

NOF toolkit Πρακτική Voarte 05

Τίτλος: Πέρα από το σημάδι

Διάρκεια: 20 - 30 λεπτά

Δουλεύοντας πάνω στην ταυτότητα του ονόματος μέσω της χειρονομίας/κίνησης (ή ακόμα και με το όνομα της χειρονομίας ,αν υπάρχει). Η δημιουργικότητα της χειρονομίας και οι διαστάσεις της σε διαφορετικές ενέργειες, συναισθήματα και σωματικές αισθήσεις.

Δουλεύοντας με τις κινήσεις του ονόματος κάθε συμμετέχοντα, με ταυτότητα

Βήμα 1: Μπείτε σε πρόκληση με τις διαφορετικές υφές της κίνησης / χειρονομίες του ονόματος: συναισθήματα, ρυθμούς, θέσεις και εκτελέστε τις κινήσεις πολύ μικρές ,πολύ μεγάλες κ.ο.κ

Βήμα 2: Κάντε χρήση του χώρου και της ανακάλυψης της κίνησης ταυτόχρονα χρησιμοποιώντας αποστάσεις (κοντά, μακριά, γρήγορους, αργούς ρυθμούς, χαμηλά ή υψηλά επίπεδα)

Βήμα 3: Διατηρείστε επίγνωση του να κοιτάς και να βλέπεις, να βλέπεις το χώρο, τους άλλους και να είσαι συνεχώς σε κίνηση

Επόμενο βήμα: Σχεδιάστε έναν περιορισμένο χώρο στο πάτωμα (χρησιμοποιήστε ζωγραφική ταινία)

Χρησιμοποιήστε το χώρο αυτό ως περιορισμό στην κίνηση, το βλέμμα, την αναπνοή και την επαφή με άλλους