



Method Sheet

Τίτλος δραστηριότητας

Χρήση του Χώρου,
του Χρόνου και της Εγγύτητας

Διάρκεια

120 λεπτά ανά εργαστήριο

Συμμετέχοντες

Τουλάχιστον τέσσερις συμμετέχοντες. Ο μέγιστος αριθμός εξαρτάται από τον διαθέσιμο χώρο και τους βοηθούς. Προσβάσιμη για όλους

Πρόταση δραστηριότητας από

Compagnie DK-BEL



Method Sheet

Χρήση του Χώρου, του Χρόνου και της Εγγύτητας

Το να κατανοείς πώς μπορείς να αξιοποιείς με τον καλύτερο δυνατό τρόπο τον διαθέσιμο χώρο για μια παράσταση είναι από μόνο του μια ικανότητα και επηρεάζει βαθιά το τελικό αποτέλεσμα. Καίριας σημασίας είναι και η σωστή κατανόηση και η σωστή διαχείριση του χρόνου. Η εγγύτητα και ότι ο καθένας μας έχει διαφορετικές ανάγκες προσωπικού χώρου έχει μεγαλύτερη σημασία από ποτέ αυτή την εποχή με την COVID. Όταν εργάζεστε με άτομα με αναπηρίες, ίσως είναι ακόμα πιο σημαντικό όλοι οι συμμετέχοντες να κατανοούν τις συμφωνημένες οδηγίες για τη μεταξύ τους εγγύτητα και τα αγγίγματα.

Σε αυτή την άσκηση, προσεγγίζουμε την επικοινωνία μέσω των εννοιών του χρόνου και του χώρου. Ο χρόνος και ο χώρος είναι δύο στοιχεία των χορευτικών κινήσεων που βοηθούν τους συμμετέχοντες να επικοινωνούν μη λεκτικά. Η βλεμματική επαφή είναι απαραίτητη σε αυτή τη φάση.

Στόχοι

Εξέλιξη με διαφορετικά στοιχεία κίνησης:

- εγγύτητα (κοντά ή μακριά ο ένας από τον άλλον και από άλλα αντικείμενα στον χώρο)
- επίπεδο (χαμηλά στο πάτωμα ή τεντωμένα ψηλά στις μύτες των ποδιών)
- χρόνος/ταχύτητα (πολύ αργά/αργά/γρήγορα/πολύ γρήγορα)
- ενέργεια (λίγη ενέργεια, σαν βραδύποδες/πολλή ενέργεια, σαν δαίμονες της Τασμανίας)

Υλικά

- Ένας ασφαλής χώρος αρκετά μεγάλος για την ομάδα
- Πολλές επιλογές δυναμικής μουσικής
- Ηχείο/σύστημα ήχου

Προετοιμασία

Φροντίστε να είναι καθαρό το πάτωμα, να υπάρχει λίστα με μουσικά κομμάτια και να λειτουργεί το ηχείο. Ετοιμάστε έναν χώρο για παπούτσια, παλτά, τσάντες κ.λπ. Να έχετε βγάλει φωτοτυπίες των εγγράφων χρειάζεστε και να τα έχετε διαθέσει μαζί με στυλό.

Βήματα/Οδηγίες

Συγκεντρώστε την ομάδα σε κύκλο. Κάθε συμμετέχων λέει το μικρό του όνομα δυνατά στον κύκλο. Έπειτα, στον δεύτερο γύρο, κάθε συμμετέχων πρέπει να πει το όνομα του ατόμου που βρίσκεται στα δεξιά του. Στον τρίτο γύρο, οι συμμετέχοντες λένε το όνομα του ατόμου στα αριστερά τους.

Ζητήστε από δύο συμμετέχοντες να κινηθούν στον χώρο περπατώντας ή χορεύοντας με τη μουσική ενώ κοιτούν διαρκώς ο ένας τον άλλον: σύνδεση με βλεμματική επαφή. Κάθε αλληλεπίδραση μεταξύ των συμμετεχόντων πρέπει να είναι μη λεκτική και οι δραστηριότητες να μην έχουν λόγια. Βάλτε δυναμική μουσική. Προσφέρετε λεκτική καθοδήγηση αν δείτε κάποιον συμμετέχοντα να δυσκολεύεται.

