



Handstanden docenten instructies

- We adviseren om bij de instructie een duidelijk voorbeeld te geven aan de kinderen over hoe de oefening moet die op de kijkwijzers staat.
- Een goede handstand duurt 3 tot 5 tellen. Langer mag, maar hoeft niet.
- Met de kaarten kunnen de kinderen zelfstandig werken. Het is echter belangrijk dat er altijd een begeleider bij de kinderen is die let op de veiligheid en of ze de oefening goed uitvoeren.

Kies het goede niveau

Elke kaart heeft in de balk een niveau aanduiding. Hoe meer sterren hoe moeilijker. Kijk in het schema om te zien welke kijkwijzer geschikt is voor uw klassen.

	sterren	Groep 1 + 2 4-6 jaar	Groep 3 + 4 6-8 jaar	Groep 5 + 6 8-10 jaar	Groep 7 + 8 10-12 jaar
1 spinnetje	♦	✓	✓	✓	✓
2 recht spinnetje	♦♦♦			✓	✓
3 handstand tegen de muur met hulp	♦♦♦			✓	✓
4 handstand tegen de muur	♦♦♦			✓	✓
6 handstand tegen arm	♦♦♦♦			✓	✓
7 handstand	♦♦♦♦			✓	✓
8 handstand doorrol	♦♦♦♦			✓	✓
10 handstand tegen de muur met twee	♦♦♦♦			✓	✓
11 handstand tegen de muur met twee	♦♦♦♦				✓

Deze indeling is global. Er zijn nu eenmaal getalenteerde kinderen en minder getalenteerde kinderen. Het is aan de lesgever om te bepalen wat het niveau is van het kind.

Verdere tips

- bij het werken met twee of drietalen; laat één kind de oefening doen.
Vraag aan de ander:
"Wat doet hij goed? Wijs maar aan op de kaart.
Wat kan nog beter? Wijs eens aan op de kaart."
- Zo geven ze elkaar aanwijzingen en complimenten.
- Als alle kinderen in de klas in tweetallen of drietalen werken, leren ze goed te kijken naar de kijkwijzer, elkaar aanwijzingen te geven en elkaar te helpen.

