



Τίτλος μαθήματος	ΑΓΑΛΜΑΤΑ ΣΩΜΑΤΩΝ
Ομάδα	Μεικτή ομάδα
Ομάδα κοινού	Ενήλικες και παιδιά με ή χωρίς προβλήματα όρασης
Αριθμός συμμετεχόντων	20
Δομή	Σε ζευγάρια ή τριάδες
Απαραίτητα διδακτικά υλικά/υλικά διδασκαλίας	μάσκες
Διάρκεια	1.5 ώρα

Στόχος μαθήματος-ερωτήσεις

Μέσα από τον ρόλο μας ως εκπαιδευτές εργαστηρίων του προγράμματος iDance είχαμε το προνόμιο να παρατηρήσουμε ολόκληρο το φάσμα, το εύρος της ποικιλίας των ποιοτήτων κινήσεων διάφορων συμμετεχόντων. Αυτό έδωσε σε μας αλλά και στους συμμετέχοντες την ευκαιρία να εξετάσουμε τους τρόπους με τους οποίους διάφορα μέσα μπορούν να χρησιμοποιηθούν αποτελεσματικά για να εμπλουτίσουν τη μάθηση και να υποστηρίξουν τη δημιουργικότητα. Επιχειρήσαμε να ενσταλάξουμε στην ομάδα τη βασική υπόθεση εργασίας, που προέρχεται από το βιβλίο του Lenhart *Enforcing Normalcy, Disability, Deafness, and the Body* (Επιβάλλοντας την Κανονικότητα, Αναπηρία, Κώφωση και το Σώμα), ότι: το πρόβλημα δεν είναι το άτομο με αναπηρία, το πρόβλημα είναι στον τρόπο με τον οποίο κατασκευάζεται η κανονικότητα ώστε να δημιουργήσει το πρόβλημα του ατόμου με αναπηρία.

Ο στόχος αυτής της άσκησης είναι να εξερευνήσουμε με το σώμα μας διάφορα εργαλεία που μας βοηθάνε να δημιουργήσουμε κινητικές φράσεις, εξοικειώνοντας τον εαυτό μας με το τον “άλλο”. Ξεκινώντας ακίνητοι, οι χορευτές αλλάζουν στάσεις χρησιμοποιώντας διάφορα επίπεδα στον χώρο, με βασικό στόχο αυτής της άσκησης να χρησιμοποιήσουμε συνήθη στοιχεία μετάβασης προκειμένου να δημιουργήσουμε κινητικές φράσεις. Διαρκώς εναλλάσσουμε και συνθέτουμε στην τύχη δέκα στάσεις σώματος χρησιμοποιώντας ποιοτικά διαφορετικές μεταβάσεις για να δημιουργήσουμε την πρώτη κινητική φράση.

Διδακτικά αποτελέσματα: η δημιουργία μιας κινητικής φράσης μέσω της ακινησίας, των μεταβάσεων, των δυνατοτήτων εξερεύνησης, των διαφορετικών ποιοτήτων και των παραλλαγών. Από μία προκαθορισμένη φράση στην άμεση λήψη απόφασης. Χρήση εργαλείων αυτοσχεδιασμού.



Περιγραφή της άσκησης:

Η ομάδα χωρίζεται σε μικτά ζευγάρια. Αμφότερα μέλη του ζευγαριού φοράνε μάσκες, καλύπτοντας τα μάτια τους.

Και τα δύο άτομα είναι προετοιμασμένα να χρησιμοποιήσουν την αφή, την κινητική συνείδηση και τη σωματική μνήμη.

ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

Παίρνουμε μια στάση

Το άτομο 1 ξεκινάει και παίρνει μία στάση, δημιουργώντας ένα συγκεκριμένο σχήμα με το σώμα της, κρατώντας το ακίνητο για κάποια ώρα. Το άτομο 2 ανακαλύπτει αυτό το άγαλμα σώματος-σχήματος χρησιμοποιώντας τα χέρια του, ακουμπώντας το σώμα του άλλου προκειμένου να οραματιστεί το σχήμα και μετά να αντιγράψει τη στάση. Το άτομο 2 αναπαριστά τη στάση, επιστρέφοντας και ελέγχοντας προκειμένου να την αντιγράψει με κάθε λεπτομέρεια. Αυτή τη στάση που παίρνουν κι αναπαριστούν κι οι δύο τη θεωρούμε τη στάση 1.

Αλλάζουν ρόλους και συνεχίζουν την άσκηση μέχρι να έχουν δημιουργήσει συνολικά 10 διαφορετικές στάσεις-αγάλματα.

Κινητική φράση

Δημιουργούμε μία κινητική φράση χρησιμοποιώντας το κινητικό υλικό που δημιουργήσαμε μέσω του πρώτου βήματος. Τα ζευγάρια επαναλαμβάνουν τις στάσεις δημιουργώντας μία ακολουθία.

Καθορίζουν αυτή την ακολουθία και την μαθαίνουν πολύ καλά ενώ κινούνται από τη μία στάση στην άλλη με έναν απλό, άμεσο και λειτουργικό τρόπο.

Μαθαίνουν και εξερευνούν τις μεταβάσεις από κίνηση σε κίνηση και αφήνουν το σώμα να κινηθεί ελεύθερα μέσω της επανάληψης και της εξάσκησης.

Κινητική φράση και αλλαγή

Τα ζευγάρια αρχίζουν να εφαρμόζουν αλλαγές στην ταχύτητα, στη δυναμική, στο βάρος και στα επίπεδα ενέργειας της προκαθορισμένης φράσης. Το κάνουν συνεχόμενα με σταθερή ροή ή επιταχύνοντας και επιβραδύνοντας. Εφαρμόζουν πιέσεις στην αρχή των κινήσεων και ταλαντεύονται από τη μία κίνηση στην άλλη. Κάνουν την κίνηση πιο ελαφριά και μετά χρησιμοποιώντας μεγαλύτερη αντίσταση. Εφαρμόζουν όσες περισσότερες αλλαγές δυναμικής-ποιότητας μπορούν.



Φράση και χώρος

Κινώντας τη φράση μέσα στον χώρο. Τα ζευγάρια θέτουν σε κίνηση: προσθέτουν περπάτημα μεταξύ των κινήσεων και εξερευνούν τους τρόπους με τους οποίους η κίνηση θα τους αποσταθεροποιήσει έχοντας ως αποτέλεσμα μία κίνηση μέσα στον χώρο. Δημιουργούν μία διαδρομή και την επαναλαμβάνουν. Ξεκινάνε κάνοντας μικρές αλλαγές μεταξύ των κινήσεων.

Εξερεύνηση

Μέσω του αυτοσχεδιασμού και της άμεσης λήψης αποφάσεων εξερευνούμε περαιτέρω περισσότερες δυνατότητες αλλαγής που σχετίζονται με τον χρόνο και τον χώρο.

ΤΕΛΟΣ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑΣ
