

Kauwgom

Muziek	Rob van den Berg, Maria Speth
Dans	Maria Speth
Maatsoort	4/4
Voorspel	vrij
Opstelling	vrij in de ruimte (start vanuit liggende positie op de grond)
Leeftijdsgroep	suggestie 6 – 12 jaar

Toelichting

- Het kauwen van kauwgom lijkt soms wel een nationale sport. In elk geval was het de inspiratie voor deze opwarmingsdans.
- De muziek van deze dans is onderverdeeld in 2 tracks, zodat de verschillende onderdelen van de dans apart behandeld kunnen worden.

Dansexploratie

- Bespreek kort met de leerlingen de verschillende fasen die een stuk kauwgom doorloopt, van het uitpakken, het kauwen en uittrekken, het vastgeplakt zitten onder een schoen, tot en met het uitgedroogde propje dat overblijft.
- Het volgende klinkt wellicht onsmakelijk, maar het werkt erg goed! Geef elke leerling een kauwgom om op te kauwen en laat ze die even later uitspugen op een blaadje papier. Moedig de leerlingen aan om de kauwgom met hun tong en tanden in een mooie vorm te buigen alvorens deze uit te spugen! Alle leerlingen griezelen, maar het wordt uiteindelijk altijd weer een mooi kunstwerk!
- Vervolgens kun je samen met de leerlingen de verschillende vormen van de kauwgums bekijken en die uitwerken naar dansposes. Laat elke leerling bijvoorbeeld een keuze maken tussen twee verschillende vormen. Wissel af van de ene vorm naar de andere vorm om die vast te leggen. Zijn ze herkenbaar? Vervolgens wordt het accent gelegd op de manier van veranderen. Wat voor beweging maakt je mond eigenlijk als hij op een kauwgom kauwt? Traag of snel, grote bewegingen of heel snel en klein. Duwt of trekt je tong, kun je de maalbeweging van je kaken met andere delen van je lijf laten zien? Is er sprake van kracht, spanning of juist heel lichte beweging? Dit onderzoek kan leiden naar een schat aan bewegingsideeën en meerdere poses kunnen de leerlingen op deze manier tot een bewegingsfrase bewerken,
- Laat de leerlingen in tweetallen werken. Passen hun poses in elkaar? Vormen ze een contrast? Op welke manier kunnen ze samen een dansfrase uitwerken waarin ze gebruik maken van hun poses en aandacht geven aan de overgangen daartussen. De leerlingen kunnen kiezen voor een identieke uitwerking, maar uiteraard ook om juist vanuit verschillende poses en in een contrasterende manier van bewegen samen te werken.
- Een inventarisatie rondom de verpakking van een kauwgom kan ook boeiend zijn. Hoe kom de kauwgom eruit? Springt hij, rolt hij, valt hij, sliert hij? Probeer samen met de leerlingen de verschillende mogelijkheden uit en neem vooral visueel materiaal mee!
- Vooral het deel waar de 'kauwgommetjes' onder een schoen geplakt zitten, verdient extra aandacht. Laat de leerlingen eventueel eerst exploreren rondom het begrip 'raak-en steunvlakken'. Als je plat op de grond ligt, met hoeveel delen van je lijf raak je dan de vloer. En welke delen van je lijf komen niet aan de grond? Kun je bijvoorbeeld drie verschillende variaties bedenken waarin je lichaam met vier raakvlakken aan de grond

komt, of met twee? Wanneer je onder een schoen komt te zitten, neemt die je mee door de zaal. Houd je dan steeds dezelfde vorm? Of verandert die elke keer? En het tempo, blijft dat gelijk? Soms stopt die schoen opeens (etalage, zebrapad, etc) kun je ook laten zien in je dans dat je opeens onbeweeglijk in een vorm blijft steken?

- Ook het deel waar de kauwgom aan een andere kauwgom vastplakt nodigt uit tot exploreren. Op hoeveel manieren kun je aan elkaar vastplakken? En kun je dan nog voortbewegen?
- Gezien de structuur van de muziek zal er in het begin wellicht behoefte aan extra begeleiding zijn, maar als de muziek eenmaal bekend is bij de leerlingen, kan deze dans uitstekend als opwarming dienen. Bij de maatindeling is er bewust voor gekozen om na elke stretch weer opnieuw te beginnen met de telling. Dat maakt het volgen van de beweging in de muziek gemakkelijker.

Dansstructuur

Maat

Intro	
vrij	de kauwgom wordt uitgekapt, langzaam omrollen en...
1 – 6	wanneer de beat start langzaam omhoogkomen, klaar voor het kauwproces
1 - 8	roterende en/of scharnierende bewegingen met het hoofd
9 - 10	stretchen (uitrekken) van het hoofd en de nek
1 - 12	roterende en/of scharnierende bewegingen met de schouders
13 - 14	stretchen vanuit de schouders
1 - 12	zwaaibewegingen met de armen , afwisselend of tegelijk
13 - 14	stretchen vanuit de armen
1 - 2	heupzwaai naar rechts, herhaal naar links
3 - 4	stretchen vanuit een heup naar rechts
1 - 4	idem, maar starten vanuit de heupzwaai naar links en stretchen naar rechts
1 - 10	verende stapbewegingen op de plek waarbij de benen actief worden opgetild
11 - 13	stretchen vanuit de benen en doorglijden tot op de grond (de kauwgom wordt uitgespuugd)
1 - 12	aan de grond plakken: in de diepe laag voortdurend met wisselende delen van het lichaam raak/steunvlakken zoeken, variërend van weinig tot veel contact met de vloer in steeds wisselende vormen (alsof je onder een schoen zit vastgeplakt.)
1 - 8	de kauwgom begint aan zijn tweede leven: overeind komen en op kronkelende, twistende en draaiende wijze door de ruimte dansen, waarbij het hele lijf beweegt (er wordt opnieuw op je gekauwd!)
9 - 10	uitstrekking waarmee je tevens aan iemand anders vastgeplakt raakt
1 - 8	met zijn tweeën verder door de zaal, kauwend en tegen of aan elkaar plakkend met wisselend contact van diverse lichaamsdelen
1 - 4	de kauwgom wordt weer uitgespuugd en droogt op tot een vorm naar keuze

Tips

- Het werken in tweetallen (voorlaatste beweging) kun je de eerste keren beter achterwege laten, geef de leerlingen eerst de tijd om vertrouwd te raken met de volgorde en de bewegingen, voeg daarna eventueel de variatie toe zoals hierboven beschreven is.
- Als je deze dans voor de eerste keer doet, werkt het goed om de muziek even stop te zetten na het voortbewegen en stretchen met de benen (daar is ook de volgende

track geplaatst). Soms werkt het beter om voor het voortbewegen en plakken over de grond wat meer tijd uit te trekken (zie exploratie).

