

## DANSKIJKWIJZERS KRACHT

In dit document staan kijkwijzers die gebruikt kunnen worden tijdens danslessen in het basisonderwijs. Deze kijkwijzers kun je gebruiken als een dansdocent komt lesgeven aan je groep. Je kunt ze ook inzetten als je (eenvoudige) opdrachten uit dansmethodes uitprobeert met je groep. Door gericht te observeren, zie jij wat de kinderen leren over het danselement kracht en hoe ze dat leren.

Op elke pagina staat een kijkwijzer die tijdens een kort moment in de les gebruikt kan worden.

De kijkwijzers zijn ontwikkeld voor leerkrachten, maar in de groepen 5 t/m 8 kunnen leerlingen ze eventueel ook gebruiken.

**Veel plezier met de danskijkwijzers KRACHT !**

Op de website [www.ditisdans.nl](http://www.ditisdans.nl) staan kijkwijzers voor de danselementen (lichaam, tijd, kracht, ruimte), het creatief proces en choreograferen. Mocht je een Word-versie willen, dan kun je mailen naar [ditisdans@gmail.com](mailto:ditisdans@gmail.com).

Je kunt de inhoud van de kijkwijzers gebruiken als je rekening houdt met de Creative Commons BY-NC-ND 4.0 licentie: je gebruikt het niet voor commerciële doeleinden en je verspreidt het niet als je het werk hebt gemixt, veranderd, of op het werk hebt voortgebouwd.



## INSPANNING en BEWEGINGSSTROOM

Observeer 2 á 3 minuten één leerling.

Turf hoe vaak je onderstaande variaties van inspanning en bewegingsstroom in de dansbewegingen ziet.

Komen sommige bewegingen veel of weinig voor?

Heeft de uitkomst, denk je, vooral te maken met de dansopdrachten van de docent of met de voorkeur van de leerling?

variaties van inspanning en bewegingsstroom	aantal
soepele, vloeiende beweging	
korte, strakke (robotachtige) beweging	
lichte, zwevende beweging	
zware, taaie beweging	
slappe, losse bewegingen	
sterke, krachtige beweging	
voorzichtige, zachte beweging	
korte, harde beweging	

## Tegenstellingen in KRACHT

Kijk tijdens de kern van de les 10 minuten gericht naar hoeveel inspanning de leerlingen gebruiken en hoeveel zwaartekracht zij hierbij (lijken te) ervaren.

Welke leerling(-en) zie je deze variaties in kracht gebruiken?

Schrijf de naam/namen van de leerling(-en) in het betreffende hokje van de beweging.

Na hoeveel minuten heb je al een tegenstelling gevonden? En na hoeveel tijd is de kaart compleet ingevuld?

licht	zwaar
ontspannen	gespannen
in evenwicht	uit balans
explosief	gecontroleerd
sterk	slap