



de Bibliotheek 
Zoetermeer

CKC &
partners



Cultuureducatie met Kwaliteit

Doorlopende leerlijn dans
Groep 3
Lessenreeks 'basis'

Deze leerlijn is ontwikkeld door CKC & partners.

Spelen

Informatie over Spelen

Groep 3, lessenreeks 'basis', vier lessen van 45 minuten

Doel van de lessenreeks:

De leerlingen doen ideeën op aan de hand van dagelijkse bewegingen en muziek en zij gebruiken deze als inspiratiebron voor hun eigen dans. De leerlingen verkennen tijd, ruimte en kracht en ze herkennen langzame en snelle tempowisselingen. Daarnaast geven ze enkele danspassen vorm in eigen dansbewegingen. En tot slot tonen de leerlingen respect en waarderingen voor de dansuitingen van medeleerlingen.

Materiaallijst:

Algemeen:	De mogelijkheid om muziek van internet af te spelen.
Les 1:	Muziek: Kinderen voor Kinderen – Klaar voor de start , Kinderen voor Kinderen – Bewegen is gezond , Mylène en Rosanne – Double me .
Les 2:	Muziek: Houten-pop muziek (losse bijlage), Mario theme song (thewcoop Trap Remix) , Slijm muziek (losse bijlage), Ik zit niet meer aan touwtjes vast , Avicii – Super Mario World Levels (Full Version) , Delibes – Coppélia – Waltz , Nightstep – Super Mario Dubstep Remix .
Les 3:	Muziek: K3 – Als het binnenregent , Omi – Hula Hoop , Major Lazer & DJ Snake - Lean On (feat. MØ) , Justin Bieber – Sorry .
Les 4:	Speeltuinparcours op papier (zie bijlagen). Muziek: Kinderen voor Kinderen – Energie! , Kinderen voor Kinderen 29 – Buitenspelen .

Les 1: Samen spelen

Dagelijkse bewegingen	Wat zijn de mogelijkheden?	Spiegeldans	Evaluatie
-----------------------	----------------------------	-------------	-----------

De leerlingen verkennen verschillende danspassen aan de hand van dagelijkse bewegingen. Ze leren wat 'spiegelen' is en maken kennis met samen dansen.

Les 2: Speelgoed

De speelgoed-winkel	Hoe danst speelgoed?	De speelgoeddans	Evaluatie
---------------------	----------------------	------------------	-----------

Aan de hand van speelgoed worden de leerlingen geïnspireerd om te bewegen. Ze leren op een speelse manier samenwerken en samen dansen.

Les 3: De speeltuin

De speeltuin	Hoe speel jij?	Speeltuin-parcours	Evaluatie
--------------	----------------	--------------------	-----------

De leerlingen worden geïnspireerd om te bewegen aan de hand van een speeltuin. Door gerichte en gekaderde opdrachten leren ze een dans te maken in de groepjes.

Les 4: Buitenspelen

Buitenspelen	Welke beweging ontstaat er?	Dansend buitenspelen	Evaluatie
--------------	-----------------------------	----------------------	-----------

Via spelletje dat je buiten speelt, worden de leerlingen geïnspireerd om te bewegen. Ze worden langzamerhand losgelaten in het proces van samenwerken en kunnen op hun eigen niveau een dans maken.

Deze lessenreeks sluit aan bij de doorlopende leerlijn Cultuureducatie met Kwaliteit in Zoetermeer. Meer informatie over Cultuureducatie met Kwaliteit vind je [hier](#).

De leerlijn dans is ontwikkeld door CKC & partners. Neem bij vragen contact op via primair-onderwijs@ckc-zoetermeer.nl.



Spelen – Samen spelen

Groep 1/2, lessenreeks 'basis', les 1

Lesdoel: De leerlingen doen ideeën op aan de hand van dagelijkse bewegingen en gebruiken deze als inspiratiebron voor eigen dans. Ze verkennen tijd, ruimte en kracht. De leerlingen geven enkele danspassen vorm in eigen dansbewegingen. Ze tonen respect en waarderingen voor de dansuitingen van medeleerlingen.

