

Dans en zing voor een nieuw begin!

Op weg met verhalen - 2025 - extra lessen

onderbouw

Myrthe Kelder en Liesbeth Winters-Jonas

Een vrolijke Paasles voor kleuters, aan de hand van takken en stenen, over het wonder van nieuw leven, opnieuw beginnen, liefde en (door)geven.

Een les die ons uitnodigt het wonder te zien in het alledaagse en ons vraagt om te kijken met andere ogen. Met Pasen vieren we dat het leven opnieuw begint; wat dood lijkt, leeft op. De tak en de stenen die worden gebruikt in deze les, lijken dood. Net als Jezus... Is het dan echt voorbij? Gelukkig niet; voor wie wil zien, is er een nieuw begin. Maria ontdekt dat Jezus leeft! Ze is zó blij; ze danst, huppelt en zingt! In deze les dansen en zingen de leerlingen met Maria mee en geven ze de stenen bij het graf opnieuw kleur.

Doelstelling

De leerlingen maken op een lichte en vrolijke manier kennis met het Paasverhaal.
De leerlingen ervaren de wonderlijke kracht van de natuur en daarmee de kracht van God in het Paasverhaal.
De leerlingen ontdekken dat ook zij kleur kunnen geven aan het leven en dat ze dit mogen doorgeven.
De leerlingen ontdekken dat je met je lichaam, al dansend, uitdrukking kunt geven aan je gevoel.

Deze les is eerder verschenen in IKOS onderwijs 2021 thema 1 *Zonder liefde ben je nergens*, les 3.



Dans en zing voor een nieuw begin!

Inleiding



Korte gedachte ter achtergrond bij Pasen (voor de leerkracht).

Een wonder... dat is het leven zelf! Een wonder, je verwonderen – dat heeft te maken met kijken en zien. En gek genoeg zit dat in het gewone, in het alledaagse.

Pasen vertelt ons hier iets over. Over dat de kern van alle leven liefde is en dat dat alles overwint. Over dat leven overal is en blijdschap ook – als je het maar wilt zien.

Pasen gaat over liefde; liefde delen, geven, voelen. Over de liefde die Maria voelde voor Jezus. Over het leven dat niet stopt, maar doorgaat, opnieuw begint, steeds weer. Over de belofte van God die dat leven doorgeeft, in vertrouwen, uit liefde, door liefde. Voor de wereld, voor ons allemaal.

Het is een belangrijke gedachte om vast te houden bij het geven van deze vrolijke les over Pasen. Veel plezier!

Door deze les lopen takken en stenen als lijn van 'natuurlijke materialen'. Probeer deze steeds terug te laten komen; in wat je doet, vertelt en laat zien. De takken en de stenen laten ons iets zien over hoe Pasen verbonden is met de natuur. Het vieren van Pasen is immers van oudsher verbonden met het begin van de lente en daarmee met hoe iets dat 'dood' lijkt toch levend kan zijn of levend kan worden. Als je het maar wilt zien...!

Benodigheden

Werken met takken en stenen

- stenen (voor elke leerlingen minimaal één)
- vaas
- dode tak (nog niet in bloei)
- bloeiende tak: bijvoorbeeld magnolia, of de tak van een kersen, peren, of appelboom. De kronkelwilg (de 'traditionele paastak') is natuurlijk ook geschikt!

Voor verwerkingssuggestie 1

- verf (om de stenen kleur te geven)

Voor verwerkingssuggestie 2

- versiering voor in de (paas)tak

De eerste stap



Lied en ritueel

Zing samen het lied 'We gaan op weg'

www.zinvolleronderwijs.nl

Bij deze les past het ritueel van de platte steen met geurende olie omdat stenen centraal staan in deze les. En juist bij de paasgedachte de zin: 'Er is meer dan we kunnen zien', een extra dimensie heeft.

Spreid het witte kleed.

Leg met aandacht de platte steen op het kleed.

Pak de geurende olie, draai de dop eraf en ruik.

Laat ook alle/enkele kinderen ruiken.

Druppel één druppel op de steen.

Zeg: Eén druppel is genoeg
om na te denken.

Hoe we leven,

hoe we spelen,

hoe we praten,

hoe we doen.

Eén druppel is genoeg

om te ruiken.

Er is meer dan we kunnen zien.

Op weg

Stap 1

Neem een vaas (liefst van glas, zodat je er doorheen kunt kijken) en zet daar een grillige tak in, die nog niet in bloei staat. Vul de vaas met stenen en voor de helft met water. Je kunt kiezen voor magnolia, maar een tak van kersen, peren, of appelboom is ook geschikt, net als de tak van de kronkelwilg (de 'traditionele paastak').

Zorg dat er genoeg stenen in (en/of om) de vaas (heen) liggen; voor de verwerking heeft elke leerling minimaal één steen nodig. Leg ook de platte steen waarop olie is gedruppeld tussen de stenen.

Voer, bij het neerzetten (of laten zien) van de tak een kort gesprekje met je leerlingen.

Mogelijke vragen bij het neerzetten van de tak:

- Wat zie je? Wat ruik je, voel je (voorzichtig)?
- Wat denk je wat het is?
- Is dit een levende tak of een dode tak?
- Wat is het verschil?
- En waarom denk je dat?

Dans en zing voor een nieuw begin!

- Zou deze tak nog kunnen veranderen als we hem laten staan? Waarom wel of waarom niet?

Voer eenzelfde soort gesprekje over de stenen die er liggen:

- Wat zie je? Wat ruik je, wat voel je?
- Wat denk je wat het is?
- Is dit een levende steen of dode steen?
- Wat is het verschil?
- En waarom denk je dat?
- Zou deze steen nog kunnen veranderen? Waarom wel of niet?

Stap 2

Kijk samen naar de 'time lapse' (zie Beeld- en Digitips) van de groeiende tak.

Vervang vervolgens de 'dode tak' in de vaas door een 'levende tak' van dezelfde soort: je neemt hier dus een tak die in bloei staat.

Kijk samen met de leerlingen naar de bloeiende tak en voer een kort gesprekje, dat qua stijl lijkt op de gesprekjes hierboven. Probeer je leerlingen het wonder van 'nieuw leven' te laten zien en voelen door het gesprekje dat je voert. Niets is wat het lijkt... En we moeten soms wel heel goed kijken om écht te kunnen zien.

Mogelijke vragen:

- Wat zie je, wat ruik je, wat voel je?
- Wat zou het zijn?
- Wat is er gebeurd met de tak? Hoe kan dat?
- Had je dit van tevoren gedacht? Kon je dit zien aan de buitenkant?
- Vind je dit bijzonder, mooi, een wonder...?

Kijk ook nog even naar de stenen samen.

- Wat zie je? Hoe voelen ze? Zijn ze veranderd? Hoe kan dat?

Kern



Ga voor de kern van deze les met z'n allen in een kring zitten, op de grond. In het midden van de kring zet je de vaas neer met de bloeiende tak. Leg de stenen daaromheen (zorg dat je genoeg droge stenen hebt neergelegd voor de verwerking!).

Vertel de leerlingen dat het (bijna) Pasen is. Pasen gaat over deze tak, met bloemen, én over de stenen.... Kies een kinderbijbel waaruit je het verhaal wilt voor-

lezen of (na)vertellen, bijvoorbeeld *Een ark vol verhalen* (p. 136) of de *Samenleesbijbel Junior - 52 stappen* (stap 46, p. 102-103).

Maak het verhaal beeldend wanneer je vertelt over de steen die voor het graf lag. Pak een (grote) steen vanuit het midden van de kring en rol deze zachtjes over de grond. Pluk voorzichtig een bloeiend bloemetje of blaadje van de Paastak en leg deze zorgvuldig op de steen. Doe dit met rust en aandacht voor de materialen en hun plek in het verhaal. Zorg voor een kort moment van stilte, zodat de leerlingen voelen dat je even stil staat en stil bent.

Wanneer je vertelt over Maria die bij het lege graf komt, rol je de steen heel voorzichtig een stukje opzij.

Geef, na het vertellen van het verhaal, de steen die voor het graf lag door aan de leerling die naast je zit. Vertel de leerlingen dat ze deze steen door moeten geven, net zo lang totdat iedereen een eigen steen heeft. Pak vervolgens een nieuwe steen uit het midden en geef deze ook door. Dit doe je net zolang totdat elke leerling één steen in zijn of haar handen heeft. Op dat moment mag iedereen stoppen met doorgeven.

Terwijl elke leerling een steen in zijn of haar handen heeft, voer je een kort gesprekje over het verhaal.

