



Τίτλος μαθήματος	ΤΟ ΑΓΓΙΓΜΑ ΩΣ ΠΡΑΞΗ ΜΕΤΑΜΟΡΦΩΣΗΣ
Αριθμός μαθήματος στον κύκλο χορογραφιών	2
Ομάδα	Μεικτή Ομάδα
Ομάδα κοινού	Άτομα με και χωρίς κινητική αναπηρία
Αριθμός συμμετεχόντων	16
Διάρκεια	2 ώρες
Υλικά	χαλάκια παζλ, ακουστικά, μαξιλάρια, στρώματα, μπλοκάκια, αναπηρικά καροτσάκια, καρέκλες, τηλέφωνα, smartphones, i-pods, ταινίες, σχοινιά, σκάλες, διάδρομοι

Σκοπός μαθήματος:

Αυτό το εργαστήριο βασίζεται στη χορογραφική έρευνα. Μέσα από τον αυτοσχεδιασμό θα εξετάσουμε χορογραφικές τεχνικές και ικανότητες σύνθεσης, τη διαδικασία λήψης αποφάσεων, διαφορετικές ποιότητες κίνησης, τη συσσώρευση κινήσεων και τη χωρική οργάνωση. Ο στόχος είναι να εξερευνήσουμε την ατομική δουλειά, ωστόσο θα πραγματοποιηθεί και δουλειά σε ζευγάρια, τριάδες, τετράδες, καθώς και ομαδική δουλειά που θα έχει ως αποτέλεσμα νέες δημιουργίες / συνθέσεις και παραστάσεις.



Θα μελετηθεί και θα αναπτυχθεί μία ατομική χορογραφία εντός της ομάδας. Η χορογραφία ως μορφή τέχνης μπορεί να προσφέρει μια αίσθηση επιτυχίας. Καθώς τα άτομα που παρακολουθούν τα εργαστήρια δεν έχουν την ίδια εμπειρία σε επίπεδο κίνησης και χορού, η βασική ιδέα είναι να δοθεί στον καθέναν από τους συμμετέχοντες η ευκαιρία να εμβαθύνει στη δική του δουλειά.

Για τους αρχάριους, οι οποίοι συμμετέχουν για πρώτη φορά σε ένα εργαστήριο κίνησης προσβάσιμο σε ανθρώπους με και χωρίς αναπηρία, η έρευνα θα βασιστεί στη δημιουργία μιας κινητικής φράσης. Στην περίπτωση πιο προχωρημένων μαθητών που έχουν πιο γερές βάσεις (τουλάχιστον τρία χρόνια συμμετοχής στα εργαστήρια, παρακολούθηση ενός προγράμματος σπουδών χορού κλπ.) ο στόχος θα είναι η πραγματοποίηση μιας ολοκληρωμένης ιδέας που θα οδηγήσει σε μία δική τους, ξεχωριστή δημιουργία. Δίνουμε έμφαση στη μελέτη της κίνησης και στην παρουσία του ερμηνευτή.

Μία ατομική χορογραφία μπορεί να αποτελέσει αφορμή για πρακτική έρευνα πέραν των τακτικών εβδομαδιαίων συναντήσεών μας. Επιπλέον, μέσω αυτής της προσέγγισης θεωρούμε ότι το έργο αυτό μπορεί να ανταποκρίνεται καλύτερα, να λαμβάνει περισσότερο υπόψη, καθώς και να είναι πιο ευπροσάρμοστο σε σχέση με τις ανάγκες του καθένα και, ως αποτέλεσμα, τα εργαστήρια είναι πιο αποτελεσματικά και πλήρως προσβάσιμα σε όλους. Θα δοθούν παραδείγματα του τρόπου σχεδιασμού των εργαστηρίων. Αυτά τα παραδείγματα είναι ενδεικτικά μιας τέτοιου είδους διαδικασίας όπου δίνεται έμφαση στη δημιουργική προσέγγιση και όχι ενδεικτικά μίας τάξης που βασίζεται στην τεχνική.

Με τα λόγια των M. Tufnell και C. Crickmay 'κάθε δημιουργική διαδικασία είναι, ως έναν βαθμό, αυτοσχεδιασμός και περιλαμβάνει φάσεις άγνοιας για το τι θα ακολουθήσει'.

