

Dansende sjaals

Tijdens de groei en ontwikkeling van peuter naar kleuter verandert er veel. Het lichaamsbesef groeit, de motoriek verfijnt, het kind gaat zich meer richten op en gaat samenspelen met anderen. Dit betekent voor de dans grote veranderingen. Tijdens het dansen ontdekt het kind een scala aan nieuwe bewegingen, het bewegingsvocabulaire wordt groter, wat op zijn beurt meer mogelijkheden tot uitdrukking biedt.

Het is eigenlijk hetzelfde als met taal, als je meer woorden kent, heb je meer mogelijkheden om je uit te drukken en kun je jezelf verfijnder uit drukken. Wat ook fantastisch is bij deze leeftijd, is het samenwerken in dans. Dit biedt nieuwe mogelijkheden.

Herhalen

De maximale tijdsduur om met kleuters te dansen is 45 minuten. Bouw het rustig op, eerst 15 tot 20 minuten dan een half uurtje en dan 45 minuten. Dit dansmoment is zo opgebouwd dat je er drie keer mee aan de slag kunt. De opwarming en afronding blijven hetzelfde en in de kern herhaal je eerst de opdracht van de vorige keer voor je met een nieuwe opdracht komt. Zo laat je zien dat dansmateriaal op heel veel verschillende manieren uitgewerkt kan worden. En bovendien kost het minder voorbereiding omdat je dingen kunt herhalen

Het dansmoment is ook opgebouwd uit drie delen:

- **Opwarming** om in de sfeer te komen, lichamenlijk (waar kun je allemaal mee dansen?) en geestelijk (we gaan samen dansen).
- **Kern** een stukje verdieping en verbreding in dans. In dit gedeelte kun je eerder gebruikt dansmateriaal herhalen en nieuw dansmateriaal aanleren. De kinderen onderzoeken en ontdekken zelf nieuwe dansmogelijkheden (door middel van aangereikte dansopdrachten).
- **Afsluiting** Hier wordt het dansgebeuren weer afgerond. Dit kan op diverse manieren als het maar duidelijk is dat het dansmoment is afgesloten.

Opwarming

Je staat met z'n allen in een mooie kring. Het is verstandig om hier wat extra aandacht aan te besteden.

