



de Bibliotheek 
Zoetermeer

CKC &
partners



Cultuureducatie met Kwaliteit

Doorlopende leerlijn dans
Groep 7
Lessenreeks 'verdieping'

Deze leerlijn is ontwikkeld door CKC & partners.

De zaal uit!

Informatie over De zaal uit!

Groep 7, lessenreeks 'verdieping', vier lessen van 60 minuten

Doel van de lessenreeks:

De leerlingen maken kennis met dansen op andere plekken dan in de klas of het gymlokaal. Ze maken bewust gebruik van de vormgevingsprincipes ruimte, tijd, kracht en lichaam. Dat vraagt dat ze goed kijken naar de mogelijkheden van de ruimte, goed letten op elkaar en dat ze gebruik maken van wat er wel en niet is en welke bewegingsmogelijkheden dit biedt. Ruimtes lokken ook uit tot het vertellen van verhalen. Dit wordt omgezet in dans die de leerlingen zelf choreograferen.

Materiaallijst:

Algemeen:	De mogelijkheid om muziek van internet af te spelen. Draagbare muziekinstallatie om verspreid door de school te gebruiken. Muziek: American Authors – Best day of my life , Paramore – Ain't it fun , Taylor Swift – Shake it off , Bakermat – One day .
Les 1:	Filmpjes: Step up 3 – Moose challenge , VAK – lipdub .
Les 3:	Eventueel: liedtekst geprint, zie aanvullende suggesties les 2. Eventueel: videocamera. Filmpje: Trailer Splash - Meekers theaterdansgezelschap
Les 4:	Emotie- en sfeerkaartjes (zie bijlagen) Filmpje: Trailer - Inside out

Les 1: Locatie is alles

In, op, achter, boven	Locatiejacht	En in het begin...	Wat ik zie is...
-----------------------	--------------	--------------------	------------------

Dansen op locatie! Dat kan ook binnen de school. In hun eigen omgeving gaan de leerlingen op zoek naar sprekende locaties die hen inspireren. Welke verhalen of gebeurtenissen vinden hier plaats? Hoe zijn bewegingen hier anders dan in de zaal?

Les 2: Een eigen plek

De aap uithangen	Verdeel en heers	Herhaling baart kunst	Kletsen
------------------	------------------	-----------------------	---------

Locatie? Check! Muziek? Check! Let's move. Vandaag gaan we aan de slag met het begin en het eerste deel van ons dans. We gaan daarom ook gelijk naar buiten.

Les 3: Breng het samen

Waar gaan we heen?	Opwarming	Put it together	Wow!
--------------------	-----------	-----------------	------

Vandaag zetten we (bijna) alles aan elkaar. Het verhaal wordt steeds duidelijker en nu zetten we het ook vast op de muziek. Mooie kans om alles te gebruiken wat jullie van dans hebben geleerd!

Les 4: Met plezier

Binnenstebuiten	Gewoon bewegen	Af maken met alles erop en eraan	Presentatie
-----------------	----------------	----------------------------------	-------------

Vandaag maken we onze choreografie af! Als de passen en bewegingen af zijn, is het tijd om goed na te denken over met welke emotie of intentie we de verschillende delen willen dansen. Zo komt het verhaal goed over bij het publiek.

Deze lessenreeks sluit aan bij de doorlopende leerlijn Cultuureducatie met Kwaliteit in Zoetermeer. Meer informatie over Cultuureducatie met Kwaliteit vind je [hier](#).

De leerlijn beeld is ontwikkeld door CKC & partners. Neem bij vragen contact op via primair-onderwijs@ckc-zoetermeer.nl.



De zaal uit! – Locatie is alles

Groep 7, lessenreeks 'verdieping', les 1

Lesdoel: De leerlingen bekijken voorbeelden van dans op bijzondere locaties en reflecteren met elkaar op wat dit zo anders maakt. De focus ligt in deze les op de danselementen ruimte en lichaam. Er wordt vooral gekeken naar de betekenis van de dans op deze plek en het vertolken van een verhaal in dans. De verschillende opties worden onderbouwd en beargumenteerd.

Benodigde materialen: De mogelijkheid om muziek van internet af te spelen.
Draagbare muziekinstallatie om verspreid door de school te gebruiken.
Filmpjes: [Step up 3 – Moose challenge](#), [VAK – lipdub](#).
Muziek: [American Authors – Best day of my life](#), [Paramore – Ain't it fun](#), [Taylor Swift – Shake it off](#), [Bakermat – One day](#).

