



Naam student	Bo Dutrieue	Leergroep	OLO 3B2
Naam mentor	Mevr. Cindy Van Severen Mevr. Veerle Van Roste	Klas	3A 3B
School	Basischool O.-L.-V.-Visitatie Mariakerke Elfnovemberstraat 23 9030 Mariakerke		

FICHE TUSSENDOORTJE – max. 10 min.

Focus op	<input type="checkbox"/> Beeld <input type="checkbox"/> Muzisch taalgebruik <input type="checkbox"/> Muziek <input type="checkbox"/> Talen <input checked="" type="checkbox"/> Bewegingsexpressie <input type="checkbox"/> Drama <input checked="" type="checkbox"/> Beweging <input type="checkbox"/>
Lesdoelen	<input type="checkbox"/> Concentratie <input type="checkbox"/> Fantasie <input checked="" type="checkbox"/> Sfeer
Bronnen	

Naam tussendoortje: Dierenyoga	
 7 min	
	

Verloop

Het is belangrijk dat de oefeningen rustig worden uitgevoerd, het doel is dan ook ‘rustig worden’.”

- Vleermuis: benen gespreid, romp naar voor buigen en armen gespreid.
- Konijn: op knieën zitten en helemaal naar voor buigen, armen samen brengen en naar achter doen.
- Nachtvlinder: op grond zitten met rechte rug, voetzolen tegen elkaar en knieën op grond proberen krijgen.
- Het is nacht: op grond neerliggen, benen gespreid en armen gespreid. Dit wordt een minuut volgehouden.