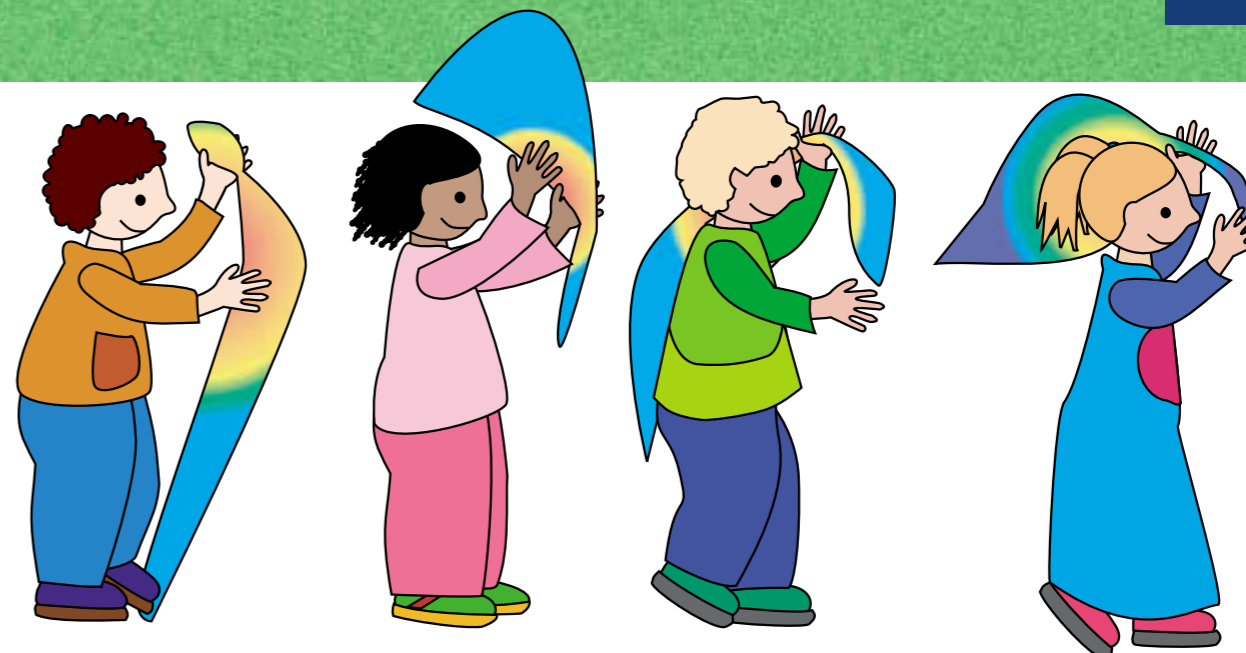
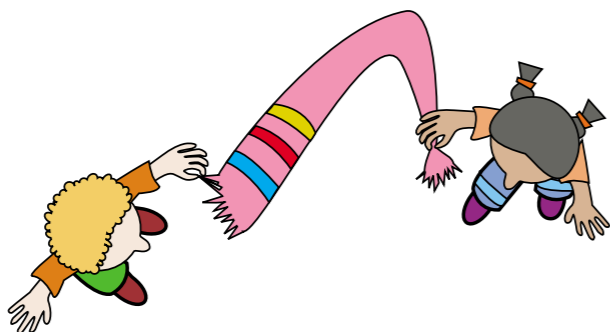
- Zorg dat de kring rond is (de kinderen kunnen elkaar dan allemaal zien en hetgeeft het beste overzicht).
 - Zet de kinderen zo ver uit elkaar dat ze hun armen kunnen strekken zonder dat ze elkaar raken.

Zet een vrolijk muziekje op (bijvoorbeeld cd: De liedjesspeeltuin 4 van Dirk Scheele) en laat de kinderen je nadoen. Je verzint telkens een nieuwe beweging (op de plek) en de kinderen doen jou na, blijf de verzonden beweging een tijdje doen voordat je weer iets anders bedenkt. Zorg dat alle lichaamsdelen aan bod komen, iets met je hoofd (altijd voorzichtig met het hoofd), schouders, armen, handen, vingers, heupen, billen, zittend met je benen, zittend met je voeten. Wissel de lichaamsdelen af met rennen op de plek, wandelen op de plek, met snelle voetjes trippelen op de plek. Nu zijn de kinderen genoeg geïnspireerd voor de volgende opdracht.

Als het muziekje afgelopen is, mogen jullie om de beurt een beweging verzinnen en de rest doet het na. Je zet hetzelfde muziekje weer aan, degene waarvan je de naam zegt is aan de beurt. Vertel er nog wel even bij dat ze alleen bewegingen op de plek mogen verzinnen.

Kern: dansen met sjaaltjes

Als je met materiaal gaat dansen, is het leuk en nuttig om het te introduceren.



Wat is het voor een materiaal, waar kun je het allemaal voor gebruiken, hoe voelt het, hoe ruikt het, welke vorm heeft het, welke kleur heeft het en hoe kun je het laten bewegen?

Dansopdracht 1

Zet een muziekje op waarin veel wisselingen in sfeer en tempo zitten (bijvoorbeeld: 'Dansspetters' van Stichting Nevofoon).

Kom maar allemaal zitten, en doe je ogen dicht. Ik tel tot tien en dan mag je ze weer open doen. Ondertussen leg je voor elk kind een sjaaltje in het midden van de kring.

Het is het leukste als ze vierkant zijn (ongeveer 50x50 cm) en gemaakt van een heel dun stofje in allemaal verschillende kleuren.

Doe je ogen maar weer open en pak allemaal een sjaaltje. Wie weet wat het is? Heb je er thuis ook een? Pak allemaal een sjaaltje en zoek een plekje in de zaal waar je veel ruimte om je heen hebt en waar je niet te dicht bij de kant staat. Ga daar maar zitten.

