

# Waar je uitkomt als je weggaat - handreiking voor leerkrachten

Versie januari 2026



Beste leerkracht / ICC'er / begeleider,

Binnenkort bezoek je met je groep de dansvoorstelling Waar je uitkomt als je weggaat. Deze beeldende en fysieke dansvoorstelling voor kinderen en volwassenen speelt met het thema weggaan en ergens aankomen.

Er is apart contact over de praktische kant van jullie bezoek. Met deze brief doen we je een aantal handreikingen om je groep voor te bereiden op de voorstelling, of beter gezegd op het thema van de voorstelling. Want de voorstelling zelf is gebaat bij het verrassingseffect van hoe het zich allemaal ontvouwt.

We wensen je klas en jou alvast heel veel plezier bij de voorbereiding en de voorstelling!

Team The100Hands

Leestijd: 15 -20 minuten

Vorbereidingstijd: 10 - 30 minuten

In de klas: 20-75 minuten (maak zelf een keuze in materiaal)



Foto: Barbara Medo

## Orientatie voor jou

The100Hands maakt fysiek interactieve dansvoorstellingen. Daarbij vinden we de ontmoeting met en tussen ons publiek heel belangrijk, omdat we ervan overtuigd zijn dat het samen aanwezig kunnen zijn, onze medemenselijkheid doet groeien en ons perspectief op de wereld verrijkt. Hier vind je meer over ons en wie we zijn: <https://www.the100hands.com/over-the100hands>

Waar je uitkomt als je weggaat is een spel met aanwezigheid. Drie dansers (Alison Duarte, Alkis Barbas en Maria Pokorska) dwalen door een landschap van deuren. Met maar een paar woorden en veel beweging betrekken ze de klas bij het uitvinden welke werelden er achter de deuren schuil gaan. Maar hoe vaak ze ook weggaan, het lijkt wel of ze altijd weer bij elkaar en het publiek uitkomen. Want weggaan is niet zo makkelijk als het lijkt.

Als je alvast wat beeld wil krijgen bij de voorstelling kan je de trailer van 1:30 bekijken. We raden je aan om deze alleen te kijken en niet met je klas 😊  
<https://vimeo.com/1147655333>

Plezier en beleving staan centraal in deze voorstelling. Je groep hoeft dus zeker niet stil en onbewogen toe te kijken: ze worden op een aantal momenten uitgenodigd om spontaan te reageren en op een moment wordt zelfs een leerling op het podium uitgenodigd.

Goed om te weten: De interacties zijn ongedwongen en de dansers zijn voorbereid op verschillende reacties. Heb je kinderen in je groep die deze situaties extra spannend vinden? Hou die dan wat in je buurt.



Foto: Barbara Medo

## Introductie Handreiking

Elke school, klas en docent is anders, daarom geven we je een open handreiking om het thema van de voorstelling met je klas te onderzoeken. Waar je uitkomt als je weggaat' speelt voor een brede leeftijdsgroep. We hebben dus met opzet verschillende soorten opdrachten in deze brief opgenomen zodat jij kan kiezen wat er bij je klas en jou past of er je eigen draai aan kan geven.

De voorstelling speelt op een toegankelijke wijze met de speelruimte op hte podium en de perceptie daarvan. Doordat de deuren steeds van plek veranderen zien de leerlingen steeds iets anders en zijn de dansers soms wel en dan ineens weer niet zichtbaar. Binnen de klas kan je hier ook mee aan de slag.

Heb je naar aanleiding van het doornemen van dit materiaal nog vragen of opmerkingen? Die kan je sturen naar [lucienne@the100hands.com](mailto:lucienne@the100hands.com).

## Vorbereiding

Hieronder vind je de opdrachten. We wisselen meer associatieve vragen af met concrete opdrachten en spel. Vooral voor die eerste categorie geldt dat elk antwoord juist is. Je kan een of twee opdrachten kiezen en daar flink wat tijd voor nemen of juist meer door de vragen heen gaan en verschillende perspectieven aanraken. Welke opdrachten je ook kiest, gebruik in ieder geval de eerste ter introductie en laatste als afsluiting.

De video's met Jasper (onze choreograaf) zijn een makkelijke manier om via het digibord de opdrachten met je klas te delen, maar je kan ook de uitgeschreven versie voorlezen of je eigen draai geven aan de opdrachten.

**Bij elke opdracht vind je een video link, de titel, lengte van de video, duur van de opdracht, het doel van de opdracht en een aantal emoji's die je iets meer vertellen.**

### emoji's

👉 De meeste opdrachten zijn klassikaal, maar sommige kunnen ook in groepjes, duo's of alleen worden uitgevoerd. De keuzes die jij daar in kan maken staan per opdracht helder aangegeven.

