



PONYSPELEN

Organiseer jouw eigen ponyspelen! Hier volgen enkele leuke estafetteopdrachten. Verdeel de ruitertjes in twee gelijke groepen en kies een oneven aantal opdrachten die ze zo snel mogelijk moeten uitvoeren. De groep die het grootste aantal opdrachten als eerste voltooit, is uiteraard de winnaar der ponyspelen!

Tip: laat elk team een leuke groepsnaam kiezen, kies welke spelen jullie willen uitvoeren, en hou een scorebord bij!

Je kan de ponyspelen telkens met één paard per groep spelen. De ruiters nemen het paard dan telkens over bij de estafettewissel. Elke wissel gebeurt in de startzone.

Speelterrein:

Voor de ponyspelen voorzie je telkens hetzelfde speelterrein. Het speelterrein bestaat uit een wachtlijn, startlijn en speelzone en kan er als volgt uitzien:

TEAM A	TEAM B
SPEELZONE	SPEELZONE
STARTZONE	STARTZONE
WACHTZONE	WACHTZONE



OPDRACHT 1: KLEINE WASJES

In deze opdracht vorm je met jouw team zo snel mogelijk een woord aan de wasdraad.




De twee groepen kiezen hun startruiter. Deze ruiter staat aan de startlijn klaar. De andere ruiters blijven wachten in de wachtzone. In de startzone voorzie je iemand die de letters aangeeft, of plaats je een stoel waarop de letters liggen.

Het woord dat je moet vormen:

#fieropmijnsport

Zodra de start gegeven is, rijdt de eerste ruiter zo snel mogelijk naar de waslijn en hangt de letter op met een wasknijper. Pas als deze ruiter terug over de startlijn is gekomen, mag de volgende ruiter vertrekken. Dit tot het woord gevormd is. Als de laatste ruiter terug aan de lijn komt heeft het team de opdracht volbracht. Het team die dit als snelste uitvoert krijgt een eerste streepje achter zijn naam!





Variaties:

-  Je kan de twee teams tegelijk tegen elkaar laten strijden, of je kan elk team de proef laten uitvoeren en de tijd opnemen. Nadien bekijk je wie de snelste tijd behaalde.
-  Je kan deze opdracht moeilijker maken door de letters door elkaar te halen. De ruiter heeft dan zijn achterban (de ruiters in de wachtzone) nodig die instructies geven waar de letter moet komen.
-  Je kan de ruiters een bepaalde gang opleggen: draf of stap, stel dat de combinatie een verkeerde gang uitvoert, moet die terug naar de startlijn en opnieuw vertrekken.

2

Benodigdheden:

(in tweevoud als je de twee teams tegelijkertijd tegen elkaar laat strijden)

-  Een wasdraad of touw
-  16 wasknijpers
-  Twee staanders om beide uiteinden van het touw aan vast te maken
-  Letters #fieropmijnsport (je vindt de letters terug in deze inspiratiebundel, zodat je enkel nog hoeft te printen).

Wees actief op sociale media (Instagram/Facebook/Tik Tok)!
Plaats de sfeerbeelden online op jouw kanalen, tag ons
(@paardensportvlaanderen) en gebruik de volgende hashtags:
#fieropmijnsport #drétegenallenchallenge #paardensportvlaanderen.

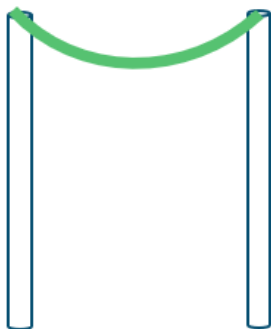


OPDRACHT 2: OPEN DE POORT

In deze opdracht maak je gebruik van de TREC hindernis: een smalle doorgang. Je stelt halfweg de speelzone een smalle doorgang op, en sluit deze hindernis met een touw. De eerste ruiter gaat van start en rijdt naar de hindernis. Aan de hindernis opent hij/zij de doorgang, rijdt erdoor, en sluit ze terug. Zodra de eerste ruiter terug is mag de tweede van start gaan. Dit tot iedereen van het team de opdracht heeft uitgevoerd.




