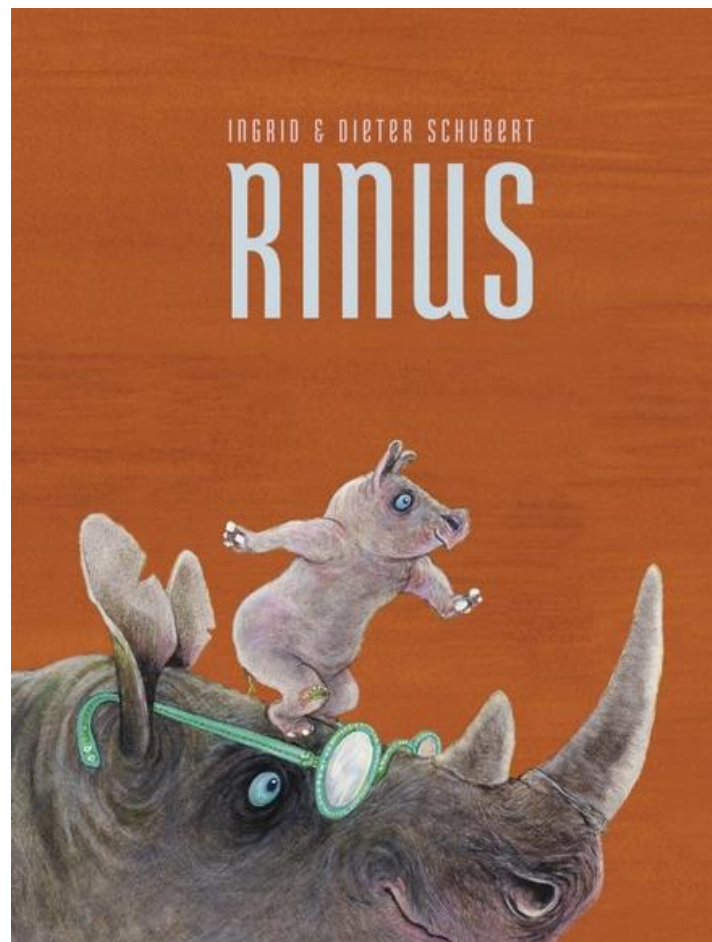


Nationale voorleesdagen 2025



Inspiratielessen, dans, muziek en
theater



Bron: ARhus

Algemeen informatie:

	Theater	Dans	Muziek
Algemeen informatie		Bij dans gaan de kinderen hun lichaam leren kennen, de ruimte gebruiken, op verschillende ritmes en dynamiek bewegen en hun creativiteit stimuleren. Dus 'draaien' hoeft niet alleen op je voeten, maar kan ook op je billen, buik etc.	De opdrachten zijn gebaseerd op een aantal dansoefeningen. Het is een soort muziek- en danscombinatie, die wel los van elkaar geoefend kunnen worden. De baby's en kinderen laten zich inspireren door geluiden, klanken en ritmes maken.
Benodigdheden		Een 'lege' ruimte. Muziek box. Muzieklijst die te vinden is in onderstaande lesbrief.	Muziek box. Muzieklijst die te vinden is in onderstaande lesbrief.
Tips		Jonge kinderen of baby's kun je in de armen vasthouden en met hen dansen/bewegen. Om binnen dans de creativiteit van de kinderen te stimuleren, werkt het beter wanneer instrumentale muziek wordt gebruikt i.p.v. muziek met teksten.	Voor jonge kinderen is het handig als de begeleider de instrumenten voor hen vasthoudt of de kinderen op schoot heeft bij bijv. klappen in de handen etc.

Inspiratie opdrachten:

Dans en muziek

Alle muziek is te vinden op Spotify onder Dance Skills, met de naam "**Rinus**" **Prentenboek van 2025.**

Deze oefeningen kun je in elke volgorde gebruiken.
Heel veel plezier!

