

2011

Πρόγραμμα Σπουδών για την Παιδεία Χορού - Κίνησης

[Στο Πλαίσιο των δραστηριοτήτων Αισθητικής Αγωγής
για όλες τις βαθμίδες της Υποχρεωτικής Εκπαίδευσης]



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΑΙ ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗ
επένδυση στην κοινωνία της γνώσης
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΕΣΠΑ
2007-2013
Πρόγραμμα για την ανάπτυξη
ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ



ΕΣΠΑ 2007-13\Ε.Π. Ε&ΔΒΜ\Α.Π. 1-2-3

«ΝΕΟ ΣΧΟΛΕΙΟ (Σχολείο 21^{ου} αιώνα) – Νέο Πρόγραμμα Σπουδών, Οριζόντια Πράξη» MIS:
295450

Με την συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης (Ε. Κ. Τ.)

Παιδαγωγικό Ινστιτούτο
Υπουργείο Παιδείας και Διά Βίου Μάθησης





ΕΣΠΑ 2007-13\Ε.Π. Ε&ΔΒΜ\Α.Π. 1-2-3
«ΝΕΟ ΣΧΟΛΕΙΟ (Σχολείο 21^{ου} αιώνα) – Νέο Πρόγραμμα Σπουδών, Οριζόντια Πράξη» MIS:
295450
Με την συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης (Ε. Κ. Τ.)

Το παρόν έργο έχει παραχθεί από το Παιδαγωγικό Ινστιτούτο στο πλαίσιο υλοποίησης της Πράξης «*ΝΕΟ ΣΧΟΛΕΙΟ (Σχολείο 21ου αιώνα) – Νέο πρόγραμμα σπουδών, στους Άξονες Προτεραιότητας 1,2,3, -Οριζόντια Πράξη*», με κωδικό MIS 295450 και ειδικότερα στο πλαίσιο του Υποέργου 1: «*Εκπόνηση Προγραμμάτων Σπουδών Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης και οδηγών για τον εκπαιδευτικό «Εργαλεία Διδακτικών Προσεγγίσεων*»,.

Επιστημονικό Πεδίο: **Τέχνες - Πολιτισμός**

Διδακτικό Μαθησιακό Αντικείμενο: **Χορός - κίνηση**

I. Προσχολική ηλικία και δημοτικό σχολείο τάξη A+B

Με προσαρμογές στις αναπτυξιακές δυνατότητες και ανάγκες των νηπίων το ακόλουθο πρόγραμμα μπορεί να εφαρμοστεί στο Νηπιαγωγείο

Προσδοκώμενα Μαθησιακά Αποτελέσματα	Βασικά θέματα και μεθοδολογικές επισημάνσεις	Ενδεικτικές δραστηριότητες	Προτάσεις για εκπαιδευτικό υλικό
<p>1 Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να γνωρίζει τα μέλη του σώματός του και την κινητική δυνατότητα των μελών και αρθρώσεών του • να κινείται και να αλλάζει το σχήμα του σώματός του στο χώρο με ευκολία και ακρίβεια 	<p>Αντίληψη του σώματος και της κίνησης ως προς το χώρο - Σωματικά Σχήματα</p> <ul style="list-style-type: none"> • Εξοικείωση με την δυνατότητα να δημιουργεί σωματικά σχήματα με ολόκληρο το σώμα. • Ανάπτυξη των κινητικών δεξιοτήτων και ικανοτήτων. • Ανάπτυξη της δημιουργικότητας • Θίγεται η έννοια της προσωρινής παύσης και έναρξης της κίνησης. 	<ul style="list-style-type: none"> • Χρησιμοποιεί το σώμα του για να δείξει: <ul style="list-style-type: none"> - την κίνηση των κυμάτων της θάλασσας - ένα σύννεφο που κινείται στον ουρανό και μεγαλώνει - πουλιά που απλώνουν τα φτερά τους και πετούν - το δυνατό αέρα - μια φλογίτσα που γίνεται φωτιά μεγάλη. • Δημιουργεί με κίνηση ασύμμετρα και συμμετρικά σωματικά σχήματα και εξοικειώνεται με την δυνατότητα να προσανατολιστεί στην πλευρική κίνηση. <ul style="list-style-type: none"> • Κινεί και τις δυο πλευρές του σώματος ταυτόχρονα ή μόνο τη μία. • Ενθαρρύνεται να παίξει με την κίνηση, με διαφορετικές αναφορές (μικρό – μεγάλο σχήμα , στρογγυλό – αιχμηρό κλπ) στο χώρο και με συνοδεία μουσικής. • Ανταποκρίνεται με ετοιμότητα σε ηχητικό σινιάλο για ακινησία – κίνηση, εξερευνώντας τη φυσική ικανότητα του σώματος να τεντώνεται, να μαζεύεται, να λυγίζει, να στρίβει. 	<ul style="list-style-type: none"> • Οδηγίες • Ταμπουρίνο για ηχητικό σινιάλο • Χρήση καθρέφτη, όπου είναι δυνατόν, για τα σωματικά σχήματα. • Cd player • Προτεινόμενη μουσική: Arvo Pärt - Symphony No. 3, I

<p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>			
<p>2 Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να συνειδητοποιεί το σώμα του στο χώρο κατά την αλλαγή επιπέδων • να αντιλαμβάνεται τη διαφορά ανάμεσα στο πάνω και κάτω, ψηλά και χαμηλά. • να συνυπάρχει στην ομάδα <p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<p>Αντίληψη του σώματος και της κίνησης ως προς το χώρο Επίπεδα</p> <ul style="list-style-type: none"> • Προσανατολισμός σε σχέση με τις οδηγίες επιπέδων και εξοικείωση με τα διαφορετικά επίπεδα (ψηλό – μεσαίο – χαμηλό). • Μετακίνηση αντικειμένου από ψηλά - χαμηλά και αντίθετα για ανάπτυξη της ικανότητας για συντονισμό. • Κινητική έκφραση και ανάπτυξη φαντασίας. 	<ul style="list-style-type: none"> • Εξερευνά τα επίπεδα και εξοικειώνεται με την δυνατότητα να προσανατολιστεί στο ψηλά και χαμηλά, να συνειδητοποιεί τα μέλη του σώματος, χρησιμοποιώντας τέντωμα και μάζεμα χεριών, λύγισμα και τέντωμα των γονάτων. • Κρατούν στα χέρια τους από μια μπάλα και την μετακινούν από ψηλά χαμηλά και αντίθετα. • Πιάνουν ομαδικά στην άκρη μαλακό ύφασμα και παροτρύνονται, συνοδεία μουσικής, να κινηθούν σε διαφορετικά επίπεδα στο χώρο, ανεβοκατεβάζοντας συγχρονισμένα το πανί . • Μιμούνται μια σειρά από κινήσεις νάνου και γίγαντα. 	<ul style="list-style-type: none"> • Cd player • Προτεινόμενη μουσική: Shostakovich - Piano Concerto No. 2: II. Andante • Υφάσματα • Μπάλες
<p>3 Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να συνειδητοποιεί το σώμα του στο χώρο σε θέση - μετακίνηση • να αντιλαμβάνεται τη διαφορά ανάμεσα στο εδώ και εκεί, στον κοντινό και μακρινό σημείο του χώρου. <p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<p>Αντίληψη της κίνησης ως προς το χώρο Θέσεις και Μετακίνηση</p> <ul style="list-style-type: none"> • Εξοικείωση με τη μετακίνηση και την κατεύθυνση της κίνησης. • Αντίληψη της διαφοράς ανάμεσα στην ακινησία, στο «κινούμαι» και «μετακινούμαι». • Προσανατολισμός του σώματος στο χώρο. 	<ul style="list-style-type: none"> • Από το «εδώ στο εκεί». Ξεκινώντας από ένα σημείο να φτάσει σε άλλο μακρινό ή κοντινό του με διάφορους τρόπους. • Οι διάφοροι τρόποι μετακίνησης στο χώρο εκτελούνται ως μίμηση της κίνησης κάποιου τύπου ανθρώπου, ζώου ή πλάσματος φυσικού ή φανταστικού σώματος στο χώρο. • Να βρουν ένα βάδισμα κλόουν ή μίμου και να μετακινηθούν από ορισμένη θέση σε άλλη. 	<ul style="list-style-type: none"> • Εικόνες που στηρίζουν τις έννοιες « κοντά – μακριά». • Καρτέλες με ανθρώπους σε διάφορες αναπτυξιακές φάσεις ή διάφορα ζώα. • Video με τον Marcel Marceau σε μετακίνηση.
<p>4. Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να συνδέει την έννοια του ρυθμού με τους τρόπους μετακίνησης του σώματος 	<p>Αντίληψη της κίνησης ως προς το χώρο περπάτημα – τρέξιμο , στροφή</p> <ul style="list-style-type: none"> • Βελτίωση της ποιότητας των 	<ul style="list-style-type: none"> • Κινηγητό: «Θα σου αρπάξω την ουρά». Όλα τα παιδιά έχουν χάρτινες ουρές κολλημένες με χαρτοταινία. στη μέση τους, προσπαθούν να πάρουν όσο 	<ul style="list-style-type: none"> • Μουσικά όργανα Orff ή αυτοσχέδια κρουστά όσα τα παιδιά. • Χαρτιά γκοφρέ για ουρές +

<p>στο χώρο</p> <ul style="list-style-type: none"> • να μπορεί να μετακινείται (βαδίζοντας ή τρέχοντας) • να μπορεί να υπακούει σε ρυθμό • να λειτουργεί σε ομάδα <p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<p>βασικών μορφών μετακίνησης: περπάτημα – τρέξιμο.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Κατά τη βάδιση εισάγεται η έννοια της ορθοσωματικότητας. • Εξοικείωση με τη διαδοχή και εναλλαγή στο τρέξιμο, στροφή και τη χειρονομία, χωρίς παύση ανάμεσά τους. 	<p>γίνεται περισσότερες ουρές και να διαφυλάξουν την δική τους, καθώς κυνηγούν το ένα το άλλο ελεύθερα στο χώρο.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ανταποκρίνονται σε ρυθμό 4/4 βήματος, 8/8 τρεξίματος που «χτυπά» ο εμψυχωτής • Περπατούν με τον τρόπο ενός τύπου ανθρώπου (μίμηση) • «Χτυπούν» τα τέταρτα ♩ (τα) με παλαμάκια (body precaution) ή με μικρά κρουστά και τα περπατούν, «χτυπούν» τα όγδοα ♩ (τι) και τα τρέχουν. 	<p>χαρτοταινία</p>
<p>5.</p> <p>Ο μαθητής να μπορεί</p> <ul style="list-style-type: none"> • να εκτελεί απλό άλμα • να εκτελεί απλή στροφή <p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<p>Αντίληψη της κίνησης ως προς το χώρο. Άλμα – στροφή</p> <ul style="list-style-type: none"> • Στα άλματα και τις στροφές δεν επιδιώκεται τεχνική εκτέλεση και βελτίωση, αλλά μόνο εξερεύνηση του τρόπου. • Να ασκηθεί στην ισορροπία και να συντονίσει την κίνηση κατά το άλμα και τη στροφή . 	<ul style="list-style-type: none"> • Πηδούν ως βάτραχος, λαγός, άλογο, καγκουρό, γάτα , σκύλος κ.α. (μίμηση) • Άλματα με οδηγία από τον εμψυχωτή με διάφορους τρόπους : από ένα πόδι στο άλλο/ από τα δύο πόδια στα δύο κλπ • Αντιδρούν με άλμα σε έναν προσυμφωνημένο ήχο και με στροφή σε ήχο διαφορετικό. 	<ul style="list-style-type: none"> • Εικόνες με διάφορα ζώα ή μικρό απόσπασμα video με διάφορα ζώα, τα οποία πηδούν μετακινούμενα ή παίζοντας.
<p>6.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ο μαθητής να μπορεί: • να διακρίνει από τις καθημερινές κινήσεις του φυσικού ή τεχνητού περιβάλλοντος αυτές που εκτελούνται γρήγορα κι αυτές που εκτελούνται αργά • να εκτελεί αργές και γρήγορες κινήσεις • να αλλάζει το ρυθμό στην κίνησή του 	<p>Αντίληψη της κίνησης στο χρόνο: αργά - κανονικά -γρήγορα</p> <ul style="list-style-type: none"> • Εξοικείωση με τις έννοιες: κανονικά - γρήγορα – αργά. • Έλεγχος της κίνησης σε αργούς και γρήγορους ρυθμούς . • Να εκφραστούν με το τραγούδι και την κίνηση. • Να συντονίσουν την κίνησή τους με άλλους. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ασκούνται σε βήμα κανονικό, γρήγορο, αργό. • Οι μαθητές περπατούν στο χώρο με ένα σακούλι στον ώμο ή στο κεφάλι και τραγουδούν «το σακούλι μου στον ώμο (ή στο κεφάλι) περπατώ προσεχτικά μη με σπρώξεις, μη μ' αγγίζεις και μου πέσει ξαφνικά» • «Το τρένο»: Ο ένας πίσω από τον άλλον πιάνονται γερά απ' τη μέση 	<ul style="list-style-type: none"> • Εικόνες από το φυσικό και τεχνητό περιβάλλον στις οποίες θα αντιστοιχίσει τις αργές και γρήγορες κινήσεις με την πηγή τους.

<p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>		<p>σχηματίζοντας ένα τρένο. Αρχίζουν να μετακινούνται στο χώρο αργά στην αρχή, πιο γρήγορα αργότερα, με εναλλαγές της ταχύτητας. Κάθε που πρόκειται να αλλάξει κατεύθυνση το τρένο, ο πρώτος στη σειρά, ο «οδηγός» σφυρίζει.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Η ομάδα τρέχει ή περπατάει στο χώρο. Όταν δοθεί σινιάλο, σταματούν και κινούν επιτόπου, άλλοτε αργά και άλλοτε γρήγορα, για παράδειγμα, τα χέρια (κύματα, φτερά, φλόγες). • Το ίδιο, αλλά να κινηθεί αργά και γρήγορα με ολόκληρο το σώμα. • Παλαμάκια (body precaution): αυτοσχεδιάζουν, ένας – ένας αργά ή γρήγορα με την επίδειξη από τον εμπυχωτή ενός προσυμφωνημένου σχήματος για το «αργά» και άλλου για το «γρήγορα». • Βλέπει εικόνες με ζώα ή αντικείμενα (αεροπλάνο, χελώνα, σαλιγκάρι, ποδήλατο, κλπ) και αποδίδει με το σώμα, αργά ή γρήγορα αντίστοιχα με την πηγή. 	
<p>7. Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να ξεχωρίζει κινήσεις που διαφέρουν ως προς την ένταση στην καθημερινή ζωή • να ανταποκρίνεται κινητικά σε ερεθίσματα οπτικά • να αναγνωρίσει τη δυναμική στις πράξεις που έχουν σχέση με τη ζωή, στους ήχους, στα χρώματα 	<p>Αντίληψη της κίνησης ως προς τη δυναμική της: Απαλή κίνηση και Δυνατή κίνηση, κίνηση μεγάλη -μικρή</p> <p>Εκτέλεση μικρών χορογραφιών</p> <ul style="list-style-type: none"> • Έλεγχος της έντασης κατά την κίνηση. • Θίγεται η έννοια της έκφρασης μέσα από την ποιότητα της κίνησης, η οποία στηρίζεται στη δυναμική της. • Εισαγωγή στον τρόπο δουλειάς με δύο εναλλασσόμενες ομάδες. 	<ul style="list-style-type: none"> • Απαντούν σε ήχους με κινήσεις μαλακές ή δυνατές ανάλογα με τη δυναμική του ήχου, της μουσικής ή των εικόνων (επίδειξη και εναλλαγή εικόνων με έντονα και απαλά χρώματα ή μουσικό κομμάτι με μεγάλες εναλλαγές στην ένταση). • Ο εμπυχωτής δίνει ρυθμό βήματος «piano» στο ταμπουρίνο και όλοι οι μετέχοντες βαδίζουν στα δάχτυλα των ποδιών μαλακά, δίνει βήμα «forte» και οι μετέχοντες βαδίζουν πατώντας 	<ul style="list-style-type: none"> • Ηχητικό υλικό ή μουσικό κομμάτι με μεγάλες αλλαγές στην ένταση/ piano forte • Διαφορετικές εικόνες με ζωγραφικούς πίνακες ή φωτογραφίες με εναλλαγή έντονου και απαλού χρωματισμού • Προτεινόμενες μουσικές : Wolfgang Amadeus Mozart - Piano Concerto No. 21 – Andante