👉 Bij sommige opdrachten kan je er voor kiezen om je leerlingen dingen (eerst) op te laten schrijven. Zorg ervoor dat de materialen daarvoor dan klaar liggen.

👉 Bij sommige opdrachten is de deur van het klaslokaal betrokken. Afhankelijk van jullie gebouw en je klas kan je er ook voor kiezen een denkbeeldige deur te gebruiken.

**Het belangrijkste is dat jij en je klas plezier hebben bij de voorbereiding. Jij kan vast goed inschatten wat goed en minder goed bij jullie past 😊**

## Aan de slag

(lees onderstaande voor of verwoord het op je eigen manier)

We gaan (binnenkort) naar de dansvoorstelling 'Waar je uitkomt als je weggaat'. Als jullie naar de titel luisteren, waar zou de voorstelling dan over kunnen gaan?

Jasper, de choreograaf van de voorstelling, heeft een paar berichtjes naar ons gestuurd.

**[ VIDEO: introductie ]** speelduur 0:59 | duur opdracht: gelijk aan video | doel: introductie van thema | 🙌 klassikaal

Hallo allemaal!

Mijn naam is Jasper en ik ben choreograaf of dansmaker, zoals ze dat ook wel noemen. Binnenkort komen jullie naar de voorstelling Waar je uitkomt als je weggaat die ik samen met drie van onze dansers en nog een groep mensen heb gemaakt. De voorstelling gaat over weggaan en ergens aankomen, zoals je misschien al hebt kunnen raden.

Het idee voor deze voorstelling ontstond toen een van mijn kinderen, die ongeveer net zo oud is als jullie, vroeg waarom ik de hele tijd wegging, terwijl ik gewoon thuis was en door de deur naar een andere kamer liep. De vraag kwam op: wanneer ben je nou echt weg? Hoe werkt weggaan eigenlijk? En ik wil jullie allemaal uitnodigen om dat eens samen te gaan onderzoeken.

Zijn jullie er klaar voor?

**[ VIDEO: Weg of niet? ]** speelduur 4:57 | duur opdracht: 8-12 minuten | doel: door aanwezigheid te ervaren samen daar op speelse wijze op reflecteren | 🙌 klassikaal

Okay, belangrijk voor ons onderzoek is de vraag:

Hoe werkt weggaan eigenlijk? Laten we wat experimenten doen.

Sluit allemaal even je ogen en voor dit onderzoek is het belangrijk dat we allemaal heel stil zijn..

Steek nu je vinger op als je vindt dat je nu eigenlijk weg bent.

Okay en steek dan nu je vinger op als je vindt dat de andere weg zijn.

Okay, doe je ogen weer open en sta allemaal op en ga op een andere plek zitten. Jullie hebben daar 5 tellen de tijd voor.

5, 4, 3, 2, 1. Zit iedereen? Okay. Sluit weer je ogen, doe je nu handen voor je ogen en wordt weer stil.

**En dan komt de vraag:** waren deze drie nou weg of niet? Wat vinden jullie?

Verzamel zoveel mogelijk verschillende redenen waarom ze wel of juist niet weg waren. zet mij maar weer even op pauze.

Hmmm, interessant wat jullie ontdekt hebben, de andere belangrijke vraag is:

Willen jullie dit nog een keer doen?

Nee? Gaan dan door naar de volgende video. Oh toch wel?

Okay, ga dan weer in vijf tellen ergens anders zitten. 5, 4, 3, 2, 1. Zit iedereen? Okay. Sluit weer je ogen, doe je handen voor je ogen en wordt weer stil.

Nu raakt de juf of meester vijf kinderen aan die heel zachtjes zich mogen verstoppen. Niet stiekem kijken!

De klas houdt de ogen nog 10 tellen dicht, 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1, 0. Blijf zitten maar kijk om je heen - wie zijn er weg? Kunnen jullie het raden?

Als jullie klaar kunnen jullie we door naar het volgende onderzoek, eens kijken waar we uitkomen.

**[ VIDEO: zeggen en doen ]** speelduur 1:51 | duur opdracht: 8-20 minuten | doel: dagelijkse handeling onderzoeken en verbinden met theater/dans/choreografie maken | 🗣️eerst opschrijven kan | 🙋ieder voor zich of als gesprek klassikaal.

