

LESMA VRETEN!



Beste juf, Beste meester,

Wat fijn dat u met uw leerlingen naar VRETEN! komt kijken. Om de grote en kleine thema's in de voorstelling niet zomaar voorbij te laten waaien, bieden wij u deze lesmap aan. U kan er in de klas mee aan de slag, zowel voor als na de voorstelling. Een inspiratiemap, vol gedachtenspinsels en ideeën waar u verder uw eigen creativiteit en die van de kinderen op los kan laten. Wij wensen u een mooie voorstelling.

Laat het u smaken,

Beeldsmederij DE MAAN
en De Grote Post.

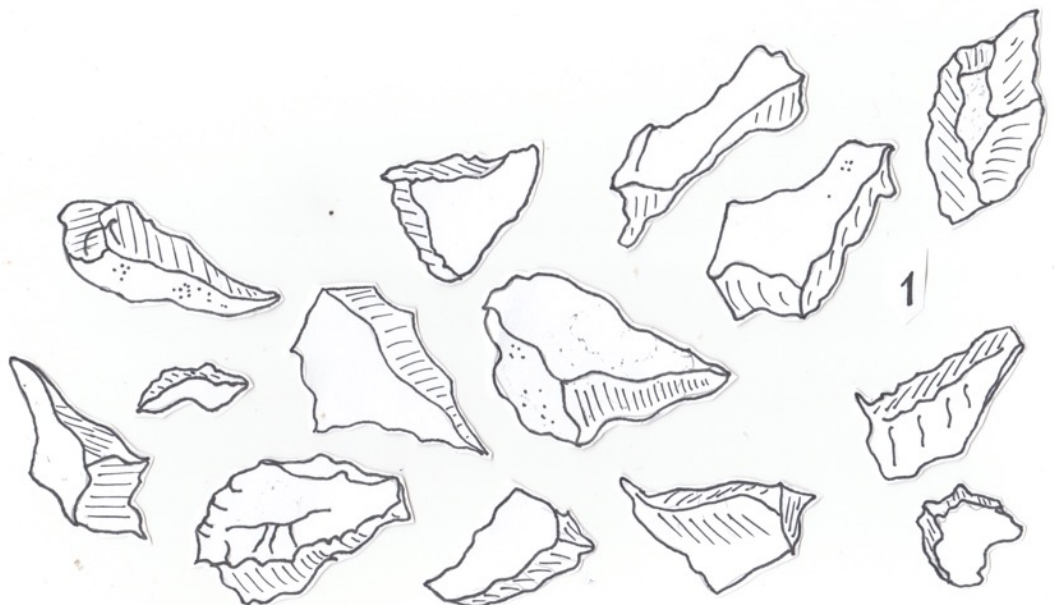




Foto: Diego Franssens

VRETEN!

Een inclusieve woordloze danstheatervoorstelling over verschil dat er niet is.

De turnzaal lijkt een normale turnzaal.
 Dansers lijken gewone dansers.
 Voeten lijken doorsnee voeten.
 Handen lijken banale handen.

Totdat: die tong! Die is precies wel heel lang! Daar kan je vast heel veel mee VRETEN!

Lichaamsdeel per lichaamsdeel wordt alles anders.

De ene is vrouw, de andere is man, de andere nog een man, maar dan anders. Anders dan die ene man. Voor die ene man. Of voor die andere.

Wie is wie in 'VRETEN!'? Wie is er normaal? En wie bepaalt dat? Zijn de verschillen te overbruggen?

VRETEN! is een opmerkelijke uitnodiging om door verschillen heen te kijken.

De jonge Lola Bogaert maakt, na 'HOW TO MAKE A LIVING', haar tweede voorstelling bij Beeldsmederij DE MAAN. Dit keer werkt ze rond inclusie: één Venezolaanse danseres, één Brussels-Marokkaanse performer en één danser met het syndroom van Down.



OPDRACHTEN VOORAF AAN VRETEN!

