**Bewegen op muziek – ouderen**

**Voorbereiding:**

1. Stel een lijst samen met drie liedjes die de doelgroep ouderen aanspreekt. Kies snelle en rustige liedjes.
2. Bedenk per liedjes verschillende bewegingen die ouderen al zittend uit kunnen voeren. Doe iedere beweging minimaal 16 tellen achter elkaar. Schrijf alle bewegingen op. Tip: kijk als voorbeeld naar het programma ‘Nederland in beweging’.
3. Oefen de liedjes met bewegingen. Oefen met het vertellen en voordoen van de bewegingen. Oefen met stimuleren van de deelnemers.

**Uitvoering:**

1. Voer de activiteit 3 liedjes met bewegingen uit met de klas.

**+ Uitwerken activiteitenschema zingo**

**Muziekbingo – licht verstandelijk beperkten**

**Voorbereiding:**

1. Iedere deelnemer krijgt een bingokaart met hierop liedjes die passen bij de doelgroep.
2. De begeleider speelt een liedje af.
3. Degenen die het desbetreffende liedje heeft, mag deze afstrepen op de zijn/haar bingokaart.
4. Spreek van tevoren af wanneer je gewonnen hebt. Bijvoorbeeld een volle rij, 10 liedjes etc.
5. Zorg dat je als begeleider de liedjes kent.

**Uitvoering:**

1. Zorg voor een duidelijke taakverdeling. Zorg ervoor dat je soms liedjes samen zingt en deelnemers positief stimuleert.

**+ Uitwerken activiteitenschema draw the song**

**Liedjes op de goede volgorde leggen – jongeren met gedragsproblemen**

**Voorbereiding:**

1. Kies drie liedjes die de doelgroep jongeren aanspreken.
2. Zoek de tekst op van dit liedje (de hele tekst of een deel ervan).
3. Maak kaartjes met een gedeelte van de tekst erop.

**Uitvoering:**

1. Verdeel alle deelnemers in groepjes. Ieder groepje krijgt een stukje tekst.
2. De deelnemers moeten ervoor zorgen dat ze op de goede volgorde staan.
3. Variaties:
   1. Eerst luisteren naar het originele liedje en dan op de goede volgorde gaan staan.
   2. Ieder groepje zingt hun zin en gaat dan op de goede volgorde staan.
   3. Er mag niet gepraat worden, alleen de zin mag door een groepje worden gezongen.
   4. Enzovoorts.

**+ Uitwerken activiteitenschema song guess**

**Tekenen op muziek – cliënten uit de psychiatrie**

**Voorbereiding:**

1. Kies drie instrumentale muziekstukken uit die de doelgroep aanspreekt.
2. Bedenk per muziekstuk een thema dat belangrijk kan zijn in het herstelproces van een cliënt, bijvoorbeeld ‘mijn toekomst’.
3. Maak per muziekstuk van tevoren een voorbeeld passend bij jullie en het thema.

**Uitvoering**

1. Iedere deelnemers krijgt drie vellen papier.
2. Zorg voor voldoende kleurpotloden, stiften en gummen voor de deelnemers.
3. Laat de deelnemers tekenen op de muziek die ze horen aan de hand van het thema.
4. Bespreek na ieder stuk na wat er is getekend en waarom.
5. Stimuleer als begeleider dat de deelnemers geconcentreerd zijn op hun eigen werk en dat ze respectvol met elkaar omgaan.

**+ Uitwerken activiteitenschema liedjesestafette**

**Tas met voorwerpen – cliënten met NAH**

**Voorbereiding:**

1. Stop minimaal 15 voorwerpen in een tas waarbij je een liedje zou kunnen zingen. Bijv. een knuffelaapje 🡪 liedje ‘Dance monkey’.
2. Zorg dat je als begeleider bij ieder voorwerp een liedje weet dat de doelgroep aanspreekt.
3. Bij het uitvoeren van de activiteit zitten alle deelnemers in een kring. Om de beurt mag iemand een voorwerp pakken uit de tas en hier een liedje bij bedenken. Als een deelnemer er niet uitkomt, mag hij/zij om hulp vragen.
4. Oefen hoe je als begeleider deelnemers helpt en stimuleert. Oefen op mogelijke liedjes zodat je ze samen met de deelnemers kunt zingen.

**Uitvoering:**

1. Zorg voor een duidelijke taakverdeling. Zorg ervoor dat je soms liedjes samen zingt en deelnemers positief stimuleert.

**+ Uitwerken activiteitenschema verzin het lied**

**Muziek maken zonder taal – kinderen met een vluchtelingen achtergrond**

**Voorbereiding:**

1. Jullie gaan met de klas een muziekstuk uitvoeren met vier verschillende instrumenten. Dit wordt samen 1 muziekstuk.
2. Teken/werk jullie muziekstuk zo uit dat er geen taal wordt gebruikt en op een manier die het duidelijk maakt aan anderen.
3. Oefen jullie muziekstuk.

**Uitvoering:**

1. Leer de klas jullie muziekstuk aan zonder gebruik te maken van taal.
2. Tip; verdeel jullie zelf over de verschillende instrumenten.

**+ Uitwerken activiteitenschema raad het lied**