

Warsaw | Palermo

In.To.Da.Te.

Innovative tools for
DANCE TEACHERS



IN.TO.DA.TE.

**A3 - PODRĘCZNIK Z NOWYM
PROGRAMEM NAUCZANIA DLA
ZESPOŁÓW I SZKÓŁ TANECZNYCH**



Co-funded by
the European Union

NR PROJEKTU: 2021-2-IT02-KA210-ADU-000048218
OPRACOWANIE: L'ESPACE APS/ASD CZERWIEC 2023

SPIS TREŚCI

01

Wprowadzenie.....3

02

Podręcznik.....4

03

Grupa docelowa podręcznika...4

04

Dwa zespoły taneczne.....5

05

Działania w projekcie.....20

07

Wnioski.....49



Co-funded by
the European Union

Projekt finansowany przez Unię Europejską. Wyrażone w nim opinie są wyłącznie poglądami autorów i niekoniecznie odzwierciedlają stanowisko Unii Europejskiej ani Europejskiej Agencji Wykonawczej ds. Edukacji i Kultury (EACEA). Ani Unia Europejska, ani EACEA nie ponoszą odpowiedzialności za treść zawartą w projekcie.

WSTĘP

Kryzys związany z pandemią Covid-19 dotknął instytucje edukacyjne, prowadząc do ich tymczasowego zamknięcia i szybkiego przechodzenia na nauczanie zdalne lub online. Szczególnie dotkliwie dotknięte były szkoły tańca, które poniosły konsekwencje ze względu na swój specyficzny charakter, a ich przyszłość edukacyjna pozostaje niepewna. W czerwcu 2021 roku włoskie Ministerstwo Kultury utworzyło specjalny fundusz wsparcia dla szkół tańca w obliczu trudności. Wiele placówek tego rodzaju zostało zmuszonych do zamknięcia, a niektóre z nich mogą nigdy nie powrócić do normalnego funkcjonowania. W rezultacie pojawiły się nowe wyzwania związane z nauczaniem tańca i ruchu w kontekście szkół tanecznych. W IN.TO.DA.TE. – Projekt „Innovative Tools for Dance Teachers - Innowacyjne narzędzia dla nauczycieli tańca” został stworzony w celu dostarczenia nowatorskich metod nauczania, aby wyposażyć edukatorów tańca zarówno w publicznych, jak i prywatnych szkołach tańca oraz umożliwić im bezpośrednią współpracę z osobami uczącymi się tańca i tancerzami za pomocą nowoczesnych metodologii. Projekt reaguje na wyzwania, jakie postawił przed pedagogami tańca czas pandemii. Ideą jest przyciągnięcie zarówno nowych, jak i dotychczasowych uczniów i tancerzy. Sztuka nie tylko ułatwia komunikację między ludźmi, lecz także spełnia potrzebę uczniów tańca w wyrażaniu siebie, rozwijaniu umiejętności twórczych i osobistych. Projekt ten został dofinansowany w ramach programu Erasmus+, partnerstwa na małą skalę w edukacji dorosłych, ponieważ odpowiada potrzebom konsorcjum: poprzez integrowanie długoterminowej współpracy w dziedzinie edukacji tanecznej i ruchowej. Współpracujący partnerzy mają już doświadczenie w opracowywaniu innowacyjnych narzędzi, które ułatwiają pracę nauczycielom tańca oraz instytucjom edukacyjnym w różnych regionach Europy. Od dłuższego czasu l'espace prowadzi współpracę z tańcem współczesnym i sztukami walki w lokalnych szkołach w Palermo. Dodatkowo, współpracuje z innymi organizacjami kulturalnymi, które wykorzystują taniec i sztuki performatywne do wzmacniania roli nauczycieli i uczniów tańca w całej Europie. Nowa choreografia, używana przez kolektyw HOTELOKO movement makers, charakteryzuje się interdyscyplinarnym podejściem, korzystając z narzędzi różnych dziedzin artystycznych. Twórcy sięgają po rozwiązania z kręgu fitnessu, medytacji, estetyki rave, improwizacji czy praktyk mindfulness. Wykorzystują także projekcje multimedialne. W pracy edukacyjnej zwracają uwagę na nawiązywanie kontaktu między członkami grupy poprzez rozwijanie uważności i wrażliwości na drugiego człowieka. Szanują ciało każdej osoby, niezależnie od wieku, wagi czy koloru skóry, co stanowi fundament ich pracy. Dla HOTELOKO każdy może uczestniczyć w ruchu, dlatego warsztaty i spotkania są adresowane zarówno do młodzieży, dorosłych, jak i seniorów. Projekt W IN.TO.DA.TE. jest odpowiedzią na pracę dwóch partnerów wchodzących w skład konsorcjum na rzecz realizacji projektu. Projekt ten podsumowuje większość działań prowadzonych przez obu partnerów zarówno osobno, jak i wspólnie. Podręcznik ten zawiera podsumowanie 17 miesięcy współpracy pomiędzy oboma partnerami, gromadzi informacje zwrotne i wyniki działań w ramach projektu.

PODRĘCZNIK

W.IN.TO.DA.TE. działanie A3 obejmowało stworzenie podręcznika z nowym, innowacyjnym programem nauczania, który powstanie w wyniku połączenia metody „Naturalnego Tańca Ruchu-Danza Movimento Naturale” stworzonej przez Giovanni’ego Zappullę i metody choreograficznej kolektywu „HOTELOKO movement makers” Agaty Życzkowskiej. Pomysł polegał na opracowaniu podręcznika z nowym programem nauczania, który miałby wspierać szkoły i ośrodki tańca w trudnym procesie wznowienia kursów tańca z nowymi metodami pedagogicznymi.

Podręcznik ten powstał w oparciu o wyniki i doświadczenia zebrane podczas wizyt studyjnych i warsztatów realizowanych w A2. Innowacyjna metoda tańca będąca efektem działań A2 została pilotażowo przeprowadzona przez oba partnerskie zespoły taneczne wraz ze swoimi uczniami tańca i zawodowymi tancerzami w procesie, który doprowadził do A4, czyli dwóch finałowych występów we Włoszech i w Polsce, prezentujących nowy program nauczania tańca zawarty w A3. Sesje pilotażowe prowadzili Giovanni Zappulla i Agata Życzkowska z 10 uczniami tańca w każdym kraju i 5 nauczycielami/trenerami, którzy uczestniczyli w mobilnościach w A2. Ostateczne badania studyjne/choreograficzne przeprowadzono na zakończenie projektu w ramach dwóch finałowych spektakli/wydarzeń we Włoszech i w Polsce, zaprezentowanych na festiwalu Dissidanza w Palermo i festiwalu U:NEW Dance Wave Festival w Warszawie. Po sesjach pilotażowych pierwsza wersja podręcznika została zweryfikowana w oparciu o wyniki warsztatów w obu krajach. To działanie było bardzo ważne, aby przetestować skuteczność i innowacyjność nowego programu nauczania opracowanego w A2 i zweryfikowanego podczas sesji pilotażowych. A3 odegrał kluczową rolę w zweryfikowaniu wyników z A2 oraz udoskonaleniu podręcznika i wzbogaceniu go o nowe treści i dodatki. Ten podręcznik jest kluczowym krokiem w realizacji celu, jakim jest dostarczenie nauczycielom tańca nowych narzędzi, umożliwiających wznowienie ich działalności oraz wspieranie ich w trudnym zadaniu ożywienia pracy pedagogicznej i choreograficznej.

