

ERVARINGEN DELEN

De oefeningen komen uit het boek Rots en Water Basisschool Schoolbreed.

groep	nr en naam oefening	pag.	tijd	materialen	locatie
1-2	ballon opblazen en leeg laten lopen	46	5 min	-	gymzaal/s peelplaats.
1-2	handje klap doorgeven	23	5-10 min	-	gymzaal/klas
1-2	dansen op muziek	16	10-15 min	muziekspe ler	gymzaal/klas
1-2	-				
1-2	-				

groep	nr en naam oefening	pag.	tijd	materialen	locatie
3-4	55 luisteren door te kijken	118	5-10	-	gymzaal
3-4	80 rugduwen	157	10-15	-	gymzaal
3-4	36 lopen naar een bank; vertrouwen op je intuïtie	93	15-20	gymban ke n	gymzaal
3-4	42 vlammeende ogen	101	5-10	-	gymzaal
3-4	48 rots en water op het schoolplein	109	10-15	-	schoolplei n/ gymzaal

groep	nr en naam oefening	pag.	tijd	materialen	locatie
5-6	65 oogcontact maken	135	5-10	-	klas/ gymzaal
5-6	66 lichaamstaal	137	15-20	-	gymzaal
5-6	68 fluistertunnel	140	20-30	-	gymzaal
5-6	75 allemaal tegelijk vertellen	149	5-10 min	-	klas/ gymzaal
	55 luisteren door te kijken	118	5-10	-	gymzaal
5-6	80 rugduwen	157	10-15	-	gymzaal

groep	nr en naam oefening	pag.	tijd	materialen	locatie
7-8	96.zitcirkel	183	5-10 min	-	gymzaal.

7-8	97. koker met z'n alleen laten zakken	185	10-15 min	lange buis of stok	gymzaal/s peelplaats/ klas
7-8	94.get ready!	180	5 min	-	klas/ gymzaal
7-8	111. concentratiebattle	204	5-10 min	-	gymzaal/ klas
7-8	115 pyramide bouwen	211	15-20 min	-	gymzaal