











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 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: Op tocht		
 5'		
		

Naam tussendoortje: Word eens wakker!		
 8 min	 Laptop met muziek (Samson en Gert: ochtendgymnastiek)	
		

Verloop + variatie

De leerkracht voert de bewegingen in spiegelbeeld uit en de leerlingen doen de bewegingen na.

- We rekken ons eens goed uit.
- Hoof laten rollen (4 keer draaien naar links, 4 keer draaien naar rechts.)
- Hoofd op en neer (6 tellen)
- Halve boog maken met armen en romp (4 tellen aanhouden links, 4 tellen aanhouden rechts, deze oefening wordt twee maal herhaald.)
- Romp naar voor buigen (4 tellen aanhouden- romp recht en oefeningen wordt nog eens herhaald.)
- Op en neer springen (6 sprongen)
- Linkerknie omhoog, rechterknie omhoog (6 tellen)
- Lang maken en naar voor buigen (oefening 2 maal herhaald)
- (Deze oefeningen worden uitgevoerd wanneer de strofes spelen van de muziek. Op het refrein worden de bewegingen uitgevoerd zoals in het liedje.)
- refrein: - Van ene been op andere been springen (4 tellen)
- Sprong naar achter en naar voor.
- Van ene been op andere been springen (4 tellen)
- Benen gespreid= rust
- Van ene been op andere been springen (4 tellen)
- Naar links en rechts springen, gespreid en gesloten.
- Van ene been op andere been springen (4 tellen)