

DARBĪBAS NOSAUKUMS

PAR SEVI

DARBĪBAS POSMS

1. POSMS: Iepazīstiet

Laiks

20/60 minūtes

Materiāli

Pildspalvas

Apraksts

Katrs dalībnieks par sevi raksta 3 teikumus, no kuriem viens ir nepatiess.

Dalībnieki staigā un, kad viņi satiek kādu, sadaliet tos pa pāriem. Katram ir jāuzmin, kurš teikums ir nepatiess.

1° KĀRTA

"3 fakti par hobijiem, gaumi vai darbībām, kuras man patīk darīt, un viens no tiem ir nepatiess. Nekādu jautājumu, tikai minēt!"

5 minūtes, lai sagatavotu teikumus, un 10 minūtes, lai spēlētu.

2° KĀRTA

"3 vietas, kuras man ir svarīgas vai ļoti patīk. Uzmini, kurš no tiem ir nepatiess. Jūs varat man uzdot jautājumus!"

5 minūtes, lai padomātu par vietām, un 10 minūtes, lai spēlētu.

3° KĀRTA

"3 īsi stāsti par manu vārdu. Es tev stāstu stāstus, tu uzmini, kurš no tiem ir patiess. Tad jums ir jāstāsta visi trīs stāsti pārējai grupai, un grupai ir jāuzmin, balsojot, kurš ir patiesais stāsts par manu vārdu."

5 minūtes, lai sagatavotu stāstus, un 25 minūtes, lai pastāstītu.

Varat izgudrot pats savu kārtu!

ELEMENTU IZTAUJĀŠANA

"Vai tas bija grūti?" - "Vai jūs atklājāt kaut ko jaunu par sevi?" - "Un kā ar citiem cilvēkiem?"

[Dalībnieki sāk saistīt vārdu ar personu, pateicoties personīgajai gaumei, viedokļiem un īpašībām.]

DARBĪBAS NOSAUKUMS

INTERAKTĪVIE PORTRETI

DARBĪBAS POSMS

1. POSMS: Iepazīstiet

Laiks

Aptuveni 30 minūtes

Materiāli

- Mūzika un skaļruņi
- Zīmuli, marķieri un A4 baltās lapas ikvienam

Apraksts

Katrs cilvēks paņem papīru un virsū raksta tikai savu vārdu.

Dalībnieki mazos soļos uzzīmēs kāda cita portretu.

Kad mūzika tiek atskaņota, papīri pēc iespējas ātrāk tiek nodoti citam dalībniekam.

Kad mūzika apstājas, jums rokā ir papīrs ar kāda vārdu un jūs uzzīmējat daļu no šīs personas portreta. Zīmējums ir pa soļiem.

Vispirms tikai galvas forma, 2. kārtā tikai mati, 3. kārtā jūs zīmējat tikai ausis, 4. kārtā tikai acis utt. Kamēr esat pabeidzis visu portretu.

Galū galā cilvēks saņem savu portretu atpakaļ, ko zīmējuši daudzi citi cilvēki.

Papīra nodošanai starp kārtām jūs varat dot dažādus uzdevumus:

Piemēram, dot papīru aiz muguras; dot papīru ar aizvērtām acīm; dot papīru caur kājām; dot papīru super-ātri vai palēninājumā. Jūs varat domāt, kas ir iespējams.

Varat arī atskaņot mūzikas videoklipu pakalpojumā YouTube ar ātrumu 0,5x ar palēninātas kustības efektu.

Kad visi būs pabeiguši, katrs saglabā savu portretu.

ELEMENTU IZTAUJĀŠANA

Kad pabeigts, jūs varat jautāt dalībniekiem, kā viņiem patika.

- Kas bija izaicinoši?
- Kas bija viegli?
- Vai viņi tagad atceras kāda vārdu labāk?

DARBĪBAS NOSAUKUMS

Statujas

DARBĪBAS POSMS

2. POSMS: Tēma

Laiks

10/40 min.

