

Zonder materiaal

Werkvorm:

Groep.

Nevendoel(en):

Opmerking

Materiaalbeschrijving

Werkwijze

Suggestie(s)

4 jr. tot 5 jr.	1. Staan op één been. 2. Staan op één been en handen zijwaarts. 3. Staan op één been en handen in de zij. 4. Staan op één been en handen boven het hoofd. 5. Over een lijn lopen.
5 jr. tot 5 jr. 6 mnd.	1. Hinken op voorkeursvoet. 2. Staan op één been, andere knie opgetrokken wisselen.
5 jr. 6 mnd tot 6 jr.	1. Hinken op linkervoet. Hinken op rechtervoet. 2. Achteruit hinken. 3. Staan op één been met gesloten ogen / handen zijwaarts / handen in lucht / in de zij.