lesmap

ZACHT IS HET NIEUWE STOER

Beste leerkracht,

Binnenkort gaat u met uw leerlingen kijken naar *Softies*, een circus- en dansvoorstelling voor jong en oud vanaf 6 jaar.

We vinden het altijd fijn als kinderen goed voorbereid een theaterzaal binnenkomen, maar in het geval van *Softies* lijkt het me zinvol om na te denken over wat u *wel* en wat *niet* op voorhand aan de leerlingen vertelt.

Mijn inschatting is dat u het woord *circus* best voorzichtig gebruikt, wanneer u vooraf over de voorstelling spreekt. De reden is dat er zoveel betekenis hangt rond het woord circus, dat het de kinderen op een verkeerd spoor zou kunnen zetten. De meeste kinderboeken en -films verspreiden nog steeds een heel nostalgisch beeld van circus: de ronde circustent, de geur van zaagsel, paarden, clowns, woonwagens, … Dat beeld is natuurlijk waardevol en heerlijk romantisch beeld, maar het staat wel ver af van waar veel circusmakers vandaag de dag mee bezig zijn.

Hanna Mampuys is een circuschoreografe. Ze combineert de bewegingen van partneracrobatie met hedendaagse dans en daaruit ontstaat een unieke bewegingstaal. Het is dans, maar dan wel dans waarbij je voortdurend je adem inhoudt omdat het zo spannend is. En het is acrobatie, maar dan zonder dat er ‘kunstjes’ gedaan worden: er wordt niet verwacht dat je na elke spectaculaire actie applaudisseert.

Kinderen kunnen deze taal perfect begrijpen. De voorbereiding op de voorstelling zit hem dan ook meer in het *goesting* geven en in voeling krijgen met de codes van het theater. Nadien is het natuurlijk wel de moeite om in de klas volop door te bomen over acrobatie en over alle vormen van dans en circus. En over de thematiek natuurlijk.

Softies gaat over zachtheid. En over hoe het soms meer moed vraagt om je kwetsbaar op te stellen dan om een driedubbele salto te maken. Drie acrobaten nemen het tegen elkaar op in een fysiek spel, waarin ze gevaar opzoeken en tegelijk gevaarlijk dicht bij elkaar komen. Dit thema is ook een mooie invalshoek om traditionele rollenpatronen van jongens en meisjes in vraag te stellen. Genoeg stof om over na te denken dus.

Maar alvast één nieuw motto voor de klas: zacht is het nieuwe stoer!

Filip Bilsen
filip@fabuleus.be > mail me gerust als u nog vragen of suggesties heeft over de omkadering

PS: onderaan de *Softies*-pagina (https://www.fabuleus.be/softies) kan u altijd reacties achterlaten of vragen stellen over de voorstelling. Dat is voor ons en de spelers een fijne manier om contact te houden met ons publiek.

Softies **is een dans- en circusvoorstelling waarin alles draait om kwetsbaar durven zijn. Drie acrobaten nemen het tegen elkaar op in een fysiek spel, waarin ze gevaar opzoeken en tegelijk gevaarlijk dicht bij elkaar komen.** ***Softies*** **doorbreekt de clichés over wat stoer is en wat flauw, over hoe meisjes en jongens zich gedragen, over hoe circus of dans er zou moeten uitzien.**

Creatie **Hanna Mampuys** Spel **Agustina Ballester, Leon Börgens** en **Piet Van Dycke** Dramaturgie **Marie Peeters** Scènebeeld en kostuums **Leila Boukhalfa** Licht **Reynaldo Ramperssad** Artistiek advies **Randi De Vlieghe, Toon Van Gramberen** Productie **fABULEUS** Coproductie **STUK** en **Perpodium** Met de steun van **Circuscentrum, de stad Leuven, de Vlaamse Gemeenschap** en de **Tax Shelter van de Belgische federale overheid** Met dank aan **Elisabeth Rundfeldt, Louise Pariel, Gianna Sutterlet en de kinderen van het eerste leerjaar van Heilig Hart Heverlee**

Vlaamse overheid · LEUVEN · STAD GEZELSCHAP · OPEK · STUK

Foto's promobeeld: Toon Van Gramberen
Vormgeving: Wies Hermans (Fuut)

fABULEUS

fABULEUS is een uniek productiehuis voor veel soorten podiumkunsten: dans, theater, performance en nu voor het eerst ook circus. Centraal staat de artistieke samenwerking tussen (zeer) jong talent en (meer) ervaren makers. Op het podium staan de ene keer jongeren, de andere keer (startende) professionelen. fABULEUS biedt hen de nodige omkadering om hun kwaliteiten als speler, danser of maker te ontwikkelen en heeft op dat vlak ook een internationale voorbeeldfunctie. fABULEUS bereikt met zijn producties een opvallend breed publiek van alle leeftijden, met speciale aandacht voor jongeren en kinderen. fABULEUS werkt in Leuven vanuit het Openbaar Entrepot voor de Kunsten (OPEK). Het is één van de drie Leuvense stadsgezelschappen en ook huisgezelschap van de Werking Jong Publiek bij kunstencentrum STUK.

