

Technische fiches teamtocht in Oudenaarde

1. Teamtocht

- a. Uitrusting deelnemers
 - i. Sportieve kledij die nat en vuil mag worden, stevig schoeisel dat nat mag worden. Opletten met eventuele sieraden, horloges,... zodat men de andere deelnemers niet kan bezeren
- b. Voorbereiding door de monitoren
 - i. Materiaal (rugzak) klaarleggen
 - 1. Katrollen met tarzans
 - 2. Emmers en bekertjes
 - 3. Stokjes voor raadsels
 - 4. Eventueel blinddoeken
- c. Deelnemersvoorwaarde
 - i. 10 jaar
- d. Specifiek materiaal
 - i. Stevig schoeisel
 - ii. Rugzak met materiaal (zie voorbereiding monitoren)
- e. Technische doelstelling
 - i. Tijdens een wandeling rond het Donkmeer worden de deelnemers uitgedaagd om enkele opdrachten succesvol uit te voeren. De deelnemers doen beroep op hun creativiteit en zullen moeten samenwerken om hierin te slagen. De monitor stuurt bij waar nodig en zorgt dat hij/zij tijdig kan ingrijpen.
- f. Specifieke veiligheid en instructies
 - i. Draag stevig schoeisel
 - ii. De monitor legt tijdens zijn algemene instructie de nadruk op 'samenwerken' en duidt dat de deelnemers verantwoordelijk zijn voor elkaars veiligheid. Het is noodzakelijk dat de deelnemers zich bewust zijn van eventuele gevaarlijke situaties.
 - iii. De monitor geeft bij elke activiteit een duidelijke briefing van de opdracht en de veiligheid, maar laat ruimte voor creativiteit en eigen inbreng van de groep.
 - iv. De deelnemers worden erop gewezen dat men door samen te werken sneller en efficiënter over het parcours kan raken.
- g. Verloop van de activiteit
 - i. De monitor legt het doel van de wandeling uit. De monitor kiest op deze wandeling een aantal opdrachten uit naargelang het niveau van de groep/bezetting
 - ii. De monitor geeft bij elke opdracht uitleg en legt nadruk op de veiligheidsaspecten.
 - iii. De monitor geeft een duidelijke briefing van de opdracht en geeft ook steeds enkele veiligheidstips mee

V: 2023/03/12



Algemeen: zorg dat je uw groep in 2 verdeelt. Laat elke groep een originele teamnaam bedenken. Indien je groep puur op teambuilding werkt kan je bij elke opdracht nieuwe ploegjes maken. Indien ze graag wat competitie erin steken kan je de groepen behouden en punten tellen doorheen al de opdrachten.

Opdracht 1: na het ijzeren brugje links in het bosje vind je 3 stukken blauw touw.

Doel:

Start aan de rechterkant van het touw en zorg ervoor dat de ganse groep over het touw kan geraken zonder het touw of de bomen ernaast aan te raken.

Uitleg:

Er mag niet worden aangelopen en zelfstandig worden overgesprongen (Stel u telkens klaar als monitor om in de weg te staan indien ze dit toch zouden proberen)

Indien het touw wordt aangeraakt moet de persoon die erover aan het gaan was terugkeren.

Een persoon die aan de overkant is geraakt blijft aan die kant en kan niet terugkeren om te helpen

Tips:

Denk goed na wie er eerst gaat en wie laatst

Indien ze er niet in slagen mogen ze een knie onder het touw plaatsen om de laatste persoon zo erover te helpen

Veiligheid:

Zorg dat ze niemand laten vallen eens die persoon over het touw is.

Niet laten aanlopen en overspringen

Opdracht 2: De betonnen buis aan de linkerkant van het pad

Doel:

Probeer zo snel mogelijk uit de buis te geraken in een juiste volgorde

Uitleg:

Laat 1 groep op de splitsing van het padje wachten en neem de 2^e groep mee richting de buis

Laat de groep willekeurig in de buis kruipen zonder meer uitleg.

