

ĆWICZENIA DRAMOWE

Proponowane ćwiczenia nawiązują do jednej z nowszych metod dramy, zwanej metodą pedagogiki sytuacyjnej, którą stworzyła we Francji **Gisele Barret**, a znanej w Polsce jako **drama francuska**. Jest to metoda z nurtu pedagogiki „niedyrektywnej”, w której punktem wyjścia jest sytuacja, czyli przestrzeń (miejsce), grupa i prowadzący oraz ich **osobiste doświadczenia, wiedza, emocje i motywacje**.

Polega ona na skoordynowanym i inspirowanym przez prowadzącego grupowym działaniu, którego celem jest efekt poznawczy, artystyczny i wychowawczy. Akcje podejmowane przez uczestników są **niewymuszone, improwizowane (lecz nie odgrywane) i spontaniczne**. Integruje się w nich ruch, muzyka, słowo i plastyka.

Ćwiczenia, które poniżej proponuję, nawiązują w swojej warstwie metodycznej do tej koncepcji. Nie są więc typowymi ćwiczeniami dramowymi, opartymi na odgrywaniu postaci czy „byciem” w roli. Nawiązują do zasad dynamiki przestrzeni (miejsca, w którym przewidziany jest występ, prezentacja czy zajęcia), jej formy, materii, koloru i innych elementów. Chodzi więc o **wykorzystanie przestrzeni** nie tylko jako typowego miejsca pracy, ale jako pretekstu do zajęć lub po prostu źródła inspiracji.

Tematami wybranych ćwiczeń są: **przestrzeń fizyczna i krzesło** jako znakomity przykład przedmiotu i przestrzeni jednocześnie, tzw. przedmiotu przestrzennego. Ćwiczenia ułożone są według skali trudności: od bardzo prostych, np. zwykłej obserwacji i pracy indywidualnej, do złożonego ruchu zbiorowego i skoordynowanych działań grupy.

ĆWICZENIA Z PRZESTRZENIA

O przestrzeni można powiedzieć, że jest wszędzie, nieodłączna człowiekowi. Jest pojęciem filozoficznym, naukowym, kategorią fizyczną, naszym punktem odniesienia. Zawsze jesteśmy gdzieś, w jakimś miejscu i jakimś czasie.

Przestrzeń I (z wolną muzyką)	Przestrzeń II
<p>1. Wszyscy chodzą po sali, starają się zapamiętać jak najwięcej szczegółów (liczbę przedmiotów, kolory, formy, materie, wielkości), odkryć miejsca, w których jeszcze nie byli. Następnie każdy opowiada o swoich wrażeniach: w jakim miejscu był, w jakim miejscu czuł się dobrze, w jakim źle, czy odkrył, zobaczył coś nowego.</p> <p>2. Każdy z wybranego miejsca przygląda</p>	<p>Bańki mydlane. Baloniki</p> <p>1. Każdy uczestnik jest „mydlaną bańką”. Bańki wypełniają równomiernie całą przestrzeń w taki sposób, że się nie dotykają, nie tworzą dziur i pustych miejsc. Następnie zaczynają się dowolnie poruszać (na początku powoli, potem szybciej), starając się zachowywać stałe odległości od siebie tak, żeby w każdym momencie</p>

się uważnie przestrzeni i stara się zapamiętać jak najwięcej szczegółów. Następnie zamyka oczy i próbuje przypomnieć sobie jakiś wybrany fragment miejsca, odtworzyć z pamięci, zrekonstruować mentalnie.

3. Każdy próbuje zmierzyć przestrzeń swoim ciałem, tak jak gdyby było ono „miarką”. Mierzy wybrane odległości nogami, łokciami, plecami, stopami, skokami itp., przyjmując niekiedy dziwne pozycje i postawy ciała. Następnie każdy zajmuje miejsce i opisuje przestrzeń w nowych, przybliżonych wymiarach. Odpowiada na pytania prowadzącego np.: ile jest łokci od okna do drzwi, jaka jest odległość w „stopach” od .. do, itp.

4. To samo ćwiczenie przeprowadzamy w parach lub trójkach.

5. Każdy wybiera dowolny fragment przestrzeni, np. okno, drzwi, fragment ściany, a następnie próbuje go odtworzyć w ruchu swoim ciałem.

6. To samo ćwiczenie w grupach 2-4 osobowych. Grupa odtwarza wybrany fragment przestrzeni, a pozostali odgadują o jaki fragment chodzi.

7. W parach. Jedna osoba porusza się w dowolnie wybrany sposób. Partner próbuje zapamiętać, bądź narysować na kartce przebytą drogę, a następnie odtworzyć ją samemu. Próbowujemy ćwiczenie kilka razy (wymiana ról). Potem opowiadamy o swoich wrażeniach, trudnościach itp.