fABULEUS = Peter Anthonissen, Filip Bilsen, Eleen Daneels, Dirk De Lathauwer, Eline Develtere, Louai Hashem, Sanne Hubert, Seppe Janssens, Leo Kenzeler, Cien Schelkens, Vincent Van den Bossche, Pol Verwilt en Teresa Wouters

DAAR GAAN WIJ HEEN

In het beste geval voelt een schoolvoorstelling helemaal niet schoolser aan dan een vrije voorstelling. Het is iets spannends om naar uit te kijken. Je weet op voorhand nooit zo goed wat je kan verwachten. Je hoopt dat het meeslepend wordt, dat je geëntertaind zal worden, dat het 'iets' met je zal doen.
Sommige mensen bereiden zich graag een beetje voor: ze zoeken uit waar het stuk over gaat of wat andere mensen erover denken of schrijven. Andere mensen laten zich graag verrassen. Soms lost een voorstelling je verwachtingen perfect in. Soms is het iets totaal anders. Soms is dat een afknapper. Soms een fantastische ontdekking.
Het is zeker niet aan een leerkracht om al die stadia van verwachting, ervaring, confrontatie, verrassing voor te zijn of in te dammen. Het belangrijkste onderdeel van een goede omkadering is misschien zelfs niet de voor- of nabeschouwing, maar de gedeelde beleving: samen een voorstelling meemaken.

Zoals ik al schreef in de inleiding is het doel van de voorstelling vooral nieuwsgierig maken en de kinderen bepaalde theatercodes in herinnering brengen.

- ★ Wat betekent dat: naar een voorstelling gaan kijken?
- ★ Wie is er al eens naar een voorstelling geweest?
- ★ Wat zijn de verschillen tussen een voorstelling en een film?

  Bespreek algemeen: verschil in ruimte, contact met het publiek, toneel speelt zich iedere voorstelling opnieuw af, leeft van het moment in tegenstelling tot film. Je kan ook de verschillen onderzoeken tussen theater, film en TV kijken. Het grootste verschil is dat je dat laatste alleen thuis doet en naar hartelust commentaar kan geven. In een zaal met een groter publiek is dat soms een beetje storend.

- ★ Welke mensen werken er allemaal in het theater?

  de mensen die op het podium staan (acteurs/dansers/acrobaten…), techniekers, de kostuumontwerper, de decorbouwer, de componist, de ontwerper van theaterposters, de kaartjesverkoper/ kaartjesknipper, de vestiaire-bewakers, ...

- ★ Hoe denk je dat een werkdag van een danser of acrobaat eruit ziet?
- ★ Wat zijn de verschillen tussen theater en dans/beweging/acrobatie?

  Het grote verschil zit hem natuurlijk in taal/verhaal.
  Het is vooral belangrijk dat de kinderen begrijpen dat er niet gesproken wordt in Softies. Dat het een voorstelling met dans, beweging en acrobatie is, maar zonder een verhaal.

  Er bestaan natuurlijk vormen van dans die letterlijk een verhaal vertellen. Denk maar aan klassieke balletten. Dat zijn vaak echte, gedanste sprookjes. Maar dans is vaak ook gewoon "dans". Niet elke beweging moet je zien als een uitbeelding van iets anders. Je kan het vergelijken met muziek. Moet je in elke muzieknoot een betekenis zien? Natuurlijk niet. Muziek spreekt iets anders aan dan onze hersenen-die-alles-willen-begrijpen. Muziek kan rechtstreeks bij ons binnendringen en 'gevoelige snaren' aan het trillen brengen. Muziek kan 'zonder uitleg' gevoelens oproepen of herinneringen. Muziek kan ook gewoon muziek zijn. Zonder meer.Hetzelfde geldt voor dans. Soms draait dans louter om het plezier van de beweging. De verwondering over hoe ons lichaam bepaalde acties uitvoert. Soms wil dans niet meer zijn dan ritme, snelheid, muzikaliteit, spanning, beeld... En als je daar als toeschouwer op een open manier naar kijkt, begin je vanzelf mee te dansen in je hoofd. Je begrijpt niet letterlijk wat de danser wil vertellen, maar je voelt wel wat hem/ haar in beweging zet.

Choreografe Hanna Mampuys danste als 16-jarige in *Ego Sublimo* van Randi De Vlieghe, de eerste dansproductie die fABULEUS ooit maakte. Twintig jaar later keert ze terug als maker.

Hoe is het om terug te zijn?

Heel leuk! Er zit een lange periode tussen toen en nu, maar het gevoel van toen heb ik altijd vastgehouden. Als fABULEUS-jongere kijk je uiteraard op naar de makers. Ik wilde zelf producties maken en op scène staan. Om dat nu voor zo'n groot huis als fABULEUS te mogen doen, dat is heel tof.

Je hebt zelf lang gedanst. Hoe ben je gefascineerd geraakt door circus?