Eens iedereen in de buis zit ga je langs de andere kant de uitleg gaan geven. Je zegt hen dat de tijd zal starten direct na de uitleg.

De bedoeling is om in een bepaalde volgorde langs de kant waar jij zit eruit te komen, dit kan alfabetisch op voornaam, achternaam, straatnaam, Laat je fantasie maar werken.

Tips:

Indien je een heel goede groep hebt kan je deze opdracht laten uitvoeren zonder dat ze mogen praten

Veiligheid:

Kijk altijd eerst eens dat de buis geen glasscherven ed bevat.

Opdracht 3A en B betonnen buis en sluipnet

- Doel:** Start aan de betonbuis (3A) en zorg dat je het einde van het sluipnet (3B) bereikt alvorens de tegenstander je kan tikken
- Uitleg:** Zeg je groep dat ze in 2 rijen voor de buis moeten staan van klein naar groot. 1 team links 1 team rechts
Team 1 start als muis, team 2 start als kat. De muizen lopen door de buis, eens ze een voet uit de buis hebben geplaatst mag de kat vertrekken en proberen om de muis te tikken. De muis probeert om onder het sluipnet door te kruipen en de Leerkraft aan te tikken die op het einde van het net staat. Als alle muizen geweest zijn worden deze katten en doen we het spel opnieuw.
Op het einde zet je de duo's naast elkaar en tel je zo het aantal keer dat team 1 gewonnen heeft en het aantal keer dat team 2 gewonnen heeft.
- Tips:** Ga als monitor op het einde van de betonnen buis staan en geef daar startsignaal voor zowel muis als kat
Vraag aan de leerkraft om op het einde van het net te staan
Kin op borst houden als ze onder het net kruipen
- Veiligheid:** Let op voor wandelaars op het pad
Benadruk zeker nog eens dat de kin op borst houden bij het kruipen onder het net

Opdracht 4A en 4B MTB padjes

- Doel:** Zorg dat een volledige groep geblinddoekt een parcours kan afleggen door enkel te babbelen tegen hen
- Uitleg:** Vraag aan elke groep om de 2 meest te vertrouwen personen af te vaardigen.
Eens je deze bij u hebt zeg je tegen de groep om zich te blinddoeken. (truien met kap omdraaien, mutsen, ...)
De 2 verantwoordelijken per groep moeten er nu voor zorgen dat de groep de monitor kan volgen zonder hen aan te raken. De verantwoordelijken moeten dus zorgen dat ze duidelijk communiceren met hun groep.
Je kan dit meerdere keren doen (4A en 4B, of als je iedereen wil laten stukken wat inkorten)
- Tips:** Ga niet te snel als monitor
Indien je merkt dat het niet wil lukken kan je hen de tip geven om de blinden een treintje te laten vormen.
- Veiligheid:** Indien er gevaarlijke punten (diepe putten, overhangende takken, water) gepasseerd worden kan je hier extra aandacht aan geven en zien als de verantwoordelijken dit goed managen.

Opdracht 5 (3 houten eilandjes aan linkerkant van de weg)

Doel:

Met zoveel mogelijk mensen op het platform staan

Uitleg:

Vraag aan 1 ploeg om beneden de berg te wachten zodat ze nog niet goed zien wat of hoe de andere ploeg het ervan afbrengt.

De ploeg die de opdracht gaat uitvoeren start op het padje. Ze moeten proberen om met minstens 14 personen op het groot platform te staan (3 seconden), Daarna zo snel mogelijk met 11 personen op het middelste platform (ook 3 seconden) en dan met 8 personen op het laatste platform (ook 3 seconden) De tijd stopt nadat ze 3 seconden op het kleinste platform hebben kunnen staan met 8 personen

Daarna komt de 2^e groep erbij en proberen ze dit sneller te doen.