Opdrachten:

In, op, achter, boven	Locatiejacht	En in het begin...	Wat ik zie is...
-----------------------	--------------	--------------------	------------------

Introductie:

Dansen op locatie! Dat kan ook binnen de school. In hun eigen omgeving gaan de leerlingen op zoek naar sprekende locaties die hen inspireren. Welke verhalen of gebeurtenissen vinden hier plaats? Hoe zijn bewegingen hier anders dan in de zaal?

Oriënteren: In, op, achter, boven	15 minuten
Opdracht: Bekijk met de leerlingen de filmpjes Step up 3 – Moose challenge en VAK – lipdub en vraag ze waar ze dans zien die alleen op zo'n soort locatie gedanst zou kunnen worden. Op welke locaties zouden wij een dans kunnen maken?	
Reflecteren: Hoe komt dans op andere locaties op je over?	

Onderzoeken: Locatiejacht	20 minuten
Opdracht: Het is tijd om op zoek te gaan naar een locatie. Laat de leerlingen groepjes maken van vier à vijf leerlingen. Ze kunnen nu de school door om op zoek te gaan naar een goede locatie voor een dans. Elke groepje bedenkt alvast vier à vijf dansbewegingen of acties die ze ter plekken zouden kunnen doen. Dat betekent dat ze ook verschillende bewegingen uitproberen.	
Na tien minuten verzamelt iedereen op een centrale plek en begint de tour langs alle locaties. Bij elke locatie vraag je als leerkracht welke mogelijkheden de leerlingen bij de locatie zien. De leerlingen geven een pleidooi voor hun locatie door te vertellen waarom ze denken dat het een goede plek is en ook door hun bewegingen aan de andere leerlingen te laten zien.	
Als alle locaties zijn geweest, is het tijd om één locatie te kiezen. Probeer een zo organisch mogelijke keuze te laten ontstaan waar alle leerlingen oké mee zijn. Alle leerlingen moeten tevreden zijn, en het idee hebben dat ze een bijdragen kunnen leveren.	
Reflecteren: Wat heeft jullie keuze voor de locatie beïnvloed?	

Uitvoeren: En in het begin...	20 minuten
Opdracht: We gaan nu in de ruimte dansen. Om dit makkelijker te maken, kan je al van tevoren een aantal zaken bespreken:	
<ul style="list-style-type: none">• Benoemen van verschillende delen, bijv. in de kantine: tafels, vrije ruimte, loket en deuren naar buiten. Of, als er buiten wordt gedanst: paaltjes, voetbalveldje, trappen en muurtje.• Geef kaders voor wat mag wel en wat niet (wel op de tafels zitten, niet staan bijvoorbeeld).• Als je wilt, kun je al verschillende delen van de ruimte aan een groep toewijzen.	

Muziek: [American Authors – Best day of my life](#), [Paramore – Ain't it fun](#), [Taylor Swift – Shake it off](#), [Bakermat – One day](#). Laat steeds één van de nummers spelen en laat de leerlingen verschillende bewegingen op de locatie uitproberen. Je hoeft niet het hele nummer af te spelen. Je kunt ook ervoor kiezen om de groep in tweeën te splitsen, zodat ze steeds kunnen zien wat er gebeurt. De leerlingen kunnen dan aan het eind mee evalueren over wat interessant is om als publiek te zien.

Gebruik extra opdrachten als je dat wilt, zoals:

- Wissel van plek (als er vaste plekken binnen de ruimte bestaan).
- Slowmotion/freeze.
- Tikkertje / beweeg nu op de plek.
- Erop of erboven.
- Zo dicht mogelijk op elkaar.
- Zo hoog mogelijk.

Vraag de leerlingen na tien minuten welke bewegingen of acties zij het best vonden werken. Geef zelf input over wat je als 'publiek' hebt gezien, of vraag dit aan de leerlingen die aan het kijken waren. Verzamel en noteer deze zaken voor een volgende keer. Kies welk muzieknummer jullie in de volgende lessen willen gebruiken.

Reflecteren: Wat maakt dansen in deze ruimte anders dan dansen in een zaal?

