

## Ganzenalfabet

Het ganzenalfabet is een nieuw 'totaal bewegingsspel' met kinder- en tienerdansen, dansspelletjes, hedendaagse dansvormen, bodypercussie... om je op een plezierige manier aan het dansen te zetten.

### Waarover gaat dit eigenlijk?

"Wie kent dat nou niet, ganzenalfabet!" hoor ik je al zeggen.

Dit ganzenalfabet is anders dan al zijn voorgangers. Al dansend spurt je op je ganzenbord immers richting de eindmeet.

Onderweg maak je kennis met verschillende dansstijlen uit diverse landen, ga je om met ritme en techniek, en probeer je samen met je groepje als eerste de eindmeet te halen! Er is zowel een programma voorzien voor de jongsten als voor de oudsten.

Via dit spel trachten we 'dans' binnen de jeugdverenigingen meer aan bod te laten komen. Want wie danst er nu niet graag? Speel dit spel en ga enkele uurtjes dansplezier tegemoet!

Veel dansplezier!

### Hoe begin ik eraan?

Dit ganzenalfabet wordt gespeeld met verschillende kleine groepjes die met de dobbelsteen hun gans een stapje verder laten gaan. Hoe groot de groepjes zijn en hoeveel groepjes je hebt is afhankelijk van je groepsgrootte.

### Groepsverdeling:

Maak kaartjes met verschillende ganzen op ofwel in verschillende kleuren. Van elke kaart zijn er een gelijk aantal exemplaren want die bepalen je groepsgrootte bv 5 blauwe, 5 rode, 5 oranje, 5 paarse, 5 gespikkelde ganzen. Je zal dan 5 groepen met 5 deelnemers hebben.

Iedere deelnemer krijgt een willekeurige kaart en houdt die in de hand. Je zet muziek op en iedereen danst rond (vrij of volgens een opdracht). Je zet de muziek af en zolang de muziek afstaat wisselen de deelnemers constant van kaartjes met degenen die in de buurt staan.

Muziek op en iedereen beweegt weer door de ruimte. Dit doe je enkele keren. Daarna geef je een bijkomende opdracht: alle blauwe ganzen laten hun kop hangen en gaan op een aangegeven plaats staan, alle gespikkelde ganzen lopen in ganzenmars, enz... Je groepsverdeling is dansant gebeurd!

Elke groep kiest een originele naam die hij op een zelfgemaakte spandoek zet. Nu zijn we klaar om het spel echt te starten!

## Spelregels

De groep die het hoogste aantal ogen gooit mag beginnen. Daarna draaien we met de klok mee.

Iedereen doet mee bij elke opdracht en dans. Hierdoor krijg je een groot groepsgevoel en anderzijds kunnen de kleine groepjes het ook soms tegen elkaar opnemen met een beetje gezonde wedijver. We voegen hierbij een voorstel van volgorde maar het staat je vrij om in ganzenmars alles door elkaar te smijten. Soms hebben we een opsplitsing gemaakt tussen 6-8 jarigen en ouder.

Ook wanneer je moet rusten, vooruit of achteruit moet, staat vermeld in het overzicht.

Indien je vlak na elkaar met 2 groepjes op hetzelfde vakje komt, moet de opdracht niet opnieuw uitgevoerd worden, maar het kan wel. De sfeer van de groep bepaalt mee wat je hiermee doet.

Net zoals in een origineel ganzenspel, ben je pas uit als je op het einde het juiste aantal ogen gooit. Gooi je teveel dan moet je het aantal ogen dat je teveel hebt terugkeren

### Benodigheden:

- ganzenbord, pionnen en 1 dobbelsteen
- stokken (voor elke deelnemer 2) van ongeveer 40 cm
- 2 petflessen per deelnemer
- een pet of hoofddekseel voor iedereen
- 2 kleine balletjes per persoon (eventueel zelf te maken)
- kranten,pen en papier
- alles om een spandoek te maken
- digitaal fototoestel
- verkleedkleden, schmink en attributen
- voor iedereen een stoel

### Praktisch:

De verschillende dansen vind je met hun dansbeschrijving en muziek op de cdrom. De andere opdrachten hebben we hieronder uitgeschreven en zijn genummerd volgens het ganzenbord.

