Beweegtip van de dag

Beweeg-ganzenbord

Wat heb je vandaag nodig?

Het ganzenbord (zie bijlage)

Een dobbelsteen en pionnen

Kleurtjes om het ganzenbord mooi in te kleuren of te versieren

Veel ideetjes om opdrachten te bedenken

Hoe gaan we te werk?

1. Laat mama of papa het ganzenbord uitprinten, of teken er zelf eentje zoals het voorbeeld
2. Kleur het mooi in of versier het zoals je graag wilt
3. Bedenk beweeg-opdrachten bij bepaalde nummers (je kan ook opdrachten toevoegen zoals: gooi 2x, ga terug naar start,…)
4. Spelen maar!

Tips voor beweeg-opdrachten: op ‘6’ kruip je onder je stoel door, op ’11’ spring je 10x over een wc-rol, op ‘17’ draai je 5 rondjes,…

Veel plezier!