

Kinder dansles

Door Godelise

- Thema:** Rituele Afrikaanse dans
- Groep:** leeftijd 10 – 12 jaar (3^{de} graad lager onderwijs)
- Dansdoelen:** De kinderen kunnen de voor de Afrikaanse dans typerende bewegingen maken.
De kinderen kunnen zelf bewegingen bedenken die mogelijk zouden kunnen zijn voor een dergelijke dans.
- Benodigdheden:** - CD-speler en cd
- drie Afrikaanse muziekstukken met steeds een afwijkend tempo.
-

Enkele **suggesties** waar je geschikte muziek kunt vinden: CD's zijn te leen in de bibliotheek.

Africa Moyo (African Heartbeat), uitgave van MEMISA, Munich Records, 8712604 10007-2

Africa Drum, Chant & Instrumental Music, Elektra Nonesuch, 7559-72073-2

Ali Farka Toure with Ry Cooder. Talking Timbuktu, World Circuit WCD 040. *Cuba les Danses des Dieux*, Ocora C 559051

Ghana Ancient Ceremonies, Elektra Nonesuch, 7559-72082-2

Kenya & Tanzania Witchcraft and Ritual Music, Elektra Nonesuch, 7559-72066-2

Namibie Bushmen et Himba, Music du Monde, 92632-2

Paul Simon. Graceland, Warner Bros, 925447-2

Sacred Rhythms of Cuban Santeria, Smithsonian Folkways, CD 9307-40419-2

Shona Spirit, Mbira Masters from Zimbabwe, Music of the World, 9378-50136-2

Touareg Rhythms & melopées du Tassili-Nâijer, Blue silver Melodie, DK 50669-2

'Tsisì Ka Noomga' – Songs for Healing – Instrumental and Vocal Music of the Kalahari Bushmen of Botswana, Kalahari Music, KCD 004

'Yoruba Drums of Benin', West Africa, Smithsonian Folkways, CD SF 40440

Youssou N'Dour. Set, Virgin 0777-7-86195 2 9

Zimbabwe. The Soul of Mbira, Nonesuch Explorer Series, 7559-72054-2

Ruimte: ruimte geschikt om in te dansen

Tijd: 45 minuten

Vorbereiding: Voor een realistisch effect is het mogelijk een "afgod" ter beschikking te hebben.
Bij de juiste omstandigheden (groep en ruimte) kunnen ook echte instrumenten worden gebruikt.

10 Oefeningen

Langzaam en ruimtelijk:

1. Op de plaats zittend of staand het hoofd langzaam ronddraaien. Tegelijkertijd de schouders bewegen.
2. Op de plaats bovenstaande bewegingen maar nu bewegen ook de armen en het bovenlichaam in diverse bewegingen mee.
3. Door de ruimte heen worden nu ook de benen in de beweging meegenomen. Het hele lichaam maakt nu de meest vreemde bewegingen met eventuele grote of kleine passen.

Iets sneller tempo:

4. Alle bovenvermelde bewegingen worden in een iets sneller tempo uitgevoerd. Een extra vermelding voor gebruik van hoog en laag is raadzaam.
5. De kinderen mogen nu ook kleine sprongetjes maken.
6. De kinderen mogen nu ook ronddraaien in hun sprong.

Instrumenten:

7. in Afrikaanse dansen worden eenvoudige instrumenten gebruikt. De kinderen moeten doen alsof zij zo'n instrument bespelen
8. het wordt nog uitdagender om met zo'n instrument in de hand te dansen
9. nóg mooier als hier de kinderen ook nog eens een, liefst origineel, instrument echt bespelen en dansen tegelijkertijd

Kracht:

10. In Afrikaanse dansen wordt vaak om de gunsten van een God gedanst en gebeden. Dit gaat tevens gepaard met krachtige gebaren in de richting van die God. De kinderen kunnen ook deze gebaren bedenken en gecontroleerd en beheerst uitoefenen.

Lesbeschrijving

Inleiding 10 minuten; 🎵 1

De kinderen nemen verspreid in de klas plaats en zitten hierbij op de grond. De leerkracht vertelt van de Afrikaanse cultuur waarin voor goden vaak rituele dansen worden uitgevoerd. Een stukje van de muziek wordt gespeeld, ong. 2 minuten. In een vraaggesprek vertellen de kinderen aan wat voor bewegingen zij denken bij het horen van deze muziek. De langzame bewegingen met het hoofd, de armen en het bovenlijf worden onder muzikale begeleiding uitgeoefend. Daarna gaan de kinderen staan en worden ook de benen meegenomen in de warming up. De kinderen blijven steeds op de plaats.

Kern 20 minuten; 🎵 2

De kinderen mogen nu vrij gaan bewegen door de ruimte. Ze moeten hierbij gebruik maken van de typisch Afrikaanse manier van voortbewegen tijdens een dans. Hierbij wordt het lichaam enigszins gebogen en zijn de knieën gebogen. Tijdens het voortbewegen wordt per stap een kleine draai gemaakt en worden de armen op en neer bewogen. Tevens beweegt het hele lichaam mee. Het is raadzaam deze beweging voor te doen. De kinderen oefenen dit een paar keer onder langzame muzikale begeleiding. De leerkracht begeleidt steeds het proces.

Het lopen wordt vervangen door kleine sprongen. Pas als de kinderen dit onder controle hebben mogen ze een kleine draai in de sprong verwerken. Zorg ervoor dat de kinderen steeds beheerst blijven waardoor het gevaar voor vallen tot een minimum wordt beperkt.

🎵 3

Herhaling onder iets snellere muzikale begeleiding. De sprongen en de draaien moeten steeds beheerst blijven.

Het tempo blijft nu hoger. De kinderen krijgen een opdracht (bijvoorbeeld: Denk je in dat het al een jaar niet meer heeft geregend en dat je een dans opvoert ten gunste van de regengod. Welke bewegingen denk je dat daar bij horen.?) en proberen nu de geleerde bewegingen in hun eigen dans toe te passen. De leerkracht kan aangeven dat bijv. het gebaar van dramatisch omhoog gesperde armen en het stampen op de grond waardoor het droge stof opwarrelt goede bewegingen kunnen zijn.

Afsluiting 10 minuten; 🎵 3

De groep wordt nu in tweeën gesplitst. Een groep fungeert als instrumentalist en moeten doen alsof zij een instrument bespelen, evt. krijgen deze kinderen een echt instrument. De rest van de groep zijn de dansers. Beide groepen vormen een cirkel waarbij de instrumentalisten de binnencirkel vormen. Evt. kan in het midden hiervan nog een "afgod" worden geplaatst. Onder muzikale begeleiding worden in twee sessies de rituele dansen van elk individu uitgevoerd.