Skab en koreografi

6.- 7. Klassetrin

Introduktion til forløbet:
Skab en koreografi 6-7 klassetrin

Denne undervisningsmanual er til underviseren og den indeholder opvarmningsøvelser, musikforslag og øvelsesbeskrivelse til forløbet "skab en koreografi". Forløbet er på 4-5 moduler og taler ind i fælles faglige mål for 6-7 klasse. Lektier findes i Badjango applikationen under "teori" og på www.badjango.com

Færdigheds- og vidensområde: dans og udtryk

Eleverne arbejder inden for dette færdigheds- og vidensområde med sammensatte bevægelsessekvenser fx inden for særligt udvalgte kulturelle danse og stilarter ved, at eleverne fx bruger koreografiske virkemidler i deres udvikling af bevægelsessekvenser med forskellige stilarter og ved at variere og skabe egne koreografiske bevægelses- sekvenser og udtryk med kroppen. Eleverne kan koordinere bevægelser og inddrage viden om, at der er særlige kendetegn ved forskellige kulturelle danse og stilarter.

Reference: Idræt faghæfte 2020

Inden du starter forløbet

Badjango:
Badjango Dance Creator downloades på Appstore eller google play. Eleverne kan bruge ipads eller telefoner og logger ind med deres uni-login. Der anvendes en' ipad pr. gruppe på 4 elever.

For adgang til Badjango kontakt info@badjango.com eller 40212431 Eleverne kan med fordel hente Badjango inden idrætstimen

Demo
Se demo og video af hvordan Badjango koreografi udvikles på www.badjango.com/demo

Opvarmning:
Opvarmningsøvelserne er tilpasset forløbet og fællesfaglige mål. Hvis du ønsker flere forslag til opvarmningsøvelser, kan du finde dem på www.badjango.com

Musik
Find musikken til øvelserne på spotify under øvelsens navn eller brug youtube linket på siden

Lektier til første lektion:
Inden forløbet starter kan eleverne have læst lektier til modul 1, "musikforståelse og formanalyse". Lektierne findes i "Badjango under teori" og på hjemmesiden www.badjango.com > undervisningsforløb > teori

Oversigt over modul 1

Opvarmning - "Sådan er jeg!"
Musikforståelse
Sæt rammerne for en god proces
Skab Badjangokoreografi og fremvisning

Opvarmning - "Sådan er jeg!"

I "Sådan er jeg" lære eleverne noget nyt om hinanden. Formålet med øvelsen er, at bryde spændingen, der kan være i forbindelse med at "udfolde sig kropsligt mens andre ser på".

Gruppestørrelse: 8-30 elever
Varighed: ca 10 minutter
Alder: 8-30 år

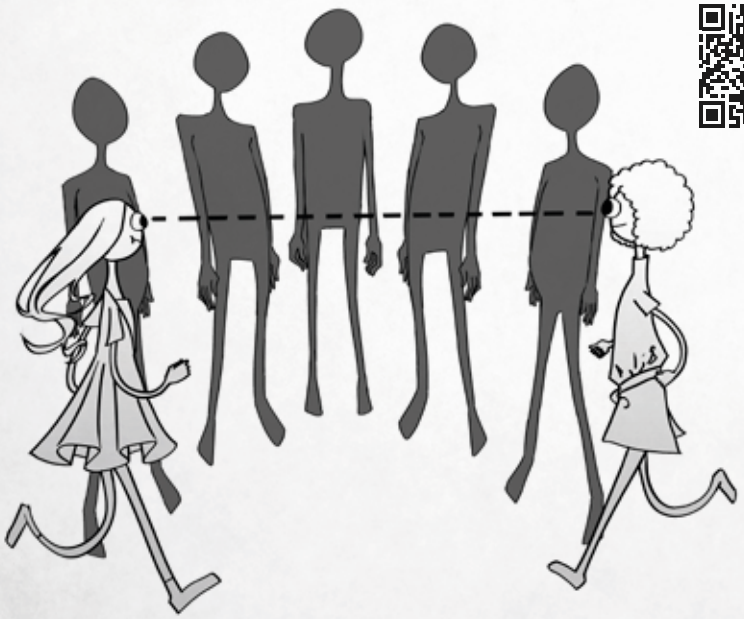
Øvelsesbeskrivelse

- Stå i en cirkel og aftal hvad I skal tænke på, det kan være jeres navn, ynglingsyr eller livret
- Uden at stoppe op, går en' udvalgt elev over cirklen for at tage en andens plads. Når der skabes øjenkontakt mellem jer, bevæger eleven der får taget pladsen sig ud imod den anden elev
- Når I mødes fortæller personen der "tager pladsen" eksempelvis sin "livret"
- Dette gøres indtil alle har fået "taget deres plads"