GRUPA DOCELOWA PODRĘCZNIKA

Głównymi grupami docelowymi są nauczyciele/trenerzy/pedagodzy/edukatorzy tańca ze szkół publicznych i prywatnych, którzy pilotażowo realizowali program, a także uczniowie tańca i profesjonalni tancerze. Nauczycielami tańca były te same osoby, które uczestniczyły w wyjazdach w A2. Pracownicy obu organizacji są istotnymi beneficjentami tego przedsięwzięcia, gdyż nadzorowali pilotowanie treści podręcznika wśród studentów tańca oraz innych profesjonalistów z branży tanecznej. Sesje pilotażowe przyniosły korzyści wszystkim grupom docelowym zaangażowanym w projekt:

- nauczyciele/trenerzy/pedagodzy/edukatorzy tańca z publicznych i prywatnych szkół/ośrodków tańca;
- personel z organizacji partnerskich;
- studenci tańca i tancerze zawodowi uczęszczający na zajęcia specjalizujące się w tańcu i ruchu;
- artyści-wykonawcy, którzy zostali włączeni do sesji pilotażowych.

DWA ZESPOŁY TANE CZNE

L'espace APS/ASD

L'espace APS/ASD to stowarzyszenie, które zostało założone w 2012 roku w Palermo w celu promowania i upowszechniania badań nad tańcem współczesnym i kulturą zarówno w kraju, jak i za granicą, stając się punktem odniesienia ze względu na swoje rewolucyjne i holistyczne podejście upowszechniana tańca poprzez produkcje taneczne i ofertę edukacyjną.

Stowarzyszenie zostało założone przez choreografa-tancerza Giovanniego Zappullę, dyrektora artystycznego Zappulla DMN Company i twórcę innowacyjnej metody Danza Movimento Naturale, która wywodzi się z istotnego połączenia tańca współczesnego, Taijiquan i Zhineng Qigong. Metoda ta wyraża model badawczo-edukacyjny zgodny z naturą człowieka we wszystkich jej aspektach: biomechanicznym, energetycznym i psychicznym. Obejmuje ona różne dziedziny, umożliwiając rozwój potencjału ludzkiego poprzez przywracanie dziedzictwa wewnętrznych połączeń. Prezesem stowarzyszenia i wicedyrektorką Zappulla DMN Company jest tancerka Annachiara Trigili, która wraz z muzykiem i kompozytorem Giuseppe Rizzo, tancerką Robertą D'Ignoti i artystką wizualną Petrą Trombini tworzą główne jądro twórcze zespołu.

Jednym z celów tego zespołu jest prezentacja czystego i naturalnego tańca poprzez ścisłe powiązanie umysłu i ciała, gdzie tancerz skłania publiczność do postrzegania występu jako doświadczenie zarówno estetyczne, jak i emocjonalne.

W repertuarze zespołu znajdują się następujące spektakle: Apollo i Daphne (2015), duet z muzyką Giuseppe Rizzo; Wspomnienia z przyszłości (2016), trio na temat VII Symfonii Beethovena; Sul Sentimento (2017), z muzyką Fabio Badalamenti; Natural Landscapes (2016), wynik współpracy Zappulla DMN Company i Collective M. I.M. Arte Escenico z Meksyku, utwór na 10 tancerzy z muzyką Giuseppe Rizzo; Wunderkammer (2021), trio z muzyką Giuseppe Rizzo; Dafne i Apollo (2022), duet z muzyką na żywo G. Rizzo i video mappingiem. Siedzibą operacyjną stowarzyszenia jest centrum Xinergie w Palermo, przestrzeń stworzona we współpracy ze stowarzyszeniem Quarto Tempo. To miejsce reprezentuje centrum sztuki, produkcji i szkoleń, które powstało w celu tworzenia synergii między różnymi działaniami i profesjonalizmem. Znajdują się w nim dwie duże przestrzenie coworkingowe i trzy sale wielofunkcyjne wykorzystywane głównie do edukacji tanecznej i wszelkiej produkcji artystycznej.



Co-funded by
the European Union

Warsaw | Palermo

InToDaTe.

Innovative tools for
DANCE TEACHERS



Foto: Marta Ankersztejn

Stowarzyszenie współpracuje z La Galèrie Chorégraphique z Carcassonne (FR) kierowaną przez Thierry'ego Gourmelena i jest zwycięzcą trzech europejskich projektów Erasmus+ mających na celu upowszechnianie dobrych praktyk poprzez sztukę choreograficzną. Te trzy projekty, które są obecnie w toku, Dance Highways, Viral Visions i IN.TO.DA.TE. mają przyczynić się do stworzenia silnej międzynarodowej sieci o różnych przestrzeniach działającej na scenie tańca współczesnego, w tym: La Fundición - Asociación Puertas Abiertas (Bilbao, Hiszpania); Dansearena nord (Trømso, Norwegia); Fundacja Rozwoju Teatru „NOWA FALA” (Warszawa, Polska); Theatre der Klänge (Düsseldorf, Niemcy); Body Architects (Wiedeń, Austria); Mala akademija umjetnosti (Ernestinovo, Chorwacja), co dało początek szkoleniom i prezentacji spektakli. Faktycznie w maju 2021 stowarzyszenie zorganizowało pierwszą edycję Festiwalu Dissidanza w Palermo, a w październiku 2022 drugą edycję, w której uczestniczyli artyści krajowi i zagraniczni zaangażowani w eksperymentalne i innowacyjne projekty performatywne, które dotyczyły tematów zanieczyszczenia środowiska i awangardowych technologii. Poprzez swoje produkcje zespół Zappulla DMN Company zrealizował kilka międzynarodowych projektów, w tym w 2016 roku współpracę z M.I.M. Kolektyw Arte Escenico z Meksyku, który dał początek rezydencji artystycznej i stworzeniu spektaklu dla 10 tancerzy Natural Landscapes reprezentowanych w TMO w Palermo i w Teatrze Tańca w Meksyku.

Zespół wziął także udział w edycjach 2019 i 2020 festiwalu Dance Cités w Carcassonne, platformie choreograficznej Rencontres mouvementées w Tuluzie w grudniu 2020, festiwalu Dissidanse w Ajaccio we wrześniu 2021 oraz festiwalu U:New w Warszawie w grudniu 2021 oraz wrzesień 2022 r.

Stowarzyszenie angażuje się również w szkolenia dla profesjonalistów i amatorów poprzez cotygodniowe kursy i warsztaty z choreografem Giovannim Zappullą i Zappulla DMN Company, a także współpracuje z artystami krajowymi i międzynarodowymi, w tym Damiano Bigi, Patrice Usseglio, Marina Rocco, Michèle Etori, Fabien Delisle, kontynuując jednocześnie propagowanie metody Danza Movimento Naturale, która stanowi innowację w wachlarzu szkoleniowym tancerza.



Co-funded by
the European Union

Warsaw | Palermo

In.To.Da.Te.

