Keywords

meipaaldans: 'n Engelse volksdans wat rondom 'n paal uitgevoer word waar dansers linte om die paal drapeer om 'n sierband te vorm.

sierband: deurgevlegte stringe lint

kloksgewys: in dieselfde rigting as die wysers van 'n horlosie

antikloksgewys: in die teenoorgestelde rigting as die wysers van 'n horlosie

Die **meipaaldans** is 'n voorbeeld van 'n Engelse volksdans. Dit het begin as 'n viering vir die lente. Inwoners van dorpies het 'n paal van 'n boom gemaak en dit in die middel van die dorp gesit. Hulle het linte aan die paal gedrapeer wat met blomme versier is en dan om dit gedans.

Die meipaaldans

Die dansers hou die punte van die linte vas tydens hierdie meipaaldans en begin dan om hierdie paal dans. Hulle dans totdat al die linte om die paal in die vorm van 'n **sierband** inmekaar gevleg is. Hulle voer dan dieselfde bewegings na die teenoorgestelde kant uit om die linte weer los te draai.

Aktiwiteit 15.1 Meipaaldans

25 minute

1. Opwarming en spel: Jou onderwyser sal jou lei om op te warm deur ruimtelike bewustheidspeletjies te gebruik.
2. Maak 'n meipaal deur linte aan die bopunt van die paal vas te bind. Daar moet 'n gelyke aantal linte wees.
3. Verdeel die leerders in twee groepe. Maak twee kringe rondom die paal met 'n kleiner kring binne die groter kring. Neem 'n lint in jou hand en begin rondom die paal stap wanneer die musiek begin speel. Die twee kringe moet in teenoorgestelde rigtings beweeg. Die buitesirkel beweeg **kloksgewys**, terwyl die binnesirkel **antikloksgewys** beweeg.
4. Ontwikkel 'n patroon. Die patroon is oor, onder, oor, onder. Lig jou lint op as jou onderwyser oor sê sodat die danser wat vanuit die teenoorgestelde rigting kom, kan buk en onder jou lint deurbeweeg. Die danser buk onder die lint van die danser wat vanuit die teenoorgestelde rigting kom as jy onderwyser onder sê.
5. a) Beskryf 'n volksdans in jou eie woorde.
   b) Waar word volksdanse gewoonlik uitgevoer?
   c) Gee een voorbeeld van 'n volksdans wat jy ken.