



SAMENWERKING

Hula Hoop



Tijd
10 min



Deelnemers
6-20



Binnen &
buiten



Actief



Deze activiteit bevordert:

Samenwerking • Focus • Zelfsturing • Doelgerichtheid • Overleg

Uitvoering:

1. De groep staat in een kring en houdt elkaars handen vast.
2. Hang de hoepel om de arm van één deelnemer.
3. Geef de hoepel de kring rond door erdoorheen te stappen; handen blijven vast.
4. Klok de tijd tot de hoepel terug is bij de start.
5. Laat het team zelf een scherper doel stellen voor de volgende poging.

Tip:

Heel eenvoudig, maar o zo effectief. Let op hoe het team overlegt tussen de pogingen en wie het doel bepaalt.

Varianten:

- Twee hoepels tegelijk, in tegengestelde richting
- Een rond touw (1 m) in plaats van een hoepel
- Met grotere groepen: twee kringen tegen elkaar



Materiaal:

1 of 2 hoepels (of rond touw),
stopwatch



Opstelling:

Kring, hand in hand



Nabespreking:

- Hoe kwam de verbetering tot stand?
- Wie stelde het doel?
- Hoe verliep het overleg?
- Wat neem je mee naar je werk?



Veiligheid:

Niet trekken aan armen of
schouders

