

Voices through Water

Sada nástrojů pro kreativní a aktivistické metodiky



Co-funded by
the European Union

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

Financováno Evropskou unií. Vyjádřené názory a stanoviska jsou však pouze názory a stanoviska autora (autorů) a nemusí nutně odrážet názory a stanoviska Evropské unie nebo OeAD-GmbH. Evropská unie ani OeAD-GmbH za ně nemohou nést odpovědnost.



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



Rytmický stroj

Umělecká



Tato aktivita využívá rytmus a kolektivní pohyb jako nástroje ke stimulaci spolupráce, synchronizace a reflexe skupinové dynamiky. Účastníci musí spolupracovat na vytvoření společného rytmického toku, kde každý člen je součástí mechanismu, který funguje jen tehdy, když všichni spolupracují.



Cílová skupina

Mladí lidé a dospělí

8-20 osob



Potřebný čas

90 min



Prostředí

Místnost nebo prostor dostatečně velký pro všechny zúčastněné, nejlépe bez překážek, aby se mohli všichni volně pohybovat.



Materiály

Žádné

Cíl/záměr

Cílem aktivity je pomoci zúčastněným pochopit, že společná práce a synchronizace jsou zásadní pro správné fungování skupiny. Rytmický stroj funguje jako sociální metafora, kde každý jedinec je „součástí“, která přispívá ke kolektivnímu mechanismu, a zkoumá dynamiku moci, spolupráce a opozice v kontextu skupiny.

Podrobný návod

Krok 1

Úvod do rytmičtého stroje

Lektorující vysvětlí pojem „rytmický stroj“ a že se každý účastník stane součástí mechanismu, který závisí na harmonii a spolupráci všech.

Každý účastník se stává „součástí“ stroje, a to buď pohybem těla nebo zvukem.

Krok 2

Vytvoření základního rytmu

Lektorující vede účastníky při vytváření základního rytmu pomocí jednoduchých zvuků nebo pohybů.

Každý účastník je vyzván, aby se přidal s nějakým zvukem nebo pohybem, například tleskáním rukou, dupáním nohou nebo hlasovým projevem.

Krok 3

Synchronizace a budování skupiny

Skupina se snaží udržet souladu rytmu.

Každý účastník musí následovat společný rytmus a přispívat k vytvoření plynulého toku, aniž by jej přerušoval.

Lektorující pozoruje a vede skupinu, přičemž podporuje vzájemné naslouchání a harmonii.

Krok 4

Rozvíjení společného rytmu

Lektorující uvádí variace základního rytmu a přidává nové akce nebo zvuky.

Například pokud je rytmus vytvářen tleskáním rukou, můžete přidat hlasový projev spojený s jiným pohybem těla. Nebo v 4/4 rytmu můžete vložit jeden zvuk spojený s pohybem, který je vázán na jeden ze čtyř úderů.

Každý účastník pak musí přizpůsobit svou část, aby byl zachován kolektivní rytmický tok.

V této fázi skupina zkoumá, jak se rytmus stává stále složitějším, přičemž musí stále zůstat sladěná.

Krok 5

Prozkoumání disonancí

Lektorující do rytmu uvádí momenty disonance, kdy někteří účastníci záměrně narušují rytmus nebo provádějí akce, které jsou v kontrastu se skupinou. Můžete například přidat dlouhý zvuk spojený s pohybem nebo zazpívat část písně, která není synchronizovaná a je neladí se zbytkem rytmu. Tento moment slouží k zamyšlení nad tím, jak mohou „disonance“ nebo konflikty ovlivnit fungování skupiny. Skupina se musí pokusit obnovit harmonii a znovu najít společný rytmus.

Krok 6

Závěrečná diskuse a reflexe

Po ukončení aktivity následuje diskuse o celém procesu.

Účastníci jsou vyzváni, aby se zamysleli nad tím, jak se jim spolupracovalo a jakou dynamiku pozorovali.

Můžete položit například tyto otázky:

- Jaké to bylo spolupracovat na udržení společného rytmu?
- Co se stalo, když někdo přerušil průběh? Jak byl soulad skupiny obnoven?
- Jaké mocenské nebo kooperativní dynamiky se během aktivity objevily?



Tipy pro trenéra

Zajistěte, aby měl každý účastník příležitost přispět ke společnému rytmu.

- Pokud má skupina potíže udržet rytmus, je dobré udělat přestávky, aby se účastníci mohli soustředit na jednotlivé činnosti, a poté společně pokračovat v rytmu.
- Využijte momenty disonance jako příležitost k prozkoumání dynamiky konfliktů a spolupráce ve skupině.



Alternativa

Zvuky lze nahradit slovy nebo frázemi. Rytmický stroj tak můžete přizpůsobit společenskému kontextu. Například vytvořením frází vyslovovaných v rytmu lze vytvořit rytmičtý stroj školy, rytmičtý stroj práce v kanceláři nebo rytmičtý stroj dne na pláži.



Komentář

Během aktivity jsme si všimli, že skupina začala rozvíjet větší povědomí o týmové práci a důležitosti vzájemného naslouchání. Metafora rytmičtého stroje pomohla vizualizovat, jak je každý jedinec nezbytný pro správné fungování skupiny a jak může nesoulad ohrozit celý systém.



Zdroj

Převzato Emiliem Ajovalasitem z metody „Divadlo utlačovaných“ Augusta Boala.