Στη διάρκεια αυτών των εργαστηρίων, ο αυτοσχεδιασμός χρησιμοποιείται κυρίως ως μέσο εξερεύνησης του κινητικού υλικού, ως μέσο εκπαίδευσης της αντιληπτικής μας ικανότητας και της κιναισθητικής αντίληψής μας προκειμένου να δημιουργήσουμε μια ατομική δουλειά αλλά επίσης κι ως μέσο ανάπτυξης ομαδικών σχέσεων. "Ο αυτοσχεδιασμός μας παρέχει τον τρόπο να ανασύρουμε επίπεδα εμπειρίας, αισθήσεων, χαρακτήρα, και συναισθημάτων που συνήθως προσπερνάμε ή καταπιέζουμε – μας επιτρέπει να ταξιδέψουμε όλο και πιο βαθιά σε μία στιγμή που διαρκώς επεκτείνεται και εναλλάσσεται...Ως στρατηγική ανακάλυψης και ανάπτυξης εικόνων απαιτεί και ταυτόχρονα δημιουργεί ένα ολόκληρο εύρος δεξιοτήτων, η πιο σημαντική των οποίων είναι η ικανότητα να μένει κανείς ακίνητος και να δώσει την προσοχή του στην παρούσα στιγμή". Επιπλέον, εισάγονται και εξερευνούνται χορογραφικές έννοιες.

Κατά τη διάρκεια των 12 συναντήσεών μας, αυτό που κυρίως μας ενδιαφέρει είναι το πώς μπορεί ο χορός να αποτελέσει το μέσο με το οποίο θα αποκτήσουμε αυτοπεποίθηση μέσω της κίνησης, θα ωθήσουμε τους εαυτούς μας να προχωρήσουν, και θα αναπτύξουμε περαιτέρω τη γνώση μας τόσο σε ατομικό όσο και σε ομαδικό επίπεδο.



ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

Εισαγωγή | Ζέσταμα μέσω διαφορετικών σημείων του σώματος (30 λεπτά)

Αυτή η άσκηση ζεστάματος εισάγει αρκετά εργαστήρια καθώς προετοιμάζει το σώμα για να δουλέψει και μας βοηθάει να είμαστε παρόντες στη στιγμή. Μπορούμε να ξεκινήσουμε είτε ξαπλωμένοι στο πάτωμα ή στα στρώματα, είτε καθιστοί, είτε όρθιοι, είτε σε κίνηση, είτε ακίνητοι. Κινητοποιούμε διαφορετικά σημεία του σώματος, εστιάζοντας στην κινητικότητα των αρθρώσεων, στην απομόνωσή τους, στις ποιότητες της κίνησης, στην ταχύτητα. Ξεκινώντας από την κορυφή και κινούμενοι προς τα κάτω στο κεφάλι, το στόμα, τη μύτη, τα αυτιά, τη γλώσσα, τα μαλλιά, τον λαιμό, τους ώμους, τους αγκώνες, τα χέρια, τους καρπούς, τα δάχτυλα, τη λεκάνη, τη σπονδυλική στήλη, τα πόδια, τα γόνατα, τις πατούσες, τα δάχτυλα του ποδιού, τους αστραγάλους, τις φτέρνες. Συνεχίζουμε δημιουργώντας διάλογο μεταξύ δύο διαφορετικών σημείων του σώματος, πχ. μεταξύ του κεφαλιού και του μικρού δαχτύλου ή του χεριού και των ματιών.

Πρέπει να γίνει επίδειξη και είναι απαραίτητο να δοθούν σχόλια και συμβουλές.

1η Δραστηριότητα | Το άγγιγμα ως πράξη μεταμόρφωσης / καταβύθιση του εαυτού στην αίσθηση της αφής / δουλειά σε ζευγάρια (60 λεπτά)

