

Voices through Water

Zestaw narzędzi metodologii kreatywnych i aktywistycznych



**Dofinansowane przez
Unię Europejską**

Numer projektu: 2023-1-AT01-KA220-YOU-000161835

Sfinansowano ze środków Unii Europejskiej. Jednak wyrażono tu wyłącznie poglądy i opinie autorów, które nie uszają odzwierciedlać poglądów i opinii Unii Europejskiej i OeAD-GmbH. Ani Unia Europejska, ani OeAD-GmbH nie może ponosić za nie odpowiedzialności.



Voices through water © jest objęty licencją
[Attribution-ShareAlike 4.0 International](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)



Taniec z patykami

Artistic



Działanie polega na użyciu patyków jako kreatywnego narzędzia, które może posłużyć do budowania relacji między uczestnikami.



Grupa docelowa

Młodzież i dorośli

Maks. 30, grupa powinna mieć parzystą liczbę uczestników, bo ćwiczenie polega na pracy w parach



Środowisko

Sala lub inna przestrzeń, która pomieści wszystkich uczestników



Czas potrzebny

60 min



Materiały

Drewniane patyki długości ok. 1,5 metra, głośniki i muzyka

Cel/zamierzenie

Celem ćwiczenia jest stworzenie relacji między uczestnikami w oparciu o słuchanie i harmonię. Patyk staje się narzędziem wzajemnego porozumienia, więzi.

Instrukcje krok po kroku

Krok 1

Uczestnicy zostają podzieleni na pary, każda para dostaje patyk.

Krok 2

W parach uczestnicy opierają patyk jednym końcem o otwartą dłoń, drugim – o otwartą dłoń drugiej osoby z pary, tak że przytrzymuje go siła nacisku wywierana przez obu osób w parze.

Krok 3

Uczestnicy poruszają się po sali/w danej przestrzeni do rytmu muzyki, cały czas trzymając między sobą patyk, podtrzymywany naciskiem dłoni obu osób w parze. Ta część trwa 7-10 minut.

Krok 4

Uczestnicy ustawiają się w kółku. Każdy jest połączony z osobą obok za pomocą patyka, przytrzymywanego naciskiem dłoni. A zatem każdy uczestnik będzie połączony z dwiema osobami, po swojej prawej i po lewej stronie, za pośrednictwem patyka podtrzymywanego naciskiem dłoni swojej i tych osób.

Krok 5

Cała grupa w kółku zaczyna się poruszać, starając się nie upuścić patyków. Jeśli któryś upadnie, cała grupa musi się zatrzymać i poczekać, aż zostanie podniesiony i wróci na swoje miejsce. Ta część trwa 7-10 minut.

Krok 6

Podsumowanie: wszyscy uczestnicy poddają ćwiczenie refleksji, omawiając dynamikę zaobserwowaną podczas pracy w parach i jako cała grupa. Są zachęceni do dzielenia się swoimi wrażeniami i odczuciami bez osądzania pracy innych. Ta część trwa 10-15 minut w zależności od wielkości grupy.



Wskazówki dla trenera

Patyki mają być trzymane naciskiem otwartej dłoni, nie palcami.



Alternatywa

Alternatywa: jeśli liczba uczestników na to pozwala, można utworzyć trzyosobowe grupy, w których jedna osoba w środku podtrzymuje dwa patyki, każdy jedną dłonią, a ich końce podtrzymują dwie pozostałe osoby.



Komentarz

Podczas podsumowania/wymiany informacji zwrotnych ciekawie jest skoncentrować się na dynamice, która się wytworzyła, i powiązać ją z dynamiką relacji w grupach.



Źródło

Opracował Emilio Ajovalasit na podstawie warsztatów edukacji teatralnej.