Materiāli

/

Apraksts

Darbs divās vai vairāk grupās, pamatojoties uz dalībnieku skaitu. Viena grupa izvēlas tēmu vai situāciju otrai grupai, kura to attēlo uz skatuves ar statuju vingrinājumu. Katrs dalībnieks ieņem nemainīgu pozīciju ar ķermeni, pamatojoties uz to, kā viņi jūtas, domājot par šo tēmu. Nav atļauti vārdi, skaņas vai kustības. Tikai poza un sejas izteiksme.

PAPILDU POSMS:

Koordinatori saka: "Pirmā reize, kad es jutos atstumts, bija..." un katrs dalībnieks atbild, ieņemot statujas pozu.

ELEMENTU IZTAUJĀŠANA

"Kas nedarbojās un padara neiespējamu *iekļaušanu*?"- "Kā jūs jūtaties par attēlojumu?"

Pēc vingrinājuma visi dalībnieki var izvēlēties tēmu kopīgā veidā.

DARBĪBAS NOSAUKUMS

ZAP!

DARBĪBAS POSMS

2. POSMS: Tēma

Laiks

10 min.

Materiāli

/

Apraksts

Dalībnieki ir sadalīti grupās pa pieciem dalībniekiem. Katra grupa stāsta par konkrētu tēmu. Dalībnieki stāv pēc kārtas un pieliecas: koordinators dod komandu *zap!* vienam no dalībniekiem, kurš pieceļas kājās un izstāsta kādu stāsta fragmentu, līdz koordinators ar *zap!* komandu sauc citam dalībniekam. Spēle turpinās līdz brīdim, kad visi būs pabeiguši vismaz divus apgriezienus.

ELEMENTU IZTAUJĀŠANA

"Kas nedarbojās un padara neiespējamu *iekļaušanu?*"- "Kā jūs jūtaties par šo aktivitāti?"
Pēc vingrinājuma visi dalībnieki var izvēlēties tēmu kopīgā veidā.

DARBĪBAS NOSAUKUMS

Ciemats

DARBĪBAS POSMS

2. POSMS: Tēma

Laiks

10 - 30 min

Materiāli

Ierobežota platība

Apraksts

Ciemats ir darbība, ko sauc par sociālās prezentācijas teātri. Prezentēšanas vārds ir klātbūtnes un iepriekšējas izjūtas apvienojums. Tas ir daļa no teorijas U. Ciemats ir vingrinājums, lai klausītos ar visām maņām un mijiedarbotos visdabiskākajā veidā, par to nedomājot. Cilvēku ievēšana telpā ne tikai, lai palaistu vaļā, bet arī lai saņemtu (lai kas arī nāktu). Mērķis ir piedzīvot, sajust un eksperimentēt grupā kā sociālajā ķermenī. Sociālā prezentācija galvenokārt ir vērsta uz klausīšanos ar visām jūsu izjūtām, un tā aicina dalībniekus radīt jaunu domāšanu un jauna veida saites ar apkārtējiem cilvēkiem.

1: Paskaidrojiet aktivitāti un ideju

2: Jūs varat sākt ar "iesildīšanās vingrinājumu". Visi guļ uz grīdas, 10 -30 sekundes, lai pārietu no guļus pozīcijas uz stāvošas. Cilvēkiem ir jākoncentrējas uz savu ķermeni un nedrīkst ļaut prātam un domām valdīt pār kustību... vienkārši darīt, kā ķermenis jūtas labi.

3: 20 minūtes sociālās klātbūtnes teātris. Katrā ciemata "kārtā" vai posmā ir dažādas lietas, ko cilvēki var darīt. Pirmajā posmā guļ, sēž un stāv (un tajā ir klusums vai kustība). Nav tiešas rutīnas mijiedarbības (skatoties acīs, smaidot viens otram utt.). Otrajā posmā cilvēki var arī dejot. 3. posmā jūs varat pievienot sveicienus (neliela apsveikuma kustība, piemēram, loks vai neliels pieskāriens plecam, ar tiešu acu kontaktu).

3: Darbības iztaujāšana un tas, kā klausīšanās ar visām maņām rada jaunas interesantas mijiedarbības., apspriežot sajūtas, bet arī kas redzēja/ juta un kā mēs reaģējam viens uz otru. Arī novērotājs sniedz savus novērojumus.

ELEMENTU IZTAUJĀŠANA

Kad pabeigts, jūs varat jautāt dalībniekiem vērtējumu.

- Kā bija?
- Kas bija viegli/ grūti?
- Kāda bija jūsu komunikācija?
- Jūs jutāties iekļauts?
- Kas notika?

DARBĪBAS NOSAUKUMS

APGRIEZTIE STĀSTI

DARBĪBAS POSMS

2. POSMS: Tēma

Laiks

10 min.

Materiāli

/

Apraksts

Dalībnieki, sadalīti grupās, stāsta pasaku vai zināmu stāstu, kurā tomēr ir mainījušies daži elementi saistībā ar tēmu (bulings, LGBTQIA+, rasisms, piesārņojums utt.).

ELEMENTU IZTAUJĀŠANA

"Kas iestrēgst un padara iespējamu iekļaušanu?" - "Kā jūs jūtaties par aktivitāti?"

Pēc vingrinājuma visi dalībnieki var izvēlēties tēmu kopīgā veidā.

DARBĪBAS NOSAUKUMS

RAKSTZĪMJU CEĻU

DARBĪBAS POSMS

3. POSMS: Rakstzīmes

Laiks

40 min.

Materiāli

Pildspalvas - Papīra loksnes

Apraksts

Dalībnieki raksta sarakstu ar tēliem ar dažādām īpašībām: vecumu, dzimumu, seksuālo orientāciju, sociālo klasi utt. Rakstzīmes ir rakstītas uz mazām lapām: katrs dalībnieks nejauši zīmē vienu, neatklājot to pārējiem. Pēc tam visi sastājas līnijā. Koordinators saka virkni darbību, un katrs dalībnieks, pamatojoties uz savu raksturu, ja viņš/viņa var veikt šo konkrēto darbību, sper soli uz priekšu, pretējā gadījumā viņš/viņa paliek nekustīgs.

ELEMENTU IZTAUJĀŠANA

Darbību beigās sākas diskusija par katra personāža pozīcijām:

"Kā tu juties?" - "Kāpēc tavi tēli ir šādi?" - "Kādas ir atšķirības starp personāžiem?"

DARBĪBAS NOSAUKUMS

Foto stāstīšana

DARBĪBAS POSMS

3. POSMS: Rakstzīmes

Laiks

Aptuveni 45 minūtes

Materiāli

- Daži interesanti, dīvaini vai smieklīgi fotoattēli (3 vai 4), kur nav skaidrs, kas ir fotoattēlā vai kāpēc fotogrāfija ir izgatavota.
- Dators ar projektoru, lai uz papīra parādītu fotoattēlu vai fotoattēlu, kas izdrukāts vairākas reizes (vienu katrai grupai vai personai).
- Pildspalvas un papīrs rakstīšanai ikvienam.

Apraksts

Šo darbību var veikt pa pāriem vai individuāli. Koordinators to var izlemt, pamatojoties uz grupu, vai arī dalībnieki var izlemt paši.

Parādiet vienu no attēliem projektorā vai dodiet personām / grupām izdrukāto attēlu.

Dodiet katrai personai / grupai pildspalvas un papīrus un lūdziet tos 5-10 minūšu laikā uzrakstīt īsu stāstu par to, kas ir attēlā. Palūdziet viņiem izmantot savu radošumu. Kā palīdzību jūs varat pateikt dalībniekiem, ka varbūt fotogrāfija ir stāsta beigas, sākums vai kulminācija. Stimulējiet viņus izdomāt kaut ko brīnumainu, kas notiek ap šo attēlu, lai viņi nerakstītu kaut ko racionālu.

Atkārtojiet šīs darbības ar vairāk attēliem. Ir iespējams mainīt grupas pa vidu, lai dalībnieki varētu strādāt kopā arī ar citiem cilvēkiem.

ELEMENTU IZTAUJĀŠANA

Kad esat pabeidzis, varat jautāt dalībniekiem, kā bija veikta darbība.

- Vai tas bija viegli vai grūti?
- Vai viņi bija radoši vai nē?
- Kas bija tas, kas fotogrāfijā deva viņiem pirmo pavedienu līdz jaunam stāstam?
- Vai viņi var savienot kaut ko no stāstu teorijas līdz savam stāstam?