Presentatie

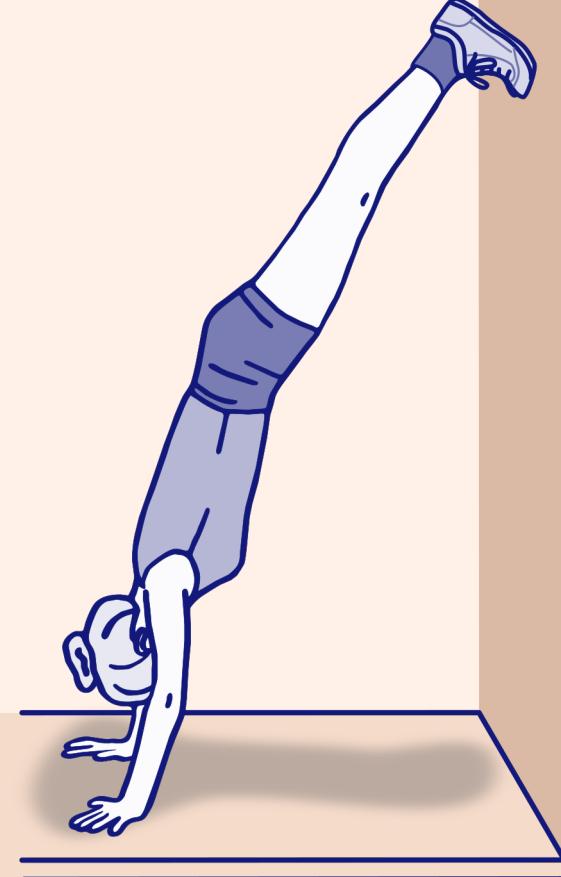
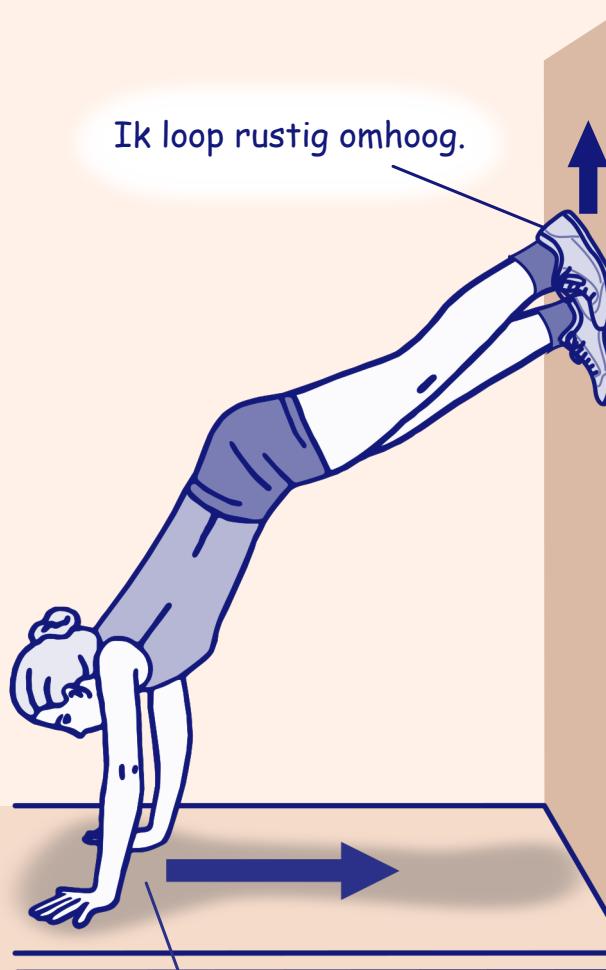
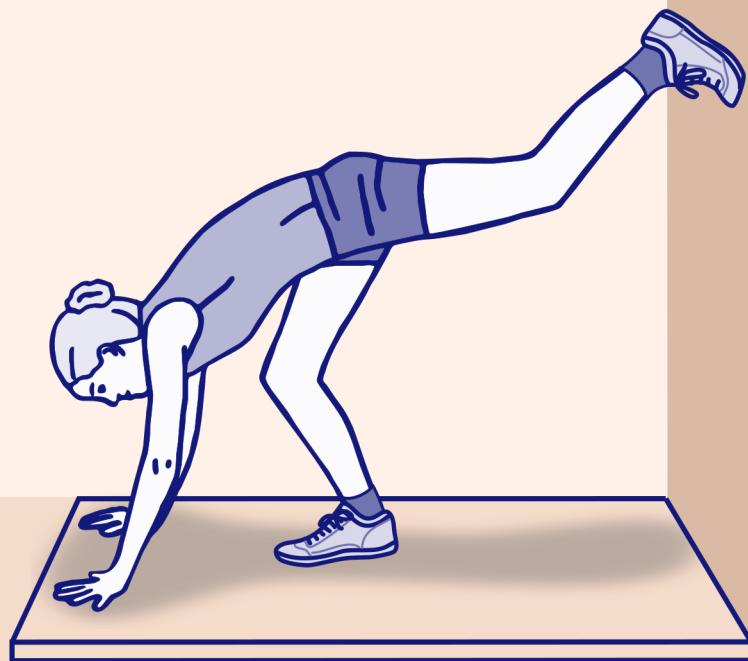
Kinderen die hard gewerkt hebben en een goede handstand hebben geleerd, vinden het vaak erg leuk om dit aan de klas te laten zien. Het is leuk om dit aan het einde van de les met een paar vrijwilligers te doen.

Wij wensen je veel plezier met het gebruik van deze set handstanden.