Mogelijke vragen:

- Wat vond je het mooiste aan het verhaal?
- Hoe zou Maria zich voelen?
- Zou jij je ook zo voelen als je Jezus weer had gezien?
- Vind je dit een vrolijk verhaal? Waarom (niet)?
- Zou Maria dit verhaal graag willen doorvertellen denk je? Waarom (niet)? Aan wie zou jij dit verhaal graag willen vertellen?

Verwerking



1. Levende stenen

Elke leerling heeft een eigen steen in zijn of haar hand. Laat ze een plekje zoeken aan tafel en zorg dat er verf klaar staat. Vertel dat ze hun eigen steen mogen versieren, in eigen gekozen kleuren. Wat willen ze tekenen op de steen die voor het graf van Jezus lag? Welke kleuren horen er volgens hen bij dit verhaal?

Dans en zing voor een nieuw begin!

Als iedereen uitgeverfd is, komen de leerlingen weer terug in de kring. Eén voor één leggen we de stenen opnieuw rondom de vaas met de bloeiende tak. Kijk samen naar de vrolijke kleuren die om de vaas heen liggen.

- Weten ze nog hoe de stenen er voor die tijd uit zagen? En hoe zien de stenen er nu uit?
- Hadden ze gedacht dat de stenen konden veranderen? Hoe komt dat?
- Passen de stenen bij het verhaal? Waarom (niet)?

Je kunt de stenen laten liggen in het lokaal, ter herinnering aan de les. Je kunt de leerlingen ook de opdracht geven om hun steen weg te geven aan iemand die een mooie, kleurige, vrolijke steen nodig heeft. Net zoals Maria het verhaal over Jezus door vertelde, kunnen zij hun steen doorgeven.

- Weten ze al aan wie ze hun steen willen geven? En is er iets dat je erbij wilt vertellen?

2. Paastakken versieren

Je kunt de bloeiende tak(ken) samen omtoveren in paastakken door er vogelnestjes, (gekleurde) eitjes of andere paasversiering in te hangen! En de les afsluiten met een dans (zie De laatste stap).

De laatste stap



Wanneer de stenen geverfd zijn of wanneer de takken versierd zijn, sluit je de les af met een dans.

Maria is zo blij dat ze gezien en gevoeld heeft dat Jezus leeft. Ze kan niet stil blijven staan. Ze moet dansen.

Zing samen het lied 'Spring, dans, zing, voor een nieuw begin!'

Spring, dans, zing, voor een nieuw begin!

melodie 'Hop, hop hop, paardje in galop'

Spring, dans, zing,
voor een nieuw begin!
Laat ons klappen, laat ons dansen,
't leven geeft ons zoveel kansen!
Samen vieren wij,
Pasen maakt ons blij!

Pak de platte steen en laat de leerlingen ruiken. Kunnen ze het verhaal nog ruiken?

Zeg: Ook Maria zag meer dan we kunnen zien.
Spring, dans en zing het lied nogmaals.

Herhaling



In de volgende les klinkt opnieuw het paasverhaal van paasmorgen. Maria ontdekt dat Jezus leeft. Ze danst van blijdschap. Via bibliodans wordt Maria's blijdschap en haar paasboodschap uitgebeeld.

Zoek voor de herhaling van deze les een grotere ruimte waar vrijuit gedanst kan worden (speellokaal). Start ook deze les met het ritueel van de platte steen. Is de geur van het verhaal van de vorige les nog te ruiken? Pak de bijbel, die je in de basisles gebruikte erbij, en bekijk samen de platen van het verhaal. Laat de leerlingen rustig vertellen wat ze nog weten over dit verhaal.

Vertel dan: Maria is zó blij als ze heeft gezien en gevoeld dat Jezus leeft! Ze dacht dat het voorbij was... Ze was zo verdrietig... En toen, die weggerolde steen, het lege graf... Ze heeft zijn gezicht gezien, zijn stem gehoord! Ze voelt het: zichzelf, de andere vrouwen, de mensen om haar heen; iedereen kan vertrouwen op de kracht van God! Dit gaat ze doorvertellen aan iedereen die het maar wil horen, aan iedereen die wil geloven in het leven en in de liefde! Ze danst, huppelt en zingt van blijdschap! Doen jullie mee?

Zing en dans opnieuw met het lied 'Spring, dans, zing voor een nieuw begin'.

Dit is de opwarming van de bibliodans die hierna volgt (zie voor uitleg van bibliodans bij Achtergrondinformatie).

Vraag: Op welke manier kun je de woorden: 'kansen en vieren' uitbeelden?