DARBĪBAS NOSAUKUMS

FOTO STĀSTI (PAMATA VERSIJA)

DARBĪBAS POSMS

4. POSMS: Atrašanās vietas

Laiks

40 min.

Materiāli

Fotoattēli (digitāli vai drukāti) - Pildspalvas - Papīra lapa

Apraksts

Dalībnieki redz dažas fotogrāfijas no dažādām vietām. Dalībnieku uzdevums ir izveidot īsu stāstu un nosaukumu, sākot no ieteikumiem, ko viņiem dod fotogrāfija.

Noderīgs ieteikums ir novērot pēc iespējas vairāk detaļu, kuras var palīdzēt stāsta izgudrošanas jomā.

Katrā vietā ir fundamentāli elementi, kas raksturo stāstu: tas liecina par sociālo kontekstu, *hronoloģisko laiku un ģeogrāfisko stāvokli (reālistisku vai fantastisku).*

Interesanti sākt ar fotoattēlu, kas iepazīstina cilvēku no aizmugures vai nav ļoti atpazīstams, lai viņš varētu kļūt par vairāk rakstzīmēm atkarībā no dalībnieka viedokļa: cilvēka figūra vai līdzīgs fotoattēla iekšpusē var atvieglot stāsta būvniecību. Šī iemesla dēļ otrais fotoattēls var būt vieta, kurā nav rakstzīmju, bet tikai objekti vai vide. Tādā veidā stāsta radīšana var būt sarežģītāka, bet dalībniekam ir vēl lielāka interpretācijas brīvība.

ELEMENTU IZTAUJĀŠANA

"Kāpēc jūs izvēlējāties to vietu?" - "Kādi elementi fotoattēlā ieteica tieši to kontekstu / laiku / rakstzīmes? Kāpēc?" - "Ja šī fotogrāfija būtu kadrs no jūsu filmas, kur tā būtu jūsu stāsta laika skalā?"

Tveriet katru interesantu dalībnieku radītā stāsta elementu, lai izveidotu diskusiju par "vietu": būtībā vieta jau satur daudz noderīgas informācijas par sociālo kontekstu, *hronoloģisko laiku un ģeogrāfisko stāvokli (reālistisku vai fantastisku).*

DARBĪBAS NOSAUKUMS

Foto balss stāstīšana

DARBĪBAS POSMS

4 POSMS: Atrašanās vietas

Laiks

Aptuveni 60 minūtes

Materiāli

- Dažādas figūras. Pietiekamā daudzumā, lai ikvienam būtu laba izvēle.
- Ikvienam vai katrai grupai ir nepieciešama kamera (parastā vai viedtālruna kamera).
- Projektors, lai vēlāk prezentētu fotoattēlus.

Apraksts

Šo darbību var veikt atsevišķi vai pa pāriem. Dalībnieki paši var izlemt, ko viņi vēlas.

Palūdziet katrai personai vai personu pārim izvēlēties vienu vai vairākas figūras, kuras viņi vēlas izmantot aktivitātei.

Pasakiet dalībniekiem, lai viņi izmanto figūru, lai izveidotu jaunas atrašanās vietas, mijiedarbības un perspektīvas. Varbūt kaut kas tiešām ir mazs, bet, ja blakus liek mazāku figūru, tas kļūst par kaut ko lielu. Pastāstiet arī viņiem, ka viņi var apskatīt, kā viņu figūra var mijiedarboties ar apkārtni vai kā figūras klātbūtne maina vidi. Pasakiet viņiem, lai viņi patiešām skatās ar "radošu" aci un meklē stāstus attēlā, ko viņi redz.

Lūdziet dalībniekus pēc tam nofotografēt šo salikumu vai mijiedarbību. Jūs varat dot viņiem norādījumu veikt vienu fotoattēlu, vairāk fotoattēlu vai pat stāstu fotoattēlu sērijā. Vai vienkārši dodiet dalībniekiem brīvību izvēlēties sevi.

Palūdziet dalībniekiem atsūtīt jums attēlus. Varat izveidot izdrukāto attēlu galeriju, izveidot projektora attēlu slaidrādi vai izdrukāt tos dalībniekiem.

