

OVERSIGT OVER AKTIVITETSKORT

GRÅ OVERGANGSKORT

Karrusellen bliver klar
Ballonen
Snurre, dreje, hoppe
Klap dig op
Kroppen husker
Tegn bevægelserne
Trampetak

GRØNNE KORT

Kroppens dele danser
Vi maler rummet
Hele dansekroppen
Kropsremser
Sådan danser man her
Rejsen
Piratdans

LILLA KORT

Tingdans
Kan du danse som...?
Spejldans
Skyggedans
Ekkodans
Robotdans
Tyggegummidans
Lim jer sammen-dans
Byg med kroppe

ORANGE KORT

Reaktionsleg
Fugl, fisk og midt imellem
Under, over, igennem
Igennem labyrinten
Former i rummet
Tømmerflåden

GRÅ KORT

De grå kort er idéer til, hvordan I kan starte, hvordan I kan lave overgangene mellem de enkelte aktivitetskort, og hvordan I kan slutte turen i Dansekarrusellen af.

KARRUSELLEN BLIVER KLAR

DANSERAMMEN ETABLERES

I dag skal vi på tur i "Dansekarrusellen".

*Karrusellen har forskellige farver: Grøn, lilla og orange.
Når karrusellen kører, går det op og ned, rundt og rundt.*

Når karrusellen skal i gang med en ny tur, spilles der en melodi, og det lyder næsten som små klokker, der ringer (afspil "karrusel-musikken", brug en lille spilledåse, kalimba eller triangel). Derefter begynder den at snurre hurtigere og hurtigere, rundt i ring. Det kan man høre, hvis man lytter godt efter. Når musikken og karrusellen stopper, skal vi danse noget nyt og spændende. Derfor kalder vi det en Dansekarrusel.

Den skal vi prøve nu, og vi skal bruge vores fantasi. Er I klar?



EFTELING
"ASSEPOESTER"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Skab en stemning omkring karrusellen, fortæl om den som en hemmelighed og beskriv allerede nu nogle ting med kroppen. Hvor stor er karrusellen, hvor står den, hvordan er de forskellige stop?

BALLONEN

VEJRTRÆKNING OG GROUNDING

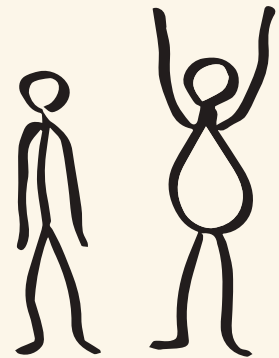
Etabler karrusel-cirklen, hvor I sidder på gulvet.

Følg musikken og gør følgende sammen:

Vi trækker vejret dybt
Strækker os op
Mærker hele kroppen
Tager hinanden i hænderne



NILS FRAHM
"A WALKING EMBRACE"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Lav en lille sammensætning af gentagne bevægelser, hvor der er fokus på:

Åndedrag – at man trækker vejret roligt og dybt

Ro – at man hviler i sig selv

Sanselighed – at man mærker, hvor man er

Relationer – at man ser de andre i rummet

SNURRE, DREJE, HOPPE

ENERGISK MELLEMSPI

Etabler karrusel-cirklen, hvor I står op.

Følg musikken. Dans rundt i en cirkel i en slags energisk folkedans. Fx.

Fire sidehop

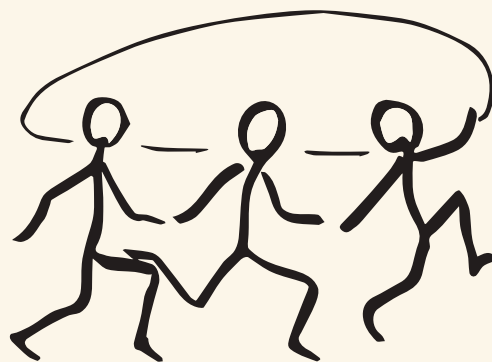
Fire skridt ind (armene op)

Fire skridt ud (armene ned)

Dreje og snurre rundt om sig selv



TOM HOVE
"SCANDINAVIAN POLKA"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Denne cirkeldans skaber stemning, flow, glæde.
En god måde at mærke glæden ved fællesskabet.

