



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΠΑΤΡΩΝ
UNIVERSITY OF PATRAS

ΑΝΟΙΚΤΑ ακαδημαϊκά
μαθήματα ΠΠ

Σύγχρονος χορός χορογραφία

Contact improvisation

Γαλάνη Μαρία (Μάρω) PhD

ΤΕΠΕΚΕ

«ΕΣΥ ΜΕ ΚΑΝΕΙΣ ΕΓΩ / CONTACT»

Οι φωτογραφίες προέρχονται από το προσωπικό αρχείο της διδάσκουσας Δρ. Μάρως Γαλάνη



Γνωριμία

Όρθιοι σε κύκλο.

Γίνεται σύντομη αναφορά στην τεχνική.

Δίνουν τα χέρια στον κύκλο και έτσι μαζί κάθονται όλοι σταυροπόδι. Αφήνουν τα χέρια κι ο εκπαιδευτικός εντοπίζει σε αυτήν την πρώτη επαφή την πιθανή αμηχανία. Στη συνέχεια εστιάζει στον τρόπο με το οποίο η λεκάνη ακουμπά στο πάτωμα (εντοπισμός της επαφής και ευκαιρία για αναφορά στη σωστή στάση).

Γίνονται ζευγάρια.

Thai massage στην πρηνή θέση.

https://www.youtube.com/watch?v=XI_dXpIY9eM



Thai massage στην πρηνή θέση



ΖΕΣΤΑΜΑ

Ροή partner yoga στη γη πλάτη με πλάτη και απέναντι* (ίδια ζευγάρια όπως στο massage). Τα ίδια ζευγάρια αποφασίζουν από κοινού μια επαφή πχ (ώμο με ώμο ή μέτωπο με μέτωπο) κρατούν ανάμεσά τους ένα μπαλόνι και μετακινούνται στο χώρο στην αρχή αργά και μετά πιο γρήγορα με προσοχή ώστε να μην τους φύγει το μπαλόνι.

*<https://www.youtube.com/watch?v=fj9oD-IWHGg>



[A]

- Τρέξιμο στο χώρο stop άγγιγμα (με οδηγία του εκπαιδευτικού) ορισμένων μελών του σώματος (π.χ. δείκτη, παλάμη, αγκώνα, ώμο, πλάτη, λεκάνη κλπ.)
- Εξερεύνηση του σημείου επαφής του σώματός τους με τον άλλον με άγγιγμα και γλίστρημα/ touching & sliding.
- Στα ίδια ζευγάρια επαναλαμβάνουν, με τις οδηγίες του εκπαιδευτικού, μερικές φορές στη σειρά τα αγγίγματα ώσπου να μπορούν να θυμούνται μόνοι τους τη διαδοχή των αγγιγμάτων. Κάνουν προσπάθεια σύνθεσης ροής touching & sliding in twos.





[B]

- Όλοι σε κύκλο επιχειρούν σπουδή κυλισμάτων στη γη με απλωμένο σώμα /από και σε ειδική θέση/ με έναρξη από συγκεκριμένο μέλος σώματος (πόδι, λεκάνη, χέρι).
- Εκμάθηση short flow sequences.
 - Ροή «σε παγκάκι» πλάτη- πλάτη πάνω και πάλι κάτω good bye.
 - Ροή «στα τέσσερα» κύλισμα στη πλάτη + αεροπλανάκι.



ΚΥΛΙΣΜΑΤΑ



ΠΡΟΕΤΟΜΑΣΙΑ - ΑΝΑΠΤΥΞΗ

Σύνθεση. Δουλεύουν δυο – δυο.



«ΑΕΡΟΠΛΑΝΑΚΙ»



ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ

Παρουσίαση.

Solo (αυτοσχεδιασμό).

Ροή touching in two.

Μια ροή short flow sequences από τις: «σε παγκάκι», «στα τέσσερα», «αεροπλανάκι».



ΚΛΕΙΣΙΜΟ

Χαλάρωση: ξαπλωμένοι ανά δυο ο ένας πάνω στο άλλον πλάτη με πλάτη.

Μιλούν για την εμπειρία.



Τέλος Ενότητας



Σημείωμα Αναφοράς

Copyright Πανεπιστήμιο Πατρών, Γαλάνη Μαρία (Μάρω).
«Σύγχρονος χορός: Ιστορία, εκπαίδευση, σύνθεση και χορογραφία ».

Έκδοση: 1.0. Πάτρα 2015. Διαθέσιμο από τη δικτυακή
διεύθυνση: <https://eclass.upatras.gr/courses/PDE1465/>



Σημείωμα Αδειοδότησης

Το παρόν υλικό διατίθεται με τους όρους της άδειας χρήσης Creative Commons Αναφορά, Μη Εμπορική Χρήση Παρόμοια Διανομή 4.0 [1] ή μεταγενέστερη, Διεθνής Έκδοση. Εξαιρούνται τα αυτοτελή έργα τρίτων π.χ. φωτογραφίες, διαγράμματα κ.λ.π., τα οποία εμπεριέχονται σε αυτό και τα οποία αναφέρονται μαζί με τους όρους χρήσης τους στο «Σημείωμα Χρήσης Έργων Τρίτων».



[1] <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Ως **Μη Εμπορική** ορίζεται η χρήση:

- που δεν περιλαμβάνει άμεσο ή έμμεσο οικονομικό όφελος από την χρήση του έργου, για το διανομέα του έργου και αδειοδόχο
- που δεν περιλαμβάνει οικονομική συναλλαγή ως προϋπόθεση για τη χρήση ή πρόσβαση στο έργο
- που δεν προσπορίζει στο διανομέα του έργου και αδειοδόχο έμμεσο οικονομικό όφελος (π.χ. διαφημίσεις) από την προβολή του έργου σε διαδικτυακό τόπο

Ο δικαιούχος μπορεί να παρέχει στον αδειοδόχο ξεχωριστή άδεια να χρησιμοποιεί το έργο για εμπορική χρήση, εφόσον αυτό του ζητηθεί.

Χρηματοδότηση

- Το παρόν εκπαιδευτικό υλικό έχει αναπτυχθεί στο πλαίσιο του εκπαιδευτικού έργου του διδάσκοντα.
- Το έργο «**Ανοικτά Ακαδημαϊκά Μαθήματα στο Πανεπιστήμιο Αθηνών**» έχει χρηματοδοτήσει μόνο την αναδιαμόρφωση του εκπαιδευτικού υλικού.
- Το έργο υλοποιείται στο πλαίσιο του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» και συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο) και από εθνικούς πόρους.

