

PRET MET RITMESTOKKIES / FUN WITH RHYTHM STICKS



Laat jou kind een van die ritmestokkies in sy/haar regterhand vashou (vertikaal). Wys jou kind hoe om die stokkie in 'n sirkelbeweging te draai met sy/haar vingers. Doen eers kloksgewys en dan antikloksgewys. Herhaal met die linkerhand.

- Wys jou kind hoe om sy/haar vingers te gebruik om op en af met die stokkie te beweeg.
- Laat jou kind die stokkie horisontaal vashou en sy/haar vingers gebruik om die stokkie om en om te draai.
- Laat jou kind op die grond sit met sy/haar arms reguit uitgestrek. Laat jou kind die stokkie horisontaal oor sy/haar vingers (van albei hande) rus en dan die stokkie op met sy/haar arms tot by die skouers rol en dan weer af tot by die vingers sonder dat die stokkie op die grond beland.

Laat jou kind vier vingers van sy/haar regterhand gebruik om die stokkie te balanseer. Doen dan dieselfde met drie vingers, twee vingers en uiteindelik net met een vinger. Herhaal met die linkerhand.

- Laat jou kind die stokkie op sy/haar kop balanseer.
- Laat jou kind die stokkie op sy/haar voorkop balanseer.
- Laat jou kind die stokkie op sy/haar neus balanseer.
- Laat jou kind die stokkie op sy/haar ken balanseer.
- Laat jou kind die stokkie op sy/haar linker skouer balanseer.
- Laat jou kind die stokkie op sy/haar regter knie balanseer.
- Laat jou kind die stokkie op verkillende dele van sy/haar lyfie balanseer terwyl hy/sy vorentoe, agtertoe en kant toe loop.
- Laat jou kind een stokkie op elke skouer balanseer terwyl hy/sy in 'n figuur agt loop.
- Maak 'n "T" deur een stokkie op die vloer te stut en die ander stokkie horisontaal bo-op di stokkie te rus. Laat jou kind oor die "T" spring sonder dat die stokkies omval en dan die boonste stokkie versigtig afhaal terwyl die onderste stokkie steeds regop staan.
- Laat jou kind een ritmestokkie vertikaal in sy/haar nie-dominante hand vashou en dan die ander stokkie horisontaal bo-op die stokkie rus.

Limbo:

Twee spelers hou elk 'n ritmestokkie vas sodat die punte teen mekaar druk (omtrek 1m hoog). Laat die res van die spelers in 'n ry agter die stok staan. Die spelers maak beurt om onder die stok deur te loop deur agteroor te buig sonder dat enige deel van sy/haar lyfie aan die stok of aan die grond raak. Nadat al die spelers deur is skuif die spelers wat die stokkies vashou die stokkies laer en elke speler kry weer 'n beurt.

Stokkies spring:

Sit drie stokkies omtrent 'n voet uitmekaar uit. Elke kind kry 'n beurt om oor die stokkies in die spasies te spring. Die persoon wat laaste spring se laaste sprong moet sover as moontlik wees. Die stokkie word dan verskuif volgens sy sprong. Nou spring almal weer van die ander kant af.

Twirling:

Let your child hold one of the rhythm sticks in his/her right hand (vertically). Let your child use his/her fingers to move the stick in a circular clockwise direction. Now let your child move the stick in a circular counter-clockwise direction. Repeat with the left hand.

- Show your child how to use his/her fingers to move up and down the stick, "crawling" up and down.
- Let your child hold the stick horizontally and use his/her fingers to move it in a circular motion (like riding on a log).
- Let your child sit on the floor and hold one stick horizontally across the fingers of both hands. Let your child hold both arms close together straight out from the shoulders, letting the stick roll across his/her hands and arms to his/her shoulders and then back down to the fingers without dropping the stick.

Balancing the stick:

Let your child use four fingers of his/her right hand to balance the stick. Then do the same using three fingers, two fingers and then only one finger. Repeat with the left hand.

- Let your child balance the stick on his/her head.
- Let your child balance the stick on his/her forehead.
- Let your child balance the stick on his/her nose.
- Let your child balance the stick on his/her chin.
- Let your child balance the stick on his/her left shoulder.
- Let your child balance the stick on his/her right knee.
- Let your child balance the stick on various parts of his/her body and walk forward, backward and sideways while maintaining the balance.
- Balance one stick on each shoulder, walking a figure of eight.
- Make a "T" by balancing one stick on the floor and placing the other stick horizontally on top of it. Jump over the "T" without knocking it down. Take the top stick of the "T" without knocking down the bottom stick.
- Let your child hold one stick vertically in his/her non-dominant hand, balancing the end of the other stick on top of it.