Start:

Aan het begin van de workshop/les delen we een 'vrolijke pleister'. Kijk maar eens naar de voorkant van het boek: Rinus, de kleine neushoorn, heeft een pleister op zijn knie.

Je mag zelf kiezen waar jij je pleister gaat plakken op je lichaam (voorhoofd, hand, wang etc.).

Opmerking: je kunt ook wachten totdat je opdracht 3 doet (emoties) en dan pas een pleister geven.

1. Evenwicht:

Muziek: Quirky Funk, Christophe Zurfluh

Benodigheden (niet verplicht): evenwicht boogje/balans speelgoed

Bespreek met de kinderen wat zij op de eerste pagina zien.

Wij gaan met ons evenwicht spelen:

- We gaan op twee voeten staan en doen alsof de 'grond' beweegt, want je staat op het voorhoofd van je opa neushoorn.
- Wat als je nu op één been staat, hoe zwaar is het om je evenwicht te houden? En wat als je nu op één been danst?
- Pak één of meerdere 'evenwicht speelgoed' en laat de kinderen dansen door de ruimte en af en toe, wanneer zij het willen, op zo'n element staan.

Maak er een stopdans van: wanneer de muziek stopt, vallen ze om en blijven ze stilliggen. Dit vinden kinderen heel erg leuk.

2. Sporen maken in het zand:

Muziek: Aguas da Amazonia: Japurá River, Philip Glass en Uakti

Benodigheden: (niet verplicht) zandtafel of naar buiten gaan bij de zandbak

Op het schutblad zie je Rinus' voetsporen. Laten we die ook maken met ons lichaam in het zand.

- Hoe harder of zachter je drukt, hoe dieper je in het zand komt. Laten we met verschillende lichaamsdelen de sporen achter laten. Denk ook aan grote of klein lichaamsdelen. Een elleboog maakt andere vormen, sporen of tekeningen in het zand dan je billen.
- Je zou dit ook kunnen doen met de 'zandtafel' die je misschien op school hebt. Of buiten 😊

Muziek opdracht:

Benodigheden: lege glazen flessen of 'Olvarit' potjes of een xylofoon

Op de muziek van *Aguas da Amazonia: Japurá River, Philip Glass en Uakti* gaan we ritmes spelen. Heb je een xylofoon dan kun je die gebruiken en/of de lege flessen met water invullen. Let op dat elke fles een andere hoeveelheid water heeft zodat de klanken anders worden.

Je kunt muziek/ritmes maken door tegelijkertijd met de muziek te spelen maar je kunt ook alleen ritmes maken en je eigen muziek/klanken bedenken.

3. Emoties:

*Muziek: Tarantella d'alcantara, Pino Villa (voor vrolijk en boos)
En Delicate Jumps, René Aubry (voor verdrietig en bang)*

Benodigdheden: smileys op papier of als je die op een stempel of op een bal hebt, dan kun je die gebruikenn, etc. Blij, boos en verdrietig

Bij de titelpagina zie je een hele vrolijke Rinus die een handstand maakt. Als dat maar goed gaat, want je kunt je ook pijn doen en dan heb je vast een pleister nodig 😊

Laat aan de kinderen een smiley zien en samen op de muziek bewegen wij alsof we:

- Blij zijn
- Verdrietig zijn
- Boos zijn
- Bang zijn

We maken er een stopdans van. Wanneer de muziek stopt, maak je een standbeeld met één hand en één voet op de vloer, of op één been, zitten op de billen, liggen op de buik etc., maar ook kun je vallen. Oh nee!!! Je hebt je pijn gedaan. Laat zien waar je een pleister nodig hebt (deze krijgen de kinderen nu of hebben die al eerder gekregen, het maakt niet uit). Je bent dus nu verdrietig en je hebt ook pijn: Dans alsof je knie pijn heeft, misschien dans je mank?

