

KOULU JA TANSSI –KURSSI

Syksy 2019

Tanssi-ilmaisutunti ja havainnointi/palautteen antaminen

Mansku

Mistä puhuttiin?

- Tunnin käynnistämisen tärkeys, miten saada oppilaat rentoutumaan ja orientoitumaan tanssituntiin, kun he tulevat aivan erilaisesti ympäristöstä, kuten kotoa, toisen oppianeen tunnilta jne.
- Ryhmästä ja ajankohdasta (aamu, iltapäivä) riippuen oppilaat voivat tarvita piristystä tai rauhoittumiseen tai keskittymiseen suuntaavia harjoituksia.
 - esim. hipat, joissa tanssi voi olla jollakin tavalla mukana
 - lyhyt parin selän ja hartoiden taputtelu kämmenselillä/kämmensyrjillä seisten (rauhottaa riehakasta ryhmää). Harjoitus voi olla myös tunnin lopussa.
 - lattiatasossa eri kehonosien liikuttaminen ohjeiden mukaan ja lopulta nousu seisomaan (kehotietoisuus, kehon tunnustelu sisältäpäin)
 - helppoja rauhallisia ja ainakin osin tuttuja liikkeitä, riittävästi toistoa musiikkiin > opettaja näyttää, muut seuraavat (aina ei tarvitse olla paljon tai ei ollenkaan puhetta) > esim. kyljen venytykset, selän rullaukset seisoma-asennosta jne. Harjoitus tukee keskittymistä ja läsnäoloa.
 - Kävely/juoksu opettajan ohjeiden mukaan (esim. kaarevat tai suorat linjat, eteenpäin liikkuen, kylki edellä, taakse liikkuen), kun kohtaavat toisen henkilön, mene kasvokkain ja rullaa selkä nikama nikamalta seisoma-asennosta päälaki lattiaa kohden/ylös tai väistä viime hetkellä pehmeästi oikealle/vasemmalle, väistä hypyllä oikealle/vasemmalle, väistä oikealle/vasemmalle kierähtäen lattian kautta > tämä on toiminut esim. lukioryhmiä kanssa.
 - Salapoliisiharjoitus
 - High Five-kättelyt eri versioin
 - Sliding Doors
 - Mus. kahteen edelliseen löytyvät täältä
<https://open.spotify.com/album/6bJ5OvvgGR1KnK5U5HGpFJ>

1) Discohippa/Tanssihippa Mus. Stayin Alive; Bee Gees

- 1-2 hippaa, joilla värikkäät huivit kädessä
- kun hippa saa kiinni (juosten), kiinni otettu jää johonkin asentoon, ”pose” > toinen tulee pelastamaan jollakin tanssiliikkeellä kasvot vastakkain, esim. 1-8 tai 2-8 > pelastaja tanssii jotakin helppoa liikettä, jota kiinni saatu seuraa. Tänä aikana hippa ei saa ottaa kiinni. Opettaja voi antaa jonkin turvaliikkeen, esim. sivu-viereen askeleen, jos ei oppilailla ole liikepankkia. Sivu-viereen askeleeseen voi kannustaa ottamaan erilaisia käsiliikkeitä.

2) Sambarinki, Mus. Dance Spetters

Musiikin löydät täältä (High Five –nimellä)

<https://www.youtube.com/watch?v=IwCLiUaXn9U> TAI kaikki Dance Spetters II musat ovat spotifyssa!

<https://open.spotify.com/album/6bJ5OvvgGR1KnK5U5HGpFJ>

Tavoitteet: Liikemuistin kehittäminen, toisen liikkeen kunnioittaminen, yhteinen tekeminen, musiikin kuuntelu ja liikkeen yhdistäminen musiikkiin ja luovuus.

-opettaja/oppilas näyttää 2-8 liikesarjan > kaikki toistavat saman ja yrittävät muistaa, miten liikesarja meni

- rummutukset väleissä, opettaja kertoo, millä kehonosalla rummutetaan

- nuoremmilla oppilailla opettaja voi ensin antaa kaikki liikkeet, seuraavalla kierroksella tai muilla tunteilla harjoitusta toistettaessa opettaja voi antaa oppilaille vapaat kädet tai ehdottaa vaihtoehtoja, miten oppilaat liikkuvat, esim. liiku eteen-taakse suunnassa, sivulta sivulle, ympäri, käy lattialla (=suunnat, tasot). Ohjeena voi myös olla esim. liikelaadut, pehmeä liike, terävä liike tai jokin kehonosan liike. Oppilaille annettavat liikeideat voivat olla paperilla tai voit kertoa ne suullisesti.

