dažādas grupas sagatavotos posmus veic dažādos laikos. Atsevišķus uzdevumus ir tikai jāatrisina (ar kontroli), bet citi uzdevumi tiek novērtēti.

Katra grupa (no diviem līdz sešiem dalībniekiem) saņem savu posmu izpildes secību. Tie var būt posmi, kurus dalībniekiem jāskaita pašiem vai kurus, iespējams, uzrauga skolotājs. Pēc katra uzdevuma izpildes grupai jāatskaitās centrā un jāreģistrē rezultāti organizācijas tabulā. Mērķis ir arī pēc iespējas ātrāk iziet visus posmus. Tādējādi grupas var iegūt vērtīgus punktus galīgajam vērtējumam. Nobeigumā tiks novērtēts viss (uzdevumu izpilde un laiks).

Piezīme: ir priekšrocība, ja dalībnieki jau iepriekš zina uzdevumus. Tas ļauj izvairīties no pārpratumiem saistībā ar uzdevumiem, kas jāveic patstāvīgi.

X-Athlon piemēri

Puzles stafete

Visas grupas sāk pie šī posteņa. Viens grupas dalībnieks skrien un paņem vienu no puzles gabaliņiem, kas novietoti ar attēlu uz augšu. Tad nākamais grupas dalībnieks sāk skrējienu un paņem nākamo gabaliņu. Puzle tiek salikta uz kartona kastes.

Mazā orientēšanās

Kartē ir atzīmēti astoņi kontrolpunkti. Ir jāapmeklē visi kontrolpunkti. Tiek pierakstīti numuri un vārds, kas atrodams katrā kontrolpunktā. Beigās tiek izveidots atbilžu kopums.

Kāpšana

Uz kokiem dažādos augstumos ir piekārti papīra sloksnes, kas savienotas punktu ķēdes veidā. Katrs grupas dalībnieks kāpj divas reizes, iegūstot iespējamo punktu skaitu, noraujot punktu sloksni. Pēc tam kopējais punktu skaits tiek uzrakstīts uz plakāta.

Mērķa mešana

20 metamo priekšmeti (pa pieciem čiekuriem, akmeņiem, koka nūjām un tenisa bumbiņām) tiek vienādi sadalīti starp grupas dalībniekiem. No metiena līnijas jāmet uz mērķi. Trāpījumu skaits tiek atzīmēts sarakstā.

Kalnu velosipēdu krosa brauciens

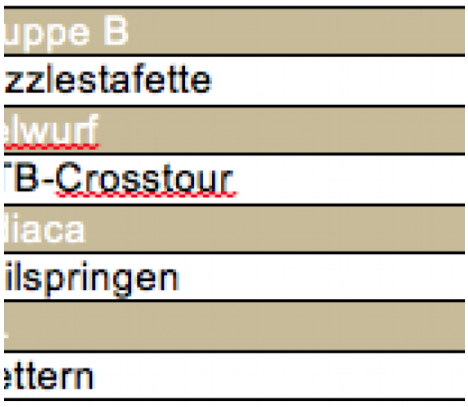
Pēc katra apļa trasi jāveic citam dalībniekam, līdz visi ir to izbraukuši vienu reizi (grupai kopā jāveic seši apļi). Kopējais apļu skaits tiek pierakstīts.

Indiaca

Divu minūšu laikā jāveic pēc iespējas vairāk piespēļu pāri stingri nostieptai auklai. Piespēļu skaits tiek pierakstīts.

Lēkšana ar virvi

Cik lēcienus grupa kopā var izdarīt divu minūšu laikā? Uz plakāta tiek pierakstīts, cik reizes grupa ir lēkusi ar virvi



X-Athlon

Avota atsauce:

Saturs: Patriks Lehner, sporta skolotājs, Y+S priekšmeta skolotājs „nometņu sports/pārgājieni” un lektors Bāzeles Universitātes Sporta institūtā „mobile” BASPO, Magglingen

autortiesības: www.mobile-sport.ch

Zīmējumi: Leo Kühne

Weitere Informationen

Kategorijas
Spēles un nodarbības

Tags
Grupu programma
Bērni
Spēles ideja
Nav nepieciešama sagatavošanās
Daudzveidīgs

Dalībnieku skaits
1–20
20–30
30 – 100

Bībele
Šī informācija nav pieejama.

Materiāls
Gandrīz bez piepūles

Failu lejupielāde
Pieejama failu lejupielāde

KI Generierter Inhalt
Saturs
Kategorijas
Tags
Dalībnieku skaits
Bībele
Materiāls

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