

Joepie, er wordt een reel gespeeld – Deel 2

Tijd	Thema	Doelstelling	Muziek	Activiteiten
0-20 (20)	Opwarming	<p>Fysische (loswerken spieren) en mentale (kennismaking met basisstappen en muziek) voorbereiding</p> <ul style="list-style-type: none"> open positie aanleren 	<p>Leahy: 8. Czardas: traag</p> <p style="text-align: right;">snel</p> <p style="text-align: right;">traag</p> <p style="text-align: right;">snel</p>	<ul style="list-style-type: none"> loswerken schouders, enkels, back knee stretch, open positie in open positie eerst laterale point stretch (“wiebelen”) gevolgd door gestrekt springen in afwisselend linker en rechter gekruiste open positie stretch beenspieren voor-, achter- en zijwaarts terug springen in open positie
		<ul style="list-style-type: none"> verstevigen enkelspieren gevoel ontwikkelen voor de 1-2-3-<i>pas</i> en de <i>sevens</i> leren identificeren van de 8-beat patronen gevoel ontwikkelen voor de Ierse ritmes hornpipe en reel 	<p>Leahy: 4. The French</p> <p style="text-align: right;">slow air</p> <p style="text-align: right;">strathspey</p> <p style="text-align: right;">reel</p>	<ul style="list-style-type: none"> 8 maten wachten teenstand: 4*4b; 4*8b; 2*16b; 1*32b, telkens down op laatste beat van elke groep loswerken van de enkelspieren door huppelen op hornpipe basispas aanzetten van de <i>sevens</i> ter plaatse, dan per 8b L R verplaatsen, overvloeien naar 1-2-3 afwisselen 1-2-3s en <i>sevens</i> per 8b
		<ul style="list-style-type: none"> speelse kennismaking met <i>points</i>, <i>cuts</i>, en <i>kick your but</i> loswerken heupen uithoudingsvermogen verbeteren 	<p>a) géén</p> <p>b) Leahy: 5. The call to dance</p> <ul style="list-style-type: none"> intro start piano start viool einde 	<ul style="list-style-type: none"> eerst kort oefening overlopen inzake <i>point</i>, <i>cut</i> en <i>kick</i> wachten tot eerste bas-beat point-oefening: 4*8; 4*4; 8*2 point-cut oefening: 4*2 beats; 4*1 beat kick – slide – point – point/cut sequence untill the end ontspannen en stretch
20-50 (30)	Basispassen	<i>Herhaling van de steps uit Deel 1</i>	<p>a) Celtic Dance: 2. Dowd’s favourite trage reel</p> <p>b) Celtic Dance: 6. Three reels snellere reel</p>	<ul style="list-style-type: none"> bekijken hoeveel werd onthouden van eerste deel, opnieuw uitleggen indien nodig leerlingen laten inoefenen en individueel corrigeren, wijzend op voornaamste stijl-elementen: knieën gesloten, voeten in open positie, <i>kick your but</i>, gewichtsverplaatsing toepassen van de steps op muziek, eerst op een relatief trage versie, dan een snellere. herhalen tot het er redelijk goed inzit. afwisselen van hops and jumps om het verschil goed te laten aanvoelen

50-75 (25)	Everyman's chance	Aanleren van een tweede Ceili	a) afwisselend géén voor uitleg en doorstappen; en Sharon Shannon: 1. Mouth of the Tobique voor uitproberen van de figuren op relatief trage snelheid b) Leahy: 1. B-Minor	<ul style="list-style-type: none"> • uitleggen inoefenen van de posities en figuren: all advance & retire, ladies A-R, gents A-R, ladies sevens, swing • volledig doordansen van alle figuren, "full speed"
75-90 (15)	Stack of Barley	Herhaling van de hornpipe	a) Davey Ceili Band hornpipes b) M Sexton CB: 1/6. D. O'Connell	<ul style="list-style-type: none"> • Opnieuw uitleggen van de basisfiguren, steps en houdingen per koppel in sequentie: 1/2/1/2/3/3/3/3/3/4, waarbij: <ol style="list-style-type: none"> 1. advance hop-1 hop-2 hop-1-2-3 in open shoulder 2. retire hop-1 hop-2 hop-1-2-3 in open shoulder 3. hop-1 hop-2 hop-1-2-3 half turn in waltz hold 4. hop-1 hop-2 hop-3 hop-4 • volledige dans • uitleggen/herhalen van de taps
90-105 (15)	PAUZE			
105-180 (75)	Clare Lancers	Volledige dans aanleren	Davey Ceili Band: Clare Lancers	<ul style="list-style-type: none"> • The square • Turn the Lady • Face to face • Wheel and swing • The liine