Als mensen weggaan zeggen ze meestal iets. Verzamel als klas of in groepjes zo veel mogelijk verschillende woorden/zinnen die mensen in het Nederlands zeggen als ze weggaan en daarna kan je ook woorden uit andere talen toevoegen. Schrijf ze op of vertel ze aan de klas, de juf of meester weet wel wat de beste optie is - en zet mij maar even op pauze.

Binnenkort komen jullie naar onze dansvoorstelling en daarin wordt niet zoveel gepraat. Wat voor bewegingen of gebaren maken mensen als ze weggaan? Verzamel eens verschillende mogelijkheden, met je klas of je groepje en laat ze zien - en zet mij maar even op pauze.

En nou ben ik als choreograaf natuurlijk benieuwd hoe groot of juist hoe klein je die bewegingen kan maken. Wanneer herken je het nog wel of juist niet meer? - en zet mij op pauze

Als jullie tijd hebben kan je nu verschillende bewegingen - groot en klein - achter elkaar zetten zodat het al een soort choreografie wordt - en zet mij op pauze

Hey weer wat ontdekt, laten we verdergaan!

[ **VIDEO: Magische deur** ] speelduur 0:46 | duur opdracht: 5-15 minuten | doel: werkelijkheid en fantasie aan elkaar koppelen en deze prikkelen | 🗣️ (eerst) opschrijven kan | 🙋 ieder voor zich of als gesprek klassikaal.

Tijdens de voorstelling gaan de dansers ook weleens weg door een deur.

Stel je voor dat jullie een magische deur in de klas hebben: waar zou jij uit willen komen als je er doorheen zou gaan en waarom? Zet mij even op pauze tot jullie klaar zijn met dit bespreken.

Okay en zijn er ook plekken waar je zeker niet uit wil komen? Zet mij even op pauze tot jullie klaar zijn met dit bespreken.

[ **VIDEO: bestaat weggaan?** ] speelduur 2:43 | duur opdracht: 8-20 minuten | doel: aan de hand van choreografische elementen (zoals tijd en ruimte) de leerlingen de beleving van weggaan verder laten onderzoeken | 🗣️ (eerst) opschrijven kan | 🙋 klassikaal | 📖 kan, maar hoeft niet. Het door de klasdeur weg laten gaan voegt wel iets toe aan de beleving van de leerlingen.

Met onze dansers hebben we nagedacht over de volgende vraag: Wanneer ben je nou echt weg? Kan je eigenlijk wel weggaan, want je bent altijd ergens? Wat denken jullie? Bestaat weggaan eigenlijk wel of is het maar een idee in je hoofd?

We hebben een paar vragen om dat verder te onderzoeken, je kan hier over praten of het met elkaar uitproberen.

Vraag 1: hoe ver weg moet je zijn voordat je weg bent? Uit de klas, uit de gang, de school uit? Wat vinden jullie? Zet mij na elke vraag even op pauze..

Vraag 2: Hoe lang moet je weg zijn voor je echt weg bent? Want als je snel iets uit de gang gaat halen, ben je dan weg?

Vraag 3: Als je iets of iemand vergeet, is het dan weg of niet? Bijvoorbeeld als jij je potlood kwijt raakt, 'm niet vind en daarna vergeet. Is je potlood dan weg of niet?

Vraag 4: Wat is fijner? Naar iets toegaan wat je leuk vind of van iets weggaan wat je stom vind?

Vooraf deze laatste vraag vond ik een heel belangrijk, omdat we ontdekten dat het allebei met weggaan te maken heeft, maar heel anders voelt.

Nou we zijn weer een stukje wijzer geworden over weggaan.

[ **VIDEO: Mini-verhalen** ] speelduur 1:21 | duur opdracht: 15-30 minuten | doel: zelf maken, bekijken en onder woorden brengen. Begrijpen dat theater en vooral dans verschillende perspectieven uitnodigen | 📖 het leukste met de klasdeur. Gebruik anders een hoek in de klas om door te vertrekken of arriveren of twee stoelen die als 'deurpost' fungeren (sommige mini-verhalen zullen dan echter niet goed werken) | 👉 verdeel de groep in duo's of trio's of doe een paar mini-verhalen direct klassikaal.

Weggaan en ergens aankomen is vooral iets wat je **gewoon doet**. Maar waar je vandaan komt, heen gaat of terecht komt maakt natuurlijk uit **hoe** je dat doet.

Bij dans is er meestal niet een verhaal zoals in een film of theater stuk, maar als je kijkt kan je wel allerlei verhalen zien of zelf bedenken.

Zometeen krijgen jullie van je juf of meester een mini-verhaal, wat jullie startpunt is voor weggaan of juist aankomen. Jullie hebben dan even de tijd om voor te bereiden hoe jullie dat doen. Dan laten jullie het zien terwijl de klas kijkt. En dan is steeds de vraag: Wat heeft iedereen gezien? En waar zou dit over kunnen gaan als je fantasie gebruikt?