1. Με την έννοια της απόστασης, κοντά και μακριά:

- Οι παρτενέρ πλησιάζονται: έρχονται κοντά/πολύ κοντά, διατηρώντας βλεμματική επαφή.
- Οι παρτενέρ απομακρύνονται: απομακρύνονται πολύ/πάρα πολύ, διατηρώντας βλεμματική επαφή.

2. Με την έννοια του επιπέδου:

- Οι παρτενέρ χαμηλώνουν προς το πάτωμα διατηρώντας βλεμματική επαφή
- Οι παρτενέρ τεντώνονται ψηλά διατηρώντας βλεμματική επαφή

3. Εισαγάγετε την έννοια του χρόνου/της ταχύτητας

- Οι παρτενέρ κινούνται γρήγορα ή πολύ γρήγορα διατηρώντας βλεμματική επαφή.
- Οι παρτενέρ κινούνται αργά ή πολύ αργά διατηρώντας βλεμματική επαφή.

Ζητήστε συχνές αλλαγές παρτενέρ για να εδραιωθεί μια δυναμική στην ομάδα, καθώς και η έννοια του παιχνιδιού. Η διάρκεια του παιχνιδιού ποικίλλει ανάλογα με τη συγκέντρωση της ομάδας και με την κοινή απόλαυση της δραστηριότητας.

Ένα προαιρετικό επόμενο βήμα είναι να προσθέσετε ρήματα κίνησης, όπως «πηδήξτε, γυρίστε ή σταθείτε πλάι-πλάι» όταν πλησιάζονται οι παρτενέρ, χωρίς να ξεχνάτε ότι είναι σημαντική η διατήρηση της βλεμματικής επαφής κατά τη διάρκεια της διαδικασίας.

Μέθοδος αξιολόγησης

- Συγκεντρώστε σε έναν κύκλο την ομάδα για να συζητήσετε για τη συνάντηση.
- Κάντε θετική ανατροφοδότηση τονίζοντας όλες τις συνεργασίες που προέκυψαν κατά τη συνάντηση.
- Αφήστε τους χορευτές να εκφράσουν γνώμες για την εμπειρία και ανατροφοδότηση για το εργαστήριο.
- Το κλείσιμο περιλαμβάνει υποδείξεις για το πώς μπορεί να συνεχιστεί η συνάντηση.
- Προετοιμάστε μελλοντικές συναντήσεις δίνοντας σημασία στα επιτυχημένα ζεύγη.

Συμβουλές προς τους συντονιστές

- Να είστε προετοιμασμένοι να αξιολογείτε τις ικανότητες κάθε χορευτή σε διάφορους τομείς (ψυχοκινητικά, ως προς την κατανόηση οδηγιών και την επιθυμία του για συμμετοχή).
- Είναι σημαντικό να αντιληφθείτε τις συμπάθειες μεταξύ χορευτών, ώστε να μπορούν να δημιουργήσουν ομάδες εργασίας.

Παραλλαγές

Τυχόν φροντιστές μπορούν να βοηθούν τους χορευτές να πουν το μικρό τους όνομα ή να το λένε αντί για αυτούς αν οι ίδιοι δεν μπορούν. Η ομάδα ξεκινάει τη γνωριμία με παιχνιδιάρικο τρόπο. Αυτές οι ασκήσεις για ζέσταμα σάς δίνουν τη δυνατότητα να κρίνετε αν καταλαβαίνουν όλοι τις οδηγίες.

Αν το επίπεδο κατανόησης κάποιων χορευτών δεν τους επιτρέπει να εργάζονται μόνοι, μπορεί κάποιος φροντιστής να συμμετέχει μαζί τους. Στη συνέχεια, αυτή τη βοήθεια θα την παρέχει απευθείας κάποιος από τους άλλους χορευτές.

Μέθοδος

Αυτή η μέθοδος δημιουργήθηκε από την Compagnie DK-BEL. Θα ήταν χρήσιμο να έχει προηγηθεί η μέθοδος της Βλεμματικής Επαφής στη συνάντηση. Αν θέλετε περισσότερες πληροφορίες για αυτή τη μέθοδο ή θα θέλατε να μάθετε πώς να χειριστείτε επόμενα εργαστήρια, επικοινωνήστε με τη Sophie Bulbulyan στο 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