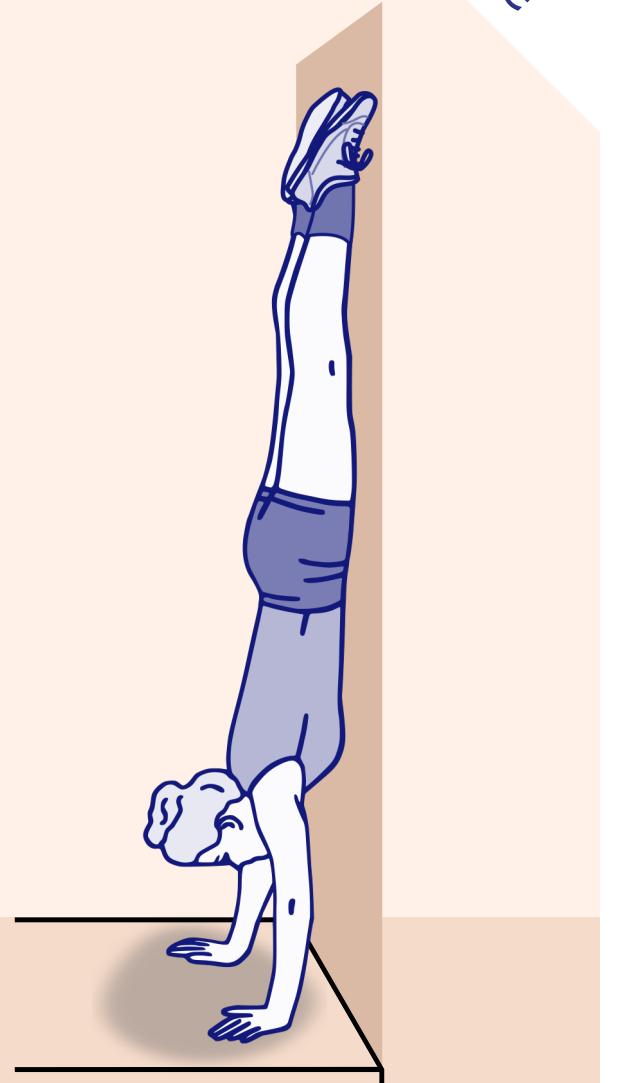
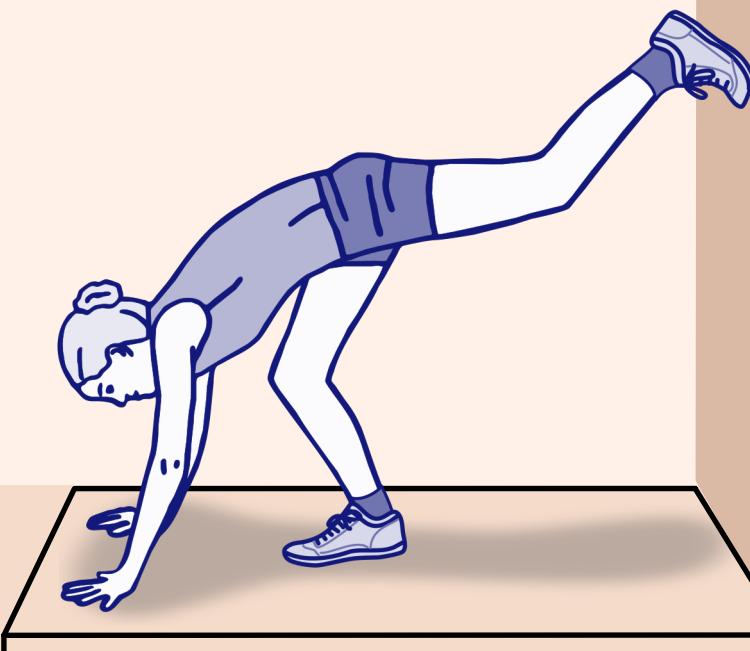
1
handstanden
★

spinetje



Ik schuif rustig naar de muur.