	<ul style="list-style-type: none"> • Ικανότητα εκτέλεσης μικρών χορευτικών ροών. 	<p>δυνατά σε όλο το πέλμα.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Μιμούνται ατομικά με το σώμα τους κινήσεις δυνατές ή μαλακές και οι υπόλοιποι πρέπει να μαντέψουν για ποιου την κίνηση πρόκειται. • Κινούνται άλλοτε με μέλη του σώματος κι άλλοτε με ολόκληρο το σώμα και συνειδητοποιούν τις μεγάλες και μικρές κινήσεις. • Ασκοούνται σε βήμα: <ul style="list-style-type: none"> - βαρύ, ανάλαφρο - στα δάχτυλα των ποδιών, σε όλη την πατούσα - με μεγάλους διασκελισμούς, κανονικούς • Εκτελούν μετά από επίδειξη μια μικρή χορευτική ροή, στην οποία περιέχονται δυνατές και απαλές κινήσεις, μεγάλες και μικρές, πχ. «κύκλος ζωής από σποράκι σε δεντρί» με μουσική . 	<p>Beethoven - Fur elise</p>
<p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p> <p>8. Ο μαθητής να μπορεί</p> <ul style="list-style-type: none"> • να αναγνωρίζει τις κινητικές δυνατότητες των αρθρώσεων του χεριού • να διαχωρίζει τις κινήσεις σε μικρές και μεγάλες, ανάλογα με το μέρος του χεριού που κινείται (καρπός, πήχης, βραχίονας) • να συνεργάζεται σε ζευγάρια 	<p>Αντίληψη εκφραστικών ικανοτήτων του σώματος</p> <p>Κινητικές, εκφραστικές ικανότητες των χεριών</p> <ul style="list-style-type: none"> • Προσανατολισμός στο δεξιά, αριστερά • Βελτίωση της ακρίβειας των κινήσεων και της ευλυγισίας των αρθρώσεων των χεριών (ώμου, αγκώνα, καρπού, δάχτυλα) • Μιμητικές κινήσεις των χεριών • Κατανόηση της ωμικής άρθρωσης και χρησιμοποίηση της πλάτης ή του θώρακα για την κίνηση των χεριών 	<ul style="list-style-type: none"> • «Μάγος με ραβδάκι» ακουμπά μια άρθρωση κι αυτή αρχίζει την κίνηση. Εκτελούν σε ζευγάρι (άσκηση κατάλληλη για τη Β' τάξη και πάνω, δεν προτείνεται για μικρότερες ηλικίες). • Κινούν τα χέρια σε κλείσιμο - άνοιγμα, πάνω - κάτω (ανοίγουν και κλείνουν σε αγκαλιά), γίνονται φτερά και δημιουργούν σε ένα πρώτο επίπεδο μια αφηγηματική σύντομη ιστορία πουλιού ή ανθρώπου. • Τα χέρια γίνονται καθώς κινούνται με συνοδεία μουσικής : <ul style="list-style-type: none"> - Κύματα 	<ul style="list-style-type: none"> • Ραβδάκια όσα το ήμισυ των μαθητών. • Προτεινόμενη μουσική: Maurice Ravel – «Daphnis et Chloë - Suite No. 2». • Κόκκινες κορδέλες όσες οι μαθητές.

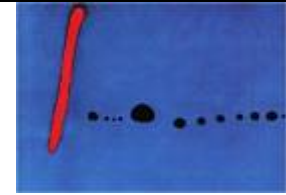
<p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<ul style="list-style-type: none"> •Ανάπτυξη φαντασίας •Προσανατολισμός δεξί/αριστερό 	<ul style="list-style-type: none"> - Φτερά αεροπλάνου - Φλόγες - Λουλούδι που ανθίζει • Στο δεξί χέρι δένεται μια κόκκινη καρτελίτσα και ζητείται από το μαθητή να μιμηθεί κινήσεις με τα χέρια του. Όσες προέρχονται από θαλάσσια ζώα και πτηνά γίνονται με το δεξί χέρι, οι υπόλοιπες από το αριστερό. 	
<p>9. Ο μαθητής να μπορεί</p> <ul style="list-style-type: none"> • να αναγνωρίζει τις κινητικές δυνατότητες των αρθρώσεων του ποδιού και της σπονδυλικής στήλης • να διαχωρίζει τις κινήσεις ανάλογα με την άρθρωση που τις προκαλεί • να αντιδρά σωματικά σε διαφορετικά ερεθίσματα • να επινοεί αυθόρμητα μια ιστορία 	<p>Αντίληψη εκφραστικών ικανοτήτων του σώματος</p> <p>Κινητικές, εκφραστικές ικανότητες των ποδιών και ολόκληρου του σώματος-Εύρος της κίνησης</p> <ul style="list-style-type: none"> •Βελτίωση της ακρίβειας των κινήσεων και της ευλυγισίας των ποδιών. •Βελτίωση της ισορροπίας και σωστή στήριξη στα πέλματα . •Ανάπτυξη της γρήγορης αντανακλαστικής αντίδραση σε ηχητικό ερέθισμα . •Ανάπτυξη της ικανότητας να μεταφράζει σχήματα και σύμβολα σε κινήσεις. 	<ul style="list-style-type: none"> • Διερεύνηση των αρθρώσεων του σώματος και σύγκριση με αυτές του «ξυλάνθρωπου». • Σε καθιστή θέση εκτελούν μιμητικές κινήσεις με τα πέλματα, για να δημιουργήσουν σε ένα πρώτο επίπεδο μια αφηγηματική σύντομη ιστορία (π.χ. το μεγάλο δάχτυλο του δεξιού ποδιού συναντά αγαπημένο συγγενή του – μεγάλο δάχτυλο αριστερού ποδιού και, αφού αγκαλιασθούν και φιληθούν, συνεχίζουν να περπατούν μαζί δίπλα - δίπλα...) • Ισορροπούν χρησιμοποιώντας για στήριξη διαφορετικά μέλη του σώματός τους κάθε φορά (στα δάχτυλα των ποδιών, το ένα πόδι, τα γόνατα και το ένα χέρι, τα δυο χέρια ένα πόδι κλπ). • Τρέχουν στο χώρο με σινιάλο ηχητικό, σταματούν και- ανάλογα με το ζητούμενο- μένουν ακίνητοι ,π.χ. μαζεμένοι με το σώμα σαν μια μπαλίτσα πολλή μικρή, ή απλωμένοι στο χώρο όσο πιο «μεγάλοι» μπορούν. Επίσης, με κάμψεις και υπερεκτάσεις μπορούν να δημιουργούν «μικρό – μεγάλο» 	<ul style="list-style-type: none"> • «Ξυλάνθρωπος» είναι η ξύλινη κούκλα προσομοίωσης του ανθρώπινου σώματος, η οποία χρησιμοποιείται στις εικαστικές τέχνες. Ο Ξυλάνθρωπος: Κίνηση και χορός, Τετράδιο Δασκάλου. Πρόγραμμα ΜΕΛΙΝΑ Εκπαίδευση και Πολιτισμός, Αθήνα 2002 • Προτεινόμενη μουσική: Zbigniew Preisner - Les Marionettes

<p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>		<p>σωματικό σχήμα, κλείσιμο και άνοιγμα στο χώρο (οι κινήσεις αποτελούν απάντηση στις εναλλαγές ηχητικού σινιάλου).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Συνοδεύει μουσικής οι μαθητές προτρέπονται να φανταστούν διάφορα μέλη του σώματός τους ως μολύβι (δάχτυλο, καρπός, αγκώνας, ώμος, κεφάλι, γόνατο, πέλματα κλπ) που ζωγραφίζει διάφορα σχήματα στο χώρο 	
<p>10. Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να ανταποκρίνεται σε διαφορετικά ερεθίσματα οπτικά, ακουστικά, κλπ • να εκφραστεί δημιουργικά • να αφηγείται μια ιστορία με αλληλουχία κινήσεων • να προσεγγίσει την έννοια της ομάδας • να αλληλεπιδρά • να επικοινωνεί 	<p>Αυτοσχεδιασμός (ατομικός και ομαδικός)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Βελτίωση της ετοιμότητας να απαντά κινητικά σε ερέθισμα οπτικό, ηχητικό κ.α. Με αρχική υποστήριξη τη συνεχή παρουσία του ερεθίσματος. • Εξάσκηση και απελευθέρωση της φαντασίας και της τόλμης κατά τον κινητικό ελεύθερο αυτοσχεδιασμό. • Να κινηθεί με ένα ηχητικό ερέθισμα. • Να εκφράζει με το σώμα και την κίνηση συναισθήματα. • Να γνωρίσει την έννοια του ατόμου και του ζευγαριού και να εξοικειωθεί με τη συνεργασία σε ζευγάρι. • Να ακολουθήσει την κίνηση άλλου ως καθρέφτης. 	<ul style="list-style-type: none"> • να υπάρξει κινητική αντίδραση ως απάντηση σε ηχητικό ερέθισμα (μουσική, ήχοι της φύσης ή της πόλης κλπ) • να αυτοσχεδιάσει ατομικά <ul style="list-style-type: none"> - πάνω στα συναισθήματα - σε μια σύντομη ιστορία από στίχους τραγουδιού • να υπάρξει κινητική απάντηση σε οπτικό ερέθισμα, μεταφράζοντας κινητικά τα σχήματα τα οποία περιέχουν κύκλο και ευθεία. Με αρχική υποστήριξη τη συνεχή επίδειξη και εναλλαγή καρτελών κύκλου -ευθείας ως να αναδυθεί αυθόρμητος, ελεύθερος αυτοσχεδιασμός με κυκλικές και ευθύγραμμες κινήσεις. • Οι μαθητές σε ζευγάρια. Απέναντι ο ένας στον άλλον ο ένας οδηγεί και ο άλλος ακολουθεί, ως καθρέφτης του την κίνηση, αποδίδοντας μια ορισμένη συνθήκη που έχει ορίσει ο δάσκαλος. • Οι μαθητές σε ζευγάρια κινούνται σε διάφορα επίπεδα, αλλάζοντας σχήμα στο χώρο πλάι ο ένας στον άλλο. • Οι μαθητές σε ζευγάρια κινούνται, 	<ul style="list-style-type: none"> • Καρτέλες με γεωμετρικά σχήματα, σύμβολα ή είδη γραφής. • Ηχογραφημένοι ήχοι πόλης ή φύσης. • Παιδικό ή άλλο κατάλληλο τραγούδι, οι στίχοι του οποίου αφηγούνται μια ιστορία. • Μπαλόνια όσα ο μισός αριθμός των παιδιών της τάξης.

<p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>		<p>κρατώντας σωματική επαφή με κάποιο σημείο του σώματός τους (παλάμες, ώμοι, κεφάλι κλπ).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Τοποθετούν ανάμεσα στα σημεία επαφής των σωμάτων τους ένα μπαλόνι και προσπαθούν το μπαλόνι να παραμένει ανάμεσα στα σώματά τους, καθώς κινούνται. 	
<p>11. Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να ακολουθεί με το σώμα του δεδομένο αργό και γρήγορο ρυθμό • να αυτοσχεδιάζει ατομικά σε ρυθμό, κίνηση και φωνή • να ακολουθεί μια δεδομένη ρυθμική - κινητική συνέχεια <p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<p>Πρωτόγονη έκφραση</p> <ul style="list-style-type: none"> • Εξάσκηση στον προσανατολισμό στο χώρο. • Εξάσκηση στις κατευθύνσεις στο χώρο. • Βελτίωση της ικανότητας να ακολουθεί με το σώμα δεδομένο ρυθμό. • Βελτίωση της ικανότητας να εκτελεί ομαδικά μικρές κινητικές συνέχειες. • Καλλιέργεια του ρυθμού και του συντονισμού στην κίνηση. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ανάπτυξη του ρυθμού μέσα από ρυθμικά παιχνίδια. • Ανάπτυξη κινητικών και ρυθμικών δεξιοτήτων μέσα από την επανάληψη δεδομένων και εύκολων κινήσεων (αδρές, δυνατές ,δυναμικές και μαλακές κινήσεις), καθώς και σύντομων κινητικών συνεχειών: <ul style="list-style-type: none"> - χαιρετισμός στην κοινότητα, - χαιρετισμός στα τέσσερα σημεία του ορίζοντα, - επίκληση. • Αυτοσχεδιασμός με ερέθισμα δραστηριότητες από την πρωτόγονη ζωή 	<ul style="list-style-type: none"> • Μουσική 2/4 και 4/4/ από αφρικάνικα κρουστά (djembe) • Προτεινόμενες μουσικές: Guem - Le Serpent Guem – Rythmes Africains, Afro ² • Οδηγίες για Πρωτόγονη έκφραση στο «Χοροθεραπεία με την πρωτόγονη έκφραση Franncce Schott – Billmann», Εκδ. Τρόπος ζωής, Αθήνα, 1995.
<p>12. Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να γνωρίζει και να τραγουδά το τραγούδι του χορού • να γνωρίζει και να ονομάζει ορισμένους παραδοσιακούς χορούς • να γνωρίζει βασικά στοιχεία της λαϊκής παράδοσης που σχετίζονται με έναν απλό χορό • να αντλήσει χαρά • να αναπτύξει σεβασμό προς την Παράδοση 	<p>Παραδοσιακός χορός</p> <ul style="list-style-type: none"> • Εκμάθηση του τραγουδιού. • Εξοικείωση με το ρυθμό του χορού μέσα από δραστηριότητες μουσικοκινητικής αγωγής και ρυθμικά παιχνίδια . • Εξοικείωση με το χορό μέσω δραστηριοτήτων του θεατρικού παιχνιδιού. • Εκμάθηση των βημάτων απλών χορών, χωρίς πολύπλοκες φιγούρες και χωρίς σύνθετες λαβές των χεριών. • Να παίξουν με τις διαφορετικές 	<ul style="list-style-type: none"> • Θεατρική αναπαράσταση της ιστορίας που αφηγείται το παραδοσιακό τραγούδι (πχ «Έλα, βρε Χαραλάμπε, να σε παντρέψουμε») • Προτεινόμενοι χοροί για το επίπεδο των μαθητών: <ul style="list-style-type: none"> - συρτός στα τρία - γρήγορο χασάπικο - ποδαράκι κ.α. 	<ul style="list-style-type: none"> • Φωτογραφικό υλικό ή βίντεο όπου απεικονίζονται: <ul style="list-style-type: none"> -φορεσιές του τόπου -τοπία της περιοχής -παραδοσιακά όργανα που ακούγονται στο τραγούδι -παραδοσιακά σκεύη και αντικείμενα • Τύμπανα, ντέφια, μαράκες, κουδουνάκια κ.α.

Διάρκεια: ένα δίωρο	χορευτικές λαβές.		
II. Δημοτικό σχολείο τάξη Γ+Δ			
Προσδοκώμενα Μαθησιακά Αποτελέσματα	Βασικά θέματα και μεθοδολογικές επισημάνσεις	Ενδεικτικές δραστηριότητες	Προτάσεις για εκπαιδευτικό υλικό
<p>1. Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να κινείται στο χώρο • να κατανοεί τη σχέση του σώματος μέσα στο χώρο <p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<p>Αντίληψη της σχέσης της σπονδυλικής στήλης στον κάθετο, οριζόντιο, διαγώνιο άξονα.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Εξοικείωση με τη βαρύτητα- χρήση του βάρους του σώματος. • Αιώρηση, ταλάντωση, άλμα. 	<ul style="list-style-type: none"> • Κινείται σε συνεχή ροή ,αλλάζοντας ταυτόχρονα την κατεύθυνση του άξονα του σώματος. • Εξερευνά την ταλάντωση του σώματος από τον άξονα και σε διαφορετικά μέλη του σώματος , αφού παρατηρήσει την ταλάντωση σε μια μπάλα δεμένη σε ένα σχοινί . • Παρατηρεί τους διαφορετικούς ρυθμούς μέσα από την αιώρηση του σώματος και την πτώση του σε σχέση με τη βαρύτητα. • Εξερευνά το άλμα . 	<ul style="list-style-type: none"> • Μπάλα δεμένη σε σχοινί. Μπάλες του ζογκλέρ – εισαγωγή σε βασικές αρχές φυσικής χρησιμοποιώντας τα αντικείμενα.
<p>. Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να μετακινείται με διαφορετικούς τρόπους <p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<p>Βάδισμα, τρέξιμο, άλμα, επίπεδα.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Παρατηρεί και αναλύει τη μετακίνηση στο ανθρώπινο σώμα:1. σε διαφορετικά στάδια ανάπτυξης (βρέφος-ενήλικας) 2. σε σχέση με την εξέλιξη του είδους από τον πίθηκο στον homo sapiens. • Παρατηρεί και αναλύει τη μετακίνηση σε άλλα ζώα • Εξερευνά τρόπους μετακίνησης στα διαφορετικά επίπεδα (χαμηλό, μεσαίο , ψηλό) και παρατηρεί τις προσαρμογές του σώματος σε σχέση με την ταχύτητα. 	<ul style="list-style-type: none"> • Εικόνες από την εξέλιξη του ανθρώπου. • Εικόνες από ζώα με διαφορετικά συστήματα μετακίνησης.