Jūs varat izlemt, vai vēlaties lūgt dalībniekus dalīties ar attēla stāstu vai vienkārši atstāt to ikviena iztēlei.

ELEMENTU IZTAUJĀŠANA

Kad esat pabeidzis, varat jautāt dalībniekiem, kā bija veikt darbību.

- Vai tas bija viegli vai grūti?
- Kā viņi jutās to darot?
- Vai viņi gāja meklēt stāstus, vai arī stāsti atrada viņus?
- Kā figūra izmaina atrašanās vietas vai vidi?
- Kā atrašanās vieta vai apkārtnē ietekmē viņu stāstus?

DARBĪBAS NOSAUKUMS

BRĪNUMAINAIS OBJEKTS

DARBĪBAS POSMS

5 POSMS: Objekti

Laiks

10 min.

Materiāli

Viens vai vairāki bieži lietoti objekti

apraksts

Vispārējs brīnumains priekšmets - Katrs dalībnieks ņem to pašu kopīgo objektu un mēģina radošā veidā atdarināt tā izmantošanu, bet pārējie mēģina uzminēt, kas tas ir.

Tematiskais brīnumainais priekšmets - *Katrs dalībnieks ņem vienu un to pašu kopīgo objektu un mēģina radošā veidā atdarināt tā lietojumu, kas saistīts ar tēmu*, bet pārējie mēģina uzminēt, kas tas ir.

ELEMENTU IZTAUJĀŠANA

"Tas bija grūti?" - "Kāpēc?" - "Kas varētu būt objekta īpašnieks?" - "Kā jūs varat izmantot šo objektu reālajā dzīvē?"

DARBĪBAS NOSAUKUMS

BRĪNUMAINIE OBJEKTI & SUPERSPĒJU IMPROVIZĀCIJA

DARBĪBAS POSMS

3. POSMS: Brīnumainais objekts un superspējas

Laiks

Aptuveni 60 minūtes

Materiāli

- Jauka telpa kustībai ar pietiekami daudz vietas cilvēkiem.
- Dažas sagatavotas iesildīšanās improvizācijas aktivitātes.
- Mūzika un skaļrunis.

Apraksts

Vispirms sāciet ar dažām improvizācijas iesildīšanās aktivitātēm. Ir daudz šo mazo aktivitāšu, kuras jūs varat atrast. Tās var būt aktivitātes ar kustībām, enerģijas iegūšana grupā, sekošana viens otra kustībām, objektu attēlošana vai noteikti iestatījumi.

Parasti ir labi, ja ir apmēram 30 minūtes dažādu mazu aktivitāšu, kas neprasa lielu darbību. Tas patiešām var palīdzēt cilvēkiem, kuri ir mazliet kautrīgi vai kuriem nepatīk improvizēt.

Kad grupa patiešām iesildās, palūdziet grupai stāvēt lielā lokā.

Palūdziet vienam cilvēkam ieiet aplī un izdomāt normālu objektu un attēlot to. Pārējiem dalībniekiem ir jāuzmin, kas tas ir. Cilvēks, kurš uzmin pareizi, iet tālāk aplī.

Nākamais solis ir brīnumaini objekti un superspējas. Palūdziet cilvēkam ieiet aplī un pateikt: "Man ir brīnumains un tas dara" vai "Man ir brīnumains spēks, kas". Pēc tam, kad to pateikuši, persona rīkojas, izmantojot šo brīnumaino objektu. Tad cits cilvēks ieiet aplī un saka: "Jā, bet jūs varat tikai", dodot objekta vai superspējas ierobežojumu un pēc tam sāk rīkoties. Piemēram, kādam ir spainis, kas dod neierobežotu ūdeni. Nākamā persona saka: "Jā, bet, kad jūs to izmantojat, jūs vienmēr izsmidzināt ūdeni savā sejā" un pēc tam parāda, kā tas izskatās.

Pēc tam, kad kāds saka: "Jā, bet.....", tu apstājies un kāds sāk ar jaunu objektu vai superspēju. Turpiniet, līdz ikvienam ir bijusi iespēja īstenot kādu objektu / superspēju un ierobežojumu.

ELEMENTU IZTAUJĀŠANA

Kad esat pabeidzis, varat jautāt dalībniekiem, kā bija veikt aktivitāti.