Evaluëren: Wat ik zie is.. 5 minuten

Opdracht: Vertel leerlingen dat we nu 'droomverhalen' gaan spelen. De leerlingen kunnen om de beurt de 'vloer op' en vertellen en laten zien welk verhaal ze voor zich zien in de ruimte. Geef ze even een minuut de tijd om iets te bedenken, laat hier dan de muziek die gekozen is op de achtergrond meespelen ter inspiratie. Het gaat nu niet om of het haalbaar is: hoe groter en gekker de droom, hoe leuker!

Reflecteren: Welke aspecten uit de dromen zouden we op een andere manier kunnen doen?

Aanvullende suggesties:

Het is ook mogelijk om de dans uit groep 7 Basis te gebruiken en deze te vertalen naar een nieuwe ruimte. Pas dan de opdrachten aan naar bekend materiaal met wellicht een nieuwe invulling.

De zaal uit! – Een eigen plek

Groep 7, lessenreeks 'verdieping', les 2

Lesdoel: De leerlingen experimenteren met een nieuwe manier van bewegen door interactie met de ruimte en de objecten in die ruimte. De focus ligt op het variëren in manieren van bewegen. Ze onderzoeken verschillende mogelijkheden binnen de ruimte en maken tegelijkertijd gebruik van de danselementen tijd en kracht. In samenwerking werken leerlingen aan het vormgeven van een groepsdans, waarbij ieders eigen manier van bewegen naar voren komt.

Benodigde materialen: De mogelijkheid om muziek van internet af te spelen.
Draagbare muziekinstallatie om verspreid door de school te gebruiken.
Muziek: [American Authors – Best day of my life](#), [Paramore – Ain't it fun](#), [Taylor Swift – Shake it off](#), [Bakermat – One day](#).

Opgavetaken:

De aap uithangen	Verdeel en heers	Herhaling baart kunst	Kletsen
------------------	------------------	-----------------------	---------

Introductie:

Locatie? Check! Muziek? Check! Let's move. Vandaag gaan we aan de slag met het begin en het eerste deel van ons dans. We gaan daarom ook gelijk naar buiten.

Oriënteren: De aap uithangen	5 minuten
Opdracht: De leerlingen zijn op de locatie waar de dans wordt gemaakt. Gebruik nu andere muziek dan waar uiteindelijk op gedanst wordt. We spelen 'stop dans anders'. Muziek: American Authors – Best day of my life , Paramore – Ain't it fun , Taylor Swift – Shake it off , Bakermat – One day .	
De leerlingen krijgen de volgende opdrachten mee om uit te voeren in beweging terwijl de muziek speelt. Zodra de muziek stopt, staan alle leerlingen in een freeze. Mogelijke opdrachten:	
<ul style="list-style-type: none">• Iedereen aan elkaar vast.• Voetjes van de vloer (dans zonder dat je voeten de grond aanraken).• Slinger als een slang door de ruimte.• Dans ondersteboven.• Slowmotion gevecht.• Dans waar ik je niet kan zien.• Achtervolg iemand zonder dat ze het door hebben.	
Reflecteren: Hebben jullie nieuwe mogelijkheden ontdekt in de ruimte?	

Onderzoeken: Verdeel en heers	15 minuten
Opdracht: Bespreek met de leerlingen wat er allemaal al is bedacht als mogelijk verhaal. Naar aanleiding van de ervaringen en verhalen van vorige les en de resultaten van vandaag wordt er een keuze gemaakt van vijf à zes 'onderdelen' van de uiteindelijke dans. Verdeel de klas dan in groepjes die elk een eigen deel van de ruimte toe-eigenen en op hun manier hier een dans vormgeven. Het kan handig zijn om nu al een rode draad te vormen, dat wil zeggen een grof verhaal of actielijn. Dit kan ook aan het eind van les drie. Verdeel de klas (vrijwillig) dan over deze vijf à zes groepen.	
De leerlingen hebben nu vijf à tien minuten de tijd om zes tot acht bewegingen te bedenken voor hun eigen plek. Van deze bewegingen moet minimaal één beweging verplaatsen door de ruimte.	
Voorbeeld: Speelsterrein (open plein, paaltjes, zandbak en klimtoestel)	
Groep 1 HECHTE GROEP: staan in het midden van het open plein (iets samen te doen) – ze hebben een bal.	
Groep 2 SPEELS: maken een dans op en om de paaltjes.	
Groep 3 ONDERZOEKEN/GEK: mogen om en in de zandbak werken (gooien met zand mag niet).	
Groep 4 WAAGHALSEN: klimtoestel.	
Groep 5 LONERS: steken het plein steeds over van links naar rechts, en mogen overall komen.	

