

## Aktiwiteit 6 Klank- en bewegingspatrone

- 1 Werk in pare.
  - a Leerder A maak 'n herhalende klank, soos 'dam, dam, dam, dam' en maak 'n beweging wat by die klank pas.
  - b Leerder A gaan voort met die klank- en bewegingspatroon vir 'n paar tellings en hou dan op.
  - c Leerder B boots leerder A na en voeg dan 'n nuwe klank en beweging by.
- 2 Maak beurte om dit te doen totdat julle 'n hele reeks klanke en bewegings het wat julle albei kan onthou.
- 3 Voer die reeks drie keer saam uit en maak dit harder en dan sagter totdat julle heeltemal doodstil is.

## 3 Opwarming voor optrede

---

Dis belangrik om op te warm voor jy optree, en wel om die volgende redes:

- om van *spanning* in jou liggaam ontslae te raak
- om jou *stem* vir spraak voor te berei
- om jou *liggaam* vir beweging voor te berei
- om jou *kreatiwiteit* aan die gang te kry
- om jou verstand op die taak te laat *fokus*.

## Aktiwiteit 7 Opwarming voor optrede

Hier is 'n reeks opwarmingsoefeninge wat jy voor 'n optrede kan gebruik:

- 1 Sit regop. Asem uit. Asem in deur jou neus en ontspan jou maagspiere. Voel hoe jou maag vol lug word.
- 2 Hou aan inasem en vul jou borskas. Voel hoe jou bors- en ribbekas uitsit.
- 3 Hou jou asem vir 'n paar tellings op en asem dan so stadig as moontlik uit. Ontspan jou bors- en ribbekas terwyl jy uitasem. Trek jou maag in om die res van die lug uit jou longe te druk.
- 4 Maak jou oë toe en konsentreer op jou asemhaling. Ontspan jou gesig en verstand.
- 5 Nadat jy dit vir 'n paar minute gedoen het, begin neurie op 'mmm'. Laat die klank so lank as moontlik duur. Trek jou maagspiere in wanneer jy na aan die einde van die noot kom – dit sal jou 'n paar sekondes langer kan laat neurie. Ontspan dan. Herhaal die proses 'n paar keer terwyl jy op verskillende note neurie.
- 6 Staan op en skud enige spanning uit jou liggaam uit. Skud elke ledemaat om die beurt. Skud jou hele liggaam en skud die klank ook uit.
- 7 Sê 'n paar tongknopers: 'Rooi vlerk, die hele vlerk'; 'Sestig swierige swane sweef sagkens oor die see'. Voeg enige ander tongknopers wat jy ken by (Sien kwartaal 1, eenheid 1, bladsy 76).
- 8 Asem in en swaai jou arms in die lug op. Hou dit vir vyf tellings. Asem uit terwyl jy jou arms stadig laat sak. Herhaal drie keer.

## 2 Karakterisering of karakteruitbeelding

Karakterisering is die proses waardeur 'n karakter volledig ontwikkel word deur jou stem, liggaam en emosies te gebruik om die karakter lewendig te maak.

Suid-Afrikaanse volksverhale gebruik dikwels diere soos die aap of krokodil, en 'n wye verskeidenheid voëls soos die volstruis of arend. Hulle neem menslike eienskappe soos eerlikheid of gierigheid aan. Hulle leer ons baie waardevolle lesse. Hierdie diere is soms ongewoon, omdat hulle kan praat (sien **FIGUUR 7**).

Elke dierekarakter moet 'n spesifieke manier van praat en beweeg hê. Laat die diere se natuurlike geluide jou 'n idee vir jou stem gee. Gebruik toepaslike liggaamstaal en gesigsuitdrukkings. Eksperimenteer eers met die diere se klank en ontwikkel dan die klank tot 'n spesiale manier van praat wat uniek aan hierdie diere is. Moenie te skaam wees om op 'n ongewone manier te praat nie.



**FIGUUR 7**

Watter menslike eienskappe word gewoonlik met elk van hierdie diere geassosieer? Watter vokale en fisiese eienskappe sal jy gebruik om elk van hierdie diere voor te stel?

## Aktiwiteit 10 Die dramatisering van die volksverhaal

- 1 Besluit of julle een of meer vertellers gaan hê en wie hierdie rol(le) gaan vertolk.
- 2 Besluit wie die verskillende karakters in julle storie gaan speel. (Een leerder kan meer as een karakter speel.)
- 3 Dink na oor die stemkwaliteit van elke karakter, byvoorbeeld vinnig of stadig, of piepend of grommend.
- 4 Verdeel die storie tussen julle.
- 5 Elke karakter moet weet wanneer en waarvandaan hulle moet inkom, en wat hulle houding sal wees.
- 6 Oefen julle volksverhaal.
- 7 Maak seker dat die storie vir die gehoor duidelik is.