

Inspiratieposter Bewegingsintegratie

Breng je klas in beweging met onderstaande bewegingstips!

Wist je dat?

Beweging tijdens cognitieve taken de taakgerichtheid van leerlingen stimuleert, een belangrijke voorspeller van betere schoolprestaties. *

*Mullender-Wijnsma et al., 2015

Bewegingstussendoortje

De vloer is lava

Tijd: 2 min.

Opstelling: De leerlingen zitten op hun stoel.

Verloop: Van zodra de leerkracht "start" zegt, mogen de leerlingen de grond niet meer aanraken. Wie dit het langste volhoudt, wint. Het tussendoortje kan moeilijker gemaakt worden door het toevoegen van regels, zoals:

- hou je benen in een hoek van 90°
- zet je met je zitvlak op de rand van de stoel en houd je benen gestrekt.
- ...

Actieve werkvorm

Tijd: 15 min.

Materiaal: Voorwerpen, begrippenkaartjes of afbeeldingen gerelateerd aan de leerinhoud.

Opstelling: Rond een tafel met daarop het materiaal.

Verloop: Bespreek wat er op de tafel ligt. Eén leerling verlaat de klas, daarna nemen de andere leerlingen 1 voorwerp op de tafel weg. De leerling die uit de klas was, raadt wat er weggenomen is.

Variaties:

- 2 voorwerpen wegnemen
- 2 leerlingen buiten sturen
- Theoretische toelichting geven bij wat weg is.

Bewegend leren

Bewegend verbeteren

Tijd: 1 - 5 min.

Opstelling: Leerlingen staan achter hun bank.

Verloop: Bij het verbeteren van waar/niet waar, multiple choice of ranking opdrachten, laat je de leerlingen rechtstaan en een beweging uitvoeren die correspondeert met een optie binnen de antwoorden, bv.:
antwoord a = linkerarm opsteken, antwoord b = rechterarm opsteken, antwoord c = rechterknie optrekken, ...

**MOVE
UP²
LEARN**

IMS



SCAN ME

Move Up 2 Learn: een praktijkwetenschappelijk onderzoeksproject van AP naar bewegingsintegratie in het secundair onderwijs, in samenwerking met IMS Borgerhout

Wil je meer info? Surf naar www.ap.be/project/move-2-learn