YoungstarsWiki.org

SUBMITTED BY
Irmgard

ON
06.04.2016

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

X-Athlon



Un X-Athlon oferă un răspuns la întrebarea: Cum se pot ocupa grupuri de copii într-un mod provocator și variat, fără a fi nevoie de prea mult material?

X-Athlon – competiție pe teren accidentat în echipă

Un X-Athlon oferă un răspuns la întrebarea: cum poți implica grupuri de copii într-un mod provocator și variat, fără cheltuieli materiale prea mari? Forma propusă prevede ca diferite grupuri să parcurgă stațiile pregătite în momente diferite. Unele probe trebuie doar rezolvate (sub supraveghere), iar altele sunt evaluate.

Fiecare grup (de la doi la șase jucători) primește propria ordine de parcurgere a stațiilor. Acestea pot fi stații care trebuie numărate de către participanți sau, eventual, supravegheate de un profesor. După finalizarea fiecărei probe, grupul trebuie să se prezinte la centru și să-și înregistreze rezultatele în tabelul de organizare. Scopul este, de asemenea, parcurgerea tuturor stațiilor cât mai repede posibil. În acest fel, grupurile pot obține puncte valoroase pentru evaluarea finală. La final, totul va fi evaluat (activitatea la posturi și timpul).

Notă: Este un avantaj dacă participanții cunosc deja sarcinile de la fiecare post. Astfel se evită neînțelegerile legate de sarcinile de la posturi care trebuie rezolvate în mod independent.

Exemple de X-Athlon

Ștafetă cu puzzle

Toate grupurile pornesc de la acest punct. Un membru al grupului aleargă și ridică una dintre piesele de puzzle așezate cu fața în sus. Apoi, următorul membru al grupului pornește și ia următoarea piesă. Puzzle-ul se asamblează pe o cutie de carton.

Micul orientare

Pe hartă sunt marcate opt puncte de control. Trebuie parcurse toate punctele de control. Se notează numerele și cuvântul găsite la fiecare punct. La final, se alcătuiește un set de soluții.

Escaladă

Biletele de punctaj, legate în mănunchiuri, sunt agățate de copaci la înălțimi diferite. Fiecare membru al grupului se cațără de două ori, obținând punctajul posibil prin ruperea unui bilet de punctaj. Totalul punctelor este apoi notat pe afiș.

Aruncarea la țintă

20 de obiecte de aruncat (câte cinci conuri de pin, pietre, bețe de lemn și mingi de tenis) sunt împărțite în mod egal între membrii grupului. Aruncările se efectuează către țintă de la linia de aruncare. Numărul de lovituri este notat pe listă.

Cursă de mountain bike

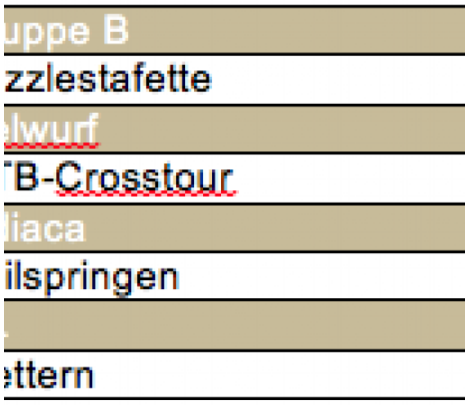
După fiecare tur, o altă persoană trebuie să parcurgă traseul până când toată lumea a trecut o dată (ca grup, trebuie parcurse șase ture). Numărul total este notat.

Indiaca

În două minute trebuie efectuate cât mai multe pase peste o sfoară întinsă. Numărul de pase este notat.

Sărituri cu coarda

Câte sărituri poate efectua grupul împreună în două minute? Numărul de sărituri ale grupului este notat pe afiș



X-Athlon

Referință sursă:

Conținut: Patrik Lehner, profesor de educație fizică, profesor de specialitate Y+S „sporturi de tabără/drumeții” și lector la Institutul de Sport al Universității din Basel „mobile” BASPO, Magglingen

Drepturi de autor: www.mobile-sport.ch

Desene: Leo Kühne

Weitere Informationen

Categorii
Jocuri și activități

Etichete
Programul pentru grupuri
Copii
Ideea jocului
Fără pregătire
Variat

Număr de participanți
1–20
20–30
30 – 100

Biblia
Această informație lipsește.

Material
Aproape fără efort

Descărcare fișier
Fișier disponibil pentru descărcare

KI Generierter Inhalt
Conținut
Categorii
Etichete
Număr de participanți
Biblia
Material

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