

## Basiskaart bewegingsonderwijs groep 1

Doelen	Leerstofaanbod	Didactisch en pedagogisch handelen van de leerkracht	Leertijd
<p><u>Balanceren</u> Balanceren:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Loopt over een bank (met hindernissen).</li> <li>Loopt over een lijn op de grond (10 cm).</li> <li>Op/afstappen van verhoging (traplopen).</li> </ul> <p>Rijden:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Fietst met zijsteunen (driewieler).</li> </ul> <p>Glijden:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Glijdt vanaf een brede glijbaan.</li> </ul> <p>Acrobatiek:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Gaat op de rug van de ander zitten met de voeten los van de grond (scooter) met hulp van de leerkracht.</li> </ul> <p><u>Klimmen</u> Klauteren:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Klimt 2 meter omhoog opzij en naar beneden in een schuin wandrek.</li> </ul> <p><u>Zwaaïen</u> Schommelen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Schommelt op een schommel zonder zwaai-vermeerdering.</li> </ul> <p><u>Over de kop gaan</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Maakt een koprol op een hellend vlak met hulp van de leerkracht.</li> </ul> <p><u>Springen</u> Vrije sprongen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Veert op de kleuter- en/of minitrampoline.</li> <li>Springt en landt met 2 voeten tegelijk (vanuit stand).</li> <li>Springt met 2 benen naast elkaar 5 sprongen naar voren.</li> </ul> <p>Steunspringen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Wendsprong op de kast en eraf (2 delen).</li> <li>Wendsprong op de bank en eraf.</li> </ul> <p>Loopspringen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Slootje springen van mat naar mat (20 cm).</li> </ul> <p><u>Hardlopen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Rent bij tikkertje door de zaal heen.</li> </ul> <p><u>Mikken</u> Wegspelen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Werpt pittenzakken tegen een doel (kranten).</li> </ul> <p>Mikken:</p>	<p>Bronnen boek bewegingsonderwijs.</p>	<p><b>Didactische aanpak:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Differentiatie d.m.v. verschillende opstellingen.</li> <li>Uitbouw mogelijkheden t.a.v.: Het arrangement (hoogte, afstand etc.). De uitvoeringswijze (hanteren spel materiaal, uitvoering sprong, het landen). De reguleringswijze (manier van samenwerken of hulpverlening).</li> </ul> <p><b>Pedagogische aanpak:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Altijd een succeservaring creëren.</li> <li>Stimuleren.</li> <li>Complimenteren.</li> </ul> <p>Indeling op basis van homogene groepen of heterogene groepen (doelafhankelijk).</p>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mikt een bal of pittenzak op een groot doel (2 meter).</li> <li>• Schopt een bal richting een doel (2 meter).</li> </ul> <p><u>Jongleren</u></p> <p>Werpen en vangen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gooit een bal met 2 handen bovenhands.</li> <li>• Vangt een zelf opgegooide ballon.</li> </ul> <p>Soleren:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Houdt een ballon tikkend 10 seconden in de lucht.</li> <li>• Stuit een grote bal met twee handen en vangt hem op.</li> </ul> <p>Retourneren:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Houdt samen met een ander een ballon hoog.</li> </ul> <p><u>Doelspelen</u></p> <p>Keeperspelen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kent het spel chaosdoelenspel.</li> </ul> <p><u>Tikspelen</u></p> <p>Tikspelen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kent het spel 'vos kom uit je hol' en overlooptikkertje.</li> <li>• (zie hardlopen).</li> </ul> <p><u>Stoeispelen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Biedt weerstand wanneer een ander zijn/haar bal af probeert te pakken.</li> <li>• Trekt aan een stok.</li> </ul> <p><u>Bewegen op muziek</u></p> <p>Bewegen n.a.v. het tempo van de muziek:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoort het verschil tussen langzaam en snel.</li> </ul> <p>Bewegen n.a.v. de frasering in de muziek:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zet in en stopt op muziek.</li> </ul> <p>Een dans uitvoeren op muziek:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kan lichaamsdelen afzonderlijk bewegen.</li> </ul> <p><u>Helpen en opruimen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Brengt eigen bal terug naar de aangewezen plaats.</li> <li>• Helpt de leerkracht met opruimen van klein materiaal.</li> </ul> <p><u>Spelregels</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stopt en start bij signaal.</li> <li>• Hanteert eigen regels bij vrij spel.</li> <li>• Wacht op zijn/haar beurt.</li> <li>• Houdt zich bij eenvoudig spel aan de regels.</li> </ul> <p><u>Inzicht in en accepteren van eigen mogelijkheden</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Geeft aan wanneer hij/zij hulp nodig heeft.</li> <li>• Accepteert hulp van de leerkracht.</li> </ul>			
--	--	--	--