Andre muligheder:

Sidehop

Løbe ind og ud

Dreje i armkrog

Klappe

Snurre

Dreje

KLAP DIG OP

ENERGISK CENTRERING

Etabler karrusel-cirklen igen, hvor I sidder på hug.

Klap nu med begge hænder i gulvet foran jer og flyt klappebevægelsen op gennem hele forsiden af kroppen, op over ansigtet og oven på hovedet. Flyt klappebevægelsen ned langs hele bagsiden af kroppen, til I ender bagved hælene og er tilbage i hugsiddende.



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Leg med intensiteten af klappene.
Start fx. helt stille og lad styrken stige og stige – og derpå falde igen.

KROPPEN HUSKER

STILLE REFLEKSION

Alle børn ligger på gulvet med lukkede øjne.

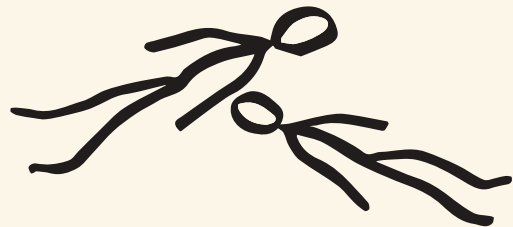
En voksen guider en afspænding, som går tilbage gennem aktiviteterne.
*Det er blevet aften, og karruselturen er slut...Kroppen er helt tung og rolig...
Vi ligger nu og tænker på alt det, vi har oplevet i karrusellen...*

Hjælp børnene med at slappe af ved at løfte arme og ben,
eller forsigtigt trække dem over gulvet til en ny plads.

Når man åbner øjnene, mødes alle stående i cirklen
og siger tak for turen til sig selv og hinanden.



CHRISTOPHER BENSTEAD
"PIECE AND QUIET"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Brug en rolig og varm stemmeføring. Ophold dig roligt et sted i lokalet.

Sid evt. med varm hånd på et uroligt barn.

Stikord til afslapning:

Find et sted at hvile kroppen

Luk øjnene blidt i

Træk vejret dybt

Fyld kroppen med luft

Tung og rolig i kroppen

Ingen lyd

Stille tid

Mærk, hvordan x kropsdel føles, og hvordan den bliver tung, slap og rolig

TEGN BEVÆGELSERNE

VISUEL REFLEKSION

Børnene sættes sammen to og to.

De skiftes nu til at tegne på ryggen af hinanden, hvilke bevægelser, de har lavet i dag. Bed dem om at bytte roller efter fx. to minutter.

Når alle har tegnet, mødes man stående i cirklen, ser på hinanden og siger tak for karruselturen til sig selv og hinanden.



THE WILD CONDUCTOR

"PAN'S LABYRINTH LULLABY (PIANO VERSION)"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Tal med rolig stemme for at skabe en tryk stemning.

Det er ikke vigtigt, at børnene gætter, hvad hinanden tegner.

Anden musik

BEN LUKAS BOYSEN: "SLEEPERS BEAT THEME"

TRAMPETAK

ENERGISK AFSLUTNING

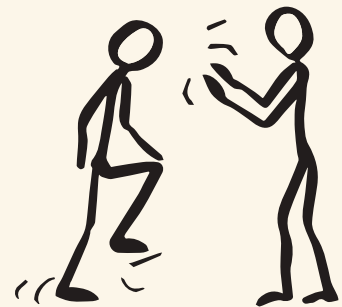
Stå i cirklen og sig og udfør remsen:

Tak for dansen, tramp-tramp-tramp.

Tak for dansen, klap-klap-klap.

Tak for dansen, det var sjovt.

*Tak for dansen, kom igen,
kom og dans med mig, min ven.*





VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Find selv på bevægelser, I kan sætte på de tre sidste sætninger.