<p>3. Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • νδημιουργεί σχήματα με το σώμα σε ροή. <p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<p>Διαρκής μεταμόρφωση από το ένα σχήμα στο άλλο, ισορροπία, έλεγχος του σώματος σε σχέση με το χώρο, την κατεύθυνση και τη στήριξη.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Με αφορμή ένα ποίημα, δημιουργεί σχήματα σε σχέση με τις εικόνες που εναλλάσσονται. • Παρατηρεί τις σχέσεις στήριξης από τα διαφορετικά μέρη του σώματος. • Εξερευνά διαφορετικούς τρόπους μετάβασης από το ένα σχήμα στο άλλο. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ποιήματα Jacques Prévert
<p>4. Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να αναγνωρίζει διαφορετικές φόρμες κίνησης. <p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<p>Παρατήρηση διαφορετικών χωρών και ανάπτυξη της ικανότητας αναγνώρισης διαφορετικών τεχνικών κίνησης.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Παρακολουθεί βίντεο αποσπάσματα, παρατηρεί διαφορές. • Διαλέγει δύο τεχνικές κίνησης και κινείται εστιάζοντας στις ομοιότητες και τις διαφορές τους. 	<ul style="list-style-type: none"> • Βίντεο με παραδείγματα από κύρια ρεύματα από την ιστορία του χορού.
<p>5. Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Να κινείται με διαφορετικές ποιότητες . <p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<p>Εξερεύνηση και αναγνώριση των διαφορετικών ποιοτήτων κίνησης και αντίληψη των χαρακτηριστικών της κίνησης.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Εξερευνά την κίνηση: σε σχέση με το χώρο με άμεσο/ έμμεσο τρόπο, • σε σχέση με το βάρος με ελαφρύ/δυνατό τρόπο, • σε σχέση με το χρόνο με απότομο/συνεχόμενο τρόπο, • σε σχέση με τη ροή με κρατημένο /ελεύθερο τρόπο. 	
<p>6. Ο μαθητής να μπορεί:</p> <p>να δημιουργεί χορογραφίες (σύντομες κινητικές φράσεις) με αφορμή συγκεκριμένα ερεθίσματα.</p>	<p>Διάλογος με άλλες μορφές τέχνης: ζωγραφική, γλυπτική, φωτογραφία, αρχιτεκτονική.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Επιλέγει ένα έργο από μια μορφή τέχνης από τις προτεινόμενες και το μεταφράζει σε μια σύντομη χορογραφία • Οι μαθητές ,που έχουν επιλέξει το ίδιο έργο ως έμπνευση, παρουσιάζουν όλοι μαζί τις σύντομες χορογραφίες και οι άλλοι μαθητές παρατηρούν ομοιότητες και διαφορές στις χορογραφίες αυτές. 	<p>Φωτογραφίες από έργα από τη ζωγραφική, γλυπτική, αρχιτεκτονική.</p>  <p>Henri Rousseau-the dream</p>



Miro-bleu




Anish Kapoor-Cloud Gate



Oskar Schlemmer-Das Triadische Ballett



Gaudi- Casa Batlló


<p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>			 <p>Zaha Hadid</p>
<p>7. Ο μαθητής να μπορεί: Να αυτοσχεδιάζει πάνω σε διαφορετικά θέματα και να βρίσκει παραλλαγές στο ίδιο θέμα. Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<p>Αντίληψη του θέματος, αλλά και αναγνώριση των διαφορετικών τρόπων δημιουργίας μιας παραλλαγής .</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Αυτοσχεδιάζει με διαφορετικά θέματα για συγκεκριμένη χρονική διάρκεια. • Δημιουργεί και αναγνωρίζει πως λειτουργεί η επανάληψη, η εξέλιξη και η παραλλαγή. 	
<p>8. Ο μαθητής να μπορεί: να εκτελεί με ακρίβεια, χορογραφίες στο ρυθμό μουσικής. Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<p>Εξέλιξη ρυθμού, ελέγχου σώματος.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Εκτελεί απλές χορογραφίες συντονισμένα με την ομάδα. • Δημιουργεί παραλλαγές στη χορογραφία. • Κινείται συντονισμένα με την ομάδα, σε παραλλαγή και ξανά συντονίζεται με την ομάδα σε συνεχή ροή. 	
<p>9. Ο μαθητής να μπορεί: να χρησιμοποιεί αντικείμενα στη χορογραφική του σύνθεση. Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<p>Εισαγωγή στη δραματουργία.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Επιλέγει και χρησιμοποιεί αντικείμενα μαζί με την κίνηση για τη δημιουργία μιας ιστορίας. • Παρουσιάζουν τις χορογραφίες. • Δίνουν τίτλους στις χορογραφίες που βλέπουν. 	<ul style="list-style-type: none"> • Αντικείμενα: π.χ πανιά, εφημερίδες, δίσκοι, μπάλες, κύβοι, εφημερίδες, ελατήρια.
<p>10. Ο μαθητής να μπορεί: να δημιουργεί κινητικά μοτίβα και περιγράφει και τη δομή τους. Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<p>Επικοινωνία της κίνησης και της δομής μιας μικρής κινητικής φράσης.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Δημιουργεί μια κινητική φράση. • στη συνέχεια διδάσκουν τη φράση, ο ένας στον άλλο, σαν το παιχνίδι «χαλασμένο τηλέφωνο». • Σε ντουέτα ο ένας μαθητής περιγράφει με λέξεις την κινητική του φράση και ο άλλος μαθητής εκτελεί την περιγραφή. Πώς περιγράφουμε το χορό; 	



11. Ο μαθητής να μπορεί: να αναγνωρίζει τα όρια της κίνησης. Διάρκεια: ένα δίωρο	Δυνατότητες και περιορισμοί της κίνησης του σώματος, αντίληψη της ασφάλειας στην εκτέλεση.	<ul style="list-style-type: none"> • Σύγκριση της κίνησης ενός ανδρείκελου με την κίνηση που μου επιτρέπει ο σκελετός μου. • Παρατήρηση των κινήσεων που συναντούν περιορισμούς. 	<ul style="list-style-type: none"> • Εικονογραφήσεις του σκελετικού και μυϊκού συστήματος.
12. Ο μαθητής να μπορεί: να δημιουργεί κινητικές φράσεις με ρυθμό. Διάρκεια: ένα δίωρο	Έμφαση στη μουσικότητα της κίνησης, της αναπνοής και του ήχου , εισαγωγή στην αναπνοή.	<ul style="list-style-type: none"> • Μεταφράζει ρυθμικά μοτίβα σε κίνηση. • Μεταφράζει ρυθμικά μοτίβα σε αναπνοή και στη συνέχεια σε ήχο (φωνή). • Μεταφράζει ρυθμικά μοτίβα σε κινήσεις που παράγουν ήχο στο σώμα (χρησιμοποιώντας το σώμα ως μουσικό όργανο) . 	<ul style="list-style-type: none"> • Εικονογραφήσεις του αναπνευστικού συστήματος και των φωνητικών χορδών.
13 Ο μαθητής να μπορεί: να αναγνωρίζει τη συνεργασία μελών του σώματος ως προς την εκτέλεση κινήσεων. Διάρκεια: ένα δίωρο	Αναπτύσσει την ικανότητα ισορροπίας, εργονομίας.	<ul style="list-style-type: none"> • Εκτελεί κινητικές φράσεις εξερευνώντας διαφορετικές μεθόδους εργονομίας στην κίνηση. • Εκτελεί κινητικές φράσεις με έμφαση στην ισορροπία και την εργονομία της ισορροπίας. 	

III. Δημοτικό Τάξη Ε + ΣΤ


Προσδοκώμενα Μαθησιακά Αποτελέσματα	Βασικά θέματα και μεθοδολογικές επισημάνσεις	Ενδεικτικές δραστηριότητες	Προτάσεις για εκπαιδευτικό υλικό
1. Ο μαθητής να μπορεί: <ul style="list-style-type: none"> • να αλλάζει γρήγορα το σχήμα του σώματός του στο χώρο • να αντιδρά γρήγορα και με ακρίβεια • να αναγνωρίζει τις δυνατότητες και τα όρια στο σώμα του 	Αντίληψη της κίνησης ως προς το χώρο σωματικά σχήματα <ul style="list-style-type: none"> • Ανάπτυξη ικανότητας να κινείται παίζοντας. • Ανάπτυξη της γρήγορης και σωστής αντίδρασης σε ηχητικό 	<ul style="list-style-type: none"> • Δημιουργεί με κίνηση ασύμμετρα και συμμετρικά σωματικά σχήματα ως απάντηση σε ερέθισμα ηχητικό, εναλλάσσοντας κίνηση και ακινησία. • Εξελίσσει τη δράση του αυτοσχεδιάζοντας πάνω σε μουσική με την κινητική οδηγία «αλλαγή σωματικών σχημάτων». 	<ul style="list-style-type: none"> • Ταμπουρίνο • Προτεινόμενη μουσική: Debussy: La Mer - First Movement Debussy: Clair de lune Stravinsky: Petrushka

<p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<p>σινιάλο.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Εμπεδώνεται η έννοια της παύσης. • Ανάπτυξη του ελέγχου στην κίνηση. 	<ul style="list-style-type: none"> • Η άσκηση επαναλαμβάνεται με τον ορισμό από το δάσκαλο μιας συγκεκριμένης κατάστασης, μιας ειδικής συναισθηματικής συνθήκης ή ατμόσφαιρας. 	
<p>2. Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Να παρακολουθεί τη δράση άλλων. • Να προτείνει για την κοινή δημιουργία. • Να δέχεται τις προτάσεις των άλλων. • Να δουλεύει με ενθουσιασμό τόσο πάνω στις δικές του προτεινόμενες κινήσεις όσο και των υπολοίπων μελών της ομάδα του για την ολοκλήρωση κοινής ροής. • Να μπορεί να σχολιάζει το αποτέλεσμα . <p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<p>Δημιουργία κινητικής ροής με εναλλασσόμενα σωματικά σχήματα</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ανάπτυξη της ικανότητας να συνδυάζονται περισσότερα μέλη του σώματος για τον πειραματισμό της κίνησης σε συνάρτηση με το χώρο . • Ανάπτυξη σύνθετων κινητικών δεξιοτήτων. • Εισαγωγή στον τρόπο δουλειάς με δύο εναλλασσόμενες ομάδες. • Εξοικείωση με τη ροή στην κίνηση. • Ανάπτυξη ισορροπίας. 	<ul style="list-style-type: none"> • Δημιουργία κινητικής ροής με εναλλασσόμενα συμμετρικά και ασύμμετρα σχήματα ατομικά . • Σύνθεση σε ομάδες «συμμετρικά και ασύμμετρα σχήματα ατομικά» με κίνηση που οδηγεί μέρος του σώματος (χέρι, κεφάλι κλπ) και παρουσίαση σε εναλλασσόμενες ομάδες (θεατές - δράστες) . • Δίνεται τίτλος στη σύνθεση μετά την παρουσίαση από τους μαθητές – θεατές ή αποφασίζεται ο τίτλος από τους ίδιους τους μαθητές-ερμηνευτές. 	<ul style="list-style-type: none"> • Προτεινόμενη μουσική: Manos Hadjidakis: New York Rock & Roll Ensemble Dedication Stravinsky: The Rite of Spring
<p>3. Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να συνειδητοποιεί το σώμα του στο χώρο, κατά την αλλαγή επιπέδων • να μπορεί να παραμένει ακίνητος χωρίς ένταση και να περνά από ακινησία στην κίνηση με ροή • να μπορεί να κινηθεί αλλάζοντας σχήμα στα διάφορα επίπεδα και να μετακινείται, με το ίδιο σωματικό σχήμα, από ψηλά- χαμηλά ,κλπ 	<p>Αντίληψη της κίνησης ως προς το χώρο: σωματικά σχήματα + επίπεδα (χαμηλό ,μεσαίο, ψηλό).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Βελτίωση της ικανότητας αλλαγής επιπέδων. • Έλεγχος της πλευρικότητας σε σχέση με το συντονισμό. • Εξοικείωση με τα διαφορετικά επίπεδα (ψηλό, μεσαίο, χαμηλό). • Ικανότητα εναλλαγής διαφορετικών τρόπων μετάβασης 	<ul style="list-style-type: none"> • Ξεκινώντας από την όρθια μετακινείται στην ξαπλωτή και το αντίθετο, με σπινάλ με ηχητικό σινιάλο σταματά, υποστηρίζει ενεργειακά την παύση, συνειδητοποιεί το επίπεδο στο οποίο βρίσκεται κα συνεχίζει. • Ενθαρρύνεται να κινηθεί με ροή, συνοδεία μουσικής, για τη δημιουργία μια ατομικής, σύντομης χορευτικής ροής αλλάζοντας διαδοχικά επίπεδα κίνησης και 	<ul style="list-style-type: none"> • Λάστιχο μαλακό 5 - 6 μέτρα • Προτεινόμενη μουσική: Bach: Prelude BWV 998 Bach: Allegro BWV 998 Bach: Fugue BWV 998

<ul style="list-style-type: none"> • να εργάζεται ατομικά και να υποβάλει την προσωπική ιδέα και ανακάλυψη στην ομάδα για κοινή δημιουργία • να διδάσκει μια αλληλουχία κινήσεων σε συμμαθητή του <p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<p>από το έδαφος στην όρθια στάση κι αντίθετα.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Εμπέδωση της έννοιας της ακινησίας. 	<p>σχήματα.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Σε μικρή ομάδα κινούνται αυτοσχέδια κρατώντας ο καθένας ένα μέρος από μακρύ λάστιχο, μετακινούμενοι ως προς τα επίπεδα. Περνώντας από πάνω κι από κάτω του, δουλεύουν συμβολικά τον ανθρώπινο κοινωνικό ιστό, συντονισμένα, ώστε να μην μπερδευτεί το λάστιχο. • Ερευνά την κίνηση ατομικά, με οδηγία να εναλλάσσει το ψηλότερο σημείο του σώματος στο χώρο (κεφάλι, παλάμη, πλάτη, πατούσα, αυτί ,κλπ) και κατόπιν υποβάλλει την ατομική ανακάλυψη στην ομάδα για κοινή δημιουργία χορευτικής σύνθεσης (διδάσκουν τις κινήσεις που ανακάλυψαν ο ένας στον άλλον). 	
<p>4. Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να περνά ήρεμα με ροή από την ακινησία σε κίνηση και αντίθετα • να ελέγχει το σώμα κατά τη μετακίνηση • να μπορεί να αναπτύσσει την κίνηση μέσα από τη μουσική 	<p>Αντίληψη της κίνησης ως προς το χώρο: θέσεις - μετακίνηση ευθείες - καμπύλες στο χώρο</p> <ul style="list-style-type: none"> • Κατά τη μετακίνησή του μέσα στο χώρο επιδιώκεται η συγκέντρωση, και η ρευστότητα στην αργή μετακίνηση. • Εξάσκηση σε μετακινήσεις που αρχίζουν από συγκεκριμένο μέρος του σώματος: ώμο, στέρνο, χέρι, λεκάνη. • Θίγονται οι έννοιες έναρξη, διαδοχή και έμφαση της κίνησης. 	<p>Τα μέλη σε ομάδες μικρές σχεδιάζουν σε φύλλο χαρτί ευθείες, καμπύλες κ.λ.π. Έπειτα κινούνται καμπυλόγραμμο ή ευθύγραμμο στο χώρο (μπρος, πίσω, πλάι) σύμφωνα με αυτές τις γραμμές.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Κινούνται στο χώρο αποδίδοντας με το σώμα τους τα σχήματα ενός πίνακα γνωστού ζωγράφου πχ Kandinsky 	<ul style="list-style-type: none"> • Ταμπουρίνο • Χαρτιά και μαρκαδόροι • Πίνακας  <p>Kandinsky Composition VIII</p> <ul style="list-style-type: none"> • Προτεινόμενες μουσικές:

