|  |  |
| --- | --- |
| bijlagen beweegpilot  3SB, CALO | toelichting  In dit document zijn alle bijlage voor de beweegpilot te vinden.  Ryan de Waal  Sportkunde, Windesheim |

Inhoud

[gesprekskaartjes, contactmoment 3 2](#_Toc31282872)

[liedjes contactmoment 4 3](#_Toc31282873)

[my Bonnie 3](#_Toc31282874)

[De herder 4](#_Toc31282875)

[Daar bij die molen 5](#_Toc31282876)

[Vragenlijst begeleiders dagbesteding Argusvlinder 6](#_Toc31282877)

[Vragenlijst bewoners Argusvlinder 8](#_Toc31282878)

# gesprekskaartjes, contactmoment 3

Dieren

* Heeft u huisdieren?
* Als u een dier kon zijn, welk dier zou dat dan zijn?

Eten

* Wat is uw favoriete gerecht?
* Wat eet u het liefst met kerst?
* Wat is uw favoriete restaurant?

Feest

* Heeft u nog goeie voornemens voor het nieuwe jaar?
* Wat is uw leukste verjaardag?
* Wat gaat u doen met kerst?

Familie

* Heeft u kinderen?
* Heeft u broers of zussen?

Vrije tijd

* Wat doet u graag in uw vrije tijd?
* Wat is de leukste vakantie die u ooit heeft gehad?
* Heeft u veel van de wereld gezien?

Hobby’s

* Welke muziek luistert u graag?
* Kunt u muziek spelen?
* Wat is uw favoriete sport?
* Heeft u vroeger veel gesport?
* Wat is uw favoriete film of serie?

# liedjes contactmoment 4

## my Bonnie

* *My Bonnie is over the ocean.  
  My Bonnie is over the sea.  
  My Bonnie is over the ocean.  
  O bring back my Bonnie to me.*
* ***REFREIN:******Bring back, bring back******Bring back my Bonnie to me, to me******Bring back, bring back******O bring back my Bonnie to me.***
* *O blow ye wind over the ocean,  
  O blow ye wind over the sea,  
  O blow ye wind over the ocean,  
  And bring back my Bonnie to me.*
* ***refrein***
* *Last night as I lay on my pillow,  
  Last night as I lay on my bed,  
  Last night as I lay on my pillow,  
  I dreamed that my Bonnie was dead.*
* ***refrein***
* *The winds have blown over the ocean,  
  The winds have blown over the sea,  
  The winds have blown over the ocean,  
  And brought back my Bonnie to me.*

## De herder

*Op de grote, stille heide  
Dwaalt de herder eenzaam rond  
Wijl de wilgewolde kudde  
Trouw bewaakt wordt door den hond  
En, al dwalend ginds en her,  
Denkt de herder: “Och, hoe ver  
Hoe ver is mijn heide!  
Hoe ver is mijn heide, mijn heide!”  
  
Op de grote, stille heide  
Bloeien bloempjes lief en teer  
Pralen in de zonnestralen  
Als een bloemhof heide’en veer  
En, tevreên met karig loon  
Roept de herder: “O, hoe schoon  
Hoe schoon is mijn heide  
Hoe schoon is mijn heide, mijn heide!”  
  
Op de grote, stille heide  
Rust het al bij maneschijn  
Als de schaapjes en de bloemen  
Vredig ingesluimerd zijn  
En, terugziende op zijn pad  
Juicht de herder: “Welk een schat!  
Hoe rijk is mijn heide!  
Hoe rijk is mijn heide, mijn heide!”*

## Daar bij die molen

*Ik weet een heerlijk plekje grond  
Daar waar die molen staat  
Waar ik mijn allerliefste vond  
Waarvoor mijn harte slaat  
Ik sprak haar voor de eerste keer  
Aan de oever van een vliet  
En sinds die tijd kom ik daar meer  
Die plek vergeet ik niet*

*refr.:*

*Daar bij die molen  
Die mooie molen  
Daar woont het meisje  
Waar ik zoveel van hou  
Daar bij die molen  
Die mooie molen  
Daar wil ik wonen  
Als zij eens wordt m'n vrouw*

*Als in den stille avondstond  
De zon ten onder ging  
En ik haar bij de molen vond  
In zoete mijmering  
Fluisterde ze mij in 't oor  
O! heerlijk saam te zijn  
De molen draaide lustig door  
En ik zei  
"Liefste mijn"*

*refr.*

*Ik zie de molen al versierd  
Ter eer van 't jonge paar  
Het hele dorp dat juicht en tiert  
Zij leven menig jaar  
En zie ik trots de molen staan  
Dan zweer ik in dien stond  
"Nooit ga ik van die plek vandaan  
Waar ik m'n vrouwtje vond"*

# Vragenlijst begeleiders dagbesteding Argusvlinder

Naam:

Leeftijd:

Geslacht:

Functie bij dagbesteding:

1. Hoe vaak per week werkt u bij de dagbesteding?

* 1 werkdag
* 2/3 werkdagen
* 4/5 werkdagen

1. Benoem minstens 3 functies van u verdeeld over de dag

**1 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**2 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**3 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

1. Hoe goed kent u de mensen in de dagbesteding?

* Heel goed
* Goed
* Neutraal
* Matig
* Slecht

1. Hoe vaak worden er beweegactiviteiten gedaan?

* 1 keer per maand
* 1 keer per 2 weken
* 1 maal per week
* Meerdere malen per week

1. Wat is uw mening van de gekozen activiteiten/spelletjes?

* Heel leuk
* Leuk
* Neutraal
* Stom
* Heel stom

1. Vind u dat de mensen goed mee doen?

* Ja
* Nee

1. Vind u dat de mensen er op vooruit gaan?

Ja, want \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Nee, want \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Wat vind u van de toevoeging van de basisschool jeugd?

* Heel leuk
* Leuk
* Neutraal
* Stom
* Heel stom

1. Welke invloed hebben de kinderen op de ouderen volgens u?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Heeft u verder nog op/aanmerkingen?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

# Vragenlijst bewoners Argusvlinder

Naam: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Geboortejaar: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Geslacht: MAN / VROUW

Hoe vind u uw eigen gezondheid?

* Goed
* Redelijk
* Neutraal
* Matig
* Slecht

Doet u in uw eigen tijd wel eens aan bewegen?

* Ja
* Nee

Hoe vaak beweegt u?

* Meerde malen per week
* 1 keer per week
* 1 keer in de 2 weken
* 1 keer in de maand

Wat doet u dan vooral? (meerdere aankruisen is mogelijk)

* Wandelen
* Fietsen
* Tuinieren
* Gym
* Ochtendgymnastiek
* Anders, namelijk\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Waarom sport/beweegt u? of waarom zou u nog willen sporten/bewegen?

* Voor de gezondheid
* Voor mijn plezier
* Voor sociale contacten
* Anders, namelijk\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Beweegt u wel eens op de dagopvang de Argusvlinder?

* Ja
* Nee

Vind u bewegen met of zonder kinderen leuker?

* Met de kinderen
* Zonder de kinderen

Doet u beter uw best wanneer de kinderen mee doen tijdens de activiteiten?

* Ja, ik doe beter mijn best
* Nee, ik doe niet beter mijn best

Vind u bewegen met of zonder muziek leuker?

* Bewegen met muziek
* Bewegen zonder muziek

Doet u beter uw best wanneer er muziek opstaat tijdens de activiteiten?

* Ja, ik doe beter mijn best
* Nee, ik doe niet beter mijn best