

# SPANNING & SPELEN

## De cursus

In deze cursus staat het onderzoek naar passie in combinatie met beweging centraal. Met passie doel ik op dat wat de deelnemer van binnen inspireert. Het onderzoek is gericht op het opzoeken van de verbinding tussen zijn of haar passie en de dagelijkse realiteit van werk en/of opleiding. Door deze cursus wordt u zich meer bewust van uw passie en ontwikkelt u uw eigen methode om deze vast te houden en in te zetten uw het dagelijks leven.

## Eindvorm

Presentatie van het proces welke wij in de bijeenkomsten hebben gerealiseerd. Er wordt een blog bijgehouden gedurende het proces waar later een publicatie van gemaakt kan worden.

## Opdrachten

Deze komen grotendeels voort uit de vragen van de deelnemers en het proces. We eindigen met een reflectie op het proces dat heeft plaats gevonden. De reflectie staat in verbinding met de dagelijkse gebeurtenissen.

## Doelstelling

Het creëren van werk dat ontstaat doordat iemand zichzelf is en bewust van de wereld om zich heen.

## Leeractiviteiten mentaal/technisch

De opdrachten die ik geef beginnen altijd met een fysieke inspanning. Hierdoor kan een leerling zijn eigen lichaam beter beheersen en is zijn of haar geest open voor nieuwe ervaringen. Ook geef ik af en toe een stemopdracht om zo te laten horen wat het is om je stem en je lichaam apart van elkaar te kunnen beheersen.

## Thema's

Beweging(dans) / Presentatie(grafisch)

## Kernpunten van de opdrachten

Improviseren / Verbinden / Presenteren

## Kernwaarden die worden ontwikkeld

Flexibiliteit / Eigenheid / Bewustwording

## Doelgroep

Jongvolwassenen vanaf 12 jaar van een VMBO/HAVO/VWO

## Domeinen

Verdiepen, verbreden, onderzoeken, presenteren en reflecteren

## Perspectieven

Feit en Fictie

Lokaal en Globaal

Individueel en Coöperatief

Traditie en Innovatie

Autonoom en Toegepast

Digitaal en Analoog

Schoonheid en Lelijkheid

# SPANNING & SPELEN

## Sessie 1/2

Beweging in de ruimte. Dit is een oefening en realisatie van de verhoudingen tot elkaar en tot een beeld of materiaal. Ook speelt de omgeving hier een grote rol en de grootte van de groep of groepjes.

Huiswerk: Maak contact met een aantal personen. Kies van te voren een locatie en tijdstip uit. Spreek de eerste/beste persoon aan die je tegenkomt.

## Planning in sessie's van 1,5 uur

## Sessie 3/4

Beweging en kunst. Een kleine kijk in de hedendaagse kunstgeschiedenis gericht op waar beeldende kunst en dans samenkomen.

Huiswerk: Kijk een aantal keer bewust naar een kunstwerk in de omgeving van je werkplek/huis.

## Sessie 5/6

Beweging in de groep. Dit kan binnen en buiten afhankelijk van het weer en de overige faciliteiten van de school. Hier gaan de leerlingen vooral kijken naar wat er mogelijk is in de directe omgeving. Het draait hier om het creëren van een groepsgevoel door fysieke improvisatiespelletjes.

Huiswerk: Loop een keer tegen de stroom in, bijvoorbeeld op het station of in een druk winkelcentrum.

## Sessie 7/8

Beweging en stem. Hier werken we met tempo en ritme aan de hand van muziek die de leerlingen zelf hebben meegenomen. Hier is het doel al om tot een beeldend werk of een kleine performance te komen met materiaal waar hij of zij zich door laat inspireren.

Huiswerk: Fluister een keer tegen een willekeurig persoon. Praat een keer hardop tegen een willekeurig persoon. Bij voorbaat weer iemand die je niet kent.

## Sessie 9/10

Beweging in de compositie. Dit wordt een les om bestaande regels en wetten te doorbreken in beeld en bewegingstaal. Deze sessie zal ik beginnen met het vertonen van een aantal film fragmenten uit de theater wereld.

Huiswerk: maak een tekening van een plek waar je je op je gemak voelt en voeg hier een kleur aan toe.

## Sessie 11/12

Beweging en licht. Deze week zal gericht zijn op wat een individu in de groep kan bijdragen op zijn of haar eigen wijze. Dit met de focus op de eind Performance/ Presentatie.

Huiswerk: ga een nachtwandeling maken, bijvoorbeeld vlak voordat de zon opkomt. Dit kan je samen doen als meerdere mensen op hetzelfde moment kunnen.

## Sessie 13/14

Performance/Presentatie concept samen bedenken. Het doel is om in een korte tijd te laten zien wat we geleerd/ontdekt hebben en de bezoekers dit ook laten ervaren.

Huiswerk: herhaal een huiswerk opdracht waar je het meest moeite mee had.

## Sessie 15/16

Performance/Presentatie "beeld en beweging"-script maken. Het ontwerp voor het licht, het geluid en het decor/podium zijn hier ook onderdelen van en zo draagt iedereen zijn steentje bij.

Huiswerk: herhaal een huiswerk opdracht waar je het minst moeite mee had.

## Sessie 17/18

Performance/Presentatie repeteren

Huiswerk: Doe niets

## Sessie 19/20

Het grote moment, de Performance/ Presentatie. Een gezellig moment achteraf om de cursus af te sluiten. Dit kan een maaltijd zijn of een dansavond.

Huiswerk: Speel een spannend spel.

# SPANNING & SPELEN

## Benodigheden

1. Ruimte voor een groep van 10 a 15 personen.
2. Stoelen en tafels die verplaatsbaar/stapelbaar zijn.
3. Geluidsinstallatie / Beamer + projectiescherm
4. Schoonmaak benodigheden

## Leidraad

[Manifest 2020](#)

## Wie is Lukas

Actief op verschillende gebieden in Amersfoort. Ben een onderzoekend en betrokken burger vooral in de culturele sector. Verder werk ik met veel passie bij [Het Lokaal](#), ben vader van een dochter en beoefen [Aikido](#) in mijn vrije tijd. Verder kun je mij op zonnige dagen dansend op [straat](#) tegenkomen of in de [wethouderskamer](#).

Voor meer informatie verwijst ik naar [www.leklab.eu](http://www.leklab.eu)



Geboortedatum	15-11-1983
Geboorteplaats	Rotterdam
Adres	Kruiskamp 21 3814PA Amersfoort
Nationaliteit	Nederlands
Burgelijke stand	Getrouwd
LinkedIn	<a href="#">lukasvanbuuren</a>
mobiel	(+31) 627 102 735
Email	<a href="mailto:info@leklab.eu">info@leklab.eu</a>
Geloof	Open minded