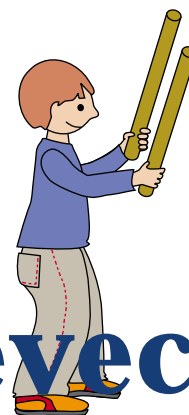




Maculele & Schijngevecht



Maculele is een Braziliaanse improvisatiedans. Oorspronkelijk wordt deze dans met zwaarden uitgevoerd. Wij doen het met stokken. Kinderen hebben veel plezier in deze dans en krijgen er niet snel genoeg van.

Deze dans is geschikt voor kinderen vanaf zeven jaar. Ieder kind heeft twee stokken nodig van 30 à 40 cm. Je kunt bezemstelen kopen en die in stukken zagen. Begin met het aanleren van de basispas:

De basispas

- **Tel 1** Stap met je rechervoet naar voren
- **Tel 2** Zet je linkervoet ernaast
- **Tel 3** Zet je rechervoet weer terug
- **Tel 4** Zet je linkervoet weer terug

(Muziektip: swingende 'Rio De Janeiro' carnavalsmuziek)

Als je de basispas een aantal keer op muziek geoefend hebt, ga je de beweging van de armen apart oefenen.

- **Tel 1** Klap in je handen rechts boven je hoofd
- **Tel 2** Klap in je handen links boven je hoofd
- **Tel 3** Niks doen
- **Tel 4** Niks doen

Als je de armbewegingen op muziek hebt geoefend, kun je armen en voeten combineren. Eerst zonder, dan met muziek. Het is makkelijk om een 'hulptekst' te gebruiken tijdens het oefenen. Daarmee vertel je de kinderen al zingend wat ze moeten doen in het juiste ritme. Je kunt verschillende hulpteksten gebruiken.

Hulpteksten gericht op de voeten:

- | | |
|-------------------------|---------------------|
| • Tel 1 voor | Tel 1 rechts |
| • Tel 2 voor | Tel 2 links |
| • Tel 3 terug of | Tel 3 terug |
| • Tel 4 terug | Tel 4 terug |

Hulpteksten gericht op de handen:

- | | |
|------------------------|-------------------|
| • Tel 1 rechts | Tel 1 klap |
| • Tel 2 links | Tel 2 klap |
| • Tel 3 niks of | Tel 3 niks |
| • Tel 4 niks | Tel 4 niks |

Loopt dit soepel en hebben de kinderen het ritme te pakken, dan kun je beginnen met de stokken. Spreek van tevoren duidelijke regels af met de kinderen:

Op een afgesproken teken houden we de stokken stil

Voorzichtig voor elkaar

Niet zomaar ergens op slaan met de stokken

Ieder kind krijgt twee stokken. Oefen de armbewegingen weer eerst apart. In plaats van te klappen, tik je nu de stokken tegen elkaar:

- **Tel 1** Tik de stokken rechtsboven tegen elkaar
- **Tel 2** Tik de stokken linksboven tegen elkaar
- **Tel 3** Niks doen
- **Tel 4** Niks doen

Als dit lukt ga je de beweging op muziek oefenen en daarna kun je de arm- en beenbewegingen met elkaar combineren.

Improviseren

De twee tellen waarbij je niks met je armen doet kun je invullen met improvisaties. Om een idee te geven wat je zoal kunt doen een aantal voorbeelden:

- 2 tellen: schudden met de schouders, waarbij je de stokken opzij houdt
- 2 tellen: drie maal met beide stokken op de grond slaan
- 2 tellen: tik de stokken een keer tegen elkaar aan voor je buik, en een keer achter je rug
- 2 tellen: til een been omhoog, tik de stokken een keer tegen elkaar aan onder je knie en een keer boven je knie
- 2 tellen: draai in twee tellen een rondje op je plek

Je kunt deze voorbeelden eerst met de kinderen oefenen en ze daarna zelf laten afwisselen.

