

Bouwstenen DANS

Bouwsteen TIJD	P-route	JK	K2	K3	L1	L2	L3	L4	L5	L6
Tempo/duur	verkent met ondersteuning snelle, trage, korte en lange bewegingen	snelle, trage, korte en lange dansbewegingen nabootsen	snelle, trage, korte en lange dansbewegingen uitvoeren	in een bepaald tempo dansen	in een bepaald ritme en tempo dansen	ritmische bewegingen versnellen en vertragen	dansbewegingen aanpassen aan tempo	de duur van de beweging afstemmen op de muziek	duurtijd van een beweging aanpassen (versnellen, vertragen, verlengen, verkorten)	
Cadans/ritme		spontaan meebewegen op de cadans van de muziek	meebewegen op de cadans van de muziek	in een bepaald ritme dansen			dansbewegingen aanpassen aan het ritme	dansbewegingen aanpassen aan het tempo en ritme		
Toepassen										kennen en gebruiken bouwsteen tijd in een dans
Begrippen			begrippen: de snelle, de trage	begrippen: de korte, de lange		begrippen: versnellen, vertragen			Begrippen: slowmotion, de cadans	

Bouwsteen RUIMTE	P-route	JK	K2	K3	L1	L2	L3	L4	L5	L6
Richting/ ruimtelagen	beweegt met ondersteuning mee in een richting	meebewegen in een richting	bewegen in een bepaalde richting	dansen in een bepaalde richting	dansen in verschillende richtingen.	dansen in verschillende richtingen	dansen in verschillende richtingen en vloerpatronen	bedenken vloerpatronen en voeren ze uit	verwerken verschillende richtingen, vloerpatronen en dansopstelling in een dans	
Vloerpatroon		meebewegen volgens een vloerpatroon van de leraar	volgen van een bepaald vloerpatroon	uitvoeren van een bepaald vloerpatroon	uitvoeren van opervolgende vloerpatronen	uitvoeren van opervolgende vloerpatronen				
Plaats/ opstelling			innemen van een aangeduide plaats	herkennen van de eigen plaats versus andermans plaats	onthouden van eigen plaats en andermans plaats	onthouden van plaatsing in de dansruimte, ook bij wisselende opstellingen	onthouden van plaatsing in de dansruimte, ook bij wisselende opstellingen	dansen in een specifieke opstelling		
Toepassen										kennen en gebruiken van bouwsteen ruimte bij een dans
Begrippen								begrippen: plaats in de ruimte, opstellingen		

Bouwsteen VORM	P-route	JK	K2	K3	L1	L2	L3	L4	L5	L6
Groot/ klein	verkent met ondersteuning grote en kleine bewegingen	nabootsen van grote en kleine bewegingen	grote en kleine bewegingen maken	een beweging groot of klein uitvoeren en afwisselen	vergroten en verkleinen van bewegingen	vergroten en verkleinen van bewegingen		vergroten, verkleinen en vervormen van bewegingen	bewegingen overdrijven	
Vormen (lichaam/ één lichaamsdeel)			aannemen van verschillende vormen met het lichaam	aannemen van verschillende vormen met het lichaam of een lichaamsdeel.	verschillende vormen met het lichaam of een lichaamsdeel (isolatie) maken	maken van tegengestelde vormen met het lichaam of een lichaamsdeel	bedenken en uitvoeren van vormen die je met het lichaam of een lichaamsdeel kan maken			
Gevoelswaarde van vorm									verwerken en uitvoeren van betekenisvolle vormen met lichaam of een lichaamsdeel	
Toepassen										kennen en gebruiken bouwsteen vorm bij een dans
Begrippen		begrippen: de grote, de kleine								

Bouwsteen STRUCTUUR	P-route	JK	K2	K3	L1	L2	L3	L4	L5	L6
Volgorde/ dansstructuur		een korte reeks van twee opeenvolgende bewegingen uitvoeren	een korte reeks opeenvolgende bewegingen uitvoeren	een reeks bewegingen in een bepaalde (vaste) volgorde uitvoeren	een eenvoudige dansstructuur uitvoeren	een eenvoudige dansstructuur met herhaling en contrast uitvoeren	bewegings-zinnen bedenken en uitvoeren	ontwerpen en uitvoeren van bewegings-zinnen	frasering ontwerpen en uitvoeren rond een thema	
Bewegingszin					uitvoeren van een eenvoudige bewegingszin	bedenken en uitvoeren van een eenvoudige bewegingszin				
Toepassen										kennen en gebruiken bouwsteen structuur bij een dans
Begrippen							begrip: de volgorde			

Bouwsteen KRACHT	P-route	JK	K2	K3	L1	L2	L3	L4	L5	L6
Gewicht			zware of lichte bewegingen maken	uitvoeren van zware en lichte bewegingen	wisselen tussen lichte en zware bewegingen (overgangen)					
Spierspanning/ energie					gespannen en ontspannen bewegingen maken	wisselen tussen gespannen en ontspannen bewegingen	variëren in spierspanning (bewegingsenergie ervaren)	dansen vanuit een specifieke spierspanning (beheersen en volhouden, bewegingsenergie)	spierspanning en energie bewust inzetten om een gevoel uit te drukken	
Toepassen										kennen en gebruiken van de bouwsteen kracht bij een dans (gewicht, evenwicht, energie, spierspanning)
Begrippen				begrippen: de zware en de lichte				begrippen: evenwicht spierspanning		

Bouwsteen RELATIE	P-route	JK	K2	K3	L1	L2	L3	L4	L5	L6
Inspelen/ afstemmen							inspelen op bewegingen van anderen (contrast/stop-go)	inspelen op bewegingen van anderen (vraag en antwoord)	inspelen op elkaar en daarbij afwisselend de rol van leider en volger opnemen	
Synchroon dansen					bewegingen van een partner nabootsen (actie/reactie)	eenvoudige bewegingen van een partner gelijktijdig spiegelen (1 op 1 en oogcontact)	eenvoudige synchrone bewegingen uitvoeren	synchroon dansen (dansen met elkaar, met dezelfde expressie)		
Toepassen										kennen en gebruiken van de bouwsteen relatie bij een dans
Begrippen								begrippen: solo, duo, synchroon	begrippen: leiden en volgen	

IN CONCEPT