

Bewegen op muziek

Thema: buitensporten



20

Doel

- Plezier
- Ontspannen
- Zelfvertrouwen opbouwen
- Verbeteren motorische en conditionele ontwikkeling

Materiaal

- Muziekbox
- Telefoon met afspeellijst

Activiteit

1. Met de muziek meedoen
2. Eigen dans bedenken
3. Tiktokdansjes oefenen en opnemen

Hoe zet je het neer?

1. N.V.T.

Let op!

- Zoek een veilige plek, zoals een lege parkeerplaats, park of gewoon in de achtertuin.
- Zorg voor genoeg ruimte.

Te makkelijk?

- Zoek een dans die je nog niet kent en probeer hem aan te leren.
- Probeer verschillende dansstijlen uit (hiphop, breakdance etc.).

Te moeilijk?

- Luister naar de tekst en maak de bewegingen die gezongen worden "doe je handen maar omhoog en zwaai van links naar rechts, Kinderen voor Kinderen".