# Bewegingsopvoeding – K1

Tijdens de bewegingslessen in het tweede semester ontdekten we, via leuke spelletjes en oefeningen, onze eigen grens en leerden we om onze **energie ten volle te benutten. Ook leerden we om spelenderwijs om te gaan met de andere kinderen in de groep.**

Via eenvoudige opdrachten maakten we kennis met allerlei vormen van bewegen. Een greep uit de bewegingslessen die aan bod kwamen:

* Kleuteraerobic
* Bewegingsverhaal: heffen, dragen, verplaatsen, slepen, trekken en duwen
* Spelend omgaan met touwtjes
* Dans en bewegingsopdrachten met ballonnen
* Bewegen op verhoogde en hellende vlakken
* Huppen, huppelen
* We vierden carnaval, met een heus kinderbal!
* Rollen met verschillende soorten ballen
* Bewegingslandschap met klein materiaal
* Klimmen en klauteren
* Kruipen, sluipen, glijden, trappelen, trippelen en waggelen
* Expressief bewegen adhv een kleuterlied
* Zelfs relaxatie en yoga kwam aan bod

Dat we veel plezier beleefd hebben tijdens de bewegingslessen kan je zien op de foto’s.

Sportieve groetjes,  
Juf Sofie

****

****