ćwiczenia przestrzeń była równo wypełniona.

Należy korygować ruch grupy i przerywać, jeśli jest zbyt dużo dziur i nierówne odległości. Najlepiej (zwłaszcza w grupach dziecięcych i mało zaawansowanych) zaczynać bardzo wolno, np. przy wolnej lirycznej muzyce, a następnie zwiększać tempo stosując różne fragmenty muzyczne lub po prostu wystukując różne rytmy. Można również zamiast „baniek” zaproponować „baloniki”, czyli ruch na palcach.

2. To samo ćwiczenie powtarzamy kilka razy w różnych miejscach: na całej sali, na połowie sali, na korytarzu, na całej scenie, w wybranej ograniczonej części sali lub sceny, na boisku, w plenerze itp. W zależności od miejsca proponujemy uczestnikom, aby byli dużymi lub małymi bańkami lub balonikami.

Warto zaobserwować i uświadomić grupie, jak zmienia się dynamika i ruch w zależności od wielkości przestrzeni, w których miejscach poruszają się wolno, w których szybko, gdzie dominują ruchy szerokie.

3. Bańki w bańce. Balonik w baloniku (dla grup zaawansowanych). Praca na kilku rytmach. To jest podobne ćwiczenie, co poprzednio, z tym, że jedną bańkę tworzy kilka osób, które mają wspólny rytm, ale się nie dotykają. Każda grupa porusza się w przestrzeni w dowolny sposób i w swoim rytmie, wypełniając równo przestrzeń.

Ćwiczenie jest trudne, ale ciekawe. Uczy pracy nad ruchem grupowym, wyrabia świadomość przestrzeni, odległości i rytmu. Wymaga od uczestników koncentracji i współdziałania z innymi. Integruje grupę, pomaga w wytworzeniu jednolitej dynamiki grupy.

ĆWICZENIA Z KRZESŁEM

Krzesełko jest jednym z najczęściej spotykanych i używanych przedmiotów. Nieodzowny element sal, klas. Jest przedmiotem łatwo dostępnym, prostym w formie, dość łatwym w manipulacji. Jest przedmiotem ciekawym w swojej formie, dającym wiele możliwości wykorzystania i użycia oraz przywołującym wiele skojarzeń i znaczeń.

<p>Krzesełko I</p> <p>1. Ustawiamy krzesełko w dowolny sposób w różnych pozycjach,. Następnie opierając się lub podpierając krzesełkiem przyjmujemy dowolną pozycję tak, aby nie stracić równowagi. Zastygamy w wybranej pozycji. Rozluźniamy napięte części ciała, rozciągamy mięśnie tak, aby było nam jak najwygodniej. Powtarzamy kilka razy przy wolnej muzyce.</p> <p>2. To samo ćwiczenie robimy w parach. Z muzyką. Krzesełko służy jako podpórka dla dwóch osób. Każdy po kolei przyjmuje pozycję względem krzesełka i partnera. Zamykamy oczy i próbujemy wyobrazić sobie, co przedstawiamy jako całość.</p> <p>3. W parach. Jedna osoba przyjmuje wybraną pozycję względem krzesełka i „zastyga”. Partner komentuje słowem lub zdaniem powstałą sytuację. Powtarzamy kilka razy ze zmianą ról, bądź z innym partnerem.</p> <p>4. (Dla zaawansowanych). To samo ćwiczenie robimy w grupach 3-4 osobowych. Na grupę przypada jedno. Każdy po kolei zajmuje względem krzesełka taką pozycję, w której czuje się dobrze i wygodnie i która pozwala mu mieć stały kontakt z krzesełkiem i pozostałymi członkami grupy. Następnie zamyka oczy i wyobraża sobie jak wygląda</p>	<p>Krzesełko III</p> <p>(Szczególnie dla grup dziecięcych, z komentarzami prowadzącego np. „Jesteśmy w lesie...” i sugestywną muzyką bądź dźwiękami)</p> <p>1. Pojedynczo lub w parach. Z muzyką. Każdy używa krzesełka jako miejsca schronienia (grota, dom itp.), którego staje się mieszkańcem i w którym czuje się bezpiecznie (zamknięte okna, drzwi, solidny dach). Zamyka oczy i wyobraża sobie, że na zewnątrz zrywa się wichura.</p> <p>2. Używamy krzesełka jako łódki, tratwy, statku. Zamykamy oczy i wyobrażamy sobie, jak statek płynie po spokojnym morzu. Słychać plusk fal, potem zrywa się wiatr, nadchodzi burza, a na koniec niebezpieczeństwo mija i powraca spokój.</p> <p>3. Używamy krzesełka jako kotyski. Zamykamy oczy i przypominamy sobie sytuacje, stany, emocje za swojego dzieciństwa.</p> <p>Krzesełka nie powinny się stykać, ale być od siebie bezpiecznie oddalone tak, aby każdy miał komfort i swobodę ruchu. Do proponowanych ćwiczeń polecam krzesełko tradycyjne, o prostej formie, dające się łatwo przenosić i manipulować, a jednocześnie wystarczająco stabilne i solidne. Należy unikać krzesełek składanych, żelaznych lub plastikowych.</p>
--	--

uformowana całość. Próbuje znaleźć dla niej odpowiednią nazwę albo komentarz słowny.	
--	--