Indien je leuke groep hebt kan je proberen om records te doen sneuvelen. Op het grootste platform is het record 17 personen, op het middelste platform, 14 personen, en op het kleinste platform 10 personen

Tips:

Als je merkt dat de laatste mensen er proberen op te geraken kan je hen zeggen om hun hand door de massa mensen te steken en zo ver mogelijk iets of iemand vast te grijpen.

Veiligheid:

Voeten enkel op het platform plaatsen en niet tussen de planken

Niemand in de nek nemen

Aandachtig zijn bij het afstappen dat er niemand onder de andere valt.

Soms proberen ze om allemaal op elkaar te gaan liggen, dit is onmogelijk en moet je goed in de gaten houden voor de personen die onderaan liggen (roep mee stop als die persoon het aangeeft)

Opdracht 6 (Via het tunneltje onder de grote baan naar het klein beekje)

Doel:

Zorg dat er minstens 1 (of meerdere naargelang de inschatting van uw groep) de overkant kunnen bereiken

Uitleg:

Beide groepen stellen zich allemaal aan het commandotouw. (Probeer ervoor te zorgen dat het touw niet in de beek komt)

Iedereen neemt het touw vast en trekt dit aan. Jij als monitor toont voor hoe je u aan het touw hangt en hoe je vooruitgaat. (Niet schuiven met je benen maar telkens verplaatsen). (Als je niet zeker bent moet je niet boven het water gaan)

Belangrijk is ook dat de groep goed luistert naar de monitor tijdens het klimmen omdat het touw stelselmatig moet gelost worden zodat de deelnemer niet te hoog in de lucht hangt.

Tips:

Stel u als monitor aan de overkant zodat je de persoon kan helpen bij het afstappen

V: 2023/03/12

Motiveer de persoon

Indien je ziet dat de persoon niet meer kan laat het touw zo diep mogelijk hangen zodat enkel de voeten nat worden en de deelnemer niet gewoon in het water valt.

Veiligheid:

Benen verplaatsen en niet schuiven over het commandotouw. Anders grote kans op brandwonden.

Zorg voor duidelijke communicatie naar groep zodat ze touw zeker genoeg laten zakken dat de persoon niet te hoog klimt

Opdracht 7: (ergens aan de evenementenweide)

Doel:

Los het stokjesraadsel op

Uitleg:

Leg het stokjesraadsel klaar, zorg dat de ganse groep het kan zien en leg het raadsel uit. Indien iemand een poging wil doen kan dit maar als ze fout zijn verliezen ze 1 punt. Bij juist antwoord krijgen ze 1 punt.

Tips:

Te vinden in bijlage

Veiligheid

Niets 😊

Opdracht 8: De rioolbuis die in het water uitkomt

Doel:

Zo snel mogelijk allemaal het einde van de buis bereiken en terugkeren

Uitleg:

Elk om beurt vertrekt iemand van de groep met een steentje of takje naar het einde van de buis. Dit wordt daar neergelegd en dan door de volgende persoon opgehaald om door te geven aan de volgende terug. Dit doen we zo verder tot iedereen geweest is.

Wie dit het snelst kan halen wint de opdracht

Tips:

Concentreer u op 1 punt om evenwicht te houden

Niet lopen (zodat je niet wegglijdt)

In het midden van de buis wandelen

Veiligheid:

Indien het water hoger komt dan bovenkant buis niet doen

Niet aanmoedigen om in water te springen.

Opdracht 9: Schiereiland

Doel:

V: 2023/03/12

Zo snel mogelijk de mensen vinden die verstopt zitten

Uitleg:

Groep 1 staat op het verhoogd stuk langs het pad met gezicht weg van het schiereiland en telt luidop af vanaf 60

Groep 2 verstopt zich op het eiland. Ze mogen niet in de hoogte of niet in het water verstopt zitten.

Nadat het tellen gedaan is mag team 1 gaan zoeken. Als ze iemand vinden brengen ze die persoon tot bij de monitor. De verstopte mag niet tegenwerken.

Wie kan het snelst de tegenstander vinden?

Tips:

Geen

Veiligheid

Niet in het water en niet in de hoogte verstoppen

Opdracht 10: Na het ijzeren brugje rechtdoor het bos instappen tot aan de beek met kabels erover

Doel:

Zo snel mogelijk het tuiltje water doen overlopen

Uitleg:

Elk team krijgt 1 katrol, 1 rood zitje, 2 touwen en 3 bekers. Zorg dat je zo snel mogelijk het tuiltje aan de overkant doet overlopen. Let op. Het water mag enkel geschept worden met bekers aan de kant waar we nu staan.

Tips:

Zorg dat ze juiste opstelling hebben (1 iemand aan overkant met touw in de hand, 1 iemand op zitje, 1 iemand met ander touw in de hand langs onze kant en anderen met bekers klaarstaan om te vullen) Zo kan de persoon die op het zitje zit makkelijk over en weer worden getrokken

Indien je uw groep wil uitdagen kan je hen zeggen dat het record hier staat op 3minuten 15seconden

Veiligheid:

Zorg dat de persoon die op het zitje zit zich zeker vasthoudt als ze hem over en weer trekken.

Opdracht 11: slinger en de traktorband in het bosje aan linkerkant

Doel:

Probeer met zoveel mogelijk de traktorband te bereiken via de slinger en dan ook met zoveel mogelijk mensen er te blijven opstaan

Uitleg:

Groep 1 start en moet proberen 1 voor 1 naar de traktorband te slingeren vanop de treinbiels. Toon hen de manier hoe ze dit kunnen doen met de knie in de lus.

Zeg hen ook dat de eerste persoon het iets lastiger heeft om te stoppen omdat hij niemand heeft die hem/haar kan helpen.

Elke keer als er iemand bijkomt is er natuurlijk kans dat je iemand van de band slingert. Een je ervan bent gevallen verlies je uw beurt.

Welk team kan het hoogst aantal mensen op de band brengen.

V: 2023/03/12

Tips

Als je slingert probeer je tijdens het slingeren al op je knie uit de lus te stampen en jezelf af te remmen op de traktorband zodat je geen bowling creeert.
Als beide groepen geweest zijn kan je terug proberen het record te verbreken. Namelijk 14 personen. Bij deze poging mogen ze wel na het vallen opnieuw proberen via de slinger

Veiligheid

Knie verplicht in lus steken
Indien je merkt dat de band al heel vol staat, nog eens de tip benadrukken om u af te remmen op de band met je voet.

Opdracht 12: betonnen buis links van de bocht

Doel:

Vertrouw de groep en laat je in hun handen vallen

Uitleg:

Ga als monitor op de buis staan, vraag aan je groep om 2 rijen te vormen voor je (in het verlengde van de buis). Ze staan met hun gezicht naar elkaar en zetten allemaal hun rechtervoet vooruit. (dit zorgt ervoor dat je geen knie tegen knie hebt met de persoon rechtover je.
De linkerkant steekt zijn armen gekruist uit naar de rechtse lijn. Deze nemen de handen gewoon vast. (zorg ervoor dat horloges uit zijn)
Ga allemaal schouder tegen schouder staan en ga lichtjes door de benen.
Dan ga je als monitor tonen hoe je moet vallen, leg je kin op je borst, hou met je handen je schouders vast (en neem de kledij maar goed vast) Breng je heupen overdreven naar voor steken. Breng dan je tenen naar boven en zorg dat je in plank blijft.

Tips:

Als je uw groep vertrouwt toon je het zelf voor als eerst.
Blijf als monitor op de buis staan en hou de deelnemer die valt zolang mogelijk vast bij de heup zodat deze zeker naar voor blijft
Bij de iets zwaardere personen zorg je ervoor dat de sterke mensen ongeveer in rij 3-4 staan.
Benadruk ook zeker nog eens bij de vallende persoon dat de handen op de schouders moeten blijven (anders worden er bloedneuzen uitgedeeld).

Veiligheid:

Idem als de tips