



contact

Method Sheet

Harjoitteen nimi

Tila, aika ja proksemiikka

Kesto

osana 120 minuutin työpajaa

Osallistujat

- Vähintään neljä osallistujaa, enimmäismäärä riippuu käytettävissä olevista tiloista ja avustajien määrästä.
- Soveltuu kaikille

Harjoitteen ehdottaja

Compagnie DK-BEL



Method Sheet

Tila, aika ja proksemiikka

Toiminnalle annetun tilan hyödyntäminen parhaalla mahdollisella tavalla esitystä varten on taito itsessään, mutta se vaikuttaa paljon myös esityksen lopputulokseen. Myös oikea ajoituksen ymmärtäminen ja käyttö on elintärkeää. Proksemiikka ja jokaisen ihmisen yksilölliset henkilökohtaisen tilan tarpeiden ymmärtäminen on tärkeämpää kuin koskaan, etenkin näin korona-aikana. Vammaisten henkilöiden kanssa työskenneltäessä voi olla vielä tärkeämpää painottaa, että kaikki toimintaan osallistuvat ymmärtävät yhteisesti sovitut ohjeet läheisyydestä ja toisen kunnioittavasta kosketuksesta.

Tässä harjoitteessa vuorovaikutusta lähestytään ajan ja tilan käsitteiden kautta. Aika ja tila ovat kaksi tanssillisuuden elementtiä, jotka mahdollistavat osallistujat sanattoman viestinnän pariin. Olennaisena osana tätä viestintää on katsekontakti.

Tavoitteet

Kehitetään harjoitetta hyödyntämällä liikkeen laatuja ja dynamiikkaa:

- Vuorovaikutus (etäisyys/läheisyys toisiin ja tilaan)
- Tasot (matalalla lattialla - korkealla kurottaen korkealla)
- Aika/nopeus (todella hitaasti/hitaasti/nopeasti/todella nopeasti)
- Energia (matala energia, kuin laiskiainen, korkea energia, tasmanian tuholainen)

Materiaalit

- Turvallinen ja tarpeeksi iso tila
- Useita vaihtoehtoja dynaamisesta musiikista
- Kaiutin/äänentoistojärjestelmä

Valmistelut

Varmista, että lattia on puhdas, musiikkilaitteet on kytketty ja kaiutin toimii. Merkitse paikka kenkien, takkien, laukkujen jne. säilyttämistä varten. Tulosta tarvittavat paperit ja aseta ne esille kynien lisäksi

Ohjeistus

Pyydä osallistujia muodostamaan piiri. Aloita pyytämällä jokaista sanomaan oma etunimensä ääneen. Toisella kierroksella jokainen osallistuja sanoo oikealla puolellaan olevan henkilön nimen. Kolmannella kierroksella jokainen sanoo vasemmalla puolellaan olevan henkilön nimen.

Pyydä kahta osallistujaa liikkumaan tilassa joko kävellen tai tanssien musiikin tahtiin, ja samalla ylläpitämään katsekontaktia: vuorovaikutus silmien välityksellä. Kaiken osallistujien välisen vuorovaikutuksen ja toiminnan tulisi olla sanatonta. Käytä dynaamista musiikkia. Ohjeista tarvittaessa puheella, jos jollain osallistujalla on hankaluuksia ymmärtää harjoite.

1. Läheisyys/etäisyys:

- Parit liikkuvat lähemmäksi toisiaan: ollaan lähellä/todella lähellä, ja samalla ylläpidetään katsekontaktia.
- Parit liikkuvat kauemmaksi toisistaan: ollaan kaukana/todella kaukana, ja samalla ylläpidetään katsekontaktia

2. Tasot:

- Pari menee alas kohti lattiaa, samalla ylläpitäen katsekontaktin.
- Pari venyttää kohti kattoa, samalla ylläpitäen katsekontaktin

3. Aika/nopeus:

- Pari liikkuu nopeasti tai todella nopeasti, samalla ylläpitäen katsekontaktin
- Pari liikkuu hitaasti tai todella hitaasti, samalla ylläpitäen katsekontaktin

Ryhmäläisiä voi pyytää vaihtamaan pareja usein ryhmädynamiikan kehittymisen vuoksi, se lisää harjoitteeseen myös leikkimielisyyttä. Harjoituksen tai pelin kesto määräytyy ryhmän jaksamisen ja kiinnostuksen mukaan.

Harjoitteen seuraavassa vaiheessa voidaan vielä lisätä tekemistä kuvaava sana, kuten käänny, hyppää tai vierekkäin aina, kun pari on lähellä toisiaan. Katsekontakti on tärkeä muistaa koko harjoitteen ajan.

Arviointi

- Kokoa ryhmä piiriin tilanteen läpikäymiseksi
- Anna positiivista palautetta ja nosta esille kaikki vuorovaikutustilanteet, jotka tulivat harjoitteen aikana esille
- Anna tanssijoiden ilmaista kokemuksensa ja kertoa palautetta työpajasta
- Päätökseen kuuluu myös mahdollisesta jatkosta kertominen
- Suunnittele jatkotyöskentely huomioimalla onnistuneet parityöskentelyhetket

Vinkit

- Varaudu arvioimaan jokaisen tanssijan erilaiset kyvyt (psyykomotoriset taidot, ohjeiden ymmärtäminen sekä halu osallistua).
- On tärkeää huomata myös tanssijoiden mieltymykset, jotta työskentelyryhmien muodostaminen helpottuu

Jatkokehittäminen

Avustajat voivat auttaa tanssijoita lausumaan etunimensä tai tarvittaessa sanoa sen heidän puolestaan. Ryhmä aloittaa tutustumisen leikkimielisellä tavalla. Tämän lämmittelyharjoitteen avulla voit arvioida, kuinka hyvin osallistujat ymmärtävät ohjeita. Jos joku tanssijoista ei pysty työskentelemään yksin, voi avustaja tukea häntä osallistumaan. Vaihtoehtoisesti tämän tuen voi saada myös joltain muulta ryhmän tanssijalta.

Menetelmä

Harjoitteen on kehittänyt Compagnie DK-BEL. Harjoitetta kannattaa käyttää yhdessä Katsekontakti -harjoitteen kanssa. Lisätietoa menetelmästä tai muista työpajoista, ota yhteys Sophie Bulbulyaniin sophie.bulbulyan@dk-bel.com.



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