



MEDILEX
ONDERWIJS

MEESTERS IN SCHOLING

> www.medilexonderwijs.nl



Bewegend leren is een feestje!

Kom tegemoet aan de natuurlijke bewegingsdrang van je leerlingen

Sylvia Goossens - mede-oprichter van het platform 'Dynamische schooldag'



Met taal en rekenen zijn positieve resultaten merkbaar wanneer leerlingen veel bewegen tijdens de les. Los van het feit dat je leerlingen enthousiast en betrokken meedoen met een les waarbij ze mogen bewegen, komen er stoffjes vrij in de hersenen waardoor leren makkelijker wordt. Speciaal voor jou heeft Sylvia Goossens drie geschikte beweegactiviteiten beschreven die je morgen direct met je klas kan uitvoeren.

Werkvorm 1

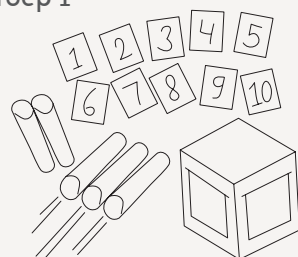
Springen op de getallenlijn

Uit onderzoek van Link, Moeller, Huber e.a. (2013) is gebleken dat kinderen die op jonge leeftijd veel rekenen op een getallenlijn, een betere basis hebben voor rekenen dan kinderen die dit niet doen.

Een mooie reden om vanaf groep 1 met de getallenlijn aan de slag te gaan dus!

Wat heb je nodig?

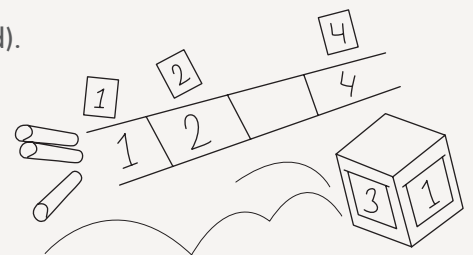
Getalkaartjes t/m 10, stoepkrijt (of schilderstape,



als je dit binnen wil doen) en een grote dobbelsteen met op elke kant een insteekhoes (kan eventueel ook zonder).

Hoe werkt het?

Teken een getallenlijn op het schoolplein en zet hier de getallen 1 t/m 10 bij. Stop een aantal getalkaartjes in de dobbelsteen. Laat kinderen gooien met de dobbelsteen. Het getal dat ze gooien, zoeken ze op de getallenlijn. Ze kunnen hier eventueel ook het kaartje neerleggen, dan mogen ze daarna weer een nieuw kaartje in de dobbelsteen stoppen (zo blijft het vernieuwend).

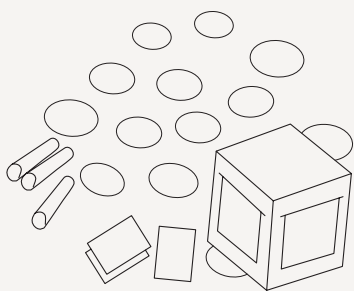


De kinderen springen vervolgens langs alle stappen van de getallenlijn, zodat ze hardop tellen tot 10. Een variant kan zijn dat de kinderen vanaf het getal dat ze hebben neergelegd doortellen tot 10.

Uitbreiding voor andere groepen

Uitbreiden kan heel makkelijk door je getallenlijn aan te passen en andere getalkaartjes in de dobbelsteen te stoppen. Bijvoorbeeld bij het rekenen tot een miljoen, kies je voor stappen van 100.000. Gooit een kind 549.000? Dan laat je hem eerst het kaartje bij de juiste plek leggen, vervolgens de stap na 549.000 benoemen (600.000) en vanaf daar doortellen naar 1 miljoen.

Werkvorm 2 Twister en leren



Wat heb je nodig?

Een twisterveld (kan eventueel ook op het schoolplein met stoepkrijt worden gemaakt, of met gekleurde blaadjes op de grond), opdrachtkaartjes en een dobbelsteen met insteekhoesjes (kan eventueel ook zonder).

Hoe werkt het?