Innovative tools for
DANCE TEACHERS

BADANIA/METODA/ESTETYKA L'ESPACE DANCE

METODA „DANZA MOVIMENTO NATURALE”.

Metoda Danza Movimento Naturale (DMN) została stworzona w 2005 roku przez Giovanniego Zappullę, choreografa, tancerza i dyrektora artystycznego centrum choreograficznego L'espace.

Długi pobyt we Francji – w Narodowym Konserwatorium Muzyki i Tańca w Boulogne Billancourt oraz w Ridc (Rencontres Internationales de danse contemporaine) – odcinął silne piętno na artyście, co popchnęło go do pogłębienia ścieżki obranej już przez tancerkę Isadorę Duncan (1877-1827).

ŚLADAMI ISADORY DUNCAN: GENIUSZ BUNTOWNICZKI I JEJ „RUCH WEWNĘTRZNY”

Isadora Duncan była genialną buntowniczką, istotną osobowością w historii tańca właśnie dlatego, że nie miała z góry ugruntowanego wykształcenia akademickiego, a także dlatego, że zawsze miała odwagę odkrywać granice tańca.

Taniec Naturalnego Ruchu - Danza Movimento Naturale rozpoczyna się zatem od dogłębnego przestudiowania technik Duncan, pierwszej artystki, która stworzyła teorię kategorii ruchu wewnętrznego.

„Moglibyśmy zdefiniować to jako ruch, który ostatecznie rozwiązuje rozdwojenie między duchem a ciałem. Dychotomia – wskazuje Zappulla – narzucona jako nadbudowa, ale o której Grecy nie wiedzieli: w teatrze byli muzykami, aktorami i tancerzami. W ten sam sposób ruch wewnętrzny zaczyna się w duszy, promieniuje do kości i głębokich mięśni, do umysłu i ciała: jest to siła, z której nie korzystaliśmy od wieków”.

ZWIĄZEK Z DYSCYPLINAMI ORIENTALNYMI

Metoda DMN – stworzona we współpracy z choreografką i tancerką Annachiara Trigili – rozwinęła się w wyniku merytorycznego połączenia tańca współczesnego z muzyką oraz ze spotkania z Taijiquan Chen i Qigong, dyscyplinami, w których odnajdujemy koncepcję ruchu wewnętrznego, zgodną z naturą ludzką w jej aspektach biomechanicznych, energetycznych i psychicznych.

„Nic dziwnego, że zachodnia myśl i techniki spotykają się ze wschodnimi, tak jak umysł i ciało powracają do dialogu dzięki metodzie Danza Movimento Naturale” – zauważa Zappulla –

„ponieważ ciało ludzkie jest postrzegane jako instrument orkiestrowy. Ma ono tę samą harmonię, którą odnajdujemy w obrazach tańczących postaci greckich, tę samą harmonię, której Isadora szukała w muzeach, aby sprowadzić ją z powrotem do teatru: naturalnego miejsca tej harmonii”.

SYCYLIA, ZAGRANICA, PRZESZŁOŚĆ I PRZYSZŁOŚĆ

Metoda DMN, która została już przedstawiona za granicą, od Francji po Meksyk, poprzez warsztaty i spektakle, w których ciało tancerza nie jest już uważane za przedmiot nieodwracalnie zniszczony w hołdzie estetyce ruchu, ale za ośrodek siły i dobrego samopoczucia.

W ten sposób tancerz staje się silny poprzez sam taniec. A taniec znów staje się naturalny, niezwykle bogaty; ciała mogą wykraczać daleko poza kwestie techniki i stylu, ruch ma swoją własną prawdę.

„Jednocześnie” – kontynuuje choreograf – „badania, które prowadzę, mogły mieć swój początek jedynie na Sycylii. Zespół, którym kieruję, mógł powstać jedynie w kraju o ogromnym dziedzictwie różnych kultur, posiadającym mocne strony i możliwości znalezienia punktu spotkania. Współczesność w ewolucyjnej ciągłości z przeszłością, w której umysł i ciało zjednoczyły się w jedną harmonię. Naszym zadaniem jest odnaleźć to na nowo. Tylko wtedy tancerz zda sobie sprawę, że ma w sobie muzykę napisaną specjalnie dla niego, a on może jedynie tego słuchać i dzielić się tym z innymi”.

PYTANIA, OD KTÓRYCH WARTO ZACZAĆ

Nieco ponad sto lat temu taniec współczesny zaczął na nowo dawać ciału możliwość skonstruowania swojej naturalnej historii, wyrażenia swojego podstawowego ruchu zgodnie z wewnętrzną równowagą. W metodzie DMN organizm uczy się słuchać tych praw.

„Musimy zacząć – mówi Giovanni Zappulla – od kilku pytań: czy pozwalamy naszemu ciału wyrażać swój własny rytm? Jak możemy podążać za jego naturalnymi mechanizmami, aby naprawdę poruszać się, niezależnie od efektu, jaki ma zostać wywołany, czy rezultatu, który ma zostać osiągnięty? Jak możemy poruszać się powoli lub szybko, nie narzucając nam sztucznego funkcjonowania? Jeśli postęp technologiczny pomógł zawęzić czasoprzestrzeń, w której w sposób bulimiczny zdobywamy informacje, co z indywidualną czasoprzestrzenią?”



GIOVANNI ZAPPULLA

Tancerz i choreograf, ukończył Narodowe Konserwatorium Muzyki i Tańca w Boulogne Billancourt (Paryż), a w czerwcu 1999 roku uzyskał dyplom francuski w R.I.D.C. (rencontres Internationales de danse contemporaine założone przez Françoise i Dominique Dupuy i kierowane przez Brigitte Hyon) co dało mu dyplom nauczyciela tańca współczesnego. Jest także nauczycielem Qigong FISTQ (Włoska Federacja Szkół Tuina i Qigong); Instruktor II stopnia metody Taijiquan Chen i uczniem Mistrza Wang Hai Jun (12 pokolenie tej metody).

Tańczył w różnych francuskich zespołach, m.in. Gigi Caciuleanu i Ruxandra Racovitza oraz w Centrum Choreograficznym Vallée D'Or kierowanym przez Serge'a Keutena, gdzie organizował także warsztaty choreograficzne dla dzieci i młodzieży.

W 1998 założył w Paryżu zespół Arteos Company, a w 2001 powrócił do Palermo, aby wystawić spektakl "Coin café" w Cantieri Culturali alla Zisa w Palermo. W 2006 roku stworzył Centrum Choreograficznego L'espace, gdzie odpowiada za kierownictwo artystyczne i pedagogiczne (info@lespacepalermo.it) oraz zespół taneczny l'espace, z którym tworzy spektakle "Lezioni di Volo", "L'Aviateur", "Coming Soon" i "Tech no-trush", ten ostatni to spektakl dotyczący tematu recyklingu i energii odnawialnych, który był prezentowany w ramach festiwalu Energie Alternative.