Efterfølgende skal I ikke sige noget, men derimod løbe og tage hinandens plads. Prøv at der løber flere elever på en gang, eksempelvis tre til fem ad gangen.
Skab udfordring i øvelsen ved at indarbejde forskellige koreografiske virkemidler:

- Indsæt en drejning eller rotation på vejen (drejning, vejrmølle, kolbøtte, dreje i luften)
- Brug alle 3 niveauer (oppe i luften, nede på gulvet og midt i mellem)
- Dans et dansetrin på vejen
- Skabes dynamiske geometriske former med en kropsdel, eksempelvis cirkler med armene

Musikforslag
Spotify: Badjango Dance Creator
Youtube: Bruno Mars - Finesse (Remix) (ft. Cardi B)



Musikforståelse

Dette er en øvelse i at danse til musikkens taktslag og give eleverne en grundlæggende forståelse af hiphop -og popmusikkens musikalske opbygning. Snak med eleverne om, hvorfor man danser i takt til musikken og at man i dans til pop -og hiphopmusik tæller taktslag fra 1-8, således dansen passer til sangens form.

Gruppestørrelse: Hele klassen

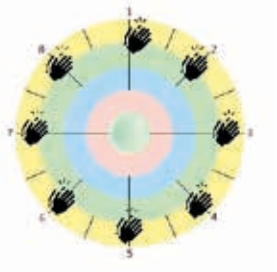
Øvelse A

Stå i en cirkel. Øvelsen starter med at alle klapper i takt til musikken.

Når eleverne er trykke ved dette, introducerer du næste skridt i øvelsen, som er at lave forskellige bevægelser til 8 takter musikken.

1. Hop 8 taktslag.
2. Klap 8 taktslag.
3. Tramp hårdt 8 taktslag.
4. Stå helt stille 8 taktslag

Gentag 1-4



Ekstra udfordring

1. Prøv at lave øvelsen i kanon. Første elev klapper 4 taktslag og derefter klapper næste elev. Fortsæt cirklen rundt, indtil alle har klappet 4. Hold rytmen hele vejen rundt.
2. Prøv at lave kanon med kun 2 og så 1 klap.
3. Du kan bruge hop eller tramp i stedet for klap.

Øvelse B

Lad eleverne bevæge sig rummet, mens de styrker deres musikforståelse.

Definer et område i salen eventuelt "en badmintonbane". Eleverne fordeler afstanden i området, således der er ligestor afstand mellem dem.

Start med at gå og skift retning på hvert 8. taktslag (8 normale trin). Retningsskiftet skal være skarpt og de skal gå i hurtigt tempo

Udvid øvelsen ved at give eleverne nye bevægelsesform ex

1. Klap i takt til trinene i går
2. Tramp trinene i går
3. gå med sjove hofte bevægelser(salsa inspireret).
4. lav gadedrenge hop i takt til musikken
5. find en partner og lav high five på taktslaget 8. Eleverne bør få øjenkontakt og søge mod partneren inden taktslag 8, hvor de skal lave high five

Musikforslag

Spotify: Musikforståelse, Badjango.
Youtube: Snoop Dogg - Drop It Like It's Hot ft. Pharrell

Sæt rammerne for en god proces

Snak med eleverne om formålet med "idræt dans" og brugen af Badjango.
Brug lidt tid på samtalen og fjern det eventuelle forventningspres om at "man skal se godt ud eller ligne noget på YouTube".

Idræt dans er ikke en konkurrence om at danse bedst og det handler ikke om at ligne de professionelle. Det er gruppe performance med fokus på samarbejde om at fælles produkt.

Overordnet set skal eleverne betragte dans som et forløb i fodbold eller billedkunst. Man er der for at have det sjovt, lære og dygtiggøre sig, uanset startniveau. De skal øve sig I at bevæge sig til i takt til musikken. De skal kunne sammensætte bevægelser til en koreografi og have forståelse for hvordan man bruger koreografiske virkemidler.

I Badjango kan eleverne finde 300 trin og partnerøvelser. De kan sammensætte dem som de har lyst og øve dem i takt til musikken. De er også meget velkommen til at indsætte deres egne bevægelser. Til dette formål indsætter de blot trinnet "Your own move" og så klapper avataren af dem.

I "Challenge" kan eleverne kan vælge mellem 32 koreografiske virkemidler, når de skal arbejde kreativt med deres dans.

Badjango er til for at hjælpe og inspirere, ikke til at begrænse.

Skab Badjangokoreografi og fremvisning

Gruppestørrelse: Badjangogrupper

Øvelsesbeskrivelse

- Eleverne går ind i Badjango og logger på med deres uni-login > Dance > Create dance > Giv gruppen et navn som dansen gemmes under > vælg dansestilart og sammensæt egen koreografi på omkring 4 trin.
- Trinene er niveau inddelt 1-3 stjerner, hvoraf 1 stjerne er den nemmeste.

Værd at vide
Når eleverne sammensætter danse, er de første fire trin guidet. I denne guide kan de vælge mellem fire trin af gangen. Når de har valgt og placeret et' trin til timeline, præsenteres de for fire nye trin. fter de har valgt fire trin til timeline er dansen gemt og eleverne kan vælge mellem 300 andre trin.

Sådan virker Badjango
Få hjælp til at bruge Badjango, ved at trykke på "spørgsmåltegnet" i Badjango. Dance > Create > ?

Fremvis koreografien

Eleverne fremviser deres koreografi og fokusere på at danse i takt samt starte på taktslaget 1.

Musik til fremvisning

Spotify: Fremvisning Badjango
Youtube: Bro - Sydpå

Lektier

Lektier til modul 2 er at huske og øve dansen og læse om "danseteori" Lektierne findes i "Badjango under teori" og på hjemmesiden www.badjango.com > undervisningsforløb > teori

Oversigt over modul 2

Badjango opvarmning
Sten-saks-papir
Skab Badjango koreografi

Badjango opvarmning

a) Undervis eleverne i en danseopvarmning eller b) lad eleverne underviser hinanden

Undervis eleverne i en danseopvarmning

Gruppestørrelse: Hele klassen

- Som underviser kan du sammensætte din egen opvarmningssekvens i Badjango. Dans > opvarmning > gi din opvarmning et navn og sammensæt 5-10 forskellige trin
- Fremvis trinnene og lad eleverne følge dig

Lad eleverne underviser hinanden

Gruppestørrelse: Parøvelse

- Hvert elevpar vælger et trin som kan gentages i 16-32 taktslag. De kan finde inspiration i Badjango "opvarmning" eller i deres egne dansekoreografier fra sidste modul
- Eleverne står i en cirkel. Et' par adgangen viser de deres dansetrin, som resten af eleverne kopierer. Når de har danset 16-32 takter er det næste par der fremviser og de andre følger

Musikforslag
Spotify: Badjango Dance Creator
Youtube: Mark Ronson - Uptown Funk ft. Bruno Mars

Sten-saks-papir

I denne opvarmningsøvelse, danser eleverne med hinanden og udveksler bevægelser.
Udpeg et afgrænset område af salen, eksempelvis en badmintonbane hvor øvelsen(dansefesten) foregår.

