

Utelešena domišljija

Pripravila: Barbara Kanc

Vprašanja za začetek:

- Kaj sploh je domišljija?
- Kako in na kakšen način jo spodbujati (v plesu)?
- Kako (jo) usmerjati? Kakšne principe vodenja uporabljati?

Če pogledamo v slovar, se beseda domišljija razlaga kot;

- zmožnost prostega kombiniranja misli in predstav
- sposobnost/zmožnost za tako kombiniranje
- predstava, ki ni osnovana na resničnosti
- procesiranje razumljive razumske slike in podobe

Domišljijo povezujemo s podobami, predstavami, ki imajo lahko zelo močan vpliv. Tako v pozitivnem kot negativnem smislu, zato je toliko bolj pomembno kako in na kakšen način jih vpeljujemo in usmerjamo.

Podobe so lahko namreč velikokrat enoznačne, ne ponudijo možnosti raziskovanja (gibanja), ampak le prvi možen odziv, imitacijo ali samo en način gibanja.*

Zato se je potrebno v podobe poglobiti, jih razčleniti in v njih prepoznati znane faktorje. Gibalne zmožnosti z razčlenbo podane podobe, ki je lahko vizualna, zvočna..., prevedemo v jezik gibanja, v jezik gibalnih/plesnih elementov. Ti elementi in njihovo poznavanje tako vam, kot otrokom, ponujajo osnovna orodja s katerimi lahko potem operirate, raziskujete in se z njimi igrate.

*Primer: če damo navodilo "plešemo kot listki". Listki so tu sicer podoba, vendar kakšna? Lahko bi rekli, da precej abstraktna - listki res plešejo? Nedefinirana podoba bo pri prenekaterem otroku povzročila izgubljenost, ki bo slej ko prej rezultirala v tekanju po prostoru ali neprimernem odzivanju. Pri tem otroci ne bodo razvijali svoje domišljije, kot tudi ne nadgrajevali svojega gibalnega potenciala.

Načini uporabe podob

- podobe, ki izhajajo iz gibanja
- podobe, ki vodijo h gibanju
- podobe, ki so osnova za gibanje

UČNA URA: OBLIKE

OGREVANJE: *BrainDance* (glej video)

Na kratko: BrainDance (po Anne Green Gilbert), je sistem, ki z osmimi razvojnimi gibalnimi vzorci prebudi telo in spodbudno vpliva na organizacijo našega živčnega sistema. Več o tem na <https://www.creative dance.org/about/braindance/>.

Pri vsakem od gibalnih vzorcev lahko vključite vprašanja: kaj se tako giba, kaj, kdo uporablja tak način gibanja? Ali obratno, podate podobo, in iz nje gibanje informirate, ga usmerjate. Prilagajate ga lahko glavni temi ure, npr. se bolj posvečate oblikam telesa ali hitrosti gibanja ali nivojem... Uporabimo plesne elemente, ki spodbujajo raznolikost in ne samo ponavljanja gibanja, ki ga kažemo.

Dih:

- globoki vdih in izdih (lahko se igramo s hitrostjo, intenziteto dihanja)

Dotik, taktilno (primer izhajanja iz podobe, ki gibanje spodbuja, informira):

- s konicami prstov potujemo po telesu, kot da na nas kaplja droben dež
- uporabimo cele dlani, večje kaplje padajo po naših telesih
- pregnetemo telo, kot bi gnetli testo
- gladenje, piš vetra preko telesa

Iz centra navzven/navznoter:

- raztegnemo se kar se da narazen in navzven, za tem se pomanjšamo in skrčimo proti centru telesa

Vprašanja, primer podobe, ki izhaja iz gibanja: Kdo, kaj uporablja tak način gibanja? Kaj se raztegne in potem skrči? Npr. balon, jež... Potem določimo da si lahko vsak izbere svojo podobo, ali pa izberemo skupno, in na znak razvijemo isti gib, s podobo v mislih. Gibanje lahko nato moduliramo z drugimi plesnimi elementi, npr. časom, nivojem...

