

# Spiegelen

Fase van ontwikkeling	Leeftijd (indicatie)	Oriëntatie-fase	Invloedsfase	Affectiefase	Fase van Autonome groep	Afsluitings-fase
Jonge kind	t/m 7 jaar					
Pré-adolescentie	8 t/m 10 jaar					
Vroege adolescentie	11 t/m 13 jaar					
Middenadolescentie	14 t/m 16 à 17 jaar					
Late adolescentie	16 à 17 jaar t/m 22 à 25 jaar					

## Doel

De leerlingen richten zich op de ander.

## Toelichting

In de Affectiefase richten de leerlingen zich op het verdiepen van de (persoonlijke) relaties met elkaar. In deze oefening richten de leerlingen zich op die ander, ze stemmen op die ander af.

## Vorbereiding

Zorg voor voldoende speelruimte. Een (kleuter)gymzaal is ideaal. Zet anders alle tafels en stoelen aan de kant in het klaslokaal. Bedenk van tevoren of de leerlingen zelf tweetallen mogen maken of dat jij dat vooraf zelf doet. Bij een ongelijk aantal leerlingen komt er een drietal, waarbij er een leerling tegenover twee andere leerlingen staat. Bedenk wie als eerste aan het woord komt bij de nabespreking.

Zoek muziek uit, dit vergemakkelijkt het bewegen en het zich richten op de ander. Langzame muziek zorgt voor langzamere bewegingen.

Suggesties:

- LTJ X-Perience – ‘Get on up disco’
- Röyksopp, Maurissa Rose – ‘Feel it’ (Edit)
- Duran Duran, Erol Alkan – ‘All of you’ (Erol Alkan’s extended rework edit)
- Blackbird – ‘Built and broken’
- Dirtytwo – ‘Let it’

Zorg voor afspeelapparatuur voor de muziek.

## Uitvoering

- Zorg voor een rustige atmosfeer. Laat de leerlingen ruim uit elkaar staan met hun tenen naar voren, voeten iets uit elkaar. Vertel de leerlingen dat ze jouw bewegingen gaan spiegelen alsof er een spiegel tussen jou en hen in staat. Gaat jouw linkerhand omhoog, dan gebruiken de leerlingen hun rechterhand.
- Maak een aantal rustige, ronde bewegingen met armen, hoofd, romp en benen. Zet hier het liefst muziek bij aan; dit vergemakkelijkt het maken van langzame, ronde bewegingen.
- Laat de leerlingen nu in tweetallen staan, tegenover elkaar. Vertel dat de ene leerling begint en dat de andere leerling moet volgen in spiegelbeeld.

- Wissel af wie er volgt.
- Moedig verschillende spiegelvormen aan.
- Laat de leerlingen ten slotte in een kring op de grond zitten.

### **Nabespreking**

- Vond je het lastig de ander goed te volgen?
- Vond je het moeilijk om de ander jou goed te laten volgen?
- Wanneer kun je iemand goed volgen?
- Is het belangrijk om op de ander te letten?