Krzesło II

1. Pojedynczo lub w parach. Każdy ogląda uważnie krzesło z różnych stron, pozycji, kątów, np. leżąc na plecach, chodząc na czworaka. Analizuje formę, przede wszystkim linie, geometrię, płaszczyzny i kształty. Następnie odtwarza (odrysowuje) swoje krzesło w przestrzeni dowolnym ruchem, np. ręką, łokciem, nogą lub całym ciałem, całym sobą.

KOMENTARZE DO ĆWICZEŃ

Ćwiczenia te polegają w dużej mierze na budowaniu sytuacji wokół przedmiotów, przestrzeni i jej elementów. Ich struktura może posłużyć do tworzenia konkretnych scen przedstawienia, sytuacji i postaci scenicznych, choreografii i ruchu scenicznego.

Ćwiczenia z przestrzenią mają na celu rozwój dynamiki i energii grupy, rozwijają świadomość przestrzeni i integrują grupę w ruchu. W trakcie wykonywania ćwiczeń należy zadbać o przestrzeganie rytmu i jakość ich wykonania. W przypadku ćwiczeń ruchowych uczestnicy nie powinni ze sobą rozmawiać ani się porozumiewać. Po każdym ćwiczeniu można przeprowadzić rozmowę, wysłuchać komentarzy, omówić z grupą to, co się wydarzyło.

Warto również zachować jak najszerszy ogólny charakter poleceń, pozwalając tym samym na indywidualną interpretację i improwizację. Nie definiować zbyt szczegółowo sposobu wykonania ćwiczenia, nie opisywać ruchu i ograniczać stereotypowe zachowania np. siadania na krześle (zwłaszcza z zaawansowanymi grupami). Wówczas można się spodziewać, że efekty będą interesujące, a jednocześnie unikniemy powtarzania stereotypów i odtwórczych zachowań ze strony uczestników.

Każde ćwiczenie można rozwinąć według własnego pomysłu, bazując tylko na jego strukturze. Można i trzeba nanosić inne znaczenia, zmieniać rytm wykonania, charakter ruchu oraz elementy przestrzeni np. zamiast krzesła użyć stołu, pudła itp.

Żadne ćwiczenie nie wprowadza kategorii ideologicznych, tylko formalne. Jest otwarte w swojej strukturze po to, aby można było je wykorzystać w pracy z grupami o różnym poziomie zaawansowania. I w tej mierze moja propozycja stanowi bardziej

ZAJĘCIA ARTYSTYCZNE W SZKOLE

inspirację dla pedagogów i prowadzących, niż gotową receptę na przedstawienie, występ czy prezentację sceniczną.

Bogumiła Stachurska

Bogumiła Stachurska - reżyser, pedagog teatralny, filolog. Absolwentka Instytutu Romanistyki na UW, Instytutu Studiów Teatralnych na Sorbonie Paris III oraz Międzynarodowej Szkoły Jacques Lecoq w Paryżu. Od ponad 10 lat członek Międzynarodowego Stowarzyszenia Teatrów dla Dzieci i Młodzieży ASSITEJ. W swojej pracy reżyserskiej i pedagogicznej kontynuuje metodę „dramy” Gisele Barret oraz metodę pracy aktorskiej Jacques Lecoq. Specjalizuje się w dynamice przestrzeni scenicznej.

Od kilku lat realizuje zajęcia i spektakle teatralne z dziećmi i młodzieżą szkolną. Prowadzi grupy teatralne „Teatr Poszukujący” i „Mały Teatr Poszukujący”, działające przy OK. w Wesolej.

Autorka i koordynatorka projektów artystycznych i edukacyjnych: warsztatów teatralnych dla nauczycieli „Teatr z dziećmi - Jak to robić?” w ramach Międzynarodowego Festiwalu dla Dzieci i Młodzieży KORCZAK, międzynarodowego konkursu „Młodzi Tłumacze” przy ASSITEJ, Festiwalu Nowych Form Teatralnych w Wesolej, „Parady Teatralnej” oraz projektu multimedialnego CITY.

Współautorka publikacji „Teatr dziecięcy” z serii „Biblioteka Edukacji Kulturalnej”. Wieloletnia jurorka przeglądów, konkursów i festiwali artystycznych m.in. Ogólnopolskiego Festiwalu Twórczości Dziecięcej w Grudziądzu.