



Zullen we weer gaan dansen?

'Zullen we weer gaan dansen?' 'Jaaah', roepen de meeste kinderen spontaan' 'Nee', zegt één kind afwijzend. Maar door jouw positieve, vrolijke stemming maak je ook dit kind enthousiast. Dansen is leuk, weet je nog?

Het dansmoment is deze keer iets complexer, het is geschikt voor kinderen vanaf drie jaar. Ook in dit geval geldt dat een goede voorbereiding zorgt voor een hoog slagingspercentage. Dit dansmoment staat in het teken van 'reageren'. Bij het dansen met kinderen is stimuleren een noodzaak, de kinderen reageren op jouw stimulans en zo wordt hun dansvocabulaire vergroot. Een kind dat het liefst met draaiende armen danst gaat, als het de stimulans ontvangt om met zijn billen te dansen, misschien wel met draaiende armen én met zijn billen dansen.

Stimulansen

Er zijn *belevingsstimulansen*, waarmee je het inlevingsvermogen van het kind vergroot en *bewegingsstimulansen*, die je gebruikt om het dansvocabulaire van het kind te vergroten.

Een voorbeeld van een belevingsstimulans is het volgende. Het is herfst, we lopen met onze regenlaarsjes door een prachtig bos. De blaadjes vallen van de bomen, we proberen de blaadjes te vangen. Een bewegingsstimulans is bijvoorbeeld: we kunnen met snelle voetjes dansen, maar ook met hele grote trage voetjes of met schuivende platvoeten.

Bewegings- en belevingsstimulansen leiden gezamenlijk tot een meer gevarieerde manier van dansen. Bij de praktische uitwerking staan de verschillende stimulansen steeds vermeld.

Het dansmoment duurt 15-20 minuten en is opgebouwd uit drie fasen: opwarming, kern en afsluiting.

De opwarming gebruik je om in de sfeer te komen, om concentratie te krijgen en om plezier op te wekken.

De kern is een verdieping van het dansgebeuren. Hierin wordt de nadruk specifiek gelegd op het thema 'reageren'.



De afsluiting het dansmoment wordt afgesloten. Door hier specifiek aandacht aan te besteden, geef je het kind duidelijkheid omtrent de structuur van het dansgebeuren.

Opwarming: reageren op muziekinstrumentjes

Je zit met de kinderen in een kring op de grond.

Sluit allemaal je ogen,

In een ver land was eens een koe met een heel speciaal belletje om zijn nek, als het belletje begon te rinkelen gebeurde er iets merkwaardig, iets vreemds. Iedereen die het belletje kon horen, begon met z'n handen te draaien.

Rinkel met het belletje (de kinderen gaan met hun handen draaien). Je neemt de kinderen mee in je

verhaal zonder dat je letterlijk zegt dat ze met hun handen moeten draaien.

Mooie cirkeltjes, de ene kant op...en de andere kant op. Als je het belletje goed hoort dan draai je grote cirkels, hoor je het belletje heel zachtjes, dan draai je zo klein mogelijke rondjes.

Rinkel hard en zacht met het belletjes, stimuleer de overgangen van hard naar zacht.

Op een morgen liep de koe rond in zijn weide, maar...hij hoorde zijn belletje niet meer. Hij maakte een paar vreemde sprongen, nog steeds hoorde hij niets. Hij keek en keek of hij zijn belletje zag, maar nee, hij kon zijn belletje niet zien. Het belletje was weg! Rinkel rinkel, doe je ogen maar open.

Wat kun je nog meer aan je lichaam laten draaien? (de kinderen blijven zitten)

De kinderen verzinnen een lichaamsdeel, terwijl jij het belletje laat rinkelen op verschillende manieren: hard, zacht, snel langzaam, plotseling of met stiltes ertussen.

Ga maar weer zitten, met je ogen dicht.

In dezelfde weide in dat verre land woonde ook een sprinkhaan.



'Bij het dansen met kinderen is stimuleren een noodzaak'

Deze sprinkhaan had een trommeltje om zijn nek, en weet je wat er gebeurde als de sprinkhaan op het trommeltje sloeg?