Schrijf van tevoren in het Twisterveld op wat de kinderen gaan leren. Verwerk bijvoorbeeld je spellingsles in de activiteit, door woorden uit het dictee op te schrijven. Maak opdrachtkaarten die bij de woorden passen. Je kan dan denken aan de categorieën die bij de woorden horen. In de dobbelsteen stop je kaartjes waar 'linkervoet' 'rechervoet' 'linkerhand' en 'rechterhand' op staat.

De kinderen spelen nu samen het Twisterspel. Een kind leest een opdracht voor vanaf het opdrachtkaartje en gooit met de dobbelsteen. Die worp bepaalt welke hand/voet het kind die Twister speelt op het goede antwoord moet zetten.



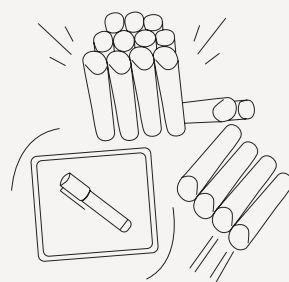
Voorbeeld

Op het opdrachtkaartje staat 'lange klank'. Leerling A leest dit voor en gooit met de dobbelsteen. Op de dobbelsteen staat 'rechervoet'. Leerling B zet zijn rechervoet nu op een woord in het Twisterveld waar een lange klank in zit (bijvoorbeeld koken). Na een paar woorden wisselen de kinderen van rol.

Heb je geen dobbelsteen met insteekhoesjes? Dan kun je de kaartjes ook op een stapeltje leggen en de kinderen de kaartjes laten omdraaien.

Werkvorm 3 Hinkelbanen

Persoonlijk noem ik ze liever 'hindernisbanen', omdat niet elk kind goed kan hinkelen (en op een hindernisbaan ligt de focus meer op andere bewegingen. Dus iedereen kan mee doen). Maar het principe is hetzelfde en kinderen vinden het waanzinnig leuk!



Wat heb je nodig?

Stoepkrijt, veel stoepkrijt! Wisbordjes (kan ook zonder).

Hoe werkt het?

Teken op het plein een hindernisbaan. Wees creatief! In plaats van hinkelen met 1 en 2 benen, kan je ook over bergen of rivieren springen, over lijnen lopen, met kikkersprongen over bladeren springen, langs sterren zweven. Of teken Nederland in het klein en laat kinderen langs de provincies lopen. Nogmaals: wees creatief. Als de baan af is, leg je op de baan op een aantal plekken wisbordjes met opdrachten. Bijvoorbeeld: sommen oplossen, een woord met een d bedenken, rijmwoorden opnoemen, een zin ontleden... De mogelijkheden zijn eindeloos. Heb je geen wisbordjes?

Dan teken je de opdrachten met stoepkrijt in je hindernisbaan.

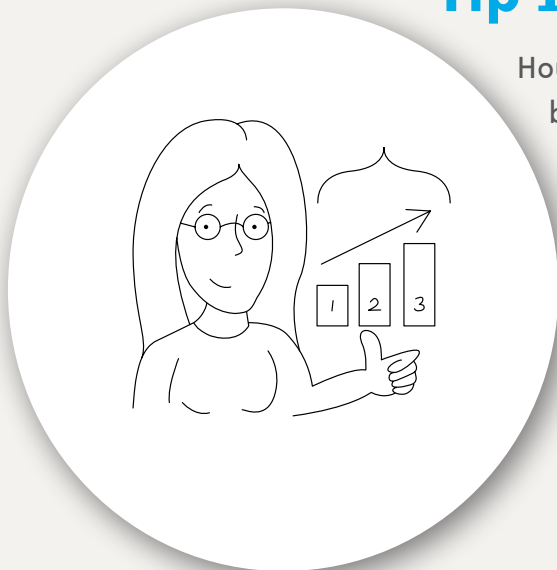
$$6 \times 7$$
$$8 \times 3$$

Tips voor het maken van de hindernisbaan

Om het extra leuk te maken kan je natuurlijk gebruik maken van je plein: betrek bijvoorbeeld een speeltoestel in je baan. Nog een leuke extra toevoeging is om in de bovenbouw de kinderen zelf hun banen te laten ontwerpen. Als je opdrachten op wisbordjes schrijft, kan je de wisbordjes daarna aanpassen met opdrachten voor de onder- en middenbouw.

