



**LESBRIEF**



## **Inleiding**

**Binnenkort ga je met jouw klas naar de voorstelling HIGH van Danstheater AYA.**

**In deze lesbrief maak je vast kennis met de thema's van de voorstelling en de cast.**

### **Het lesmateriaal bestaat uit:**

- Les vóór het voorstellingsbezoek**
- Filmpje theaterregels**
- Making-off XL. Als jullie straks in de zaal zitten, start de voorstelling met een making-off over het maakproces van de voorstelling. Hier zien jullie alles wat erbij komt kijken om een voorstelling te maken (decor, geluid, licht, muziek, dansers, choreograaf en haar werkwijze).**



## **Naar het theater:**

**Misschien is het voor jou de eerste keer dat je naar een voorstelling in het theater gaat. Als je naar een dansvoorstelling gaat, heb jij ook een rol.**

**Kijk dit filmpje met de klas:**

<https://vimeo.com/872497783?share=copy>





# Waar gaat de voorstelling over?

**High gaat over high on life! Een dansvoorstelling van choreograaf Anne Suurendonk over extreme levenslust. De drive om alles te voelen en te ervaren. In extase raken en in het hier en nu zijn. Daarvoor moet je grenzen verkennen en risico's nemen. Laten we alles eruit halen wat erin zit en het leven vieren. Je weet nooit hoe lang het duurt. Pijn en verlies horen erbij, voor iedereen. Je kunt er bang voor zijn. Want zonder downs, zijn er ook geen ups. Een verhaal over bewust leven en echt aanwezig zijn.**





# Over Danstheater AYA

**AYA maakt brutaal danstheater voor een jong publiek. Directe en energieke voorstellingen waarin taboes niet worden geschuwd. Wies Bloemen is de oprichter, artistiek leider en choreograaf van Danstheater AYA. Er zijn ook huischoreografen verbonden aan AYA, Anne Suurendonk is daar één van en zij maakte de voorstelling High.**