Wie heeft er een idee? (ogen weer openen)

Enkel ideeën van de kinderen uitvoeren met begeleiding van de trom op diverse manieren. (Met de voeten stampen, met de schouders wiebelen, met de billen schudden).

Muziekinstrumenten combineren

Kom allemaal staan (nog steeds in een kring), als je de trom hoort, loop je op je plek zoals de trom het aangeeft (snel langzaam, hard met stampende reuzenvoeten, of zacht met kleine muizenvoetjes).

Hoor je het belletje, dan gaan de handen draaien, op de manier zoals het belletje het aangeeft.

Probeer zoveel mogelijk te variëren met de geluiden, maar wissel niet te snel af zodat de kinderen de kans krijgen de opdracht goed uit te voeren. Eindig met alles tegelijk door elkaar (bel, trom, hard, zacht...chaos). Experimenteer vooraf met de instrumenten om te bekijken wat voor geluiden je kunt maken en hoe je de belletje en de trom kunt afwisselen (je hebt nu eenmaal maar twee handen).

In de kern kun je 'reageren' op verschillende manieren laten terugkomen:

- reageren op het tempo van de muziek;
- reageren op de sfeer van de muziek;
- reageren op emoties.

De dansen in de kern kun je vaker dan één maal doen. Kinderen houden van herhaling.

Reageren op het tempo van de muziek

Kies een muziekje waarin afwisseling zit tussen snel en langzaam. Je zet alle kinderen achter je in een lange rij, het is de bedoeling dat ze in een rij blijven zonder elkaar vast te houden.

Al dansend slingert de rij door de zaal, gaat de muziek langzaam, dan dansen we langzaam. Gaat de muziek snel, dan dansen we snel.

Wie kan mij zeggen waarom we in een rij moeten dansen? (door een reden te geven voor dat wat we doen, stimuleer je het inlevingsvermogen van het kind, en er ontstaat een drang om daadwerkelijk in de rij te blijven)

We lopen over een slingerpad langs het water.

Alle kleine eendjes lopen achter moedereend aan. (Hoe dansen de eendjes?)

Alleen de eerste weet de juiste weg door dansland. (We dansen allemaal op dezelfde manier als het eerste kind in de rij. Danst hij op zijn tenen, dan doen wij dat ook. Danst hij over de grond, dan doen wij dat ook)

Wie wil er nu voorop?

Reageren op de sfeer van de muziek

Kies een drietal muziekjes waarin de sfeer telkens helemaal anders is. De kinderen luisteren naar het muziekje, zittend bij de muziekinstallatie. Door het stellen van enkele vragen schets je gezamenlijk een totaalbeeld voor het kind van de omgeving waarin hij danst en de manier waarop hij danst.

Wie wandelt er door de donkere nacht? (de snelle ridder, de trotse koning, de bange prins, het lieve feetje, de sterke draak)

Waar wandelt hij? (door het kasteel, door het bos, door de stad, door de danszaal, over het strand)

Wat voor een schoenen heeft hij aan? (ijzeren laarzen, glazen muiltjes, snelle gympies, schuivende slippers, klapperende hakjes)

Wat voor een stappen maakt hij daarmee? Hoe danst hij met deze schoenen aan? (met grote zware stappen, met kleine snelle stappen, met trage, schuivende stappen)

Alle kinderen gaan op een eigen plekje klaar staan. Een eigen plekje is een plekje in de zaal waar de kinderen niet te dicht op elkaar staan en niet te dicht tegen de kant. Je kunt deze plekjes ook markeren op de vloer of bij elk plekje een schoen leggen. Als de muziek begint dansen de kinderen op de afgesproken manier door de zaal, stopt de muziek dan staan de kinderen stil. >>

dansen met peuters



Je kunt stimulansen oproepen terwijl ze aan het dansen zijn.
Wij zijn op het strand in een modderpoel terechtgekomen.
We rollen door de modder en duwen onze neus erin.
Op het strand ligt een kapotte boot waar we onderdoor kruipen.
 Zo stimuleer je de kinderen om niet alleen op twee voeten te dansen maar ook over de grond rollend en kruipend te dansen. Misschien heb je wel een doos vol verschillende schoenen. Dan kun je het dansje nog eens doen met de verschillende schoenen aan.

