

Activiteit Yatzee Run (yatzeeloop)

Opdracht: Probeer als team een zo hoog mogelijke Yatzee score te behalen



Foto 1

Foto 2

Foto 3

Foto 4

Foto 5

- Elk team gooit samen 5 dobbelstenen.
- Gunstig geworpen dobbelstenen worden opzij gelegd, en met de minder gunstig geworpen dobbelstenen gooit men een tweede keer. Hierna wordt nogmaals bepaald welke dobbelstenen ongunstig zijn, waarna nog een derde (= laatste) worp ter beschikking staat, waarop elk team haar yachtzee keuze maakt.
- Aansluitend aan de yachtzee keuze rent elke deelnemer naar het paaltje met hetzelfde aantal ogen als de dobbelsteen die hij/ zij heeft opgenomen. Elk van de pilonnen corresponderend met het aantal ogen van één van de dobbelstenen uit de worp wordt dus door één van de spelers uit de deelnemersgroep aangedaan.
- Het team mag de score pas opschrijven als alle spelers terug zijn, waarna het spel wordt vervolgd en opnieuw wordt gedobbeld.
- Dit gaat net zo lang door totdat één van beide teams 13 keer gegooid heeft. Op dat moment eindigt ook voor het andere team onmiddellijk het spel.

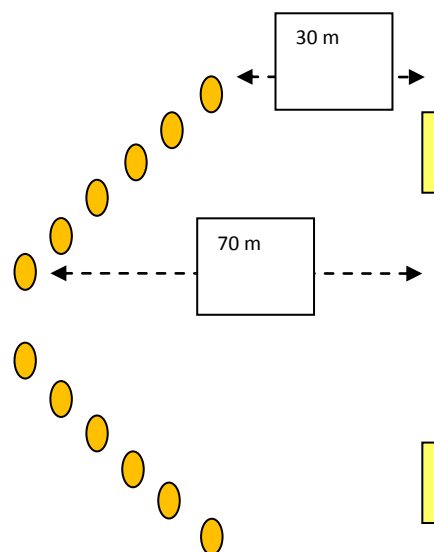
Organisatie

- Maak 2 teams (1 – 1, 2 – 2, 3 – 3 of 4 – 4)
- Na 3 worpen wordt de hoogste worp in ieder geval door iemand gelopen! Speel je 2 – 2, dan kiest de andere deelnemer een dobbelsteen naar keuze om te lopen. Er wordt rechtstreeks naar de pilon gelopen met het nummer van de gekozen steen.
- Noteer de score (als beide deelnemers terug zijn)
- Na 13 keer gooien stopt het spel
- Wie de meeste punten heeft is winnaar.

Een hoog looptempo is dus zéér voordelig, omdat je in dat geval minstens één (de laatste) dobbelbeurt van je tegenspelers kunt blokkeren.

Arrangement

- 2 groepen (1-8 deelnemers)
- Veld of parkeerplaats van 70 x 30 meter
- 2 maal 5 dobbelstenen
- 2 schrijftafels
- 2 pennen / potloden
- 2 scoreformulieren
- 2 schrijfplankjes
- 2 maal 6 pilonnen met nummering 1 t/m 6



Toelichting:

- de 1^e pilon staat op 30 meter
- de 2^e pilon staat op 38 meter
- de 3^e pilon staat op 46 meter
- de 4^e pilon staat op 54 meter
- de 5^e pilon staat op 62 meter
- de 6^e pilon staat op 70 meter