Glava-trtica:

- pregibamo hrbtenico, povezavo med glavi in trtico, glava in trtica prideta bližje skupaj, potem se raztegneta - naprej nazaj, na eno in drugo stran, naokrog

Spodnji del/zgornji del:

- spodnji del telesa, zasidramo globoko v zemljo, predstavljamo si, da so to mogočne korenine drevesa - če so korenine pri miru, kaj se lahko premika? Krošnja, zgornji del. Premaknemo najprej listke (prste), vrh krošnje (glavo), veje (roke), celo krošnjo (cel zgornji del telesa). Potovanje po zgornjem delu krošnje/telesa lahko usmerjamo s plesnimi elementi časa, energije...
- obrnemo drevo na glavo, noge postanejo krošnja, zgornji del korenine, premik na mestu in v prostoru

Leva/desna stran (lateral):

- zibanje iz ene strani na drugo (z ali brez podobe)

Križ kraž, nasprotni strani (crosilateral):

- približevanje nasprotnih si strani telesa (spiraljenje, leva roka k desni nogi, zadaj, spredaj, etc)

Vestibularno gibanje:

- vrtenje v eno smer in v drugo

RAZVOJ TEME IZ PLESNEGA ELEMENTA

Uvod: Otrokom predstavimo plesni element, ki ga bomo raziskovali. V tem primeru so to oblike telesa.

Raziskovanje oblik: Posedemo se v krogu in namenimo pozornost pozicijam, oblikam v katerih so naša telesa. Pogledamo naokrog. Vsak sedi malo drugače.

Na znak (štetje do 5) vsak zamenja obliko. Ponovimo. Verjetno so vse pozicije še vedno na tleh, zato z vodenjem vključimo nivoje - pozicije, oblike v visokem nivoju. Nizkem. Srednjem.

Zaznamo oblike, jih poimenujemo, utelesimo: kakšne so? Zvite, okrogle, oglate, široke, dolge, špičaste, ozke... Usmerjamo razvoj podob, vsak posameznik znotraj jasnih parametrov išče svojo rešitev.

Gibalno raziskovanje po prostoru: raziskovanje padanja

Podoba iz visokega nivoja potuje/pade na tla do nizkega nivoja, ali obratno.

Z različno hitrostjo. Različno energijo.

Naslednja stopnja je lahko potovanje po prostoru.

(stopnje raziskovanja lahko 'obarvate' s predstavami: v snežnem metežu, skozi med, čez vrtinec... ali otroke spodbujate k razmišljanju v podobah - kaj se tako giba, premika)

Gibalno raziskovanje lahko traja kar nekaj časa, posebej če ga medtem tudi 'obarvate' s predstavami, podobami. Na koncu raziskovanje povzamete, osmislite s preprosto kompozicijo (A B A):

- začetna oblika (kip)
- gibalno potovanje ('postaje' izberete sami iz vašega skupnega potovanja ali pa dovolite, da si otroci izberejo eno, dve ideji padanja)
- končna oblika (kip)

ALI pa namesto gibalnega raziskovanja po prostoru vpeljete točno določeno idejo, podobo: npr. Listke

RAZVOJ TEME IZ PODOBE: (Jesenski) Listki

Če je to vaš začetek raziskovanja teme, se pred predstavitvijo vizualne spodbude, z otroki pogovorite o oblikah. Kakšne oblike poznajo? Kakšne oblike so stvari okrog njih?

Lahko jih nekaj narišete, predvsem pa je pomembno, da jih skupaj poimenujete in tudi utelesite. S tem si ustvarjate skupno polje besed in telesnih občutkov s katerimi boste v nadaljevanju operirali.

Predstavite vizualne podobe: slika z oblikami listov iz knjige Drevesa in/ali otipljivi, pravi listi (če uporabljate slednje, naj si bodo med sabo čim bolj različni). V to lahko vključite tudi pogovor o listih, o njihovem pomenu...