W 2015 roku założył zespół Zappulla DMN Company, który działa na rzecz upowszechniania tańca współczesnego na poziomie lokalnym, krajowym i międzynarodowym. Siedziba zespołu mieści się w Centrum Xinergie w Palermo, gdzie odbywają się różne wydarzenia kulturalne: taniec współczesny, improwizacja kontaktowa, teatr i muzyka, styl Qigong i Taijiquan Chen. To, co daje zaangażowanie zespołu, to pasja do tańca, poprzez produkcje choreograficzne i działania edukacyjne na wysokim poziomie w oparciu o innowacyjną metodę Danza Movimento Naturale. Metoda ta została opracowana przez Giovanniego Zappullę i stanowi możliwość włączania do współczesnego świata choreografii; opiera się na holistycznej wizji jednostki i czerpie z orientalnej wiedzy Taijiquan i Qigong, pracując nad wieloma aspektami człowieka, aby obudzić jego potencjał, przywrócić fizyczne i emocjonalne połączenia w celu uzyskania silnie wyrazistego rezultatu performatywnego w postaci spektakli tanecznych.

Owoce pracy metody można zobaczyć w spektaklach, które prezentuje od 2016 roku: Apollo and Daphne, Memories from the future and Natural Landscape, który powstał w międzynarodowej współpracy z M.I.M. Kolektyw Arte Escenico (Meksyk), Instituto Nacional de Bellas Artes w Meksyku i Secretaria de Cultura w Meksyku. Od 2017 roku pełni funkcję menadżera wojewódzkiego CSEN dla sektora DANCE. Obecnie jest zaangażowany w promocję spektaklu Wunderkammer i tworzenie miłości Love You-man 's love. Ponadto jego zespół realizuje europejskie projekty Dance Highways i Viral Visions mające na celu stworzenie międzynarodowej sieci badawczej kultury choreograficznej, dzięki czemu powstał festiwal Dissidanza 2021 we współpracy dwóch stowarzyszeń L'espace i Quarto tempo oraz przy współpracy z francuskimi, niemieckimi i hiszpańskimi instytucjami kultury oraz gminą Palermo.



Co-funded by
the European Union

Warsaw | Palermo

In.To.Da.Te.

Innovative tools for
DANCE TEACHERS

ANNACHIARA TRIGILI

Annachiara Trigili (Palermo 19.07.1983) ukończyła studia w dziedzinie nauk i technologii w zakresie sztuk performatywnych ze specjalizacją w muzykologii i sztukach performatywnych na Uniwersytecie w Palermo.

Jest wykwalifikowaną instruktorką Qigong FISTQ (Włoska Federacja Szkół Qigong i Tuina), a także instruktorką Taijiquan w stylu Chen i uczennicą Mistrza Wang Hai Jun (metoda 12. pokolenia). Rozpoczęła naukę tańca klasycznego i współczesnego w Palermo i brała udział w licznych warsztatach krajowych i międzynarodowych: Bruce Taylor, Wayne Byars, Brigitte Hyon, Marina Rocco, Gigi Caciuleanu, Sasha Stepkine, Andrè La Fonta, Keiko Saintorant, Sophie Chadeffaux, Sarah Reina, Patrice Usseglio, Giusy Di Giugno, Damiano Bigi. Jest współzałożycielką centrum l'Espace, Uczestniczyła w szkoleniu z zakresu analizy ruchu pod okiem Betty Lo Sciuto. Wraz z Giovannim Zappullą współpracowała przy badaniach i tworzeniu metody Danza Movimento Naturale. W kwietniu 2004 wystąpiła podczas wieczoru Lezioni di volo zorganizowanego w Cantieri Culturali alla Zisa (Palermo). Obecnie jest nauczycielką tańca współczesnego w centrum Xinergie, projekcie zrodzonym ze współpracy L'espace ASDC i Quarto Tempo ASDC oraz współreżyserką i tancerką w zespole Zappulla DMN kierowanym przez Giovanniego Zappulla, z którym zadebiutowała w Palermo w grudniu 2006 w spektaklu Coming Soon. Brała udział w kreacjach Tech no Trash, Jubilation, Apollo e Dafne, Natural Landscapes i Wunderkammer. Obecnie jest zaangażowana w tworzenie spektaklu Love (H) U man's Love.

ROBERTA D'IGNOTI

Absolwentka literatury, muzyki i sztuk performatywnych ze specjalizacją w muzykologii i sztuk performatywnych na Uniwersytecie w Palermo. Zaczęła tańczyć w wieku siedmiu lat jazz i taniec nowoczesny, następnie taniec klasyczny i współczesny w Centrum Choreograficznym L'espace pod okiem Giovanniego Zappulli i Annachiarę Trigili. Podczas studiów brała udział w szkoleniach z tańca klasycznego i współczesnego w CND w Paryżu pod okiem różnych mistrzów, uczestnicząc w projekcie bliźniaczym pomiędzy L'espace i CND koordynowanym przez Marinę Rocco i Giovanniego Zappullę. Brała udział w stażu tańca współczesnego u Mariny Rocco (Kierownik IPRC CND w Paryżu) w 2013 roku oraz w projekcie „Dance, space and Architecture” prowadzonym przez Damiano Ottavio Bigi, tancerza zespołu Piny Bausch. W 2014 roku brała także udział w cyklu studiów współczesnej techniki i choreografii „Unitanz” w Lecce, którego kuratorem był Folkwang Universität w Essen pod kierunkiem takich pedagogów jak Malou Airaudo, Giorgia Maddamma, Rodolpho Leoni, Susanne Linke i Stephan Arndt. Od kilku lat uczestniczy w szkoleniach metody „Danza Movimento Naturale” pod okiem Giovanniego Zappulli, a obecnie jest tancerką w centrum choreograficznego L'espace. Uprawia Taijiquan w stylu Chen i Zhineng Qigong. Tańczyła dla zespołu L'espace: „Tech no-trush”, „Memories from the future”, „Natural Landscapes” w Teatro Mediterraneo Occupato (Palermo) i Teatro de la Danza (Meksyk), „Sul sentimento”, „Memories from the future”, „Wunderkammer” i „Love (H) U man's Love”.

ROBERTA XAFIS

Ukończyła studia z zakresu medycyny i chirurgii na Uniwersytecie w Palermo. Już jako dziecko pasjonowała się sztuką, ucząc się przez osiem lat gry na skrzypcach i fortepianie w Conservatorio V. Belliniego w Palermo. Praktykowała także balet przez pięć lat. W wieku 20 lat rozpoczęła kurs baletu i tańca współczesnego w Centrum Choreograficznym L'espace, kierowanym przez Giovanniego Zappullę i Annachiarę Trigili. W czasie studiów brała udział w kilku warsztatach tanecznych m.in. tańca współczesnego z Mariną Rocco (dyrektorką wydziału pedagogiki tańca CND w Paryżu) w 2013 roku. Brała też udział w warsztatach „Dance, Space and Architecture” prowadzonych przez Damiano Bigi, tancerza z zespołu Piny Bausch. Company w 2013 roku. Brała także udział w nauce tańca klasycznego i współczesnego w CND w Paryżu z różnymi nauczycielami w ramach partnerstwa pomiędzy L'Espace i CND koordynowanego przez Marinę Rocco i Giovanniego Zappullę w 2014 roku. W 2014 roku odbyła dwuletnie szkolenie oparte na metodzie Danza Movimento Naturale, podczas którego była tancerką stażystką w zespole L'espace, a po jej zakończeniu została pełnoprawnym członkiem. Do swojego treningu włączyła praktykę stylu Taijiquan Chen i Zhineng Qigong, które praktykuje do dziś. Od 2015 roku została pełnoprawnym członkiem zespołu, uczestnicząc jako tancerka w inscenizacjach „Tech no Trash” w zamku Salemi (Sycylia), „Memories from the future” w Teatro Finocchiaro i Teatro Mediterraneo Occupato (Palermo) oraz „Memories from the future” w Teatro Finocchiaro i Teatro Mediterraneo Occupato (Palermo) oraz „Natural Landscapes” w Teatro Mediterraneo Occupato (Palermo) i Teatro de la Danza (Meksyk); Wunderkammer i Love (H) U man's Love.

ANTONI BOLLITO

Tancerz, akrobata, breakdancer, zajmuje się śpiewem, muzyką i pisaniem. Praktykuje taniec współczesny. Jest absolwentem Training Experience Fritza Zamy'ego oraz kursu doskonalenia Human Bodies w Art Garage (Pozzuoli), centrum sztuki kierowanym przez Emme Ciancji, uznanym przez Ministerstwo Kultury. W 2022 roku dołączył do zespołu Zappulla DMN Company po intensywnych warsztatach w ramach projektu IN.TO.DA.TE.

Początkowo zrealizował nową wersję spektaklu WUNDERKAMMER, a następnie jako wykonawca nowego dzieła w choreografii Giovanni'ego Zappuli Love (H)U-man's Love.

DWA ZESPOŁY TANECZNE

Fundacja Rozwoju Teatru 'NOWA FALA' / HOTELOKO

Fundacja Rozwoju Teatru „NOWA FALA” jest organizacją pozarządową założoną w 2009 roku w Warszawie przez Agatę Życzkowską. Fundacja produkuje spektakle taneczne i realizuje wydarzenia taneczne. Celem Fundacji jest promocja i integracja artystów związanych z tańcem współczesnym i teatrem eksperymentalnym. Fundacja NOWA FALA skupia się na wymianie doświadczeń pomiędzy polskimi artystami tańca a takimi artystami z Europy i świata. Organizacja prowadzi także warsztaty i projekty dla młodzieży oraz współpracuje z kilkoma instytucjami kulturalnymi w Warszawie. W ramach fundacji (od 2011 roku) działa kolektyw taneczny HOTELOKO movement makers. Kolektyw ten porusza się głównie w obszarze nowej choreografii i eksperymentów tanecznych.

Agata Życzkowska współpracuje z Mirkiem Woźniakiem, Kariną Szutki i Maćkiem Feligą. Artystka tworzy projekty artystyczne, edukacyjne i społeczne poruszające takie tematy jak wspólnota, wolność, tolerancja, ekologia, zrównoważony rozwój, prawa człowieka, edukacja i miasto. Kolektyw ma na swoim koncie kilka spektakli prezentowanych na festiwalach w Polsce i za granicą - Mandala Performance Festival/Wrocław, Festival Kalejdoskop/Białystok, Festival Localize/Potsdam, Festival Quartiers Danses/Montreal, Festival Dances-Cités/Carcassonne, Festival Internazionale Dissidanza/Palermo), Festiwal Lekuz Leku Bilbao.

Fundacja działa na warszawskim rynku od 2009 r. i od początku współpracuje z zagranicznymi partnerami. Zrealizowała m.in. projekty „Turista” we współpracy z Teatrem Dramatycznym w ramach Festiwalu Warszawa Centralna Migracje w koncepcji niemieckiego artysty Thomasa Harzema (2010), "Pracownia Ludica" (2011) w koncepcji argentyńskiej artystki Solange Bonfil prezentowany w Madrycie w Enczima Teatro, "frau/mujer/femme" we współpracy z hiszpańskim artystą Alfredo Bautistą i niemiecką artystką Ellen Gronwald prezentowany w Berlinie w Tatwerk (2017). W latach 2020-2022 Fundacja zrealizowała projekt "Dance Highways" we współpracy z partnerami z Francji, Niemiec, Hiszpanii, Włoch i Norwegii realizowany w ramach edukacji dorosłych w programie "Erasmus+" (partnerzy: La Galerie Chorégraphique - Carcassonne-Francja, Dansearena nord/ Tromsø-Norwegia, Theater der Klänge/ Düsseldorf-Niemcy, L'ESPACE ASDC/Palermo-Włochy, La Fundición - Asociación Puertas Abiertas/Bilbao-Hiszpania). W ramach tej współpracy w 2021 r. fundacja zrealizowała pilotażową edycję międzynarodowego festiwalu U:NEW. W latach 2021-2023 r. fundacja zrealizowała projekt "Viral Visions-deconstructing art immunity" we współpracy z partnerami z Francji, Niemiec, Włoch, Chorwacji i Austrii La Galerie Chorégraphique - Carcassonne-Francja, Theater der Klänge/ Düsseldorf-Niemcy, L'ESPACE ASDC/Palermo-Włochy, Body Architects / Wiedeń-Austria, Mala Akademia / Ernestinovo-Chorwacja w ramach programu Erasmus+. Dzięki temu projektowi zrealizowała drugą edycję festiwalu U:NEW w roku 2022. W latach 2022-2023 fundacja zrealizowała projekt "In.To.Da.TE.-Innovative Tools for Dance Teachers" we współpracy z partnerem z L'ESPACE ASDC/Palermo-Włochy.



Warsaw | Palermo

In.To.Da.Te.
Innovative tools for
DANCE TEACHERS



Fundacja Rozwoju Teatru 'NOWA FALA' zrealizowała ponad 40 projektów kulturalnych w ramach dotacji Biura Kultury m. st. Warszawy, Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego, Narodowego Instytutu Muzyki i Tańca, Instytutu Adama Mickiewicza, Narodowego Centrum Kultury, Instytutu Książki oraz dotacji europejskich: Komisja Europejska, Fundacja Współpracy Polsko-Niemieckiej, Ambasada Republiki Federalnej Niemiec w Warszawie, Austriackie Forum Kultury, Instytut Cervantesa.

Fundacja NOWA FALA od 4 lat prowadzi jako lider Centrum Sztuki Tańca w Warszawie (CST), projekt artystyczno-edukacyjny (2016-2019), współpracując z 24 organizacjami pozarządowymi, dzięki czemu posiada doświadczenie w realizacji projektów z zakresu: taniec współczesny z wieloma partnerami. Był to jeden z największych projektów demokratycznych w historii warszawskiego tańca współczesnego. Projekt zgromadził ponad 10 500 beneficjentów, w tym ponad 5 400 widzów spektakli. Organizacja posiada bogate doświadczenie w zarządzaniu budżetami i produkcji różnorodnych działań z zakresu tańca: spektakli, warsztatów, tańca wideo.