GRØNNE KORT

HER GÅR VI PÅ OPDAGELSE I KROPPENS FORMER OG FUNKTIONER

**Hvad findes der egentlig i en krop?
Hvordan kan de forskellige dele bevæge sig?**

**Man kan stille spørgsmålet:
"HVAD bevæger sig og HVORDAN er bevægelsen?"**

KROPPENS DELE DANSER

BEVIDSTHED OM KROPSDELENE

Hvordan kan man danse med forskellige kropsdele?

Stå eller sid i en cirkel. Spørg, og børnene viser med kroppen:

Hvor er knæene? Hvordan kan knæene danse?

Hvor er lårene? Hvordan kan lårene danse?

Hvor er albuerne? ...

Hvor er øjnene? ...

Osv.



JOHN ROWCROFT
"CHARLESTON SPIN"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Flere kropsdele

Ben, albue, tå, knæ, finger, øre, ryg, hoved, næse, arme, numse, mave, hår, hofte, øjne, skulder, brystkasse, hæl...

Tip

Udføres evt. uden musik, som sangleg, så man kan høre spørgsmålene/kropsdelene blive nævnt. Ellers med musik med "gang i den".

VI MALER RUMMET


BEVIDSTHED OM KROPSDELENE SOM IGANGSÆTTERE

Hvilket sted i kroppen leder bevægelsen?

Fordel jer ud i rummet, så I har plads omkring jer.

Hvis det er toppen af hovedet, der bestemmer – hvor fører den så resten af kroppen hen? Hvad vil resten af kroppen gøre for at følge med? Forestil dig, at du maler hele rummet med toppen af hovedet, mal loft og gulv, mal alle vægge...

Undersøg det med forskellige kropsdele.

 JAMIE XX
"OBVS"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Flere kropsdele

Ben, albue, tå, knæ, finger, øre, ryg, hoved, næse, arme, numse, mave, hår, hofte, øjne, skulder, brystkasse, hæl.

Tip

Et andet billede på, at en kropsdel leder er, at der sidder en snor i kropsdelen, som bliver trukket i.

HELE DANSEKROPPEN

KROPPENS BEVÆGELSESMULIGHEDER

***Hvordan kan kroppen bevæge sig?
På hvor mange måder kan man fx. gå? Trille? Svinge?***

Danses som en stopdans: Sig en bevægelse, fx. *Nu skal vi dreje!* og start musikken. Kig rundt og kommentér anerkendende. Prøv de forskellige bevægelser, der kommer op. Efter et stykke tid: Stop musikken, og alle står bomstille i en position. Gentages med flere bevægelsestyper.



ANALOGIK
"FARLIGT MONSTER"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Bevægelser

Trille, krybe, kravle, gå, løbe, hoppe, gadedrengeløb

Klappe, vinke, hugge, svinge

Skubbe, trække, kaste, gribe, sparke

Balancere, dreje, twiste, ryste

Anerkendende kommentarer

Sig det, du ser højt – det inspirerer de dansende, fx.

“Jeg kan se, at man kan trille både langsomt og hurtigt.” Etc.

Anden musik

CHRISTOPHER BENSTEAD: "HERE WE GO"

KROPSREMSE

KROPPENS FORMER #1

Hvordan kan kroppen have forskellige former?

Stå i en cirkel.

Præsenter formerne som en rim-remseleg:

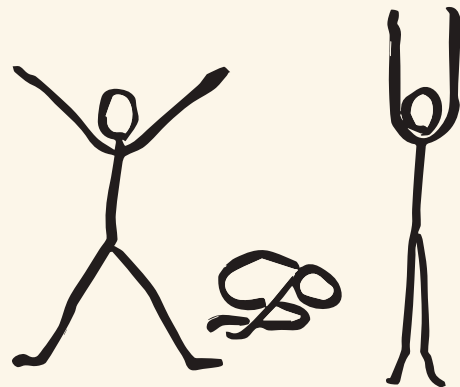
*Så stor som et hus, så lille som en mus, så bred som en landevej,
så flad som en pandekage, så spids som en blyant...*

Udfør formerne, mens I remser.

Lad børnene bidrage med idéer.



CHRISTOPHER BENSTEAD
"HEY! (YOU THERE)"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Kropsformer

Store, små, brede, smalle, runde, flade, spidse, firkantede, skruede, lange, korte, høje, lave.

Tip

Brug din stemme for at indikere form, kvalitet og størrelse, fx. lille stemme, stor stemme, spids stemme, skruet stemme.

Skru ned for musikken, så børnene kan høre din stemme – brug evt blot musikken som baggrund.

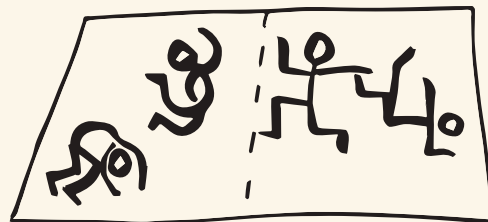
SÅDAN DANSER MAN HER

KROPPENS FORMER #2

Hvordan kan man bevæge sig med forskellige former?

Del rummet op i to ved hjælp af et stykke malertape – eller en usynlig grænse. På den ene side af grænsen bevæger man sig i runde former – på den anden side i kantede. Så snart man krydser grænsen, ændrer man form.
Skift mellem forskellige form-par.

 BONOBO
"KETTO"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Kropsformer

Store, små, brede, smalle, runde, flade, spidse, firkantede, skruede, lange, korte, høje, lave.

Tip

Brug stemmen til at indikere formen med.

Anden musik

ANALOGIK: "GOD RUSSIK"

REJSEN

KROPPEN FORTÆLLER #1

Hvordan kan man bevæge sig igennem et landskab?

Stå i en samlet flok, som bevæger sig i rummet med fortællingen.
Børnene har hele tiden opmærksomheden rettet mod den voksne.

Vi tager på en rejse væk fra karrusellen og ind i dansens foranderlige, fantasifulde univers. Hvad møder vi på vores vej? Hvordan får det os til at bevæge os?

Kom med forslag, fx.

Skal vi gennem en mudret mose? Er der jordskælv?

Kommer vi pludselig til en stor hule af flødeskum?

 BONOBO
"KETTO"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Dynamikker og beskrivende ord

Boblende, luftigt, skarpt, tungt, let, travlt, søvnigt, flydende, klistrende, hårdt, blødt, skælvende, fast, elastisk.

Tip

Musikkens stemning og tempo betyder meget for fortællingens karakter, og dermed for bevægelserne. Prøv med forskellige typer musik.

Anden musik

CHRISTOPHER BENSTEAD: "A WINDY DAY"

CHRISTOPHER BENSTEAD: "WELLY WORLD"

CHRISTOPHER BENSTEAD: "A WALK IN THE WOODS"

ANALOGIK: "DAS AGENTOS"

PIRATDANS

KROPPEN FORTÆLLER #2

Hvordan kan vi vise musikkens rytmer med kroppen?

Stå i en samlet flok, som bevæger sig i rummet med fortællingen.

Børnene har retning mod pædagogen.

Vi tager på en rejse væk fra karrusellen og ind i dansens foranderlige, fantasifulde univers. Vi hopper op i et piratskib! Her vælger vi fire ting, som pirater gør:

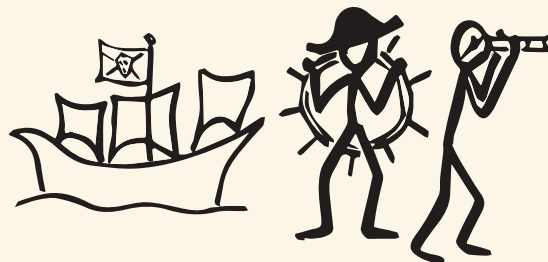
*Spejder ud i horisonten ... ror ... bruger kikkert ... slås med sværd ...
vasker sig om aftenen.*

Gør nu hver handling over fire taktslag, til musikken.

Gentag handlingerne som en lille dans, efter hinanden.



TRADITIONAL, STUART MEADS
"DRUNKEN SAILOR"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Hvad lydsiden kan bidrage med

I kan ændre nuancer i den færdige dans ved at ændre i lydsiden, fx mht.:

tempo

stemning

rytme

Tip

Lav et break i pirat-dansen, hvor I går et andet sted hen i rummet, ændrer niveau, eller skifter tempo.

LILLA KORT

PÅ DE LILLA KORT UNDERSØGER VI
KROPPENS RELATIONER OG SAMSPIL

**Hvordan kan kroppen bevæge sig i samarbejde
med andre i bevægelse?**

**Man kan stille spørgsmålet:
"MED HVEM bevæger vi os?"**

TINGDANS

RELATION MED REDSKAB #1

Hvordan kan man danse med en ting?

Hvert barn får et redskab/en ting, som den voksne har haft med.

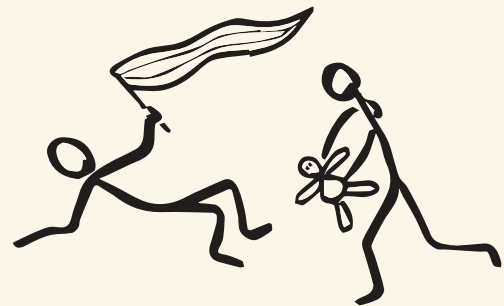
Find din helt egen plads i rummet sammen med tingen.

Tag fat i tingen, hvordan kan du bevæge dig sammen med den?

Hvordan kan du få tingen til at bevæge sig?

Hvordan ville den mon bevæge sig hvis den var levende?

 LÉO DELIBES
"COPPELIA WALTZ"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Redskaber

Tørklæde

Vimpel eller stofstrimmel

Fjer

Papir

Papkasse

Tæppe

Faldskærm

Avisside

...

KAN DU DANSE SOM...?

RELATION MED REDSKAB #2

Hvordan danser vi som en ting?

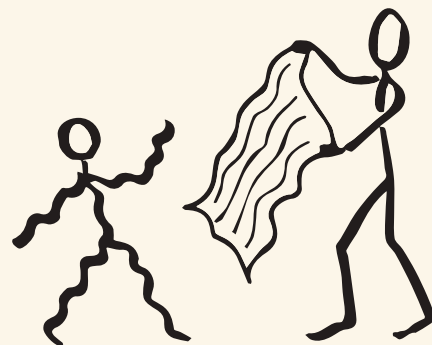
Stå i en samlet flok, børnene med næsen i retning mod pædagogen.

Kig godt på dette stykke stof – hvordan bevæger det sig?

Sådan skal vi også bevæge os nu.



TRENTEMØLLER
"MISS YOU"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Redskaber

Tørklæde, vimpel, fjer, papir, tæppe, faldskærm, avisside ...

Tip

Skift evt. redskab et par gange, hvor musikken sættes på pause.

SPEJLDANS

FRONT MOD FRONT – SAMTIDIGHED

Hvordan kan man gøre det samme som en anden, på samme tid?

Stå over for hinanden to og to.

Nu bevæger den ene sig, og den anden efterligner. Lav store, tydelige og langsomme bevægelser, som den anden nemt kan følge og spejle.

Efter et stykke tid byttes der roller.



NIKLAS PASCHBURG
"TUUR MANG WELTEN"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Variation

Når børnene er fortrolige med opgaven, kan I forsøge med et højere tempo.

Tip

Start langsomt og variér efterhånden tempoet.

Leg med forudsigelighed/uforudsigelighed.

Anden, hurtig musik

FRANZ WAXMAN: "JUKE BOX NO. 6 – FROM REAR WINDOW"

SKYGGEDANS

FORAN/BAGVED – SAMTIDIGHED

Kan ens skygge være lige så præcis som en selv?

Gå sammen to og to. Nu går I efter hinanden, hvor den bageste kopierer det, som den forreste gør. Den forreste er meget fantasifuld med kroppen – men laver også store, rolige og tydelige bevægelser, så skyggen kan følge med.

Efter et stykke tid vender den forreste sig, og rollerne er byttet om.



SEB WILDBLOOD
"THE ONE WITH THE EMOTICON"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Tip

Hjælp ved at tale det op, du ser. Fx.

Jeg ser nogle meget store og tydelige bevægelser, hvor skyggerne kan følge med.

Anden musik

BOOKA SHADE: "BODY LANGUAGE – INTERPRETATION"

EKKODANS

KALD/SVAR – FORSKUDT TID

Kan ens ekko være lige så præcist som én selv?

Hvordan kan vi lave ekko med kroppen?

Stå i en cirkel, så alle kan se pædagogen.

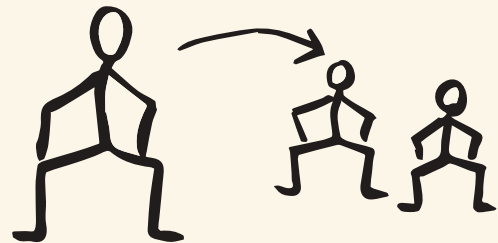
Kig nu nøje på, hvordan jeg bevæger mig.

Når jeg er helt færdig, gør I de samme bevægelser som mig. Som et ekko.



TAPE FIVE

"TEQUILA – SWING PATROL MIX"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Tip

I stedet for den voksne kan en bevægelig dukke eller bamse vise bevægelserne.
Det kan også gå på skift blandt børnene at vise.

Anden musik

BONOBO: "CIRRUS"

ROBOTDANS

BERØRING, AKTION OG REAKTION

Hvordan kan man få en anden til at bevæge sig ved bare at røre?

I en cirkel stiller den voksne sig i midten med lukkede øjne som en statue.

Børnene sidder rundt om i en kreds, og én ad gangen får de lov at trykke på statuen – som en knap, der tænder for bevægelsen.

Statuen reagerer med en bevægelse, der passer til berøringen.



STUART MEADS
"MUSIC TO WATCH FISH TO"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Typers af bererøring

Tryk

Prik

Pres

Stryg

Tip

Stil spørgsmål undervejs, fx.

Er det en kort eller lang berøring? Er den hård eller blød?

Tip

Udskift den voksne med et barn eller prøv, hvor børnene er sammen to og to og den ene er statue med lukkede øjne, mens den anden laver berøringerne.

Anden musik

BIOSPHERE: "OI-I"

TYGGEKUMMIDANS

KONTAKT MELLEM EGNE KROPSDELE

Hvordan bevæger man sig med kropsdele klistret sammen?

Organiseres som en stopdans.

Find hver jeres plads i rummet. Når musikken begynder, kommer der tyggegummi mellem (fx.) begge jeres knæ, men I skal alligevel danse, til musikken stopper.

Ved hvert musikstop gives to nye kropsdele, der skal klistres sammen.



ANALOGIK
"ENNIO"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Kontakt kropsdel til kropsdel

Hånd til fod

Albue til lår

Hænder til knæ

Osv.

Tip

Tal om, hvordan bevægelserne ændrer sig, når kropsdelene er klistret sammen.

Anden musik

ANALOGIK: "ABONENTEN"

LIM JER SAMMEN – DANS

KONTAKT MED EN ANDEN

Hvordan bevæger man sig, når nogle kropsdele er i kontakt med en anden person?

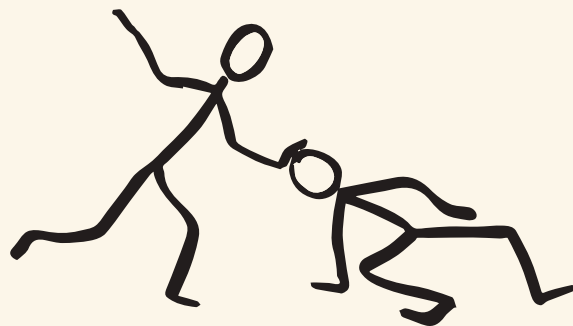
*Gå sammen to og to i den ene ende af rummet. I skal nu danse over på den anden side, hvor I hele tiden har kontakt med hinanden ét sted.
Den voksne bestemmer, hvilke kropsdele, fx. hånd mod hånd.
Den ene skal føre bevægelserne, den anden skal følge med.*

Når de er kommet over til den anden ende af rummet, byttes roller, og I finder et andet kontaktpunkt. Gentag...