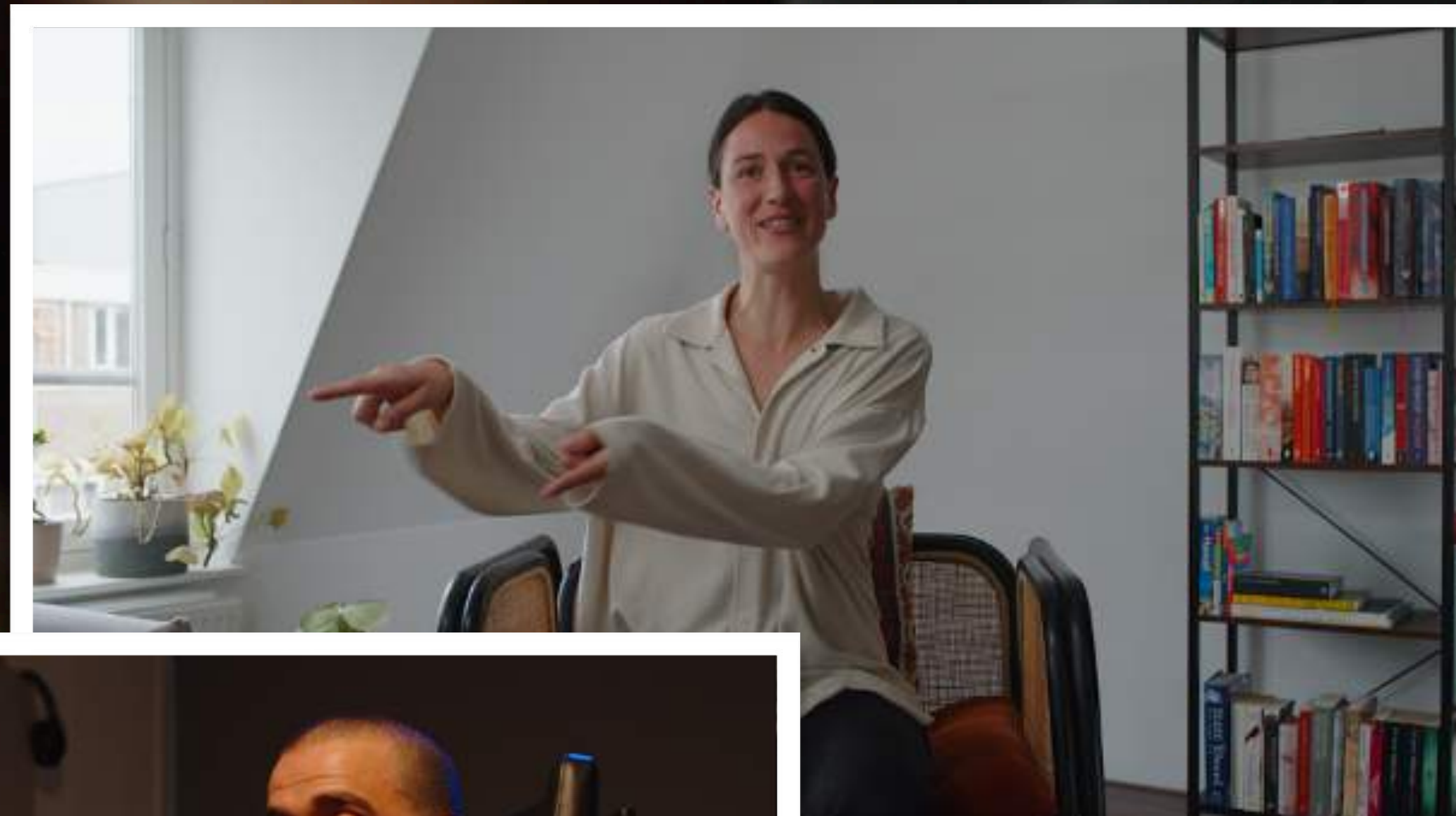




# HIGH

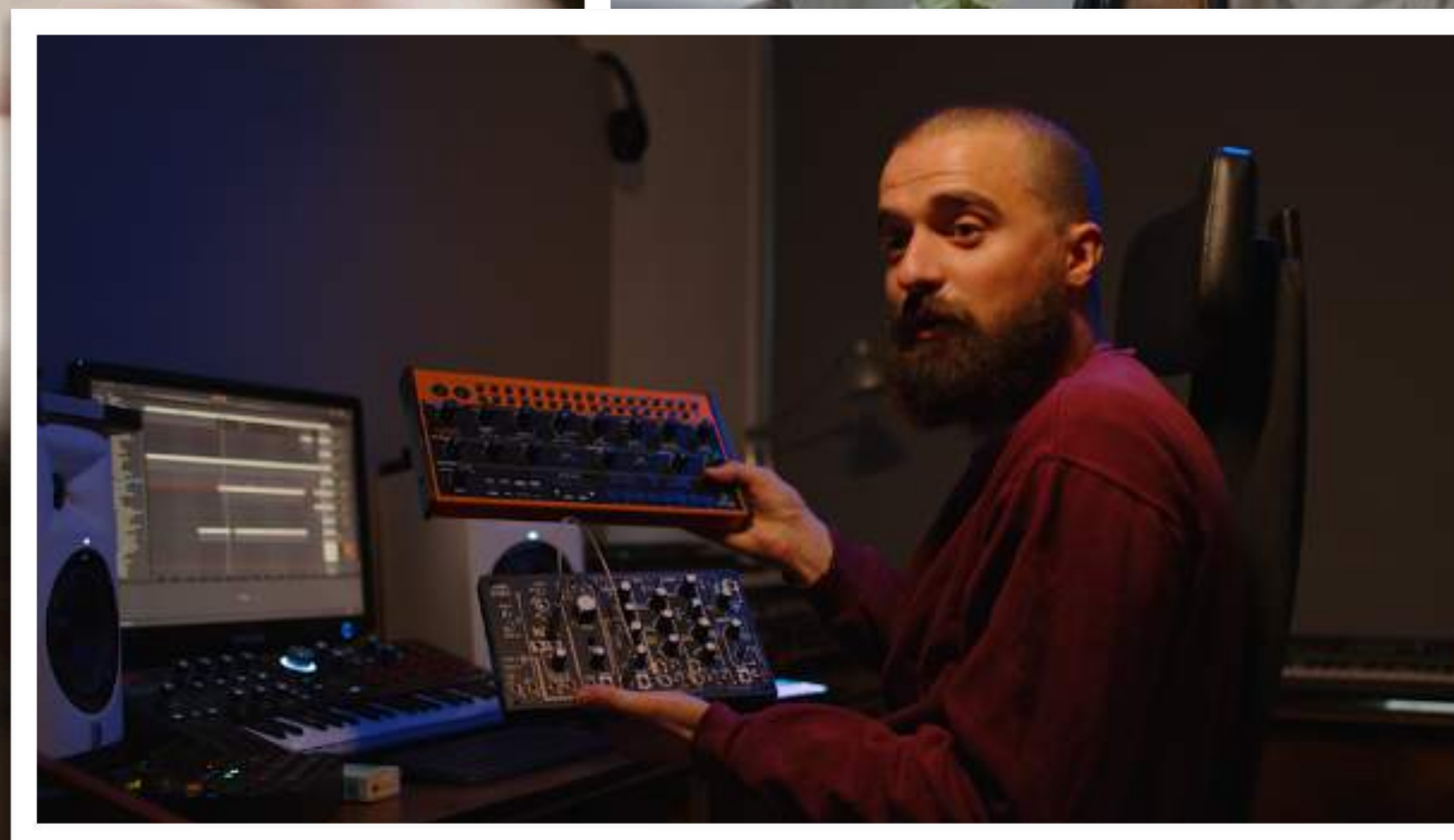
**High is een rauwe, eerlijke voorstelling met zes dansers die zich bevinden in een soort van bunker. Ze willen het leven vieren, de motor laten draaien en draaien, maar ten koste van wat?**

