



Tekst: Sofie van der Sommen  
Illustraties: Ineke van der Sommen



## Dansspelletjes

Heb je zin om met de kinderen spelletjes te doen, maar op een ander manier dan anders? Ga dan eens aan de slag met dansspelletjes.

Dansspelletjes kun je in elk moment van de dag inlassen,

maar ze kunnen ook onderdeel uitmaken van je danses,

bijvoorbeeld als opwarming of afsluiting. Je kunt ze ook gebruiken ter afwisseling van de andere dansopdrachten.

Om de kinderen te motiveren en ze erbij te betrekken is het belangrijk om de dansspelletjes zo goed mogelijk te doen. Maar in tegenstelling tot gewone spelletjes gaat het bij dansspelletjes niet om het winnen of verliezen. Soms is er wel een winnaar, zoals bij de stopdans, maar dat is niet het doel van het dansspel.

Bij dansspelletjes stimuleer je de creatieve, de cognitieve en de sociaal-emotionele ontwikkeling van het kind.

*Creatieve ontwikkeling:* de kinderen verzinnen eigen bewegingen en doordat het kind tijdens het spel de bewegingen overneemt van andere kinderen leert het ook nieuwe bewegingen.

*Cognitieve ontwikkeling:* het onthouden van onder andere spelregels.

*Sociaal-emotionele ontwikkeling:* bij dansspelletjes is het samenwerken een belangrijk onderdeel. Het kan om een samenwerking van een tweetal gaan, maar ook van een subgroepje of van de hele groep.

Bij alle dansspelletjes kun je muziek gebruiken en elke soort van muziek is mogelijk. Bij de spelletjes waar één winnaar overblijft, geef ik telkens een oplossing om daarmee om te gaan. Je kunt de verschillende oplossingen bij alle dansjes toepassen.

**'Bij dansspelletjes stimuleer je de creatieve, cognitieve en sociaal-emotionele ontwikkeling van het kind'**

### Ik doe dit, ik doe dat (4+)

De kinderen staan in een kring. Iemand verzint een beweging en zegt: 'ik doe dit' of 'ik doe dat'. Bij 'ik doe dit' doen de kinderen de bewegingen na, bij 'ik doe dat' blijven ze stilstaan.

Op dit spelletje zijn allerlei variaties mogelijk. Je kunt telkens iemand anders de bewegingen laten verzinnen, zeker bij de oudere kinderen. Als er 'ik doe dat' wordt gezegd, blijven de kinderen de beweging uitvoeren. Als er 'ik doe dit' wordt gezegd, verzinnen ze zelf een eigen beweging. De kinderen die af zijn, gaan zitten op de plek waar ze stonden. Als de helft van de groep af is, begin je weer opnieuw. Op deze manier blijft het voor iedereen leuk en niemand hoeft lang te wachten voor hij weer mag bewegen.

### De stopdans (4+)

De kinderen staan op een eigen plekje. Als de muziek aan gaat, mogen ze dansen zoals ze zelf willen, als de muziek uit gaat moeten ze stilstaan. Wie nog beweegt is af.

Ter variatie kunnen de kinderen die af zijn langs de kant meekijken of ze iemand zien die af is. In plaats van gewoon stilstaan als de muziek uit gaat, moeten de kinderen stilstaan als een standbeeld. Vooraf kun je nog extra aandacht besteden aan het stilstaan als een standbeeld.

Je kunt dit op verschillende manieren uitwerken.

- Dramatisch: ik knip in mijn vingers en ik zie alleen maar *stoe-re*, *kwade*, *bange*, *verliefde*, *verdrietige* beelden (noem één van de schuin gedrukte mogelijkheden).
- Fysiek: ik knip in mijn vingers en ik zie alleen maar *liggende*, *zittende*, *grote*, *kleine*, *brede smalle*, *op één been staande* beelden.

Als je nog twee kinderen over hebt, dan kun je de opdracht 'wie het hardst kan swingen is de winnaar' geven. Meestal swingen de kinderen even hard en is er dus geen winnaar. Speel het spel nog



## 'De hoofddanser verzint de bewegingen en de andere kinderen doen hem of haar na'

een keer zonder dat er kinderen 'af' gaan. Je kunt het spel afsluiten door de muziek langzaam weg te draaien, hoe minder muziek hoe minder de kinderen mogen bewegen totdat ze stilstaan en de muziek uit is.

### Opdrachtdans met lichaamsdelen (4+)

De kinderen staan op een eigen plekje. Als de muziek aangaat, beginnen ze te dansen. Tijdens het dansen krijgen de kinderen opdrachten die ze zo goed mogelijk moeten uitvoeren. De opdrachten gaan over dansen met verschillende lichaamsdelen. Bijvoorbeeld alleen met je armen dansen of alleen met je hoofd dansen (waarschuw de kinderen altijd dat ze voorzichtig met hun

hoofd moeten doen). Je kunt alle lichaamsdelen nemen ogen, tong, billen, buik, benen, voeten, pink enzovoorts.

Je kunt er nog iets extra's aan toe voegen door te zeggen: alleen met je rechtevinger of alleen met je linkerbeen, terwijl je op de grond ligt. Je kunt ook meerdere opdrachten tegelijkertijd geven: zittend op de grond dans je met één arm en één been. Ook kun je de manier van dansen van een lichaamsdeel aangeven. Bijvoorbeeld: draaiend met een arm, in schokkende stukjes als een robot.

### Opdrachtdans met samenwerkingsvormen (6+)

De spelregels zijn hetzelfde als bij het vorige spelletje, alleen de opdrachten gaan over samenwerkingsvormen. Je kunt hiervoor de volgende opdrachten gebruiken:

- dansen door de zaal zonder iemand aan te raken;
- rollend over de grond dansen zonder iemand aan te raken;
- dansen met z'n tweeën op de plek met de handen vast;
- met z'n tweeën dansen tegenover elkaar (jongen/meisje);
- dansen met z'n drieën door de zaal zonder anderen aan te raken;
- dansen met z'n vijven in een kring;



## dansen met kinderen (4+ jaar)



### 'Tijdens het dansen krijgen de kinderen opdrachten die ze zo goed mogelijk moeten uitvoeren'

- met z'n allen in één kring;
- al dansend de kring gezamenlijk groter en kleiner maken;
- al dansend in een lange slinger, één voorop.

Ook bij dit spelletje zijn variaties mogelijk. Je kunt het element van 'af zijn' toevoegen als er niet aan de opdracht is voldaan, bijvoorbeeld omdat het aantal kinderen oneven is, of omdat ze te lang twijfelen met welk kind ze willen gaan dansen. Je kunt dit spel mixen met het vorige opdrachtspel. (Met z'n allen op een rij, draaiend met je billen, van hieruit sluip je samen naar de overkant) Ook kun je de stopdans er doorheen mixen. Als de muziek uitgaat en het kind heeft niet aan de opdracht voldaan, dan is het af.

### Punt 1, 2, 3 en 4 (6+)

De kinderen staan met z'n allen in het midden van de zaal. Elke muur heeft een nummer, één tot en met vier. Als jij een nummer roept, gaan de kinderen richting de muur die bij het nummer hoort. Bij elk nummer hoort een specifieke manier van voortbewegen. Ze gaan:

- rennend naar muur één;
- in slowmotion naar muur twee;
- springend naar muur drie;
- kruipend naar muur vier.

Je kunt natuurlijk ook andere manieren van voortbewegen nemen. Lopen, achteruit lopen, huppelen, tijgeren (kruipen met je buik over de grond), hinkelen. Je kunt in plaats van nummers geven ook namen bedenken voor de verschillende punten waar de kinderen heen moeten. Je kunt de kinderen ook naar plekken toebrengen:

- nummer één, maak je rennend een kring;
- nummer twee, ga je in slowmotion in één rij staan;

- nummer drie, ga je al springend in tweetallen tegenover elkaar staan;
- nummer vier, ga je al kruipend in groepjes van vier staan. Je kunt het moeilijker maken door verschillende opdrachten door elkaar te geven: kinderen met iets blauws aan naar nummer één, de anderen naar nummer twee enzovoorts.

### Wie is de hoofddanser? (6+)

De kinderen zitten in een kring. Eén kind staat op de gang. Er wordt één hoofddanser aangewezen. De hoofddanser verzint de bewegingen en de andere kinderen doen hem of haar zo goed mogelijk na. Het kind dat op de gang stond, gaat in het midden van de kring staan en probeert er achter te komen wie de hoofddanser is. Het mag driemaal raden. Dan mag het volgende kind op de gang staan en begint het spel opnieuw.

Je kunt de hoofddanser ook beperkingen meegeven. Je mag alleen zittend dansen of je mag alleen in slowmotion dansen. Om het spel af te sluiten, spreek je met de kinderen af dat de hoofddanser telkens verandert. Het kind dat jij aantikt wordt hoofddanser, zo kan degene die in het midden staat nooit de hoofddanser raden. Na drie maal raden vertel je wat de afspraak was.

### Hoi, doe en hallo (8+)

Speel dit spelletje met kinderen van acht jaar en ouder. De kinderen staan in een kring. Ze geven een 'hoi' of 'doei' door aan het kind dat naast ze zit. Naar rechts geven ze de 'hoi' door en ze steken daarbij een vinger op. Naar links geven ze de 'doei' door en ze zwaaien daarbij met hun hand. 'Hallo' kunnen ze aan iemand doorgeven die aan de overkant staat, ze moeten diegene dan wel goed aankijken zodat duidelijk is naar wie de 'hallo' gaat. Wie de dingen door elkaar haalt is af en gaat zitten.

Ter variatie kun je de woorden 'hoi', 'doei' en 'hallo' veranderen in andere woorden. Je kunt muziek draaien op de achtergrond en de kinderen in de maat van de muziek de woorden laten zeggen. Ze moeten het spel dan al wel goed kennen en in de maat kun klappen. Om het moeilijker te maken kun je de opdracht geven dat de kinderen op hun plek moeten dansen terwijl ze het spel spelen. ○

