



Onderwijssecretariaat van Steden en Gemeenten van de Vlaamse Gemeenschap
Ravensteingalerij 3 bus 7 1000 Brussel tel. 02/506 41 50 fax 02/502 12 64 info@ovsg.be www.ovsg.be

Dansinitiatie

lagere graad - sectie jongeren

Leerplan

Deeltijds Kunstonderwijs – Studierichting Dans

F:\dko0102\hq\not\dal\init0187.beg

Dit leerplan werd goedgekeurd op 18 juni 2002 conform het besluit van de Vlaamse Executieve van 3 juni 1992 tot vaststelling van de goedkeuringsmodaliteiten van leerplannen.

D/2002/7634/083

© 2002 door OVSG

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van OVSG.

Bestelnummer: O/5/2002/002

Onderwijssecretariaat van de Steden en Gemeenten van de Vlaamse Gemeenschap vzw
Ravensteingalerij 3 bus 7
1000 Brussel

INHOUD

Inhoud	1
1. Inleiding	2
1.1 Het leerplan	2
1.2 Algemene opmerkingen	2
2. Elementen van dans	3
3. Leerplan dansinitiatie	4
1. Fysieke ontwikkeling	4
2. Placement	4
3. Psychomotorische ontwikkeling	5
4. Dansexploratie	8
5. Persoonlijkheidsvorming	10
6. Dansplezier	10
4. Evaluatie	11
5. Bibliografie	12

1. INLEIDING

Vanuit de nood snel te kunnen inspelen op de fysieke ontwikkeling van de kinderen start de opleiding dans in het Deeltijds Kunstonderwijs op 6 jaar. In de Lagere graad 1, 2 en 3 kunnen de leerlingen op leeftijd instromen. D.w.z. dat 7- en 8-jarigen respectievelijk in L2 en L3 kunnen instromen.

Gezien de fysieke ontwikkeling van het kind kunnen de technische oefeningen van de Algemene Artistieke Bewegingsleer nog niet aan bod komen. De leerling kan echter in L1 en L2 zeer goed voorbereid worden om zo deze techniek van L3 gemakkelijker te assimileren. Deze voorbereiding is vooral gebaseerd op de 5 basiscomponenten van de beweging nl. kracht, lenigheid, uithouding, snelheid en coördinatie.

In de loop van deze 2 jaar worden oefeningen aangereikt om deze bewegingscomponenten te ontwikkelen en voor te bereiden op de hoge techniciteit van de algemene artistieke bewegingsleer.

We willen hier benadrukken dat in dansinitiatie niet alleen de basis gelegd wordt inzake de fysieke ontwikkeling voorbereidend op de klassieke dans. Heel belangrijk is echter de creativiteit en het dansante in de les. De leerlingen komen om te dansen. Het dansplezier is fundamenteel in de les dansinitiatie. Vandaar dat de technische oefeningen die in de les aan bod komen ingeleid worden in een dansante sfeer.

Een tweede even belangrijke component van de dansles is de artistieke vorming. Via de dansinitiatie is er een eerste aanzet tot de artistieke ontplooiing van het kind.

1.1 Het leerplan

Het leerplan heeft betrekking op de eerste twee jaren van de lagere graad. Aan de doelstellingen werden leerinhouden gekoppeld. Bij deze leerinhoud werden methodologische wenken geformuleerd die tips bevatten bij het gebruik van de leerinhoud.

1.2 Algemene opmerkingen

De doelstellingen en de leerinhouden worden steeds gekaderd binnen de leefwereld van het kind. De leerinhouden kunnen boeiend gemaakt worden met thema's, materiaal en beeldspraak aansluitend op de leefwereld van het kind. De fantasie van de leerling moet maximaal aangesproken worden om de doelstellingen van de dansinitiatie te kaderen en te realiseren.

