



Peuters even heerlijk laten opgaan in hun fantasie? Kies instrumentale muziek, waarbij je een klein verhaaltje vertelt en ga met ze dansen. Zo ontstaan de mooiste dingen!

# Peuterdans

Fantasie in beweging!

Tijdens haar studie aan de kunstacademie raakte Yvonne Dingjan gefascineerd door Afrikaanse dans. Vanuit deze danscultuur ontwikkelde zij een bewegingsvorm voor kinderen van rond de twee jaar: peuterdans. Yvonne geeft al ruim tien jaar les op kinderdagverblijven en geeft sinds september 2006 de opleiding tot professioneel peuterdansdocent.

## Zalige drie kwartier

De Afrikaanse dans is gericht op vrijheid en verhalen. De bewegingen beelden gebeurtenissen uit, zoals het binnenhalen van de oogst of de visvangst. De danser vult zelf in hoe hij het beeld in zijn dans laat zien. Bij peuterdans wordt gewerkt vanuit de fantasie. De volwassene vertelt een verhaal, ondersteund door instrumentale muziek. Dat verhaal is de rode draad. Kinderen beelden vanuit hun eigen, onbegrensde verbeeldingskracht het verhaal uit op de muziek. De melodie, het tempo en het ritme stimuleren het dansen en bepalen de sfeer.

Het gebruik van kleine attributen, zoals linten en sjaals, werkt extra motiverend. Een goede lesopbouw met afwisselende onderdeeljes garandeert een zalige drie kwartier.

Yvonne: 'Kinderen op deze leeftijd zijn onbevangen en staan volledig open ten opzichte van elkaar. Zij lachen elkaar niet uit en vinden niets gek.'

## Veel voordelen

Peuters ervaren fantasie als werkelijkheid. Peuterdans stimuleert niet alleen die fantasie, maar ook de complete ontwikkeling van het kind. 'Fantasie is de basis voor een flexibele levenshouding. Fantasierijke kinderen leren breder te kijken en creatiever om te gaan met problemen', zegt Yvonne.

Het verhalende karakter van peuterdans vergroot de belevingswereld en de woordenschat. Kinderen ontdekken niet alleen hoe een sneeuwpop wordt gemaakt of hoe de vuurtoren de visser helpt. Ze leren tevens woorden als sneeuwpop, smelten, vuurtoren en storm gebruiken. De verschillende verhalen en de variatie in de muziek bieden een stuk culturele beleving. Daarbij ontwikkelen de kinderen hun sociale vaardigheden. Ze dansen samen, werken samen en maken samen plezier.

Kinderen hebben van nature behoefte om te bewegen. Ze willen de mogelijkheden van hun lichaam ontdekken. Uiteraard is het actief bezig zijn van belang voor de motoriek. Bewegen is niet alleen leuk, maar ook pure noodzaak. Dat kinderen steeds dikker worden – vaak al op jonge leeftijd – en te veel achter de televisie zitten, is een hot item. Locatieleidsters zien de meerwaarde van peuterdans en reageren enthousiast. Ze maken er tijd en geld voor vrij. Alle kersverse peuterdansdocenten zijn inmiddels professioneel aan de slag. Dat laat ook de behoefte zien.



Yvonne Dingjan



### Structuur en veiligheid

Veel kindercentra organiseren de peuterdans met een aparte docent, zoals Yvonne. Het is ook mogelijk om een ervaren leidster als docent aan te wijzen.

Yvonne begint elke les met een klapspelletje. De kinderen zeggen hun naam, die door de groep wordt herhaald. Op de lettergrepen wordt ritmisch geklapt. Zo weet elk kind: ik hoor erbij! Soms schrikt een peuter van die groepsaandacht en verstopt de ogen achter zijn handen of kijkt het onverstoord naar de andere kant op. Dan schiet de leidster te hulp. Vaak roept datzelfde kind, één momentje later, vol trots de naam van een ander.

Vervolgens begint de muziek en start de warming-up. Alles is mogelijk: liggen op de buik, wiebelen van links naar rechts, draaien naar de rug, zwaaien met de benen door de lucht. Een hoogtepunt is het schuifelen op de billen om van de kring een 'kluitje' te maken. Zo kunnen alle tenen elkaar een kusje geven. Na de warming-up dansen de kinderen volgens het thema uit het verhaal. De basis blijft de kring, maar daardoor laten ze zich niet beperken. Het is goed om de hele ruimte te gebruiken.

'Duik eens als een kluitje een hoek in, laat kinderen lekker los door de zaal zwieren of in kleine groepjes samen dansen. Zo stimuleer je nog meer de expressie en bewegingsvrijheid. De spanning van het verhaal zorgt wel dat ze bij de les blijven', legt Yvonne uit.

Peuters zijn dol op herhaling, vandaar dat Yvonne ervoor kiest drie weken met een thema te werken. Wat regel-

matig terugkomt, is het maken van een rijtje. Kinderen zitten pal achter elkaar en schuiven door de ruimte. De ene keer is het rijtje een slee, de andere keer een slang of treintje. Zo klein als ze zijn, bewijzen ze met het rijtje prima te kunnen samenwerken.

De afsluiting verloopt rustig. De bewegingen worden trager en kleiner. Iedereen zoekt zijn plekje in de kring. Na een opruimritueel zingt de groep het themaliedje en nemen de leidsters de aandacht weer over. Wat blijkt? Drie kwartier bewegen met peuters lukt makkelijk dankzij de duidelijke lesstructuur.