Vervolgens kunnen ze zelf mogelijkheden bedenken. Het is wel belangrijk met de improvisaties binnen de twee tellen te blijven.



Dansen in tweetallen

Maculele is een dans voor twee personen dus daar gaan wij nu ook mee beginnen. Nadat de tweetallen zijn gevormd begin je weer met de basispas:

Twee kinderen staan tegenover elkaar en beginnen beiden met hun rechervoet de basispas.

In plaats van de eigen stokken tegen elkaar te tikken, raken ze nu elkaars stokken.

De rechter stokken worden tegen elkaar geslagen (niet te hard) op borsthoogte. Dan volgen de linker stokken op dezelfde wijze.

Zorg ervoor dat je de stok onderaan vasthoudt en dat de stokken elkaar iets boven het midden raken. Je kunt weer

hulpteksten gebruiken. Ook nu is het weer

belangrijk om de voet- en armbewe-

gingen eerst apart te oefenen en

dan pas tegelijkertijd uit te voe-

ren. Als dit goed gaat kun je

weer gaan improviseren.

Laat de tweetallen gere-

geld wisselen zodat

iedereen uiteindelijk

eens samen is geweest.

Kinderen krijgen niet snel genoeg van Maculele en je kunt het dus heel vaak herhalen. Het is wel verstandig om steeds dezelfde volgorde aan te houden: Eerst de basispas, dan volgen de stokken, dan de improvisaties en dan pas ga je met tweetallen aan de gang.



- Je komt met je lichaam naar voren

- Je maakt jezelf groot

- Je richt je op een punt

- Je bewegingen gaan rechtstreeks naar het eindpunt, dus niet met een omweg

Bewegingen waarmee je jezelf verdedigt:

- Je gaat met je lichaam naar achter of opzij

- e maakt jezelf klein

- Je gebruikt je armen om jezelf te beschermen

Het is verstandig om deze bewegingen eerst individueel te oefenen. De kinderen zoeken een eigen plekje in de

zaal waar ze genoeg ruimte hebben. Op

elke slag op de trom voeren ze een

beweging uit. Je geeft steeds eerst

aan om wat voor soort beweging

het gaat, aanval of verdedi-

ging, en het tempo: snel,

langzaam of in slowmo-

tion. Zet een spannend

achtergrondmuziekje

op om het geheel te

ondersteunen (bij-

voorbeeld een cd van

Cirque du Soleil). Het

afwisselen van ver-

schillende tempo's is

leuk en bij de snelle

bewegingen kunnen de

kinderen hun energie

wat meer kwijt. Het

schijngevecht zélf wordt,

om ongelukken te voorko-

men, alleen in slowmotion uit-

gevoerd.

Schijngevecht in slowmotion

Voordat je hiermee begint is het belangrijk er eerst even over te praten. Kinderen maken vaak dolenthousiast maar lukraak de engste bewegingen. Een schijngevecht gaat niet over vechten maar juist over samenwerken en geconcentreerd bewegingen uitvoeren, waarbij je elkaar heel goed in de gaten moet houden. Je maakt niet zomaar een beweging maar je reageert op bewegingen van de ander. Je moet je ook goed concentreren op je eigen lichaam anders raak je uit balans. Bij een schijngevecht heb je twee soort bewegingen:

Bewegingen waarmee je aanvalt:

Als je in tweetallen gaat werken is het verstandig ze niet allemaal tegelijk te laten

schijnvechten. Laat de kinderen een kring vormen en één tweetal in het midden dansen. Een schijngevecht is heel boeiend om naar te kijken. Achteraf kun je het publiek vragen stellen:

• *Wat voor bewegingen heb je gezien?*

• *Werkten ze goed samen?*

• *Hoe kon je dat zien?*

Later kun je meerdere tweetallen tegelijk laten dansen. Zorg daarbij wel dat je goed overzicht kunt houden zodat er geen ongelukken gebeuren.