

Pedagogiskt material till föreställningen Bak-å-fram-på

Här kommer förslag på danser/rörelseövningar som man skulle kunna göra med barnen, före eller efter föreställningen.

Övningarna är mer eller mindre detaljerade.

Se gärna materialet som en inspiration, lägg till eller dra ifrån själva, använd hela eller bara en del av det.

Jag tar gärna emot feedback på saker som fungerar och inte.

Rummet bör vara relativt stort och med öppen yta. Pröva er fram när det gäller gruppens storlek, det beror ju också på barnens ålder. Helst tillgång till musik.

1. Uppvärmning till bak-å-fram-på-samba

Sätt på musiken som finns på hemsidan.

Sätt igång kroppen: (ger några förslag på rörelser, annars hittar du på själv)

- Börja med att skaka hela kroppen, från huvudet ner till tårna.
- Alla armar upp i taket, ner, upp, ner, upp
- Alla armar framåt, bakåt, öka takten fram, bak-fram
- Alla rumpor åt sidan, andra sidan, sid-sid-sid, skaka!
- En fot framför den andra, byt så att den andra är fram, byt snabbare, byt byt byt!
- Hoppa, hoppa högt, hoppa smått, stopp!
- Dansa runt dig själv, byt håll
- Dansa med allt du har, din egen dans.
- Dansa hela låten, så att alla blir varma, slutar dom att dansa fyll på med mer energi, kanske ge förslag; dansa med din kompis, dansa med fingrarna, ansiktet mm

2. "Baklänges"

Pröva dig fram om de klarar att göra den "huller om buller", annars pröva i ring eller på en rad.

Låt barnen pröva att **gå i olika riktningar**,

Framåt- stopp, bakåt, stopp, sidleds-stopp, andra sidan stopp. Byt några gång.

Prata i ring (beror på åldern i gruppen) om hur fötterna gör när dom går i olika riktningar. Går man med tårna först? Hälen?

"Två och två"

Med händerna emot varandra, en går framåt och den andra går baklänges. Den som går framåt, tar ansvar för att den andre inte gå in i väggar eller andra föremål. Byt roller.

"Bak-å-framlängesbana", ute eller inne

Lägg ut en bana med något material, antingen med koner eller gör en väg av garn i rummet. Låt barnen först gå framåt på vägen och sen göra den baklänges. Pröva sidledes...

Pröva att lägga till olika tempon.

Gör två banor parallellt.

"Vägar i rummet"

Presentera olika egna vägar i rummet, både framåt och bakåt

- Raka vägar
- "Vågiga vägar"
- Kringelikrokiga vägar
- _ Backa runt dig själv, helt snurrig väg!

Utveckling, tempo/kvalité

- Växla mellan olika tempon, snabbare, långsammare, super fort!
- Små steg, stora steg, små studsiga steg, smygiga steg, hoppa!

Om det blir rörigt, använd stopp emellan, eller staty! Prova att sätta på lite svängig musik, inte för högt så att de kan höra din röst igenom. Om barnen är lite äldre, låt ett av barnen ropa ut "komandon".

(djurorden kan lättare ge bilder av olika slags steg, kvalité mm)

- Små steg! Mus-steg
- långa steg, elefant-steg
- kringelikrok, orm
- hoppa, groda
- runt å runt! Osv osv

3."Galna Hatten"

Här behövs hattar till alla barnen. (har man inte så många kan man pröva att var två och två och byta mellan varje kroppsdel)

Välj varsin hatt, känn på den, kläm på den, bli vän med den!

"Hatt på olika kroppsdelar"

pedagogen frågar:

- Kan du pröva hatten på....
- armbågen
- ett knä
- ryggen
- magen
- foten
- egna förslag från barnen...?

"Foto med hatt"

Låt barnen stå i gruppuppställning, som att man skulle ta ett foto. Du säger 1.2.3 (långsamt) på tre sätter varje barn hatten på något ställe på kroppen och står helt stilla när du låtsas ta ett foto. (eller gör det på riktigt med padda eller dyl, kul att se på efteråt, men kan också göra att alla vill se fotot direkt efteråt..)

"Hatten styr mig!"

Hatten vill "se" sig om i rummet, låt hatten ta dig till olika ställen, när du kommer fram sätter du hatten på valfri kroppsdel.)blir det rörigt? Ge barnen förslag på vart i rummet hatten för dom, typ, -dörren!, fönstret, -skåpet, osv.

Pröva att leka att hatten är en ratt, du kör med din bil och sen provar hatten när du kommer fram.

Gör till musik, blir det en dans?

3." Tyget"

Tag fram ett tygstycke, ca: 1.60 cm långt 1.20 cm brett.

Håll upp tyget och fråga;

-Hmm undrar vad man kan göra med det här..? Kanske kan det bli en...

- lägg tyget på ett bord, -en duk!!

- lägg tyget på golvet, - en matta!

- håll det framför fönstret, - en gardin!

Osv osv, handduk, täcke, picknick, flagga, klänning-drapera, skärp, turban, fladdra runt med.. Kan du bli ett djur? Gömma dig? Spöke! Något abstrakt? En känsla kanske?

Rita en bild som innehåller ett tyg..

4. Avsluta med sång!

Ladda ner låtarna från Big Winds hemsida (www.bigwind.se), det finns två versioner, en med hela texten och en utan vers, men med refräng.

Lär ut texten. (Gör som du tycker är bäst, till musiken eller utan).

Sjung tillsammans!