



Bodypercussie in de groep

Bodypercussie is een ander woord voor ‘trommelen op je lijf’. Het is een manier van muziek maken die al heel oud is en over de hele wereld voorkomt. Denk aan stampen en klappen in de Spaanse flamenco, Amerikaanse tapdans of de haka van de Maori. Bodypercussie is van alle tijden, leeftijden en culturen en daardoor ook bijzonder geschikt voor de kinderopvang!

Dat bodypercussie al zo lang wereldwijd verspreid voorkomt, heeft een aantal redenen:

- ▶ Je lijf heb je altijd bij je en door het als ritme-instrument te gebruiken, ervaar je muziek direct en dichtbij.
- ▶ Ritme en percussie zijn laagdrempelig, toegankelijk en voor iedereen aansprekend.
- ▶ In groepsverband met muziek bezig zijn, heeft een sterk verbindend effect.

Dit zijn uitgangspunten van het boek *Bodypercussie- Grooven met groepen*, geschreven door mensen van Bodypercussie.nl (zie kader). Hieronder volgen, in beknopte vorm, drie activiteiten uit dit boek voor in je groep.

1. Waar speel ik mee?

Vraag de kinderen om hun ogen te sluiten of om hun rug naar jou toe te draaien. Jij speelt daarna steeds een paar korte eenvoudige

ritmes waarbij je verschillende bodypercussie-geluiden (ook wel bodysounds genoemd) gebruikt, zoals stampen en klappen. De groep probeert op gehoor jouw ritme met de juiste geluiden te herhalen. Breng variatie aan in de geluiden die je gebruikt. Denk bijvoorbeeld aan vingerknippen en trommelen op borst of bovenbenen. Gaandeweg kun je kinderen ook jouw rol laten overnemen.

2. Van hoog naar laag

Dit spel draait om zes verschillende ‘bodysounds’, waarvoor je op je lijf van boven naar beneden moet gaan:

- ▶ Boven je hoofd in je vingers knippen
- ▶ Met je vingertoppen op je wangen tikken (met je mond in ‘o-stand’)
- ▶ Met je handen op je borst slaan
- ▶ Met je handen op je buik slaan
- ▶ Met je handen op je bovenbenen slaan
- ▶ Stampen

Speel deze geluiden eerst achter elkaar voor en laat de kinderen dit herhalen. Uiteindelijk is het de bedoeling, dat de hele groep, beginnend vanuit stilte, tegelijk de zes geluiden achter elkaar speelt. Maar ieder kind kiest hoe lang en hoe vaak het een geluid herhaalt voordat het overgaat naar een volgend geluid. Het effect is een soort 'klankregen' die pas afgelopen is wanneer de laatste persoon is gestopt met stampen.

3. Klap stamp-knip

Dit is de bodypercussie-variant op het bekende kringspel 'Zip – zap – boing' waarbij de beurt in de kring op verschillende manieren kan worden doorgegeven. Er zijn in deze variant drie geluiden met elk een eigen betekenis en bijbehorende actie:

- 1) Een klap in de handen: de beurt wordt doorgegeven aan de volgende persoon in de kring. Draai daarbij je lijf naar die persoon toe.
- 2) Een stamp op de grond: de beurt wordt teruggegeven, waarna de doorgeefrichting omdraait.
- 3) Een knip in beide vingers: de beurt wordt doorgegeven aan iemand in de kring op een andere plek dan direct naast degene die de beurt heeft. Dit gebeurt door nadrukkelijk oogcontact te maken en meteen na de knip met de wijsvingers 'na te wijzen'. ◀



Trommel je mee?

Bodypercussie - Grooven met groepen is een uitgebreid boek vol spelletjes, ritmes en werkvormen op het gebied van lichaamsslagwerk. Daarnaast is er in het boek aandacht voor de achtergronden en verschillende toepassingsmogelijkheden van bodypercussie. Een eenvoudig en helder notatiesysteem, in combinatie met duidelijke voorbeeldvideo's, zorgt ervoor dat vrijwel iedere groepswerker met dit boek uit de voeten kan. Kijk voor meer informatie op www.swpbook.com/2358.