ANALOGIK

"GYPSIE DOODLE – RADIO EDIT"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Kontakt individ til individ

Maver mod hinanden

Ryg mod ryg

Hoved mod hoved

Hoved mod hånd

Hånd på skulder

...

Tip

Inddrag børnene i at bestemme, hvilke kropsdele, der skal limes sammen.

Anden musik

TED DE JONG: "ANAND PRABAT"

BYG MED KROPPE

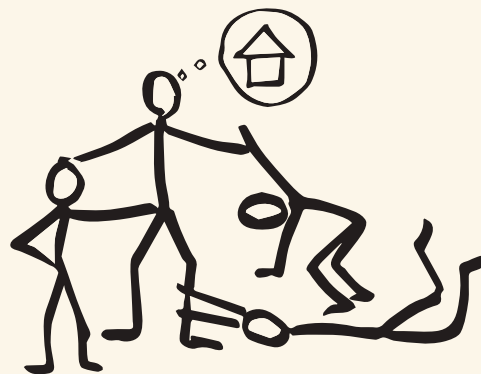
KROPSRELATIONER, KROPSLIGT SAMARBEJDE

Hvordan kan man bygge noget med sin krop, sammen med andre?

*Start i en rundkreds. Nu skal vi bruge vores kroppe til at bygge et hus sammen.
Huset har små og store rum, døre og vinduer...*

Pædagogen indtager en position i midten. Én ad gangen går børnene nu ind og kobler sig på figuren, med kontakt til mindst én anden. Man skal blive i sin position, indtil alle er i figuren. Så begynder den første person at gå ud, og resten følger, én ad gangen, i samme rækkefølge som før.

 HELIOS
"A RISING WIND"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Rumlige relationer

Mødes, skilles, forbindes.

Tip

I kan lege med relationer, hvor I er helt, helt tætte – og relationer med større afstand. Tal om, hvordan man kan være forbundet, selvom der er afstand imellem.

Man kan bygge flere små statuer eller én med alle. Før man indtager sin position, er det vigtigt at kigge på det, de andre bygger, og hvordan det forandrer sig.

ORANGE KORT

I DE ORANGE OPGAVER HANDLER DET OM
ALLE DE MÅDER, VI KAN PLACERE OS RUMMLIGT PÅ

Vi arbejder med niveauer, retninger, hvordan vi skaber stier i rummet, og hvordan vi rumligt har relationer til hinanden.

**Man kan stille spørgsmålet:
"HVOR bevæger vi os?"**

REAKTIONSLEG

RUM OG RETNING, OPMAERKSOMHED OG REAKTION

Hvordan kan vi fylde rummet med forskellig bevægelse?

Som en reaktionsleg viser den voksne forskellige retninger i rummet. Samtidig benævnes en kropshandling, form eller bevægelse, så børnene ved, hvad de skal lave, når de når frem.

Fx.

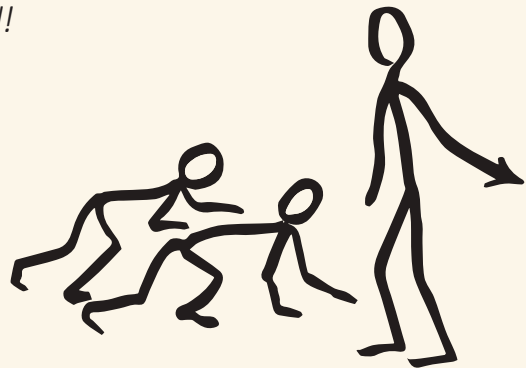
Trille som en bold mod højre!

Kravle skråt frem over gulvet!

Dreje bagud!



GERMAN BRIGANTE & CUARTERO
"EL GRINGO - ORIGINAL MIX"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Retninger

Højre/ venstre

Fremad / bagud

Diagonal mod hjørner

Opad / nedad

Forskellige bevægelser

Hoppe, dreje, balancere, sparke...