2
handstanden
★ ★ ★

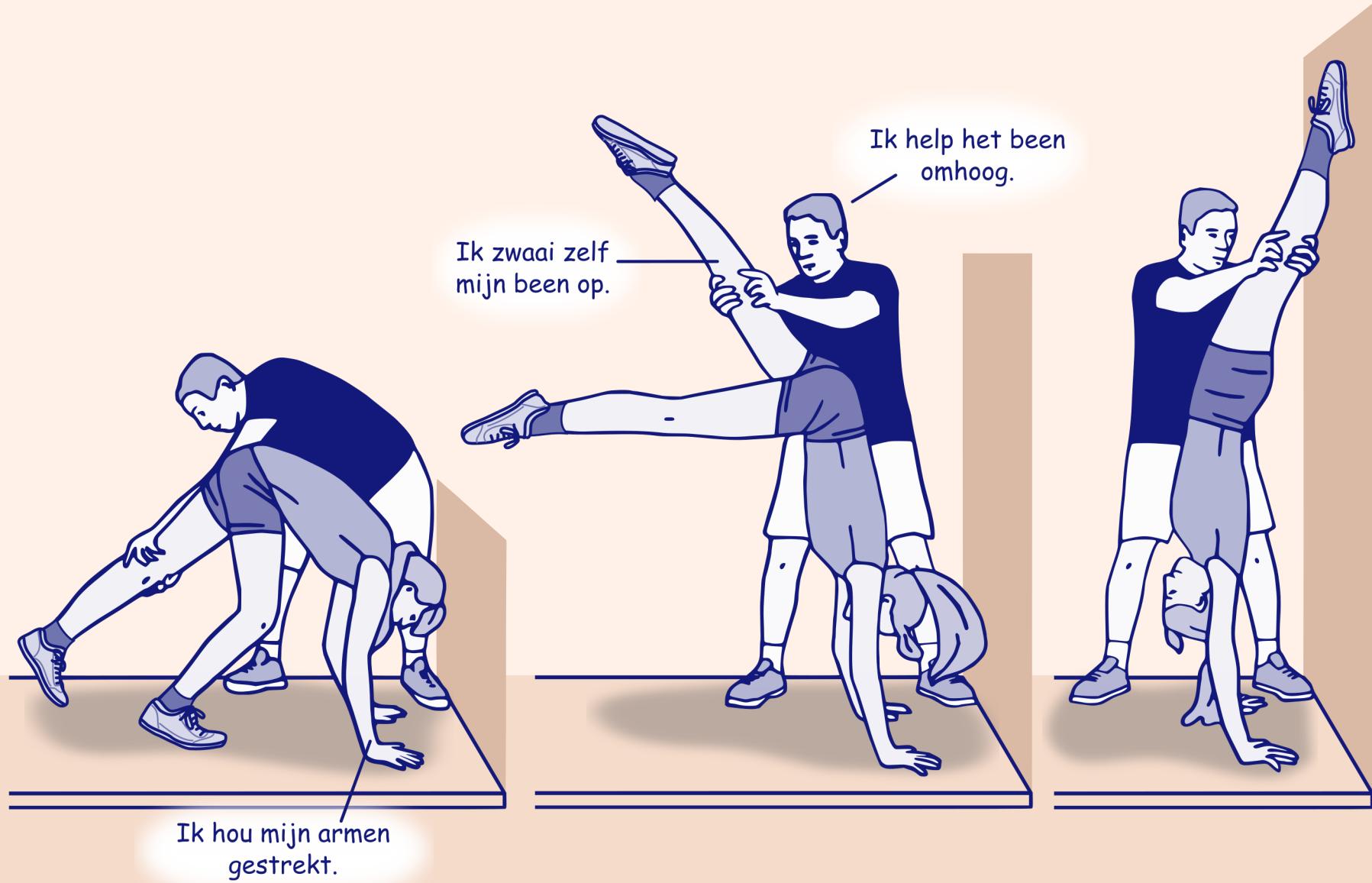


recht
spinnetje

3
handstanden

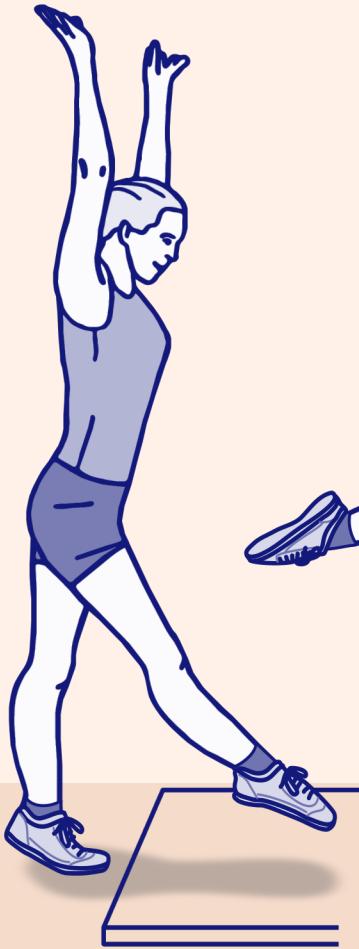
Deze oefening kan ook met 2 helpers.
Elke helper tilt één been.

tegen de
muur met hulp

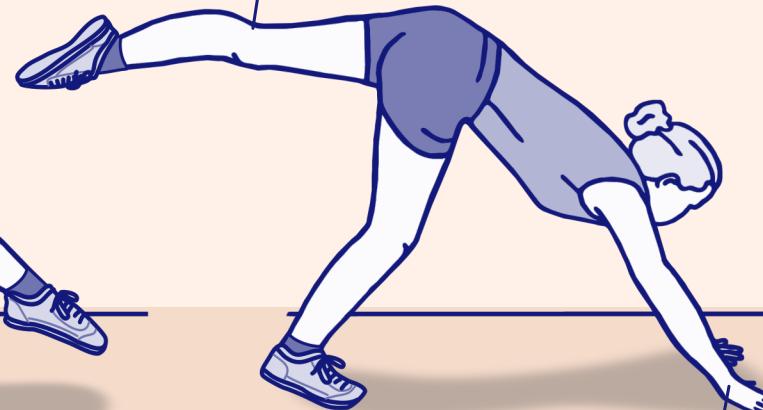


4
handstanden
★ ★ ★

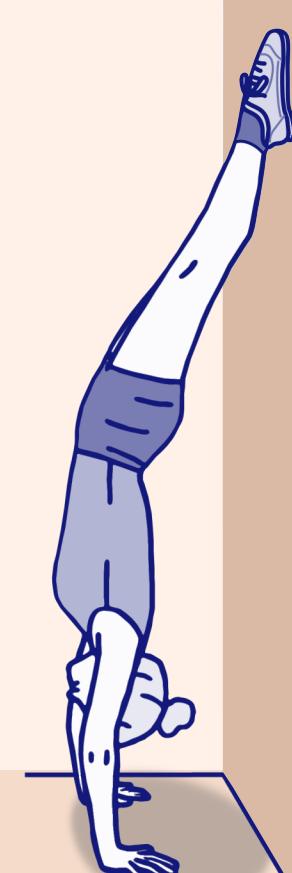
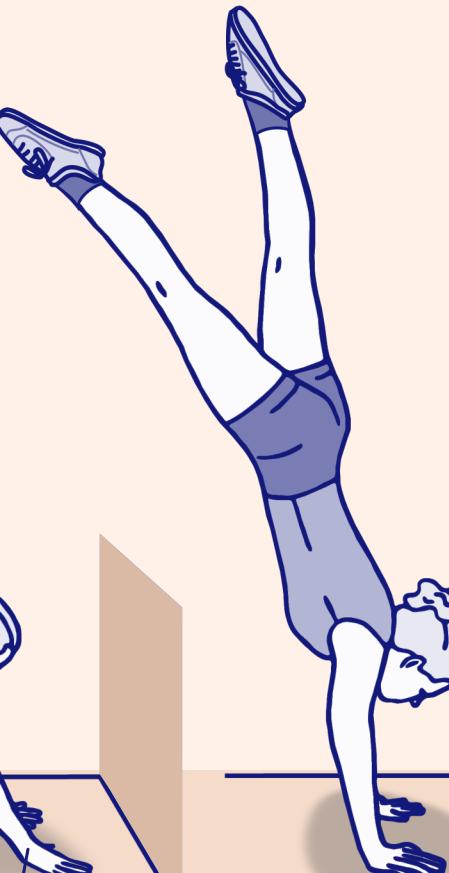
handstand
tegen de muur



Ik zwaai mijn
been op.

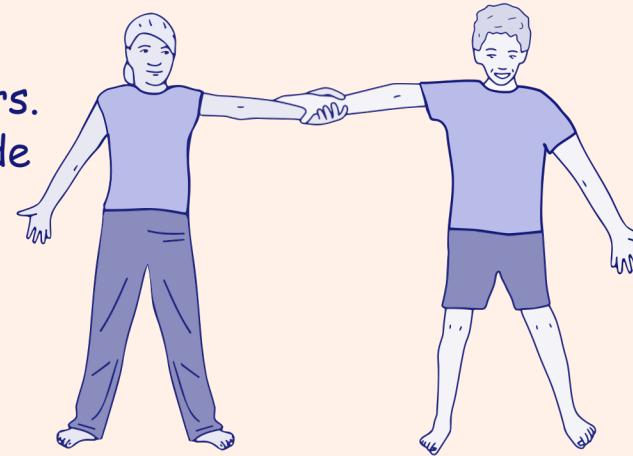


Ik hou mijn armen
gestrekt.



5
handstanden
★ ★ ★

Deze oefening kan ook met 2 helpers.
Geef elkaar een hand en help met de
andere hand mee.

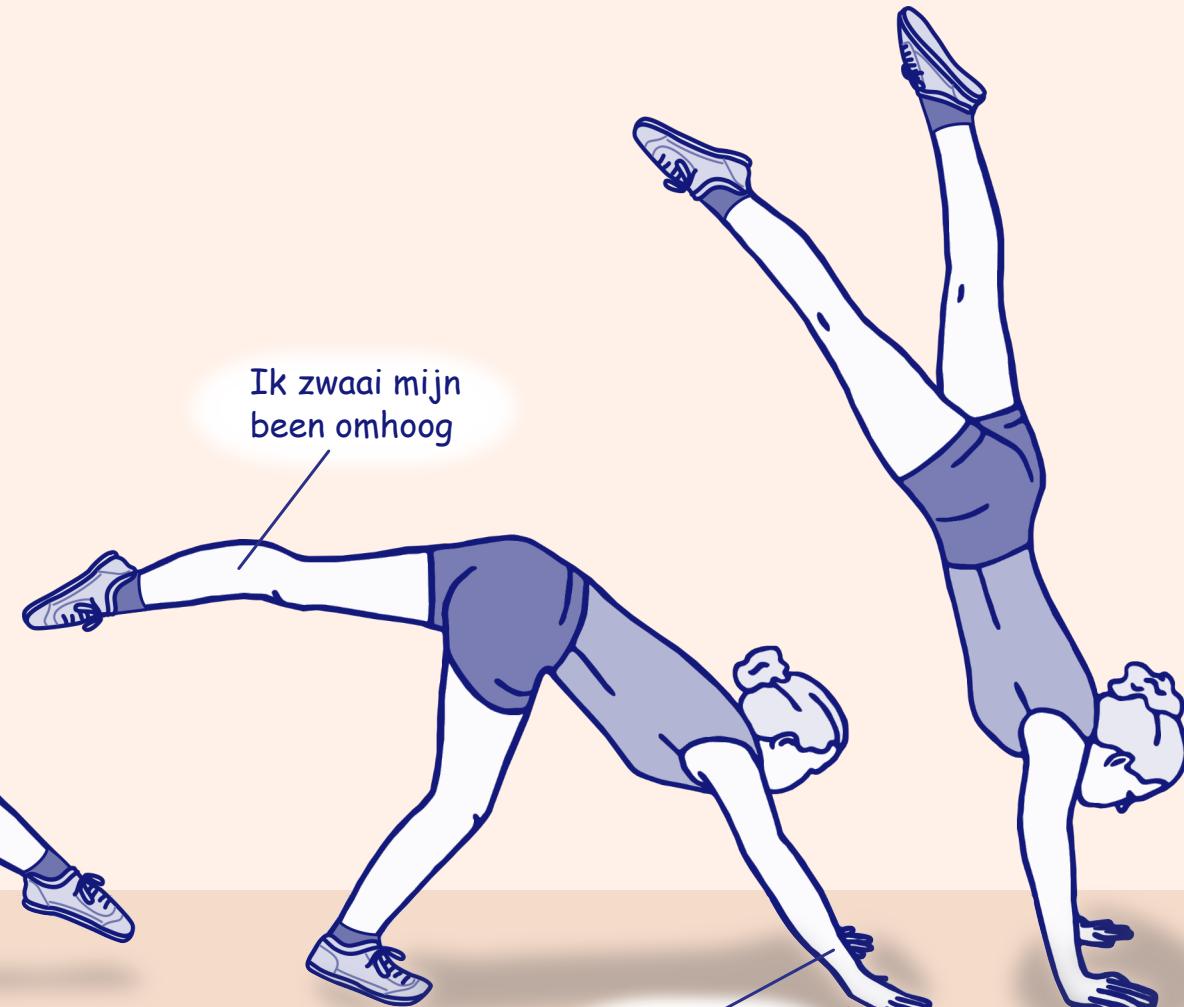
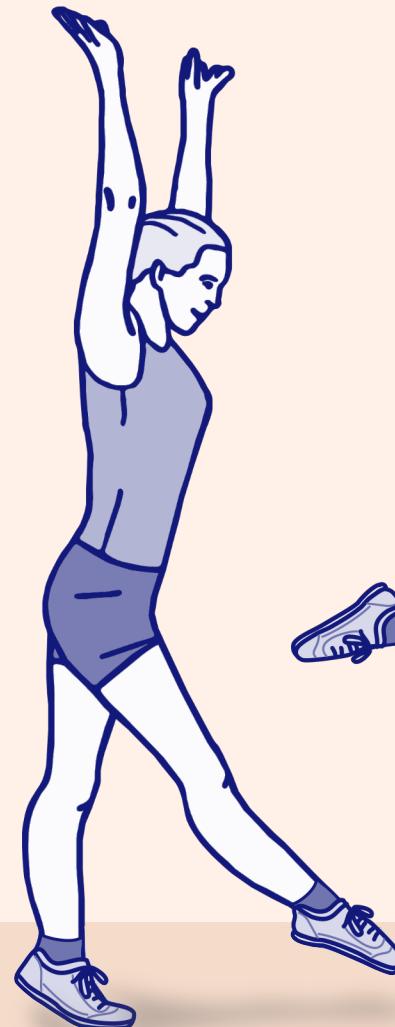