- Vai tas bija viegli vai grūti?
- Vai viņi jutās radoši vai nē?
- Kā tas bija kaut ko izdomāt grupas priekšā?

DARBĪBAS NOSAUKUMS

OBJEKTA VIEDOKLIS

DARBĪBAS POSMS

5. POSMS: Objekti

Laiks

30 min.

Materiāli

-

Apraksts

Dalībnieki stāsta stāstu no objekta viedokļa, strādājot pie teātra improvizācijas. Viens no dalībniekiem spēlē ar tēmu saistītu personāžu (labāk, ja personāžs ir sliktā vai iestrēgušā situācijā), kurš uz skatuves paliek nekustīgs. Viens dalībnieks vienlaikus iesoļo un stāsta par šo personāžu no objekta viedokļa, neatklājot objekta identitāti.

ELEMENTU IZTAUJĀŠANA

"Vai jūs visi sapratāt, kuri objekti bija ainā?" - "Ja nu objekts varētu runāt ar tēlu?" - "Kāda veida brīnums varētu palīdzēt objektam atrisināt varoņa situāciju?"

DARBĪBAS NOSAUKUMS

MEKLĒJAT ĪPAŠO KARTI

DARBĪBAS POSMS

6. POSMS: Speciālā karte

Laiks

30 min.

Materiāli

Rakstzīmes, atrašanās vietas un objektu kartītes

Apraksts

Dalībnieki ir sadalīti grupās pa 4. Katra grupa zīmē 2 rakstzīmes, 1 objekts un divas vietas. Katra grupa veido stāstu un izstāsta to. Svarīgi noteikumi: stāstam ir jābūt skaidram sākumam un beigām, un katram no dalībniekiem ir jāpasaka kāda daļa no stāsta.

ELEMENTU IZTAUJĀŠANA

Pirmās stāstu kārtas beigās: *"Kas var palīdzēt labāk attīstīt stāstu? Kuru speciālo karti var izmantot?"* Piemēri: Grūtību karte [dažādas valodas, fiziskie traucējumi, superspējas], notikumu karte [vides katastrofas, īpaši brīži kā kāzas vai šķiršanās] vai rīcības karte [vardarbības akti, jauni likumi, brīnumi].
Katra grupa var vēlreiz pastāstīt stāstu ar īpašo karti. *"Kas ir mainījies pēc speciālās kartes izmantošanas?"*

DARBĪBAS NOSAUKUMS

Kas noticis?

DARBĪBAS POSMS

6. POSMS: Īpašas kartes

Laiks

Aptuveni 45-60 minūtes

Materiāli

- Dators un projektors.
- 1 vai vairāk īsas (animācijas) filmas pakalpojumā YouTube (pakalpojumā YouTube to ir daudz).
- Pildspalva un papīrs rakstīšanai katram dalībniekam.

Apraksts

Dalībnieki var veikt šo darbību individuāli vai pa pāriem

Rādīt īsu filmu projektorā.

Pastāstiet dalībniekiem (un miniet dažus piemērus) sižeta līkločus stāstos. Parasti šis ir notikums, kad notiek kas tāds, kas pilnībā maina stāstu un pārsteidz visus.

Palūdziet dalībniekiem izmantot īsfilmu un izveidot un padomāt par konkrētu notikumu, kas ir novedis pie īsās filmas stāsta vai sākas ar īsfilmas beigām. Pasākumam ir jārada sižeta pavērsiens, lai stāsts ar ko viņi nākuši klajā, nebūtu paredzams.

Palūdziet dalībniekiem dalīties ar savu stāstu.

Varat izvēlēties atkārtot ar vienu vai vairākām īsām filmām.

ELEMENTU IZTAUJĀŠANA

Kad esat pabeidzis, varat jautāt dalībniekiem, kā bija veikta aktivitāte.

- Vai tas bija viegli vai grūti?
- Kā viņi jutās to darot?
- Kā jūs nonācāt līdz savam sižeta pavērsienam / notikumam?
- Vai jūs zināt piemērus citiem stāstiem, kur viens notikums var mainīt visu stāstu?
- Vai jums ir bijis kāds tāds notikums savā dzīvē?