In dans noemen we dit het 'eigen plekje'. Een eigen plekje zoeken is iets wat kinderen moeten leren. Je kunt dat op een speelse manier doen. Je kunt ze bijvoorbeeld allemaal een plekje laten zoeken en vervolgens verplaatst je ze zodat de ruimte goed verdeeld is. Dan vraag je ze allemaal langs de kant te komen staan en je telt tot drie.

Zoek allemaal maar weer een nieuw eigen plekje.

Dit kun je een aantal keer doen, maar niet te vaak. Het moet leuk blijven. Je zult zien dat ze het de volgende keer al meteen veel beter kunnen.

Als de muziek begint dan mag je gaan dansen met je sjaal, zoals je zelf wilt. Als de muziek stopt, dan stop jij ook.

Laat de kinderen eerst lekker hun gang gaan, voordat je ze beperkingen oplegt.

Zeker met het dansen met materiaal is dit belangrijk. De rest van opdracht 1 voeg je de tweede keer toe als je met de kinderen gaat dansen toe.

Als ze een tijdje hebben gedanst kun je de volgende opdrachten afwisselen:

- Nu mag je alleen op de plek dansen.
- Nu mag je alleen door de zaal dansen.
- Nu mag je het zelf weten (je zult zien dat de kinderen vanzelf al meer gaan variëren in hun dans dan de eerste keer).

Dansopdracht 2

Zet nu een rustig muziekje op (bijvoorbeeld: 'Wonderlijke muziek van de Efteling')

Deze opdracht komt er de tweede keer dat je met de kinderen gaat dansen bij.

Kom maar allemaal zitten (in een kring of op een eigen plekje. Kennen jullie het verhaal van de regenboogsjaal? Er was er eens een speciale plek waar alle kinderen altijd komen dansen, alleen of met elkaar op allerlei soorten muziekjes. Wat voor soort muziekjes zouden dat kunnen zijn?

Als de kinderen geen ideeën hebben, breng je ze even op gang: Snelle, langzame, vrolijke, droevige muziek.

Op elke muziek dansen de kinderen anders. Wie weet hoe je op snelle muziek zou kunnen dansen? Enzovoorts.

Je kunt het een kind voor laten doen en dan de rest uit laten proberen. Je kunt dit zonder muziek doen, en eventueel op een later tijdstip nog eens met andere soorten muziekjes uitproberen.

De regenboogsjaal ligt ook altijd in de speciale dansplek. En als iemand hem ziet liggen gaat hij ermee dansen. Op een dag is de sjaal zo droevig, iedereen gaat altijd maar met hem dansen. Hij wil zelf ook wel eens dansen. Maar dat is natuurlijk een probleem want de sjaal heeft geen armen en benen. Hoe zouden we dit nou kunnen oplossen?

Als de kleuters zelf niet met de oplossing aan komen: *Een kind is heel slim. Wij kunnen jou toch laten dansen! Het kind pakt het sjaaltje op met de ene hand aan de ene punt >>*



dansen met peuters



en met de andere hand aan de andere punt, zodat de sjaal als een groot vierkant voor hem hangt.

Terwijl je het vertelt kun je de sjaal ook daadwerkelijk gebruiken. Op deze manier visualiseer je het voor de kinderen.

Heel langzaam beweegt hij met de sjaal, langzame golvende bewegingen die steeds groter worden en steeds sneller gaan. Dan laat hij de sjaal weer stilhangen en begint heel rustig aan een kant van de sjaal te schudden en dan weer aan de andere kant. Hij maakt de sjaal in één klap klein en langzaam aan weer groot. Hij draait met een puntje van de sjaal en de punt wordt steeds groter totdat de hele sjaal draait. Hij liet de sjaal hoog in de lucht wapperen en dan weer bij de grond. Het is gelukt de sjaal danst, hoera!

Zullen wij onze sjaaltjes ook laten dansen? Kom maar allemaal op een eigen plekje staan, en houdt de ene kant van de punt in je ene hand en de andere kant van de punt in je andere hand. Laat gezamenlijk de sjaal dansen, net zoals in het verhaal.

