

Rolstoelvoetbal

EMB



15

Doel

Verhogen van de alertheid doormiddel van de te ervaren beweging

Materiaal

- Grote bal

Activiteit

1. Zet de cliënten in een rondje in de kamer of buiten
2. Per twee cliënten is er 1 begeleider
3. Ga achter de rolstoel van een cliënt staan
4. Beweeg de rolstoel naar voren tegen de bal aan zodat deze bij een andere cliënt komt
5. De volgende begeleider kan op dezelfde manier dan weer de bal naar een andere cliënt duwen

Hoe zet je het neer?

1. Zet de deelnemers in de rolstoel of op een stoel recht tegenover elkaar met 3 meter afstand
2. Begeleiding staat achter of naast de cliënt en ondersteunt bij de beweging maken of de rolstoel een klein duwtje geven om de bal in beweging te krijgen

Let op!

- Zorg dat je niet te hard tegen de bal aandrukt met de rolstoel
- Houdt in de gaten of de cliënten er plezier aan beleven
- Zorg ervoor dat iedereen aan de beurt komt

Te makkelijk?

- Laat de cliënt zelf met de voet schoppen of met de hand duwen wanneer mogelijk (moeilijker)
- Harder tegen de bal aandruwen
- Maak de afstand tussen de cliënten groter

Te moeilijk?

- Gebruik een grotere bal
- Gebruik een zachtere bal die makkelijk kan worden vastgepakt
- Maak de afstand tussen de cliënt kleiner