

Inspiratieposter Bewegingsintegratie

Breng je klas in beweging met onderstaande bewegingstips!

Bewegend leren

Etiketten kleven

Tijd: 5 min.

Materiaal: Begrippenkaartjes of opdrachten & oplossing.

Opstelling: 2 groepen

Verloop: De ene groep kleeft op enkele lichaamsdelen een aantal kaartjes (bv. 3) met verschillende opdrachten/bewerkingen. De andere groep kleeft op enkele lichaamsdelen de oplossingen. De leerlingen wandelen doorheen de klas en zoeken de juiste oplossing bij hun opdracht of omgekeerd. Hebben zij een match gevonden? Dan kleeft de leerling met de oplossing het kaartje op de leerling met de opdracht/bewerking.

Variant: de leerlingen kleven de beenderen van het skelet op hun eigen lichaam. Ze lopen rond en controleren bij elkaar of de beenderen op de juiste plaats hangen.

Bewegingstussendoortje

Tijd: 3 min.

Opstelling: Leerlingen staan achter hun bank.

Verloop:

- Leerlingen ademen 5 keer diep in en uit.
- Leerlingen springen 10 keer op en neer.
- Leerlingen sprinten 30 sec. ter plaatse.
- Leerlingen voeren 10 jumping jacks uit.
-

Actieve werkvorm

Tijd: 15 min.

Materiaal: 2 dobbelstenen vooraan of in het midden van de klas. Op de vlakken van een dobbelsteen staan bij het bespreken van een tekst bijvoorbeeld de woorden: 'waarom', 'wat', 'wanneer', 'hoe', 'wie' en 'waar' en op de andere dobbelsteen bijvoorbeeld: 'is', 'kan', 'zal', 'wil', 'doet' en 'heeft'.

Opstelling: Leerlingen worden verdeeld in groepen.

Verloop: De 1e leerling dobbelt met één of meer dobbelstenen. Met de woorden die van boven liggen na de worp maakt de dobbelaar een vraag. Die vraag wordt dan beantwoord door de andere groep. Zo komt elke leerling in de groep aan beurt om te dobbelen. Achteraf volgt een klassikale bespreking, waarin de gestelde vragen aan bod komen.

Wist je dat?

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

*Mullender-Wijnsma et al., 2015

MOVE UP 2 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