



KLAP MEE OP HET RITME

Klap een ritme op de tafel. De leerlingen klappen het ritme na op hun tafel. Je varieert in snelheid en combinatie door steeds een ander ritme te klappen. Laat bij het klappen de handen vooral ook kruisen, waarbij de rechterhand over de ander gaat en andersom.

Variatie:

- Laat de leerlingen ritmes te klappen op de eigen benen, waarbij ze steeds kruisen.
- Samen: laat de leerlingen de ritmes klappen op de benen/rug van een klasgenoot.
- Laat de leerlingen een ritme klappen en tegelijkertijd de tafels opzeggen of een woord spellen.



DE LIGGENDE L EN VIER VINGERS

Houd beide handen met gebalde vuisten voor je. Steek nu met de linkerhand vier vingers op. Maak met de rechterhand met duim en wijsvinger een 'L'. Kantel de hand naar voren, zodat je een liggende L krijgt. Maak met beide handen een beweging naar links. Steek nu met de rechterhand vier vingers op. Maak met de linkerhand met duim en wijsvinger een liggende L. Maak met beide handen een beweging naar rechts.

Doe dit zo vaak als je wilt.

Variatie:

De liggende L en de V

Houd beide handen met gebalde vuisten voor je. Maak met de linkerhand de liggende 'L'. Maak met de rechterhand met de wijsvinger en middelvinger de 'V'. Maak nu een beweging naar rechts met beide armen. Maak nu met de rechterhand de liggende 'L' en met de linkerhand de 'V'. Maak nu een beweging naar links. Doe dit zo vaak als je wilt.



AMERIKAANS LIFTEN

De leerlingen zitten in een kring. Iedere leerling krijgt een nummer van 1 tot ?, afhankelijk van het aantal leerlingen. Dan begint het "liften". Iedereen doet ritmisch tegelijk mee met de volgende vier liftgebaren:

1. Met beide handen tegelijk klappen op de knieën/bovenbenen
2. In de handen klappen
3. Rechterduim over je linkerschouder bewegen
4. Linkerduim over je rechterschouder bewegen

Nummer 1 begint te liften. De rest volgt. Wanneer iedereen zijn rechterduim over de linkerschouder beweegt, noemt nummer 1 zijn eigen nummer, en wanneer hij zijn linker duim omhoog steekt, noemt hij een nummer van iemand anders uit de kring. Dan is degene met dat betreffende nummer aan de beurt om te gaan liften. Dit gaat door, totdat iemand zich vergist met een nummer, of vergeet te liften wanneer zijn nummer genoemd is. Deze persoon moet nu naar de laatste plaats/het laatste nummer. Iedereen schuift een plaatsje op. De nummering verandert.

Het doel is om te proberen om net zo lang geen fouten te maken, totdat je op nummer 1 zit.



GROEPSFORM
GROEP

OPSTELLING
IN DE KRING OF ZITTEND

VOORBEREIDING
GEEN