Yvonne: 'De peuters zijn energiek bezig geweest. Na afloop gaan ze lekker eten en krijgen eventueel een schone luier, reken maar dat ze die middag heerlijk slapen!'

### En de leidster?

Betrokken leidsters en een veilige omgeving: het zijn de voorwaarden voor een fijne dansles.

Voor de peuterdans moeten leidsters zich verplaatsen in de belevingswereld van een tweejarige. Het is best wennen om rond te huppelen als druppelende regen, of te dansen als een eendje in een waterplas. Soms moet de gène even overwonnen worden. De kinderen vinden het echter prachtig als hun leidster meedoet. Voor hen is zij het gezicht van de groep.

Vindt een nieuw kind de situatie een beetje eng? Dan neemt de leidster het even op schoot en kijkt samen met





het kind toe. Juist het samenspel tussen leidster en kinderen creëert een mooi pedagogisch klimaat: het hebben van respect voor elkaar.

Ook om praktische redenen zijn de leidsters onmisbaar tijdens de les. Voor het laten plassen, het aanmoedigen, of het troosten bij plotseling verdriet. De bekendheid met de leidsters, de groepsgenootjes en de ruimte maken de omgeving voor de peuter veilig genoeg om zich vrij in te bewegen en zich te uiten. Die veiligheid maakt het kinderdagverblijf de plek bij uitstek voor peuterdans.

### Dansen in de groep

Peuterdans is een specialisatie waarvoor het kindercentrum het beste een aparte docent inschakelt. Yvonne Dingjan adviseert de docentes van de opleiding ook echt de peuterdanslessen los te zien van hun werk als peuterleidster. Een goede dansles is qua voorbereiding en organisatie te omvangrijk om zomaar in te lassen tussen de dagelijkse momenten. Wel zijn er onderdelen uit een dansles te gebruiken voor activiteiten in de groep.

Behalve de klappelletjes en de liedjes uit de dansles van Yvonne, bedenken enthousiaste leidsters korte dansactiviteiten. Goed om de ochtend mee te beginnen of af te sluiten voor het middagslaapje.

Advies van Yvonne: 'Begin eenvoudig. Een verhaaltje kan al gaan over een vliegje op je neus. Daarin zitten al veel bewegingselementen. Hoe vliegt het beestje? Waar kwam het vliegje vandaan, waar vliegt het weer



naartoe? Hij kriebelt op je neus! Kies muziek die jou zelf wat doet, reken maar dat het effect heeft op de kinderen. Start het lesje in een kring. Plak voor elk kind een stukje tape of een stickertje op zijn plekje. Met een simpel plakkertje kun je verstopspelletjes doen: "Verstop het plaatje met jouw billen, met jouw handen, met je neus." Kinderen vinden het fantastisch. Bovendien vinden ze, na een dansmoment in de vrije ruimte, hun plekje weer gemakkelijk terug. Varieer per thema. Plaats met Pasen een stickertje van een kuikentje, met Kerstmis een sterretje.'

Peuterleidster Nanda den Hoedt werkt (na de opleiding bij Yvonne) als peuterdansdocente bij kinderdagverblijven van de Stichting Catalpa in Bleiswijk: 'De sfeer van het verhaal en de muziek zijn van grote invloed op de manier waarop het kind het dansen beleeft. Laatst was een meisje in tranen, omdat de sneeuwpop in het verhaal smolt. Ze zocht letterlijk troost in de armen van de leidster. In de dansles zien de leidsters de kinderen op een andere manier. Een meisje, dat gewoonlijk timide is in de groep, komt helemaal los. Een druk jongentje concentreert zich vol overgave en vergeet zijn bravoure. Kinderen ontdekken ook wat ze met hun lijf kunnen, dat geeft ze een heel trots gevoel. Voor mij betekende de opleiding een omscholing. Ik ben dol op deze nieuwe, creatieve manier om actief met kinderen bezig te zijn.'

Ester Goudkade is locatiehoofd van het kinderdagverblijf Smallkidz in Rotterdam:

'Met Yvonne haalden wij een specialiste in huis. Voor de kinderen is de dansles een waar uitje. Er zijn zelfs meisjes, die er hun speciale "dansjurk" voor aantrekken. Het is een schitterende vorm van expressie voor kinderen en leidsters. Kinderen gaan zich beter uiten en voelen zich veiliger in de groep. Omdat wij werken met verticale groepen zijn de danslessen ook een korte werkverlichting. Eén leidster gaat mee dansen. De ander blijft achter met een kleiner aantal kinderen, dat op dat moment wat extra aandacht krijgen. Ook een voordeel hoor! Ouders zien het als een extra, creatieve activiteit. Alsof hun kind tijdens het dagje hier gezellig naar een clubje gaat.'



### Informatie

Interesse? Yvonne Dingjan werkt op haar eigen locatie in Rotterdam en op de kinderdagverblijven zelf. De opleiding tot professioneel peuterdansdocent begint in september. Gedurende vijf maanden ben je een dag per week actief met theorie, praktijklessen en stage. Er zijn ook kortere cursussen mogelijk. Meer informatie vind je op: [www.peuterdans.nl](http://www.peuterdans.nl).