

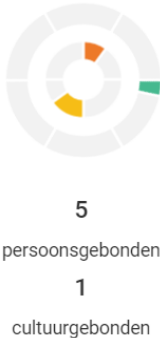
LESVOORBEREIDING BEWEGING

A. Identificatiegegevens

Student(e):	Stageschool:
Klas:	Stageklas: 1
Stageles nr.:	Mentor:
Vaklector: Vergaert Siska	Datum stageles:
Stagelector:	Begin- en einduur:

LEERGEBIED:	Bewegingsopvoeding	ONDERDEEL:
LESONDERWERP:	Komen tot een danscombinatie op muziek naar keuze.	

B. Inleidende rubrieken:

LEERPLANSITUERING: 		- MZrt4: De eigen bewegingen afstemmen op duur, tempo, tijdsvolgorde, metrum en ritme - MZrt1: Alleen of samen, een plaats innemen tegenover objecten, ruimteaanduidingen of personen en daarbij rekening houden met de ruimtelijke begrenzingen - MZlb7: Bewegingen gelijktijdig en opeenvolgend uitvoeren - MUva3: De technische en expressieve vaardigheden die nodig zijn om zich muzisch uit te drukken in beeld, muziek, dans en drama verfijnen: gestructureerde dans - IKvk1: Plezier beleven en voldoening ervaren bij leren en leven - IKid1: Basisvertrouwen ontwikkelen
BEGINSITUATIE: Voorkennis van de klasgroep: De lln krijgen weinig dans aangeboden; vooral tijdens de periode van het schoolfeest. Leerlingsspecifieke gegevens: In te vullen na overleg met de mentor. Bevraag jezelf grondig. Organisatie: In te vullen na overleg met de mentor/op basis van de beschikbare ruimte.		
HOOFDDOEL:	beleven plezier aan het dansen en bewegen spontaan	
DOELEN: MAX. 4	- bewegen op de maat van de muziek - voeren de bewegingen in de juiste tijdsvolgorde uit - onthouden de verschillende bewegen - voeren de verschillende delen in de correcte opstelling uit	
ONDERWIJS- EN LEERMIDDELEN:	- CD-speler + CD Mega Mindy & CD eigen creatie - afstandsbediening	
BRONNEN:	- ontcijfering en dansbeschrijving: mevr. T. Van Den Broeck - Vergaert, S (2020) <i>cursus beweging 1.1</i>. Sint-Niklaas: Odisee Hogeschool - Katholiek onderwijs Vlaanderen (2016). <i>Leerplandoelen</i>. Geraadpleegd op 7 juli 2020 via website: https://zill-selector.katholiekonderwijs.vlaanderen	

C. Lesverloop: Leerinhouden en didactisch handelen

FASE 1: instap - opwarming		
Timing: 9u25-9u33	Organisatievorm: verspreide opstelling	Doelnr: 1, HD
Materiaal: CD-speler, CD eigen creatie, afstandsbediening, CD Mega Mindy n°1		

Lk verzamelt lln op de turnrij en maakt algemene afspraken.

- Tijdens de uitleg zwijgt en luistert iedereen.
- waarschuwingssignaal = '5,6,7,8'.
- stopsignaal = muziek uit

Lk neemt afstandsbediening en legt uit.

AAN- EN UITZAPPEN

- vrij bewegen op de muziek (verschillende genres)
- Wie aangewezen wordt door de lk met de afstandsbediening wordt uitgezapt en bevriest in de houding waarin hij/zij stond.
- Wie een 2^{de} keer wordt aangewezen, wordt terug aangezapt en danst terug verder.
- muziek stopt = iedereen bevriest totdat de muziek terug speelt

Lk zapt lln aan en uit en bedient de CD-speler.

Lk laat lln een plaats in de zaal innemen waar ze de lk kunnen zien en legt al doende uit.