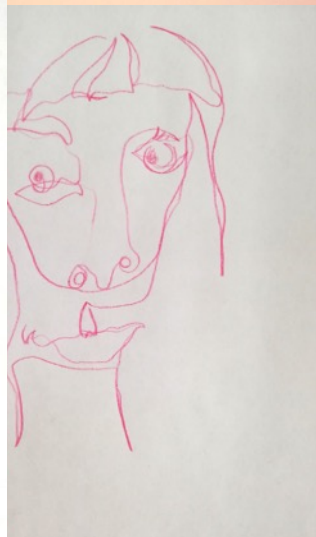
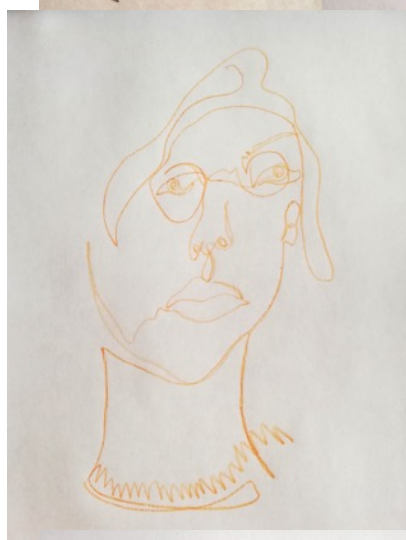
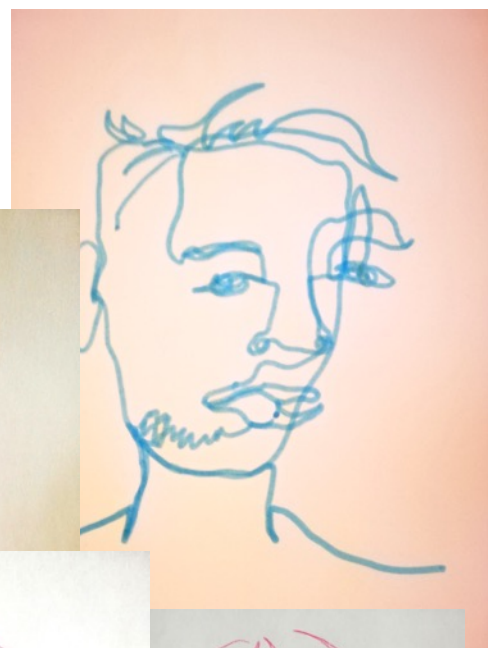
IK ZIE IK ZIE WAT JIJ OOK ZIET

Vraag de kinderen om thuis eens goed op onderzoek te gaan en goed te kijken. Op wie lijkt jij? Heb je de kleur ogen van je mama of van je papa? Of misschien wel van je opa of oma? En hoe zit het met je haar? Lijkt dat op het haar van papa of van mama? En je broer of zus, heeft hij of zij dezelfde ogen gekregen en hetzelfde haar? Leg je handen eens op tafel met iedereen die thuis is. Lijken ze op elkaar?

WAT VALT ER AAN MIJ OP? - aan één stuk!



Verdeel de kinderen in duo's en laat ze tegenover elkaar zitten. Beiden krijgen een papier en een potlood/pen/stift/crayon. Laat de kinderen om de beurt elkaars gezicht natekenen zonder naar hun papier te kijken. Het potlood mag het papier niet loslaten voordat je klaar bent met de tekening. Zo ontstaan er gekke portretten. Herken je jezelf nog?



!!! mmmmmmmmmmmmmmmmm !!!

AAN TAFEL!!! Deze opdracht kan in een kring of aan de tafeltjes uitgevoerd worden.

Het moment waarop je mond vol loopt met speeksel, omdat je zoveel zin hebt om iets te eten! Je ziet het voor je, je ruikt de heerlijke geuren, je buik begint te rommelen en als je je ogen dicht doet kan je het eten bijna aanraken!

Sluit je ogen en denk aan het eten dat je het aller allerliefste hebt. Is het een balletje gehakt? Een knapperige wortel? Een glibberige spaghetti'sliert die langs je lippen glijdt? Een chocolaatje dat je op je tong voelt smelten? Een fris appeltje waarbij het sap tussen je tanden loopt? Een warm glaasje choco dat je helemaal tot aan je buik een warm gevoel geeft? De lekkere couscous van mama? Of de kippenpootjes die de papa zo heerlijk maakt?

Laat de kinderen hun lievelingseten bedenken en ze dat om de beurt op zo'n smakelijk mogelijke manier uitspreken en verbeelden.

mmmm frietjes! Hammm! Een pannenkoek! Een zachte warme appel mmmmmmm*

Als iedereen zijn lievelingseten een keertje gezegd heeft, wordt het concert gestart. Ben je aan de beurt, dan herhaal je je lievelingseten, net zo lang als het concert duurt. Zo ontstaat er een 'lievelingseten-concert'! Het eten mag aangevuld worden met geluiden van genot. Mmmmm!! Jaaaaa! Zoveeel! Mmmmm! Zo lekker!!