Vaak kan je verschillende verhalen tegelijk zien, dat is heel normaal en juist ook zo leuk aan dans. Laten we de mini-verhalen verdelen. En als jullie klaar zijn kunnen jullie naar de volgende video.

(Voor de leerkracht: alle **Mini-verhalen** vind je op pagina 9 hieronder **die je ook kan uitprinten, in stroken knippen en verdelen - je kan ook de eerste 🦋 aan iedereen geven**. Ook kan je er voor kiezen om klassikaal maar een paar te doen).

[ **VIDEO: afsluiting** ] speelduur 0:27 | duur opdracht: zelfde als video | doel: afsluiting en uitnodiging om contact te leggen | 👉 klassikaal

Nou, zo hebben we weggaan en aankomen al wat onderzocht. In de voorstelling komt dit verder tot leven als de dansers jullie meenemen op hun zoektocht. Hebben jullie nou leuke dingen ontdekt of nog een vraag aan de dansers of mij na de voorstelling? Stuur ons dan een bericht op onderstaand email adres. We vinden het leuk van jullie te horen!

Veel plezier bij de voorstelling!

## VIDEOLINKS

Werkt een link in het document niet? Probeer dan die hieronder of kopieer ze in je browser.

**Introductie:** <https://vimeo.com/1155673653/8830c460d9?fl=tl&fe=ec>

**Weg of niet?** <https://vimeo.com/1155673901/8aba6ae13b>

**Zeggen en doen?** <https://vimeo.com/1155676365/e37536fb51?share=copy&fl=sv&fe=ci>

**Magische Deur** <https://vimeo.com/1155672109/4e349f18ac?share=copy&fl=sv&fe=ci>

**Bestaat Weggaan?** <https://vimeo.com/1155671888/d9f12be596?share=copy&fl=sv&fe=ci>

**Mini-verhalen** <https://vimeo.com/1155672415/71b6e311dd?share=copy&fl=sv&fe=ci>

**Afsluiting:** <https://vimeo.com/1155674462/bfce76a038?share=copy&fl=sv&fe=ci>



Foto: Barbara Medo

## Mini-verhalen

: Verzin zelf een verrassende, originele of gekke manier om weg te gaan of aan te komen.

**Weggaan:** Ergens in de klas ligt een grote, maar onzichtbare bewaker te slapen, jullie moeten zo stil en voorzichtig mogelijk weggaan, zodat hij niet wakker wordt.

**Aankomen:** Kom binnen alsof jullie door een groot gevaarlijk dier zijn achternagezeten en net op tijd de deur veilig achter je hebben dicht gedaan.

**Aankomen:** Alsof je eerst helemaal ergens anders was en je niet zeker weet waar je nu bent.

**Weggaan:** Ga weg alsof jullie je klaar gaan maken om terug te komen, maar blijf zonder dat de anderen je kunnen zien op de gang wachten tot de juf/meester jullie komt halen.

Extra vraag voor de klas: hoe lang duurde het voordat je dacht 'die komen niet meer / die zijn weg'?

**Aankomen:** Binnen lopen, maar dan ontdekken dat je de verkeerde deur hebt genomen, sorry zeggen, weer weggaan en iets gekks zeggen, en nog eens binnenkomen.

**Aankomen:** alsof het heel druk op de gang is en nu de deur dicht is, je eindelijk even rust hebt.

**Aankomen:** je stapt binnen en ontdekt dat de vloer van lava is. Dus klimmen jullie zo snel mogelijk op iets (wel even checken of het mag) en je weg verder te klimmen.

**Aankomen:** jullie komen binnen in een storm en worden opzij en steeds omver geblazen.

**Aankomen:** zodra jullie binnenkomen zitten jullie aan elkaar geplakt als magneten. Je kan wel schuiven, maar wat je ook probeert je komt niet los tot het verhaal afgelopen is.

**Aankomen:** Doe de deur open zonder jezelf te laten zien en spring na 5 tellen plots te voorschijn en ren naar binnen.

**Aankomen:** Kom zo onopvallend mogelijk binnen. Sluip naar je eigen tas en 'steel' daar iets uit.

**Aankomen:** Kom binnen, zeg 'pssst' tegen iedereen en zoek naar het zachtste geluid in de klas.

**Weggaan:** Ga gehaast op zoek naar een andere uitgang dan de deur van de klas - misschien in een kast of om een hoekje? Door het raam (vraag wel eerst of dat mag)?