

# Dynamische Schooldag

KC Vlinderboom



# Introductie

Wie zijn wij?

- Basisschool de Vlinderboom
- Beweegteam
- Lectoraat Fontys



# Traject Dynamische Schooldag

## Leerjaar 1

- Visie
- Energizer van de week
- Weekplan + vlammetjes 
- Logboek
- Bewegteam (elk cluster + MT lid)

## Leerjaar 3

- Schoolplein
- Borgen
- Motorlab

## Leerjaar 2

- Kwaliteitskaart
- Beweegbreak  
vergaderingen/studiedagen
- Schoolgids/kalender/website

# De dynamische schooldag op de Vlinderboom

## **Doelstelling/visie dynamische schooldag – stip op de horizon/visie**

1. Afremmen en onderbreken zitgedrag (max 30-45min)
2. Verhogen beweeggedrag tijdens, tussen en na lesactiviteiten
3. Leerlingen en leerkrachten een dynamische afwisselende lesdag laten ervaren
4. Concentratievermogen en spanningsboog vergroten d.m.v. beweegactiviteiten



# ENERGIZER

## VAN DE WEEK



InShOt

En nu zelf aan de slag...

# Motorlab

- Motorische vaardigheden ontwikkelen
- Fijne, grove motoriek, rekenen/taal, gedrag
- 8 stations, elk 2 minuten in groepjes van 3/4
- Kleuters, onderbouw, bovenbouw
- Inschrijflijsten teamkamer
- Inzet studenten



## Onderdeel 8: Enkel springballen

Lukt het jou om de bal aan je enkel te laten draaien en er overheen te springen?



### Wat moet je doen?

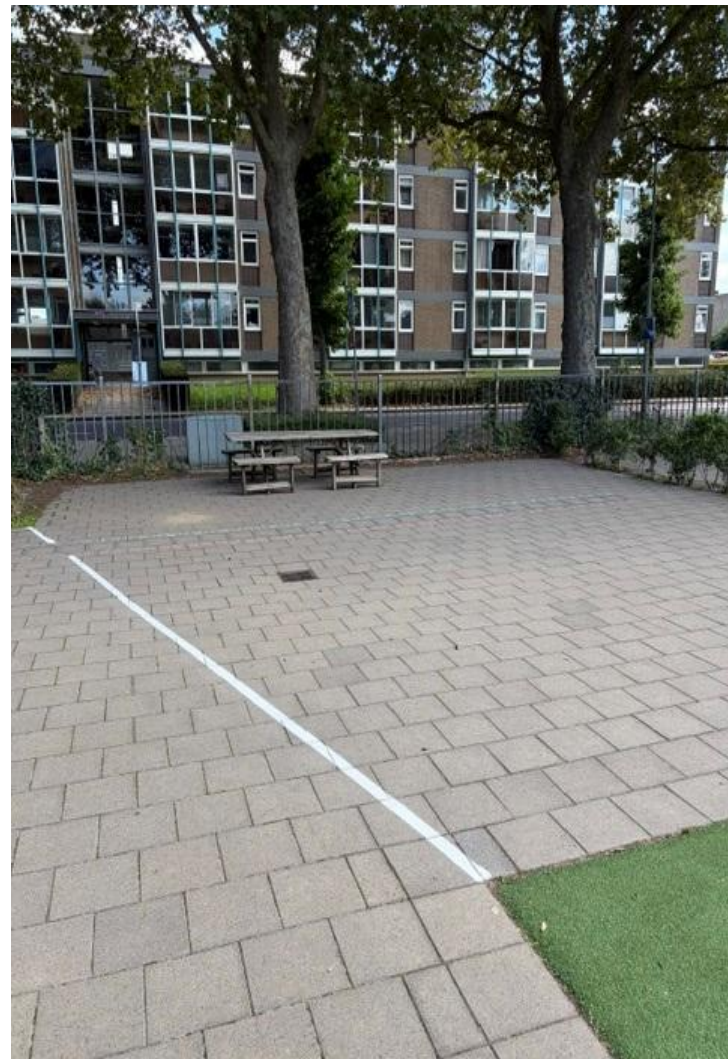
1. Doe de ring om je enkel.
2. Geef de bal met je hand een zet zodat deze gaat draaien.
3. Spring met je andere been over de bal heen.
4. Houd de bal aan het draaien en blijf erover heen springen.
5. Hoe lang lukt dit?