Izbira podobe oblike: o videnih oblikah se pogovorimo. Kakšne oblike otroci vidijo? Nato si vsak otrok izbere en list - eno obliko, ki jo utelesi.

Raziskovanje, gibalno domišljjsko potovanje:

- Spodbudimo, da se vsi listki najprej pritrldijo na vejo (premik v visok nivo)
- "Kaj se zgodi potem?" (Odgovore lahko iščemo skupaj z otroki ali ga sami vodimo po vnaprej načrtovani poti, ali pa kombiniramo obe metodi.)
- Morda se listki v lahнем vetru zazibajo. Kako se zaziba tvoj listek? Če pride močan veter, kako močno se mora upirati vetru, se držati za vejo, da ga ne odpihne?
- Ampak jeseni...jeseni vsi listi padejo na tla. Lahko torej tvoj list pade na tla in pristane na tleh v svoji obliki? Lahko to ponovimo? Si lahko zdaj predstavljamo, da list pada res, res počasi/hitro/lahno/...? Kam pade? Kako se premika v tej obliki po tleh, če ga veter obrne na drugo stran? (Pri raziskovanju spodbujajte vračanje v isto, izbrano obliko. Samo pri ideji padanju lahko vpeljete nivoje, igranje s hitrostjo gibanja, gibanje na mestu ali po prostoru. Za primere usmerjanja glej video.)
- "In kaj se zgodi potem?" Če vprašate otroke, lahko izberete eno od idej ter jo skupaj z njimi razdelajte in spravite v gibanje. Spodbujajte jih s plesnimi elementi. Njihovo podobo/situacijo razčlenite, se vanjo poglobite. Npr. če se listek prilepi na čevljev, kaj se zgodi? Prične potovati s čevljem, v isti obliki, vzdigne ga v visok nivo, nato pristane na tleh, navzgor, navzdol, premaknil se bo v prostoru s korakom, kakšen bo korak - počasen, hiter...? Za usmerjanje glej video.
- Ko se podoba izpoje, lahko vedno povprašate - "In kaj se je zgodilo potem?" ali pa vodite svoje pripravljeno domišljjsko potovanje do konca.

Gibalno potovanje lahko traja kar nekaj časa. Na koncu raziskovanje povzamete, osmislite s preprosto kompozicijo (A B A')

- začetna oblika (lista)
- gibalno potovanje ('postaje' izberete sami iz vašega skupnega potovanja ali pa dovolite, da si otroci izberejo eno, dve ideji)
- končna oblika (lista)

EVALVACIJA ali SAMOSTOJNA AKTIVNOST: Slika

Za to aktivnost izberemo sliko na kateri je veliko različnih oblik. Na delavnici je bila to slika Joan-a Miro-ja, Harlekinov karneval. iz knjige Velike umetnine za male umetnike, Silve Karim.



- Otroke spodbudimo k ogledu slike in prepoznavanju prej raziskanih oblik
- Otroke razdelimo v dve skupini
- Vsak posameznik si izbere obliko, ki ga na sliki pritegne in jo utelesi (ni važno, če si v skupini dva izbereta isto obliko)
- Vsaka skupina iz teh oblik postavi sliko. Tu lahko določite ali morajo biti oblike na istih mestih, relacijah kot na originalni sliki, ali pa prepustite otrokom, da iz danih oblik ustvarijo novo sliko. Počakamo, da obe skupini ustvarita sliko.
- Eno skupino posedemo. Druga skupina iz robov prostora pride na svoje mesto. Ustavijo se v nevtralni stoječi poziciji. Na plosk se postavijo v sliko. S sedečo skupino si sliko ogledamo ter v njej prepoznamo in tudi ubesedimo posamezne oblike. Te lahko nato primerjamo z originalno sliko.
- Zamenjamo skupini.