

2021 Middenbouw les in de Week van het Handschrift

Motto: **"Schrijven met je hand - doe er wat mee!"**

Het motto vraagt om activiteit. Het schrijven met de hand is actief zijn op papier. Daarop moet het lichaam goed voorbereid worden.

Start:

Motoriek: Tweezijdig bewegen. Dit kan staand naast de tafel. Eventueel op muziek.

Op deze leeftijd zitten de meeste leerlingen nog volop in het lateraliseringsproces. Tweezijdig bewegen stimuleert beide hersenhelften. In de Onderbouw hebben de leerlingen tweezijdig simultaan bewegen. Nu gaan we kruislings door de verticale lichaamsas te doorkruisen.

Voel je als leerkracht vrij om de oefeningen zelf te bedenken.

Voorbeelden:

- Pak met je rechterhand je linkerarm. Linkerhand naar rechterarm en gelijktijdig.
- Rechterhand naar linkerschouder. Linkerhand naar rechterschouder en gelijktijdig.
- Rechterhand naar linkerknie. Linkerhand naar rechterknie en gelijktijdig.
- Rechterhand naar linkervoet. Linkerhand naar rechervoet. Gelijktijdig kan alleen bukkend.
- Rechterhand aan neus en linkerhand midden achter het hoofd. Midden over het hoofd gelijktijdig van plaats laten wisselen. Niet smokkelen langs de oren!
- Na de oefeningen ontspannend voorover hangend de armen kruislings laten bungelen en zacht heen en weer bewegen.

Nu zijn de spieren en hersenbanen lekker doorbloed en kan de **opdracht** beginnen.

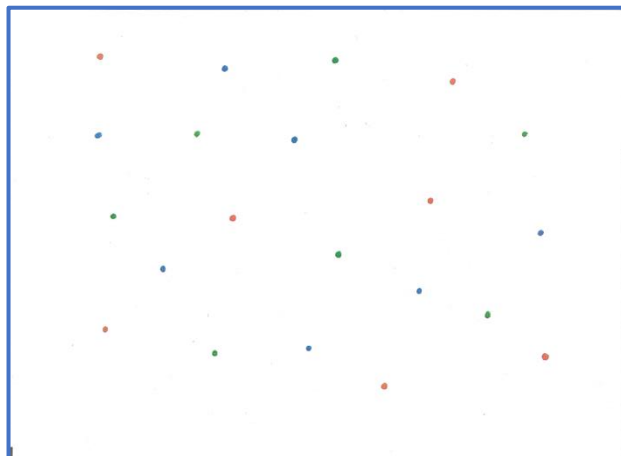
De ultieme beweging om beide hersenhelften te activeren is het maken van de lemniscaat.

Elke schrijfrichting wordt ermee geoefend: omhoog, omlaag en diagonaal. Het is een schrijfoefening zonder letters; maar heel effectief! In de onderbouw is het al knap als je 'm liggend en staand kunt maken. Deze leerlingen maken de lemniscaat in alle richtingen.

Pas het materiaal qua grootte en dikte aan je groep aan. Gebruik schrijfmateriaal met een vaste punt: kleurpotloden, wasco, stiften, fineliners.

Het werkblad wordt op A4 bijgevoegd.

Voorbeeld:

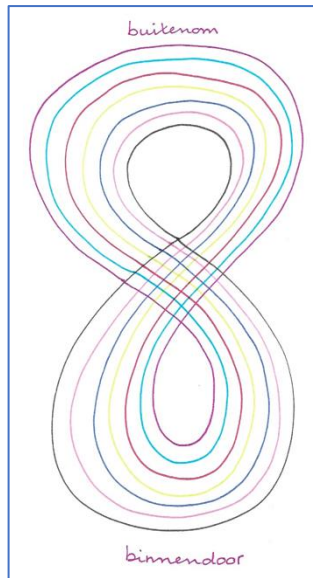


Extra oefening voor wie snel klaar is of meer aankan:

Teken een lemniscaat met een klein 'hoofd' en een grote 'buik'.

Neem een andere kleur en begin een stukje beneden het kruispunt om het hoofd heen en door het kruispunt binnen de buik tot waar je met die kleur begon. Herhaal dit nog 5 of meer keren in een vloeiende kruisende beweging.

Voorbeeld:

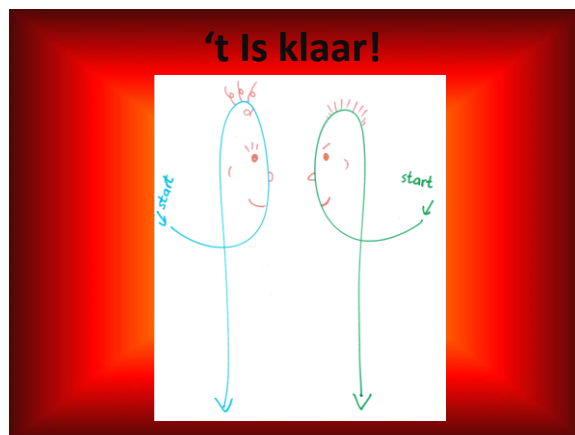


Afsluiting motorisch:

De leerling staat naast zijn stoel. Ellebogen op de hoogte van de zij. Ga met beide handen naar elkaar toe en naar boven en laat ze na de lus 'hard vallen'. Daarbij kan hardop gezegd worden: "'t Is klaar!" Doe dit minstens 3x.

Afsluiting op papier:

De leerlingen maken dezelfde tweehandige beweging op – met schilderstape vastgezet - papier. Herhaal een paar keer over elkaar en/of met verschillende kleuren.



We waarderen het erg als een werkstuk gestuurd wordt naar: platformhso@home.nl

Onder de inzenders wordt een prijsje verloot. Ieder werkt op zijn eigen niveau.