Regels		
<ul style="list-style-type: none"> • Deelnemers gaan naar de hoogst gegooide worp (als 2-tal, mag de andere een worp naar keuze qua afstand lopen). Scores worden na afloop van de run genoteerd • Er mag pas weer opnieuw worden gedubbeld na terugkeer van elk van de groepsleden • Het moment dat één ploeg zijn laatste run heeft voltooid en 13 keer heeft gegooid stopt het spel onmiddellijk. • De dan nog lopende ploeg mag de score van de betreffende run niet meer opschrijven • Het team dat op dat moment de hoogste score heeft is winnaar. • De pilon die wordt aangelopen geldt als keerlijn. De desbetreffende deelnemer moet met minimaal de voet de keerlijn hebben aangeraakt. 		
Loopt 't (organisatie, regels en regelingen)		
<p>Doel: Als Trainer zorg je er voor dat de regels zorgen voor duidelijkheid en helderheid. Ze staan immers in dienst van het realiseren van de FUN factor en de individuele trainingsdoelen en -resultaten</p>		
Wat zie je?	Wat doe je?	Hoe doe je dat?
<ul style="list-style-type: none"> • De regels zijn niet duidelijk • De opdracht is niet duidelijk • 2 –tallen lopen elkaar in de weg • De deelnemers gaan niet naar de juiste afstandspilonnen • Je hebt een oneven aantal deelnemers 	<ul style="list-style-type: none"> • Nogmaals uitleggen of toelichten • Nog een keer (rustig) voordoen • Wijzen op de veiligheid of beide situaties verder uit elkaar zetten • Op de betreffende regels wijzen • Een groep met een oneven aantal deelnemers maken, bijvoorbeeld 1 deelnemer en 2 deelnemers. In dit voorbeeld de beste deelnemer alleen laten lopen (het 2-tal kan afwisselend voor de verste pilon gaan en heeft daardoor meer ingebouwde rust). 	<ul style="list-style-type: none"> • Verbaal • Plaatje / voorbeeld. Bijvoorbeeld een oefenronde spelen. • Verbaal of combinatie met plaatje. • Verbaal of combinatie met plaatje. • Vooraf al teams maken (op papier) op basis van je indruk van de deelnemers.

Lukt 't bijna (hoe kom je tot succes bij de deelnemer op inhoud en inspanningsfysiologisch gebied)

Doel: als Trainer zorg je er voor dat het spel lukt (je deelnemers moeten het spel snappen en uit kunnen voeren) en dat je deelnemers op de goede intensiteit en omvang trainen, passend bij hun individuele trainingsschema!

Wat zie je?	Wat doe je?	Hoe doe je dat?
<ul style="list-style-type: none"> • Een deelnemer heeft moeite om een constant (rustig) tempo vol te houden • Een deelnemer heeft het al snel (heel) zwaar • Het lukt al beter bij de deelnemer (constant tempo) 	<ul style="list-style-type: none"> • Aangeven dat constant lopen minder energie kost en efficiënter is. • Probeer wat vaker een lage worp te lopen (als 2-tal) of het tempo naar beneden brengen. • Probeer het zo in te schatten dat je qua snelheid (tempo), afstand (welke pilon ga je) en duur (13 ronden gooien), zo optimaal mogelijk uitkomt! Eventueel op basis van je hartslag met een hartslagmeter. 	<ul style="list-style-type: none"> • Verbaal toelichten en verwijzen naar theorie over inspanningsfysiologie. • Verbaal toelichten dat de arbeid verkleind wordt (2-tal) waardoor je het makkelijker volhoudt. • Vooraf bespreken en achteraf terugblikken (ervaringsgericht) met de deelnemer (o.a. op basis van de hartslag na afloop). Wellicht toelichting geven of verwijzen naar de relatie tussen hartslag en mate van inspanning en duur / rust in de activiteit.

Lukt 't goed (hoe kun je succes bij de deelnemer op inhoud en inspanningsfysiologisch gebied continueren)

Doel: als Trainer zorg je er voor dat het spel uitdagend blijft en dat je deelnemers op de goede intensiteit en omvang trainen, passend bij hun individuele trainingsschema!