Benodigde materialen: De mogelijkheid om muziek van internet af te spelen.
Muziek: [Kinderen voor Kinderen – Klaar voor de start](#), [Kinderen voor Kinderen – Bewegen is gezond](#), [Mylène en Rosanne – Double me](#).

Opdrachten:

Dagelijkse bewegingen	Wat zijn de mogelijkheden?	Spiegeldans	Evaluatie
-----------------------	----------------------------	-------------	-----------

Introductie:

De leerlingen verkennen verschillende danspassen aan de hand van dagelijkse bewegingen. Ze leren wat 'spiegelen' is en maken kennis met samen dansen.

Oriënteren: Dagelijkse bewegingen 5 minuten
Opdracht: Hoe kun je je door de zaal bewegen? Springen, huppelen, draaien, kruipen, glijden, achteruitlopen, rollen, etc. Vraag de leerlingen wat er nog meer kan.
Reflecteren: Hoort kruipen bij een lage beweging of een hoge? Kun je dat ook groot of klein doen? En hoe zit dat dan met rollen?

Onderzoeken: Wat zijn de mogelijkheden? 15 minuten
Opdracht: Muziek: Kinderen voor Kinderen – Klaar voor de start . Probeer de oriëntatiefase uit. Alle leerlingen zoeken een plekje in de zaal. Als de muziek begint, dansen ze de onderstaande bewegingen. Als de muziek stopt, zitten de leerlingen stil en wachten ze op de volgende opdracht. Experimenteer ook met ruimte en tijd: <ul style="list-style-type: none">• Lopen (hoog lopen, laag lopen).• Draaien (langzaam draaien, snel draaien).• Springen (grote sprongen, kleine sprongetjes).• Etc. Muziek: Kinderen voor Kinderen – Bewegen is gezond . In tweetallen gaan de leerlingen van de ene naar de andere hoek. De beweging die ze maken, mogen ze zelf bedenken als het maar steeds dezelfde beweging is. Denk aan wat ze zojuist door de zaal heen hebben geoefend. Tip: Als iedereen dezelfde beweging maakt, kun je de regel instellen dat de leerlingen elkaar niet mogen nadoen. Als dit goed gaat, kun je aangeven dat de beweging tot de helft van de ruimte een grote beweging moet zijn en daarna een kleine beweging. Hierbij gelden nog steeds dezelfde regels als bij A. Muziek: Mylène en Rosanne – Double me . De leerlingen staan in tweetallen tegenover elkaar in de zaal. Maak nummers 1 en 2. De nummers 1 bedenken de beweging en de nummers 2 doen hen precies na in spiegelbeeld. Leg hierbij goed uit wat 'spiegelbeeld' betekent! Als de muziek stopt, wisselen de leerlingen van rol.
Reflecteren: Wanneer dans je in spiegelbeeld?

Uitvoeren: Spiegeldans 15 minuten
Opdracht: Maak een gezamenlijke spiegeldans. Muziek: Mylène en Rosanne – Double me . Alle leerlingen staan al klaar vanuit de vorige opdracht. Vraag hen naar hun bewegingen voor de dans. Doe dit gericht aan één leerling per keer om chaos te voorkomen.

Verdeel de groep in vier groepen van tweetallen en laat deze tweetallen hun dansen aan elkaar presenteren. Maak duidelijk wie het publiek is en wie de artiesten zijn; het publiek kijkt en geeft applaus en de artiesten geven een spetterend optreden.

Reflecteren: Vraag gericht aan een leerling hoe zij of hij het spiegelen heeft ervaren en wat nou belangrijk was tijdens het spiegelen.

Evaluëren: Evaluatie **5 minuten**

Opdracht: Hoe was het om op te treden? Wie vond het spannend? Wie vond het spiegelen soms moeilijk? Wie heeft er mooie dansbewegingen gezien? Hoe ging het maken van de spiegel dans?