Zo heeft ieder een intentie, werkvorm, en plek met waar nodig beperkingen.

Elk groepje laat zijn bewegingen zien en legt uit waarom deze zijn gekozen. Denk aan gebruik van muziek, verhaal, gebruik van objecten. Ze maken hier al bewust gebruik van de danselementen ruimte en lichaam. Laat de leerlingen ook aangeven wat ze interessant vinden en wat ze niet begrijpen.

Reflecteren: Zie oefening.

Uitvoeren: Herhaling baart kunst

35 minuten

Opdracht: Verzin nu in tien minuten met de hele groep hoe ze beginnen met de dans. Voorbeelden zijn: iedereen is aan het spelen, iedereen staat in een pose, de leerlingen zijn verstopt, de leerlingen lopen één voor één het 'podium' op. Probeer een aantal mogelijkheden uit en laat de groep er één kiezen door aan te geven wat de kracht is van de verschillende begindelen en hoe dit aansluit bij de dans. Oefen dit met het begin van de gekozen muziek. Wie begint wanneer etc.?

Neem vervolgens tien minuten om de leerlingen in hun groepjes te laten werken. Vraag hen om een stuk te maken uit hun huidige bewegingen op hun eigen plek. Coach de leerlingen om gebruik te maken van de danselementen ruimte en tijd.

- Ruimte = verschil in hoogte, richtingen, opstelling, kleine/grote bewegingen, verplaatsen.
- Tijd = herhalen van bewegingen, tegelijk of achterelkaar dansen, snel of langzaam, stops, terugspoelen.

Let op: ze hoeven niet alle danselementen toe te passen. Het is een hulpmiddel om te bedenken hoe ze van gewone bewegingen dans kunnen maken die iets vertelt.

Laat alle leerlingen nu een mini optreden voor elkaar doen, compleet met introductie en applaus.

Reflecteren: Welke verhalen hebben jullie teruggezien in de stukjes van andere groepen en hoe komt dat?

Evaluëren: Kletsen

5 minuten

Opdracht: Wat ging als vanzelf? Wat ging niet zo soepel? Hoe gingen andere groepen hiermee om? Als we hier een voorstelling van zouden maken, waar zou dan het publiek zitten?

Reflecteren: Zie oefening.

Aanvullende suggesties:

Het kan handig zijn om elk groepje of elke leerling een voorbeeld van de tekst te geven waarop ze aantekeningen kunnen maken. Voorbeelden van een website waar dat kan is songtexte.com.

De zaal uit! – Breng het samen

Groep 7, lessenreeks 'verdieping', les 3

Lesdoel: De leerlingen onderzoeken de onderlinge relatie tussen de verschillende stukken en maken voorstellen voor een mogelijke totale choreografie. Ze lossen praktische problemen op creatieve wijze op en zetten de gehele dans op het muziek. Er wordt gebruik gemaakt van verschillende cue's waardoor leerlingen zelfstandig kunnen dansen.

Benodigde materialen: De mogelijkheid om muziek van internet af te spelen.
Draagbare muziekinstallatie om verspreid door de school te gebruiken.
Eventueel: liedtekst geprint, zie aanvullende suggesties les 2.
Eventueel: videocamera.
Filmpje: [Trailer Splash - Meekers theaterdansgezelschap](#)
Muziek: [American Authors – Best day of my life](#), [Paramore – Ain't it fun](#), [Taylor Swift – Shake it off](#), [Bakermat – One day](#).

Opdrachten:

Waar gaan we heen?	Opwarming	Put it together	Wow!
--------------------	-----------	-----------------	------

Introductie:

Vandaag zetten we (bijna) alles aan elkaar. Het verhaal wordt steeds duidelijker en nu zetten we het ook vast op de muziek. Mooie kans om alles te gebruiken wat jullie van dans hebben geleerd!

