

Mini's dansles verloop

De Mini's verzamelen in de **kleedkamer** en gaan samen met de juf naar hun danszaaltje.

We starten de les altijd met een **kringmoment**. Even de namen overlopen, zijn alle Mini's er? En een kort gesprekje om de les in te leiden. De eerste lessen gaan we natuurlijk een momentje uitrekken om elkaar te leren kennen.

We staan recht en maken een mooie kring. We starten de dansles altijd met een goede **opwarming**. We doen samen twee leuke opwarmingsdansjes. We hebben een heel repertoire en wisselen geleidelijk aan af. De bedoeling is ook dat de dansers deze dansjes vlot gaan kunnen meedansen. Hier komen makkelijke passen aanbod: lopen, springen, pli  (door de knieën buigen), zwaaien,... met veel herhalingen. Zo warmen we niet alleen alle spiertjes op maar hebben we ook direct een tof moment met alle dansers samen. Hierop volgt nog een goede stretching. Hoofd losmaken, schouders, zij stretchen, billen stretchen en ook al een stukje lenigheid en evenwicht.

Nu zijn we er allemaal klaar voor om erin te vliegen. We maken een trein en vertrekken nu samen echt naar dans land. De Mini's zetten we mooi geschrant (mooi op rijtjes, tussen elke danser staat een andere danser). We starten met het aanleren van een **choreografie**. We leren natuurlijk veel leuke en toffe choreo's aan doorheen het jaar. Maar we werken ook naar onze show toe. Hiervoor zullen de Mini's twee eigen choreo's en één groepsdans aanleren.

Als de les halverwege is hebben de kleuters even een **rustmomentje**. Ze mogen een beetje water drinken en we vragen voor de zekerheid ook even of er Mini's zijn die toch nog even snel naar het toilet moeten.

We gaan terug op onze plaatsjes staan en gaan verder met onze dans.

Soms leren we veel nieuwe pasjes en dan is een beetje ontspanning wel nodig. We doen dan een leuke **activiteit**. Spelenderwijs leren de Mini's zo ook de bewegingsmogelijkheden van hun lichaam kennen. Hier hebben we natuurlijk ook een heel gamma aan leuke activiteiten. Een voorbeeldje: de dansers dansen doorheen de zaal als de juf de muziek stopzet moeten ze een opdracht uitvoeren, maak je zo groot als een giraf → op de toppen van de tenen staan, naar het plafond reiken.

We sluiten de dansles altijd af met een **cooldown** en **lenigheidsoefeningen**. We eindigen in onze kikkerlig. Alle flinke dansers krijgen nu een toffe **sticker** van de juf.

De Mini's komen samen met de juf terug naar de **kleedkamer**.