Reflecteren: Hoe vond jij het om een applaus te krijgen? Naar wie heb jij gekeken toen je publiek was?

Aanvullende suggesties:

-

Spelen – Speelgoed

Groep 3, lessenreeks 'basis', les 2

Lesdoel: De leerlingen gebruiken muziek als inspiratiebron voor hun eigen dans. Ze verkennen tijd, ruimte en kracht en de uitdrukkingsmogelijkheden hiervan. De leerlingen herkennen langzame en snelle tempowisselingen. Ze geven danspassen vorm in eigen dansbewegingen en geven in groepjes een presentatie aan de eigen groep. De leerlingen tonen respect en waardering voor de dansuitingen van medeleerlingen.

Benodigde materialen: De mogelijkheid om muziek van internet af te spelen.
Muziek: Houten-pop muziek (losse bijlage), [Mario theme song \(thewcoop Trap Remix\)](#), Slijm muziek (losse bijlage), [Ik zit niet meer aan touwtjes vast](#), [Avicii – Super Mario World Levels \(Full Version\)](#), [Delibes – Coppélia – Waltz](#), [Nightstep – Super Mario Dubstep Remix](#).

Opdrachten:

De speelgoed-winkel	Hoe danst speelgoed ?	De speelgoed-dans	Evaluatie
---------------------	-----------------------	-------------------	-----------

Introductie:
Aan de hand van speelgoed worden de leerlingen geïnspireerd om te bewegen. Ze leren op een speelse manier samenwerken en samen dansen.

Oriënteren:	De speelgoedwinkel	5 minuten
Opdracht: De leerlingen noemen op wat je in een speelgoedwinkel kunt kopen. Ze bedenken zo veel mogelijk dingen. Laat de volgende muziek horen en vraag of ze kunnen raden bij welke speelgoed deze muziek hoort: <ul style="list-style-type: none">• Houten pop-muziek (losse bijlage)• Gamen muziek: Mario theme song (thewcoop Trap Remix)• Slijm muziek (losse bijlage)		
Reflecteren: Als je de muziek hoort, krijg je dan zin ook op die manier te gaan dansen?		

Onderzoeken:	Hoe danst speelgoed?	15 minuten
Opdracht: De leerlingen mogen een plekje zoeken in de zaal en op hun billen zitten. Wie heeft er wel eens slijm/snot gekocht bij de speelgoed winkel? Wat kun je daar allemaal mee doen? Muziek: Slijm muziek (losse bijlage). Alle leerlingen gaan staan en maken zich zo lang mogelijk. Vertel dat ze veranderd zijn in slijm. Als de muziek begint, hoor je dat je in vier keer naar beneden zakt oftewel krimpt. Daarna moeten de leerlingen weer snel gaan staan. Nu zakken ze twee keer in - wacht - twee keer inzakken. De laatste keer zakken ze in - wacht - zak in - wacht - zak in - wacht - zak in. Hierna herhaal je de opdracht maar dan andersom. Nu wordt het slijm uitgerekte van klein naar heel groot.		
Muziek: Houten pop - slappe pop (losse bijlage). De leerlingen mogen bewegen als een houten pop en als een slappe pop, maar let op de bewegingen moet wel passen bij het muziekje. Herhaal de opdracht nog een keer, maar vertel nu dat ze een blije, slappe pop zijn een boze, houten pop. Daarna een verdrietige, slappe pop en een bange, houten pop.		
Muziek: Mario theme song (thewcoop Trap Remix) . Wat kan Mario? Hij kan springen, zich klein maken, groot maken, rollen, etc. Als de muziek begint, springen de leerlingen als Mario. Als de muziek stopt, zitten ze op hun billen. Daarna vraag je verschillende leerlingen wat Mario nog meer kan.		
Muziek: Ik zit niet meer aan touwtjes vast . De leerlingen gaan van de ene naar de andere hoek. Ze beginnen als een slappe pop. In het midden wisselen ze om naar een houten pop en gaan door naar de andere hoek		
Muziek: Avicii – Super Mario World Levels (Full Version) . De leerlingen zijn Mario. Ze mogen zelf weten wat er allemaal met Mario gebeurt terwijl hij naar de hoek gaat. Spoor de leerlingen aan om niet één ding te doen, maar verschillende bewegingen te maken, zoals rennen, springen, rollen, etc.		