Oriënteren:	Waar gaan we heen?	10 minuten
Opdracht: Vraag leerlingen om naar het filmpje Trailer Splash - Meekers theaterdansgezelschap te kijken en vooral te kijken naar hoe ze wisselen van groepjes en van plek in de ruimte. Welke emotie hebben jullie gezien? Hebben ze met verschillende 'danskwaliteiten' bewogen (zie 'kracht' in het praktisch handvat)? Welke ideeën zou je ook kunnen toepassen op onze eigen dans?		
Dit is het moment om het geheel van de dans in kaart te brengen. Laat de leerlingen hier waar mogelijk ook zelf ideeën voor aandragen. Wat laat de dans zien? Breek het verhaal in kleinere delen en verdeel deze delen over de verschillende delen in de muziek, bijvoorbeeld:		
Deel 1: introductie en begin 1 ^e couplet	Een groep is bezig met X.	
Deel 2: eind 2 ^e couplet	Het wordt steeds drukker (tweede groep komt erbij).	
Deel 3: refrein	Groep twee wordt weggejaagd naar een nieuwe plek.	
Deel 4, 5, 6: 3 ^e couplet, refrein en break	Dit herhaalt tot iedereen behalve de laatste groep er is.	
Deel 7: instrumentaal deel	Laatste groep komt binnen & danst. Iedereen bevriest.	
Deel 8: laatste refrein	Alle leerlingen wisselen van plek en dansen door elkaar.	
Dit is een begin, het kan zijn dat het al werkend anders wordt.		
Reflecteren: Is dit een dans die iemand zou kunnen begrijpen? Moet je dans altijd kunnen verstaan?		

Onderzoeken:	Opwarming	5-10 minuten
Opdracht: Muziek: American Authors – Best day of my life , Paramore – Ain't it fun , Taylor Swift – Shake it off , Bakermat – One day . Gebruik nu andere muziek dan waar uiteindelijk op gedanst wordt.		
Laat de leerlingen 'Follow the leader' dansen door de ruimte. Meng de groepjes en maak er drie of vier rijtjes van. Vooraan heb je een leader die ze dwars door de ruimte meeneemt en verschillende bewegingen en acties onderneemt. De hele rij volgt. Als de muziek stopt, gaat de leider naar achteren en is de volgende aan de beurt. Herhaal dit tot iedereen vooraan is geweest.		
Reflecteren: Wat is je opgevallen aan hoe andere mensen dansen door de ruimte?		

Uitvoeren: Put it together **40 minuten**

Opdracht: Gaan nu stap voor stap door de verschillende delen van het verhaal heen. Als leerkracht ben je vooral bezig met het proces en de tijd te begeleiden. Per deel hebben de leerlingen ongeveer vijf à tien minuten nodig. Geef steeds aan wat het verhaal/doel is van het deel, en welke taken en rollen elk groepje heeft. Zet het geheel even stop als iets niet duidelijk is.

- Herinner of vraag leerlingen om verschillen in ruimte en tijd (en kracht) aan te brengen in de dans.
- Hoe beweeg je door de ruimte?

Je kunt nu ongeveer vijf delen afmaken.

Na dertig min laat je de leerlingen het geheel twee of drie keer oefenen. Suggestie is om het de laatste keer op te nemen en samen met de leerlingen terug te kijken als evaluatie.

Reflecteren: Hoe ging het? Chaotisch, traag, onduidelijk, soepel, snel? Zou je iets anders willen doen?

Evalueren: Wow! **10 minuten**

Opdracht: Kijk met z'n allen naar jullie dans tot zo ver. Vertel elkaar vooral wat er goed werkt. Kijk het eventueel een tweede keer en vraag alle leerlingen aan te geven wat zij zelf volgende keer anders willen doen.

Reflecteren: zie oefening.

Aanvullende suggesties:

De zaal uit! – Met plezier

Groep 7, lessenreeks 'verdieping', les 4

Lesdoel: De leerlingen maken gebruik van emoties en intentie in de afronding van hun dansstukken. Dit doen ze door bewust gebruik te maken van verschillende danskwaliteiten (verschil in kracht). Deze worden in deze afsluitende les onderzocht en toegepast.

Benodigde materialen: De mogelijkheid om muziek van internet af te spelen.
Draagbare muziekinstallatie om verspreid door de school te gebruiken.
Emotie- en sfeerkaartjes (zie bijlagen)
Eventueel: videocamera.
Filmpje: [Trailer - Inside out](#)
Muziek: [American Authors – Best day of my life](#), [Paramore – Ain't it fun](#), [Taylor Swift – Shake it off](#), [Bakermat – One day](#).

