



## Method Sheet

### Τίτλος δραστηριότητας

Ποια είναι η συμπεριληπτική διαδικασία δημιουργίας από ένα σόλο σε μια χορογραφία στο δημόσιο χώρο

### Διάρκεια

8 έως 16 ώρες εργαστηρίου  
(ανάλογα με τη χώρο και τον ρυθμό της ομάδας)

### Συμμετέχοντες

Οποιαδήποτε συμπεριληπτική ομάδα.  
Το παράδειγμα που περιγράφεται στο βίντεο είναι από ομάδα τριάντα μαθητών (12-13 ετών) και μια ομάδα πέντε ενηλίκων με ψυχική νόσο.

### Δραστηριότητα προτάθηκε από

DK-BEL Company



## Method Sheet

### Από τα σόλο στη συλλογική δημιουργία Μέρος 1

Αυτό είναι το πρώτο μέρος της θεματικής ενότητας που δημιουργήθηκε με θέμα "Βγαίνοντας από τη φύσκα".

# Στόχοι

Στόχος είναι να δοθεί αξία στην κινησιολογία και στην μοναδικότητα του κάθε συμμετέχοντα που θα λάβει μέρος στην παράσταση. Κάθε ένας από τους συμμετέχοντες πρέπει να αναδειχθεί.

# Υλικά

Ένας χώρος αρκετά μεγάλος ώστε να χωράει όλη την ομάδα και ένα καλό ηχοσύστημα.

# Προετοιμασία

Συλλογική προετοιμασία των καλλιτεχνών της ομάδας.

(4 έως 35 συμμετέχοντες)

Αποφασίστε μαζί τα βήματα κάθε εργαστηρίου – ποιος κάνει τι; Ο συντονιστής εμπλέκει την ομάδα σε όλες τις αποφάσεις αλλά είναι τελικά υπεύθυνος για τη λήψη της κάθε απόφασης.

# Μέθοδος αξιολόγησης

Ο συντονιστής μπορεί να αξιολογήσει το εργαστήριο τηρώντας τα ακόλουθα:

Σε ποιο βαθμό οι συμμετέχοντες

- Συμφωνήσαν να συμμετάσχουν με ή χωρίς βοήθεια
- Συνεργάστηκαν με έναν άλλο χορευτή ή και σε ομάδα
- Ένιωσαν καλά στην ομάδα
- Απόδέχτηκαν το ρόλο τους ως χορευτές και ότι έχουν κοινό.

# Μέθοδος

1. Καθοδηγήστε τους συμμετέχοντες στη δημιουργία ενός σόλο με δοσμένο θέμα: Στο βίντεο με τίτλο «Ενότητα 1» το θέμα που χρησιμοποιείται είναι «Βγαίνοντας από τη φούσκα». Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να βρουν κινήσεις για να ξεφύγουν από «φούσκες» διαφορετικού σχήματος:

- Γύρω από το κεφάλι τους (σαν σφαίρα)
- Γύρω από το σώμα τους (σαν τετράγωνο)
- Γύρω τους (σαν κάθετος σωλήνας γεμάτος αέρα)

2. Μόλις δημιουργηθεί το σόλο με το είδος τους σχήματος και τις 4 – 5 κινήσεις που επέλεξε ο καθένας τότε το παρουσιάζει στον άλλον ως χορευτής.

3. Όλοι κάνουν το σόλο τους την ίδια στιγμή και εμείς (το ζευγάρι και ο συντονιστής) προσπαθούμε να βρούμε μαζί τις παύσεις.

4. Τα σόλο παρουσιάζονται σε όλη την ομάδα.

5. Μετά από σε ζευγάρια (όπως στο βίντεο με τίτλο Ενότητα 2) δουλεύουμε σε ομάδες των 4 έως 6 χορευτών. Στη δημιουργία της χορογραφίας, ο συντονιστής συνεργάζεται με τους συμμετέχοντες ώστε να αναδείξει τον καθένα από το σόλο μέχρι τη συλλογική δημιουργία.

6. Εμείς (η ομάδα, με επικεφαλής τον συντονιστή) βάζουμε σε μια σειρά όλα τα διαφορετικά κομμάτια που δημιουργήσαμε ανάλογα πάντα με το χώρο στον οποίο θα εμφανιστούμε (όπως στο βίντεο με τίτλο Ενότητα 3). Η ομάδα πρέπει να μπορεί να εξασκείται σε έναν χώρο με μέγεθος ανάλογο του χώρου της παράστασης, ώστε να κατανοεί πόσο χώρο έχει και πού θα βρίσκεται το κοινό ώστε να βλέπει τη σωστή κατεύθυνση (μπορεί να είναι όλες οι κατευθύνσεις σε έναν δημόσιο χώρο).

7. Στη συνέχεια χορεύουμε μαζί κατά τη διάρκεια της παράστασης!

## **Τι πρέπει να γνωρίζετε ως ενδιαφερόμενοι**

Να έχετε μια ομάδα συνοδών ώστε να μπορεί να παρακολουθεί καθεμία από τις ομάδες που θα σχηματιστούν. Στην περίπτωση που γίνεται σε σχολικό περιβάλλον, οι δάσκαλοι μπορούν επίσης να αναλάβουν την ευθύνη των μικρών ομάδων.

# Παραλλαγές

Ορισμένοι συμμετέχοντες ενδέχεται να μην έχουν τη δυνατότητα να δημιουργήσουν ένα σόλο. Τότε είναι απαραίτητο να τους αναθέσετε έναν συνεργάτη (άλλο συμμετέχοντα ή άλλο συνοδό). Θα λειτουργήσουν ως ζευγάρι, με στόχο, να εμπνεύσουν το ζευγάρι τους κινησιολογικά και όχι να κάνουν μίμηση.

# Οδηγίες

Το εργαστήριο θα κατανοηθεί τους συμμετέχοντες εάν κάθε κίνηση και χειρονομία προέλθει από τα μέλη της ομάδας.



Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union.  
KA2 Strategic Partnerships for Youth 2020-1-FR02-KA227-YOU-018695