**Hier ontmoet je alvast de choreograaf en de dansers:**



**Anne Suurendonk**

maakte de voorstelling



**Tom van Wee**

maakt de muziek



**HIGH**



**Filippo, Ali, Marko, Linde, Melisa en Evelien**

de dansers bij elkaar



**Melisa en Evelien**

dansers



**Ali en Marko**

dansers



## **In beweging komen met de klas**

**Je bent nu op school. Niet per se de plek waarbij je extase of de high of life elke dag kan voelen. De 'high' die je bijvoorbeeld in een achtbaan voelt, maar toch zijn er momenten in je week dat je dit wél even kan voelen, toch?**

**Wat op school zorgt ervoor dat jij in extase kan zijn?**

**Werk in tweetallen:**

**Beschrijf dit aan elkaar in sleutelwoorden, zoals bijvoorbeeld: vrienden, een goed cijfer halen, je crush elke dag zien...**

**En schrijf nu ook enkele Lows van school op..**

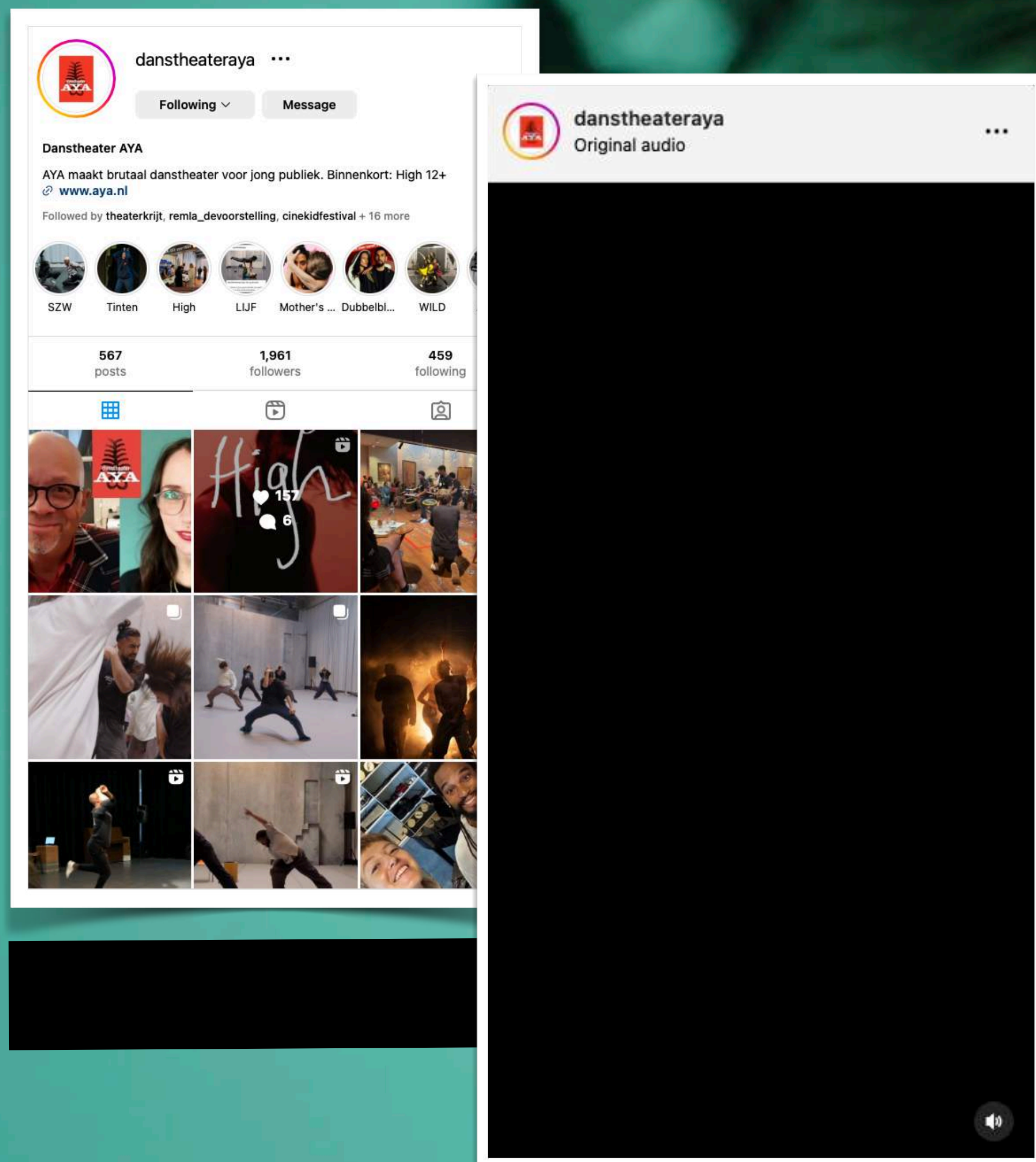
**Kan je deze woorden ook omzetten in een beweging?**

**Hoe zou je een hoog cijfer halen in beweging kunnen laten zien? Zet met je tweetal vier bewegingen achter elkaar (vanuit de High en Low woorden) en maak hierbij gebruik van herhaling en ritme. Als je één dezelfde beweging 4x achter elkaar herhaalt of van snel naar langzaam, veranderen de bewegingen naar een dansfrase.**

**Vraag: hoe vaak kan je de beweging herhalen om te laten zien dat de 'motor' in jou niet meer kan stoppen en wanneer wordt het dus een 'inspannende' High?**



# In beweging komen met de klas



## Instagram, niets is wat het lijkt

Denk aan een plek waar je een kik kan voelen?

Voorbeelden:

- Pretpark, in de achtbaan
- In een snelle auto
- Op het circuit in Zandvoort
- Op een festival
- Feestje
- Bij een Comic Con
- In een game
- .....

Maak groepjes van 4. Kies die plek (maak samen de keuze voor 1 plek)

Pak nu je telefoon en probeer een foto (insta, tiktok, be-real, snap etc.) te maken van zo'n extatisch moment, alsof je op die plek bent met elkaar. Maar probeer dit zo te doen dat je geen filters gebruikt.

Hoe krijg je dit superleuke moment op een gewone schooldag in beeld? Wees creatief.

Zet je foto in een story of deel het met elkaar in de klas. Leuk als je ons tagged [@Danstheater AYA](#)

Geloven anderen (niet uit je eigen klas) dat je op die fun plek bent Kortom, kan je ook doen lijken dat je het samen heel erg leuk hebt?



## **In beweging komen met de klas**



**FOMO**  
**FEAR OF MISSING OUT**

### **Nabesprekingsvraag docent:**

- Ervaar jij nog wel eens iets zonder je telefoon te gebruiken of ben je niet op die ene plek geweest als er geen bewijs van is?**
- Wat kunnen denk je momenten in iemands leven zijn die zo life-changing zijn dat je of heel hard wil vluchten of juist alles uit het leven wil halen?**
- Heb je wel eens last van FOMO? Omdat het er op de socials allemaal zo leuk uitziet en jij er niet bij was?**



# In beweging komen met de klas

Kijk met de klas naar de videoclip van Stromae met het nummer Santé.

- Wat zie je als je hier naar kijkt?
- Welk moment uit de videoclip is je het meest bijgebleven?
- Zijn dit denk je acteurs of 'echte' mensen?
- Wat wil de videoclip aan de kijker vertellen of meegeven?
- Zit er een duidelijke boodschap in?

Probeer als je naar de voorstelling High gaat open te kijken en niet gelijk een verhaal of boodschap te willen ontdekken. Dans is een taal die eerst fysiek binnenkomt, daarna kan je er altijd nog samen woorden aangeven. Maar de dansers geven zeker niet toe aan de sleur van het leven.

## Santé van Stromae



<https://youtu.be/P3QS83ubhHE?si=ioV4-u-Tqe0WFuk>



# In beweging komen met de klas

## Heb je je oortjes bij je?

**Zoek samen, met de hele klas, een plek in of rond de school op (schoolplein, de toiletten, in de hal, trappenhuis etc.) De docent doet ook mee :-)**

**Zet allemaal je eigen muziek op, via je oortjes en dans samen, ook al luistert iedereen naar iets anders. Geen oortjes? Luister met iemand mee of sta juist stil tussen alle mensen om je heen die dansen/bewegen. Maar blijf bij de groep.**

**Kijk of er andere mensen langslopen en kijk hoe zij reageren?**

- **Vinden zij het grappig?**
- **Willen ze ook meedoen?**
- **Is het vreemd/verwarrend?**

**Ga terug naar de klas en bespreek met elkaar wat jullie van deze ervaring vonden.**

**Geen inspiratie om te dansen?**

- **Geef als docent fysieke opdrachten, bijvoorbeeld allemaal met je hoofd ja knikken**
- **Schouders op en neer (hoog/laag)**
- **Vingers in de lucht**
- **Vanuit je knieën dansen**
- **Allemaal van links naar rechts bewegen**
- **Springend**
- **Dichtbij elkaar (kluitje) of juist zo ver mogelijk bij elkaar vandaan.**
- **.....**



# Uit de knoop

## Het leven vieren doe je vaak samen met anderen.

Ga met alle leerlingen in een kluitje bij elkaar staan, alle handen in de lucht en pak nu willekeurig twee handen vast (ogen dicht). Kom nu “uit de knoop”. Je hebt elkaar nodig in een voorstelling, dit ga je ook zien in de voorstelling als de dansers heel hard raven. Dit geeft een gevoel van saamhorigheid en plezier, maar het is ook zwaar voor hen. Ze hebben elkaar nodig om door te gaan of ‘uit de knoop’ te komen.

Kijk tot slot de trailer van High met de klas en het filmpje over de theaterregels.

En let op: meldt van te voren even aan de klas dat er een stroboscoop in de voorstelling zit.

AYA PRESENTEERT

<https://www.aya.nl/voorstelling/high-12>





## Colofon

© Dit is een uitgave van Danstheater AYA

Inhoud lesmateriaal: Anika Abbing

Foto's: Constantin Trommlitz

Beeld voorkant: Studio Matusiak

Film - the making off High: Constantin Trommlitz

Danstheater AYA

Contactweg 42H

1014 AN Amsterdam

t: +31(0)20 386 85 74

e: [anika@aya.nl](mailto:anika@aya.nl)

Danstheater AYA ontvangt structurele  
ondersteuning van het Ministerie van OC&W.

**[WWW.AYA.NL](http://WWW.AYA.NL)**



VOLG ONS OP  
[@danstheateraya](https://www.instagram.com/danstheateraya)