**Fagplan folkedans 2023**

**Innledning**

Porsanger kulturskole har som mål å gi alle barn og unge som ønsker det et profesjonelt, kunstfaglig undervisningstilbud. Skolen tilbyr fagene musikk, dans og visuell kunst. Deltagelse i kulturskolen kan gi (om ønskelig) kompetanse til videreutdanning innfor ulike kunstfag, men ikke minst er vi et sted og et miljø for personlig vekst, identitet og glede.

Vårt fokus i møte med eleven er: ***Glede, kreativitet og mestring.***

For mer informasjon, se vår overordnet **lokal læreplan**.

**Generelt om metode:**Bruk få ord, tydelig, presist, herming, variert stemmebruk, lekpreget, samlinger i ring underveis, noe improvisasjon og teaterlek, mimeleker, noe kreativ dans med speiling i par, stor gruppe, noe populærdans, lage egne danser i gruppe, Folkepedias bibliotek. Variere musikkbruken, sette populærmusikk på tradisjonsdans som variasjon. Danse til levende musikk ved enkelte anledninger, slik tradisjonen er.

**Oppbygging av timene:**  
Oppvarming/lek  
Teknikk, nye tema, nye danser (utfordringer)  
Kjent stoff  
Lek sist- superviktig å avslutte med god stemning!!  
  
**Starte med de enkleste dansene først:**

* Bruke rytmer og sviktmønster i leker
* Lokal sangdanser og danser fra Finnmarkstradisjonen; ritsj ratsj, her kommer jeg etc.
* Alt med galoppsteg, hoppsteg, ril, marsj, pariser, enkle turdanser,
* Nordlandspols, øve grunntrinn først. Turene øves inn i gangarrytme, så legges de på polsen.
* Reinlender i ulike varianter, noen på ring, så i par og fire.
* Ringmazurka og andre ringdanser vi kan sette sammen, polka på ring etc.
* Halling og hallingøvelser (hallingeventyr, baner i rommet med tema, karstykka).
* Skotsk rekkeril, først som marsj for å få inn turene, så øke tempoet.
* Jig circle, også i kanon
* «Bli med»- dansen
* Slengpols i par
* Vals litt senere

**Innlæring av vanlige grunntrinn i folkedansen:**  
**-** galoppsteg (forlengs vanlig, så baklengs, galoppsteg sidelengs, flyttes etter hvert fremover)  
**-** reinlendersteg (i ring, sidelengsteg/byttomfot 16, skift retning, 8 steg-skift retning, 4, 2, så skrått i ringen, så fremover).  
- springsteg og nordlandspolssteg  
- valsetrinn  
- halling og gangarsteg