

Lesvoorbereiding Multimove: **Helden** (90-120 min)

Leeftijd: 3-5 jaar

Aantal: 15-30

Extra Materiaal:



	Beschrijving	Organisatie/ didactiek
Opwarming (+/- 15min)	<p>Elke opdracht 2x uitvoeren, 1 om te proberen de andere als "wedstrijdje"</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Om het snelst naar overkant lopen</li><li>2. Idem maar achteruit</li><li>3. Op hdn en vtn</li><li>4. Al springend op 1 been</li><li>5. Tikspel: De held (Mega Toby of Mindy) heeft een hesje aan en probeert alle boeven te vangen (tikken) als er een boef getikt wordt, wordt die ook een held en gaat eerst bij de lkr een hesje halen en gaat dan mee de andere boeven tikken. Welke boef blijft als laatste over, die krijgt 1 goudstuk. Speel dit een paar keer (telkens andere boef), welke boef heeft het meeste goud.</li></ol>	Een superheld kan snel lopen en op verschillende manieren
Kern	<p>Overal in de zaal staan banken kegels, stokken, hoepels,...</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. De kinderen lopen id zaal en moeten op signaal over 1 vd hindernissen springen naar keuze.</li><li>2. Op een 2<sup>e</sup> signaal moeten ze 1/2/3 vd voorwerpen zo hoog mogelijk opheffen.</li><li>3. Gebruik de 2 sign door elkaar</li></ol> <p>Leg 4 banken id breedte achter elkaar en maar 2 à 3 rijen kinderen en laat ze volgende opdrachten uitvoeren:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. 2vtn op bank bij het overlopen</li><li>2. Slechts 1 vt mag op de bank komen bij overlopen</li><li>3. Proberen om direct over de bank te stappen/ springen</li></ol>	Een held kan veel dragen en springt over moeilijke hindernissen wat wij vdg ook gaan doen

	<p>wie het kan.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. 2vtn op bank en zo hoog mogelijk afspringen</li> <li>5. Idem maar ½ draai id lucht</li> <li>6. 2hdn op de bank en soort wende sprong/ stap over de bank maken</li> </ol> <p>bouw nu een soort parcours in 2 voud, 3 als je genoeg materiaal hebt:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Start met 4 hoepels achter elkaar met dan een bank in de lengte. Daarna 2 banken id breedte (zoals vorige oef) waar ze over moeten met een opdracht, gevolgd door een omgekeerde bank id lengte met daarachter direct een trampoline en een plint (niet te hoog) id lengte waar ze op moeten geraken en als laatste springen ze hier van af op de val mat en achteraan de groep weer aansluiten.</li> <li>2. Idem maar de helden moeten nu ook de schatten (bal/ pittenzak/ballon/...) overdragen naar de kluis (een doos achter de valmat). Indien ze het onder de knie hebben kunnen de 2 groepen tegen elkaar strijden wie het meeste goud kan redden. Proberen om 2 of 3 goudstukken tegelijk over te brengen.</li> <li>3. Je kan ze ook de omgekeerde weg laten afleggen als boef. Ze stelen vd kluis en proberen via de omgekeerde weg te ontsnappen (als ze vallen of het goud valt zijn ze hun goud kwijt ad politie (lkr) welke groep heeft het meeste goud uit de kluis gekregen)</li> </ol>	<p>Zorg voor voldoende veiligheid!!</p> <p>De held moet dit parcours tot een goed einde brengen als hij de boef wilt verslaan en de schatten/ de ontvoerde kinderen wil terugbrengen... Hoepels kunnen in hinkelspelvorm geplaatst worden. Id hoepels met 2vtn samen of op 1 been springen door de hoepels, keuze genoeg. Anderen spring opstellingen mogen er altijd bij gezet worden (multikegels met stokken erin).</p> <p>De lkr kan ook de dief spelen waardoor ze eerst het geld (verdeeld over 3 plaatsen (hoepels)) moet weghalen bij de dief als je getikt wordt moet je het geld weer afgeven als je niet getikt wordt moet je het parcours afleggen zonder fout anders ook geld kwijt. Wie wint de dief of de helden?</p>
Opruimen	<p>Elk kind helpt mee al het materiaal te verzamelen.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Geef elk kind/ groep kinderen een duidelijke taak (jullie kegels, jullie de ballen,...) zo gaat het vlotter en is er minder ruzie tijdens het opruimen.</li> </ul>	