De docent is de dirigent.

Mag het concert wel een stukje harder? Beweeg je handen omhoog en laat het genot groeien!

Mag het concert wel een beetje zachter? Beweeg je handen naar beneden en laat de kinderen tot op fluisterton genieten. Laat de kinderen variëren in tempo, laat ze versnellen, traag gaan, hele hoge stemmen die hapjes willen, of juist hele lage hapjes.



Foto: Diego Franssens



MAG DAT??

Heel veel dingen hebben we aangeleerd gekregen.

In de wereld van VRETEN! bestaan er nog geen regels. Alles kan!

We denken dat we allemaal dezelfde dingen mogen of niet mogen, maar is dat wel echt zo? En stel dat alles zou mogen, wat zouden we dan willen doen?

Verdeel het lokaal in twee helften. De ene kant is MAG WEL, de andere kant is MAG NIET.

Leg de kinderen verschillende situaties voor, wat mag wel, wat mag niet? De kinderen gaan daar staan waar ze hun juiste antwoord vinden.

(Variatie: kinderen staan in de kring, gaan zitten is MAG WEL, blijven staan is MAG NIET)

Een aantal voorbeelden:

- * Als er iets in je neus kriebelt, het met je vinger eruit halen
- * Hardop lachen bij een mopje
- * Zonder kleren aan naar school gaan
- * Tijdens het avondeten met je handen eten
- * Zonder kleren aan zwemmen in de zee
- * Een protje laten als je alleen bent
- * Een protje laten wanneer het heel stil is
- * Iemand een duw geven als je boos bent



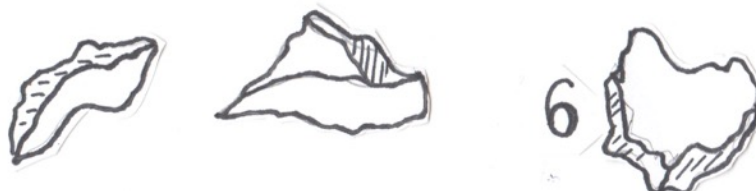
Stel de kinderen de vraag:

- * Wie maakt eigenlijk deze regels? Hoe lang zouden deze al bestaan?
En zijn ze in alle landen (of voor iedereen) hetzelfde?
- * In een wereld waarin alles zou mogen en er nog geen regels zouden bestaan, wat zou jij dan het allerliefste doen van wat je nu niet doet?
- * Stel dat jij iets mag verbieden, wat zou er dan nooit meer mogen?

HET MAG-DAT-DROMENBOEK

Laat de kinderen denken aan datgene wat ze het allerliefst zouden doen in een wereld waarin nog geen enkele regel bestaat. Waar droom je van? Welke geheim koester je en wat doe je stiekem het allerliefst? Laat de kinderen hun grootste geheime MAG DAT DROOM tekenen. Verzamel deze dromen.

Als uitbreiding kan je de kinderen vragen één regel te bedenken welke volgens hen echt NIET mag en laat hen deze tekenen. "Als ik de regels zou maken, dan zou regel één zijn: ..."



OPDRACHTEN VOOR NA VRETEN!



7

VAN VER KOMEN, DE WERELD IN BEELD

Inventariseer samen met de kinderen waar iedereen uit de klas vandaan komt. Ben je in België geboren? Of misschien wel in een ander land? En heb je familie in een ander land wonen?

Plaats op een wereldkaart een sticker bij elk kind zijn of haar achtergrond. Zo ontstaat er een kleurrijke wereld met een verrassend patroon aan stipjes.

De wereldkaart van VRETEN! ziet er zo uit:

Sofia: Danser, Venezuela

Giel: Danser, België

Adnane: Danser, België en Marokko

Lola: Regisseur, Nederland

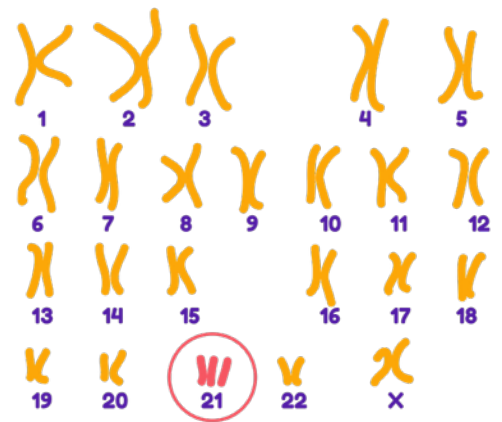


HET SYNDROOM VAN DOWN

Een van de dansers van VRETEN!, Giel, is geboren met het syndroom van Down. Dat kan je misschien herkennen als je hem ziet, maar wat is het syndroom van Down eigenlijk?