Laat leerlingen bewegingen bedenken. Voer die allemaal uit. Voer de beweging snel maar ook langzaam uit. Maak deze beweging groot maar ook klein.

Nu volgt de echte bibliodans (de exploratie van het lichaam).

Vertel dat Maria het goede nieuws aan haar vrienden vertelde. Maak tweetallen. Spreek af wie Maria is en wie haar vriend(in) is aan wie ze het goede nieuws vertelt. Hoe vertel je goed nieuws al dansend? Oefen ook deze bewegingen snel/langzaam of groot/klein. Laat de leerlingen in tweetallen naar elkaar toe dansen en met hun lichaam blijdschap uitbeelden/dansen. Oefen eerst zonder muziek. Bekijk elkaars voorbeelden zodat de leerlingen allerlei suggesties in hun hoofd hebben. Zet dan de muziek aan (zie Beelden digitips) en laat ze samen dansen.

Dans en zing voor een nieuw begin!

Ga na de dans samen in de kring zitten. Geef de platte steen aan elkaar door. Wie de steen in handen heeft, mag kort vertellen wat hij/zij dacht of voelde tijdens het dansen. Zo worden eigen gedachten verankerd.

Ontrol tenslotte kort door het lichaam even los te schudden.

Sluit de les af door opnieuw een druppelolie op de platte steen te druppelen.

En zeg:

Eén druppel is genoeg
om na te denken.
Hoe we dansten,
hoe we deden.
Eén druppel is genoeg
om te ruiken.
Er is meer dan we kunnen zien.

Liedsuggesties



Vertel het iedereen

Uit het muziekarchief van Trefwoord (zie bijlage).

Prentenboeken



Dikke donderkopje wordt groot

Giuliano Ferri

De Vier Windstreken, Rijswijk (2015, als e-book nog leverbaar)



In dit schitterende, vertederende verhaal over groter groeien zullen velen zich wellicht herkennen. Daarnaast leren de kleintjes ook wat bij over de natuur: de levenscyclus van een kikker. Vanuit de drijvende kikkerdril groeit Dikkie Donkerkopje uiteindelijk uit tot een heuse springende

kikker. De jonge Dikkie geniet van zijn speelse leventje en heeft moeite met de veranderingen van zijn lichaam. Maar uiteindelijk gaat hij blij en vol nieuwsgierig zijn nieuwe leventje tegemoet.

Een ei voor kip kaat

Bette Westera, Femme ter Haar (ill.)

Lannoo, Tiel België (2023)



ik wil een ei, tokt kip kaat.
leg er dan een,
kraait haan daan.
ik doe mijn best,
zegt kip kaat.
maar het lukt niet.
er komt niks.
ik ga wel op zoek,
kraait haan daan.
wat voor ei moet het zijn, kaat?

Om voor te lezen en door beginnende lezers al snel zelf te lezen.

Vrolijk Pasen!

Jacques Vriens, Marja Meijer (ill.)

Holkema & Warendorf/Unieboek Het Spectrum, Amsterdam (2024)



Er trekt een optocht met alle kinderen uit Liekes groep door de straat. Ze zingen zo hard ze kunnen en zwaaien met hun palmpasestok. Sam, het broertje van Lieke, wil ook graag meedoen. Maar eerst moet hij met mama een broodhaantje kopen bij de bakker.

Bij de bakker is veel te zien: chocolade-eieren in alle soorten en maten en een grote paashaas. Mama legt uit dat de paashaas de eieren rondbrengt. Als ze thuiskomen vertelt papa de verhalen die bij Pasen horen. En Sam en Lieke? Die gaan eieren verven, eieren zoeken en... eieren tikken bij het paasontbijt! Vrolijk Pasen is het leukste kinderboek over Pasen om voor te lezen vanaf 4 jaar en zelf te lezen vanaf 7 jaar. Met vrolijke illustraties van Marja Meijer en prachtig verteld door meesterverteller Jacques Vriens. Dit boek verscheen eerder onder de titel Drie ei is een paasei en is herzien, waardoor het helemaal passend is bij deze tijd.

Dans en zing voor een nieuw begin!

Beeld- en digtips



Timelapse groeiende tak

www.shutterstock.com/nl/video/clip-1014132419-time-lapse-blooming-plum-tree-branch

www.shutterstock.com/nl/video/clip-9553853-wild-plum-flower-growing-time-lapse

Verhalen uit de schatkist - Het paasfeest

Dit verhaal gaat over Maria van Magdala. Ze is verdrietig, want haar beste vriend Jezus is dood. Ze gaat naar zijn graf. Dan ziet ze dat de steen weggerold is. Jezus leeft!