Ik heb lang gezocht naar wat ik wilde doen en maken, maar in de danswereld heb ik dat nooit echt gevonden. Toen ging ik naar de universiteit om Godsdienstwetenschappen te studeren en zat ik op kot samen met een meisje dat circusschool deed. Ik begon samen met haar te trainen en zo is mijn fascinatie voor circus ontstaan. Mijn liefde voor dans is wel altijd gebleven en wat ik binnen de circuswereld doe, leunt dicht aan bij dans.

Hoe ga je om met die twee talen: dans en circus? Is de versmelting voor jou compleet of ben je in de eerste plaats circusmaker?

Ik vind mezelf een circusmaker, sowieso. Maar soms zeg ik: ik ben een circuschoreograaf. Je kunt circus heel theatraal brengen, maar ik benader het als beweging. Ik gebruik die beweging om iets te vertellen aan mijn publiek. Als mensen het dans willen noemen is dat prima.

Hoe zie jij het hedendaagse circus evolueren?

De term circus wordt steeds breder. Ik vind dat een verademing. De grenzen worden opgezocht en verlegd. Iemand doet iets, mensen zeggen 'dit is geen circus meer' en een jaar later doet iemand iets dat nog veel verder gaat. Je hebt ook compagnieën die terugkeren naar de traditie van het circus, maar zij geven er dan een hedendaagse twist aan. Circus is een specifieke taal met een hele traditie. Vergelijk het met ballet. Daar zit een traditie achter met tutu's en pointes. Bij circus is dat net zo. Wat je in kinderboeken ziet, de circustent met de olifant en de clown, dat is het begin, maar het hedendaagse circus staat daar intussen ver van af.

Softies is de eerste productie die je specifiek voor een jong publiek maakt. Ga je anders te werk dan voor volwassenen?

Er zit geen groot verschil in de manier waarop ik mijn materiaal maak, maar de spanningsboog is wel anders. En deze voorstelling is zeker ook speelser. Het leuke is dat de kinderen helemaal geen klassiek circus verwachten. Ze nemen gewoon aan wat je doet en beslissen op dat moment wat ze leuk vinden en wat niet. Zalig. Wat mij ook opvalt, is dat kinderen heel genuanceerd kunnen kijken. Ze vinden niet gewoon alles grappig, maar ze denken ook na waarom we iets doen. Dat vind ik fijn.

Ik ben een
circuschoreograaf.

Waar gaat *Softies* voor jou over?

De rode draad is dat zacht zijn voor elkaar soms meer durf vraagt dan stoer zijn. Ik heb vaker voorstellingen gespeeld voor kinderen en merkte dat ze sterk reageren op fysieke interactie. Spelers die elkaar aanraken, die elkaar een duw geven of juist een knuffel, dan krijg je meteen reactie vanuit de zaal. Dus ik wist dat zoiets zou werken voor die leeftijd en het opent ook perspectieven om fysiek aan de slag te gaan.

De term **circus** wordt steeds breder.
Ik vind dat een verademing.

Kinderen verdienen het om **verschillende rolmodellen** aangereikt te krijgen.

Toen kwam het idee om te werken rond stereotiepe beelden van meisjes en jongens. Er is tegenwoordig veel te doen rond genderfluïditeit. Kinderen verdienen het om verschillende rolmodellen aangereikt te krijgen. Jongens zijn niet per se stoer en meisjes zijn niet altijd lief. Ik wilde open en evenwaardige mensen op het podium zetten, die zowel hard, als lief, als wild kunnen zijn.

Pikken ze dat idee op tijdens de voorstelling?

Ik denk het wel. Ik hoorde vaak over Agustina: "Die is stoer!" Maar het gaat voor mij ook over wat de kinderen zien of voelen, zonder het uit te spreken. Zo hebben de jongens bijvoorbeeld een heel mooi duet. Misschien denken kinderen dan: "'Die jongens zijn heel lief voor elkaar', maar dat ga ik niet zeggen, want dan lachen de anderen me uit." Misschien is dat nog belangrijker voor mij dan een kind dat roept: "Dat meisje is sterk."

Hoe heb je de spelers gekozen?

Piet is een danser met wie ik al eerder heb samengewerkt in andere projecten. Lang geleden heb ik zelfs les gegeven aan hem in de circusschool. Dus ik wist dat hij affiniteit had met circus. Dat was meteen een match. Agustina en Leon heb ik gekozen op een auditie. Ze zijn allebei getrainde acrobaten, maar ook heel goede dansers en dat was zeer belangrijk voor mij. Ik wil niet dat het publiek bezig is met wie de danser is en wie de acrobaat. Leon en Agustina zijn geen bestaand circusduo. Ze hebben wel dezelfde techniek getraind in de circusschool, maar ze kenden elkaar niet op voorhand. Daardoor kan je wat minder virtuoos te werk gaan, maar het opent ook perspectieven, omdat we zo konden zoeken naar nieuwe manieren van samenwerken. Dat vind ik een mooie zoektocht.

Hoe doe je dat, goed leren samenwerken als acrobatenduo?

