

Elastiek

EMB



20

Doel

Zelf bewegen ondersteunen en stimuleren door elastieken. Eigen acties zetten direct een nieuwe beweging in gang

Materiaal

- Vario elastiek
- Brede "huis, tuin en keuken" elastiek
- Knoopsgaten elastiek
 - Of
- Beweegbox Elastiek
- Beschikbaar in de SpeelOtheek op Siza 's Koonings Jaght

Activiteit

1. De activiteit kan zowel zittend als liggend plaatsvinden
2. Onderzoek samen het elastiek.
Stimuleer de deelnemer om zelf zijn benen of armen aan te reiken. Bied de deelnemer voldoende ruimte en tijd om zelf het initiatief te nemen
3. Maak het elastiek vast aan de enkels, bovenbenen, armen of polsen van de deelnemer en vertel wat je doet.
4. Wanneer de deelnemer het elastiek aanspant, komt er een "bouncer" effect waarbij iedere beweging een andere beweging in gang zet. De bewegingen worden ondersteund en zijn daardoor makkelijker uit te voeren

Hoe zet ik het neer?

1. 1 begeleider op 1 deelnemer, de begeleider neemt plaats naast de deelnemer
2. Leg het benodigde materiaal in handbereik en in het zicht van de deelnemer

Let op!

- Blijf bij de deelnemer in verband met het gevaar tot strak trekken van een lange afvoerbuis, loslaten van het tape waardoor de scherpe randen bloot liggen
- Houdt in de gaten houden hoe de deelnemer blijft reageren, een strak gespannen elastiek is niet voor iedereen een lange tijd prettig

Te makkelijk of te moeilijk?

- Bevestig een ballon of belletje aan het elastiek, zodat het gaat meebewegen. De deelnemer ziet de ballon bewegen of hoort het belletje rinkelen
- Laat het elastiek delen met een ander persoon. Door de kracht en de weerstand is de ander voelbaar en is er de mogelijkheid om op elkaar te reageren