Een mens bestaat uit een heleboel cellen. En iedere cel bevat 23 chromosoomparen en in die chromosomen zitten allemaal eigenschappen die je van je papa en mama en zelfs je voorouders hebt gekregen. Ze bepalen bijvoorbeeld de kleur van je haar en je ogen en of je een jongen of meisje bent. Elk chromosomenpaar bestaat uit één chromosoom gekregen van je mama en één gekregen van je papa. Bij mensen met het syndroom van Down heeft het chromosoompaar nummer 21 een extra chromosoom. Daar zitten niet twee maar wel drie chromosomen bij elkaar in de cel! Daar is het dus extra druk. Door deze extra chromosoom in de cellen ontwikkelt een kind met het syndroom van Down zich anders.

Vaak kan je kinderen met het syndroom van Down herkennen aan hun ogen. Die staan een beetje scheef. En soms gaat het praten wat moeilijker. Ze hebben een verstandelijke beperking, dat betekent dat ze zich langzamer ontwikkelen dan leeftijdgenootjes. Sommige kinderen met het syndroom van Down hebben problemen met hun hart of met hun darmen, en weer anderen hebben slechte ogen of gehoorproblemen. Kinderen met het syndroom van Down verschillen onderling dus allemaal van elkaar!



WIST JE DAT??

- Iemand met het downsyndroom meestal een kleiner hoofd en een veel grotere tong heeft dan iemand zonder downsyndroom?
- De ogen van kinderen met het downsyndroom op amandelen lijken?
- Kinderen met het syndroom van Down net zo ondeugend zijn!
- Veel kinderen met het downsyndroom vanaf hun tweede of derde jaar kunnen praten.
- Kinderen met het downsyndroom makkelijker dingen kunnen onthouden die ze kunnen zien. Beter dan dingen die ze alleen maar horen bijvoorbeeld. Ze werken veel met plaatjes.

Bovenstaande informatie kan je helpen om met de kinderen in gesprek te gaan over het syndroom van Down. Kennen zij iemand met het downsyndroom? En waar moet je aan denken als je aan deze persoon denkt?



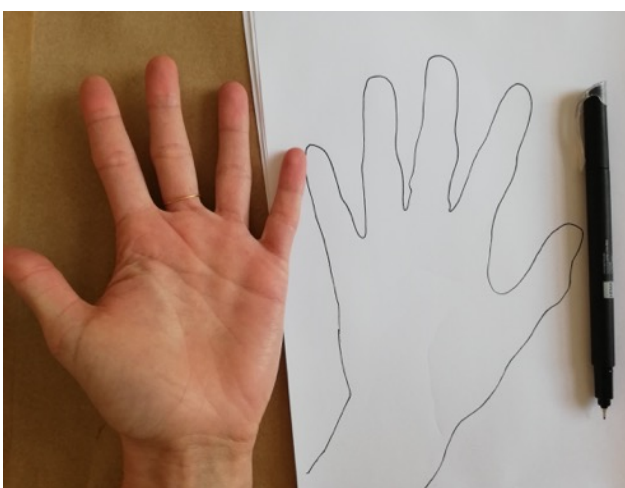
HET VERSCHIL TUSSEN JOU EN MIJ

Pak een vel papier, leg een van je handen op het papier. Druk stevig met de kussentjes van je vingers tegen het papier. Met de andere hand trek je met een potlood een lijn om je hand heen.

Als de lijn om je hand klaar is, draai je de hand die je omgetrokken hebt om en probeer je de lijnen aan de binnenkant van je hand na te tekenen in de hand op het papier.

Heb je alle lijntjes getekend? Pak dan een gometje en gom de grootste lijn in je hand weg. Dat lijntje is een verschil tussen jou en iemand met het syndroom van Down. Zo zou je hand eruit hebben gezien als je het syndroom van Down zou hebben.

Deze opdracht kan je zowel individueel als in duo's uitvoeren. Laat eventueel de kinderen elkaar helpen met natekenen.



