

<https://www.sport.vlaanderen/sportactiviteiten/voor-elke-leeftijd-wat/multimove/>
Multimove bewegingsmap, 2014

Inkleding: Afrika

Vaardigheden: zwaaien, klimmen en klauteren

Leeftijd:3-4

Activiteit	Variatie/ differentiatie	Organisatie
<p>Na-apen Slingeren met de armen en benen.</p> <p>Op safari met de jeep (Ikr duwt jeep)</p> <p>1. liedje nijlpaard en hond</p> <ul style="list-style-type: none">- armen zw zwaaien- honger- slaan op de billen- springen vooruit <p>2. over de buik van de olifant kruipen</p> <p>3. klimmen op de nek van de giraffe</p> <p>4. op de strepen van de zebra blijven</p> <p>5. apen</p> <p>6. slang: slingeren + erover springen</p> <p>Slapen in de tent</p>	<p>met een sjaaltje (over de grond en in de lucht)</p> <p>bewegingsverhaal + muziek</p> <p>op de buik , rug schommelen</p> <p>handen en voeten/ hand van de Ikr</p> <p>grote stappen/ springen</p> <p>hangen met opstapje in zit op dik touw minislinger in zit op lus</p> <p>individueel of in groep</p> <p>met het hoofd boven of onder het laken</p>	<p>sjaaltje</p> <p>kijkwijzers muziekbox</p> <p>grote bal/ WESCO</p> <p>wandrek + bank</p> <p>dikke mat + krijt</p> <p>trapezoïde + buis klimrek + plint + ladder/ touw brug</p> <p>springtouw</p> <p>parachute</p>

Inkleding: Afrika

Vaardigheden: zwaaien, heffen en dragen

Leeftijd:5-6

Activiteit	Variatie/ differentiatie	Organisatie
Auto maken.	In groep namaken. In estafette vorm onderdelen verzamelen.	stokken, hoepels
Op safari met de jeep	over een parcours	kijkwijzers emmer, bekertjes
1. nijlpaard: water dragen	met aanloop	grote bal/ WESCO/ opgerolde mat wandrek + bank
2. over de buik van de olifant kruipen	handen en voeten, steil	dikke mat + krijt
3. klimmen op de nek van de giraffe	terwijl we de slang dragen	trapezoïde + buis
4. op de strepen van de zebra blijven	zwaaien met landing	klimrek + plint + ladder/ touw
5. apen	minislinger enkel touw met knoop	brug
6. slang	tikspel, of over de cobra springen	springtouw/ dik touw
Kokosnoten en jagers	de jager steelt van de apen de apen stelen van de jager	1 bal
Slapen in de tent	tent opzetten, zitten op de tent	parachute

Inkleding: Afrika

Vaardigheden: zwaaien, heffen en dragen

Leeftijd: 7-8

Activiteit	Variatie/ differentiatie	Organisatie
Auto maken.	In groep namaken. In estafette vorm onderdelen verzamelen.	stokken, hoepels
Op safari met de jeep		kijkwijzers
1. nijlpaard: water dragen	in wedstrijdvorm, groep tegen groep	3 emmers, bekertjes
2. over de buik van de olifant kruipen	met aanloop	grote bal/ WESCO/ opgerolde mat
3. klimmen op de nek van de giraffe	handen en voeten, steil	wandrek + bank
4. op de strepen van de zebra blijven	terwijl we de slang dragen	dikke mat + krijt
5. apen	zwaaien met landing	trapezoïde + buis
6. slang	minislinger enkel touw met knoop	klimrek + plint + ladder/ touw
	tikspel, of over de cobra springen	brug
	de jager steelt van de apen	springtouw/ dik touw
	de apen stelen van de jager	1 bal
Kokosnoten en jagers		
	tent opzetten, zitten op de tent	parachute
Slapen in de tent		