Hindernis:

Bouw een hindernis die eruit ziet als op de tekening hieronder. Zorg ervoor dat de doorgang breed genoeg is, en dat de doorgang makkelijk geopend kan worden. Werk daarvoor bijvoorbeeld met een lus.





3

Variatie:

-  Je kan de twee teams tegelijk tegen elkaar laten strijden, of je kan elk team de proef laten uitvoeren en de tijd opnemen. Nadien bekijk je wie de snelste tijd behaalde.
-  Je kan de oefening makkelijker maken door de ruiters te laten afstappen voor het openen van de doorgang.
-  Je kan de oefening moeilijker maken door de doorgang steeds smaller te maken, of door een parcours te bouwen met meerdere doorgangen.

Benodigheden:

-  Twee staanders
-  Een touw

Wees actief op sociale media (Instagram/Facebook/Tik Tok)!
Plaats de sfeerbeelden online op jouw kanalen, tag ons
(@paardensportvlaanderen) en gebruik de volgende hashtags:
#fieropmijnsport #drétegenallenchallenge #paardensportvlaanderen.





OPDRACHT 3: VIND DE WEG

Bouw een doolhof met balken op de grond. Zorg voor enkele doodlopende stukjes, en slechts één weg die je naar de uitgang leidt. De eerste ruiter gaat van start en zoekt de weg in het doolhof. Als de ruiter uit het doolhof is geraakt, rijdt die zo snel mogelijk terug naar de startlijn. Pas dan mag de tweede van start gaan. Dit tot iedereen van het team de opdracht heeft uitgevoerd.

Let erop dat de afstand tussen de balken breed genoeg is (1,5 à 2m bijvoorbeeld). Een combinatie die over een balk stapt, moet terug naar de startlijn en opnieuw beginnen.

Om te vermijden dat je twee maal een doolhof moet bouwen, kan je hier best elk team afzonderlijk de proef laten uitvoeren en de tijd opnemen. Nadien bekijk je wie de snelste tijd behaalde.

Variatie:

-  Je kan de wachtende ruiters met hun rug naar het doolhof laten zitten (of blinddoeken), zodat ze vooraf niet kunnen zien welke weg ze moeten nemen.
-  Je kan de oefening moeilijker maken door veel doodlopende wegen te voorzien. Zorg er wel voor dat de combinaties makkelijk kunnen draaien als ze een doodlopende weg nemen.

4

Benodigdheden:

-  Balken

Wees actief op sociale media (Instagram/Facebook/Tik Tok)!
Plaats de sfeerbeelden online op jouw kanalen, tag ons
(@paardensportvlaanderen) en gebruik de volgende hashtags:
#fieropmijnsport #drétegenallenchallenge #paardensportvlaanderen.



OPDRACHT 4: EENDJES VISSEN

Dit heeft iedereen wel al eens gedaan, maar vanop een paard ook? Hier is jullie kans! In deze opdracht probeer je met jouw groep zo snel mogelijk alle eendjes te vissen. Je stelt in de speelzone een kuip op met eendjes, en plaatst er een hengel bij.




De eerste ruiter gaat van start en rijdt naar de viskuip. Zodra het eendje gevangen is keert de eerste ruiter terug naar de startlijn, en mag de tweede van start gaan. Dit tot iedereen van het team de opdracht heeft uitgevoerd en alle eendjes gevangen zijn.

Let op: zorg dat er voor elke ruiter van de groep een eendje is! Maak eventueel kleinere groepjes als je niet voldoende eendjes hebt.

Variatie:






-  Je kan de twee teams tegelijk tegen elkaar laten strijden, of je kan elk team de proef laten uitvoeren en de tijd opnemen. Nadien bekijk je wie de snelste tijd behaalde.
-  Je kan de oefening makkelijker maken door de ruiter te laten afstappen om te vissen, en moeilijker maken door vanop de pony te laten vissen.