DE LICHAAMSDELENDANS

De kinderen staan samen met de docent in een kring. Om de beurt mogen ze een lichaamsdeel opnoemen. Iedereen in de kring raakt zo snel mogelijk met dat lichaamsdeel de grond aan. Mag het spannender? Ben je de laatste die de grond aanraakt, dan ben je af en ga je zitten.

Iedereen opgewarmd?

Als iedereen aan de beurt is gekomen, mogen de kinderen om de beurt een lichaamsdeel opnoemen, (dat mag in elke taal die je spreekt!) en daar een beweging mee maken. Een beetje alsof dat lichaamsdeel zich aan de klas voorstelt. De andere kinderen doen dit na en maken zo kennis met elkaars lichaamsdelen.

Om er een echte dans van te maken, herhalen de kinderen de lichaamsdelen en bewegingen die al aan de beurt zijn geweest, zo moet je steeds meer onthouden! Lukt dat nog?

Een uitbreiding hierop die heel leuk is, is om de kinderen tegenover elkaar te zetten in twee rijen en een ontmoeting tussen twee lichaamsdelen te laten spelen. Hoe ontmoeten schouders elkaar? Heb je wel eens een verlegen voet gezien die op het punt staat een andere voet te ontmoeten? Tijdens de ontmoeting benoem je alleen de naam van het lichaamsdeel. Kunnen de kinderen drie bewegingen verzinnen die plaatsvinden tijdens een voetenontmoeting? Laat wat voorbeelden aan de klas zien.



Spiegelen

De kinderen staan in twee rijen tegenover elkaar. De kinderen in de ene rij maken bewegingen met hun lichaamsdelen en de kinderen in de andere rij proberen deze zo goed mogelijk na te doen, te spiegelen.

Spreek met de kinderen af welke rij begint met leiden. Laat de kinderen langzaam bewegen om elkaar goed te kunnen volgen. Wissel de rollen om.

Kijk of het lukt om elkaar te spiegelen zonder dat je afsprekt wie de leider is en wie volgt? Zo leren de kinderen goed naar elkaar te kijken en focussen ze op het samen komen in bewegingen.



ZELFPORTRETTEEN MAKEN

In kunst worden mensen op veel verschillende manieren afgebeeld. Kijk met de kinderen naar de verschillende kubistische portretten. Zijn er onderdelen die je herkent? Lijkt het nog op een mens?



Laat de kinderen een abstract zelfportret maken, Laat ze eens goed naar zichzelf kijken. Waar zitten precies alle onderdelen en hoe groot zijn ze? Ze kunnen zowel tweedimensionaal als driedimensionaal te werk gaan. Bijvoorbeeld door een hoofd van blokjes te maken of een zelfportret te tekenen waarbij je ogen op je kin zitten en je oren op je kruin.

Er zijn verschillende manieren om een zelfportret te maken:

Met een spiegel

Zet de kinderen voor een spiegel. Of voor het raam wanneer het buiten donker en binnen licht is. Laat ze met afwasbare stiften of verf hun eigen gezicht natekenen terwijl ze naar zichzelf kijken.

Met tijdschriften

Gebruik hiervoor oude tijdschriften. Laat de kinderen de verschillende lichaams- en gezichtsdelens uitknippen en samenvoegen. Wat herken ik van mezelf en ziet er bij mij ongeveer hetzelfde uit?

SAMENSMELTEN

Wat als er geen ik en jij bestaat. Er geen verschil tussen ons is en wij samen één iemand kunnen zijn? Laat de kinderen, nadat ze hun eigen portretten hebben gemaakt, kijken naar de ander. Zit er een verschil? Waarin zien jullie het er hetzelfde uit?

Verschillende manieren om een SMELTPORTRET te maken.

Met foto's

Maak van elk kind een foto van het gezicht. Of gebruik de schoolfoto's, klasfoto's van de kinderen. Belangrijk is dat de foto's ongeveer A4 of A5 grootte hebben. Maak groepjes van minimaal 2 kinderen.

- Als pizza, laat de kinderen in groepjes de gezichten verdelen in pizzapunten en knip deze uit. Wanneer alle punten uitgeknipt zijn, kan je met alle verschillende punten een geheel nieuw gezicht vormen?
- Alle onderdelen apart, laat de kinderen alle onderdelen apart uitknippen. Neus, mond, ogen etc. Meng de onderdelen door elkaar en vorm er weer samen één geheel mee.