2. ELEMENTEN VAN DANS

Het lichaam	lichaamsdelen	spieren, beenderen, gewrichten, hart, longen (ademhaling) Hoofd, schouders, armen, handen, vingers, rug, borstkas, heupen, benen, voeten en tenen
	Lichaamsbewegingen	stretch, buigen, spiraal, cirkel, relevé, vallen, zwieren, strekken, heffen,...
	Stappen	stappen, lopen, springen, galop, huppelen, glijden
Tijd	Ritme	onderliggende puls, patroon
	Tempo	snel, traag
	Accent	kracht
	Duur	lang, kort
	Patroon	combinaties
Ruimte	Vorm	lichaamsvorm in de ruimte
	Niveau	hoog, midden, laag
	Richting	voorwaarts, achterwaarts, zijwaarts, draaien
	Grootte	groot, klein
	Plaats	ter plaatse, in de ruimte
	Focus	spotten
	grondpatroon	gebogen, recht
Kracht	Aanval	scherp, zacht
	Gewicht	zwaar, licht
	Kracht	sterk, los
	Stroom	vrij, gebonden, evenwichtig

3. LEERPLAN DANSINITIATIE

DOELSTELLINGEN	LEERINHOUDEN	METHODOLOGISCHE WENKEN
1. Fysieke ontwikkeling		
		<ul style="list-style-type: none"> Bewust worden en ontwikkelen van de fysieke mogelijkheden qua lenigheid en kracht, rekening houdende met leeftijd en de fysieke capaciteiten van de leerlingen. Het kind geeft zelf aan hoever het kan gaan. Bij oudere leerlingen mogen de eisen hoger liggen. In eerste instantie wordt alles geoefend via grond oefeningen.
1.1 Kracht	<ul style="list-style-type: none"> Explosieve kracht Basiskracht 	<ul style="list-style-type: none"> Versterken van de verschillende spiergroepen ter ondersteuning van bewegingen (vb. buik- en rugspieren)
1.2 Lenigheid	<ul style="list-style-type: none"> Gewrichtsbeweeglijkheid Spierelasticiteit 	<ul style="list-style-type: none"> De spieren zijn ontspannen gedurende de stretch Bij het stretchen van de rug en de houdingsoefeningen aandacht hebben voor de lage rug Lenigheid moet een basisonderdeel zijn van elke les om resultaten te bekomen.
1.3 Uithouding	<ul style="list-style-type: none"> Conditie 	<ul style="list-style-type: none"> Wordt geïntegreerd in de oefeningen
1.4 Snelheid	<ul style="list-style-type: none"> Snelheid in bewegingsuitvoering Snelheid in richtingsverandering Reactiesnelheid Remvermogen 	<ul style="list-style-type: none"> Het vlug kunnen uitvoeren van een beweging in een korte tijdsspanne Een afstand kunnen afleggen waarbij men snel van richting verandert Snel reageren op een bepaalde sensorische prikkel Een beweging in een minimale tijd onderbreken
2. Placement		
De leerlingen kennen en kunnen een juiste lichaamshouding i.f.v. de klassieke en hedendaagse dans		

