

Leskaart 2 Lopen op ritme (rekening houden met elkaar)

Doelstelling

- Energie losmaken.
- Rekening houden met elkaar.

Toelichting

- Dit is een opwarmer geschikt voor groepen die moeite hebben met rekening houden met elkaar. De kinderen leren ook om zich te concentreren (ze mogen niet praten tijdens de oefening.) Er wordt dus nadruk gelegd op de non-verbale communicatie.

Tijdsduur

- 5 tot 10 minuten.

Groepsgrootte

- Klassikaal, dit spel wordt gespeeld met de hele groep.

Materiaal

- Een instrument, waarmee je het ritme kunt aangeven.

Omschrijving

De kinderen lopen op het ritme, dat de leerkracht aangeeft met het instrument. Als het ritme versneld, moeten de kinderen harder gaan lopen, tot zelfs rennen. De kinderen lopen kriskras door elkaar heen. Een voorwaarde is dat de kinderen geen lichamelijk contact maken.

Regels

- Je houdt je aan het ritme dat wordt gegeven.
- Als het ritme stopt sta je stil.
- Er wordt niet gepraat tijdens het lopen, concentreer je op het ontwijken van de mede-lopers.

Variatie

- Splits de groep in tweeën, de twee groepen staan tegenover elkaar, en lopen op elkaar af, ook zonder elkaar te raken.