### Dag van de dans (6)

Maak promotie voor je groep of voor dans door je spandoek verder te versieren met bv een voet of hand van elke deelnemer te schilderen, een goede slogan of tekening te maken.

### Catwalk (10)

In elke groep wordt één deelnemer door de anderen klaar gestoomd (schminken, verkleeden, enz, ...) om de catwalk op te gaan. De verschillende modellen geven dan ook een showke!

Misschien kan je de verschillende lichaamsdelen een andere plaats geven bv. je buik wordt een gezicht ....

### Rappen (15)

Met 10 opgegeven woorden maakt elke groep binnen een afgesproken tijd een eigen raptexst die ze met de nodige show voorstellen.

Een voorbeeld: gans – dans – cool – schwümg – fritpot – cola – krant – T-shirt – cd – muziek

### Bodypercussie (20)

Info: met je lichaam maak je muziek o.a. door klapjes en stampjes op verschillende lichaamsdelen en met verschillende ritmes te combineren

Leer deze combinatie aan of maak er zelf eentje van 4x8 tellen:

- 1 klap met rechterhand op je rechteronderbeen
- 2 klap met linkerhand op je linkeronderbeen
- 3 klap met rechterhand op je rechteronderbeen
- 4 klap met linkerhand op je linkeronderbeen
- 5 stamp met rechts op de grond
- 6 stamp met links op de grond
- 7-8 spring krachtig op de grond
- 1-8 herhaal 1-8 hierboven
- 1-4 knip 4x in de vingers
- 5 klap met rechterhand op de linkerborst
- 6 klap met linkerhand op de rechterborst
- 7-8 klap met beide handen op de billen
- 1-2 klap 2x in de eigen handen
- 3-4 klap 2x op de eigen dijen
- 5-6 roep hallo
- 7 stamp met rechts op de grond
- 8 stamp met links op de grond

Opdracht voor elk groepje: maak een nieuwe bodypercussie combinatie van 4x 8 tellen en toon deze aan de andere groepjes

### Beeld uit (21)

Fluister een woord in het oor van één van de deelnemers. Deze beeldt dit uit en de anderen moeten raden

### Fotoshoot (24)

Maak van je groepje een coole foto. Nadien komen deze foto's op de website van de groep

### Letterspel (26)

- Geef een woord waarbij alle letters door elkaar gesmeten zijn. Zoek om ter snelst dit woord en beeldt het uit met je lichaam (arm, been, billen, ...)

- Maak gedurende vijf minuten zoveel mogelijk namen van groepen of liedjes met letters uit een krant en plak die op je spandoek

### Stoelendans (35)

Neem de eerste keer een stoel weg. De gene die afvalt komt in het midden staan en kan met een lichaamsdeel een nieuwe stoel bezet houden. Welk lichaamsdeel kan je variëren. Zo komen er telkens meer deelnemers in het midden te staan maar blijven ze betrokken. Ook de manier van dansen rond de stoelen kan je afwisselen: dansen, springen, kruipen, ...

### Beloning (36)

Verzin zelf een creatief idee als beloning voor de winnende groep !

# Ganzenalfabet

## Verklaring van de bordnummers per leeftijdsgroep

### 9 tot 12 jarigen

- 1 Sasa Nukufetau
- 2 Runaway train
- 3 Rust
- 4 Boezjé
- 5 Chocolat
- 6 Dag van de dans
- 7 Rust
- 8 Maculele
- 9 Boezjé
- 10 Catwalk
- 11 Flessen-tsjeftali
- 12 Tovercirkel
- 13 Pech, ga het aantal ogen terug
- 14 Gooi nogmaals
- 15 Rappen
- 16 All American promenade
- 17 Ga 2 plaatsen vooruit
- 18 Boezjé
- 19 Daar is de lente
- 20 Bodypercussie
- 21 Beeld uit
- 22 Sla een beurt over
- 23 Terug naar nr. 7
- 24 Fotoshoot
- 25 Rust
- 26 Letterspel
- 27 Boezjé
- 28 Ga 2 plaatsen verder
- 29 Gonni game
- 30 Rust
- 31 Mie Mouch
- 32 Boezjé
- 33 Spaanse furie
- 34 Franse kaas
- 35 Stoelendans
- 36 Beloning