### Makkelijker – Moeilijker

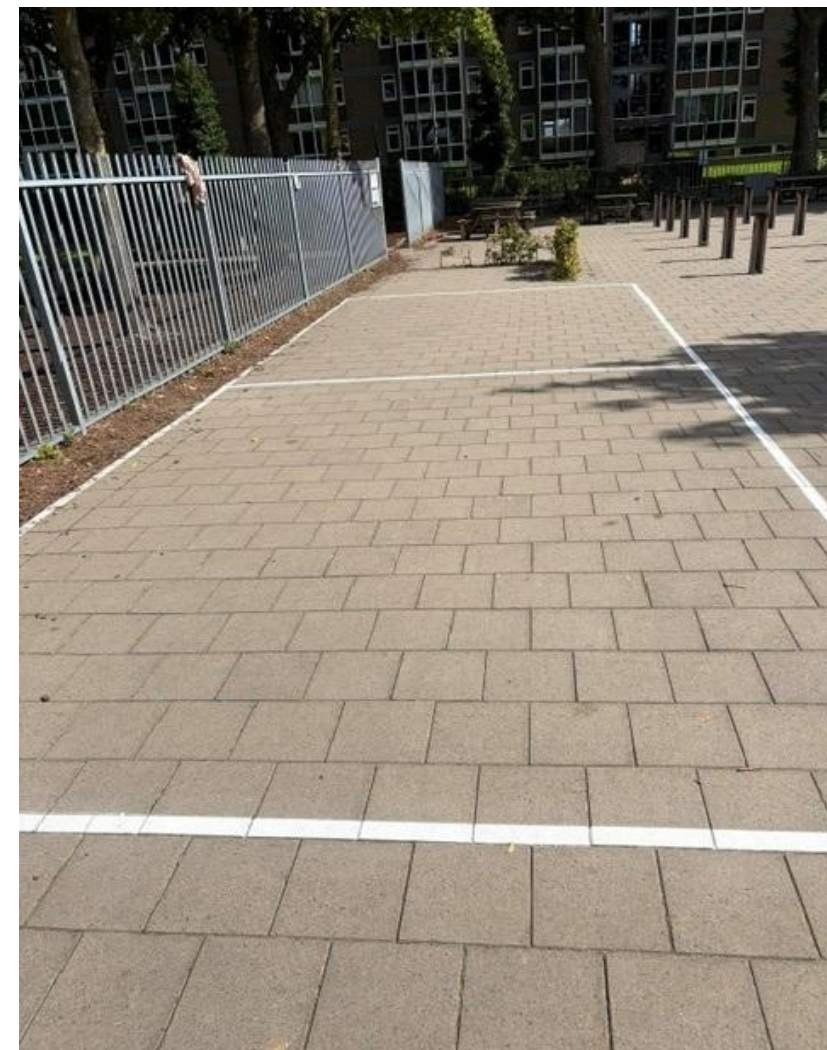
- Iemand anders geeft de bal een zet, zodat je erover heen kan springen.
- Spring er al lopend over heen.
- Probeer de bal sneller te laten draaien.



# Schoolplein



# Schoolplein



# KC de Vlinderboom succesfactoren

- Draagvlak creëren binnen het team door ervaringen te delen
- Beweegbreaks inplannen tijdens PO vergaderingen/studiedagen
- Laagdrempelig beginnen, niet te groot denken. Stap voor stap thema's implementeren
- Kwaliteitskaart/visie/schoolbrede afspraken maken met het team en directie