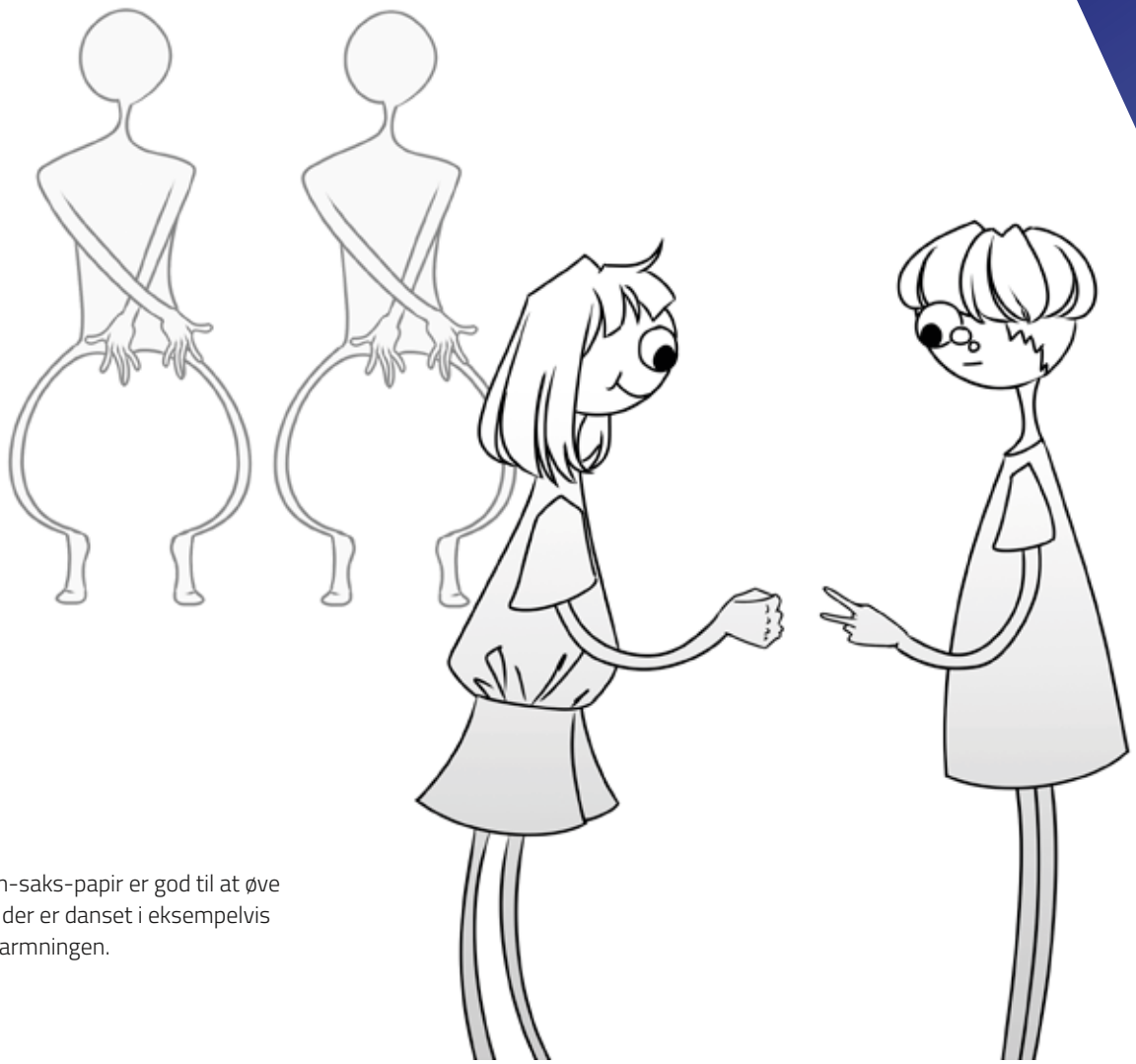
Gruppestørrelse: 8-30 elever
Varighed: ca 10 minutter
Alder: 8-30 år

Øvelsesbeskrivelse

- Eleverne går rundt mellem hinanden, når de møder en anden person laver de sten-saks-papir
- Den der vinder bestemmer hvilket trin de skal danse. Dans trinet 8-16 taktslag og der afsluttes med high five evt. i luften
- De går videre og møder en ny partner

Musiforslag

Spotify: Badjango Dance Creator
Youtube: MIKA - Popular Song ft. Ariana Grande



Sten-saks-papir er god til at øve trin der er danset i eksempelvis opvarmningen.

Skab Badjango koreografi

Øvelsesbeskrivelse

- Repeter koreografien fra sidste modul. Log in > Dance > My dance > find dansen under gemt navn. Dobbelttryk på dansens navn for at redigere den og tilføje trin.
- Eleverne skal tilføje 1-4 ekstra danstrin og indarbejde minimum 1 koreografisk virkemiddel fra "Badjango challenge". Badjango > Challenge > Classic

Fremvis koreografien

Eleverne fremviser deres koreografi og fokusere på at danse i takt samt starte på taktslaget 1.

Husk at stemningen er noget eleverne selv skaber. Klap af hinanden og giv god energi.