<https://schooltv.nl/video/verhalen-uit-de-schatkist-het-paasfeest/#q=pasen>

Lente muziek

Lente Balletmuziek, ballet liedjes, ballerina muziek, rustige pianomuziek, om op te dansen.

www.youtube.com/watch?v=xILtV0st-9WE&list=PLeYBLPxSB6sk8nIY89jwCpORXAIFiVJO

De Zandtovenaar - Pasen

<https://www.youtube.com/watch?v=HQHifv-6bv0&t=17s>

Vanaf 4:00 begint het verhaal rondom het lege graf.

Kunst



Vreugdedans

Ida-Paula Klepper,
december 2016

bron: <https://ida-paula.nl/schilderijen/vreugdedans/>

Bekijk samen het schilderij op het digiborg.

- Weet jij wie hier dansen?
- Het schilderij heet: 'vreugdedans'. Wat betekent dat?
- Probeer eens op dezelfde manier te dansen als de twee dansers, voel je vreugde? Waar voel je dat in je lijf?
- Waarom zijn deze dansers vol vreugde? Wanneer ben jij vol vreugde?

Extra



Wonderlijk bijzonder

Op weg met verhalen 2023-24, thema 3 *Verwondering*, les 1.

Wie met de leerlingen meer aandacht wil besteden aan 'verwondering', kan daarvoor ook de les 'Wonderlijk bijzonder' gebruiken. In deze les staat het prentenboek *Toen* centraal en trekken leerlingen er op uit om op zoek te gaan naar wonderlijk mooie dingen in de natuur.

Achtergrondinformatie



Bibliodans

Bibliodans is een vrije dans expressie. Je danst met de woorden, een losse zin of een verhaal in je hoofd. Daarbij zet je gevoelens vanuit een verhaal om in dans-expressie. Het is vrije expressie. Je danst nooit voor publiek maar alleen voor jezelf. Je eigen gevoelens en ervaringen, kruisen de woorden van het verhaal.

Bibliodans volgt vaak een vast patroon. Dit patroon is ook in deze les herkenbaar:

1. Opwarming van het lichaam.
2. Exploratie van het lichaam via woorden, beelden of muziek.
3. De tekst wordt omgezet in dans.
4. Eigen gedachten worden verankerd.
5. Ontrolling.

De methode is gebaseerd op het schema van Rudolf van Laban, die beweging ordent naar ritme, tempo, ruimte en kracht. Het begint altijd met het aankomen in het lichaam en loskomen van het denken. Deze methode helpt iedereen om te gaan bewegen. Het laat ervaren dat het lichaam een eigen taal en eigen mogelijkheden heeft, die kunnen zo worden ontdekt en ingezet.

bron: www.hetwoordinbeweging.nl

Meer informatie over Bijbel en dans:
www.bibliodrama.be/kopie-van-licht

Deze les sluit ook aan bij de kerndoelen van het Protestants vormingsonderwijs: domein A 3, B 5, C 1, 2 en 4.

Dans en zing voor een nieuw begin!

Bijlage

Vertel het iedereen

tekst: Gerard van Midden

muziek: Gerard van Amstel

uit het muziekarchief van Trefwoord

© Kwintessens, www.kwintessens.nl en www.trefwoord.nl

Couplet

Twee vrou - wen gaan naar ___ 't graf. De dag is net be -
 Twee vrou - wen in het ___ graf. Het is er leeg en ___
 Twee vrou - wen gaan op ___ weg; zo snel als zij maar -

gon - nen. Maar plot - se - ling: de aar - de beeft! Een en - gel
 don - ker. De en - gel zegt: 'Hij's op - ge - staan! En jul - lie
 kun - nen. Kijk, Je - zus komt hen te - ge - moet. Hij zegt: 'Ik

zegt hun: 'Je - zus leeft. Ver - tel het ie - der -
 moe - ten nu snel gaan. Ver - tel het ie - der -
 ben het. Het is goed. Ver - tel het ie - der -

een.' 't Is Pa - sen, laat het ___ zin - gen, want het
 een.'
 een.'

don - ker is voor - bij. Hal - le - lu - ja, hal - le -

lu - ja. Goed ___ nieuws voor jou en mij.