

## WAT HEBBEN WE NODIG:

- 1/3 van de zaal
- 1 wandrek
- 3 banken
- 1 meterstok
- Mand om de stok in te bewaren
- 1 kleine loopton
- 2 pionnen

## WAT IS DE OPDRACHT:

“Loop” met de kleine ton naar de andere pion. Stap af en loop dan via de linker balk omhoog en glijd via de andere bank omlaag.

## WAT ZIJN DE REGELS EN AFSPRAKEN:

Balanceren:

- Iedereen blijft op de bank zitten tenzij je aan de beurt bent of wordt gevraagd te helpen.
- Wanneer je hulp nodig hebt mag je dat vragen aan een andere leerling.
- Wanneer je omhoog gelopen bent klim je naar de glijd- bank toe. Glijd naar beneden.
- Nu is de volgende aan de beurt.

Helpen:

- Wanneer je hulp aanbied doe je dat met een meterstok, waaraan de looper zich kan vasthouden.

Je mag ook helpen met je hand.

- Wanneer de volgende geen hulp nodig heeft, leg je de stok in de mand.

Balanceren 1: Leerlingen mogen wanneer opdracht 1 goed gaat, doorgaan naar opdracht 2.

## WAT HEBBEN WE NODIG:

- 1/3 van de zaal
- 1 wandrek
- 3 banken
- 1 meterstok
- Mand om de stok in te bewaren
- 1 grote loopton
- 2 pionnen

## WAT IS DE OPDRACHT:

“Loop” met de grote ton naar de andere pion. Stap af loop via de linker balk omhoog, klim naar de trapeze balk toe en loop via deze balk naar het eind. Spring op de mat.

## WAT ZIJN DE REGELS EN AFSPRAKEN:

Balanceren:

- Iedereen blijft op de bank zitten tenzij je aan de beurt bent of wordt gevraagd te helpen.
- Wanneer je hulp nodig hebt mag je dit vragen aan een andere leerling.
- Nadat je op de mat geland bent, is de volgende aan de beurt.

Helpen:

- Wanneer je hulp aanbied doe je dat met een meterstok, waaraan de looper zich kan vasthouden.
- Je mag ook helpen met je hand.
- Wanneer de volgende geen hulp nodig heeft, leg je de stok in de mand.

Balanceren 2: Leerlingen zijn voor de tweede keer bij balanceren of zijn van de eenvoudige opdracht overgestapt op de moeilijke opdracht.