<p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Έλεγχο και συντονισμό, ώστε το βλέμμα να οδηγεί τη μετακίνηση . 		<ul style="list-style-type: none"> - Amelie: La valse - Vivaldi: four Seasons, autumn - Ryuichi Sakamoto: Energy flow
<p>5. Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να αποδίδει με κίνηση άλλες μορφές καλλιτεχνικής έκφρασης • να εκφράζεται δημιουργικά • να μπορεί να συνεργάζεται <p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<p>Διάλογος με την εικαστική τέχνη Καμπύλες και ευθείες Χρωματικές αποχρώσεις</p> <ul style="list-style-type: none"> • Αναπτύσσεται η εκφραστική δύναμη του χορού να μεταφράσει κινητικά ένα γραμμικό πίνακα ή μια ζωγραφική σύνθεση. • Ρευστότητα στην κίνηση. • Εκφραστικότητα. • Ακρίβεια και ισορροπία. 	<ul style="list-style-type: none"> • Να σχεδιάσει γραμμές και καμπύλες σε ένα χαρτί (σαν μια κινητική παρτιτούρα) και να αποδώσει κινητικά τα διάφορα ευθύγραμμα και καμπυλόγραμμο σχήματα με την αλλαγή θέσεων και τη μετακίνηση του σώματος στο χώρο. • Να συνθέσει ομαδική κινητική ροή σε σχέση με τον γραμμικό πίνακα που δημιούργησε με την ομάδα του. • Να συνθέσει ομαδική κινητική ροή σε σχέση με ένα πίνακα ζωγραφικής γνωστού ζωγράφου, αποδίδοντας τις μορφές και τις χρωματικές αποχρώσεις με κίνηση . 	<ul style="list-style-type: none"> • Προτεινόμενοι πίνακες <p>Πικάσο: «Τρεις Μουσικοί» κορυφαίο έργο του κυβισμού</p>  <p>Μιρό «ο κήπος»</p> 
<p>6. Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να διακρίνει στις καθημερινές κινήσεις ρυθμούς • να μπορεί να συνεργάζεται με άλλους • να παρακολουθεί τη δράση άλλων • να μπορεί να διακρίνει επιτάχυνση και επιβράδυνση στη ζωή, στη φύση, στο λόγο 	<p>Αντίληψη της κίνησης στο χρόνο αργά - κανονικά –γρήγορα επιτάχυνση – επιβράδυνση</p> <ul style="list-style-type: none"> • Εμπέδωση ρυθμού, κρατώντας σταθερό τέμπο αργό - γρήγορα σε αλληλουχίες κινήσεων. • Εξοικείωση με τις έννοιες επιτάχυνση – επιβράδυνση, να μπορεί να περνά από πολλή αργή εκτέλεση σε κίνηση γρήγορη, 	<ul style="list-style-type: none"> • Τρέξιμο μόνο σε ευθεία γραμμή. Εάν κανείς συναντήσει κάποιον συνασκούμενο λίγο πριν, επιβραδύνει για να περάσει αυτός. • Να κάνει επιτάχυνση και επιβράδυνση κινήσεων - μέλους του σώματος, - συνδυασμού μελών - με ολόκληρο το σώμα • Οι μαθητές χωρισμένοι σε δύο εναλλασσόμενες ομάδες: η μια με 	<ul style="list-style-type: none"> • Προτεινόμενο stop motion video: "Her Morning Elegance" from the album The Opposite Side of the Sea written and produced by Oren Lavie http://hmegallery.com/



<ul style="list-style-type: none"> • να μπορεί να εκτελεί ο ίδιος επιτάχυνση και επιβράδυνση με την κίνησή του <p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<p>πολλή γρήγορη και το αντίθετο ως την ακινησία.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Έλεγχος επιτάχυνσης – επιβράδυνσης της κίνησης σταδιακά ομαλά, με ένα μέλος του σώματος και κατόπιν με ολόκληρο το σώμα. • Εμπέδωση του τρόπου δουλειάς σε δύο εναλλασσόμενες ομάδες εργασίας: 	<p>παλαμάκια (body precaution) αυτοσχεδιάζει προκαθορισμένα αργά ή γρήγορα και η άλλη ομάδα «οι χορευτές» αντιδρούν κινητικά στη ρυθμική αυτοσχέδια σύνθεση.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Κινούνται σε κατάλληλη μουσική γρήγορα και αργά, μαλακά και κοφτά. • Παρακολουθούν το stop motion video «Her Morning Elegance» και το χρησιμοποιούν ως αφόρμιση για δημιουργία. Επιλέγουν μια δραστηριότητα της καθημερινής ζωής, και την αποδίδουν κινητικά, αργά, γρήγορα και με επιτάχυνση - επιβράδυνση, χωρισμένοι σε δύο εναλλασσόμενες ομάδες (θεατές - χορευτές). 	
<p>7 + 8</p> <p>Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να συνδέει την έννοια του ρυθμού με τους τρόπους μετακίνησης του σώματος στο χώρο • να μπορεί να μετακινείται (βαδίζοντας ή τρέχοντας) ρυθμικά και με ακρίβεια σε περιορισμένο χώρο. • να κατανοεί τις δυνατότητες του σώματος και να συνειδητοποιεί τα όρια του • να εκτελεί άλματα με ποικίλες δυναμικές • να συνδέει τη σχέση άξονα του 	<p>Αντίληψη της κίνησης ως προς το χώρο περπάτημα – τρέξιμο – άλμα – στροφή.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Μέσα από την παρατήρηση της εξέλιξης της ανθρώπινης βάδισης από τον πρωτόγονο ως το σημερινό άνθρωπο επιμένουμε στην έννοια της ορθοσωματικότητας, κατά το περπάτημα. • Εισαγωγή στην ανατομική περιγραφή των μετακινήσεων για κατανόηση τη μηχανικής της βάδισης και του τρεξίματος. • (Ενσυναίσθηση των κυρτωμάτων της πλάτης κατά το 	<ul style="list-style-type: none"> • Όλοι τρέχουν στην αίθουσα και προσπαθούν να έχουν όμοια απόσταση απ' όλους τους υπόλοιπους. • Ερευνούν τη μηχανική της βάδισης • Οι μετέχοντες περπατούν με ένα από τα βασικά συναισθήματα <ul style="list-style-type: none"> -ευχαριστημένοι -πονεμένοι -θυμωμένοι -φοβισμένοι <p>περπατούν</p> <ul style="list-style-type: none"> – στην άμμο – μέσα στη θάλασσα – σε βράχους 	<ul style="list-style-type: none"> • Οργανάκια κρουστά Orff και αυτοσχέδια • Slides με εικόνες που απεικονίζεται η εξέλιξη της ανθρώπινης βάδισης

<p>σώματος και έλξη βαρύτητας στα άλματα τις στροφές και γενικά στην κίνηση</p> <ul style="list-style-type: none"> • να συνδέει γνώσεις της φυσικής με το ανθρώπινο σώμα και την κίνηση • να συστηματοποιεί τις ενέργειες για την ορθή απόδοση άλματος και στροφής • να λειτουργεί σε ομάδα <p>Διάρκεια: δύο δίωρα</p>	<p>περπάτημα και το τρέξιμο</p> <ul style="list-style-type: none"> • Εξερεύνηση των αλμάτων • Βελτίωση της ποιότητας των αλμάτων αναπηδήσεις επιτόπου. Έμφαση να δοθεί στην ώθηση κατά την απογείωση και στην προσγείωση τα γόνατα να είναι λυγισμένα. • Με την εξερεύνηση των στροφών, επιδιώκεται σε ένα βαθμό η τεχνική εκτέλεση (αύξηση της αποτελεσματικότητας του ποδιού στήριξης και του ρόλου της θέσης του σηκωμένου ποδιού, των χεριών, του κεφαλιού, του βλέμματος, έλεγχος του κάθετου άξονα, ισορροπία. Διαδοχικότητα στην εκτέλεση από στροφή $\frac{1}{4}$ σε $\frac{1}{2}$, σε ολόκληρη 	<p>«χτυπούν» τα τέταρτα με παλαμάκια (τα) και τα περπατούν,</p> <p>«χτυπούν» τα όγδοα (τι) και τα τρέχουν, «χτυπούν» τέταρτο παραστημένο όγδοο και πηδούν Χοπλα</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ένας - ένας οι ασκούμενοι στη διαγώνιο. Ακούγεται μουσική 4/4, ξεκινούν περπατάνε 4 βήματα, σταματούν 4 χρόνους και χτυπούν στα χέρια (παλαμάκια) το ρυθμό. • Εξερευνούν άλματα: <ul style="list-style-type: none"> A. ως προς τη στήριξη κατά την ώθηση B. ως προς την προσγείωση: από ένα πόδι στο άλλο, από δύο πόδια στα δύο κλπ • Ομοίως εξερευνούν τις στροφές: στο ένα πόδι, στα δυο, αργά, γρήγορα, $\frac{1}{4}$ σε $\frac{1}{2}$, ολόκληρη • Συνθέτουν ρυθμική παρτιτούρα με αξίες (ολόκληρα, μισά, τέταρτα, ως και όγδοα) 	
<p>9</p> <p>Ο μαθητής να μπορεί</p> <ul style="list-style-type: none"> • να αναγνωρίσει τη δυναμική στην κίνηση, στους ήχους και στα χρώματα • να εκφράζει αυτό που νιώθει παρατηρώντας ένα έργο τέχνης 	<p>Αντίληψη της κίνησης ως προς τη δυναμική της</p> <ul style="list-style-type: none"> • Εμπεδώνεται η έννοια της έκφρασης μέσα από την ποιότητα της κίνησης η οποία στηρίζεται στη δυναμική της (κίνηση ρευστή, 	<ul style="list-style-type: none"> • Δοκιμάζουν να κινηθούν στις οδηγίες του εκπαιδευτικού, με εναλλαγές, άλλοτε αφήνοντας το βάρος του σώματος και άλλοτε ελέγχοντάς το, με ένταση και χαλαρά, με τραντάγματα και ροή, καθώς αυτοσχεδιάζουν πάνω σε μουσική 	<ul style="list-style-type: none"> • Προτεινόμενος πίνακας” Μιρό:κόκκινοςήλιος 

<ul style="list-style-type: none"> • να μπορεί να απαντήσει κινητικά σε οπτικά ή ηχητικά ερεθίσματα ανάλογα με τη δυναμική • να μπορεί να συνδημιουργεί και να εκφράζει τη γνώμη του, την προτίμησή του, τις σκέψεις του για τη δημιουργία • <p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<p>ένταση, χαλάρωση, τραντάγματα κλπ)</p>	<p>κατάλληλη να δουλευτεί η δυναμική</p> <ul style="list-style-type: none"> • Δημιουργούν κινητική ροή με σειρά, εναλλαγής μαλακών και δυνατών κινήσεων, με ερέθισμα μουσική με μεγάλες διαφορές στη δυναμική, • Δημιουργούν κινητική ροή με σειρά κινήσεων εναλλαγής μαλακών και δυνατών με ερέθισμα πίνακες ζωγραφικής (γαλάζια – κόκκινη κίνηση/ απαλή δυνατή κίνηση) 	<ul style="list-style-type: none"> • Προτεινόμενη μουσική: τους ταυρομάχους από τη σουίτα Κάρμεν του Bizet
<p>10</p> <p>Ο μαθητής να μπορεί</p> <p>Στο θέμα «σώμα – πόλη» να εντοπίζει ομοιότητες και διαφορές ως προς τη δυναμική και το ρυθμό σκεπτόμενος με το ενορατικό μέρος του εγκεφάλου, «μη κανονιστικά»</p> <p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<p>«σώμα – πόλη»</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ικανότητα να σκέπτεται μη κανονιστικά (πόλη αναπνέει, κινείται, γρήγορα, αργά, δυνατά, απαλά, ησυχάζει, συγκαλείται σε σώμα (κυκλοφοριακή, πολεοδομική συγκρότηση) όπως και το ανθρώπινο σώμα αναπνέει, κινείται, γρήγορα, αργά, δυναμικά, ησυχάζει.) • Ανάπτυξη του ενδιαφέροντος για τα κοινά, για τα τοπία της πόλης (τόπους, αντικείμενα, πρόσωπα, σχέσεις) 	<ul style="list-style-type: none"> • Συζητούν στο θέμα «πόλη - σώμα» και ανακαλύπτουν ομοιότητες και διαφορές • αφού δημιουργήσουν ηχητικό τοπίο της πόλης, συνθέτουν χορευτική ροή πάνω σε αυτό, με θέμα το σώμα της πόλης. 	<ul style="list-style-type: none"> • video με εικόνες από το κυκλοφοριακό του κέντρου της πόλης σε ώρες αιχμής και τη νύχτα • μαγνητοφωνημένους ήχους της πόλης
<p>11.</p> <p>Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να εξερευνά, να τολμά και να εφευρίσκει κινήσεις • να αντιλαμβάνεται με προσωπικό τρόπο τη σχέση του ήχου ή της εικόνας με αυτήν της κινητικής σωματικής απάντησης • να εκφραστεί δημιουργικά 	<p>Αυτοσχεδιασμός, και στοιχεία contact improvisation</p> <ul style="list-style-type: none"> • Άσκηση στην έκφραση με ελεύθερο αυτοσχεδιασμό • Άσκηση στην έκφραση κατευθυνόμενου αυτοσχεδιασμού με επιλεγμένους περιορισμούς που αφορούν: 	<ul style="list-style-type: none"> • Να υπάρξει κινητική αντίδραση ως απάντηση σε μουσική • Να αυτοσχεδιάσουν με ερέθισμα από ένα σύντομο ποιητικό κείμενο • Να κινηθούν σε σχέση και επαφή με ένα αντικείμενο • να κινηθούν σε ζευγάρια, με επαφή ενός μέλους του σώματός τους (των αγκώνων τους των παλαμών, της 	<ul style="list-style-type: none"> • Προτεινόμενα μουσικά κομμάτια για τον αυτοσχεδιασμό : Vivaldi: four Seasons, Spring Ryuichi Sakamoto: Energy flow • Ενδεικτικά προτείνονται τα χάικου του Γ. Σεφέρη Α. Στάξε στη λίμνη

<ul style="list-style-type: none"> • να αφηγείται μια ιστορία με αλληλουχία κινήσεων • να εξοικειωθεί με την έννοια της ομάδας <p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<ul style="list-style-type: none"> - τα θεμελιώδη στοιχεία του χορού (χώρος, χρόνος, μορφή, ενέργεια) - ουσική - είμενο - ντικείμενο • Ξεπέρασμα του φόβου του αγγίγματος και δημιουργία χορού σε επαφή με άλλο σώμα 	<p>πλάτης, του κεφαλιού τους κλπ</p> <ul style="list-style-type: none"> • το ίδιο αλλά ανάμεσα στα μέλη τους υπάρχει ένα μπαλόνι το οποίο προσπαθούν κινούμενοι να το διατηρήσουν ανάμεσά τους • Να κινηθούν, συνοδεία μουσικής, σε σχέση και επαφή με άλλο σώμα, ελεύθερα 	<p>μόνο μια στάλα κρασί και σβήνει ο ήλιος Β.</p> <p>Στον κάμπο ούτ' ένα τετράφυλλο τριφύλλι· ποιος φταίει απ' τους τρεις</p> <ul style="list-style-type: none"> • Αντικείμενα που ερεθίζουν τη φαντασία για παραγωγή κίνησης με την κανονική ή εναλλακτική τους χρήση (εφημερίδες, πανιά, κορδέλες, βαλίτσα, κ.α) • Μπαλόνια όσα οι μισοί μαθητές
<p>12.</p> <p>Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να αναγνωρίσει την αξία του χορού • να αναγνωρίζει τα κύρια ρεύματα στο χορό • να αναπαράγει με το σώμα του σειρά χορευτικών κινήσεων • να αναγνωρίζει συγκεκριμένα μεγάλα χορευτικά έργα • να αναγνωρίσει την κοινωνική σημασία του χορού <p>Διάρκεια: δυο δίωρα</p>	<p>Ιστορία του χορού - κύρια ρεύματα</p> <ul style="list-style-type: none"> • Εξοικείωση με την δυνατότητα να ενθυμείτε σύντομες κινητικές φράσεις και να τις αναπαράγει με το δικό του σώμα προοδευτικά από μια μικρή σειρά απλών κινήσεων περνά σε μεγαλύτερη φράση, σειρά με πολυπλοκότερες κινήσεις . Από τις αργές κινητές συνέχειες στις πιο γρήγορες με κλιμάκωση του ρυθμού. 	<ul style="list-style-type: none"> • Παρακολούθηση βίντεο αρχείων και δημιουργία κινητικής σύνθεσης χρησιμοποιώντας την παράσταση ως παρτιτούρα • Παρακολούθηση βίντεο αρχείων και δημιουργία κινητικής σύνθεσης χρησιμοποιώντας την παράσταση ως ένα βασικό ερέθισμα για αναδημιουργία 	<ul style="list-style-type: none"> • Ενδεικτικά προτείνονται: <u>Fonteyn, Rudolf Nurejev</u> http://www.youtube.com/watch?v=ykS1waEUrBw <u>Lamentation - Martha Graham</u> http://www.youtube.com/watch?v=xgf3xgbKYko&feature=related <u>Alwin Nikolais- Modern Dance Pioneer</u> http://www.youtube.com/watch?v=bODsLoPpiq8&feature=related <u>Fensterputzer laveur de vitre pina bausch</u> http://www.youtube.com/watch?v=mGQ-VD5hU3k&feature=related
<p>13.</p> <p>Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να συνεργάζεται σε ομάδα • να διαλέγει τα πιο κατάλληλα και 	<p>Δημιουργία- παράσταση</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ικανότητα να ερευνά, να ανακαλύπτει κινήσεις , να δείχνει το χορό του σε άλλους, να 	<ul style="list-style-type: none"> • Επισκοπών χορευτικές ροές από αυτοσχεδιασμούς και αποφασίζουν δράσεις σε σχέση με το θέμα • Δουλεύουν δραματουργικά 	<ul style="list-style-type: none"> • Υλικό και οδηγίες για εμπύχωση από τον εκπαιδευτικό, σύμφωνα με τις αρχές της Παρεμβαίνουσας μη Κατευθυντικής εμπύχωσης

