

LANGUAGE OF FUNGI

Lärarhandledning





Vi är alla en del av en större helhet. En del
av en sammanlänkad värld.
Tänk om den världen har ett språk?
The Language of Fungi.



Dans ger oss alla olika upplevelser. Genom att samtala och reflektera kring föreställningen kan eleverna få nya perspektiv, stimulera associationsförmågan och utveckla sitt sätt att formulera sig. Det är just deras egna individuella upplevelse som är i fokus och det finns inget rätt eller fel. I denna dansföreställning finns det ingen handling att förstå utan bara uppleva det händer runt dig och inom dig.

STARTA med en inre individuell reflektion.

Förberedelse: gör rummet så lugn som möjligt genom att stänga ute ljud, dämpa belysningen och skapa plats för luft och rörelse.

Bjud in eleverna att sätta sig bekvämt och sluta ögonen. Be dom tänka tillbaka på föreställningen. Vad fastnade i ditt minne?

- Tänk på 2 saker du minns lite extra.
- Tänk på någon känsla föreställningen väckte i dig.



Stödjande öppna frågor för att väcka minnet hos eleverna:

Vad såg ni? Hur lät musiken? Hur rörde de sig? Kommer du ihåg någon särskild rörelse? Vad fick rörelserna dig att tänka på? Vad kände du? Hur var ljuset?

Fascinerade fakta om svampar:

- *Svamparna var det första livet på jorden för 4 och en halv miljard år sedan.*
- *Svamparna skickar ut sporer, som frön, som sprider sig, och på så sett blir dom fler och fler.*
- *Svamparna har som trådar under jorden där dom skickar signaler, som ett hemligt språk - och det är därför som föreställningen heter - Language of Fungi - Svamparnas språk.*

Fascinerade fakta om dans:

- *Det första arkeologiska beviset på dans kommer från de 9 tusen år gamla grottmålningarna i Indien.*
- *Dans och rörelse kan användas som ett sätt att uttrycka sig själv där ord inte är nödvändiga – kroppen talar allt!*
- *Dansen är ett gemensamt världsspråk. Tänk! Dansen gör så du kan kommunicera med alla du möter, genom - Kroppens språk.*

ÖVNINGAR

Nedan följer en rad övningar där vi övar samspel, kommunikation, fokus och mod.

SIGNALEN

Stå i en cirkel och håll varandras händer. En av läraren utvald person börjar trycka sin ena grannes hand. Den personen trycker nästas hand till "signalen" kommer tillbaka till den som startade.

FÖR DEN SOM VILL UTMANAS:

- När personen får tillbaka signalen trycker den personen båda sina händer. När någon i ringen får båda sina händer tryckta samtidigt säger hen "signalen" och får sedan börja om att skicka "signalen" åt båda hållen samtidigt.

ÖGONKOMMUNIKATION

Stå/eller sitt i en cirkel. Låt blicken vandra långsamt runt i ringen. När två personer får ögonkontakt byter dom plats med varandra.

Uppmana att sökandet efter ögonkontakt och platsbytet sker i lugnt tempo. Här kan det hjälpa till att skapa stämning med lugn musik i bakgrunden.

FÖR DEN SOM VILL UTMANAS:

- När man möter den man ska byta plats med så stannar man till och gör en gemensam speglade rörelse, som en spontan improviserad rörelse. Detta sker utan att prata, och utan att bestämma något i förväg.

KNUTEN

Denna övning passar bäst att göra max 10 pers åt gången.

Stå i en cirkel. Blunda. Sträck fram händerna och börja långsamt gå in mot cirkelns mitt.

Alla hittar en hand i vardera hand (här är det bra att du som leder övningen är med och hjälper till så alla hittar en hand i sin).

När alla har hittat 2 händer och ni gemensamt

skapat en stor knut så gäller det att metodiskt samarbeta för att lösa knuten, utan att

släppa taget. Böja, vrida, lyfta över, krypa under. Ibland blir lösningen en stor ring, ibland

flera ringar.

FÖR DEN SOM VILL UTMANAS:

- Gör övningen utan att prata.
- Klocka och se hur samarbetet utvecklas.
- Blunda genom hela övningen och låt en person utanför knuten vägleda kompisarna: "Lisa du ska böja dig, Asram och Pelle ni ska lyfta era händer, Siv kliv över..."

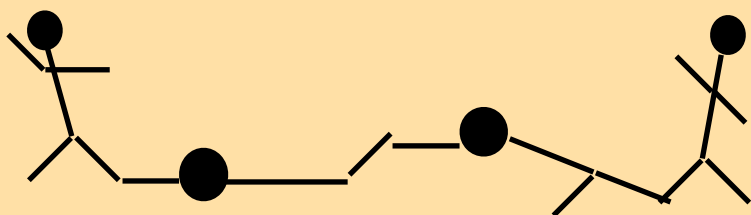


MYCEL - GEMENSKAPANDE ÖVNING

I denna övning ska ni gemensamt bygga ett mycel genom att länka samman era kroppar, genom rummet. Starta med att en person gör en form med sin kropp, likt en staty. Nästa person tar en ny form som på något sätt sitter ihop med personen innan, till exempel min hälsnuddar din armbåge eller min hand mot din axel. Fortsätt att fylla på med en person i taget tills hela gruppen har bildat ett långt led, likt svamparnas sammanlänkade mycel.

FÖR DEN SOM VILL UTMANAS:

- Gör övningen på en ny plats. I korridoren, i trappan, på skolgården eller varför inte i skogen nästa gång ni är på utflykt?
- Skicka en signal genom mycelet likt övningen "Signalen".



ÖVNING FÖR INRE FOKUS & EXPANSION

- VIA JORDEN , GENOM LUFTEN, UT I UNIVERSUM

Sitt ner på varsin stol, se till att det finns utrymme runtomkring så det är möjligt att röra armarna i alla riktningar.

Bjud in eleverna att blunda och bara koppla av en stund.

Spela upp "Den inre meditativa resan". Du hittar ljudfilen via Qr koden.

- Tips! Ju fler gånger övningen görs, desto enklare är det för kroppen att hitta in i ett meditativt lugn.
- Tips 2! 😊 Prova denna övning nästa gång ni är på skogsutflykt.

Kontakt:

info@kolko.se

www.kolko.se



kolko_kollektivkompaniet