Opdrachten:

Binnenstebuiten	Gewoon bewegen	Afmaken met alles erop en eraan	Bijpraten
-----------------	----------------	---------------------------------	-----------

Introductie:

Vandaag maken we onze choreografie af! Als de passen en bewegingen af zijn, is het tijd om goed na te denken over met welke emotie of intentie we de verschillende delen willen dansen. Zo komt het verhaal goed over bij het publiek.

Oriënteren: Binnenstebuiten	5 minuten
Opdracht: Bekijkt het filmfragment Trailer - Inside out . Bekijk goed welke emoties je tegen komt en hoe ze bewegen. Zijn er nog meer emoties of intenties die je kunt benoemen?	
Reflecteren: Waarom zouden we een bepaalde emotie willen gebruiken voor dans?	

Onderzoeken: Gewoon bewegen	10 minuten
Opdracht: Laat leerlingen aan één kant van de ruimte staan. Vraag steeds twee of drie leerlingen om één van de kaarten met emotie (zie bijlagen) te komen halen en gelijk naar de overkant te lopen of dansen met die emotie/intentie. Vraag de leerlingen die kijken om te raden welke emotie de dansers hadden getrokken. We gaan nu onderzoeken welke emoties kunnen helpen om de verschillende delen krachtiger te maken. Vraag elk groepje om een deel van hun choreografie te dansen. Andere leerlingen roepen dan één of twee emoties waarmee zij dit deel gaan dansen op muziek (denk aan zestien tellen). Kijkopdracht: Wat levert het op? De leerlingen kunnen dan aangeven of ze één van de suggesties gaan volgen.	
Reflecteren: Wat gebeurt als je iets wat eigenlijk heel 'lief' is heel 'boos' danst of andersom?	

Uitvoeren: Afmaken met alles erop en eraan	40 minuten
Opdracht: Rond in de komende dertig minuten de choreografie af. Neem eerst tien minuten om het laatste stukje, wat in de vorige les niet is gelukt, af te ronden. Denk eraan dat er na deze tien minuten eigenlijk een af verhaal moet staan. Als leerkracht zal je coachen op het afronden van de acties die er nu nog zijn. Spreek dit desnoods eerst voor, en ga dan pas naar de locatie. Net als het begin, is het belangrijk om een helder eind te hebben. Neem tien minuten om een eind te maken. Je kunt bijv. in één minuut zo veel mogelijk eindes bedenken in een brainstorm, waarna je samen met de klas dat einde kiest dat het best bij je stuk past. Een andere mogelijkheid is dat leerlingen de hele choreografie een keer dansen, en dat hun enige opdracht is om, terwijl ze bezig zijn, een eind uit te proberen. Vaak komt hier een heel logisch en onverwachts eind uit. Leg het eind vast en oefen deze één of twee keer. Herhaal tot slot geheel nog twee keer.	

Presenteer de dans voor een publiek of neem het op met de videocamera.

Reflecteren: Met welk deel van je optreden ben je het meest blij?

Evaluëren: Bijpraten

10 minuten

Opdracht: Laat leerlingen in een grote kring zitten. Complimenteer leerlingen gericht en geef ze positieve, concrete feedback. We doen nu drie evaluatierondes.

1. Geef in één woord aan wat je vond van de afgelopen vier lessen.
2. Wat is je het meest bijgebleven van de afgelopen vier lessen?
3. Ik was erg blij met.....

Reflecteren: Wat kunnen we zeggen over het algemeen van de afgelopen weken als we naar deze reacties luisteren?

Aanvullende suggesties:

Mocht je een presentatie geven voor ouders of andere klassen, dan kan het handig zijn om de evaluatie te bewaren tot na de presentatie.

Bijlagen – Emotie- en sfeerkaartjes

GELUKKIG	CHAOTISCH	VERDRIETIG
NIEUWSGIERIG	DUISTER	SLAPERIG
DROMERIG	ENERGIEK	VERDWAALD
WARM	KOUD	SNEL
BANG	BOS/NATUUR	VERVEELD
VRIENDELIJK	RUSTIG	ZEKER
ONDERZOEKEND	AGRESSIEF	NERVEUS