Wat zie je?	Wat doe je?	Hoe doe je dat?
<ul style="list-style-type: none"> • Een deelnemer loopt constant en in een hoog tempo • De activiteit wordt te makkelijk 	<ul style="list-style-type: none"> • Probeer wat vaker de grootste afstand te lopen (bij een 2-tal) of je tempo te verhogen als je alleen bent. • Activiteit aanpassen <ul style="list-style-type: none"> - Vergroten van de lengte tot de pilonnen (afstand pilon t.o.v. de schrijftafels) - Door naar Later 	<ul style="list-style-type: none"> • Verbaal toelichten dat je daarmee de inspanning vergroot (vaker een grotere afstand afleggen kost meer energie). • Afstand wordt groter dus de inspanning wordt groter.

Leeft 't (waar zit de kick, de uitdaging of waar is het om te doen voor de deelnemer)		
Doel: als Trainer zorg je er voor dat het spel blijvend de FUN factor houdt!		
Wat zie je?	Wat doe je?	Hoe doe je dat?
<ul style="list-style-type: none"> • Een deelnemer raakt verveeld 	<ul style="list-style-type: none"> • Variatie in de oefening brengen <ul style="list-style-type: none"> - Zelf een (slimmere) tactiek verzinnen - Loop lengte verkleinen (afstand pilonnen t.o.v. schrijftafel verkleinen (werpen sneller achter elkaar en meer spel) - Zelf een variatie in het spel bedenken - Wedstrijdelement vergroten door een competitie op te starten of met 'prijzen' te gaan werken. - Tips geven aan mededeelnemer of andere deelnemers 	<ul style="list-style-type: none"> • Door goed te KIJKEN naar de deelnemers (ogen, gezichtsuitdrukking, lichaamshouding) en te bevragen naar hun uitdaging en plezier.
<ul style="list-style-type: none"> • Een deelnemer raakt verveeld 	<ul style="list-style-type: none"> • Wisselen van teams: <ul style="list-style-type: none"> - Met een deelnemer naar keuze laten werken - Met tegenstanders naar keuze spelen - Zelf als Trainer mee doen. 	<ul style="list-style-type: none"> • Vooraf diverse indelingen maken, zodat je sneller nieuwe (maar gelijkwaardige) groepen kunt maken, al dan niet door ook het arrangement aan te passen (bijvoorbeeld door de lengte van lopen voor een team te vergroten en voor het andere team niet.
<ul style="list-style-type: none"> • De deelnemer vindt het geen leuke (en uitdagende) activiteit 	<ul style="list-style-type: none"> • Andere loopactiviteit gaan doen 	<ul style="list-style-type: none"> • In overleg met de deelnemers een andere activiteit gaan doen. Neem dit in je voorbereiding mee (welke ga je dan doen en heb je alle materialen bij je?)!









Later (op welke wijze zou je methodische stappen kunnen maken)

- **Vergroten lengte van lopen (afstand pilonnen t.o.v. schrijftafel).**
- **Andere (complexere) activiteit gaan spelen**

YahtzeeSCORE-SPELERS

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6

BOVENSTE HELFT

		punten telling	1* spel	2* spel
EENEN		tel alle enen		
WEEEN		tel alle tweeen		
DRIEEN		tel alle drieen		
VIJVEN		tel alle viieren		
VIJVEN		tel alle vijven		
ZESSEN		tel alle zessen		
TOTAAL AANTAL PUNTEN				
EXTRA BONUS: als het puntentotaal 63 of meer is		35 punten	★	★
TOTAAL van de bovenste helft*				
THREE OF A KIND 3 dezelfde		totaal v.d. 5 stenen		
CARRE 4 dezelfde		totaal v.d. 5 stenen		
FULL HOUSE 3 + 2 dezelfde		25 punten		
KLEINE STRAAT 4 opeenvolgende nummers		30 punten		
GROTE STRAAT 5 opeenvolgende nummers		40 punten		
YAHTZEE 5 dezelfde		50 punten		
CHANCE vrije keus		totaal v.d. 5 stenen		
TOTAAL van de onderste helft				
TOTAAL van de bovenste helft*				
TOTAAL GENERAAL				