Eleverne er velkommen til at indsætte deres egne trin. Når de indsætter deres eget trin i koreografien, indsætter de Badjango trinnet "your own move". Her klapper avataren af eleverne der danser.

"Your own move findes øverst i alle danse kategorier".

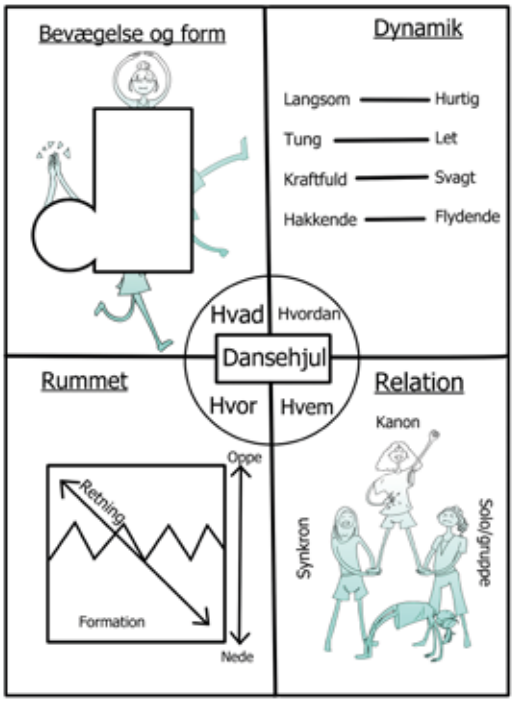
Musikforslag til fremvisning

Spotify: Badjango Dance Creator
Youtube: ICEKIID - Blondiner & Brunetter

Lektier

Lektier til modul 3 er at læse "Introduktion til dansestilarter".

Labans bevægelsesteori (BESS)



Inspiration til snak om koreografiske virkemidler

Spørg eleverne; "Hvad synes I er en god dans?"De fleste synes en dans er god når man, ligesom i en god film, bliver overrasket og der er variation. Koreografiske virkemidler indarbejdes for at skabe variation i koreografien, således den er spændende at udfører og underholdende at kigge på. Giv eleverne eksempler på koreografiske virkemidler ex. crewbillede og kanon

Læs teksten: Danseteori

Oversigt over modul 3

Opvarmning - Kongens efterfølger
Kulturelle danse og stilarter
Hilsedans
Indarbejd hilsedanse i Badjangokoreografien

Opvarmning - Kongens efterfølger

Lad eleverne inspirere hinanden og skabe egne bevægelser til musikken.

Gruppestørrelse: 4-6
Varighed: 5-10 min
Alder: 6-20 år

Øvelsesbeskrivelse
- Eleverne laver klassisk kongens efterfølger. De bevæger sig i hele rummet og skiftes til at være forrest
- Elevernes bevægelser skal være inspireret af musikken du spiller

Musikforslag
Spotify: Kongens efterfølger
Youtube: Se QR koder og video

Højt tempo (hurtig):
Trentemøller - Moan

Ballet (let som en fjer):
Vivaldi - Spring

Ninja (stærk og kraftfuld):
Epic Japanese Music - Shadow Ninja

Afro:
Flavour - Time to Party (feat. Diamond Platnumz)

Hip hop (tung):
Nelly - Hot In Herre

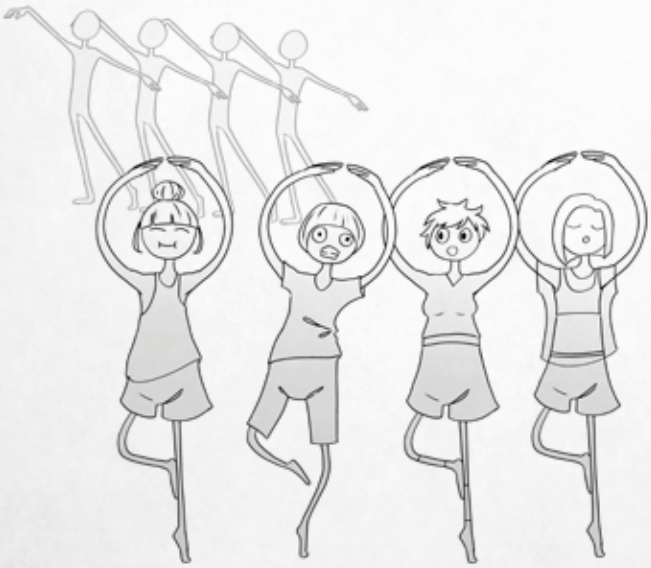
Fest:
One Direction - What Makes You Beautiful