<p>ενδιαφέροντα στοιχεία για να δημιουργήσει</p> <ul style="list-style-type: none"> • να εκφράζει με άνεση την άποψή του για τις συνιστώσες της παράστασης (κοστούμια, σκηνικά, τη μουσική) 	<p>συνθέτει</p> <ul style="list-style-type: none"> • Θίγεται η έννοια της δραματουργίας • Εξοικείωση με τη συνθήκη της πρόβας και ανάπτυξη της συγκέντρωσης και αντοχής • Κατανόηση της έννοιας της πρόβας , 	<ul style="list-style-type: none"> • Παρουσιάζουν τις σκέψεις του για τα κοστούμια, τα σκηνικά, τη μουσική, και τις υποστηρίζουν με επιχειρήματα • Δουλεύουν για μια χορογραφία με αρχή, μέση και τέλος • Οργανώνουν τη μέρα Παράστασης • Κατασκευάζουν αφίσα και πρόγραμμα 	<p>(NDI/ Michel. Lobrot)</p>
<p>14 μαθητής να μπορεί</p> <ul style="list-style-type: none"> • να συνδυάζει τη φωνή του και την κίνηση του πάνω σε δεδομένη ρυθμική βάση. • να μπορεί να ακολουθεί τον αργό και τον γρήγορο παλμό • να αυτοσχεδιάσει ατομικά σε ρυθμό, κίνηση και φωνή πάνω στον δεδομένο ρυθμό τυμπάνου • να αυτοσχεδιάζει ομαδικά στην κίνηση – ρυθμό με κρουστά ή body precaution – φωνή • να βελτιώσει την αυτοεικόνα <p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<p>Πρωτόγονη έκφραση</p> <ul style="list-style-type: none"> • Προσανατολισμό στο χώρο κα το χρόνο κατά την εκτέλεση συνέχειας χαιρετισμού στα τέσσερα σημεία του ορίζοντα, {κατευθύνσεις στο χώρο} • Εξοικείωση με την τεχνική <ul style="list-style-type: none"> - αργού–γρήγορου βήματος, - σωματικά σχήματα, - κινήσεις ιεροτελεστίας, • Εξοικείωση με το τυπικό της πρωτόγονης έκφρασης. • Βελτίωση της αυτοεικόνας μέσα από το stop της πρωτόγονης έκφρασης και τη δουλειά στην εικόνα του σώματός 	<ul style="list-style-type: none"> - Ανάπτυξη του ρυθμού μέσα από ρυθμικά παιχνίδια - Ανάπτυξη κινητικών και ρυθμικών δεξιοτήτων μέσα από την επανάληψη χορευτικών συνεχειών όπως: χαιρετισμός στην κοινότητα, στα τέσσερα σημεία του ορίζοντα, επίκληση, μικρός χορός, μικρός χορός της προσευχής • Αυτοσχεδιασμός με ερέθισμα δραστηριότητες από την πρωτόγονη ζωή 	<ul style="list-style-type: none"> • Τραγούδι: Ayub Ogada – Kothiboro • Κρουστά : Guem «solo de Derbouka» Guem - Le Serpent • Υλικό και Οδηγίες για την πρωτόγονη έκφραση «Χοροθεραπεία με την πρωτόγονη έκφραση», σελ. 55 - 110, France schoott Billmann, εκδ Τρόπος ζωής, 1995
<p>15 Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να αποδίδει με κίνηση άλλες μορφές καλλιτεχνικής έκφρασης • να εκφράζεται δημιουργικά σε θέματα γνωστικού αντικειμένου θετικής κατεύθυνσης 	<p>Διάλογος με την εικαστική τέχνη ή διάλογος με άλλο γνωστικό αντικείμενο ή θέμα π.χ κατανόηση και στη συνέχεια αφόρμιση για δημιουργία του φαινομένου της έκλειψης της σελήνης</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ικανότητα στην έκφραση συναισθημάτων με προσωπικές 	<ul style="list-style-type: none"> • Να ασκηθεί σε καμπυλόγραμμη και ευθύγραμμη κίνηση στο χώρο, με κινήσεις και μετακινήσεις και με στόχο να ενώνει φανταστικά σημεία στο χώρο άλλοτε με τρόπο καμπυλόγραμμο και άλλοτε ευθύγραμμο με τη συνοδεία μουσικής 	<ul style="list-style-type: none"> • Προτεινόμενα τα σχέδια του Έλληνα, Εικαστικού Μαρκίδη Χρήστου

<ul style="list-style-type: none"> • να μπορεί να συνεργάζεται <p>Διάρκεια: δυο δίωρα</p>	<p>επιλογές κινήσεων για την κινητική απόδοση της αίσθησης που δίνει ένα έργο ζωγραφικό</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ανάπτυξη της εκφραστικής δύναμης του χορού να μπορεί να μεταφράσει κινητικά έναν πίνακα ή μια φωτογραφία (φόρμα, σχήμα, μορφή και χρώμα) 	<ul style="list-style-type: none"> • Να συνθέσει ομαδική κινητική ροή εφευρίσκοντας κινήσεις (αξιοποιώντας τα θεμελιώδη στοιχεία χρόνος, χώρος, δυναμική) για να αποδώσει μέσω της κινητικής μετάφρασης των χρωμάτων ενός πίνακα μια αίσθηση ή τα συναισθήματα που απορρέουν από την εικαστική δημιουργία • Μελέτη της κίνησης του σώματος στο χώρο με ερέθισμα σχέδια ζωγραφικής που εστιάζουν στα θεμελιώδη στοιχεία της εικαστικής γλώσσας: σημείο, γραμμή, σχήμα. Οργάνωση και σύνθεση με αφετηρία τη στάση της ανθρώπινης φιγούρας του σχεδίου, ως εναρκτήρια θέση για μια συνέχεια κινήσεων και δράσεων του ανθρώπινου σώματος στο χώρο, όπως ο κάθε μαθητής φαντάζεται το ζωντάνεμα του σχεδίου. 	 <ul style="list-style-type: none"> • Φωτογραφικό υλικό για την έκλειψη της σελήνης 
--	--	---	--

Για τους παραδοσιακούς ελληνικούς και λαϊκούς χορούς από όλον τον κόσμο η διάρκεια είναι ένα δίωρο για κάθε λαϊκό χορό
 Προτεινόμενοι ελληνικοί παραδοσιακοί χοροί: συρτός στα τρία, χασαποσέβικος, καλαματιανός, κοφτός, τσάμικος, ποδαράκι, ζωναράδικος και 1-2 τοπικοί χοροί.

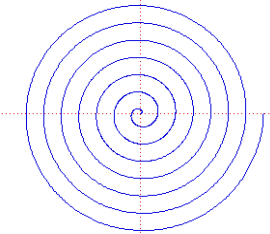
Για τους λαϊκούς χορούς από όλον τον κόσμο είναι αρκετή η επιλογή 1-2 απλών ως προς το ρυθμό και την εκτέλεση των βημάτων με πιθανή την αυτοσχεδιαστική προσέγγιση πάνω στο ρυθμό

Προσδοκώμενα Μαθησιακά Αποτελέσματα	Βασικά θέματα και μεθοδολογικές επισημάνσεις	Ενδεικτικές δραστηριότητες	Προτάσεις για εκπαιδευτικό υλικό
<p>15</p> <p>Ο μαθητής να μπορεί</p> <ul style="list-style-type: none"> • να γνωρίζει και να ονομάζει παραδοσιακούς χορούς • να αντλεί προσωπική συγκίνηση από την παράδοση. • να μπορεί να αναπαράγει με χτυπήματα (παλαμάκια) το ρυθμό ενός παραδοσιακού τραγουδιού και να αναγνωρίζει παραδοσιακούς ρυθμούς • να κατανοήσει την αξία της πολιτιστικής μας κληρονομιάς • να χορεύει και να αντλεί χαρά από αυτή του την ενέργεια <p>Διάρκεια: ένα δίωρο για κάθε λαϊκό + το παραδοσιακό γλέντι</p>	<p>Παραδοσιακός χορός</p> <ul style="list-style-type: none"> • Εκμάθηση του τραγουδιού • Εξοικείωση με το ρυθμό του χορού μέσα από δραστηριότητες ρυθμικής - μουσικοκινητικής αγωγής και ρυθμικά παιχνίδια • Εξοικείωση και ερμηνευτική έμπνευση του παραδοσιακού χορού μέσω θεατρικού παιχνιδιού πάνω στην ιστορία που αφηγείται το αντίστοιχο παραδοσιακό τραγούδι . • Εξοικείωση με τις διαφορετικές χορευτικές λαβές και τη διάταξη των χορευτικών σχημάτων 	<ul style="list-style-type: none"> • Θεατρική αναπαράσταση της ιστορίας αφηγείται το παραδοσιακό τραγούδι πχ «ο Μενούσης » • Αποδίδουν το μέτρο του χορού με ήχους στο σώμα ή απλά αυτοσχέδια όργανα και με τη φωνή, τους και συνοδεύουν ρυθμικά, με ηχηρές κινήσεις, το παραδοσιακό τραγούδι • Επαναλαμβάνουν απλούς χορούς που έχουν ήδη διδαχθεί σε μικρότερη τάξη • Μαθαίνουν πιο σύνθετους και εμπλουτίζουν τους γνωστούς με περισσότερες φιγούρες • Οργανώνουν παραδοσιακό γλέντι στην τάξη τους 	<ul style="list-style-type: none"> • Οργανάκια Orff ή αυτοσχέδια όργανα όσα τα παιδιά • video με περιεχόμενο τους χορούς από παραδοσιακά συγκροτήματα • cd με παραδοσιακά τραγούδια • εικόνες και video με παραδοσιακές φορεσιές και στοιχεία της λαϊκής παράδοσης που σχετίζονται με έναν χορό • όργανα Orff, παραδοσιακά όργανα κυρίων κρουστά και αυτοσχέδια οργανάκια
<p>16.</p> <p>Ο μαθητής να μπορεί</p> <ul style="list-style-type: none"> • να γνωρίζει στοιχεία του πολιτισμού άλλου λαού • να ανακαλύπτει ομοιότητες και διαφορές ανάμεσα στον δικό μας πολιτισμό και του άλλου λαού • να σέβεται τις ιδιαιτερότητες κάθε λαού έτσι όπως εκφράζονται μέσα από τις μουσικές και τούς χορούς 	<p>Λαϊκοί χοροί από όλον τον κόσμο</p> <ul style="list-style-type: none"> • Εξοικείωση με το ρυθμό του χορού (body percussion ή οργανάκια) μέ δραστηριότητες μουσικοκινητικής αγωγής . • Επιλογή απλού χορού (με βήματα οικεία στο παιδί). Ξεκίνημα με αυτοσχεδιασμό στη μουσική του χορού και κατόπιν εκμάθηση των βασικών βημάτων του χορού • Ανάπτυξη της κινητικής ικανότητας και της δημιουργικότητας • Άντληση απόλαυσης 	<ul style="list-style-type: none"> • Συνοδεύουν ρυθμικά, με ηχηρές κινήσεις, την παραδοσιακή μουσική • Μαθαίνουν τα βήματα του χορού ή αυτοσχεδιάζουν κινητικά πάνω στη μουσική • Εκμάθηση βασικών λέξεων, χαιρετισμών κλπ στη γλώσσα της χώρας και απόδοση τους κινητικά • Σημαντική δεν είναι μόνο η εκμάθηση λαϊκού χορού άλλου λαού, αλλά η ευαισθητοποίηση στην διαφορετικότητα 	<ul style="list-style-type: none"> • video με ομάδες παραδοσιακών χορών (από την χώρα προέλευσης του χορού, κατά προτίμηση παιδιών) video με εικόνες της φύσης και κατοικημένων περιοχών της χώρας φορεσιές, παραδοσιακά όργανα, παραδοσιακά στοιχεία κλπ • σύντομο video στο οποίο συνομιλούν και παίζουν παιδιά



ΓΥΜΝΑΣΙΟ


Προσδοκώμενα Μαθησιακά Αποτελέσματα	Βασικά θέματα και μεθοδολογικές επισημάνσεις	Ενδεικτικές δραστηριότητες	Προτάσεις για εκπαιδευτικό υλικό
<p>1. Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να αποκτήσει σωματική αντίληψη • να δημιουργεί σχήματα με το ολόκληρο το σώμα • να μετατρέπει σύμβολα (γράμματα) σε κινήσεις • να ελέγχει την κίνηση του και να την προσανατολίζει με ακρίβεια σε ότι επιθυμεί να εκφράσει <p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<p>Κύκλος και ευθεία /όνομα</p> <ul style="list-style-type: none"> • Εξοκείωση του σώματος στο χώρο και εξερεύνηση των κινητικών δυνατοτήτων ατομικά • Μεταγραφή των γραμμών σε σωματικά σχήματα (καμπυλόγραμμο - ευθύγραμμο) αρχικά με τα μέλη του σώματος δάχτυλο παλάμη. αγκώνα, ώμο, κεφάλι, πέλμα γόνατο και κατόπιν με ολόκληρο το σώμα • 	<ul style="list-style-type: none"> • Δημιουργεί μορφές στρογγυλές και γωνιακές, σχήματα και γράμματα, με το σώμα σε διάφορα επίπεδα και κίνηση την οποία οδηγεί ένα συγκεκριμένο μέλος του σώματος (πχ μύτη, κεφάλι, παλάμη, αγκώνας δάχτυλο, κλπ) • Συζήτηση για το όνομα ως ταυτότητα, το ρόλο του στην επικοινωνία και την σημασία του κάθε ονόματος. Τρόπος κινητικής μετάφρασης όχι μόνο της φόρμας του ονόματος (γραφή της λέξης στο χώρο) αλλά και της αίσθησης του νοήματος (πχ Μαρία σημαίνει λάμπουσα) • Αφού πειραματιστεί με την προηγούμενη άσκηση, δοκιμάζει να γράψει το όνομα του, με ολόκληρο το σώμα του, σε διάφορα επίπεδα και σε διαφορετικές θέσεις στον χώρο, συνθέτοντας έναν προσωπικό χορό «το ονοματεπώνυμο» • Παρουσίαση σε μικρές ομάδες του προσωπικού χορού των μελών της κάθε ομάδας (ταυτόχρονη δράση) 	<ul style="list-style-type: none"> • Ηλεκτρονικές διευθύνσεις για υλικό πάνω τη σημασία των ονομάτων www.parents.gr/forum/showthread.php?t=27512 http://users.sch.gr/babaroutsoup/par/eababa/epikoinonia/onoma.htm http://www.alaxezoi.com/onomata.html
<p>2 Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να αλλάζει γρήγορα σχήμα και 	<p>Αντίληψη της κίνησης ως προς το χώρο (σχήμα επίπεδο)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ως «απάντηση σε ερέθισμα ηχητικό», εναλλάσσει την κίνηση με ακινησία. Δημιουργεί με κίνηση 	<ul style="list-style-type: none"> • Οδηγίες για την τεχνική παρουσίασης «ρόμβος»