Benodigheden:


-  Hengel
-  Kuip met water
-  Eendjes

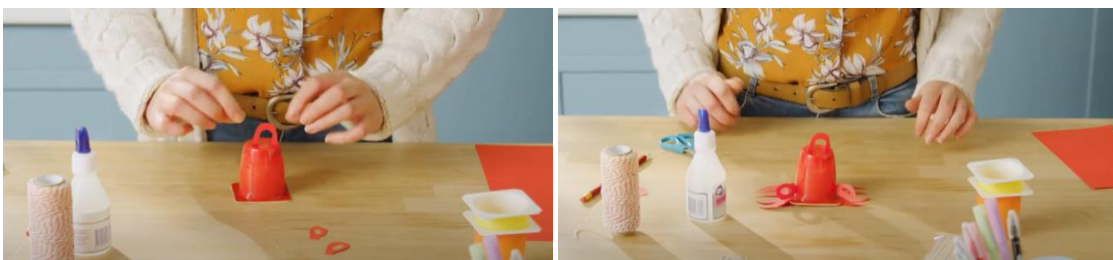
Heb je geen hengel en/of eendjes? Zo maak je zelf een hengelspel!

De ruiters kunnen zelf hun eendjes of zoals in het voorbeeld hieronder, krabjes knutselen. Speel je met twee teams tegelijk? Dan heb je alles in tweevoud nodig. Wat heb je daarvoor nodig?

-  Lege yoghurtpotjes
-  Gekleurd papier, schaar, lijm, oogjes...
-  Een paperclip of oogvijs
-  Een stok of bezemsteel
-  Veel creativiteit!

Stap 1: maak de krabjes

-  Maak een hoofdje van papier en plak het op het yoghurtpotje. Je knipt daarvoor een grote U uit. Versier het potje verder met pootjes en oogjes.







Dré tegen allen CHALLENGE



Stap 2: maak de hengel

-  Plooi het uiteinde van de paperclip halfopen, zo heb je alvast een haak gemaakt. Wikkel een stuk touw om een stok, en hang daar de paperclip aan.



-  Je kan ook een bezemsteel gebruiken en eventueel een oogvijs in het uiteinde draaien.

6

Veel knutselplezier!





Wees actief op sociale media (Instagram/Facebook/Tik Tok)!
Plaats de sfeerbeelden online op jouw kanalen, tag ons
(@paardensportvlaanderen) en gebruik de volgende hashtags:
#fieropmijnsport #drétegenallenchallenge #paardensportvlaanderen.



OPDRACHT 5: BASKETBAL



Zorg ervoor dat het doel aan het einde van het speelveld ligt. De ruiter die als eerste start rijdt zo snel mogelijk naar het doel, stapt van de pony, neemt de bal en probeert te scoren. Als er niet gescoord wordt mag de ruiter blijven proberen tot het gelukt is. Zodra er gescoord wordt, stapt de ruiter terug op het paard en rijdt hij/zij zo snel mogelijk terug, pas dan mag de volgende ruiter van start gaan. Dit totdat alle ruiters een doelpunt hebben gemaakt. Het team waarvan alle ruiters het snelste gescoord hebben wint!

Je kan een doel maken op verschillende manieren:

-  Een waslijn hangen: je moet over de lijn gooien
-  Een vak maken met balken: je moet zorgen dat de bal in het vak belandt
-  Een basketbalring: je scoort zoals een echte basketbalspeler
-  Een houten plaat met een open ronde: je moet dan hierdoor gooien



Om te vermijden dat je twee maal een doel moet bouwen, kan je hier elk team afzonderlijk de proef laten uitvoeren en de tijd opnemen. Nadien bekijk je wie de snelste tijd behaalde.

Variatie:

-  Je kan de oefening moeilijker maken door de ruiter vanop de pony te laten scoren of door het oppervlak van het doel te verkleinen.
-  Je kan de bal bij het doel leggen, of aan de start zodat de ruiter die moet meenemen op het paard.

7

Benodigdheden:

-  Een bal
-  Een doel

Wees actief op sociale media (Instagram/Facebook/Tik Tok)!
Plaats de sfeerbeelden online op jouw kanalen, tag ons
(@paardensportvlaanderen) en gebruik de volgende hashtags:
#fieropmijnsport #drétegenallengchallenge #paardensportvlaanderen.







OPDRACHT 6: AARDAPPELRACE

Opperste concentratie gevraagd!

In de aardappelrace houd je een lepel in je mond en leg je er een aardappel op. De startende ruiter rijdt zo snel mogelijk tot de eindstreep, zonder dat de aardappel eraf valt! Zodra de eindstreep gehaald werd, mag de ruiter de aardappel en lepel uit de mond nemen, en keert hij/zij zo snel mogelijk terug naar de startlijn. Pas dan mag de volgende ruiter de proef uitvoeren, je herhaalt deze stappen totdat alle ruiters aan de beurt geweest zijn. De groep die deze opdracht het snelste kan volbrengen wint!




Wat als de aardappel valt? Dan stop je, raap je de aardappel op en ga je terug verder vanaf dat punt.

Variatie:

-  Je kan de twee teams tegelijk tegen elkaar laten strijden, of je kan elk team de proef laten uitvoeren en de tijd opnemen. Nadien bekijk je wie de snelste tijd behaalde.
-  Je kan de ruiter terugsturen naar de startlijn als de aardappel onderweg gevallen is. Dit maakt het spannender omdat er dan meer tijd in te halen is.
-  Je kan andere voorwerpen gebruiken, zoals een ei of een tennisbal.
-  Je kan de oefening moeilijker maken door ze via een slalom naar de eindstreep te sturen.

8

Benodigdheden:

-  Twee grote lepels
-  Twee aardappelen (of ei/tennisbal/...)
-  Twee markeringen voor de eindstreep

Wees actief op sociale media (Instagram/Facebook/Tik Tok)!
Plaats de sfeerbeelden online op jouw kanalen, tag ons
(@paardensportvlaanderen) en gebruik de volgende hashtags:
#fieropmijnsport #drétegenallenchallenge #paardensportvlaanderen.



OPDRACHT 7: BLIND VERTROUWEN

Een opdracht voor durvers!



Om deze oefening veilig te houden hebben we twee variaties voorzien. Elke combinatie bestaat uit: een pony, een ruiter, en een begeleider die de pony vasthoudt.

In deze oefening kan de begeleider (de persoon die de pony vasthoudt) geblinddoekt worden, en de ruiter geeft aanwijzingen hoe de begeleider moet wandelen om de slalom correct te rijden.

Een moeilijkere variatie kan zijn dat er een begeleider naast de pony wandelt (voor de veiligheid) en de ruiter (een meer gevorderde ruiter) wordt geblinddoekt en moet 'blind' de pony tussen de slalom sturen.

Belangrijk: let altijd op de veiligheid van de ruiters! Laat dit enkel doen door ruitertjes die hierin blind vertrouwen!

Variatie:

-  Je kan de twee teams tegelijk tegen elkaar laten strijden, of je kan elk team de proef laten uitvoeren en de tijd opnemen. Nadien bekijk je wie de snelste tijd behaalde.
-  Je kan de oefening moeilijker maken door bijvoorbeeld een balk te leggen waar de combinatie over moet als hindernis, of een parcours met enkele slalommen te voorzien.

9

Benodigdheden:

-  Twee blinddoeken

Wees actief op sociale media (Instagram/Facebook/Tik Tok)!
Plaats de sfeerbeelden online op jouw kanalen, tag ons
(@paardensportvlaanderen) en gebruik de volgende hashtags:
#fieropmijnsport #drétegenallenchallenge #paardensportvlaanderen.
