



Lesbrief

Dubbeldans


Dubbeldans


‘Leren samen dansen’

 **Dansante activiteit:** Improvisatie en samenwerking

 **Moeilijkheidsgraad:** Makkelijk

 **Onder- en middenbouw**

 **Tijdsduur:** 30 minuten + voorbereidingstijd: 10 minuten (lezen van deze lesbrief)

 **Benodigheden:** Lappset Sona (interactief geluidsspeeltoestel voor de buitenruimte)

Leerdoel: De leerlingen leren samenwerken door middel van dansimprovisatie. De leerlingen dansen met verschillende klasgenoten en verzinnen samen de leukste, gekste en mooiste dansbewegingen.

LEREN SAMEN DANSEN

De leerlingen leren samenwerken met verschillende klasgenoten en verzinnen samen de leukste, gekste en mooiste dansbewegingen.

1) Introductie (5 minuten)

Locatie: Bij de Lappset Sona

Opdrachten:

- Opdracht 1: Verzamel alle leerlingen onder en om de Lappset Sona. Als de mogelijkheid er is: laat de leerlingen op de grond zitten.
- Opdracht 2: Vertel de leerlingen dat jullie vandaag gaan dansen in verschillende tweetallen en leg uit wat 'spiegelen' is. De ene is de leider en de verzinner, de ander is de volger en spiegelt alle bewegingen van de leider zo goed mogelijk.

2) Warming-up (5 minuten)

Locatie: Bij de Lappset Sona

Opdrachten:

- Opdracht 1: Laat alle leerlingen staan in een grote kring om de Lappset Sona.
- Opdracht 2: De docent zet muziek aan op de Lappset Sona.
- Opdracht 3: De docent start de warming up, waarbij de leerlingen experimenteren met het bewegen van afzonderlijke lichaamsdelen. Je geeft zelf het voorbeeld en de leerlingen dansen met je mee. Moedig de leerlingen aan om nu al zo goed mogelijk de docent te spiegelen.
Start bij de armen: rek jezelf helemaal uit. Maak daarna bewegingen met het hoofd, de schouders, de borst, de buik, de heupen en billen, de knieën en benen en ten slotte met de voeten. Als het lied is afgelopen, dan zijn alle lichaamsdelen aan bod gekomen.

3) Dansopdracht (5 minuten)

Locatie: Bij de Lappset Sona

Opdrachten:

- Opdracht 1: Indien de ondergrond droog is: laat de leerlingen zitten in de grote kring waarin ze stonden tijdens de warming-up.
- Opdracht 2: Maak tweetallen van de leerlingen.
- Opdracht 3: Maak twee kringen waarmee er een binnenkring en een buitenkring om de Lappset Sona ontstaat. De leerlingen staan tegenover elkaar met het gezicht naar elkaar, ze kijken elkaar aan. Dat betekent dat er één leerling van het tweetal in de buitenkring staat (met het gezicht naar de Lappset Sona) en de andere leerling staat in de binnenkring (met de rug naar de Lappset Sona).
- Opdracht 4: De leerlingen gaan elkaar spiegelen: de leerlingen in de buitenkring zijn als eerste de leider en mogen als daarom eerst bewegingen verzinnen wanneer zometeen de muziek start. De leerlingen in de binnenkring dansen hun partner in de buitenkring zo precies mogelijk na.
- Opdracht 5: Zet de muziek aan via de Lappset Sona en geef de leerlingen in de buitenkring twee dansopdrachten waarbij de leerlingen weer dansen met afzonderlijke delen van hun lijf. Een voorbeeldopdracht kan zijn: "dans alleen met je armen," of "dans alleen met je benen."
Wanneer de leerlingen bijvoorbeeld met hun armen aan het dansen zijn, inspireer je ze en help je ze met het experimenteren door vragen te stellen zoals: "kan je ook heel groot met je armen dansen," of "kan je ook heel langzaam met je armen dansen?" Als het lied is afgelopen, dan is ook de beurt van de leerling in de buitenkring voorbij.
- Opdracht 6: Zet weer andere muziek aan via de Lappset Sona en geeft twee dansopdrachten aan de leerlingen in de binnenkring zoals: "dans alleen met je

voeten,” of “dans alleen met je billen.” Ook deze leerlingen daag je uit door ze, tijdens het dansen, vragen te stellen zoals: “kan je heel snel met je voeten dansen,” of “kan je heel scherp en puntig met je billen dansen?” De leerlingen in de buitenkring spiegelen bij deze ronde de leerlingen in de binnenkring. Als de muziek is afgelopen, dan is beurt van de leerlingen in de binnenkring voorbij.

4) Verdiepende dansopdracht (5 minuten)

Deze verdiepende dansopdracht lijkt heel erg op de vorige dansopdracht, maar bij deze opdracht gaat het om het dansen met het hele lichaam.

Locatie: Bij de Lappset Sona

Opdrachten:

- Opdracht 1: Nu laat de docent de leerlingen in de binnenkring een plaatsje opschuiven, zodat ze tegenover een andere leerling in de buitenkring komen te staan.
- Opdracht 2: Zet weer muziek aan via de Lappset Sona en de leerlingen in de buitenkring mogen dansen met het hele lijf. Tijdens het dansen, stel je inspirerende en verdiepende vragen zoals: “hoe klein kunnen jullie met je hele lijf dansen,” of “hoe snel kunnen jullie met het hele lijf dansen?” De leerlingen in de binnenkring spiegelen de buitenkring.
- Opdracht 3: Halverwege de muziek, wissel je van rol: de leerlingen in de binnenkring worden de leiders en mogen met het hele lichaam experimenteren. De leerlingen in de buitenkring worden de volgers en spiegelen de leerlingen in de binnenkring.
- Opdracht 4: Als de muziek is afgelopen, dan laat je de leerlingen in de binnenkring nog één laatste keer een plaatsje doorschuiven, zodat er weer nieuwe tweetallen ontstaan.

- Opdracht 5: Bij deze laatste opdracht, mogen de leerlingen samen 'vrij dansen' waarbij het niet uitmaakt wie de leider en de volger is. Ook hoeven ze niet op hun plek te blijven staan. Integendeel: daag de leerlingen uit om samen de ruimte rond de Lappset Sona te verkennen door zich samen te verplaatsen in de ruimte. De leerlingen kunnen wandelen, huppelen, springen, rollen of kruipen. Als de muziek is afgelopen, dan is deze 'Verdiepende dansopdracht' voorbij.

5) Evaluatie

Locatie: Bij de Lappset Sona

Opdracht:

Bespreek met de leerlingen hoe het was om samen te dansen. Voelde het anders om met de ene klasgenoot te dansen dan wanneer ze met een andere klasgenoot dansten? Wat was het leukst om te doen? Dansen met de voeten? Dansen met de billen? Dansen met het hele lichaam? Of juist de ruimte rondom de Lappset Sona verkennen?