

Sleutelwoord

tradisionele: iets wat reeds lank binne 'n kultuurgroep voorkom, en wat van geslag tot geslag oorgedra word

Die voetstamp- en klapklanke skep 'n lewendige ritme vir die dans.

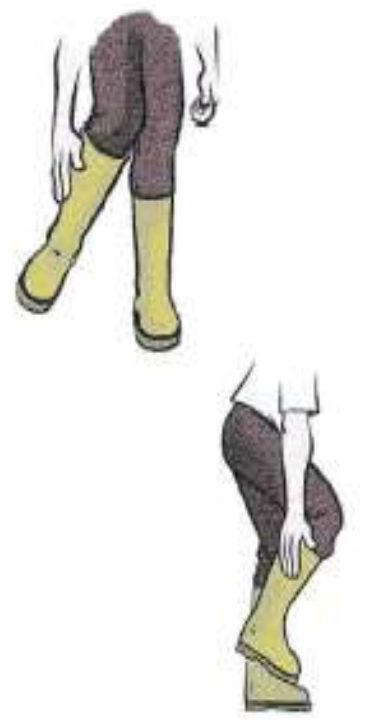
Jou onderwyser sal jou begelei deur jou opwarmings- en afkoelroetine voor en ná die dans.

1. Staan met jou voete bymekaar. Buig effe vorentoe. Stamp jou linkervoet. Tel tegelykertyd die regtervoet op. Tree dan sywaarts en klap die sykant van jou regterstewel met jou regterhand.
2. Stamp jou regtervoet wanneer jy jou linkervoet oplig en klap die kant van jou linkerstewel met jou linkerhand.
3. Herhaal hierdie passies vier keer.
4. Stamp jou regtervoet. Klap jou hande. Laat jou regterhand sak en klap die binnekant van jou regterstewel naby die hak wanneer jy jou regtervoet oplig. Lig jou linkervoet wanneer jy jou regtervoet stamp. Klap jou hande, klap dan die binnekant van jou linkerstewel naby die hak en stamp dan jou linkervoet.
5. Lig jou regterknie en klap dit met jou regterhand. Klap jou hande, laat dan jou linkerhand sak om die binnekant van die linkerstewel naby die hak te klap. Herhaal met die linkerknie.
6. Spring op en klap jou hande agter jou knieë. Land op albei voete om 'n stampgeluid te veroorsaak. Herhaal die sprong.
7. Oefen hierdie passies totdat julle die dans vinniger kan doen. Julle sal die dans in week 6 voor 'n gehoor uitvoer.
8. Dink aan maniere waarop julle kan optree. Wat sal julle aantrek?
9. Beantwoord die volgende vrae in jou werkboek:
 - a) Kan jy die eenvoudige passies van die rubbersteweldans uitvoer? Wat kan jy doen om jou dans te verbeter?
 - b) Vind meer uit omtrent twee ander tradisionele Suid-Afrikaanse dansvorme wat ons nasionale erfenis gedenk. Vind uit van watter deel van Suid-Afrika hierdie danse kom, wie die danse doen, wat hulle gedenk en wat mense aantrek wanneer hulle hierdie danse uitvoer. Die inligtingstuk moet omtrent een A4-bladsy lank wees.
 - c) Dink jy dit is belangrik dat gemeenskappe hul tradisionele en inheemse dansvorme behou? Gee 'n rede vir jou antwoord.

Jou onderwyser sal jou deur 'n afkoelroetine begelei.



Staan met jou voete bymekaar. Buig effens vorentoe.



Klap die binnekant van jou stewel naby die hak soos wat jy jou voet boontoe bring.