Ως εργαλείο αυτοσχεδιασμού χρησιμοποιούμε μια κοινή ιδέα, αυτή του αγγίγματος, των άλλων και από τους άλλους, και πώς αυτό το άγγιγμα μπορεί να ξυπνήσει και τελικά να αλλάξει την αντίληψή μας για το σώμα μας. Ξεκινάμε σε ζευγάρια. Κάθε ζευγάρι επιλέγει τον χώρο όπου θα δουλέψει και ένα σημείο εκκίνησης μεταξύ τους. Ένας από τους δύο (Α) θα ξεκινήσει την κίνηση αγγίζοντας ένα μέρος του σώματος του άλλου. Αυτός που δέχεται το άγγιγμα (Β) δίνει χρόνο στον εαυτό του για να νιώσει την αίσθηση του αγγίγματος και προσπαθεί να κινήσει ελαφρώς αυτό το σημείο του σώματός του ώστε να δείξει στο ζευγάρι του ότι το αισθάνεται. Κάθε ζευγάρι συνεχίζει με τον δικό του ρυθμό, δίνοντας χρόνο και χώρο για να παρατηρήσει ο ένας τον άλλο και να καταλάβουν τα δυνατά και αδύναμα σημεία στα σώματά τους, καθώς και τα μοτίβα που περιλαμβάνουν. Ο στόχος είναι μέσα από αυτή τη συνειδητή πράξη αγγίγματος και μέσα από την προσεκτική παρατήρηση της άσκησης να προσέξουμε όλα τα σημεία του σώματος και να αποκτήσουμε βαθιά κατανόηση και επίγνωση των δικών μας κινήσεων και αυτών του ζευγαριού μας.



Ερωτήσεις

Οι ερωτήσεις που προκύπτουν από αυτή τη δραστηριότητα και τις οποίες συζητάμε είναι: θα μπορούσε το άγγιγμα να είναι καταλύτης για μια διαφορετική θεώρηση του σώματος; Πώς μπορούμε να δουλέψουμε χρησιμοποιώντας το άγγιγμα προκειμένου να ενεργοποιήσουμε και να θέσουμε υπό αμφισβήτηση την αντίληψη του καθένα, και πώς μπορούμε να ξεκινήσουμε μια άλλη ποιότητα κίνησης, μια άλλη κατεύθυνση στον χώρο, ή να αλλάξουμε τον ρυθμό του σώματος; Αυτή η άσκηση μπορεί να εξελιχθεί ως ατομική άσκηση με το να φέρουμε στο νου μας αυτή την εμπειρία και να την εφαρμόσουμε με ένα φανταστικό ζευγάρι.

Κατά τη διάρκεια της άσκησης, ο εκπαιδευτής μπορεί να κατευθύνει τους “κινούμενους” λέγοντάς τους, για παράδειγμα, να χρησιμοποιήσουν άλλα σημεία του σώματος των μαθητών που είναι ξαπλωμένοι, πέραν των χεριών τους, ή να χρησιμοποιήσουν κάποια σημεία του σώματος ως μοχλούς. Επιπλέον, θα ήταν καλή ιδέα να γίνεται μια παύση κάθε τόσο ώστε οι “κινούμενοι” μαθητές να θυμούνται να αφήνουν τους βάρους τους στον έλεγχο των ζευγαριών τους.

ΤΕΛΟΣ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑΣ



Βιβλιογραφία

Allbright, Ann Cooper. 1997. Choreographing difference (Χορογραφώντας τις διαφορές). Middletown CT: Wesleyan University Press

Gilbert, Anne Green. 1992. Creative dance for all ages: a conceptual approach (Δημιουργικός χορός για όλες τις ηλικίες: μια εννοιολογική προσέγγιση). Reston VA: National Dance Association

Gough, Marion. 1999. Knowing Dance, A guide for creative teaching (Γνωρίζοντας τον χορό. Ένας οδηγός για δημιουργική διδασκαλία). London: Dance Books

Jeroen Peeters. 2004. Bodies as filters. On Boris Charmatz, Benoit Lachambre and Meg Stuart (Τα σώματα ως φίλτρα. Σχετικά με τον Μπόρις Τσαρμάτζ, τον Μπενουά Λασάμπρ και τη Μεγκ Στιούαρτ). Maasmechelen: Cultureel Centrum Maasmechelen.

Solomon, Noemie. 2014. Dance: an anthology (Χορός: μια ανθολογία). Les presses du reel new York series.

Stop Gap Dance Company. Inclusive Dance Resource Pack. A guide to Stopgap Dance Company's response teaching practice (Πακέτο υλικού σχετικά με τον χορό που είναι προσβάσιμος σε όλους. Ένας οδηγός σχετικά με τις πρακτικές διδασκαλίας της ομάδας χορού Στόπγκαπ). Surrey: National Resource Centre for Dance, University of Surrey

Tufnell, Miranda and Crickmay, Chris. 1990. Body, Space, Image. Notes towards improvisation performance. (Σώμα, Χώρος, Εικόνα. Σημειώσεις για μια αυτοσχεδιαστική ερμηνεία). London: Dance Books

Kunst, Bojana and Wikstrom Josefine. Belgium: Sarma Docs.