

Lesformulier

titel les	Alles groeit
voor welke groep(en)	5-6-7-8
onderwerp/thema	De kringloop van het leven
kunstdiscipline(s)	Dans
vaardigheden	Popping en Locking & Moderne dans
doelen(en)	- De leerlingen kunnen improviseren vanuit een thema met bewegingen. (selectie uit NKC) - De lln. kunnen een korte choreografie maken - De leerlingen kunnen grote en kleine bewegingen maken - De leerlingen maken kennis met moderne dans
werkvorm(en)	Individueel, tweetallen en groepjes
presentatievorm	In groepjes en aan de klas
duur van les(senreeks)	45 minuten
benodigdheden	Digibord, presentatie, muziekbox, spotifylijst
voorbereiding	- Zorg dat er genoeg ruimte is in het lokaal is om te bewegen. Schuif stoelen en tafels naar de zijkant. Gebruik 1 zijde als 'tribune' zodat het een soort theater opstelling wordt. - Neem de lesbrief door - Telefoon aangesloten op muziekbox

Lesopbouw

ORIËNTATIEFASE

Denk hierbij aan:
voorkennis ophalen,
verwonderen, waarnemen
(kijken, luisteren, voelen,
ruiken, proeven),
associëren, fantaseren,
beschouwen en reflecteren.

DIA...

Warming up:

Laat de leerlingen in de ruimte staan. Alle leerlingen moeten lekker dansen op de muziek op de plek. Laat de leerlingen even hun armen spreiden om te kijken of ze elkaar niet raken. Als de muziek stopt, moeten ze in een pose stilstaan. Na elke stop zet je een ander nummer op.

Nummers warming up:

Dance the night - dua lipa

Fly - Ludovico Einaudi

made you look - Meghan Trainor

edamame (feat. Rich Brian) - bbno\$ en Rich Brian

lovely - Billy Elish en Khalid

Alore on danse - Stromae, Dubdogz remix

Makeba - Jain

Variatie:

Geef van tevoren elk nummer een beweging.

1. spring in de lucht
2. tik de grond aan
3. doe de DAB
4. doe de wave
5. doe de robot

*Ook kan je de leerlingen een beweging laten verzinnen.
Tijdens het vrij dansen op de muziek roep je hard een nummer. De
leerlingen moeten dan de juiste beweging erbij maken.*

DIA...

Voorkennis ophalen:

De leerkracht vertelt: "We hebben nu de eerste dansles gehad. Wat hebben we ook alweer gedaan? Welke oefeningen vond je leuk? Wat hadden de dansvormen te maken met het thema van NKC?"

Vertel: Deze les gaan we de stukjes dans die jullie hebben geoefend herhalen en een aantal nieuwe oefeningen doen.

Vertel: Alles in het leven is een **kringloop**. Wat wordt daarmee bedoeld?

*Antwoord: Alles groeit en bloeit, sterft, maar komt ook weer terug.
Bijvoorbeeld de voedselkringloop bij planten, dieren, mensen.*

Vertel: We hebben elkaar nodig om te overleven op aarde. De planten, de dieren en de mensen kunnen niet zonder elkaar. Om te groeien en bloeien is er balans nodig in de natuur. Genoeg voedsel, genoeg water en de juiste weersomstandigheden. Dit geldt voor alle organismen op aarde.

Deze les gaan we oefenen met balans en groei.

Met opmerkingen [1]: @patricia.stokx@floresonderwijs.nl check jij ook nog even de juiste plaatjes vanuit de NKC lessen? xxx
Toegewezen aan Patricia Stokx

ONDERZOEKSFASE

*Denk hierbij aan:
brainstormen, bronnen
zoeken, schetsen,
experimenteren, improviseren,
oefenen, proefjes doen of
maken, nieuwe technieken
aanleren, keuzes en een plan
maken.*

DIA...

Opdracht 1:

Muziek: Passing On - Samuel Bohn (zet op repeat)

Sta op een been en dans op de muziek. Laat de kinderen dit even proberen. Evalueer daarna. Hoe ging het?
Doe de oefening nog een keer. De meeste leerlingen zullen voornamelijk hun armen bewegen. Laat ze hun hoofd, benen, rug, schouder etc. bewegen.

Variatie: Met ogen dicht.

Opdracht 2:

Doe de oefening nog een keer, maar houd dan de schouder van een maatje vast.
Hoe ging het nu?

