

Les 3

Begin

Ga rustig zitten.. luister naar je eigen ademhaling... adem in..adem uit...rustig// luister naar wat ik jullie vertel... Je bent op een strand, de zee rolt zijn golven over je voeten. De zon schijnt... het is heet... en jij ligt lekker te genieten van die zon op je bol en de koele zee aan je voeten. Je hoeft niet weg, je hebt alle tijd.. je voelt je heeeeel ontspannen..

Loop rustig door het lokaal:

Als: een leerkracht, een jongen, een meisje, een kleutertje, een circusartiest over een gespannen koort, een beer, een muis, een vlinder, een eend, een ballon

Muziekspel 1:

De leerlingen bewegen op muziek. ze lopen door de ruimte.

Als de muziek stilstaat maken de leerlingen zo snel mogelijk tweetallen.

Muziekspel 2:

De leerlingen bewegen op muziek. ze lopen door de ruimte.

Als de muziek stilstaat maken de leerlingen zo snel mogelijk tweetallen met 1 jongen en 1 meisje.

Muziekspel 3:

De leerlingen bewegen op muziek. ze lopen door de ruimte.

Als de muziek stilstaat maken de leerlingen zo snel mogelijk tweetallen waarbij je elkaar vasthoud.

De stormbaan

De leerlingen (soldaten) staan aan een kant van het lokaal. Aan de zijkant staat een leerling op een stoel. Dit is de generaal. Deze generaal geeft verschillende opdrachten om naar de overkant te komen (rennen, huppelen, springen). Deze opdrachten worden als een echte generaal gegeven, luid en duidelijk. Als iemand anders generaal wil zijn stapt hij uit het spel en stuurt de generaal van zijn stoel af.

Schijnvechten

De leerlingen gaan in tweetallen verdeeld over de ruimte staan. De docent zet een rustig muziekje aan en doet met een leerling het schijnvechten voor. Nu mogen de andere tweetallen met elkaar gaan vechten. Belangrijk is dat ze elkaar niet aanraken, er geen geluid is, de klap geïncasseerd wordt en dat het in slowmotion gebeurt. Als de klap in slowmotion wordt uitgespeeld naar het publiek, levert dat grappige momenten op. Eventueel kan de opdracht uitgebreid worden door de klappen met geluiden te versterken. De leerlingen die dat willen kunnen hun gevecht als solo laten zien aan het publiek.

Scheldwoorden

De leerlingen blijven in tweetallen staan. Naast fysiek geweld is er ook verbaal geweld. De leerlingen krijgen de opdracht om elkaar om de beurt uit te schelden, maar let wel: er mogen alleen voorwerpen uit de ruimte gebruikt worden zodat het niet te persoonlijk wordt. Persoon A begint en noemt één "scheldwoord" (bijv. deurklink) op een geëmotioneerde manier. Persoon B moet dit scheldwoord incasseren door het vier keer te herhalen in een afwisselende, opgebouwde emotie. Als B hiermee klaar is, vervolgt meteen het scheldwoord voor A. Ook dit woord wordt vier keer geïncasseerd. Zo kan er enige tijd worden afgewisseld.