

# Spanning & Spelen

## Thema's

Beweging(dans) / Presentatie(grafisch)

## Doelgroep

Jongvolwassenen vanaf 12 jaar van een VMBO/HAVO/VWO

## De cursus

In deze cursus staat het onderzoek naar passie in combinatie met beweging centraal. Met passie doel ik op dat wat de deelnemer diep van binnen inspireert. Het onderzoek is gericht op het opzoeken van de verbinding tussen zijn of haar passie en de dagelijkse realiteit van werk en/of opleiding. Door deze cursus wordt u zich meer bewust van uw passie en ontwikkelt u uw eigen methode om deze vast te houden en in te zetten uw het dagelijks leven.

## Domeinen

Verdiepen, verbreden, onderzoeken presenteren en reflecteren

## Perspectieven

Feit en Fictie

Lokaal en Globaal

Individueel en Coöperatief

Traditie en Innovatie

Autonoom en Toegepast

Digitaal en Analoog

Schoonheid en Lelijkheid

## Eindvorm

Performance/Presentatie van het werk en denkproces, die wij in de bijeenkomsten hebben gerealiseerd. Er zal ook een blog bijgehouden worden gedurende het proces waar later een publicatie van gemaakt zou kunnen worden.

## Opdrachten

Opdrachten komen grotendeels voort uit de vragen van de kinderen en het proces van de week ervoor. We eindigen met een reflectie op het werk(speel) en denkproces dat heeft plaats gevonden. De reflectie zal in verbinding staan met de dagelijkse gebeurtenissen en die van tijdens de cursus.

# Spanning & Spelen

## Kernpunten van de opdrachten

Improviseren / Verbinden / Presenteren

## Kernwaarden die worden ontwikkeld

Flexibiliteit / Eigenheid / Bewustwording

## Doelstelling

Het creëren van werk dat ontstaat doordat iemand zichzelf is en bewust van de wereld om zich heen.

## Leeractiviteiten mentaal/technisch

De opdrachten die ik geef beginnen altijd met een fysieke inspanning. Hierdoor kan een leerling zijn eigen lichaam beter beheersen en is zijn of haar geest open voor nieuwe ervaringen. Ook geef ik af en toe een stemopdracht om zo te laten horen wat het is om je stem en je lichaam apart van elkaar te kunnen beheersen.

## Planning in sessie's van 1,5 uur

### Sessie 1/2

Beweging in de ruimte. Dit is een oefening en realisatie van de verhoudingen tot elkaar en tot een beeld of materiaal. Ook speelt de omgeving hier een grote rol en de grootte van de groep of groepjes.

Huiswerk: Maak contact met een aantal personen. Kies van te voren een locatie en tijdstip uit. Spreek de eerste/beste persoon aan die je tegenkomt.

### Sessie 3/4

Beweging en kunst. Een kleine kijk in de hedendaagse kunstgeschiedenis gericht op waar beeldende kunst en dans samenkomen.

Huiswerk: Kijk een aantal keer bewust naar een kunstwerk in de omgeving van je werkplek/huis.

# Spanning & Spelen

## Sessie 5/6

Beweging in de groep. Dit kan binnen en buiten afhankelijk van het weer en de overige faciliteiten van de school. Hier gaan de leerlingen vooral kijken naar wat er mogelijk is in de directe omgeving. Het draait hier om het creëren van een groepsgevoel door fysieke improvisatiespelletjes.

Huiswerk: Loop een keer tegen de stroom in, bijvoorbeeld op het station of in een druk winkelcentrum.

## Sessie 7/8

Beweging en stem. Hier werken we met tempo en ritme aan de hand van muziek die de leerlingen zelf hebben meegenomen. Hier is het doel al om tot een beeldend werk of een kleine performance te komen met materiaal waar hij of zij zich door laat inspireren.

Huiswerk: Fluister een keer tegen een willekeurig persoon. Praat een keer hardop tegen een willekeurig persoon. Bij voorbaat weer iemand die je niet kent.

## Sessie 9/10

Beweging in de compositie. Dit wordt een les om bestaande regels en wetten te doorbreken in beeld en bewegingstaal. Deze sessie zal ik beginnen met het vertonen van een aantal film fragmenten uit de theater wereld.

Huiswerk: maak een tekening van een plek waar je je op je gemak voelt en voeg hier een kleur aan toe.

## Sessie 11/12

Beweging en licht. Deze week zal gericht zijn op wat een individu in de groep kan bijdragen op zijn of haar eigen wijze. Dit met de focus op de eind Performance/Presentatie.

# Spanning & Spelen

Huiswerk: ga een keer een nachtwandeling maken, bijvoorbeeld vlak voordat de zon opkomt. Dit kunnen we ook samen doen als meerdere mensen op hetzelfde moment kunnen.

## Sessie 13/14

Performance/Presentatie concept samen bedenken. Het doel is om in een korte tijd te laten zien wat we geleerd/ontdekt hebben en de bezoekers dit ook laten ervaren.

Huiswerk:

herhaal een huiswerk opdracht waar je het meest moeite mee had.

## Sessie 15/16

Performance/Presentatie "beeld en beweging"-script maken. Het ontwerp voor het licht, het geluid en het decor/podium zijn hier ook onderdelen van en zo draagt iedereen zijn steentje bij.

Huiswerk:

herhaal een huiswerk opdracht waar je het minst moeite mee had.

## Sessie 17/18

Performance/Presentatie repeteren

Huiswerk: Doe niets

## Sessie 19/20

Het grote moment, de Performance/Presentatie. Een gezellig moment achteraf om de cursus af te sluiten. Dit kan een maaltijd zijn of een dansavond.

Huiswerk: Speel een spannend spel.

# Spanning & Spelen

## Benodigdheden

1. Ruimte voor een groep van 10 a 15 personen.
2. Stoelen en tafels die verplaatsbaar/stapelbaar zijn.
3. Geluidsinstallatie / Beamer + projectiescherm
4. Schoonmaak benodigdheden

## Leidraad

Manifest Spanning & Spelen 2015

## Korte biografie

Het begon bij mij allemaal toen ik kon lopen. Ik wist het: 'dansen was mijn roeping' en dat deed ik, dag in dag uit, op allerlei plekken en met verschillende mensen in verschillende disciplines. Dan deed ik mee aan een cursus, dan was ik weer lekker op straat aan het freestylen tussen de 'gewone' mensen. Dit wilde ik mijn hele leven lang blijven doen. Dit gaf mij het beste gevoel. Altijd werd ik geïnspireerd door dansers/choreografen die ik sprak en van hen leerde ik één ding: 'do what you love doing'. Na mijn korte carrière als danser kwam ik op de opleiding aan het mbo Grafisch Lyceum Utrecht en daar begon ik dans te zien als een communicatievorm. Dans of ook wel beweging in de vorm van lichaamstaal heb ik verder ontwikkeld aan de Koninklijke kunstacademie van Beeldende kunsten in Den Haag tijdens mijn studie als grafisch ontwerper. De cursus kreeg zijn vorm.

Voor meer informatie verwijst ik naar [www.leklab.eu](http://www.leklab.eu)