Kan jij nog zien welke onderdelen van wie zijn? Plak de portretten op een blad en verzin samen een naam voor jullie SMELTPORTRET.

Tekenend

Verdeel de kinderen in duo's. Deel A4 papier uit waarbij er op het verticale midden een stippellijn is getekend.

- Laat de kinderen tegelijkertijd elkaars rechterkant van het gezicht tekenen en dit aan de rechterkant van de stippellijn.
- Wissel van blaadje!
- Laat daarna de kinderen tegelijkertijd elkaars linkerkant van het gezicht tekenen aan de linkerkant van de stippellijn.

Waarom lijken de twee portretten op elkaar? Verzin een naam voor jullie SMELTPORTRET.

Om het grappige effect vast te leggen, kan je de kinderen vragen om de portretten voor hun eigen gezicht te houden en bij elkaar te gaan staan. Zo maak je een heel nieuw beeld van jullie in een SMELTPORTRET.



JIJ, IK, HIJ, ZIJ ONS SPINNENWEB

We zijn meer met elkaar verbonden dan we in eerste instantie denken. Als we dat eens in beeld zouden brengen zou er een groot spinnenweb ontstaan. Ons spinnenweb!

De kinderen staan in een kring. Ze mogen eens goed naar elkaar kijken. Een van de kinderen mag een overeenkomst tussen hem/haar en één ander kind benoemen. Degene die begint, heeft een grote bol touw/wol vast. De bol wol wordt doorgegeven in de kring tot aan het kind dat een overeenkomst vertoont met degene die begon. De eerste lijn in het web is getrokken. Nu mag dit kind een overeenkomst benoemen met een ander kind uit de kring. De bol wol wordt weer doorgegeven en de lijn wordt gespannen tussen de kinderen met de overeenkomst. Ga zo door tot er een groot en ingewikkeld web ontstaat tussen alle kinderen in de kring.

Een tweede ronde kan gespeeld worden door juist verschillen in plaats van overeenkomsten te benoemen.

En lukt het om verder te kijken dan alleen het uiterlijk? Zijn er nog andere verschillen of overeenkomsten? Wie wordt er sneller boos? Zijn jullie ouders nog bij elkaar? Houden jullie allebei van stoemp?

BRAINS BRANIE

Tijdens de voorstelling VRETEN! worden de hersenen van elkaar opgepeuzeld. Welke hersenen zou jij in je hoofd willen hebben? Is er iemand met wie je zou willen ruilen?

Maak je eigen hersenen!

1. Blaas een ballonnetje op.
 2. Met papier-maché plak je er een laagje kranten op.
 3. Wanneer de kranten op gedroogd zijn kan je de ballon doorprikken en eruit halen.
 4. Spuit met purschuim een klein laagje over je papieren ballon. (Niet teveel, want het purschuim zet flink uit)
 5. Als het purschuim gedroogd is, kan je deze mooi schilderen!
- LET OP! Dit kan nog wel eens een kliederklusje worden. Dat hoort precies wel bij hersenen!





Wist je dat!!

Je hersenen het snelst groeien terwijl je nog in de buik zit?

Je hersenen twee keer zo groot worden in de tijd dat je een baby bent.

Je hersenen al meer dan de helft van de grootte van een volwassene zijn wanneer je nog maar een baby bent.

Door te geeuwen, worden je hersenen wakker geschud. De geeuw stuurt een stoot aan zuurstof naar de hersenen waardoor deze afkoelen en dus wakker worden geschud.

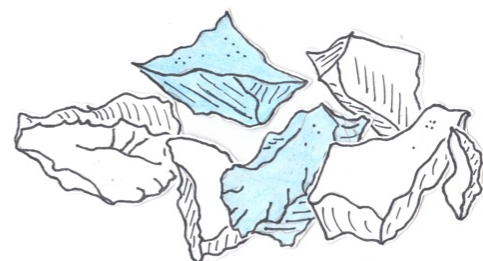
Je hersenen energie gebruiken wanneer je wakker bent (10 tot 23 Watt). Genoeg om een gloeilamp te laten branden!

De hersenen je dikste orgaan zijn en wel 60% vet bevatten. Dikker nog dan je buik!

De informatie die in onze hersenen wordt vervoerd een snelheid van 431 km/uur bereikt.

Hersenen geen pijn kunnen voelen.