Fundacja NOWA FALA wspiera warszawskich artystów i artystki tańca, szczególnie młodych i debiutujących. Fundacja zrealizowała 5 edycji wydarzenia NOC TAŃCA w latach 2019-2023. Wieczory mają na celu prezentację spektakli tanecznych, wideo, ekstraktów ze spektakli wielu różnych artystów i artystek tańca w różnych formach: taniec współczesny, modal underground, improwizacja strukturalna, nowy taniec, choreografia eksperymentalna, constant movement, florwork, performans, improwizacja taneczna. W 2019 r. było to 20 twórców i twórczyń, 7 prezentacji choreografii, w tym dwa spektakle kolektywu HOTELOKO movement makers. W 2020 r. odbyły się dwa wieczory, gdzie w sumie zaprezentowano 19 prac 28 artystów i artystek, w tym filmy wideo, które powstały podczas wiosennego lockdownu pandemii 2020 r. W 2021 r. były to dwa wieczory: 42 artystów i artystek, 7 spektakli i etiud choreograficznych oraz 10 filmów video dance W 2022 r. było to 30 artystów i artystek w jednym wieczorze - 5 spektakli i choreografii oraz 3 filmy video dance. W 2023 roku było to 19 artystek i artystów tańca, 6 etiud choreograficznych i 3 filmy video dance.



Co-funded by
the European Union

Warsaw | Palermo

In.To.Da.Te.
Innovative tools for
DANCE TEACHERS

Z inicjatywy choreografki i kuratorki tańca, Agaty Życzkowskiej, w 2021 roku w Warszawie powstał U:NEW Dance Wave Festival. Fundacja 'NOWA FALA' zrealizowała 3 edycje festiwalu tańca współczesnego w Warszawie: U:NEW Dance Wave Festival (przez pierwsze dwa lata nazwa festiwalu International Movement Festival U:NEW). Pierwsza pilotażowa edycja festiwalu U:NEW odbyła się w Centrum Promocji Kultury Praga-Południe, w Instytucie Teatralnym im. Z. Raszewskiego oraz w Teatrze BAZA w grudniu 2021, mimo trwającej pandemii, druga edycja w październiku 2022 w Centrum Promocji Kultury, Instytucie Teatralnym oraz w Terminalu Kultury Gocław, trzecia edycja na przełomie września i października 2023 w Centrum Promocji Kultury, Instytucie Teatralnym im. Z. Raszewskiego oraz Ośrodka Kultury Ochoty OKO. Podczas tych trzech lat zorganizowano 14 wieczorów, gdzie zaprezentowano 36 spektakli i prac choreograficznych oraz 16 filmów wideo we współpracy z artystami i artystami z Polski, Francji, Niemiec, Hiszpanii, Włoch, Ukrainy, USA, Meksyku, Austrii, Węgier i Słowacji. Ponadto w ramach festiwalu odbyły się warsztaty taneczne oraz spotkania z publicznością. Festiwal został zauważony przez warszawskie środowisko i został wpisany na stałe na mapę kulturalną stolicy.

Fundacja współpracuje z warszawskimi szkołami i gimnazjami oraz młodzieżowymi ośrodkami wychowawczymi i socjoterapeutycznymi w ramach projektów artystycznych, edukacyjnych i animacyjnych: projekty „nowe wyzwolenie” – współpraca z Młodzieżowym Centrum Wychowawczym w ramach grantu Narodowego Centrum Kultury we współpracy z Centrum Promocji Kultury (2015) lub projekt „Rzecz o wolności” realizowany we współpracy z Młodzieżowym Ośrodkiem Wychowawczym nr 4 w Warszawie i Młodzieżowym Ośrodkiem Socjoterapii nr 2 w Warszawie, Liceum Ogólnokształcące im. ich. J. Słowackiego w Warszawie w ramach grantu Biura Kultury m.st. Warszawy (2016). Produkcja w 2018 roku dwóch spektakli „Darklena” i „Insta Show” była częścią edukacji młodych ludzi w zakresie tańca współczesnego. W 2019 roku spektakle te prezentowane były w Warszawie i Polsce, a w 2020 roku były zapraszane na festiwale w Polsce.

Do głównych działań Fundacji, zgodnie ze statutem, należy: praca nad projektami, w których artyści będą poszukiwać nowego języka w tańcu i teatrze poprzez samokształcenie, samodoskonalenie i traktowanie sztuki jako drogi indywidualnego rozwoju twórczego; prezentacja spektakli tanecznych w Polsce, m.in. w Warszawie i za granicą, prezentująca efekty poszukiwań artystów; współpraca z artystami z różnych środowisk twórczych działających w Polsce, w tym m.in. w Warszawie i za granicą; realizacja projektów artystycznych z artystami z Europy i świata; współpraca i wymiana międzykulturowa, organizacja projektów tanecznych, w tym działań edukacyjnych skierowanych do dzieci i młodzieży.

<http://fundacjarozejuteatru.pl/pl/>



Foto: Marta Ankiersztejn

WORKING IDEA I METODOLOGIA

Kolektyw HOTELOKO movement makers powstał z inicjatywy Agaty Życzkowskiej. W jej twórczości najważniejsza jest choreografia konceptualna. Ruch eksplorowany jest poprzez możliwości performerów w kontekście konkretnego pomysłu. Może to być także ruch przedmiotów, ruch artystów w kierunku publiczności lub ruch w przestrzeni site-specific, innej niż scena teatralna. Niektóre prace rozwijają ideę no-dance w twórczości choreograficznej. Taniec współczesny, w którym najważniejsza jest choreografia konceptualna nie kładzie nacisku na opowiadanie historii i zrywa z tradycyjnym pojęciem współczesnego teatru tańca. W nowym tańcu, który wykorzystuje HOTELOKO, ważne staje się wrażenie, jakie wywołuje na publiczności. Widzowie mogą zadać sobie pytania: jaki to rodzaj ruchu i co ten ruch nam mówi, jak performerzy funkcjonują w danym miejscu, w jakie wchodzi interakcje z przestrzenią i publicznością. Jeśli istnieją historie werbalne, dźwiękowe lub muzyczne, nie są one linearne. Dramaturgia ułożona jest na zasadzie ciągu obrazów, co ma pobudzić widza do przeżycia własnych emocji związanych z takim układem ruchu. Nowy taniec jest eksperymentem, ponieważ ma otwartą formę.

Nowa choreografia, z której korzysta kolektyw HOTELOKO, ma charakter interdyscyplinarny – wykorzystuje narzędzia innych dyscyplin artystycznych. Twórcy sięgają po rozwiązania z kręgu fitnessu, medytacji, estetyki rave, improwizacji czy praktyk mindfulness. Wykorzystują także projekcje multimedialne.

W warstwie dramatycznej artyści nawiązują do współczesnej filozofii, teorii kultury, zagadnień tożsamości i zjawisk historycznych, z drugiej strony czerpiąc z ikonografii popkulturowej i bogactwa inspiracji internetowych. Wpisują się w ten sposób w obecną refleksję nad rzeczywistością, gdzie ruch staje się językiem służącym do wyrażania refleksji nad konkretnym problemem.

Bardzo ważny w pracy kolektywu twórców ruchu HOTELOKO jest także horyzontalny sposób pracy, w którym członkowie działają demokratycznie i w którym nie ma miejsca na nadużycia władzy.