<p>επίπεδα</p> <ul style="list-style-type: none"> • να περνά ήρεμα με ροή από την ακινησία σε κίνηση και αντίθετα, να κινείται από επίπεδο σε επίπεδο ομαλά • να αντιδρά γρήγορα και σωστά σε ηχητικό ερέθισμα <p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ανάπτυξη ικανότητας να κινείται με παραπάνω από μία αναφορά στο χώρο • ανάπτυξη της ικανότητας να συνδυάζονται τα μέλη του σώματος για αλλαγή σχήματος και ομαλή αλλαγή επιπέδου (χαμηλό, ψηλό) • Ανάπτυξη αντανακλαστικών • Ισορροπία και ακρίβεια στην κίνηση 	<p>ασύμμετρα και συμμετρικά σωματικά σχήματα Δοκιμάζει με το σώμα όσο γίνεται μικρότερο σχήμα, όσο γίνεται μεγαλύτερο σχήμα, περνώντας από το ένα στο άλλο με έλεγχο των απλών ενδιάμεσων κινητικών συνδυασμών</p> <ul style="list-style-type: none"> • Η άσκηση «απάντηση σε ερέθισμα ηχητικό» επαναλαμβάνεται με την οδηγία η κίνηση για αλλαγή σχήματος να διερευνηθεί σε διαφορετικά επίπεδα, συνοδεία μουσικής . • Δημιουργία κινητικής ροής με εναλλασσόμενα σωματικά σχήματα σε διαφορετικά επίπεδα (την αλλαγή επιπέδου οδηγεί ένα συγκεκριμένο μέλος του σώματος πχ μύτη, κεφάλι παλάμη, δάχτυλο ο αγκώνας κλπ) και παρουσίαση με την τεχνική «ρόμβου» 	
<p>3 + 4</p> <p>Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να αλλάζει γρήγορα σχήμα, να μετακινείται αλλάζοντας επίπεδα και θέση με ακρίβεια και καλό προσανατολισμό του σώματός του μέσα στο χώρο • να αναγνωρίζει τις δυνατότητες και τα όρια στο σώμα του • να κινείται από θέση σε άλλη ομαλά • να παρακολουθεί τη δράση άλλων • να προτείνει για την κοινή δημιουργία • να δέχεται τις προτάσεις των άλλων και να δουλεύει με ενθουσιασμό τόσο πάνω στις δικές του προτεινόμενες κινήσεις όσο και των υπολοίπων μελών της ομάδα του για την ολοκλήρωση 	<p>Αντίληψη της κίνησης ως προς το χώρο (σχήμα επίπεδο θέση) και στο χρόνο (αργά, κανονικά, γρήγορα)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ανάπτυξη ικανότητας να κινείται με διαφορετικές και πολλές αναφορές στο χώρο • Ανάπτυξη της κατανόησης ότι η κίνηση προκύπτει από τη δυνατότητα του σώματος να εκταθεί από ένα σταθερό σημείο σε άλλο και από ένα επίπεδο σε διαφορετικό (μπροστά, πίσω, μπρός, πλάγια, πάνω, κάτω, ψηλά, χαμηλά κλπ) • ανάπτυξη της ικανότητας να συνδυάζονται τα μέλη του σώματός του για τον έρευνα της κίνησης σε συνάρτηση με το χώρο και το χρόνο 	<ul style="list-style-type: none"> – Ως «απάντηση σε ερέθισμα ηχητικό» ο μαθητής κινείται εναλλάσσοντας το σωματικό σχήμα σε διαφορετικά επίπεδα – Με εναλλαγή του τρόπου μετάβασης στο έδαφος και στην όρθια θέση – Με μεγαλύτερο έλεγχο του άξονα – Με ζητούμενο τη ρευστότητα στην κίνηση • Η άσκηση «απάντηση σε ερέθισμα ηχητικό» επαναλαμβάνεται με την οδηγία αλλαγή θέσης του σώματος στο χώρο – Εμπλοκή του βλέμματος ως στοιχείο της μετακίνησης και κίνησης στο χορό – Καθαρός διαχωρισμός των κινήσεων που συμβαίνουν σε κοντινό, μακρινό, περιφερειακό χώρο (αναφορά στο 	<ul style="list-style-type: none"> • Προτεινόμενα μουσικά κομμάτια για τον αυτοσχεδιασμό Madredeus: Pastor Amelie: La valse




<p>κοινής ροής.</p> <ul style="list-style-type: none"> • να μπορεί να σχολιάζει το αποτέλεσμα και να ασκεί καλοπροαίρετη κριτική στη δημιουργία των συμμαθητών του <p>Διάρκεια: δυο δίωρα</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ανάπτυξη σύνθετων κινητικών δεξιοτήτων • Βελτίωση της συγκέντρωσης και συναίσθηση ώστε το βλέμμα όπως και κάθε μέλος του σώματος να συμμετέχει και να υποδεικνύει την ακριβή κατεύθυνση • Εξοικείωση στον τρόπο δουλειάς με δύο εναλλασσόμενες ομάδες • Εξοικείωση με την αναζήτηση πληροφοριών στο Διαδίκτυο • Έκφραση αίσθησης και συναισθημάτων με προσωπικές επιλογές κινήσεων ως προς τον ρυθμό, το σχήμα, το επίπεδο κλπ 	<p>σύστημα και την τεχνική σύγχρονου χορού A. Nikolais)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Εξελίσσει τις προηγούμενες δράσεις αυτοσχεδιάζοντας πάνω σε μουσική, επιδιώκοντας την εκφραστική απόχρωση μιας κίνησης αλλαγής σχήματος, επιπέδου και θέσης τροποποιώντας την ταχύτητά <ul style="list-style-type: none"> – γρήγορα απότομα και κοφτά – αργά με ροή – με συνδυασμούς αργά και γρήγορα – με συνδυασμούς μαλακά και κοφτά • Δημιουργία κινητικής ροής με εναλλασσόμενα σωματικά σχήματα, σε διάφορα επίπεδα (ψηλό, μεσαίο, χαμηλό) και μετακινήσεις για αλλαγές θέσεων στο χώρο, συνοδεία μουσικής (η οποία προτείνει εναλλαγές στη ταχύτητα της κίνησης) <ul style="list-style-type: none"> A. ατομικά στην αρχή B. κατόπιν σύνθεση σε μικρές ομάδες με εναλλασσόμενη παρουσίαση και feedback από την ομάδα θεατών σε αυτήν των δραστών - χορευτών 	
<p>5 + 6</p> <p>Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να συνειδητοποιεί το σώμα του στο χώρο, να μπορεί να παραμένει ακίνητος χωρίς ένταση, διατηρώντας «ζωντανή» την ακινησία και να περνά από την παύση στην κίνηση με ροή • να εργάζεται ατομικά και να υποβάλει την προσωπική ιδέα, γνώση και ανακάλυψη στην κοινή δημιουργία • να διδάσκει μια αλληλουχία κινήσεων σε συμμαθητή του 	<p>Αντίληψη της κίνησης ως προς το χώρο, σε συνάρτηση με το χρόνο (επιτάχυνση – επιβράδυνση)</p> <ul style="list-style-type: none"> - με ψηλότερο σημείο του σώματος στο χώρο - σχήματα που προκύπτουν από μετακίνηση των άκρων σε σχέση με το κέντρο του σώματος - των διαφορετικών επιπέδων με έμφαση στο πολύ χαμηλό και πολύ ψηλό με έλεγχο στο κατέβασμα και ανέβασμα του 	<ul style="list-style-type: none"> • Συζήτηση για τη σπείρα ως μία καμπύλη που περιελίσσεται και εμφανίζεται συχνά στο σύμπαν και στη φύση • Ξεκινώντας από την όρθια θέση σε θέση ισορροπίας (με στήριξη στα δάχτυλα των ποδιών), μετακινείται στην ξαπλωτή και το αντίθετο, με σπιράλ • Ίδια άσκηση με έμφαση στην εμπέδωση του ρυθμού: <ul style="list-style-type: none"> - κρατώντας σταθερό τέμπο αργά - κρατώντας σταθερό τέμπο γρήγορα 	<p style="text-align: center;">Σπείρα του Αρχιμήδη</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Ψάχνουν στο Διαδίκτυο για πληροφορίες σε σχέση με το σχήμα της λογαριθμικής σπείρας, ως σχήμα που συναντάμε στη φύση: κυκλώνες,

	<p>σώματος, κατανόηση και ανάπτυξη της ισορροπίας</p> <ul style="list-style-type: none"> - το σώμα κινούμενο στο χώρο ενεργεί επίπεδα ή ως σπείρα • Ανάπτυξη ισορροπίας στην ακροστασία • Έλεγχος της πλευρικότητας σε σχέση με το συντονισμό ανάμεσα στο χαμηλότερο και ψηλότερο σημείο του σώματος • Εμπέδωση των εννοιών έναρξη, διαδοχή και έμφαση της κίνησης • Ικανότητα εναλλαγής διαφορετικών τρόπων μετάβασης από την μια κίνηση στην άλλη από το έδαφος στην όρθια στάση κι αντίθετα (αργά, ζωντανά γρήγορα) • Εμπέδωση της έννοιας της ακινησίας σαν μια γεμάτη, ενεργειακά, στιγμή • Εξοικείωση με τις έννοιες επιτάχυνση – επιβράδυνση, να μπορεί να περνά από πολύ αργή εκτέλεση κίνηση σε γρήγορη, πολύ γρήγορη και το αντίθετο ως την ακινησία. • Εμπέδωση του τρόπου δουλειάς σε δύο (δράστης ‘ ενεργός θεατής) 	<ul style="list-style-type: none"> - σε επιτάχυνση 2, 4, 8 χρόνους - σε επιβράδυνση 8, 4,2 χρόνους • Εκτελούν με συνοδεία μουσικής και τις οδηγίες από τον εκπαιδευτικό μια μικρή συνέχεια κινήσεων οι οποίες προκύπτουν από τον χώρο που δημιουργείται ανάμεσα στα άκρα, τον κορμό και το κεφάλι διαμορφώνοντας διαφορετικό σχήμα <ul style="list-style-type: none"> – το κεφάλι και τα άκρα όλα κοντά στον κορμό – το κεφάλι και τα άκρα όλα μακριά από τον κορμό – το κεφάλι και τα άνω άκρα κοντά στον κορμό, τα κάτω άκρα μακριά από τον κορμό κλπ • Οργανώνουν τις κινήσεις σε μια ομαδική ροή με θέμα «τα μέλη του σώματος κοντά στο κέντρο - μακριά από το κέντρο του» και την παρουσιάζουν στην μεγάλη ομάδα • Σε ζευγάρια (δράστης - ενεργός θεατής) εκτελούν τη δεδομένη συνέχεια κινήσεων με έλεγχο της επιτάχυνσης και επιβράδυνσης της κίνησης σταδιακά ομαλά • Ερευνά την κίνηση ατομικά, με εναλλασσόμενα το ψηλότερο σημείο του σώματος στο χώρο (κεφάλι, παλάμη πλάτη, πατούσα, αυτί κλπ) • Υποβάλλει την ατομική ανακάλυψη στην ομάδα για κοινή δημιουργία χορευτικής σύνθεσης (διδάσκουν τις κινήσεις που ανακάλυψαν ο ένας στον άλλον και δομούν μια σύνθετη κινητική ροή η οποία περιέχει τις κινήσεις όλων 	<p>όστρακο του ναυτίλου, σπειροειδείς γαλαξίες, ανεμοστρόβιλοι, κελύφη σαλιγκαριών, δαχτυλικά αποτυπώματα, το DNA, κουκουνάρια κλπ</p> <p>http://kyklodiwkton.blogspot.com/2011/04/blog-post_03.html</p> <p>http://sp-naturalsciences.blogspot.com/2008/05/blog-post_30.html</p> <ul style="list-style-type: none"> • Προτεινόμενη μουσική: Zbigniew Preisner - Labirynt
--	--	--	---

<p>Διάρκεια: δυο δίωρα</p>		<p>των μελών της ομάδας με θέμα «ψηλότερο σημείο του σώματος στο χώρο»).</p>	
<p>7 + 8 Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να ελέγχει το σώμα κατά την γρήγορη μετακίνηση • να συνειδητοποιεί ότι η διαφορετική θέση του πηγουνιού και του βλέμματος επηρεάζουν την κίνηση • να μπορεί να αναπτύσσει την κίνηση μέσα από τη μουσική • να αποδίδει με κίνηση άλλες μορφές καλλιτεχνικής έκφρασης • να εκφράζεται δημιουργικά • να μπορεί να συνεργάζεται 	<p>Αντίληψη της κίνησης ως προς το χώρο θέσεις - μετακίνηση ευθείες - καμπύλες στο χώρο διάλογος με την μουσική, την εικαστική τέχνη</p> <ul style="list-style-type: none"> • Έμφαση στη μετακίνηση στο χώρο και συγκέντρωση, για ρευστότητα, έλεγχο και συντονισμό. • Εμπέδωση και εξάσκηση σε μετακινήσεις που αρχίζουν από μέρη του σώματος: ώμο, στέρνο, χέρι, λεκάνη και εναλλαγές τους • Ανάπτυξη της κίνησης μέσα από τη μουσική έκφραση • Ικανότητα στην έκφραση συναισθημάτων με προσωπικές επιλογές κινήσεων για απόδοση των διαβαθμίσεων και αποχρώσεων σε έργο ζωγραφικό το οποίο αποτελεί την έμπνευση για χορευτική δημιουργία • Ανάπτυξη της εκφραστικής δύναμης του χορού να μπορεί να μεταφράσει κινητικά ένα γραμμικό πίνακα ή μια ζωγραφική σύνθεση στο σύνολό της (φόρμας, σχημάτων, μορφών και χρωματικών) 	<ul style="list-style-type: none"> • Να δοκιμάσει μια αυτοσχέδια κινητική ροή στηριγμένη στις μετακινήσεις και μετατοπίσεις στον χώρο, καθορίζοντας το μέρος του σώματος από όπου αρχίζει η κίνηση (το χέρι, το κεφάλι, τη λεκάνη, τον αγκώνα) με τη συνοδεία μουσικής. • Οι μετέχοντες ασκούνται σε σχηματισμούς στο χώρο. Περιπατούν και με ένα ηχητικό σινιάλο πρέπει να δημιουργήσουν όλοι μαζί συνεργαζόμενοι μια διάταξη στο χώρο πχ ημικύκλιο, ορθογώνιο, τρίγωνο, ευθεία. Να κινηθούν επιτόπου ακολουθώντας ένα ρυθμό, μια μουσική φράση, τη μελωδική γραμμή, συνδέοντας τα διάφορα μουσικά στοιχεία με διαφορετικές ποιότητες της κίνησης • Να ασκηθεί σε καμπυλόγραμμη και ευθύγραμμη κίνηση στο χώρο, με κινήσεις και μετακινήσεις και με στόχο να ενώνει φανταστικά σημεία στο χώρο άλλοτε με τρόπο καμπυλόγραμμο και άλλοτε ευθύγραμμο με τη συνοδεία μουσικής • Να συνθέσει ομαδική κινητική ροή στηριγμένη στις μετακινήσεις σε σχέση:- - με έναν γραμμικό πίνακα που «προτείνει» διαδρομές στο χώρο - εφευρίσκοντας κινήσεις (αξιοποιώντας τα θεμελιώδη στοιχεία 	<ul style="list-style-type: none"> • Γραμμική απεικόνιση μιας διαδρομής Προτεινόμενος πίνακας «dance of the West» του Paul Klee  <ul style="list-style-type: none"> • Προτεινόμενα τα σχέδια του Έλληνα, Εικαστικού Μαρκίδη Χρήστου http://markidis54.blogspot.com/2009/10/blog-post_5486.html 

<p>Διάρκεια: δυο δίωρα</p>		<p>χρόνος, χώρος, δυναμική) για να αποδώσει μέσω της κινητικής μετάφρασης των χρωμάτων ενός πίνακα μια αίσθηση ή τα συναισθήματα που απορρέουν από την εικαστική δημιουργία</p> <ul style="list-style-type: none"> • Μελέτη της κίνησης του σώματος στο χώρο με ερέθισμα σχέδια ζωγραφικής που εστιάζουν στα θεμελιώδη στοιχεία της εικαστικής γλώσσας: σημείο, γραμμή, σχήμα. Οργάνωση και σύνθεση με αφετηρία τη στάση της ανθρώπινης φιγούρας του σχεδίου, ως εναρκτήρια θέση για μια συνέχεια κινήσεων και δράσεων του ανθρώπινου σώματος στο χώρο, όπως ο κάθε μαθητής φαντάζεται το ζωντάνεμα του σχεδίου. 	 <ul style="list-style-type: none"> • Προτεινόμενα μουσικά κομμάτια για τον αυτοσχεδιασμό : <ul style="list-style-type: none"> - Vivaldi: four Seasons, autumn -Ryuichi Sakamoto: Energy flow --Debussy - Clair de lune - Debussy: La Mer - First Movement - Μάνος Χατζηδάκης -- Το χαμόγελο της Τζοκόντα - Taverner - The Last Sleep of the Virgin - Chopin Nocturne No.21 La plage - Yann Tiersen Dead Can Dance - Saltarello Rene Aubry - Apres la pluie
<p>9.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ο μαθητής να μπορεί: • να διακρίνει στις καθημερινές κινήσεις τον ρυθμό τους • να μπορεί να συνεργάζεται δημιουργικά με άλλους • να μπορεί να διακρίνει επιτάχυνση και επιβράδυνση στη ζωή και στη φύση • να μπορεί να εκτελεί ο ίδιος επιτάχυνση και επιβράδυνση με την κίνησή του] 	<p>Χορός και οπτικοακουστική έκφραση</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ανάπτυξη της ικανότητας για επικοινωνίας και εμπιστοσύνης στο πλαίσιο μιας μικρής ομάδας εργασίας • Εξοικείωση με τη φωτογραφική μηχανή και το χειρισμό της • Ικανότητα να συζητούν και ανταλλάσσουν το καλλιτεχνικό προϊόν τους, αξιολογούν και πιθανά προτείνουν βελτιώσεις. 	<ul style="list-style-type: none"> • Παρακολουθούν ένα video dance με δράσεις από την καθημερινή ζωή, την ζωή στην πόλη ή στη φύση (λαϊκή αγορά, στο γεμάτο λεωφορείο, στο πάρκο, στην πλαζ, στον κήπο, κλπ) ή Επιλέγουν μια δραστηριότητα της ζωής, και την αποδίδουν χορευτικά, χωρισμένοι σε δύο εναλλασσόμενες ομάδες: «χορευτές-θεατές» ανάλογα με τη συνθήκη που θα ορίσουν και το θέμα την εκτελούν με διαφορετικούς 	<ul style="list-style-type: none"> • Προτεινόμενα video dance: <ul style="list-style-type: none"> - Le P'tit Bal - De Coufle http://www.youtube.com/watch?v=XY9zyUbmApU&feature=share - Motion Control Liz Aggiss/Billy Cowie/David Anderson's groundbreaking dance for camera film http://www.youtube.com/watch?v=8ZNXk1JZems&feature=related - Weightless by Erika Janunger http://www.youtube.com/watch?v=iiJ