3. Psychomotorische ontwikkeling		
3.1 Lichaamsperceptie		
Lichaamsplan	<ul style="list-style-type: none"> • Ervaren en ontdekken van het lichaam in verschillende situaties en verwerven van bewegingspatronen. 	
	<ul style="list-style-type: none"> • Ervaren en verwerven van statisch en dynamisch evenwicht 	
Lichaamsbesef	<ul style="list-style-type: none"> • Kennis en bewustwording van eigen lichaam en lichaamsdelen 	Verkenning en bewustzijn van de bewegingsmogelijkheden in het gewricht
	<ul style="list-style-type: none"> • Kennis en bewustwording van houdingen 	
	<ul style="list-style-type: none"> • Kennis en bewustwording van bewegingen 	
	<ul style="list-style-type: none"> • Lateralisatie: kennis en bewustwording dat het lichaam een linker en rechter kant heeft 	<p>1^e fase is de fase van symmetrie: de tweezijdigheid van het lichaam</p> <p>2^e fase: het kind leert ervaren welke lichaams helft dominant is</p> <p>3^e fase: het kind wordt bewust van de linker en rechter helft van het lichaam, die afzonderlijk en verschillend bewegen en tevens identiek zijn (lateralisatie)</p> <p>4^e fase: het kind kan zich t.o.v. de ruimte rechts en links situeren.</p>
	<ul style="list-style-type: none"> • Bewustwording en beheersen van dissociaties en isolaties 	<p>Dissociatie: de beweging zo beheersen dat er geen nevenbewegingen ontstaan</p> <p>Isolatie: enkel de te bewegen lichaamsdelen zijn in actie, aangrenzende lichaamsdelen bewegen niet.</p>
	<ul style="list-style-type: none"> • Kennis en bewustwording van anatomische – en bewegingslokalisatie 	<p>Anatomische lokalisatie: kennis en bewustwording van de plaats waar de beweging zich afspeelt (gewrichten, spieren)</p> <p>Bewegingslokalisatie: kennis en bewustwording van de bewegingsinzet, de beweging vertrekt vanuit één lichaamsdeel en leidt de andere lichaamsdelen.</p>
Lichaamsidee	<ul style="list-style-type: none"> • Verwerven van een positief zelfbeeld 	

3.2 Tijdsperceptie	Verwerven en hanteren van	Elke beweging heeft een tijdsverloop
	• Tempo	• Traag – snel ervaren in tijd en in beweging
	• Interval	• Tijd tussen twee bewegingen
	• Duur	• Kort en lang ervaren in tijd en in beweging
	• Gelijktijdigheid / opeenvolging	• Ervaren in tijd en in beweging
	• Ritme / ritmisch bewegen	
3.3 Muzikaliteit	• Tempo: langzaam - snel	
	• Metrum: kadans	
	• Ritme: onderliggende puls / patroon	
	• Maat	
	• Frasering: 8-tellen zin	De frasering staat in relatie tot de melodische zin.
	• Dynamiek: zacht - sterk	
	• Articulatie: legato - staccato	
	• Vorm: ABA vorm	

3.4 Ruimteperceptie	1. Ruimte-oriëntatie	
	• Plaats	
	• Afstand	
	• Richting	Specifiek voor dans worden de 8 punten van de zaal aangeleerd.
	• Traject	
	2. Ruimtestructuratie	Is belangrijk
	• Groepering	- naar organisatie van de les (vb. kringen maken, een diagonaal - in choreografieën: herkennen van ruimtelijke patronen
• Opstelling		
• Oriëntatieloop		
3.5 Bewustwording van ademhaling en van spanning - ontspanning	<ul style="list-style-type: none"> • Functionele ademhaling • Spanning - ontspanning 	<ul style="list-style-type: none"> • De beweging wordt ondersteund door de ademhaling
3.6 Coördinatie		<ol style="list-style-type: none"> 1. Eenvoudige vormen: zoals stappen, lopen, hinkelen 2. Complexe vormen: combinatie van bewegingspatronen met posities van hoofd.

4. Dansexploratie		
4.1 Perceptie van beweging: In staat zijn een beweging te zien, te assimileren en ze te doen		<p><u>Voorbeelden</u></p> <p>Herhaal de vorm, de houding</p> <p>Herhaal de beweging, ter plaatse</p> <p>Volg de beweging in de ruimte</p> <p>Herhaal het bewegingsverloop</p> <p>Groepsvormen</p> <p>Herkennen van de stappen</p> <p>combinatie</p>
4.2 De leerlingen kennen en kunnen de basisposities i.f.v. de klassieke en hedendaagse dans.	<p>6^e en 1^e positie</p> <p>1^e armpositie, bras bas</p>	
4.3 De leerlingen kennen en kunnen basisbewegingspatronen van de klassieke dans	1) Demi-plié in 6 ^e en 1 ^e positie	<ul style="list-style-type: none"> De demi-plié wordt zonder port de bras aangeleerd
	2) Relevé in 6 ^e positie	<ul style="list-style-type: none"> De relevé kan in de oefening met de plié gecombineerd worden. De relevé kan met balance beëindigd worden
	3) Levé du pied	<ul style="list-style-type: none"> In L1 in de parallelle positie, vanaf L2 en dehors
	4) Battement tendu en avant parallel	<ul style="list-style-type: none"> Met of zonder demi-plié
	5) Battement relevé lent parallel en avant	<ul style="list-style-type: none"> Maximum 45°
	6) Battement retiré parallel	
	7) 1 ^e positie, bras bas	<ul style="list-style-type: none"> Niet in combinatie met bewegingen

<p>4.4 De leerlingen kennen en kunnen de verschillende springcombinaties</p>	<p>1) Temps levé in 6^e positie</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Bij aanvang onderverdeeld • Met kwart draai, ook in 6^e positie • Als voorbereiding op de sprongen zijn de sprongen in 6^e positie zeer belangrijk • exploratie van de verschillende sprongen, in verschillende situaties: met / zonder verplaatsing, voorwaarts, achterwaarts, zijwaarts
	<p>2) Op één been springen 3) Van het ene been op het andere been springen 4) Van 2 benen op 1 been springen 5) Van 1 been op 2 benen springen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Zonder enige technische kwaliteit aan de sprong te geven • Met verplaatsing, zonder verplaatsing
<p>4.5 De leerlingen kennen en kunnen elementaire verplaatsingspatronen</p>	<p>1. Stappen 2. Lopen 3. Huppelpas 4. Galop 5. Pas chassé (zijwaarts)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Variaties op stappen : op de tenen, op de hielen, binnen- en buitenkant van de voet • Binnen de verplaatsing kan ook een draai-element aan bod komen. De leerlingen leren aanvoelen wat draaien is.

5. Persoonlijkheidsvorming		
5.1 Artistieke ontwikkeling	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zich inleven of beleven 2. De leerlingen leren een expressief karakter of gevoel aan de beweging te geven 3. De leerlingen leren een dynamische kwaliteit aan een beweging geven 4. Uitstraling: wat hen innerlijk beweegt overbrengen naar het publiek 	<ul style="list-style-type: none"> • Hulpmiddelen kunnen zijn: <ul style="list-style-type: none"> • een thema • muziek • een emotie • materiaal • beeldspraak
5.2 Creatieve ontwikkeling		
5.3 Attitude ontwikkeling		
5.4 Sociale ontwikkeling		
6. Dansplezier		

4. EVALUATIE

Gezien leerlingen voor het vak Dansinitiatie op leeftijd kunnen instromen, wordt geen officieel evaluatiemoment georganiseerd.

Toch is het wenselijk om een evaluatie over het hele jaar te houden. Deze procesevaluatie geeft een duidelijk beeld hoe de leerling over heel het schooljaar geëvolueerd is. De leerkracht geeft duidelijk weer waar de leerling zich in het geheel van het leerproces bevindt. De leerkracht heeft de volledige vrijheid bij de invulling van deze procesevaluatie. Dit kan zijn via evaluaties op geregelde tijdstippen of via een toonmoment. Deze procesevaluatie wordt in elk geval gekaderd in het artistiek pedagogisch project van de school.

5. BIBLIOGRAFIE

- ASTIE, A., Grammaire des corps par Alain Astié, Lyon, 1990.
- ANDERSON, B., De stretching methode, Utrecht/Antwerpen, 1993.
- BAXTER, H. en M., Zo leer je muziek lezen (ned.vert.), Abcoude, 1994.
- BECQUART, E., BERTRANDS, E., VAN GORP, B., Dansexpressie voor kleuters, Altiora Averbode/Apeldoorn, 1987.
- BEERMANN, M., BREUCKER, A., GSELLA, M., Muziek- en dansspelletjes voor kinderen van 3 – 8 jaar, Uitgeverij Panta Rhei, Katwijk, 1994.
- BRACKE, R., Bewegingsopvoeding voor kleuters, Acco, Leuven/Amersfoort, 1990.
- Dansend volkje, rei- en volksdansen voor kinderen van 3 tot 7 jaar, o.l.v. Jann Wouters, Antwerpen, 1990.
- DEPLA, J., WILMANS, R., Dansexpressie met kinderen, Altiora, Averbode/Apeldoorn.
- DE ROO, DEPLA, J., Maak het leven beeldende expressie met kinderen, Altiora Averbode/Apeldoorn, 1986.
- DILLE, G., De lichamelijke opvoeding van de kleuter, Malle, 1981.
- FLORQUIN, V., BERTRANDS, E., Speelkriebels voor kleuters, Acco, Leuven/Amersfoort, 1992
- HELEGEER, M., Ritmiek, een muzikaal gestructureerde bewegingsleer, Deurne, z.d.
- HOLLANDER, C. den, Kleutergymnastiek, Permurend, z.d.
- KRENZER, R., Spelen met gehandicapte kinderen, Nijkerk, 1971.
- KREUSCH-JACOB, D., Het muziekboek voor kleuters, Schoten, 1992.
- KUNTZELHAZEN, M., Kleuters ontdekken muziek, Nijkerk, 1992.
- LANGEDIJK, P., Om de concentratie en het leren te verbeteren, Uitgeverij, ANKH-Hermes, Deventer, 1978.
- LANGELAAR, A., Muzikale vorming in de kleuterschool, z.p., 1977.
- LANSSSEN, F., VAN DEN BROM, N., Werken met kinderen, van ruimtelijke oriëntaties naar ruimtelijke structuraties, Assen/Amsterdam, 1976.
- LAURENS, A., Spelenboek Binnenshuis, Uitgeverij Het Spectrum, Antwerpen, 1984.
- LAWSON, J., Teaching young dancers, London, 1978.
- JOYCE, M., First steps in teaching creative dance to children, Mayfield Publishing Company. Muziekkanten, Chirojeugd Vlaanderen, Antwerpen.
- PASVESKA, A., Both sides of the mirror, the science and art of ballet, Brooklyn, 1981.
- PAUSEWANG, E., 130 groepsspelletjes voor kinderen van 3-8, Nijkerk, z.d.
- REDEKER, H., BALFOORT, B., Adem als basis voor dans, Baarn, 1987.
- ROOYACKERS, P., Honderd dansspelen, Uitgeverij Panta Rhei, Katwijk, 1995.
- ROOYACKERS, P., Honderd dramaspelen, Uitgeverij Panta Rhei, Katwijk, 1998.
- SHERBORNE, V., Developmental movements for children, Cambridge, z.d.
- SCHOUTER, H., Muziekler in theorie en praktijk, Antwerpen, 1990.
- STICHTING NEVOFOON en DANSKANT, Peuters dansen deel 1, Wissenkerke, 1998.

SNOEK, M., Buitelnootjes: bewegen op muziek, Stichting nevofoon, Winschoten, 1993.

SOLVEBORN, S., Stretching, Rijswijk, z.d.

VANTILT, H., HOREMANS, M., JOOSEN, I., Olifantengalabal, Abimo Uitgeverij, waasmunster, 1998.

VAN VAERENBERGH, S. Doe-liedjes voor kinderen van 3 tot .. jaar, Uitgeverij De Garve, Brugge.

VRIJENS, J., Basis voor verantwoord trainen, Gent, 1988.

WILLEMZE, T., Kleine algemene muziekleer, tevens inleiding over solfège en muzikaliteit, Antwerpen 1983.