

WERKBLAD NON-VERBALE COMMUNICATIE

Deze oefening richt zich op de non-verbale communicatie. Sporters dienen met elkaar te communiceren zonder een woord te spreken. Goede sportteams als FC Barcelona blinken onder andere uit in non-verbale communicatie. Zij weten met een blik of beweging al wat ze van elkaar kunnen verwachten. Deze oefening leert sporters non-verbaal te communiceren en elkaar (nog beter) te leren kennen. Hoe maak je elkaar duidelijk wat er gaat gebeuren?

Oefening 1.

- Groepen van vijf sporters
- Vier ballen

Van de groep van vijf sporters heeft één speler de leiding. Sporter 1 coacht de anderen wat ze moeten doen, maar maakt hierbij alleen gebruik van non-verbale communicatie. Middels handen en voeten maakt sporter 1 duidelijk wat de overige vier moeten doen. Eén ronde duurt twee minuten, na elke ronde wordt de positie van leider gewisseld.

Oefening 2.

- Twee teams van drie sporters
- Eén bal

Twee teams van drie spelers spelen een partijvorm. De spelers op het veld mogen geen woord spreken en dienen elkaar middels handen en voeten te coachen.

De oefening kan moeilijker gemaakt worden door:

- Grotere partijen samen te stellen
- Het veld groter te maken
- Oordopjes te gebruiken
- .