Tip:

- Let op dat de kinderen geen acteurs worden door hun stem te gebruiken. Met alleen je gezicht en je lichaam dans je de pijn
- Als je blij bent maak je meestal grote bewegingen, dit doe je minder wanneer je bang, boos of verdrietig bent. Dan ga je misschien eerder naar de grond toe en daarop dansen. En bij boos wordt er vaak gestampt.

4. Kracht: sterk zijn:

Muziek: Kamili, Francis Mercvier, Nitefreak, Idd Aziz en Soulmate, Andrea Vanzo

Over opa neushoorn lees je op de eerste pagina: "hij was sterk, reuze sterk".

Wat zie je op deze twee pagina's? Kies samen met de kinderen wat jullie na kunnen doen/dansen.

Wij gaan het volgende doen:

- In je eentje:
Muziek: Kamili, Francis Mercvier, Nitefreak, Idd Aziz
 - Hoe beweeg je als je heel sterk bent? Laat mij je spierballen zien.
 - Hoe beweeg je snel?
 - Hoe spring je hoog maar ook laag en naar rechts en naar links?
- Samen met de groep, de boomstam rollen:
Muziek: Soulmate, Andrea Vanzo

Alle kinderen of in twee of meerdere groepen, gaan de kinderen met behulp van de pedagogische medewerkers, rollen van de ene naar de andere kant.

- De kinderen gaan in groepen van 3:
Muziek: Soulmate, Andrea Vanzo

Twee kinderen rollen kind A die de boomstam is van de ene kant naar de andere.

5. Stampen:

“Rinus stampt rondjes om opa heen”.

Benodigheden: (niet verplicht) instrumenten of houten blokken

We gaan zonder muziek, zelf ritmes stampen en klappen. Dit kan op je plek, maar ook door de ruimte, in een kring om 'opa' of iets heen etc. Gebruik je voeten maar andere lichaamsdelen mag ook.

Wat voor geluiden kunnen wij maken?

- Laat iedereen wat uitproberen, het mag tegelijkertijd
- Laat een kind iets voordoen en de rest herhaalt dit ritme
- Wat als je samen verschillende ritmes bedenkt en deze achter elkaar plakt? Dan heb je een orkest dat samen een compositie speelt

6. Schommelen:

Muziek: Valzer d'Inverno, Andrea Vanzo

Kijk naar de Stokstaarten, ze schommelen opa in slaap. Laten wij elkaar ook schommelen.

- Schommel eerst in je eentje, het kan staand, zittend of liggend
- Twee aan twee rug tegen rug: we schommelen samen
- Omhels elkaar en laten we elkaar schommelen
- In de kring, hand in hand en samen 'schommelen'

7. Wild doen en stem gebruik:

Kijk hoe Rinus wild doet. Ga zelf even wild doen, pas op dat jij jezelf of een ander geen pijn doet.

Laten we onze stem gebruiken: hoeveel 'wilde' klanken kun je maken?
Boeh.... Pchchchchc/ hahaaaaaaaaaaaaa!

Deze klanken zouden we op kunnen nemen en zo eigen 'wilde' muziek componeren en erop dansen.

8. Draaien, rollen springen:

Muziek: Drums of Thunder, Yuriy Melnik

Benodigdheden: (niet verplicht) een mat

Kijk: "Sterk is Rinus ook! ". Hij kan in de lucht springen en draaien.

Binnen de dans zijn er verschillende acties: draaien, rollen, springen, vallen, glijden etc.

Laten we deze samen oefenen, een mat kan welkom zijn 😊

9. Slapen/uitrusten:

Muziek: Bab'Azîz, Armand Amar, Levon Minassian

Bij het laatste schutblad is Rinus lekker in slaap gevallen. Laten we even bijkomen, onze ogen dichtdoen en loslaten, ontspannen.

Heel veel plezier! Bij vragen of voor verdieping kunnen wij een keer bij jullie langskomen om een training of workshop aan te bieden op locatie.

Voor dans en muziek mail met: noura.rezgui@rozet.nl