Reflecteren: Als je slijm nadoet, hoe beweeg je dan met je lichaam en wat is belangrijk? Gaat dat heel snel of beetje bij beetje? Gebruik je kracht bij een houten pop of een slappe pop? Welk avontuur beleefde jij als Mario? Welke bewegingen heb je gemaakt?

Uitvoeren: De speelgoeddans 20 minuten

Opdracht: Muziek: [Delibes – Coppélia – Waltz](#). Verdeel de leerlingen in tweetallen. Eén is de poppenmaker en de ander de pop. De poppenmaker mag de pop in verschillende houdingen zetten. Daarna wissel je van rol. Laat vooraf eerst de muziek horen. Er is namelijk een duidelijk verschil tussen de zachte, rustige stukjes en de wat hardere, grovere stukjes. Vertel de leerlingen dat je dit ook kunt laten zien in de bewegingen. Door bijvoorbeeld bij de hardere muziek hand in hand op de plek met de pop te gaan dansen en met de zachtere muziek de pop in verschillende houdingen te zetten. Hoe kun je dit nog meer laten zien?

Muziek: [Nightstep – Super Mario Dubstep Remix](#). Maak tweetallen. Eén leerling is de bestuurder en eentje is Mario in het videospelletje. De bestuurder geeft door bewegingen met zijn hand aan wat het mannetje moet doen. Bijvoorbeeld: arm omhoog – betekent springen, arm naar beneden – betekent maak je klein, ronddraaiende arm – betekent rondje draaien, etc. Daarna wissel je de rollen om. De leerlingen maken samen afspraken over de betekenis van hun signalen.

De tweetallen mogen kiezen welke opdracht ze straks willen presenteren: Mario of de pop. Als ze dit besloten hebben, krijgen ze even de tijd om met elkaar te oefenen en misschien nog iets af te spreken. Laat een aantal tweetallen tegelijk optreden. Let op: zet wel de tweetallen bij elkaar die dezelfde keuze hebben gemaakt. Gebruik hierbij de muziek van opdracht 1 of 2. De rest is publiek en geeft applaus aan na afloop.

Reflecteren: Wat is het verschil tussen de bewegingen van een pop en Mario?

Evalueren: Evaluatie 5 minuten

Opdracht: Stel gerichte vragen. Hoe ging het oefenen? Luisterden jullie naar elkaar? Hebben jullie het samen bedacht of één van jullie tweeën?

Reflecteren: Hoe ging het optreden? Wist je goed wat je moest doen? Zou je bepaalde bewegingen anders hebben willen maken?

Aanvullende suggesties:

-

Spelen – De speeltuin

Groep 3 lessenreeks 'basis', les 3

Lesdoel: De leerlingen gebruiken de speeltuin als inspiratiebron. Ze verkennen tijd, ruimte en kracht en doen onderzoek naar de mogelijke betekenis van dans in relatie tot hun eigen ervaringen. De leerlingen geven enkele danspassen vorm in eigen dansbewegingen en geven in groepjes een presentatie aan de eigen groep. De leerlingen benoemen hun rol in de samenwerking met de anderen.

Benodigde materialen: De mogelijkheid om muziek van internet af te spelen.
Muziek: [K3 – Als het binnenregent](#), [Omi – Hula Hoop](#), [Major Lazer & DJ Snake - Lean On \(feat. MØ\)](#), [Justin Bieber – Sorry](#).

Opdrachten: Speeltuinparcours op papier (zie bijlagen).

De speeltuin	Hoe speel jij?	Speeltuin-parcours	Evaluatie
--------------	----------------	--------------------	-----------

Introductie:

De leerlingen worden geïnspireerd om te bewegen aan de hand van een speeltuin. Door gerichte en gekaderde opdrachten leren ze een dans te maken in de groepjes.

Oriënteren: De speeltuin	5 minuten
Opdracht: Wat vind je allemaal in een speeltuin? Klimrek, schommels, duikelrek, glijbaan, wip, etc.	
Reflecteren: Wat vind jij het leukst in een speeltuin? Met welk toestel krijg je het idee dat je heel snel kunt gaan? Bij welk onderdeel moet je veel kracht hebben?	

Onderzoeken: Hoe speel jij?	15 minuten
Opdracht: Muziek: K3 – Als het binnenregent . De leerlingen zoeken een plek in de zaal en gaan daar zitten. Als de muziek begint, mogen ze de opdracht uitvoeren en als de muziek stopt, moeten ze zitten. <ol style="list-style-type: none">1. Klimmen: klim omhoog - omlaag - opzij - op de grond.2. Glijbaan: op je buik - op je rug - op je zij - op je voeten - op je knieën.3. De wip: maak tweetallen en spring om en om - dit kan ook langzaam en snel of groot en klein.4. Duikelen: staand duikelen (draaien) - zitten duikelen (koprol) - liggen duikelen (rollen). Let op! Dit zijn maar voorbeelden van wat leerlingen kunnen doen. Laat de ideeën eerst uit hen zelf komen en haak daarna in door bijvoorbeeld te zeggen dat ze op hun rug kunnen glijden of staand kunnen duikelen. Muziek: Omi – Hula Hoop . Laat de leerlingen vanuit de hoek dansen. Ze mogen dan kiezen of ze willen klimmen, glijden, wippen of duikelen. Spoor ze aan te denken aan de verschillende mogelijkheden, zoals op de grond klimmen, op je rug glijden, etc.	
Reflecteren: Welke beweging had jij gekozen om mee uit de hoek te komen? Op welke manieren kon je dat ook alweer dansen?	

Uitvoeren: Speeltuinparcours	20 minuten
Opdracht: Muziek: Major Lazer & DJ Snake - Lean On (feat. MØ) . In elke hoek van de zaal kun je iets doen: klimmen, glijden, wippen en duikelen. De muziek gaat aan. Alle leerlingen mogen dansen, als je '1' zegt, lopen alle leerlingen naar de hoek van 1 en gaan daar klimmen. Als je in je handen klapt, mogen ze weer vrij dansen. Daarna zeg je '2', etc. Variatie (als er genoeg tijd is): Verdeel de groep in vier groepen. Elke groep staat in een hoek. Als de muziek begint, start de groep met de bewegingen die bij die hoek horen. Als je in je handen klapt, rouleren ze met de klok mee naar het volgende onderdeel en dansen daar de beweging die daarbij hoort. Muziek: Justin Bieber – Sorry . De leerlingen zijn waarschijnlijk al verdeeld in groepjes. Elk groepje krijgt zijn eigen volgorde van het speeltuinparcours op papier (zie bijlagen). Groepje A: 1234 / Groepje B: 2341 / Groepje C: 3412 / Groepje D: 4123	

Geef in elk groepje één leerling de rol als leider. Alle bewegingen worden achter elkaar geplakt in de volgorde die staat op het papier dat ze gekregen hebben. De bewegingen mogen op hun eigen manier gedanst worden, maar de leider bepaalt wanneer het volgende nummer aan de beurt is door dat te dansen. Zo ontstaat er op hun eigen niveau een dans.

Reflecteren: Welke volgorde heeft jouw groepje gedanst? Bewegen jullie allemaal hetzelfde of kiest iedereen voor een eigen manier van bewegen?

Evalueren: Evaluatie **5 minuten**

Opdracht: Hoe ging het samenwerken? Was de leider een goede leider? Wat was goed? Kon er iets beter? Welke bewegingen waren moeilijk om te maken en welke makkelijk?

Reflecteren: Wie denkt: 'Ik kan ook wel een keer de leider zijn'? En waarop zou je dan moeten letten?

Aanvullende suggesties:

-

Spelen – Buitenspelen

Groep 1/2, lessenreeks 'basis', les 4

Lesdoel: De leerlingen gebruiken spelletjes tijdens het buitenspelen als inspiratiebron voor hun eigen dans. Ze onderzoeken kracht en ruimte tijdens het stuiten als een bepaalde bal en ze onderzoeken de mogelijkheden van springen op verschillende manieren. De leerlingen werken samen en creëren een eigen hinkeldans. Ze tonen respect naar elkaars creatie tijdens de presentatie.

Benodigde materialen: De mogelijkheid om muziek van internet af te spelen.
Muziek: [Kinderen voor Kinderen – Energie!](#), [Kinderen voor Kinderen 29 – Buitenspelen](#).

Opdrachten:

Buitenspelen	Welke beweging ontstaat er?	Dansend buitenspelen	Evaluatie
--------------	-----------------------------	----------------------	-----------

Introductie:

Via spelletje dat je buiten speelt, worden de leerlingen geïnspireerd om te bewegen. Ze worden langzamerhand losgelaten in het proces van samenwerken en kunnen op hun eigen niveau een dans maken.

Oriënteren: Buitenspelen	5 minuten
Opdracht: Met welk speelgoed kun je buiten spelen? Let op: het gaat hier niet om een speeltuin. Bijvoorbeeld: skippybal, stuitbal, springtouw, stoepkrijt, skelter, kleefbal, knickers, elastiek.	
Reflecteren: Wie heeft een skippybal thuis? Hoe voelt het als je op een skippybal speelt? Stel je zou op een stuitbal zitten, wat is dan het verschil?	

Onderzoeken: Welke beweging ontstaat er?	15 minuten
Opdracht: De leerlingen mogen een plekje zoeken in de zaal en daar zitten op hun billen. Muziek: Kinderen voor Kinderen – Energie! We gaan het verschil onderzoeken tussen een stuitbal en een skippybal. De muziek gaat aan en alle leerlingen mogen door de zaal stuiten als kleine stuitballen. Als de muziek stopt, moeten ze weer gaan zitten op hun billen. Daarna gaan ze als een grote skippybal door de zaal stuiten. Benoem het verschil: de stuitbal is kleiner en lichter, en stuitert veel hoger dan een skippybal die veel groter en zwaarder is en kortere afstanden stuitert.	
Herhaal de opdracht maar dan met springtouwen.	
<ul style="list-style-type: none">• Welke beweging maak je als je springt (denk aan je armen en benen)?• Op hoeveel verschillende manieren kun je eigenlijk springen (snel – langzaam – groot – klein – achteruit – hinkelend)?• Stel, je draait het touw met zijn tweeën. Welke beweging maakt je arm (groot – klein – snel – langzaam)? Kun je ook met twee springtouwen draaien?	
Buiten kun je ook hinkelen. Hoe kun je hinkelen en springen? De leerlingen mogen vanuit de ene hoek hinkelend naar de andere hoek. Spoor ze aan om niet alleen op één been te hinkelen, maar dit af te wisselen met op twee benen springen – van been wisselen – achteruit hinkelen/springen – draaiend hinkelen – etc.	
Reflecteren: : Wat is het verschil tussen de beweging van een stuitbal, skippybal, touwtje springen en hinkelen?	