Elk lichaam is anders. Als je nieuwe schoenen koopt, moeten die zich zetten naar je voet en dat is ook zo als je samenwerkt als acrobatenduo. Het gaat om voelen, praten en alles exact op elkaar afstemmen. Je moet stukje bij beetje de kleinste details en reacties van elkaars lichaam leren kennen en je aanpassen aan elkaar.

Dat betekent: een intensieve repetitieperiode?

That's the curse of creating circus. Het zit hem in de finesses. Hoe hard duw ik op mijn voeten? Hoe hard spring ik? Hoe snel strek ik mijn been? Hoe staan mijn handen? Dat is heel intensief en het vraagt extra tijd in een creatie om elke beweging perfect te krijgen.

Het gaat om **voelen, praten** en alles exact op elkaar afstemmen.

Hoe zorg je ervoor dat je je als circusartiest geen pijn doet tijdens de repetitie of tijdens een voorstelling?

Die vraag wordt vaak gesteld. Af en toe doen we ons wel eens pijn, maar meestal niet bij een moeilijke beweging. Ongeluk zit in een klein hoekje. Het is zoals wanneer je speelt in de tuin: als je valt of struikelt, gebeurt dat per ongeluk. In principe is het de bedoeling dat we ons geen pijn doen. Natuurlijk blijft er altijd een risico en je kan je lichaam overbelasten, door het intensief te gebruiken, maar voor mij blijft dat nog altijd beter dan de pijn van tien uur stilzitten aan een bureau. Je gebruikt je lichaam waarvoor het dient, en dat is bewegen. Maar de performers zullen wel een paar blauwe plekken hebben. *(lacht)*

Interview door Julie Lavrysen, december 2019

Je gebruikt je lichaam waarvoor het dient, en dat is **bewegen.**

Kinderen verdienen het om **verschillende rolmodellen** aangereikt te krijgen.

Toen kwam het idee om te werken rond stereotiepe beelden van meisjes en jongens. Er is tegenwoordig veel te doen rond genderfluïditeit. Kinderen verdienen het om verschillende rolmodellen aangereikt te krijgen. Jongens zijn niet per se stoer en meisjes zijn niet altijd lief. Ik wilde open en evenwaardige mensen op het podium zetten, die zowel hard, als lief, als wild kunnen zijn.

Pikken ze dat idee op tijdens de voorstelling?

Ik denk het wel. Ik hoorde vaak over Agustina: "Die is stoer!" Maar het gaat voor mij ook over wat de kinderen zien of voelen, zonder het uit te spreken. Zo hebben de jongens bijvoorbeeld een heel mooi duet. Misschien denken kinderen dan: "'Die jongens zijn heel lief voor elkaar', maar dat ga ik niet zeggen, want dan lachen de anderen me uit." Misschien is dat nog belangrijker voor mij dan een kind dat roept: "Dat meisje is sterk."

Hoe heb je de spelers gekozen?

Piet is een danser met wie ik al eerder heb samengewerkt in andere projecten. Lang geleden heb ik zelfs les gegeven aan hem in de circusschool. Dus ik wist dat hij affiniteit had met circus. Dat was meteen een match. Agustina en Leon heb ik gekozen op een auditie. Ze zijn allebei getrainde acrobaten, maar ook heel goede dansers en dat was zeer belangrijk voor mij. Ik wil niet dat het publiek bezig is met wie de danser is en wie de acrobaat. Leon en Agustina zijn geen bestaand circusduo. Ze hebben wel dezelfde techniek getraind in de circusschool, maar ze kenden elkaar niet op voorhand. Daardoor kan je wat minder virtuoos te werk gaan, maar het opent ook perspectieven, omdat we zo konden zoeken naar nieuwe manieren van samenwerken. Dat vind ik een mooie zoektocht.

Hoe doe je dat, goed leren samenwerken als acrobatenduo?

Elk lichaam is anders. Als je nieuwe schoenen koopt, moeten die zich zetten naar je voet en dat is ook zo als je samenwerkt als acrobatenduo. Het gaat om voelen, praten en alles exact op elkaar afstemmen. Je moet stukje bij beetje de kleinste details en reacties van elkaars lichaam leren kennen en je aanpassen aan elkaar.

Dat betekent: een intensieve repetitieperiode?

That's the curse of creating circus. Het zit hem in de finesses. Hoe hard duw ik op mijn voeten? Hoe hard spring ik? Hoe snel strek ik mijn been? Hoe staan mijn handen? Dat is heel intensief en het vraagt extra tijd in een creatie om elke beweging perfect te krijgen.

Het gaat om **voelen, praten** en alles exact op elkaar afstemmen.

Hoe zorg je ervoor dat je je als circusartiest geen pijn doet tijdens de repetitie of tijdens een voorstelling?