KENNISMAKING MET HET LIED + RITMISCH BELEVEN:

- lk voert allerlei bewegingen ter plaatse en in verplaatsing uit, geïsoleerd of met het volledige lichaam
- lln bootsen onmiddellijk na

Lk zet de muziek van het lied 'Ik ben Mega Mindy' van Mega Mindy op en beweegt op het lied.

Lk duidt lln aan die een passende beweging mogen bedenken en tonen; overige lln bootsen na.

Lk begeleidt continu verbaal en visueel.

FASE 2: kern		
Timing: 9u33-10u	Organisatievorm: frontrij & verspreide opstelling	Doelnr.: HD, 2,3, 4
Materiaal: CD-speler, CD Mega Mindy n°1		

Lk legt alle stappen al doende uit.

VORMBELEVING

- lln bewegen door elkaar en blijven op het refrein staan
- idem, lln voeren de juiste bewegingen op het refrein (zie dansbeschrijving) uit.
Lk doet voor , lln doen onmiddellijk na
gradatie:
 - de muziek afzetten of ontdubbelen
 - de bewegingen apart aanleren
- lln bewegen vrij op de niet gekende delen, blijven staan op het ' strofe ' en voeren op het refrein de gekende bewegingen uit
- idem, lln voeren de juiste bewegingen op het strofe (zie dansbeschrijving) uit
Lk doet voor , lln doen onmiddellijk na
gradatie:
 - de muziek afzetten of ontdubbelen

- de bewegingen apart aanleren
- Lln bewegen vrij op de niet gekende delen en voeren op het refrein en de strofes de gekende bewegingen uit
- Lk duidt hoe er op het intermezzo en de outro moet bewogen worden.
- Lln dansen de volledige dans met de juiste bewegingen op de juiste delen.

Lk begeleidt continu visueel en verbaal.

Lk bedient de CD-speler

Lk deelt de lln in in groepen van 5 en stelt ze op in frontrijen.

Lk duidt de formatie waarin elk deel gedanst dient te worden.

VORMGEVING

- refrein en strofe: frontrijen
- intermezzo: vrij ter plaatse
- outro: verspreid

Lk danst samen met de lln (in spiegelbeeld) de volledige dans in de juiste opstelling.

Lk vraagt rij_{1,2} hun plaats in te nemen en rij_{3,4} aan de kant te gaan neerzitten.

FASE 3: slot		
Timing: 10u-10u05	organisatievorm: verspreide opstelling & frontij	Doelnr.: HD
Materiaal: CD-speler, CD Mega Mindy n°1		

SHOWMOMENT

Rij_{1tem3} voeren de volledige dans uit, rij_{4 tem 6} kijken

Lk begeleidt waar nodig visueel en/of verbaal.

Lk bekrachtigt op een positieve manier.

Lk laat de groep_{4tem6} dansen en groep_{1tem 3} kijken

D. Ontcijfering van het lied 'Ik ben Mega Mindy' – Mega Mindy

- strofe intro: (4x8T) + 4T
- refrein: 4x8
- intermezzo: 1x8T
- strofe: 4x8T
- refrein: (4x8T) + 4T
- strofe: (4x8T) + 4T
- 3x refrein
- outro: 3x8T

E. Dansbeschrijving

refrein

- I 1-2: r vuist op, l vuist op
3-4: r vuist thv borst, l vuist thv borst
5-6: r vuist af, l vuist af
7-8: idem 3-4
- II 1-6: ter plaatse stappen en armen schuddend langs opzij omhoog brengen
7-8: ellebogen buitenwaarts bewegen en trekbeweging maken thv de keel
- III 1-8: idem I
- IV 1-8: idem II
(1-4: ter plaatse lopen)

strofe

- I 1-8: 4x step touch rechts + klap
- II 1-8: 4x step touch links + klap
- III 1-8: handen in de zij; grote draaiende beweging maken met de romp
- IV 1-4: tot hurkzit komen
5-8: opspringen
(1-4 ter plaatse lopen)

intermezzo

- 1-8: vliegen rechts- en linksom

outro

- I-II-III 1-8: door elkaar bewegen, armen zijwaarts ... tot lig, verspreid in de zaal.