<p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ικανότητα να συνεργάζονται στο πλαίσιο της οπτικοακουστικής παιδείας και συνδημιουργούν ένα σύντομο video dance με δράσεις από τη ζωή 	<p>ρυθμούς και δοκιμάζουν επιτάχυνση και επιβράδυνση στην κίνηση</p> <ul style="list-style-type: none"> • Με αφορμή την χορευτική τους δημιουργία οι μαθητές κάθε ομάδας δοκιμάζουν και παρουσιάζουν μια απλή μορφή οπτικοακουστικής έκφρασης (πχ φωτογράφιση των χορογραφιών και με επιλεγμένες φωτογραφίες σε διαδοχική σειρά, αφήγηση μιας επινοημένης μικρής ιστορίας στη βάση της χορευτικής δημιουργίας) 	<p>hRjBE6o&feature=related</p> <ul style="list-style-type: none"> • Φωτογραφικές μηχανές • ΗΥ και εκτυπωτή για τις φωτογραφίες
<p>10</p> <p>Ο μαθητής να μπορεί</p> <ul style="list-style-type: none"> • Να συνδέει την έννοια του ρυθμού με τους τρόπους μετακίνησης του σώματος στο χώρο • να μπορεί να μετακινείται (βαδίζοντας ή τρέχοντας) ρυθμικά και με ακρίβεια σε περιορισμένο χώρο. • να κατανοεί τις δυνατότητες του σώματος και να συνειδητοποιεί τα όρια του • να εκτελεί άλματα με ποικίλες δυναμικές • να συνδέει τη σχέση άξονα του σώματος και έλξη βαρύτητας στα άλματα τις στροφές και γενικά στην κίνηση • να συνδέει γνώσεις της φυσικής με το ανθρώπινο σώμα και την κίνηση • να συστηματοποιεί τις ενέργειες για την ορθή απόδοση άλματος και στροφής • να λειτουργεί σε ομάδα 	<p>Αντίληψη της κίνησης ως προς το χώρο περπάτημα – τρέξιμο – άλμα – στροφή</p> <ul style="list-style-type: none"> • Μέσα από την παρατήρηση της εξέλιξης της ανθρώπινης βάρδισης από τον πρωτόγονο ως το σημερινό άνθρωπο επιμένουμε στην έννοια της ορθοσωματικότητας, κατά το περπάτημα • Εισαγωγή στην ανατομική περιγραφή των μετακινήσεων για κατανόηση τη μηχανικής της βάρδισης και του τρεξίματος • (Ενσυν)αίσθηση των κυρτωμάτων της πλάτης κατά το περπάτημα και το τρέξιμο • Εξερεύνηση των αλμάτων • Βελτίωση της ποιότητας των αλμάτων αρχικά με αναπηδήσεις επιτόπου και κατόπιν άλματα που συνδυάζονται με τη μετατόπιση στο χώρο. • Έμφαση στην ώθηση κατά την απογείωση και την προσγείωση (λυγισμένα γόνατα) 	<ul style="list-style-type: none"> • Όλοι τρέχουν στην αίθουσα και προσπαθούν να έχουν όμοια απόσταση απ' όλους τους υπόλοιπους. • Ερευνούν τη μηχανική της βάρδισης (θέση της λεκάνης, του ηλιακού πλέγματος (solar plexus), σπονδυλικής στήλης, ώμων και χεριών, κεφαλιού, πηγουνιού, βλέμματος .κλπ) • Να αναλύσουν το γελοιογραφικό χαρακτήρα του δικού τους βαδίσματος. • Οι μετέχοντες περπατούν με ένα από τα βασικά συναισθήματα: <ul style="list-style-type: none"> -ευχαριστημένοι, -πονεμένοι, -θυμωμένοι, -φοβισμένοι • Οι μετέχοντες ερευνούν διάφορες ποιότητας βάρδισης καθώς φαντάζονται ότι περπατούν: <ul style="list-style-type: none"> -με ώθηση από αέρα -στην κατεύθυνσή του ή κόντρα -μέσα στη θάλασσα (ως τους αστράγαλους, ως τα γόνατα, ως τη λεκάνη, ως τη μέση, ως το θώρακα) 	<ul style="list-style-type: none"> • Οργανάκια κρουστά Orff και αυτοσχέδια • Slides με εικόνες που απεικονίζεται η εξέλιξη της ανθρώπινης βάρδισης

	<ul style="list-style-type: none"> • Με την εξερεύνηση των στροφών, επιδιώκεται σε ένα βαθμό η τεχνική εκτέλεση (αύξηση της αποτελεσματικότητας του ποδιού στήριξης και του ρόλου της θέσης του ποδιού στον αέρα, των χεριών, του κεφαλιού, του βλέμματος, έλεγχος του κάθετου άξονα, ισορροπία. Διαδοχικότητα στην εκτέλεση από στροφή ¼ σε ½, σε ολόκληρη 	<ul style="list-style-type: none"> • Μετακινούνται αναλόγως του ρυθμού που «χτυπά» εκπαιδευτικός στο ταμπουρίνο (ρυθμό βήματος, τρεξίματος, χόπλα • «χτυπούν» τα τέταρτα με παλαμάκια  (τα) και τα περπατούν, «χτυπούν» τα όγδοα  (τι) και τα τρέχουν, «χτυπούν  τέταρτο παραστημένο όγδοο και πηδούν Χοπλα. • Εξερευνούν άλματα ως προς την στήριξη των ποδιών στο έδαφος : από ένα πόδι στο άλλο, από δύο πόδια στο ένα, από δύο πόδια στα δύο, και ως προς το σχήμα του σώματος κατά την αιώρηση: θέση χεριών, έκταση ή συσπείρωση κορμού κλπ) • Εκτελούν απλά χορευτικά άλματα και με την επανάληψη επιδιώκουν ένα βαθμό τεχνικής απόδοσης και ανάπτυξη αλτικότητας με συντονισμό των κινήσεων, (εργονομία). • Ομοίως εξερευνούν τις στροφές (ένας - ένας στο κέντρο του κύκλου, η ομάδα τον «προστατεύει» και δίνει ρυθμό στις στροφές του με παλαμάκια • Συνθέτουν ρυθμική παρτιτούρα με αξίες (ολόκληρα, μισά , τέταρτα, ως και όγδοα) δημιουργούν πάνω σε αυτή μια ροή και την παρουσιάζουν μισοί ως χορευτές και οι άλλοι ως percussionists «παίζουν το ρυθμό» με παλαμάκια (body precaution) ή με κρούστα 	
--	--	--	--

Διάρκεια: δύο δώρα		οργανάκια	
<p>11. Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να αναγνωρίσει την αξία του χορού • να αναγνωρίζει τα είδη του χορού • να αναγνωρίζει συγκεκριμένα μεγάλα χορευτικά έργα • να έχει θετική στάση απέναντι στο σύγχρονο χορό • να αναγνωρίζει εκπροσώπους του σύγχρονου χορού 	<p>Ιστορία του χορού: - Τεχνικές σύγχρονου χορού.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Εξοικείωση με την αναζήτηση πληροφοριών στο Διαδίκτυο. • Εξοικείωση με την ορολογία του χορού • Βελτίωση της δυνατότητας να εκτελεί συγκριτικές και σύνθετες εργασίες • Εξοικείωση με την δυνατότητα να ενθυμείτε σύντομες κινητικές φράσεις και να τις αναπαράγει με το δικό του σώμα προοδευτικά από μια μικρή σειρά απλών κινήσεων περνά σε μεγαλύτερη φράση, σειρά με πολυπλοκότερες κινήσεις . Από τις αργές κινητές συνέχειες στις πιο γρήγορες με κλιμάκωση του ρυθμού. • Θίγεται η έννοια της μυθοπλασίας 	<p>• μετά από παρακολούθηση επιλεγμένων βίντεο αρχείων μεγάλων παραστάσεων χορού να μπορεί να τα σχολιάσει, να τα κατατάξει σε είδη, να διακρίνει μέσα σε αυτά τα ιστορικά και κοινωνιολογικά χαρακτηριστικά, να αναγνωρίζει την τεχνική του χορού που χρησιμοποιείται, να αναγνωρίζει χορευτές.</p> <p>• Να μαθαίνει και να εκτελεί ομαδικά ένα μέρος της χορογραφίας χρησιμοποιώντας την παράσταση ως παρτιτούρα</p> <p>Δημιουργεί ομαδικά μια καινούργια κινητική σύνθεση, χρησιμοποιώντας την παράσταση ως αρχική έμπνευση για αναδημιουργία</p> <p>• Εργασία στο θέμα «από το δημιουργικό χορό της Isadora Duncan ως το χοροθέατρο της Pina Baush. Οι μαθητές παρουσιάζουν σύντομα πληροφορίες, ανέκδοτα, ενδιαφέροντα και βιογραφικά τους. Εστιάζουν στο έργο τους. Παρακολουθούν απόσπασμα από αυτό και προσπαθούν τη δημιουργία χορευτικών συνθέσεων με ερέθισμα τη ζωή και το έργο μιας εκ των δυο.</p>	<p>Προτεινόμενες διευθύνσεις Tchaikovsky Swan lake, <u>Margot Fonteyn</u>, <u>Rudolf Nurejev</u> http://www.youtube.com/watch?v=ykS1waEUrBw <u>Maya Plisetskaya</u> dances Carmen http://www.youtube.com/watch?v=xQB1dz2IJeA <u>Mikhail Baryshnikov</u> in Giselle http://www.youtube.com/watch?v=N8_iRsg_A&feature=related <u>Mikhail Baryshnikov</u>"Fastidious Horses" Vladimir Vysotsky http://www.youtube.com/watch?v=srSILAOYKHs&feature=related <u>Isadora Duncan</u> http://www.youtube.com/watch?v=mKtQWU2ifOs&feature=related http://www.youtube.com/watch?v=4NGcXQc8bl4&feature=watch_respons Laban - 52min documentary http://www.youtube.com/watch?v=IAEqU1mNk2k <u>Mary Wigman's</u> Witch Dance http://www.youtube.com/watch?v=Tp-Z07Yc5oQ&feature=related <u>Martha Graham</u> http://www.youtube.com/watch?v=Lr8OqS7glxk&feature=related <u>Merce Cunningham</u>-Roamin' 1 (1980) http://www.youtube.com/watch?v=hXLs1wE04_s&feature=relmfu <u>Alwin Nikolais</u>- Modern Dance Pioneer http://www.youtube.com/watch?v=bODsLoPpiq8&feature=related</p>

			<p>BEJART HELIOGABALE http://www.youtube.com/watch?v=WY5_q64ZLJc&feature=related Le Sacre Du Printemps by <u>Pina Bausch</u> http://www.youtube.com/watch?v=KXVuVQuMvgA zweiland - <u>sasha waltz</u> http://www.youtube.com/watch?v=bVDfTpwsvw8 <u>Dimitris Papaioannou</u> -- MEDEA(2) http://www.youtube.com/watch?v=C-w3_LR72bl&feature=related</p>
<p>12 Ο μαθητής να μπορεί</p> <ul style="list-style-type: none"> • να αναγνωρίσει τη δυναμική στους ήχους, στα χρώματα, στα λόγια • να μπορεί να απαντήσει κινητικά σε οπτικά ή ηχητικά ερεθίσματα ανάλογα με τη δυναμική (πχ έντονα και απαλά χρώματα εικαστικής δημιουργίας piano forte μουσικής) <p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<p>Αντίληψη της κίνησης ως προς τη δυναμική της</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ικανότητα να αφήνει το βάρος του σώματος και να το ανακτά σε ένα παιχνίδι έντασης και χαλάρωσης • Εμπεδώνεται η έννοια της έκφρασης μέσα από την ποιότητα της κίνησης η οποία στηρίζεται στη δυναμική της (κίνηση ρευστή, ένταση, χαλάρωση, τραντάγματα κλπ) • Κατανόηση μέσω του χορού της μαθηματικής έννοιας των πιθανοτήτων 	<ul style="list-style-type: none"> • Δημιουργούν κινητική ροή με σειρά κινήσεων εναλλαγής μαλακών και δυνατών με ερέθισμα: πίνακα (γαλάζια – κόκκινη κίνηση), μουσική (piano forte) ή ποίημα (δυνατές τρυφερές λέξεις) • Αυτοσχεδιάζουν πάνω σε μουσική κατάλληλη να δουλευτεί η δυναμική • Συνθέτουν σε ομάδες σύντομη κινητική συνέχεια με εναλλαγή κινήσεων δυνατών – απαλών ως προς τη δυναμική • Συνεργάζονται και δημιουργούν πίνακα λέξεων με ποιοτικά ουσιαστικά και ενεργητικά ρήματα με τα οποία μπορεί να ονομαστεί με ακρίβεια μια πρόθεση κίνησης ως προς τη δυναμική. Χορεύουν συνδυάζοντας τυχαία τη σειρά των λέξεων (μαθηματική έννοια των πιθανοτήτων) 	<ul style="list-style-type: none"> • Μουσική: Από τη σουίτα Κάρμεν του Bizet τους Ταυρομάχους. • Κείμενο: «Εμπρος λουπόν ας παίξουμε ...» Ο. Ελύτης Ιδιωτική οδός • στον πίνακα λέξεις που προσδιορίζουν δυναμική απόχρωση κίνησης (ομαλή, ρέουσα, ευθεία, δυνατή, δυναμική, γλυκεία, βαριά, έντονη, απαλή γλιστράω, μαζεύω, απλώνω, σύρω εκτινάσσομαι, τρέμω, ωθώ, σπρώχνω κλπ)
<p>13. Ο μαθητής να μπορεί</p> <ul style="list-style-type: none"> • να γνωρίζει τις κινητικές δυνατότητες των αρθρώσεων των 	<p>Αντίληψη των κινητικών και εκφραστικών ικανοτήτων του σώματος και των μελών του</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Αφηγούνται με τα πέλματα και τα δάχτυλα, τις παλάμες και τα δάχτυλα ή με κίνηση άλλων μελών του σώματος μια ιστορία με στοιχειώδη πλοκή 	<p>Προτεινόμενες μουσικές και τραγούδια John Lennon - Imagine Preisner - Song for the unification of</p>

<p>διαφόρων μελών του σώματος (χέρια, πόδια, κεφάλι) και τους άξονες κίνησης της κάθε μιας</p> <ul style="list-style-type: none"> • να διαχωρίζει τις κινήσεις ανάλογα με την άρθρωση που τις προκαλεί • να χρησιμοποιεί τα μέλη του με πρόθεση μια εκφραστική πράξη • να ξεκίνα την κίνηση στο χώρο από ένα προκαθορισμένο μέλος του σώματος <p>Διάρκεια: ένα δίωρο</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ανάπτυξη μυϊκού τόνου του κορμού χωρίς να «παγώσει» η κινητικότητα του, με την ενεργοποίηση της σχέσης αναπνοής και κινητικότητας της σπονδυλικής στήλης • Κινούν τα χέρια με πρόθεση να τραβήξουν να αγγίξουν η να σπρώξουν κλπ • Βελτίωση της ακρίβειας των κινήσεων και της ευλυγισίας των αρθρώσεων, των χεριών, της σπονδυλικής στήλης των ποδιών 	<ul style="list-style-type: none"> • Κινούν τα μέλη με πρόθεση την ενέργεια της ώθησης, τραβήγματος, αγγίγματος, σπρωξίματος κλπ • Μετακινούνται στο χώρο με ξεκίνημα από κάποιο μέλος και οδηγούνται με σπιράλ ή ευθύγραμμη κίνηση • Αυτοσχεδιάζουν με κίνηση προκύπτει στο χώρο που δημιουργείται ανάμεσα στα άκρα, τον κορμό και το κεφάλι διαμορφώνοντας διαφορετικό σχήμα με διάφορους συνδυασμούς: <ul style="list-style-type: none"> • κεφάλι και άκρα όλα κοντά στον κορμό • κεφάλι και άκρα όλα μακριά από τον κορμό • κεφάλι και άνω άκρα κοντά στον κορμό, με τα κάτω άκρα μακριά από τον κορμό κλπ <p>Χρησιμοποιούν το υλικό που ανακάλυψαν για να δημιουργήσουν σε ομάδα μια κινητική συνέχεια</p>	<p>Europe Jani Christou - Mysterion</p>
<p>14. . Ο μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να εξερευνά, να τολμά και να εφευρίσκει κινήσεις • να αντιλαμβάνεται την αξία της κίνησης και να την χρησιμοποιεί ως την πιο μικρή, βασική μονάδα του χορού. • να αντιλαμβάνεται με προσωπικό τρόπο τη σχέση του ήχου ή της εικόνας με αυτήν της κινητικής σωματικής απάντησης • να εκφραστεί δημιουργικά • να αφηγείται μια ιστορία με αλληλουχία κινήσεων • να εξοικειωθεί με την έννοια της 	<p>Αυτοσχεδιασμός και contact improvisation</p> <ul style="list-style-type: none"> • Αυτοσχεδιασμός πάνω σε: <ul style="list-style-type: none"> – μουσική – κείμενο – αντικείμενο • Άσκηση στην έκφραση με ελεύθερο αυτοσχεδιασμό • Άσκηση στην έκφραση κατευθυνόμενο με επιλεγμένους περιορισμούς που αφορούν στα θεμελιώδη στοιχεία του χορού (χώρος, χρόνος, μορφή, ενέργεια) με 	<ul style="list-style-type: none"> • Να υπάρξει κινητική αντίδραση ως απάντηση σε (οπτικό ή ηχητικό) ερέθισμα • Να κινηθούν σε σχέση και επαφή με άλλο σώμα • Να δώσουν και να πάρουν το βάρος του άλλου σώματος • Να κινηθούν σε σχέση και επαφή με αντικείμενο 	<ul style="list-style-type: none"> • Αντικείμενα που ερεθίζουν τη φαντασία για παραγωγή κίνησης με την κανονική ή εναλλακτική τους χρήση (εφημερίδες, πανιά, κορδέλες, βαλίτσα, κ.α) • Κείμενα • Μουσικές • Προτεινόμενα τραγούδια με συγκεκριμένο θέμα (πχ την αγάπη) Bjork All is full of love PJ Harvey - Who Will Love Me Now

<p>ομάδας</p> <ul style="list-style-type: none"> • να αξιοποιούν τη φαντασία τους με εικαστικό τρόπο • όταν κινείται σε επαφή με άλλο σώμα να ακολουθεί το σημείο επαφής, να μοιράζεται την ισορροπία και τη δύναμη <p>Διάρκεια: ένα τουλάχιστον δίωρο για κάθε τρόπο αυτοσχεδιασμού (με αντικείμενο, στη μουσική, κείμενο ή με άλλο σώμα)</p>	<p>συγκέντρωση και προσοχή στην αρχική οδηγία</p> <ul style="list-style-type: none"> • Αρχές για δημιουργία χορού σε επαφή με άλλο σώμα contact improvisation - Ξεπέρασμα του φόβου του αγγίγματος και - Ασφάλεια - Εύρεση του κέντρο - Σημείο επαφής - Μεταβατική αυτοσχέδια επαφή (να κινηθεί χωρίς καθόλου /ή με πολύ λίγη μεταφορά βάρους - Ανύψωση & Κράτημα Βάρους 		<p>Nick Cave - Into My Arms Tom Waits Coney Island Baby Χατζηδακίς, Νταντωνάκη- Σ' αγαπώ</p>
<p>15</p> <p>Ο μαθητής να μπορεί</p> <ul style="list-style-type: none"> • να κινείται με παραστατικότητα και αφηγηματικότητα • να συνεργάζονται • να διαλέγει τα πιο κατάλληλα και ενδιαφέροντα στοιχεία για να συνθέτει • να μπορεί να ακούει, να συγκεντρώνεται και να κατανοεί. • να μπορεί να ομιλεί και να τον προσέχουν • να προσεγγίζει τον Άλλον ουσιαστικά όχι απολογητικά. • να παρατηρεί την κίνηση στη ζωή και να την μετατρέπει σε έμπνευση και χορευτική δημιουργία 	<p>Δημιουργία και παρουσίαση Παράστασης</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ικανότητα εξερεύνησης, ανακάλυψης κινήσεων και συνδυασμών τους • Ικανότητα να δείχνει το χορό του σε άλλους • Ικανότητα απομνημόνευσης της χορογραφικής αλληλουχίας • Ικανότητα σύνθεσης και τρόποι δημιουργίας χορογραφίας • Κατανόηση των βασικών αρχών της δημιουργίας: η ανάγκη, η πρωτοτυπία, ο τρόπος, το πέρασμα από την προσωπική έκφραση στο «οικουμενικό» της τέχνης • Κατανόηση της έννοιας της πρόβας • Άσκηση στη συγκέντρωση, ηρεμία, αποφασιστικότητα αντοχή 	<ul style="list-style-type: none"> • Τρόποι επινόησης κινητικής ροής για παράσταση χορού <ul style="list-style-type: none"> – ως κινητική απόδοση λέξεων, ιστοριών ή θέματος (απόσπασμα από λογοτεχνικό κείμενο, ποίηση, κλπ) – με ατομική κινητική έκφραση και κατευθυνόμενο ή ελεύθερο αυτοσχεδιασμό – με contact improvisation. Μετά από διερεύνηση των εκφραστικών ικανοτήτων του σώματος σε σχέση και επαφή με άλλο κινούμενο σώμα – μέσω του πολύτροπου συνδυασμού των κινήσεων με αλλαγές κατευθύνσεις, προσανατολισμού, επιπέδου με βάση δηλαδή τα δομικά στοιχεία της κίνησης (βάρος, χώρος, χρόνος, ροή, δυναμική, σχέση) • να απαντηθούν ερωτήματα σε σχέση με τη σύνθεση <ul style="list-style-type: none"> -δραματουργικά -τι έχω να πω 	<ul style="list-style-type: none"> • οδηγίες για την εμφύχωση, προς τον εκπαιδευτικό, σύμφωνα με τις αρχές της Παρεμβαίνουσας μη Κατευθυντικής μεθόδου εμφύχωσης (NDI/M. Lobrot). • Προτεινόμενο υλικό πίνακες, ποίηση, τραγούδια (για παράδειγμα στο θέμα «σελήνη» <p><u>Πίνακας</u></p>  <p>Γ. Σταθόπουλου</p> <p><u>Τραγούδια</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Πάμε μια βόλτα στο φεγγάρι - Μάνος Χατζιδάκις - Χάρτινο το φεγγαράκι Μάνος

<p>Διάρκεια κάθε αυτοσχεδιασμός ένα δίωρο</p>		<ul style="list-style-type: none"> -με ποιόν τρόπο -πως γίνεται με τον δικό μου τρόπο -ποια η είναι η κατάλληλη μουσική -τι είδους κοστούμια θα χρησιμοποιηθούν ώστε να ενισχυθεί τη δημιουργία -ποια σκηνικά θα δημιουργήσουν την κατάλληλη χωρική συνθήκη για να συμβεί • να ενθαρρύνεται στη συλλογική δουλειάς 	<p>Χατζιδάκις</p> <ul style="list-style-type: none"> - Το φεγγάρι είναι κόκκινο Μάνος Χατζηδάκις - Κοίτα μια νύχτα: Θάνος Μικρούτσικος - Αστέρι μου φεγγάρι μου Μίκης Θεοδωράκης - Ο ήλιος βασιλεύει – Παραδοσιακό <u>ποιήματα</u> - Μισό φεγγάρι – Κ. Δημουλά - Μονόγραμμα III - Ο. Ελύτης - Νύχτα στη Σκηνη Τ. Πατρίκιος - Τετάρτη Γ. Σεφέρης
<p>16 +17+18+19 μαθητής να μπορεί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να συνδυάζει ρυθμικά τη φωνή του και, την κίνηση του πάνω σε δεδομένη ρυθμική βάση. • να μπορεί να ακολουθεί τον αργό και τον γρήγορο παλμό • να αυτοσχεδιάσει ατομικά σε ρυθμό, κίνηση και φωνή πάνω σε δεδομένο ρυθμό τυμπάνου • να δημιουργεί τελικό χορό (ερώτηση – απάντηση) «πρίμα βιστα» • να αυτοσχεδιάζει ομαδικά στην κίνηση – ρυθμό με κρουστά ή body precaution – φωνή • να βελτιώσει την αυτοεικόνα 	<p>Πρωτόγονη έκφραση</p> <ul style="list-style-type: none"> • Εξάσκηση στον προσανατολισμό στο χώρο κα το χρόνο κατά την εκτέλεση συνέχειας χαιρετισμού στα τέσσερα σημεία του ορίζοντα, {κατευθύνσεις στο χώρο} • Δουλειά πάνω στις κατευθύνσεις στο χώρο • εξοικείωση με την τεχνική αργού – γρήγορου βήματος • σωματικά σχήματα, • κινήσεις ιεροτελεστίας, • τεχνική στροφής αργά στην αρχή και με ενθάρρυνση στη εναλλαγή της ταχύτητας • εξοικείωση με το τυπικό της πρωτόγονης έκφραση • Οι κινήσεις είναι δεδομένες, δυνατές και δυναμικές , 	<ul style="list-style-type: none"> • Ανάπτυξη του ρυθμού μέσα από ρυθμικά παιχνίδια <li style="padding-left: 20px;">Α. Αργό παλμό • Ανάπτυξη κινητικών και ρυθμικών δεξιοτήτων μέσα από την επανάληψη χορευτικών συνεχειών όπως : <li style="padding-left: 20px;">-χαιρετισμός στην κοινότητα, <li style="padding-left: 20px;">-στα τέσσερα σημεία του ορίζοντα, { <li style="padding-left: 20px;">-επίκληση, <li style="padding-left: 20px;">-μικρός χορός αγώνα (κινητική ροή με ισχυρές, αδρές κινήσεις- από τις μεγάλες μυϊκές ομάδες) <li style="padding-left: 20px;">-μικρός χορός λικνιστικός (κινητική ροή με μαλακές κινήσεις) <li style="padding-left: 20px;">B. Γρήγορος παλμός <li style="padding-left: 20px;">-μικρός χορός της προσευχής <li style="padding-left: 20px;">-χορός των δερβίσηδων <li style="padding-left: 20px;">-αυτοσχεδιασμός με ερέθισμα 	<ul style="list-style-type: none"> • Τραγούδι: Ayub Ogada – Kothiboro • Κρουστά: Guem «solo de Derbouka» Guem - Le Serpent <p>Οδηγίες για την πρωτόγονη έκφραση: «Χοροθεραπεία με την πρωτόγονη έκφραση» , σελ. 55 - 110, France Schoott Billmann, εκδ Τρόπος ζωής, 1995.</p>

	επαναλαμβανόμενες για να μπορεί εύκολα κάποιος να τις κατακτήσει. • βελτίωση της αυτοεικόνας μέσα από τη δουλειά στην εικόνα του σώματός	δραστηριότητες από την πρωτόγονη ζωή	
20 Ο μαθητής να μπορεί • να γνωρίζει και να ονομάζει ορισμένους παραδοσιακούς χορούς και να τους κατατάσσει σε είδος • να αναγνωρίζει τον τρόπο με τον οποίο χορεύεται ένα παραδοσιακό τραγούδι • να γνωρίζει στοιχεία της λαϊκής παράδοσης που σχετίζονται με έναν χορό • να αναγνωρίσει την κοινωνική σημασία του χορού • να αντλεί προσωπική συγκίνηση από την παράδοση. • να μπορεί να αναπαράγει με χτυπήματα (παλαμάκια) το ρυθμό ενός παραδοσιακού τραγουδιού • να κατανοήσει την αξία της πολιτιστικής μας κληρονομιάς • να αντλήσει χαρά • να αναπτύξουν σεβασμό προς την ιδιαιτερότητα κάθε λαού, έτσι όπως εκφράζεται μέσα από τις μουσικές και τους χορούς. • να ανακαλύπτει ομοιότητες και διαφορές στον παραδοσιακό πολιτισμό του τόπου του με αυτόν άλλου λαού	Παραδοσιακός χορός – Λαϊκοί χοροί από όλο τον κόσμο • Εκμάθηση στοιχών παραδοσιακού τραγουδιού και συσχετισμός με τους στίχους σύγχρονων τραγουδιών • Εξοικείωση με το ρυθμό του χορού μέσα από δραστηριότητες μουσικοκινητικής αγωγής και ρυθμικά παιχνίδια. • Εξοικείωση και ερμηνευτική έμπνευση του παραδοσιακού χορού μέσω θεατρικού παιχνιδιού πάνω στην ιστορία που αφηγείται το αντίστοιχο παραδοσιακό τραγούδι. • Κατανόηση της ιστορικής συνέχειας των ελλήνων από την αρχαιότητα ως σήμερα μέσα από το χορό • Να διδαχθούν πιο σύνθετους χορούς καθώς και περισσότερες φιγούρες για τους απλούς που έχουν ήδη διδαχθεί σε μικρότερη τάξη • Να παίξουν με τις διαφορετικές χορευτικές λαβές και τη διάταξη των χορευτικών σχημάτων να εξοικειωθούν με τους παραδοσιακούς ρυθμούς. • Εξοικείωση με το ρυθμό του χορού (body percussion ή οργανάκια Orff) μέσα από δραστηριότητες ρυθμικής και μουσικοκινητικής αγωγής.	• Θεατρική αναπαράσταση της ιστορίας του Χαραλάμπη έτσι όπως την αφηγείται το παραδοσιακό τραγούδι «ελα βρε Χαραλάμπη» να σε παντρέψουμε» • Από τον αρχαιοελληνικό χορό «γερανός» στο σημερινό «τσακωνικό» επιβεβαίωση της ομοιότητας των χορών και της ιστορικής συνέχειας του λαού μας, μέσα από τη σύγκριση εικόνων του παραδοσιακού χορού με αυτόν της αρχαιότητας, σε αρχαιοελληνικά αγγεία • Να επισκεφθούν διευθύνσεις ιστοσελίδων οι οποίες παρέχουν πληροφορίες για τους χορούς • Αποδίδουν το μέτρο του χορού με ήχους στο σώμα ή απλά αυτοσχέδια όργανα και με τη φωνή, τους • Συνοδεύουν ρυθμικά, με ηχηρές κινήσεις, το παραδοσιακό τραγούδι • Να οργανώσουν παραδοσιακό γλέντι στο σχολείο τους • Συνοδεύουν ρυθμικά, με ηχηρές κινήσεις, την παραδοσιακή μουσική άλλου λαού • Μαθαίνουν τα βήματα του λαϊκού χορού άλλου λαού ή αυτοσχεδιάζουν κινητικά πάνω στη μουσική • Εκμάθηση βασικών λέξεων, χαιρετισμών κλπ στη γλώσσα της χώρας	• Οργανάκια Orff ή αυτοσχέδια όργανα όσα τα παιδιά • video με παραδοσιακά συγκροτήματα • cd με παραδοσιακά τραγούδια • εικόνες και video με παραδοσιακές φορεσιές και στοιχεία της λαϊκής παράδοσης που σχετίζονται με έναν χορό • video με ομάδες παραδοσιακών χορών (από την χώρα προέλευσης του χορού, κατά προτίμηση παιδιών) • video με εικόνες της φύσης και κατοικημένων περιοχών της χώρας • σύντομο video στο οποίο συνομιλούν κατά το παιχνίδι τους δυο παιδιά από τη χώρα • φορεσιές, παραδοσιακά όργανα, παραδοσιακά πιάτα κλπ στοιχεία του πολιτισμού του λαού

<p>Διάρκεια: ένα δίωρο κάθε χορός</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Επιλογή απλού λαϊκού χορού άλλου λαού (με βήματα οικεία στο παιδί). • Ξεκίνημα με αυτοσχεδιασμό στη μουσική του χορού και κατόπιν εκμάθηση των βασικών βημάτων του χορού • Ανάπτυξη της κινητικής ικανότητας και της δημιουργικότητας • Άντληση απόλαυσης • Σημαντική δεν είναι μόνο η εκμάθηση λαϊκού χορού άλλου λαού, αλλά η ευαισθητοποίηση στην διαφορετικότητα Σημαντική δεν είναι μόνο η εκμάθηση λαϊκού χορού άλλου λαού, αλλά η και η κινητική ικανότητα, η δημιουργικότητα, η απόλαυση και η ευαισθητοποίηση στην διαφορετικότητα 	<p>και απόδοση τους κινητικά</p>	
---------------------------------------	---	----------------------------------	--