Die vraag wordt vaak gesteld. Af en toe doen we ons wel eens pijn, maar meestal niet bij een moeilijke beweging. Ongeluk zit in een klein hoekje. Het is zoals wanneer je speelt in de tuin: als je valt of struikelt, gebeurt dat per ongeluk. In principe is het de bedoeling dat we ons geen pijn doen. Natuurlijk blijft er altijd een risico en je kan je lichaam overbelasten, door het intensief te gebruiken, maar voor mij blijft dat nog altijd beter dan de pijn van tien uur stilzitten aan een bureau. Je gebruikt je lichaam waarvoor het dient, en dat is bewegen. Maar de performers zullen wel een paar blauwe plekken hebben. *(lacht)*

Interview door Julie Lavrysen, december 2019

Je gebruikt je lichaam waarvoor het dient, en dat is **bewegen.**

MAGISCH POEDER

DANSEN MET JONGE KINDEREN

Een van de meest krachtige manieren om kinderen aansluiting te laten vinden bij dans is hen zelf aan het dansen brengen. Ieder kind kent het fysieke plezier van beweging en van het verbinden van beweging aan bepaalde muziek.

Belangrijk in deze dansoefeningen is dat het hier niet gaat om het aanleren van danspassen of dat de kinderen de leerkracht moeten imiteren (of toch zeker niet uitsluitend). Het is veel interessanter als kinderen hun eigen bewegingstaal ontdekken binnen de grenzen van een bepaalde oefening. Naarmate de kinder meer vertrouwd zijn met hun eigen lijf en dat van de anderen kan je ook meer acrobatische bewegingsopdrachten uitproberen. En zo trek je al dansend de wereld van *Softies* binnen.

Een prachtige, duidelijke, volledige beschrijving van hoe je aan de slag kunt gaan met dans voor kinderen is het boek ***Dance for young children*** van **Sue Stinson**. In het eerste hoofdstuk legt de auteur uit wat dansen teweeg kan brengen bij jonge kinderen.

- ★ Het is een geweldige uitlaatklep.
- ★ Het maakt hen bewuster van hun lichaam, verhoogt hun fijne motoriek en daardoor ook hun zelfbewustzijn in het algemeen. Ze krijgen zelfs meer controle over hun gevoelswereld.
- ★ Het verbetert hun ruimtelijke oriëntatie.
- ★ Het is een goede oefening in concentratie en focus.
- ★ Ze leren zich bewust te zijn van en respect te hebben voor de andere kinderen.
- ★ Voor sommige kinderen is het een omweg naar andere, meer cognitieve vaardigheden.
- ★ De leerkracht gaat op een andere manier om met zijn/haar klas en leert zo verborgen kwaliteiten kennen van sommige kinderen.

Zelfs zeer jonge kinderen kunnen soms al vooroordelen hebben over wat dans is of zou moeten zijn.

> *“Dans is ofwel ballet ofwel hiphop”. “Dans is niet voor jongens”. “Dans kan alleen maar op muziek”. De leerkracht is zelf best niet vatbaar voor zulke ideeën. Als je de danssessie speels genoeg aanpakt en de leerlingen doorheen de oefeningen bewust maakt van bepaalde bewegingskwaliteiten, zullen al die vooroordelen uiteindelijk geen enkele rol meer spelen. Vaak blijken de stoerste jongetjes de meest zwierige dansers te zijn.*

Je moet helemaal geen pirouettes of headspins te doen, om te dansen. Je moet niet *gestudeerd* hebben om te dansen. Elke beweging kan ‘dans’ worden, zelfs de meest gewone: lopen, stappen, zitten, staan, rollen, springen, draaien, zelfs stilstaan. Wat maakt zulke gewone bewegingen dan ‘dans’? Auteur Stinson legt uit dat het verschil zit in de aandacht/ het bewustzijn waarmee een bepaalde beweging wordt uitgevoerd. Het is beweging omwille van de beweging. Soms is de beweging betekenisvol of emotioneel geladen. Soms is het ook gewoon ritme, vorm, snelheid, kracht… Het is ook een esthetische ervaring. Dansen is meer dan het uitvoeren van een fysieke oefening. Je doet het in een specifieke mentale toestand. Stinson noemt het een “magische” toestand. Dat mag je zelfs letterlijk nemen: je zou de kinderen aan het begin van een oefening kunnen bestrooien met een zogezegd magisch poeder, waardoor hun lichaamsdelen anders gaan bewegen dan ze gewoon zijn.

Er zijn ook een aantal **randvoorwaarden** om een danssessie met de klas tot een succes te maken.

- ★ Werk in een ruim lokaal (zo leeg mogelijk). Voorwerpen en meubels leiden gemakkelijk af.
- ★ Kies een lokaal met een schone, comfortabele (bvb houten) vloer. Steen is soms nogal koud en hard, vast tapijt kan soms beweging tegenwerken of brandplekken veroorzaken.
- ★ Zorg dat de kinderen gemakkelijke kleren aan hebben waar ze zich goed in voelen. Turnshortjes zijn niet ideaal, want dansen is wel degelijk iets anders dan sport of turnen. Laat de kinderen dansen op sokken of blote voeten.

★ Neem je tijd. Alleen al schoenen uitdoen, kan behoorlijk veel tijd innemen. Het is niet leuk als je in zo'n strak schema werkt dat je heel de tijd op de klok moet kijken.