De hersenen alles voor het hele lichaam bepalen en regelen.



HET BIJZONDERE KINDEREN MUSEUM

Laat de kinderen in tweetallen samen werken. Een van de twee gaat op een groot papieren vel liggen en de ander trekt een lijntje om het hele lichaam heen. Laat de kinderen wisselen van rol en laat ze hun lichamen uitknippen.

Laat de kinderen hun binnenkant tekenen.
Wat zit er in je hoofd, hoe groot zijn je hersenen?
Wat zit er in je buik? Wat heb je net gegeten?
Waar zit je hart?
En waar zitten je gedachten?
Waar voel je?

De bijzondere kinderen kunnen getekend worden, maar ook met allemaal verschillende materialen vorm gegeven en ingevuld.

Wanneer de lichamen klaar zijn, plak je ze op de muur.
Van het lokaal? Van de gang?
Laat de kinderen langs elkaar lopen en zo hun eigen BIJZONDERE KINDEREN MUSEUM ontdekken.



Foto: Diego Franssens

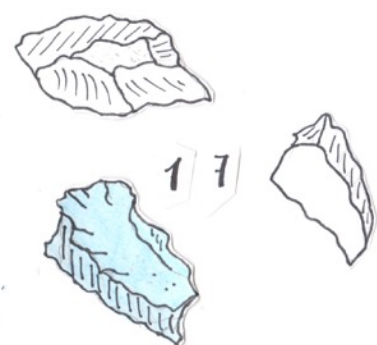
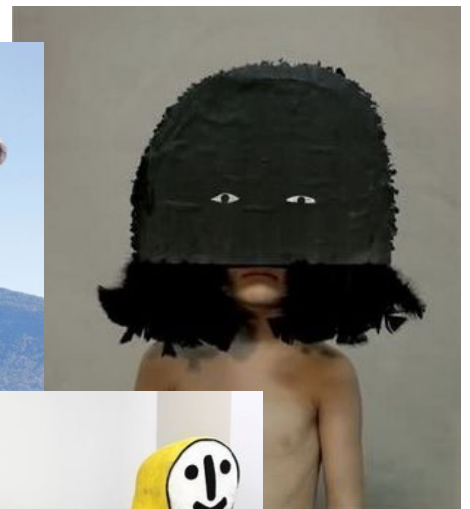


JEZELF VERBERGEN - Tooien maken

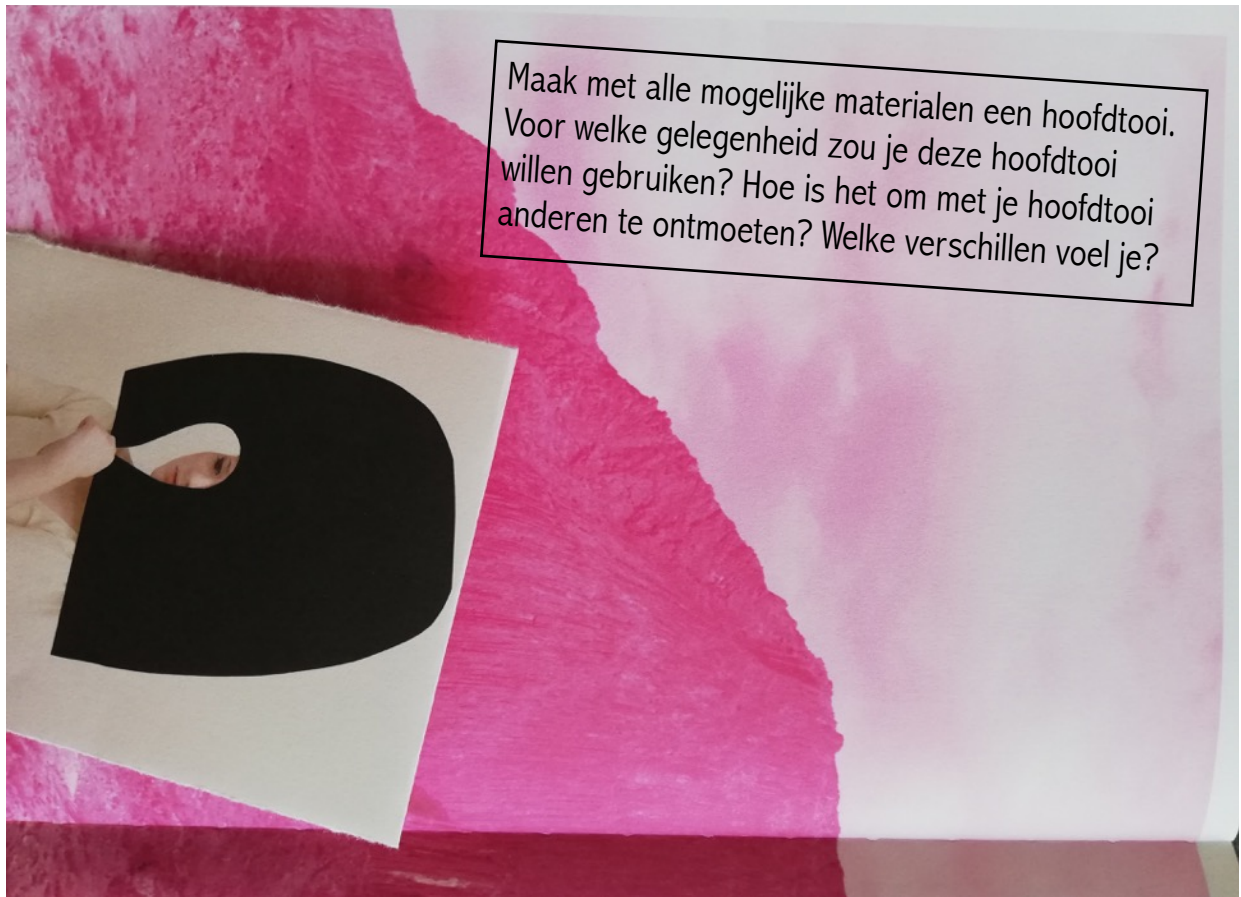
In de voorstelling VRETEN! dragen de dansers verschillende hoofdtooien. Het één lijkt op een groot blok waar stenen uit groeien, het ander op een stuk boomschors en weer het andere lijkt wel op een groot fantasiedier.

