

LV: Uitvoerende Kunste

WEEK 14: Kwartaal 2: 20 – 24 JULIE

Handboek: bl. 108: Eenheid 6, Kwartaal 3, Week 2

Ons gaan vandag 'n paar vaardighede leer. Vra vir iemand in jou gesin om dit saam met jou te doen.

1. Balanseer op een been:

- ➔ Hou eers jou maat se hand vir ondersteuning.
- ➔ Sodra jy gereed voel om op jou eie te kan balanseer, kan jy jou maat se hand los.
- ➔ Ruil nou om na die ander been.

2. Naboots:

- ➔ Een maat voer 'n beweging uit en die ander maat doen dan presies dieselfde.

3. Spieël:

- ➔ Julle twee maats kyk na mekaar.
- ➔ Maat nr. 1 doen 'n beweging met sy/haar arms (stadig), terwyl maat nr. 2 dit saam doen (gelyktydig).
- ➔ Ruil nou om.
- ➔ Doen nou 'n beweging met jou arms en bene.

4. Eggo:

- ➔ Voer 'n beweging uit wat die maat presies herhaal. Ruil maat om.

5. Roep-en-antwoord:

'n "Gesprek" met bewegings in plaas van woorde.

- ➔ Maat nr. 1 doen 'n beweging en daarna doen maat nr. 2 'n ander beweging.

6. Ontmoet en neem afskeid:

- ➔ Beweeg na mekaar en maak "groet-" bewegings (sonder om aan mekaar te raak).
- ➔ Beweeg dan weg van mekaar en voer 'n "totsiens/afskied-" beweging uit.

Oefen hierdie 6 bewegings 'n paar keer!

Sê mooi dankie vir jou maat dat hy/sy vir jou met hierdie oefeninge gehelp het!