★ Varieer in je muziekkeuze. Gebruik niet alleen muziek met heel dwingende ritmes. Gebruik niet alleen muziek die de kinderen al kennen, maar vermijd die ook niet per se. Zet soms klassieke muziek op of jazz of werk ook regelmatig in stilte.
★ Vat het speels op. Verwacht niet meteen resultaat, maar probeer wel toe te werken naar grote focus bij de kinderen.
★ Laat de kinderen af en toe naar elkaar kijken, om zich bewust te worden van hoe de andere bewegen en om ook te wennen aan het 'kijken naar dans'.

BEWEGINGSOPDRACHTEN

Het is belangrijk dat je als leerkracht het overzicht houdt en de les aanstuurt, maar het is ook wel leuk als je – waar mogelijk – zelf meedoet. Het is niet zo dat de opdrachten exclusief voor kinderen zijn. En de kinderen vinden het fantastisch om hun leerkracht zo in een nieuwe gedaante te zien.
Vaak gaan opwarmingsoefeningen en andere dansopdrachten naadloos in elkaar over. Een opwarming maakt niet alleen je lichaam maar ook je geest een beetje los. Ze zijn tamelijk vrij en ontspannen van sfeer, maar je kan wel al aandacht hebben voor ruimtegebruik, focus, interactie met anderen, lichaamsbewustzijn, …

★ **Ja, leuk!** Een oefening in openheid en positieve bevestiging. De kinderen staan per twee. De ene doet een voorstel: "Gaan we vliegen?". De ander zegt: "Ja leuk". Waarop de twee gaan uitbeelden dat ze vliegen. Na een tijdje doet de ander een voorstel. Het mogen concrete dingen zijn (springen, rollen, de muur tikken…) of fantasierijke uitbeeldopdrachten (een slagroomtaart opeten, de Mount Everest beklimmen, net als Assepoester onze schoen verliezen na een bal…).

★ **Namen schrijven.** Schrijf je naam voor je in de lucht met je vinger. Schrijf je naam piepklein en dan supergroot. Je schrijft zo groot dat je moet springen en duiken om alle letters geschreven te krijgen. Doe nu hetzelfde maar op de grond. Met je voet bijvoorbeeld. Doe nu hetzelfde maar met een ander lichaamsdeel (bijvoorbeeld je buik, je hoofd, je elleboog). Neem je tijd. Doe het traag en duidelijk. Als schrijven nog te moeilijk is kan je een eenvoudige tekening maken: een bloem, een huis, een konijn, een auto, … Merk hoe je vanzelf begint te dansen. Speel met het ritme: sneller, trager, stoppen, vloeiend, hoekig, …

★ **Magische lichaamsdelen**. Een vrije variatie op hierboven. Opdracht per twee: de ene is tovenaar en de andere wordt betoverd. De tovenaar raakt met zijn hand een lichaamsdeel van de ander aan. Daardoor wordt het lichaamsdeel wakker en begint het tekeningen te maken in de lucht. De rest van het lichaam volgt. De tovenaar moet duidelijke keuzes maken zodat de betoverde weet wat de bedoeling is. Kies ook lichaamsdelen die minder voor de hand liggen (de achterkant van je nek, de knie, het puntje van je neus…). De tovenaar mag niet te snel te werk gaan: een lichaamsdeel aanraken – een tijdje wachten en kijken – een ander lichaamsdeel aanraken. Zet intussen verschillende soorten muziek op en merk hoe de dynamiek van de kinderen verandert.

★ **Variatie: tovervliegje.** De helft van de klas is betoverd en beweegt door de ruimte met een bepaald lichaamsdeel. De andere helft kijkt toe. De kinderen die dansen kunnen denken dat er een vliegje door hun lichaam beweegt en bepaalde delen doet bewegen. Ze moeten zo duidelijk mogelijk zijn, zodat de rest van de klas kan zien waar het vliegje zit.

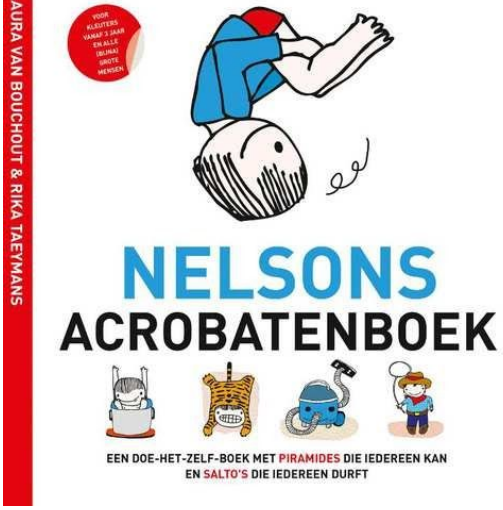
★ **De vloer is water.** Een spel dat ieder kind kent. De vloer is de zee. Verspreid over de vloer liggen een paar eilanden van kussens. Hoe geraak je van het ene eiland naar het ander als je zo weinig mogelijk (of niet) de zee wil raken. En als je dan toch de zee in moet: hoe kan je dan zo origineel mogelijk van de ene kant naar de andere geraken. Kan je elkaar helpen om over te steken. Kan je een brug maken voor elkaar?

