



EXPERTS IN CULTUURONDERWIJS

Workshop dans 1 maart 2024

Tijdens de inspiratieochtend van 1 maart 2024 verzorgde NEOS dansdocent Marjolein Buningh een dansworkshop. Tijdens de workshop heeft ze de volgende elementen gebruikt in de verschillende dansoefeningen:

- Isolatie – coördinatie (lichaam)
- Tempo langzaam/snel (tijd)
- Freeze (tijd)
- Hoogtelagen hoog/midden/laag (ruimte)
- Verplaatsing (ruimte)
- Op één plek (ruimte)

We hebben gebruik gemaakt van twee materialen:

- De stoel (als het huisje)
- Het dansdoekje

De opdrachten die we samen hebben gedanst:

1. **De stoel** is ons huisje, je kunt hierbij de voorzetsels gebruiken: in/ voor/ op/ ernaast/ achter etc
 - Laat de kinderen zelf hun huisje ontdekken, dit kan met of zonder muziek, laat ze slapen in hun slaapkamer
2. **De badkamer**, we gaan ons inzepen met danszeep:
 - Gebruik liedje hoofd/ schouders/knieën/ teen (isolatie)
 - Bedenk samen met de kinderen 4 andere lichaamsdelen die ook ingezeept kunnen worden
 - Dans het op muziek
 - Nu begint het lijf helemaal te dansen, alle delen tegelijk (coördinatie)
 - Je kunt gebruik maken van freezes (tijd) door de muziek te stoppen en iedereen stil staat (de koude douche)
3. **Aankleden:**
 - Hierbij gebruik je 5 plaatjes met de volgende afbeeldingen:

Broek/ trui/ sok(ken)/ regenlaarzen/ regenjas

- Per afbeelding benoem je met de kinderen wat er staat en klap/ stamp je de klankgroep(en), je kunt ze ook laten tellen
- Dan maak je daar de bewegingen bij
- Als alle 5 afbeeldingen zijn gedaan zet je de bewegingen achter elkaar
- Dans de bewegingen achter elkaar op muziek
- Nu zet je de elementen langzaam en snel in (tijd) je kunt dit ook met de kinderen bespreken, wat gebeurt erbij langzaam met jou en wat gebeurt erbij snel, wie vindt wat prettig of juist niet om te dansen?

4. Dansdoekje:

- Je kunt het doekje geven, maar je kunt het ook onder hun stoel (in de kelder van hun huisje) neerleggen.
- Het doekje is nieuwsgierig en wil alles ontdekken: beweeg het doekje op de muziek en het maakt allemaal nieuwsgierige bewegingen, vrolijk, geschrokken, zacht, snel, langzaam etc (hier kun je heel veel elementen bij gebruiken). Door rustige muziek te gebruiken haal je de energie naar beneden en ontstaat er focus en concentratie bij het doekje.
- Nu gaan de kinderen tegenover elkaar staan en kunnen ze het doekje laten spiegelen. Bij de hele jonge peuters is het fijn dat ze jou spiegelen.

De muziek die je kunt gebruiken bij de oefeningen:

Badkamer: Hoofd, schouder knie en teen, trompetversie Loulou Jazz kat Louis

<https://open.spotify.com/track/6XOufBij93m3kZiX12qNpP?si=w7PPAwXYTciIRklj-GE7MQ>

Aankleden: Humpty Dumpty Trompetversie Loulou Jazzkat Louis

<https://open.spotify.com/track/07ofhmFC5AMgmeHTfbUtl9?si=12t4K7cqSH2pEd8zWpLZhQ>

Langzaam aankleden: Bon Ballon: Langzaam aan land (1^e couplet) Dansspeters

<https://open.spotify.com/track/0GKiCmXICQ42n2EHGuYMzi?si=H9MbLuM2Re-yndxREcbfww>

Snel Aankleden: De modeshow: the catwalk Dansspeters

<https://open.spotify.com/track/3zAKBNAajfBLhJSCxnA8nT?si=cSxOKei4TrObH0RjtBIKfQ>

Dansdoekje: Kumru. Op12/2 Fazil Say

https://open.spotify.com/track/4GdNH7XII4wt4geBhxT3aQ?si=1G3HCBWCTJqQpE5a_QVMGg