W działaniach edukacyjnych ważne jest nawiązanie kontaktu pomiędzy członkami całej grupy poprzez pracę nad uważnością i wrażliwością na drugiego człowieka. Szacunek do ciała bez względu na jego wiek, wagę czy kolor jest podstawą pracy. Każde ciało może być w ruchu, dlatego warsztaty i spotkania są przeznaczone zarówno dla młodych, dorosłych, jak i seniorów. Praca z wyobraźnią poprzez improwizację ruchową i głosową na zadany temat to także jedna z metod w pracy pedagogicznej. W metodologii nie ma miejsca na ocenę, miejsca na segregowanie, miejsca na wartościowanie osób na te, które są bardziej sprawne ruchowo, od tych które są według powszechnych norm mniej sprawne. To nie tu jest środek ciężkości. Znajduje się on w umyśle, z którego wynika każdy nasz najmniejszy ruch. Dlatego praca z osobami, które nie mają doświadczenia tanecznego, jest równie ważna, jak z osobami wykształconymi na klasycznych tancerzy czy tancerzy tańca współczesnego. W pracy priorytetowe jest danie prostych narzędzi, które są w stanie uruchomić najbardziej skrytą ruchowo i niepewną osobę, które każdemu na inny sposób otworzą świat do ruchu. Jednym z przykładów może być animowanie przedmiotów, które znacznie ułatwia uruchomienie ciała. Kiedy osoba zamknięta ruchowo nie skupia się na swoim ciele, ale ma zadanie poruszania przedmiotem, wtedy pojawia się ruch autentyczny. Często napięcie przenosi się z części ciała w przedmiot. Uruchomienie przedmiotu uwalnia te napięcia.

Kolektyw HOTELOKO movement makers wypracował swój własny język, nieco freakowy styl taneczny stawiający na różnorodność wynikającą z odmiennych korzeni artystów. Agata Życzkowska pracuje głównie na wątkach tożsamościowych z wykorzystaniem ruchu autentycznego i ruchu codziennego, metod interaktywnych, pracy na zespół, emocji i refleksji oraz multimedialności. W jej świecie królują cekiny, które pojawiają się w każdym spektaklu. Lśnienie jest zamierzonym obrazem, a definiuje je zdanie: „Mieszkam w cekinowej kuli”. Mirek Woźniak sam definiuje się jako artysta działający na pograniczu różnych dziedzin sztuki. Tworzy kreacje sceniczne na styku tańca, śpiewu i aktorstwa. Opiera się o techniki improwizacji flying low, animal movement, contact improvisation, ale również bazuje na swojej autorskiej metodzie permanentnego przepływu, którą nazywa „liquid spirit”. Karina Szutko posługuje się różnorodnymi technikami tańca współczesnego, czerpiąc inspirację zarówno z improwizacji kontaktowej, jak i integrując elementy technik tańca latynoamerykańskiego czy poppingu. Jej działanie jest intuicyjne, a choreografię konstruuje poprzez improwizację, skupiając się na kontakcie z partnerem. Maciej Feliga korzysta z klasycznych technik tańca współczesnego, kładąc nacisk na uważność, ekspresję i aktywne zaangażowanie. Poprzez impulsywne i mocne choreografie wnika w istotę tematów ważnych dla młodego pokolenia, które wyraża poprzez ruch. Pracuje z improwizacją i partneringiem, które są częścią procesu twórczego.

Kolektyw HOTELOKO movement makers tworzy spektakle, które dotykają rzeczywistości. Dramaturgia inspirowana jest współczesnym światem w Polsce, Europie i na świecie. Cechą charakterystyczną twórczości kolektywu jest nieprzewidywalność i zaangażowanie widzów w spektakle. W wielu scenach to publiczność performatywnie współtworzy świat wraz z artystami. Główną ideą jest zatarcie granicy pomiędzy widzami a wykonawcami, odwrócenie ról i zabawa oczekiwaniami.

Dlaczego HOTELOKO? Ponieważ kolektyw z założenia nie ma swojej stałej siedziby i jest otwarty na podróż, ciągle przemieszczanie się (HOTEL), a także stawia na szaleństwo (hiszp. loco - czytaj loko -szalony) oraz zwraca uwagę na zapisane w oku doświadczenie i szczerść (OKO).

Dlaczego movement makers? Ponieważ głównym narzędziem opowiadania jest ruch, chociaż kolektyw śmiało wplata w swoje spektakle również słowa, obraz i muzykę. Wytwarzanie ruchu i dopracowana struktura choreograficzna dramaturgii są jednak zawsze wiodące.



Foto: Marta Ankiersztejn



Co-funded by
the European Union

Warsaw | Palermo

In.To.Da.Te.
Innovative tools for
DANCE TEACHERS

KOLEKTYW

AGATA ŻYCKOWSKA

Choreografka, dramaturżka, aktorka, kuratorka tańca, producentka, menadżerka. Absolwentka Wydziału Aktorskiego Państwowej Wyższej Szkoły Filmowej, Telewizyjnej i Teatralnej w Łodzi (2001) i podyplomowych studiów Dyplomacja Kulturalna na Uniwersytecie Jagiellońskim (2021). Ponadto edukację taneczną i ruchową zdobywała pod okiem takich twórców jak: Nadia Kevan, Ray Chung, Maria Marta Colusi, Silje Solheim Johnsen, Michal Sayfan, Michael Getman. Jest prezeską Fundacji 'NOWA FALA' (od 2009) oraz członkinią Branżowej Komisji Dialogu Społecznego ds. Tańca oraz Branżowej Komisji Dialogu Społecznego ds. Kultury przy Biurze Kultury w Warszawie. Należy do stowarzyszenia Forum Środowisk Sztuki Tańca i do stowarzyszenia ZASP. Zrealizowała kilka edycji wieczorów Fala Tańca w Warszawie, w ramach których jako kuratorka tańca promowała debiutujące artystki i artystów tańca, a także wschodzące talenty i dojrzałe prace choreograficzne z Polski, Europy i świata. W 2021 roku powołała do życia nowy festiwal na mapie Warszawy: U:NEW Dance Wave Festival promujący w szczególności wymianę międzypokoleniową i tematykę związaną ze zrównoważonym rozwojem, ekologią. Jest popularyzatorką i ambasadorką dziedziny tańca współczesnego, w tym także nowej choreografii eksperymentalnej. Uczestniczyła jako kuratorka i artystka w wielu tanecznych festiwalach i wydarzeniach w Polsce i na świecie obserwując nowe zjawiska i trendy w tej sztuce m.in. Biennale Cinars (Montreal 2018), Festival Quartiers Danses (Montreal 2019), Włoska Platforma Tańca (Reggio Emilia/NID 2019), Festival Danses-Cités (Carcassonne/Francja 2020), Mandala Performance Festival (Wrocław 2021) internazionale tanzmesse nrw (Düsseldorf/Niemcy 2022). Była jedną z kuratorek programu spektakli w ramach projektu Centrum Sztuki Tańca w Warszawie oraz oceniała wnioski w komisjach konkursów organizowanych w Biurze Kultury w Warszawie. W ramach działań Fundacji 'NOWA FALA' zrealizowała ponad 40 projektów jako producentka, kuratorka, koordynatorka, menadżerka, specjalistka ds. wizerunku, komunikacji i promocji, pedagogożka oraz artystka. W latach 2003-2009 redaktor naczelna czasopisma społeczno-kulturalnego "RAZEM. Świat w naszych oczach". W latach 2011-2013 współpracowała z Fundacją Ciało/Umysł jako koordynatorka Festiwalu Ciało/Umysł i producentka oraz koordynatorka projektu Warszawska Scena Tańca. W latach 2013-2018 wiceprezeska stowarzyszenia Polski Ośrodek Międzynarodowego Instytut Teatralnego ITI. W latach 2016-2019 współorganizatorka, kuratorka oraz specjalista ds. wizerunku projektu „Centrum Sztuki Tańca w Warszawie”. Ponadto brała udział jako performerka w spektaklu „The SHOW MUST GO ON” chor. Jérôme Bel /Teatr Dramatyczny w Warszawie (2011), w projekcie „Family Affair” włoskiego kolektywu ZimmerFrei w ramach Warszawskiej Sceny Tańca (2015) oraz zrealizowała performans „Don't Stop Me Now” z okazji 20. Edycji Festiwalu Ciało/Umysł (2022). W ramach programu „Mobilni w Kulturze 2020” zrealizowała film „WoDA: Waterfall of Dance/Democratic/Dialog Actions”, który był prezentowany m.in. na Festiwalu Wezbranie we Wrocławiu w 2022 r., a także zrealizowała film podejmujący tematykę edukacji i zasady 4K (Komunikacja, Kreatywność, Kooperacja, Krytyczne myślenie) jako jedna z artystek projektu Festiwalu Ciało/Umysł „21 filmów na 21 wiek” (2020). W 2011 r. założyła Teatr HOTELOKO (obecnie kolektyw HOTELOKO movement makers), w ramach którego zrealizowała 16 spektakli, w których brała udział jako artystka, a także była producentką wszystkich produkcji. Obecnie współtworzy kolektyw z Mirkiem Woźniakiem, Kariną Szutko i Maćkiem Feligą. Spektakle w jej własnej koncepcji i reżyserii to "frau / muje/ femme" (2016), „Darklena" (2018), „frau blush" (2018), „Axiom od Choice" (2019), „EXTINCTION" (2021) i „Extinction: REplay" (2022), „SOLARPUNK" (2023) i „LUXA”.