Opdracht 3:

Gewicht/Evenwicht

Muziek: Happiness does not wait - Olafur Arnalds

Start: zitten met de ruggen tegen elkaar en armen in elkaar gehaakt.
Probeer nu op te staan. *Vraag: Wat heb je nodig om samen op te kunnen staan.*

DIA...

Vertel:

Een dansstijl waar veel grote en kleine bewegingen in voorkomen en open en dichte vormen is moderne dans.

Kijk naar de video. *Kijkvragen:*

- Wat is het grootste verschil tussen moderne dans en popping en locking?
antw. vloeiend en schokkend
- Hoe zie je de grote, kleine, open en dichte vormen terug in de dans?

Video: <https://www.youtube.com/watch?v=C4gCdGXKJVk>

DIA...

Open en dicht

Muziek: Passing On - Samuel Bohn (zet op repeat)

Ga in een grote kring staan.

Opdracht 1:

Beweeg nu je lichaam in kleine, grote bewegingen. In vloeiende bewegingen, net zoals bij de moderne dansstijl.

Bijvoorbeeld:

- Hoofd
- Polsen
- Armen
- Schouders
- Heupen

Laat een aantal leerlingen het uiteindelijk voordoen in het midden van de kring.

Opdracht 2:

Beweeg je lichaamsdelen open en dicht. Laat de leerlingen zelf onderzoeken op de muziek. Dit mag in popping & locking of juist in moderne dansstijl. Oftewel, vloeiend en schokkend. Het hoeft niet mooi te zijn. Laat een aantal leerlingen het uiteindelijk voordoen in het midden van de kring.

Variatie: Ook kan je de leerlingen die in het midden van de kring staan opdrachten geven. Dans nu groot en klein met je hoofd, armen, benen, etc.

Opdracht 3:

Spiegelen

Laat de leerlingen twee aan twee tegenover elkaar staan. De 1 spiegelt de ander. Doe het even voor met een leerling. Maak bewegingen van klein naar groot en van groot naar klein. Na een tijdje draai je om, de ander is nu de leider en de ander volgt. Doe dit hetzelfde met de open en dicht bewegingen.

Variatie: je kan ook nog variëren in de dansstijlen popping & locking en modern. Ofwel, schokkend en vloeiend.

UITVOERINGSFASE

*Denk hierbij aan:
toepassen, herhalen,
(in)oefenen, delen van
(tussen)resultaten.*

DIA...

Aan de slag!

Maak groepjes van 4 a 5 leerlingen.

Bedenk samen met je groepje 4 a 5 vloeiende bewegingen (moderne dans) en oefen deze bewegingen samen een aantal keer. Gaat dit goed? Verdeel het groepje in tweeën. De ene maakt de bewegingen heel groot en de ander heel klein.

De bewegingen een paar keer gedaan? Wissel om.

Geef de leerlingen 10 minuten de tijd om hiermee aan de slag te gaan.

Tip: laat de leerlingen die klein bewegen vooraan staan en de leerlingen die groot bewegen achteraan.

Variatie: laat de leerlingen dezelfde bewegingen in de popping & locking stijl dansen.

Ga in de theateropstelling zitten.

Muziek: Fly - Ludovico Einaudi (zet het liedje op repeat)

DIA...

Presenteren maar!

De leerlingen gaan naar elkaar kijken en moeten nadenken over de volgende **kijkvraag**:

- Kunnen jullie zien wie er klein en wie groot beweegt? Waaraan kan je dat zien?

EVALUATIEFASE

*Denk hierbij aan:
Terugkijken op product en
proces en
wat geleerd is, het creëren
van ruimte om te groeien en
het formuleren
van nieuwe leervragen.*

Evalueren

De leerkracht evalueert met de leerlingen hoe de les is gegaan. Dit gebeurt ook tussentijds.

- Welke onderdelen vind je leuk?
- Wat ging er goed tijdens de samenwerking?
- Wat zou je nog een keer willen doen?
-

Mochten leerlingen enthousiast zijn over de dans, daag ze dan uit om thuis te oefenen. De volgende les kunnen ze presenteren.

Tips/inspiratie/verdieping

Denk bijvoorbeeld aan:
extra activiteiten,
uitstapjes,
beeldmateriaal en
inspiratiebronnen.

extra:

[ook heel mooi](#) ook leuk om te laten zien tijdens een kleine pauze!

extra: