

Balanceren

Leeftijd: alle leeftijden
Soort bijeenkomst: club, gemeente activiteit
Soort werkvorm: actieve spellen
Thema: Groepswerk
Tijdsduur: 15 min.

Balans-spel

Nodig: een stevige plank van dertig centimeter bij vijf meter, krijt of *lint om lijnen op de vloer te maken, of een dikke boomstam als je het spel buiten speelt.*

Doel: De spelers moeten elkaar in balans houden om verder te spelen.

Op de vloer ligt een plank van dertig cm breed en ongeveer vijf meter lang. Je kunt ook twee lijnen op de vloer trekken van dezelfde breedte en lengte. De twee teams stellen zich elk aan een uiteinde op. De bedoeling is dat de teams tegen elkaar in over de plank of binnen de lijnen lopen en allemaal 'veilig' de overkant bereiken. Niemand mag met de voeten op de grond, of buiten de lijnen komen. Bij het passeren van een tegenstander, moet je dus elkaar vasthouden en in evenwicht houden. Het gaat hierbij niet om de snelste tijd. Hoe lang doen de teams erover om allebei aan de overkant te komen? Kunnen ze bij een tweede poging hun tijd verbeteren?