handstand
tegen arm

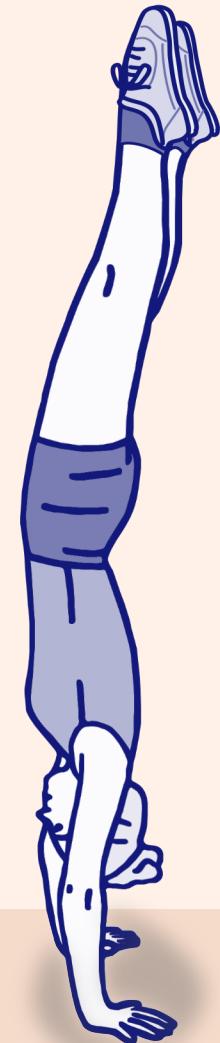


6
handstanden

handstand



Ik zwaai mijn
been omhoog

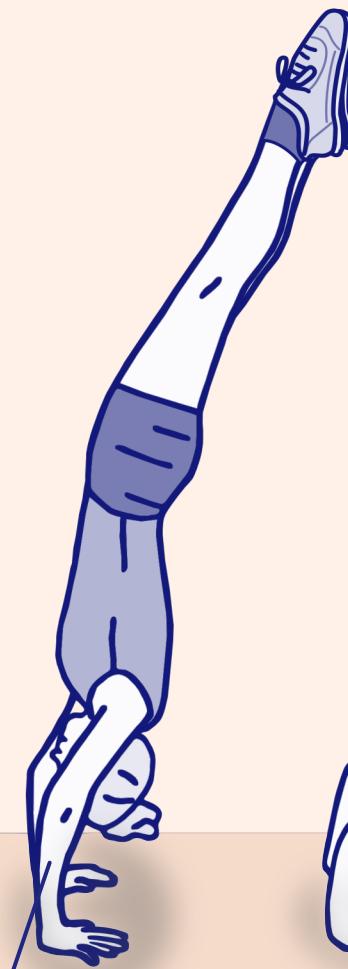


Ik hou mijn
armen recht

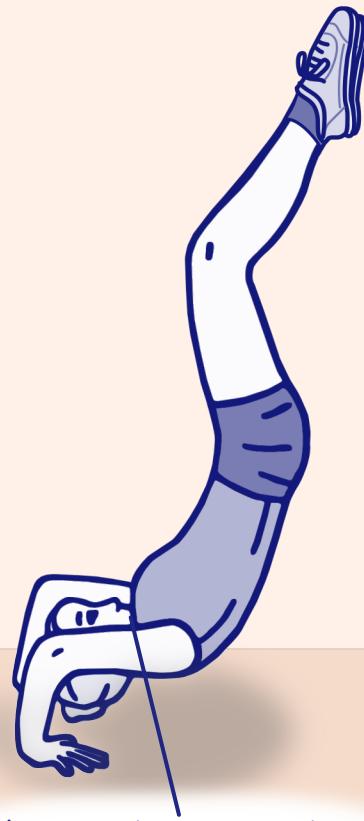
1