Jumpstyle:
Italobrothers - Stamp On The Ground

Stille musik (langsom):
Flako - Gelis

Uhyggligt/zombie (hård og kantet):
Lorde + Son Lux "Easy"

Samba (blød og bevægelig):
Bellini - Samba De Janeiro



Kulturelle danse og stilarter

Lad hver gruppe fortælle om den stilart de danser i Badjango. Lad resten af klassen supplere med viden om kultur, musik mm. Hvis eleverne har valgt kategorien "sporty eller Jangonite" hører disse under stilarten "kreativ dans".

Skab Badjangokoreografi og fremvisning
I modul 3 skal eleverne færdiggøre deres Badjango danse. Det gør de ved at hver gruppe udformer deres egen hilsedans og indarbejder denne i deres Badjango koreografi. Afslutningsvis, øver de Badjango koreografien og hilsedansen som en' sammenhængende dans, således de kan fremvise den med fuld energi.

Ekstra opgave
Eleverne kan indsætte en intro og en afslutning. En intro kan være at komme "ind på gulvet" med en bevægelse og energi der passer til musikken, og afslutning kan være at stå tæt sammen som om de skal have taget et crewbillede

Fremvis
Når dansen fremvises kan I med fordel filme den, da eleverne i næste modul skal arbejde med udtryk, og sandsynligvis ikke kommer til at fremvise den oprindelige dans igen.

Musik til fremvisning:
Spotify: Badjango Dance Creator
Youtube: Gilli - Rica

Lektier
Lektier til modul 4: "Udtryk og fortælling i dans"

Hilsedans

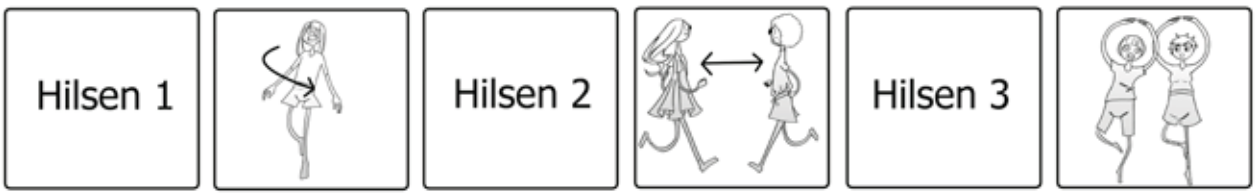
Øvelsesbeskrivelse
Eleverne går sammen med en partner fra Badjangogruppen.

Snak om hvordan man hilser i eksempelvis sport, forskellige lande og kulturer, gamle dage mm. Finde 3 måder at hilse på og giv hilsnerne nummer 1-3. Vis dem til resten af Badjangogruppen.

Skab en hilsedans ved at "lime" hilsnerne sammen med bevægelser. Det foregår på den måde at der mellem hver hilsen er et' af disse elementer.

- drejning
- bytte plads
- et dansetrin

Ekstra udfordring:
- Lav en intro, og aftal hvordan I mødes? Løb, vejrmølle mm?
- Lav en afslutning. Eleverne kan eventuelt stå tæt sammen og få taget et "crewbillede"
- Brug alle tre niveauer; Nede mellem og oppe
- Indsæt øvelse med fysisk kontakt eksempelvis løft mm.



Indarbejd hilsedanse i Badjangokoreografien

- Repeter og færdiggør Badjangodansen fra sidste modul
- Indarbejd hilsedansene, der bør være to hilsedanse pr gruppe med 4 personer.

Fremvis
Eleverne fremviser Badjangokoreografien med hilsedansene

Musik til fremvisning
Spotify: Badjango Dance Creator
Youtube: Jason Derulo - Get Ugly

I kan bruge crewbillede som afslutning på dansen.

