**Handstanden docenten instructies**

* We adviseren om bij de instructie een duidelijk voorbeeld te geven aan de kinderen over hoe de oefening moet die op de kijkwijzers staat.
* Een goede handstand duurt 3 tot 5 tellen. Langer mag, maar hoeft niet.
* Met de kaarten kunnen de kinderen zelfstandig werken. Het is echter belangrijk dat er altijd een begeleider bij de kinderen is die let op de veiligheid en of ze de oefening goed uitvoeren.

**Kies het goede niveau**

Elke kaart heeft in de balk een niveau aanduiding. Hoe meer sterren hoe moeilijker. Kijk in het schema om te zien welke kijkwijzer geschikt is voor uw klassen.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Naam | sterren | Groep 1+2 4-6 jaar | Groep 3+4 6-8 jaar | Groep 5+6 8-10 jaar | Groep 7+8 10-12 jaar |
| 1 | Spinnetje | ♦ | √ | √ | √ | √ |
| 2 | Recht spinnetje | ♦♦♦ |  |  | √ | √ |
| 3 | Handstand tegen de muur met hulp | ♦♦♦ |  |  | √ | √ |
| 4 | Handstand tegen de muur | ♦♦♦ |  |  | √ | √ |
| 5 | Handstand tegen arm | ♦♦♦♦ |  |  |  | √ |
| 6 | Handstand | ♦♦♦♦ |  |  |  | √ |
| 7 | Handstand doorrol | ♦♦♦♦ |  |  |  | √ |
| 8 | Handstand tegen de muur met twee | ♦♦♦♦ |  |  |  | √ |
| 9 | Handstand tegen de muur met drie | ♦♦♦♦♦ |  |  |  | √ |

****Deze indeling is globaal. Er zijn nu eenmaal getalenteerde kinderen en minder getalenteerde kinderen. Het is aan de lesgever om te bepalen wat het niveau is van het kind.

**Verdere tips**

* Bij het werken met twee of drietallen; laat één kind de oefening doen. Vraag aan de ander:

“Wat doet hij goed? Wijs maar aan op de kaart.

Wat kan nog beter? Wijs eens aan op de kaart.”

* Zo geven ze elkaar aanwijzingen en complimenten.
* Als alle kinderen in de klas in tweetallen of drietallen werken, leren ze goed te kijken naar de kijkwijzer, elkaar aanwijzingen te geven en elkaar te helpen.

**Presentatie**

Kinderen die hard gewerkt hebben en een goede handstand hebben geleerd, vinden het vaak erg leuk om dit aan de klas te laten zien. Het is leuk om dit aan het einde van de les met een paar vrijwilligers te doen.

Wij wensen u veel plezier met het gebruik van deze set handstanden!

Mark en Kirsten Roth-Koch

Kijkzo

CC-BY Roth-Koch