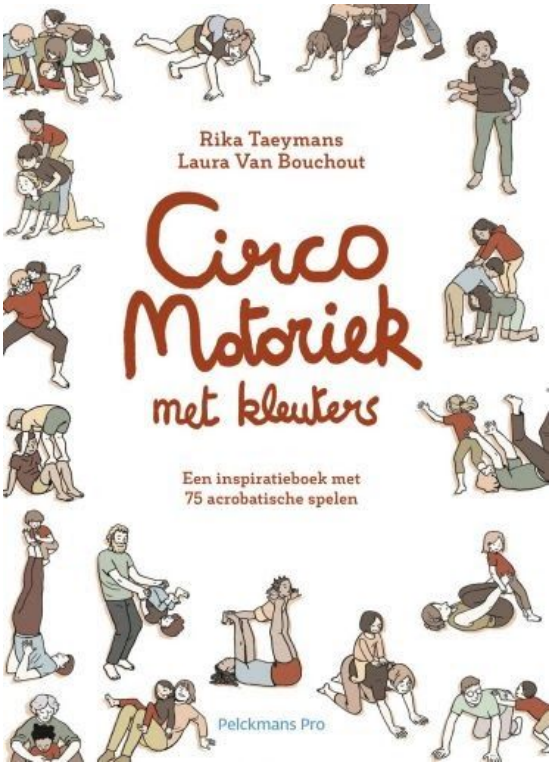
★ **Parcours.** Dit is een oefening in ruimtelijk bewustzijn. De kinderen krijgen potlood en papier en tekenen daarop een kort patroon zonder hun potlood ook maar één keer los te maken van hun papier. Nu proberen ze dat parcours af te stappen, met hun tekening als kaart in de hand (als de

groep heel groot is, wordt dit misschien een chaotische bedoening) dan kan je de kinderen ook per twee of per drie laten werken.
Probeer nu verschillende manieren van voortbewegen uit met de kinderen: grote passen, trippelpasjes, huppelen, als een robot, als een lappenpop, hinkelen, kruipen, slow motion, stampen, verschillende soorten rollen, vliegen, achteruitlopen… Laat de kinderen zelf genoeg voorstellen doen. Elk idee is goed. Probeer de verschillende bewegingsstijlen eerst samen uit. Laat de kinderen nu afzonderlijk over hun parcours bewegen volgens die bewegingsstijlen. In een volgende fase kunnen ze zelf beslissen op welke plaats in hun parcours ze van bewegingsstijl veranderen. Als ze hier een tijdje op doorwerken, krijgen ze al een echte zelfgemaakte choreografie. Daar kunnen ze nu ook variaties in brengen: groter, kleiner, sneller, trager, pauze, hoog, laag, een stukje terugkeren, een pirouette maken, een sprong toevoegen. Die beperkingen kan je ook als leerkracht toevoegen, zodat de kinderen zelf niet teveel moeten nadenken en beslissen.
Als de kinderen hun eigen parcours klaar hebben en goed doen, kunnen ze samen met een klasgenootje **reis rond de wereld** doen: de ene doet voor, de andere doet na. In een volgende stap kunnen ze hun parcours zelfs echt aanleren aan de anderen.
Bij dit soort opdrachten is muziek soms heel leuk en inspirerend, maar het kan soms ook een stoorzender zijn, omdat de kinderen uit hun eigen ritme gehaald worden.

WERKEN ROND ACROBATIE IN DE KLAS

Onze basis in circustechnieken is een beetje te beperkt om echt degelijk uitgewerkte acrobatielessen voor de klas in deze lesmap op te nemen. Gelukkig bestaat er gespecialiseerde en inspirerende literatuur zoals de boeken van **Rika Taeymans en Laura Van Bouchout**





Online vind je natuurlijk ook best veel inspiratie bvb:

http://www.speelidee.be/detail.php?SID=Error&subject=3&game=14
https://acrobatischegymnastiek1.weebly.com/kijkwijzers.html

Het belangrijkste idee lijkt me dat je genoeg tijd neemt om de oefeningen op te bouwen en niet meteen salto-mortale-ambities te koesteren.

Agustina

- Ik ben
  26 jaar
- Ik ben geboren in
  Buenos Aires, Argentinië
- Ik spreek
  Spaans
- Naast circus hou ik van
  muziek en dansen.
- Ik begon met gymnastiek
  toen ik 7 jaar was en sinds mijn 20ste doe ik ook circus.
- Dit heeft me geïnspireerd om circus te doen:
  Ik hou van bewegen, dus eerst wilde ik dans studeren, maar toen zag ik dat er een nieuwe circusschool was gestart, de allereerste in Argentinië. Ik deed auditie zonder dat ik wist wat circus juist was. Pas toen ik daar naar school ging, ontdekte ik de verschillende manieren om aan circus te doen.
- De beste tip wanneer je met acrobatie wilt beginnen is
  geduldig zijn. Het duurt heel lang voor je het goed kunt.
  Maar als je het echt wilt, dan kan het.
- Het allerleukste aan *Softies* vind ik
  het begin van de show. Het is heel grappig. Het is ook ons eerste contact met het publiek.
- Dit wil ik zeker nog zeggen:
  Je kan doen wat je maar wilt.
  Je moet je niets aantrekken van wat anderen over jou denken.

