

Voices through Water

Orodje za ustvarjalne in aktivistične metodologije



Sofinancira
Evropska unija

Številka projekta: 2023-1-AT01-KA220-YOU-000161835

Financirano s strani Evropske unije. Izražena stališča in mnenja so izključno stališča in mnenja avtoric(e) in ne odražajo nujno stališč in mnenj Evropske unije ali OeAD-GmbH. Ne Evropska unija ne OeAD-GmbH ne odgovarjata za predstavljena mnenja in stališča.



Voices through water © je zaščitena znamka
pri [Attribution-ShareAlike 4.0 International](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)



Ples s palicami

Artistic



Za to aktivnost potrebujemo palice, ki jih uporabljamo kot ustvarjalno orodje in za vzpostavljanje odnosov med udeleženkami.



Ciljna skupina

Mlade in odrasle osebe

Največ 30 oseb, v skupini naj bo parno število oseb, saj aktivnost poteka v parih.



Okolje

Soba ali prostor, dovolj velik za vse udeleženke



Potreben čas

60 minut



Materiali

Lesene palice, dolge približno 1,5 metra, zvočniki in predvajalnik glasbe.

Cilj/namen

Cilj aktivnosti je med udeleženkami vzpostaviti odnose, ki bodo temeljili na poslušanju druga druge in usklajenosti. Palica tako postane orodje za vzpotavljanje medsebojnih stikov.

Navodila po korakih

1. korak

Udeleženke se razdelijo v pare, vsak par dobi po eno palico.

2. korak

Obe udeleženki primeta palico tako, da vsaka stegne eno roko in z dlanjo pritisne ob en konec palice, pri tem morata obe enakomerno pritiskati na palico.

3. korak

Udeleženke naj se premikajo po prostoru v ritmu glasbe in pri tem še naprej držijo palico s pritiskom dlani. Ta del aktivnosti naj traja od 7 do 10 minut.

4. korak

Udeleženke se razporedijo v krog. Vsaka od udeleženk je z osebama poleg sebe povezana s palico, ki jo držijo s pritiskom dlani obeh rok. Tako bo vsaka udeleženka povezana s po eno sosedo s palico, ki jo drži s pritiskom dlani tako desne kot leve roke.

5. korak

Zdaj povabimo vso skupino, naj se hkrati premika po prostoru in pri tem poskušajo vse držati palice, tako da ne padejo. Če komu palica pade na tla, se mora vsa skupina ustaviti in počakati, da par spet pobere palico in si jo namesti. Ta del aktivnosti naj traja od 7 do 10 minut.

6. korak

Čas za refleksijo: vse udeleženke naj delijo misli in vtise o aktivnosti in dinamiki, ki so jo zaznale najprej med izvajanjem v parih, potem pa tudi v skupini. Udeleženke spodbudimo, da delijo vtise in občutke, ne da bi ocenjevale, kako so se odrezale ostale. Ta del aktivnosti naj traja 10-15 minut, odvisno od velikosti skupine.



Nasveti za izvajalke

Pazite, da udeleženke res držijo palice s pritiskom dlani, ne pa s prsti.



Alternativa

Če število udeleženk to omogoča, lahko sestavite tudi skupine po tri osebe, pri čemer oseba na sredini z obema rokama drži dve palici, po eno z vsako od drugih dveh udeleženk.



Komentar

Ko udeleženke delijo povratne informacije, je zanimivo, če se osredotočite na dinamiko, ki se je vzpostavila med aktivnostjo, in jo povežete z dinamiko odnosov v skupinah.



Vir

Na podlagi delavnic gledališkega izobraževanja prilagodil Emilio Ajovalasit.