

SHUTTLE RUN TEST MET EEN VISUELE BEPERKING

OPDRACHT

Span 5 toversnoeren over een lengte van iets meer dan 20 meter. Maak een knoop in het toversnoer bij 0 meter en bij de 20 meter. Laat 5 leerlingen een blinde bril opzetten. Iedere leerling staat bij z'n eigen toversnoer. Ze gaan nu de shuttle run test lopen. Ze starten bij de eerste knoop, en volgen het snoer totdat ze bij de 20-meter knoop zijn. Hier kunnen ze weer omdraaien en terug rennen naar de 0-meter knoop. Uiteraard moet dit allemaal gebeuren binnen de piepjes van de shuttle run test. Kijk voor een voorbeeld op <https://www.youtube.com/watch?v=iWdFN78KyM0&t=417s> bij 6:40.

LET OP!

- Zorg dat de toversnoeren goed vast zitten en dat er ruimte is om langs te lopen.
- Zorg er voor dat de knopen niet direct bij een muur of ander object zijn. De leerlingen moeten bij de knoop dus de ruimte hebben om te stoppen en zich om te draaien.

VARIATIES / UITBREIDINGEN

In plaats van langs een toversnoer lopen, kan je met buddies werken.

PLATTEGROND