Uitvoeren: Dansend buitenspelen	20 minuten
Opdracht: Muziek: Kinderen voor Kinderen 29 – Buitenspelen . Maak tweetallen. Verdeel de tweetallen in nummers 1 en 2. De nummers 1 staan voorop en de nummers 2 erachter. De nummers 1 bedenken hoe ze door de zaal bewegen en de nummers 2 volgen en doen deze bewegingen na. Let op, het moeten hinkel-, spring- of stuitbalbewegingen zijn. Als de leerkracht de muziek stopt, wisselen de nummers van rol.	

Gebruik dezelfde muziek. De tweetallen maken een hinkeldansje. Als het haalbaar is om in groepjes van drie of vier te werken, kan dat ook. Denk aan het hinkelen uit de hoek: op wat voor manieren kun je dat doen? Plak de bewegingen aan elkaar vast. De lengte van de dans en de tellingen zijn op dit moment niet van belang.

Het is tijd voor de presentatie. Laat een aantal tweetallen tegelijk optreden. De rest is het publiek en kijkt en applaudisseert na afloop.

Reflecteren: Vraag de leerlingen toen zij nummer 1 waren wat zij toen gesprongen hebben en waarom? of hebben ze een combinatie gemaakt? Vraag de nummers 2 of dat duidelijk zichtbaar was.

Evaluëren: Evaluatie **5 minuten**

Opdracht: Hoe ging het samenwerken? Wat was jouw rol? Werd er naar je geluisterd? Kon er iets beter?

Reflecteren: Nu je klaar bent en de andere leerlingen gezien hebt, zou je nog iets willen veranderen aan je dans?

Aanvullende suggesties:

-

Bijlagen – Speeltuinparcours op papier

Groep A

1 = klimmen



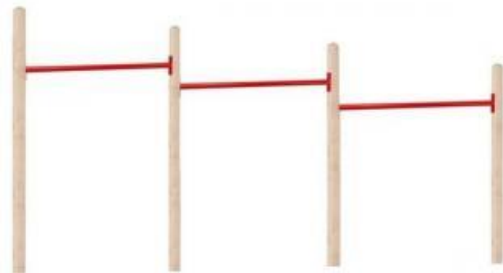
2 = glijden



3 = wippen



4 = duikelen



1 = glijden



2 = wippen



3 = duikelen



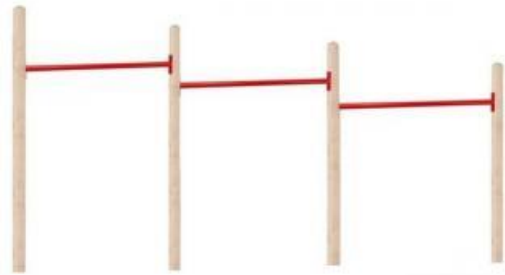
4 = klimmen



1 = wippen



2 = duikelen



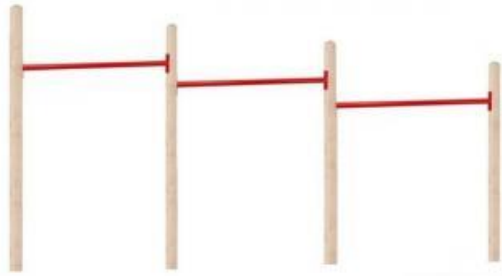
3 = klimmen



4 = glijden



1 = duikelen



2 = klimmen



3 = glijden



4 = wippen



Afbeelding glijbaan: verkregen op 12 juli 2016 via <https://s-bol.com/imgbaseo/imagebase/large/FC/8/1/5/7/1004004011067518.jpg>.

Afbeelding wip: verkregen op 12 juli 2016 via <http://csimg.shopwahl.de/srv/DE/00001326w5ie2336709/T/340x340/C/FFFFFF/url/kettlerar-karussellwippe-.jpg>.

Afbeelding klimrek: verkregen op 12 juli 2016 via <http://www.gifs-animados.es/clip-art/actividades/escalar/gifs-animados-escalar-6345469.jpg>.

Afbeelding duikelrek: verkregen op 12 juli 2016 via <http://media.nubuiten.nl/wysiwyg/duikelrek.jpg>