Oversigt over modul 4

Opvarmning Burn cirkel
"Leg med udtryk i Badjangokoreografien og fremvis"
Indarbejd udtryk i Badjangokoreografien og fremvisning

Opvarmning Burn cirkel

Øvelsesbeskrivelse

- Stå i en cirkel
- Send et klap rundt på denne måde. A drejer kroppen til højre, så A får øjenkontakt med B. A klapper i egne hænder. B drejer derefter kroppen til højre mod C og klapper. Gentag hele vejen rundt.
- Prøv et par gange
- Lav øvelsen omvendt. I må ikke have øjenkontakt. Kig væk, når klappet er sendt videre. Ellers "brænder i øjnene"
- Prøv et par gange

Musik til opvarmning

Spotify: Burn Badjango
Youtube: Yolanda Be Cool & DCUP - We No Speak Americano

Burn parøvelse

- A går efter B. Når den A vender sig om, skal B også skynde sig at vende sig om. Der må ikke være øjenkontakt. Ellers brænder øjnene.
- Den der går forrest bestemmer, hvilken øvelse der skal laves. Prøv gerne forskellige bevægelsesformer:
  - bevægelsesdynamikker: Let, tungt, hurtig og langsom
  - niveauer: oppe, mellem og nede
  - find inspiration i former som firkant og cirkel
  - find inspiration i et dyr
  - skift mellem at bevæge dig i rummet og stå stille i en balance

"Leg med udtryk i Badjangokoreografien og fremvis"

Snak om
- Kender I nogle dansevideoer fra eksempelvis youtube, hvor der er en stemning eller udtryk
- -hvilke?
- Hvilke følelser eller stemninger kan en koreografi udtrykke?
- Hvordan kan man udtrykke sig i en koreografi, er der nogle koreografiske virkemidler man kan bruge, herunder også bevægelsesdynamikker?

Gruppestørrelse: Badjango grupper

Eksempler på følelser og stemninger:
- Sur
- Doven/træt
- Genert
- Glad
- Sej
- Sjov
- Stresset

Øvelsesbeskrivelse
- Repeter og færdiggør Badjangodansen fra sidste modul, brug max 20 minutter
- Alle eleverne nedskriver på to stykker papir to tillægsord, et på hver side, der beskriver et udtryk, humør eller følelse. Eleverne folder papirerne og lægger dem ind på midten i en bunke
- En repræsentant for hver gruppe trækker to sedler
- Gruppen vælger et' udtryk og indarbejder det i deres Badjangokoreografi, ca. 5-10 min. De må ikke fortælle de andre hvilket ord og udtryk de indarbejder

Fremvis
- Eleverne fremviser koreografien med udtryk og de andre skal gætte udtrykket

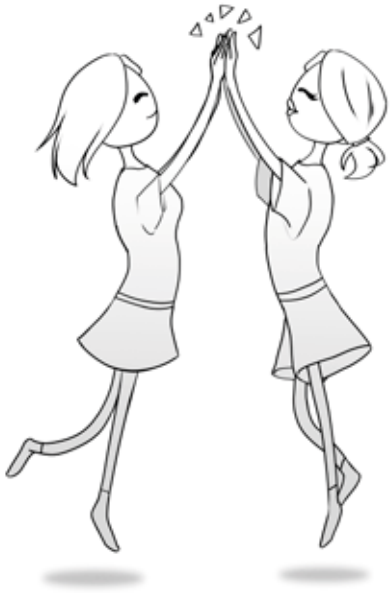
Musik til fremvisning
Spotify: Badjango Dance Ceator
Youtube: Jason Derulo - Get Ugly

Snak om
Eleverne sidder i en cirkel og alle tænker på en' ting eller øvelse de kan huske fra undervisningsforløbet "Skab en koreografi".
En' ad gangen fortæller de hvad det er og evt. hvorfor de husker netop dette

Grupperne bruger 5-10 minutter på at indarbejde et udtryk.
Hjælp dem med at være kreative således de ikke kun arbejder med ansigtsudtrykket. Eksempelvis
- at falde i søvn som afslutning(træt)
- ikke gide hilse på publikum når dansen er slut (snobbet)
- komme op og skændes eller slår(sur)
- give publikum et kram(glad) mm.

Indarbejd udtryk i Badjangokoreografien og fremvisning

- Lad grupperne selv vælge et' udtryk og brug resten af timen på at indarbejde det i Badjangokoreografi

Fremvis
Grupperne fremviser for hinanden og lader de andre gætte det selvvalgte udtryk

Musikforslag til fremvisning
Spotify: Badjango Dance Creator
Youtube: Mark Ronson - Uptown Funk ft. Bruno Mars