Reageren op emoties

Kies een muziek dat neutraal is qua sfeer. *Wanneer/waarom ben je vrolijk. Hoe dans je als je vrolijk bent? Wat doe je met je benen? Hoe dansen je armen, wat doen je vingers?*

Na het stellen van deze vragen gaan de kinderen op vrolijke wijze dansen.

De andere emoties (droevig en kwaad) werk je op dezelfde manier uit.

Dan bundel je deze drie emoties in het volgende dansje:

Kom op een eigen plekje staan (de muziek wordt aangezet, hoor je het geluid van de trom, dan sta je stil)

Gerard het dansende konijn, danst vrolijk rond. Hij is op weg naar zijn hol. Hij swingt met zijn staart, golft met zijn oren, zwaait, draait en graait met zijn armen, rolt over de grond en huppelt heen en weer. Maar waar is zijn hol? Hij kijkt en kijkt, maar ziet zijn hol niet?

De kinderen dansen, slag op de trom...

Gerard het dansende konijn, danst droevig rond. Hij is op weg naar zijn hol. Hij swingt droevig met zijn staart, golft triest met zijn oren zwaait, draait en graait verdrietig met zijn armen, rolt over de grond huppelt troosteloos heen en weer. Maar waar is zijn hol? Hij kijkt en kijkt, maar ziet zijn hol niet?

De kinderen dansen, slag op de trom...

Gerard het dansende konijn, danst kwaad rond. Hij is op weg naar zijn hol. Hij swingt boos met zijn staart, golft met zijn oren, zwaait, draait en graait woedend met zijn armen, rolt over de grond en huppelt heen



en weer. Maar waar is zijn hol? Hij kijkt en kijkt, maar ziet zijn hol niet?

De afsluiting

Je kunt er voor kiezen om naast het instrument een achtergrondmuziekje te gebruiken (een rustig new-age-relaxmuziekje met kabbelend water).

Kom allemaal in de kring zitten met de ogen dicht.

Wie kan mij vertellen wat voor een geluid hij hoort?

Langzaam laat je het geluid van de 'rainstick' horen (een rainstick is een houten buis met schelpjes erin). De kinderen doen hun ogen open en komen het instrument bekijken (voelen, ruiken, aanraken)

Kies allemaal een plekje op je lichaam uit dat je laat dansen als je het geluid van de rainstick hoort. Je kunt ze ook het woord lichaamsdeel leren.

Welk plekje zou je kunnen kiezen? Arm, been, voet, buik, billen, schouders, vingers, hoofd. Maak de kinderen duidelijk dat ze niet te wild moeten dansen met hun hoofd.

Allemaal ogen dicht, dans met het plekje op je lichaam dat je heb uitgekozen. Dit om zeker te weten dat alle kinderen een lichaamsdeel gekozen hebben.

Dan laat je het geluid horen, de ene keer wat sneller, dan weer wat trager.

Probeer het instrument van tevoren uit, zodat je wat effecten uit kunt proberen.

Kies allemaal een ander plekje op je lichaam, en daar gaan we weer.

Zittend, staand, alles mag, maar we blijven op ons plekje.

Dit kun je nog een aantal keer door laten gaan.

Wie heeft er een plekje op zijn lichaam dat heel speciaal kan dansen?

Laat maar eens zien. (de rest kijkt)

Zullen we eens kijken of wij dat ook kunnen?

Alle kinderen doen het ene kind zo precies mogelijk na.

Tot slot gaan we allemaal op een been staan, en dan op het andere. Wie kan er blijven staan? ○

Muziektips:

Peuters dansen 1, stichting Nevofoon

Kleuters dansen 3, stichting Nevofoon

Beide cd's zijn te bestellen bij www.nevofoon.nl