### 6 tot 8 jarigen

- 1 Sasa Nukufetau
- 2 De Rhône
- 3 Rust
- 4 Boezjé
- 5 Chocolat
- 6 Dag van de dans
- 7 Rust
- 8 Maculele
- 9 Boezjé
- 10 Catwalk
- 11 Flessen-tsjeftali
- 12 Tovercirkel
- 13 Peg, ga het aantal ogen terug
- 14 Gooi nogmaals
- 15 Rappen
- 16 All American promenade
- 17 Ga 2 plaatsen vooruit
- 18 Boezjé
- 19 Nu 1 beurt wachten
- 20 Bodypercussie
- 21 Beeld uit
- 22 Ballenwarrel
- 23 Terug naar 7
- 24 Fotoshoot
- 25 Midzomernacht
- 26 Letterspel
- 27 Boezjé
- 28 Ga 2 plaatsen vooruit
- 29 Gonni game
- 30 Rust
- 31 Mie Mouch
- 32 Boezjé
- 33 Spaanse furie
- 34 Franse kaas
- 35 Stoelendans
- 36 Beloning

# Ganzenalfabet

De rode draad in het 'Ganzenalfabet' is de dans Boezjé.....nieuwsgierig om hiermee aan de slag te gaan ?.....vraag dit najaar nog je vormingsproject hierover aan bij Danskant.

## Boezjé

**Info:** promodans, waarbij je iedereen aan het dansen zet op muziek met Afrikaanse inslag

**Doelgroep:** vanaf 6 jaar

**Opstelling:** paren in kring, handen los

**Structuur:** A - B - C - D - C - D - A - C - D 2x - B

	Tellen	
<b>A</b>	<b>4x8</b>	
4x8	wandelpas	vrij rondlopen en in de handen klappen, eindig terug op je plaats in de kring met je partner
<b>B</b>	<b>4x8</b>	
1-4		bounce door de knieën en rol de armen naar boven
5-8		4x klap heen en weer hoog in de lucht
1-4		bounce door de knieën en rol armen naar beneden
5-8		4x klap heen en weer laag op kniehoogte
1-16		herhaal ganse B-figuur
<b>C</b>	<b>8x8</b>	
1-8	bijtrekpas	4, naar links met heupbeweging, handen duwen beide mee naar links op heuphoogte
1-8	V-step	2, links beginnen; handen: open links, open rechts, linkerheup, rechterheup
1-8	bijtrekpas	4, naar rechts met heupbeweging, handen duwen beide mee naar rechts op heuphoogte
1-8	V-step	2, rechts beginnen; handen: open rechts, open links, rechterheup, linkerheup
1-8	huppelpas	8, naar het midden en terug, armen vrij opwaarts en terug
1-8	huppelpas	8, naar het midden en terug, armen vrij opwaarts en terug
1-8		4 x knippen met de vingers (rechts, links, rechts, links)
1-8		2 x rechts voor tikken en sluit, links voor tikken en sluit
<b>D</b>	<b>4x8</b>	
1-16	wandelpas	16, kringetje naar links rond met de partner, schouders schudden mee, armen maken treinbeweging
1-8	balans	2x tegenover partner rechts en links, handen 'spotten' 2x rechts en links
1-8		met vingers vuurwerk rond schieten en draai naar midden van de kring

### Variante in de C-figuur

Dansers zijn afwisselend 1 en 2 genummerd

Huppelpas allemaal samen wordt vervangen door:

- 1-8 huppelpas 8, nrs. 1 naar het midden en terug, armen vrij opwaarts en terug
- 1-8 huppelpas 8, nrs. 2 naar het midden en terug, armen vrij opwaarts en terug