Waarom zou je een tooi dragen? Zijn er nu nog momenten waarop je wel eens een tooi hebt gedragen? Is een tooi altijd iets om je achter te verbergen? Of zou je het ook kunnen gebruiken om jezelf mooier te maken?

Kijk naar de maskers en tooien hieronder.



Maak met alle mogelijke materialen een hoofdtooi.
Voor welke gelegenheid zou je deze hoofdtooi
willen gebruiken? Hoe is het om met je hoofdtooi
anderen te ontmoeten? Welke verschillen voel je?



WEETJE! De hoofdtooien en stenen in VRETEN! zijn gemaakt van schuimrubber, het spul wat in je matras gebruikt wordt waardoor je lekker zacht slaapt. Daar zijn met een sponsje vier lagen natuurrubber (latex) op aangebracht en die hebben tussendoor steeds twaalf uur moeten drogen. In de laatste lagen is er een beetje verf toegevoegd, zo kan je het elke keer geven die je maar wil. De rubber is niet zwaar en is flexibel, zo blijft alles lekker bewegelijk.



ACHTER DE SCHERMEN VAN VRETEN!

Aan de voorstelling VRETEN! hebben veel mensen meegewerkt. Zo heb je naast de dansers o.a. ook de regisseur, de scenograaf, de dramaturg, de geluidsontwerper en de productie leider. Ben je benieuwd naar wie deze mensen zijn en hoe ze bijgedragen hebben aan deze theaterproductie? Bekijk dan zeker de korte documentaire van Els Dinnissen! Deze kan je terugvinden in het digitale portaal van DE MAAN waar ook deze lesmap staat. (planning.demaan.be)

VRETEN! wordt gespeeld voor een schoolpubliek en dit in de turnzaal van scholen.

Regie: Lola Bogaert | Performers: Sophia Rodríguez, Adhane Lamarti, Giel Roels | Coaching: Stef De Paepe | Dramaturgie: Sara Vanderieck | Scenografie: Anouk van Kolfshoten | Figuren: Paul Contryn | Soundscape: Sam Serruys | Productie leiding: Simon Monbaliu | Jobcoach Giel: Griet Dehamers | Productie: beeldsmederij DE MAAN in coproductie met De Grote Post, d e t h e a t e r m a k e r, Het Huis Hasselt en C-TAKT

DE MAAN
beeldsmederij
voor kinderen en jongeren

**DE
GROTE
POST**

d e t h e a t e r m a k e r

