

Bewegen op muziek

Groep 1/2	Groep 3/4/5	Groep 6/7/8
 <p>Zet een leuk muziekje op en ga lekker bewegen zoals jij wilt. Je kunt één van deze liedjes kiezen maar zelf kiezen mag natuurlijk ook!</p> <p>Kabouter Plop – Kabouterdans Woezel & Pip – Allerbeste vriendjes Bumba – Zwaai, spring, stamp, klap</p>	 <p>Zet een bekend dansliedje op en dans lekker mee! Je kunt één van deze liedjes kiezen, maar zelf kiezen mag natuurlijk ook!</p> <p>Minidisco – Hokey Cokey Kinderen voor Kinderen – Pasapas Minidisco – Dans met tante Rita</p>	 <p>Probeer zoveel mogelijk dans filmpjes te doen in 15 minuten. Dit kan via Just Dance via You Tube.</p> <p>Kijk hier voor de Just Dance Playlist op You Tube</p> <p>https://www.youtube.com/playlist?list=PLwHV_IsfFvuTMbENgvP7XeWepHfpu2m1T</p>
 <p>Zet een leuk muziekje op en ga op de muziek een ballon hooghouden. Kun je ook dansen met de ballon?</p> <p>Maya de Bij – De Maya Dans Vaiana – Ooit zal ik gaan</p>	 <p>Spiegeldansen Ga samen met papa/mama dansen. Je staat met de gezichten naar elkaar toe. Eén kiest de bewegingen, de ander doet het na.</p>	 <p>Ga een dansfilmpje of een Just dance filmpje helemaal leren. Zo leer je hem goed en kan je het uitleggen aan anderen. Je kunt voor Dance Monkey kiezen, maar een andere mag natuurlijk ook!</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=iTUkoWyh4hY</p>
 <p>Spiegeldansen Ga samen met papa/mama dansen. Je staat met de gezichten naar elkaar toe. Eén kiest de bewegingen, de ander doet het na.</p>	 <p>Kun jij de dansjes van één van de volgende filmpjes na doen?</p> <p>Schiffie & Co – Pinguïndans I Gotta Feeling</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=FnVXTEUmba8</p>	 <p>Maak samen of alleen een eigen dans op een zelfgekozen liedje. Lukt het jou om op in maat te dansen?</p>



Wil je nog meer dansoefeningen? Kijk dan eens hier.

<https://www.facebook.com/Danswijs>

Stuur je dansfilmpjes naar ons op, we kijken er naar uit!



Facebook beweegcoaches: @Beweegcoach Carrefour

Instagram beweegcoaches: <https://www.instagram.com/beweegcoaches/>