Anden musik

SCOTT JOPLIN: "THE ENTERTAINER"

FUGL, FISK OG MIDT IMELLEM

NIVEAUER OG STIER

***Hvordan kan vi bevæge os i forskellige højder?
Og lave stier i rummet?***

Find i fællesskab på tre bevægelser, som er enkle og kan sættes sammen til en lille dans. Udfør én bevægelse i hvert niveau, fx. arme over hovedet, drej rundt i mellemniveau, gå ned i hug.

Udfør dansen til musikken. I mellemspillet kan man skifte retning og gå rundt i rummet ad stier, som har forskellig form.

 CHARLIE JOHNSON
"THE BOY IN THE BOAT"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Niveauer

Høj, middel, lav

Stier i rummet

Lige linier, kurvet, cirkulært, skarpe hjørner

Anden musik

MARK BARROTT: "CIRRUS & CUMULUS"

UNDER, OVER, IGENNEM

RUMLIGE FORHOLD #1

Hvad sker der, når vi hele tiden møder forhindringer i rummet?

Start med din ene hånd. Hvordan kan den danse over den anden hånd?

Under den anden hånd?

Osv. Sæt flere små bevægelser sammen til en lille dans, som I kan gentage igen og igen. Sig forholdsordene sammen med bevægelserne.

 PETIT BISCUIT
"YOU"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Forholdsord

Over

Under

På

Imellem

Igennem

Ved siden af

Foran

Bagved

Tip

Man kan udvikle flere koreografier ved at kombinere forholdsord med kropsdele eller et redskab. Man kan gøre det hver for sig eller sammen to og to.

Anden musik

SUZANNE KRAFT: "NO WORRIES"

IGENNEM LABYRINTEN

RUMLIGE FORHOLD #2

Hvordan kan vi danse op, ned, under og over?

Saml børnene i et hjørne af rummet og tag dem med på en dansefortælling med forholdsord.

*Vi danser ind i en labyrint. Man må danse lige som man vil.
Så kommer vi til en tunnel! Vi må danse helt lavt for at komme igennem den...
Nu kommer vi til nogle bakker, som vi skal over...
Osv.*

 AFRICAN DRUMS
"DANCE ZULU"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Tip

Find på jeres egne fortællinger, og få også børnene til at sige forholdsordene.

Tip

Lad halvdelen af børnene være landskab, tunneler, huse, træer, sten, osv.

Anden musik

DARDUST & POPULOUS: "NUOVO INIZIO A NEUKÖLLN – POPULOUS REMIX"

FORMER I RUMMET

GEOMETRISKE FORMATIONER

Hvordan kan vi med vores kroppe skabe liner og streger i rummet?

Rammesættes som en stopdans.

Dans lige som I vil til musikken.

Når musikken stopper, så stop og hør rigtig godt efter.

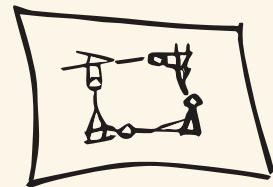
I musikpausen gives opgaven, fx:

Find ind på en linie! Lav to cirkler! Dan en trekant et sted i rummet!

Tæl hver gang ned fra 10 så børnene ved,
hvor lang tid de har til at finde ind i formationen.



FREESTYLE PERCUSSION MAGIK
"AFRICAN RAIN DANCE"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Formationer

Linie

Række

Cirkel

Spredt ud i rummet

Trekant

Klump

...

TØMMERFLÅDEN

HELE RUMMET I BALANCE

Hvordan kan vi fordele os i rummet, så der er balance?

Find jeres eget sted i rummet. Vi er på en tømmerflåde. Vi skal hele tiden bevæge os rundt, men på en måde, så den ikke tipper os i vandet. Så vi må fordele os på tømmerflåden ved at gå derhen, hvor der ikke er nogen andre lige nu.

 KIDS UNITED
"MAMA AFRICA (FEAT. ANGELIQUE KIDJO)"



VARIATIONSMULIGHEDER & TIPS

Tip

Begynd med blot at gå forlæns rundt.
Udvid evt. med andre typer bevægelser eller retninger.

Giv instruktioner undervejs, fx. om temposkift:

Gå lidt hurtigere.

Nu løber vi næsten.

Osv.