Limbo:

Mom and dad hold the two rhythm sticks together, making a longer stick. Let your child and his/her siblings/friends line up behind the stick. Hold the stick as high as your child's head and let him/her walk under the stick, bending over backward to get under it. The child may not touch the stick or the floor with any part of his/her body – if he/she does he/she is out. After each player goes under the stick, the holders lower the stick and everyone goes again.

Stick jumping:

Put three sticks an equal distance apart. Each child gets a turn jumping over the sticks in the spaces in-between. The person jumping last has to jump as far as possible. The stick is moved according to his/her jump. Everyone jumps from the opposite side.

PRET MET RITMESTOKKIES / FUN WITH RHYTHM STICKS

Laat jou kind sy/haar ritme stokkies van een hand na die ander een gooi.

- Laat jou kind met een hand die ritme stokkie bo sy/haar kop oplig, die stokkie laat val en met dieselfde hand vang. Herhaal met die ander hand.
- Laat jou kind die stokkie in die lug gooi sodat die stokkie een keer draai. Jou kind moet die stokkie met dieselfde hand vang voor die stokkie val. Herhaal met die ander hand.
- Laat jou kind die stokkie in die lug opgooi sodat die stokkie twee keer draai. Jou kind moet die stokkie vang voor die stokkie val. Herhaal met die ander hand.
- Laat jou kind die stokkie ooghoogte (horisontaal) vashou met een hand aan elke kant. Laat jou kind die stokkie los en vang voor die stokkie val.
- Laat jou kind die stokkie met een hand ooghoogte (horisontaal) vashou met een hand. Laat jou kind die stokkie los en met dieselfde hand vang voor die stokkie val.

Laat jou kind die stokkie om sy/haar lyfie aangee deur hande af te wissel. Wanneer jy 'n teken gee moet jou kind van rigting verander.

- Laat jou kind die stokkie om sy/haar knieë aangee deur hande af te wissel. Wanneer jy 'n teken gee moet sy/hy van rigting verander.
- Laat jou kind die stokkie tussen sy/haar bene vleg in 'n figuur agt patroon. Wanneer jy 'n teken gee moet hy/sy van rigting verander.
- Laat jou kind die stokkie met albei hande voor sy/haar lyfie vashou, vinnig oor die stokkie klim met elke voet en dan weer terugtree oor die stokkie om die beginposisie in te neem.

Klap 'n patroon met die ritmestokkies. Laat jou kind die patroon herhaal. Probeer verskillende patrone.

- Laat jou kind die stokkie vashou, die punte op die grond tap, die stokkies in die luggooi en met dieselfde hand weer vang. Ruil hande en doen dan met albei hande gelyk.
- Laat jou kind die stokkie vashou, die punte op die grond tap, die stokkies in die lug opgooi, vang en weer op die grond tap. Wissel hande en doen dan met albei hande gelyk.

Maak die tou met die magneet in die middel van een van die ritmestokkies vas. Laat jou kind die stokkie met albei hande gelyk voor sy/haar lyfie uthou en die tou afrol om die vissie te vang. Wanneer die vissie gevang is moet jou kind die tou weer oprol om die vis in te katrol.

Tossing:

Let your child toss his/her rhythm stick from hand to hand.

- Lift the stick up, let your child release the rhythm stick above his/her head and catch the stick with the same hand. Repeat with the other hand.
- Let your child flip the stick in the air, turning it over one time only and catch using the same hand. Repeat with the other hand.
- Let your child flip the stick in the air, turning it over two times and catching using the same hand. Repeat with the other hand.
- Let your child hold the stick in front of his/her body at eye level (horizontally) with one hand at each end. Release and catch with one hand before it hits the floor. Alternate hands when catching.
- Let your child hold the stick in front of his/her body at eye level (horizontally) with only one hand. Release and catch with the same hand before the stick hits the floor.

Passing the stick:

Let your child pass the stick around his/her body exchanging hands. On your signal s/he has to change direction.

- Let your child pass the stick around his/her knees exchanging hands. On your signal s/he has to change direction.
- Let your child pass the stick in and out of his/her legs in a figure eight pattern. On your signal s/he has to change direction.
- Let your child hold one stick horizontally in front of his/her body with one hand at each end. Let your child quickly step over the stick with each foot without releasing the ends and then reverse the procedure by stepping back again to the starting position.

Tapping:

Tap out a sound pattern. Let your child repeat the pattern. Try different patterns.

- Let your child hold the stick, tap the end on the floor, flip the stick in the air and catch it with the same hand. Alternate hands. Then do with two sticks, both hands together.
- Let your child hold the stick, tap the end on the floor, flip the stick in the air, catch it and taps the bottom end on the floor. Alternate hands. Then do together with both hands together.

Fishing:

Tie the rope with the magnet to the middle of one rhythm stick. Let your child hold the rhythm stick in front of his/her body (horizontally) with one hand on each end. Using his/her fingers, let your child roll down the rope, using the magnet to catch a fish, reversing the movement to roll up the string with the fish.