

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/)



Tanec s tyčemi

Umělecká



Tato aktivita spočívá v používání tyčí jako nástrojů podporujících kreativitu a komunikaci mezi účastníky.



Cílová skupina

Mladí lidé a dospělí

Maximálně 30 osob. Účastníků by měl být sudý počet, protože se pracuje ve dvojicích.



Potřebný čas

60 min



Prostředí

Místnost nebo prostor dostatečně velký pro všechny zúčastněné



Materiály

- Dřevěné tyče dlouhé asi 1,5 metru
- Reprouktory
- Hudba

Cíl/záměr

Cílem aktivity je vytvořit mezi zúčastněnými vztah založený na naslouchání a harmonii. Tyč se stává nástrojem vzájemného propojení.

Podrobný návod

Krok 1

Účastníci se rozdělí do dvojic a každá dvojice dostane tyč.

Krok 2

Účastníci opřou tyč doprostřed své dlaně; tyč je udržována díky tlaku, který na ni vyvíjejí oba účastníci.

Krok 3

7-10 min

Účastníci se pohybují po místnosti v rytmu hudby a přitom stále drží tyč každý v jedné dlani.

Krok 4

Účastníci se postaví do kruhu. Každý účastník je spojen s osobou vedle sebe pomocí tyče, kterou drží tlakem svých dlaní. Tímto způsobem bude každý účastník spojen jak s člověkem vpravo, tak i vlevo pomocí tyčí, které udržují tlakem svých dlaní.

Krok 5

7-10 min

Celá skupina se dá do pohybu a snaží se o to, aby nespadla žádná tyč. Pokud nějaká tyč spadne, skupina se zastaví a čeká, až bude tyč znovu umístěna na své místo.

Krok 6

10-15 min v závislosti na velikosti skupiny

Následuje diskuze, během níž účastníci zhodnotí průběh aktivity a baví se o dynamice, kterou pozorovali během práce ve dvojicích i v celé skupině. Vyzvěte účastníky, aby sdíleli své dojmy a pocity, aniž by hodnotili práci ostatních.



Tipy pro trenéra

Dávejte pozor na to, aby účastníci drželi tyče tlakem dlani, nikoli prsty.



Alternativa

Alternativou, pokud to umožní počet účastníků, je vytvoření skupin po třech osobách, kde jedna osoba uprostřed drží v každé ruce jednu tyč, kterou je spojena s ostatními dvěma účastníky.



Komentář

Během zpětné vazby je zajímavé zaměřit se na dynamiku, která se objevila, a vztáhnout ji k dynamice vztahů uvnitř skupin.



Zdroj

Převzato Emiliem Ajovalasitem z divadelních vzdělávacích workshopů.