

# Uithouding: Opwarming: Leren geordend oplijnen

De jongeren lopen vrij door de zaal. Op signaal gaan ze zich zo goed mogelijk oplijnen op de aangeduide plaats. Jongeren meten zich graag met elkaar: maak er een kleine competitie van, bijvoorbeeld:

## Materiaal

Geen

## Opstelling

Vrij

## Fysieke basis eigenschappen

Uithouding

- Welke rij is eerst klaar ?
- Welke rij staat best opgelijnd ?

## Variatie:

- meerdere rijen maken
- in verschillende richtingen (ook diagonaal) oplijnen
- verschillende loopvormen: huppen, hinken, springen ...
- verschillende plaats van de "lijnen"
- verschillende signalen (handen klappen, fluiten, ...)

## Aandacht:

- duidelijk aangeven **waar** de kinderen moeten lijnen
- de **plaats van de eerste** in de lijn aanduiden.