***Wanneer je bezig bent met een bewegend leren activiteit,
is het goed om deze tips in je achterhoofd te houden:***

Tip 1

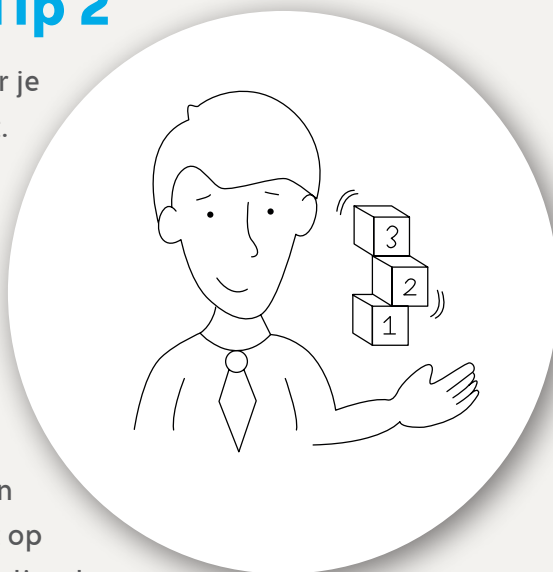


Houd rekening met niveauverschillen. Vaak zien we bij bewegend leren activiteiten dat die op 1 niveau uitgevoerd worden. Maar kan dat wel, als je in je reguliere rekenles al op 3 niveaus werkt? Geef je leerlingen bijvoorbeeld allemaal dezelfde opdracht, maar differentieer op inhoud. Zo laat je bijvoorbeeld je leerlingen die E3 leesniveau beheersen de roze kaartjes lezen, leerlingen die op E4 niveau lezen geef je groene kaartjes en leerlingen met E5 lezen de gele kaarten.

Tip 2

Elke beweegactiviteit heeft motorische uitdagingen voor je leerlingen. Vergeet de motorische niveauverschillen niet.

Hoewel het simpel lijkt, kan 'op een stoel staan' een heel uitdagende activiteit zijn voor veel kinderen. Het vraagt immers veel van je balansvaardigheden. Deze zijn helaas bij steeds minder kinderen voldoende ontwikkeld. Op je stoel staan kan dus motorisch lastig zijn en dat maakt dat kinderen meer bezig zijn met de motorische activiteit dan met het leren. Als dat je doel is, is er niets aan de hand. Maar wil je dat kinderen met lesstof bezig zijn? Zorg dan dat je ook op motorisch niveau differentieert.



Tip 3

Werk in kleine groepjes. Hoe kleiner de groepjes, hoe groter de betrokkenheid van de kinderen. Een activiteit uitleggen of het spel voorspelen kan je in de grote groep doen, maar ga zo snel mogelijk naar kleinere groepjes.

Tip 4

Denk na over hoeveel er geleerd wordt en hoeveel er bewogen wordt. Bij een Zweeds loopspel wordt er bijvoorbeeld heel veel bewogen, maar maken de kinderen relatief weinig opdrachten in een lange periode. Als kinderen 15 minuten aan het rennen zijn en na die 15 minuten 10 vragen gemaakt hebben, is de leeropbrengst dan voldoende?



Tip 5



Let ook op of alle kinderen wel tot leren komen.

Stel je laat kinderen een tikspel spelen en je geeft ze de opdracht om een som te maken als ze getikt zijn. Dat klinkt als een prima opdracht. Maar wat als een kind niet getikt wordt? Kinderen die goed kunnen rennen, zullen weinig opdrachten gedaan hebben na jouw activiteit. Terwijl kinderen die snel getikt worden, heel veel opdrachten gemaakt hebben. Hoe zorg je dat elk kind evenveel opdrachten gemaakt heeft?

Congres



Bewegend leren

Integreer beweging in je dagelijkse lessen

www.medilexonderwijs.nl/bewegendleren



Sylvia Goossens

Sylvia is onder andere bekend van haar boek: 'Bewegend leren'. Daarnaast staat ze zelf voor de klas (groep 8) waarin ze veel doet met bewegend leren. Zij is mede-oprichter van het platform 'Dynamische schooldag'. Ook geeft zij op verschillende scholen workshops.