Nu kunnen ze zelf aan de slag met een muziekje erbij.

Als je ziet dat ze de hele tijd hetzelfde doen kun je stimulansen (zie: KIDDO 7) gebruiken.

Je kunt de sjaal van hoog naar laag laten dansen. Je kunt alleen het puntje van de sjaal laten dansen heel langzaam of juist supersnel. Je kunt de sjaal laten golven/zwieren /draaien/ kronkelen.

Dit voeg je er de derde keer aan toe.

Tot slot kun je ze de sjaal door de zaal laten dansen, achter je aan laten golven, onder je benen door enzovoorts.

Dansopdracht 3

Begin met rustige muziek waarin niet te veel tegelijkertijd gebeurt (bijvoorbeeld: 'Melodietjes en geluiden' van de Piramide cito groep).

Stop allemaal je sjaaltje in de mand

Ik heb hier een sjaaltje in mijn hand, als het sjaaltje beweegt, dan bewegen jullie ook. Als ik maar een piepklein stukje sjaal laat dansen, dan wil ik bij jullie ook maar een piepklein vingertje of teentje zien dansen.

Je kunt dit ook eerst met een kind voor doen.

Probeer de sjaal op 20 verschillende mogelijke manieren te laten bewegen. Maar begin eerst met allemaal mogelijkheden op de plek voordat je jezelf gaat verplaatsen.

Alleen een puntje laten draaien, een helft laten schudden, helemaal laten schudden, op de grond leggen en een hoekje omvouwen, over de grond aan een punt trekken zodat de kinderen zichzelf over hun buik naar voor trekken, of aan een punt omhoog trekken zodat er een lichaamsdeel omhoog komt (of dit nou een arm of been is, maakt niet uit). Het sjaaltje helemaal opfrummelen en weggooien. Het sjaaltje op en neer laten stuiten zodat de kinderen gaan springen. Het sjaaltje laten golven heel snel of juist heel langzaam enzovoorts.

Probeer thuis eerst eens uit wat je allemaal kunt doen met het sjaaltje.

Dansopdracht 4

Gebruik dezelfde muziek als bij dansopdracht 3. Deze opdracht voeg je er de tweede keer dat je gaat dansen aan toe. Kies allemaal een vriendje of vriendinnetje waarmee je wilt dansen en ga met z'n tweeën tegenover elkaar zitten.

Elk tweetal nummer je (jij bent nummer één en jij nummer twee of jij bent blauw en jij geel of jij bent de juf en jij de danser).

Een duidelijke manier van de dingen organiseren geeft rust en duidelijkheid voor de kinderen en zo kun je sneller weer gaan dansen.

Nummers een steek eens allemaal de hand in de lucht en doe ze maar weer omlaag. En nummers twee steek eens allemaal de hand in de lucht en doe ze maar weer omlaag.

Op deze manier heb je meteen gecheckt of ieder z'n nummer nog weet. Nu krijgen alle nummers één een sjaaltje dat ze laten bewegen. De nummers twee doen het sjaaltje na. Vertel er wel bij dat ze nog op de plek moeten blijven, dit omdat ze dan verder gaan met dingen uitproberen. Als ze meteen door de zaal gaan, zullen ze voornamelijk gaan rennen. Na een tijdje laat je ze wisselen.

De derde keer kun je ze bij het nog eenmaal omwisselen wel door de ruimte laten gaan..

Afsluiting

Zet een vrolijk en swingend muziekje op van een van de eerder genoemde cd's. Als afsluiting gaan we een dansspelletje doen. We beginnen op een eigen plek. Muziek aan betekent dansen door de zaal, muziek uit dan sta je stil. Na een poosje kun je ze ook met sjaal laten dansen.

Wie nog beweegt als de muziek stopt is af. Kom maar langs de kant zitten en help mij mee met kijken.

Als iedereen af is, laat je alle kinderen nog eenmaal lekker dansen. Zet een grote mand in het midden waar ze een voor een al dansen het sjaaltje weer in kunnen doen. ○