handstanden
★ ★ ★



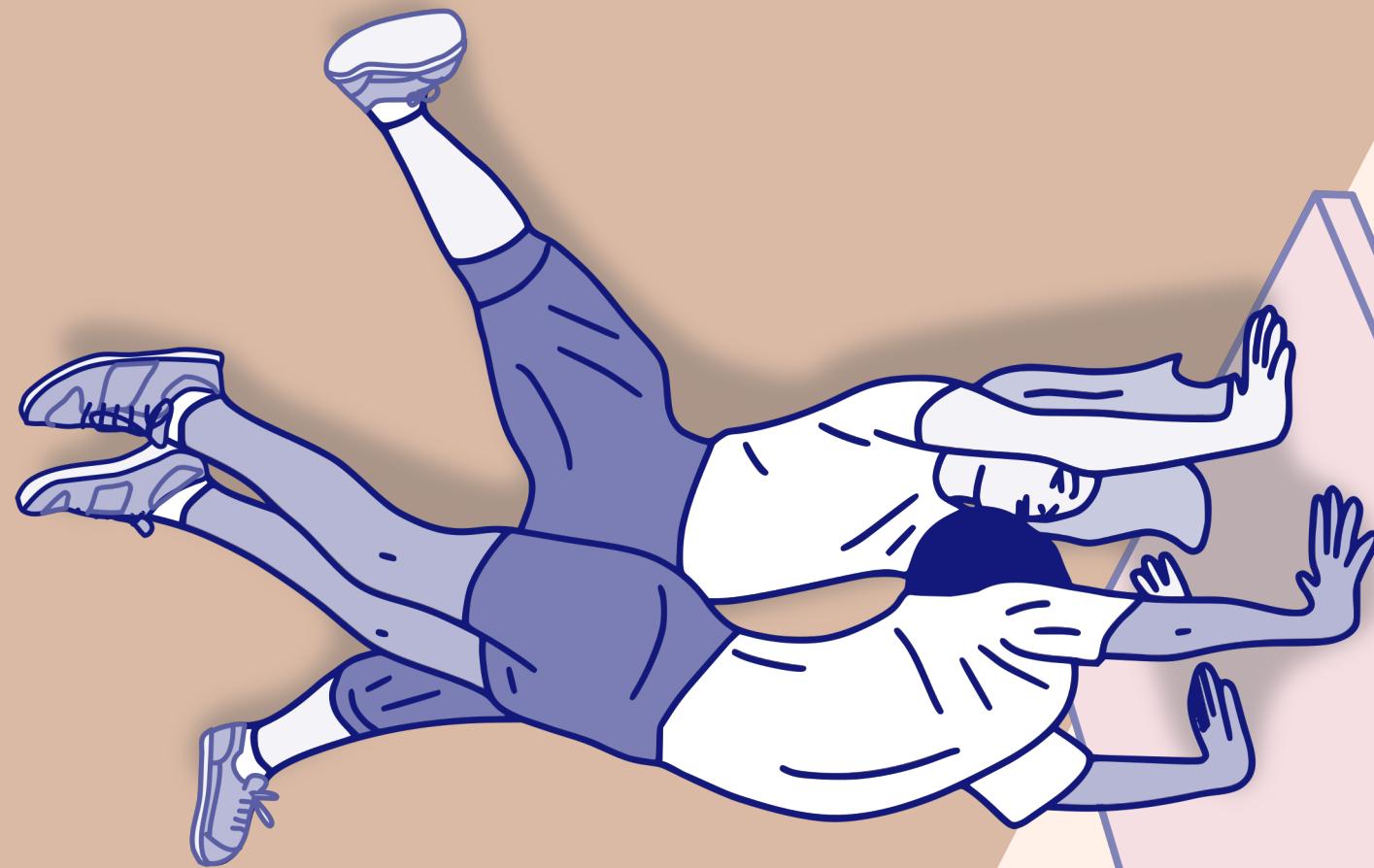
Ik val rustig door.



Ik doe mijn kin op mijn borst
en maak me klein.



handstand
doorrol



tegen de
muur met twee

8
handstanden

tegen de
muur met drie

9
handstanden