Leon

- Ik ben
  28 jaar
- Ik ben geboren in
  Düsseldorf, Duitsland
- Ik spreek
  Duits
- Naast circus hou ik van
  reizen en bewegen. Acrobatie, dans ... als het bewegen met mijn lichaam is, dan vind ik het fijn.
- Ik begon met circus
  toen ik 20 jaar was. Toen ik klein was, deed ik veel hobby's: ijshockey, rotsklimmen en capoeira. Ik had nooit gedacht dat ik van bewegen mijn beroep zou maken. Pas toen ik 20 jaar was, heb ik circus ontdekt.
- Dit heeft me geïnspireerd om circus te doen:
  Vroeger studeerde ik voor decorbouwer. Eerst stond ik dus niet op maar achter het podium. Tijdens een reis belandde ik op het festival van Avignon en woonde ik voor één maand bij een circusfamilie. Zij hebben mij getoond wat circus echt is en nodigden me uit om het ook te oefenen. Daarna ben ik mijn circusstudies begonnen.
- De beste tip wanneer je met acrobatie wilt beginnen is
  plezier maken. Soms kan je je pijn doen tijdens het oefenen, maar ook dan moet je blijven lachen. Want circus blijft gewoon heel leuk. Tijdens de repetities oefenen we heel vaak dezelfde oefening. Tijdens de voorstelling doe je een oefening één keer en moet die perfect zijn. Daarvoor moet je het eerst 20 keer oefenen.
- Het allerleukste aan *Softies* vind ik
  het spelen. Het is leuk om nog eens te spelen zoals een kind.

Piet

- Ik ben
  23 jaar
- Ik ben geboren in
  Tienen, België
- Ik spreek
  Nederlands
- Naast circus hou ik van
  wandelen, koken en dingen maken met mijn handen, zoals knutselen.
- Ik begon met circus of acrobatie
  toen ik 7 jaar was. Ik wilde als kind altijd iets nieuws proberen: gitaar, tekenschool, eenwielerbasketbal en ook circusschool. Na een tijdje vond ik bewegen interessanter dan een trucje doen. Dus toen ben ik met dans begonnen bij fABULEUS.
- Ik vind circus leuk omdat het
  een hobby is zonder competitie. Er is geen winnaar of verliezer. Als je hard werkt, dan kan je groeien. Je kunt thuis oefenen, maar ook in de circusschool. Door samen met andere kinderen trucjes te oefenen in de circusschool leer je ook veel van elkaar.

  Tijdens de repetities oefenen we soms in de circusschool. Daar kan Agustina trucjes oefenen aan een koord. Wanneer ze valt, kunnen wij haar aan het koord vasthouden. Zo kan ze zich geen pijn doen. Daarna oefenen we de trucjes op de mat en als we het echt goed kunnen, oefenen we op de grond.
- Het allerleukste aan *Softies* vind ik
  dat het een voorstelling is voor iedereen. Je moet geen taal kennen om het te begrijpen. De bewegingen vertellen het verhaal. Vanwaar je ook komt, je zult het altijd begrijpen.

DE JONGEN IN DE JURK

Softies levert verschillende aanknopingspunten om enkele algemeen heersende denkpatronen in vraag te stellen.

WAT IS CIRCUS?

Zoals circusmaakster Hanna Mampuys in het interview al aangeeft: de term *circus* heeft vandaag een veel ruimere betekenis dan pakweg 50 jaar geleden. Gelukkig zijn circusscholen op dit moment erg populair. Véél kans dat u specialisten van het hedendaagse circus in uw eigen klas hebt zitten. Enkele artikelen die alvast uw eigen blik op het veld kunnen aanscherpen:

https://www.knack.be/nieuws/belgie/de-revival-van-het-circus-vergeet-de-tijgers-en-de-kolder/article-longread-874171.html
https://e-tcetera.be/het-circus-zoals-het-is/

STOER? SOFT? MEISJE? JONGEN?

Tussen de regels door geeft *Softies* volop commentaar op klassieke rollenpatronen. Waarom zouden meisjes niet wild of stoer zijn? Waarom zouden jongens elkaar niet mogen knuffelen? Wat is het spannendste: een salto doen of je tranen tonen? Zonder het al te expliciet willen uitleggen en zonder te moraliseren, kan het wel fijn zijn om te peilen in welke mate de kinderen deze thematiek hebben opgepikt en of hun meningen op één andere manier beïnvloed zijn door de voorstelling.

Het kan ook interessant zijn om in een latere periode te werken rond gender in de klas en tijdens klasgesprekken te verwijzen naar de spelers van *Softies*.

Rosa, het kenniscentrum rond gender en feminisme, bracht in 2011 heel wat informatie over dit thema samen op één website: http://genderindeklas.rosavzw.be/. Op de pagina staat ook een uitgebreide boekenlijst, die intussen wel wat gedateerd is.