- kuuntele musiikki etukäteen huolellisesti!

3) Jamipata; Epelit tanssipelit, Sampo Folk Jam, s. 36-37

Mus. Hohka; Mummo Lumessa (tai itse valittu musiikki)

<https://open.spotify.com/album/6mXkEdsCCeFMGu5iudOFYj>

Tavoitteet: Tervapata-leikistä muunneltu tanssipeli, joka kehittää reaktioherkkyyttä, suuntavaistoa, rytmissä pysymistä sekä tilassa liikkumista. Toimii myös nimien opetteluna, jos kaikki hokevat ulkopiiriläisen nimeä ja taputtavat, kun tämä liikkuu yksin.

- ryhmästä riippuen voit toteuttaa monin tavoin

- piiri, kasvot keskustaan päin + yhtä pelaajaa lukuun ottamatta kaikki tekevät samaa juuriaskelta yhtä aikaisesti eli esim. sivu-viereen askelta musiikin rytmissä (myöhemmin askeleen voi vaihtaa useitakin kertoja)

- yksi osallistuja menee muiden taakse ulkopiiriin

- ulkopiiriläinen voi liikkua haluamallaan tavalla (esim. juoksu, hyppely, laukat) musiikin rytmiin vastapäivään ja jää jonkun selän taakse + tekee 3 polkua ja 3 taputusta. Ulkokehällä oleva haastaja kertoo, millä askeleella sisäpiirissä oleva haastettu ja hän itse lähtevät kiertämään. Haastettu liikkuu aina myötäpäivään. Ohitus tapahtuu oikealta. Hän, joka ensin ehtii sisäpiiriläisen paikalle, on voittanut pelaaja

4) Näytä kehonosaa! Show the body part!

Vaihtelee eri musiikkeja, eri tempoja, tunnelmia

Tavoitteet: kehon eri osien hahmottaminen, kehotietoisuus, rohkaistuminen tekemään omaa liikettä, yhteistyö parin kanssa, erilaisten liikelaatujen harjoittelu, englanninkielen harjoitus, jos kehonosa sanotaan englanniksi.

- pareittain, toinen näyttää jotakin parin kehonosaa ja sanoo sen englanniksi tämä lähtee liikuttamaan kehonosaa esim. terävästi tai pehmeästi, isosti, pienesti jne. (ohjeiden mukaan). Myös kehonosaa näyttänyt peilaa liikettä eli tekee samaa kuin pari. Kun johtaja haluaa vaihtaa roolia, hän näyttää parin jotakin kehonosaa ja roolit vaihtuvat.
- myöhemmin voi olla kaksi kehonosaa yhtä aikaa tai jopa kolme

5) The Catwalk Mus. Madonna; Like A Virgin tai itse valitsemasi musiikki

Tavoitteet: luovuus, ilmaisun rohkeus, eläytyminen, matalan kynnyksen esiintyminen, myönteiset kokemukset omasta kehosta, musiikkiin liikkuminen omalla tavalla, toisten liikkeestä nauttiminen

- kävellään salin päästä päähän jonoissa + jäädään pose-asentoon. Asennon tulee kuvata tyyliä, jolla on kävelty/liikuttu.
- kun liikkuja on puolivälissä salia, seuraava jonosta lähtee liikkeelle ja vapauttaa ”posessa” olevan koskettamalla. Palataan takaisin salin sivuseiniä myöden jonoon
- voit antaa vaihtoehdoksi ammatteja, esim. poliisi, tarjoilija, malli, liikunnanopettaja jne.
- vaate-esittelylähtökohta, esim. sporttivaatteet, juhla-asu
- kysy myös oppilaiden ideoita!
- täältä näet esimerkkejä, miten tanssia voisi yhdistää enemmän catwalkiin

<https://www.youtube.com/watch?v=y668RAJzqXA>

<https://www.youtube.com/watch?v=NU2pj4tgwXU>

6) Jazztanssilämmittely > plié, flatback, kyljen venytykset, rullaukset (tämä on kaikilla videolla)

- havainnoitiin ja annettiin palautetta parille
- katsottiin yhdessä video ja käytiin palautetta läpi
- kaikki tanssivat, havainnoitiin samalla muita ja jokainen antoi parhaansa mukaan palautetta mahdollisimman monelle