

Activiteit 2: Bewegingsexpressie of dans: Dansen of handen wassen?



alleen (of met meer) 5 -10 minuten



iedereen



buiten/binnen



- muziek

1. De activiteit

- 1) Voer allerlei dagdagelijkse bewegingen uit op de muziek: tanden poetsen, handen wassen, de grond vegen, je bed opdekken, handen klappen, typen, schrijven, wandelen, ...
- 2) Voer elke beweging in het groot uit maar ook in het klein.
- 3) Probeer eens 8 tellen je handen te wassen? Als dit goed lukt, kan je nog andere bewegingen 8 tellen proberen uit te voeren.
- 4) Plak 4 bewegingen achter elkaar waarbij je rekening houdt met de 8 tellen en wissel af door de bewegingen groot, klein of gewoon uit te voeren.