Co-funded by
the European Union

Warsaw | Palermo

In.ToDa.Te.

Innovative tools for
DANCE TEACHERS

Jest autorką wszystkich dramaturgii do autorskich spektakli kolektywu HOTELOKO movement makers, a także tych zrealizowanych we współpracy z tancerką i choreografką, Magdaleną Przybysz, z którą współtworzyła kolektyw w latach 2016-2020 (#moiprzyjacieletanca-Moi przyjaciele tańczą", „Absolutely Fabulous Dancers", „Insta Show"). Współpracowała także m. in. z Wojciechem Grudzińskim („Darklena", „frau blush). Otrzymała nagrodę zespołową (wraz z Magdaleną Przybysz i Mirkiem Woźniakiem) za spektakl "Absolutely Fabulous Dancers" na Festiwalu Quartiers Danses w Montrealu (2019) oraz wspólnie z Mirkiem Woźniakiem Pierwszą Nagrodę za spektakl "Axiom of Choice" na Sopotkich Konsekwencjach Teatralnych (2020). Jej ostatni spektakl „LUXA” został wybrany w konkursie do Polskiej Platformy Tańca 2024. Stypendystka programu „Mobilni w Kulturze 2020 i 2021 oraz stypendystka m.st. Warszawy 2023.

Od kilku lat prowadzi edukację kulturalną młodzieży i dorosłych. W swojej pracy pedagogicznej łączy dziedziny sztuki: teatr, taniec, performans, wideo, muzykę, fotografię, literaturę, poezję i sztuki wizualne. Pracuje z młodymi ludźmi nad poszukiwaniem własnej tożsamości, a także ze wszystkimi osobami bez względu na wiek nad uważnością i dobrostanem psychicznym poprzez ruch. Interesuje się także sztuką ekologiczną, którą często wplata w swoją pracę pedagogiczną. Prowadzi cykl warsztatów i projektów, które kończą się końcową prezentacją dla publiczności m.in. “nowe wyzwolenie” i “Syrena herbem twym zwodnicza”.

Ponadto prowadziła warsztaty teatralno-taneczne w ramach projektu „Weekendy wokół herbaciarni” w Parku Rzeźby w Brudnie w Warszawie. Prowadziła także w Warszawie warsztaty taneczno-ruchowe połączone z teatrem fizycznym dla młodzieży „Pozytywna Alchemia” oraz autorskie warsztaty „ Ciało i Głos” w ramach Centrum Sztuki Tańca w Warszawie przy Mazowieckim Instytucie Kultury. Zrealizowała spektakl taneczny „Insta Show” w wykonaniu młodzieży w wieku 13-17 lat oraz warsztaty taneczne „Podaj taniec dalej” także skierowane do młodzieży

MIREK WOŹNIAK

Tancerz, wokalista, aktor muzyczny, choreograf i performer. Absolwent Warszawskiej Akademii Wychowania Fizycznego. Uczennica warsztatów polskich tancerzy i choreografów Barbary Sier-Janik, Ewy Głowackiej, Henryka Jeża, Iwony Olszowskiej. Mistrz Polski w tańcu sportowym i aerobiku sportowym, reprezentował Polskę na Mistrzostwach Świata w Helsinkach. Współzałożyciel kolektywu Kompania Primavera. Tancerz, wokalista i aktor Teatru Roma w Warszawie, wykonawca musicali w reżyserii Wojciecha Kępczyńskiego w choreografii Pauliny Andrzejewskiej. Wielokrotny uczestnik Międzynarodowego Festiwalu Baletowego w Miami. Tancerka solowa w „Dziadku do orzechów” w Margot Fonteyn Academy w Nowym Jorku (choreografia: Ken Ludden). Zaprojektował choreografię do innych spektakli, takich jak „Orpfheus i Euredice” oraz „Ziemia Niczyja”.

Od 2019 roku współpracuje z kolektywem twórców ruchu HOTELOKO w ramach działań Fundacji „NOWA FALA”. Otrzymał nagrodę zespołową za spektakl „Absolutnie fantastyczni tancerze” na festiwalu Quartiers Danses w Montrealu 2019 oraz I Nagrodę wraz z Agatą Życzkowską za spektakl „Axiom of Choice” na Festiwalu Konsekwencje w Sopocie. Od wielu lat kształci młodzież i dorosłych. Prowadzi warsztaty taneczne m.in. zajęcia z tańca współczesnego, improwizacji i ruchu scenicznego, mieszając różne techniki taneczne wykorzystywane w musicalu m.in. jazz, modern, funk. Współpracując z kolektywem HOTELOKO, jako tancerz i choreograf, opiera się na technikach niskiego latania, ruchu zwierząt i improwizacji kontaktowej, ale także na swojej autorskiej metodzie permanentnego przepływu, którą nazywa „płynnym duchem”.

KARINA SZUTKO

Tancerka, choreografka. Studentka Wydziału Kulturoznawstwa Uniwersytetu Warszawskiego. Uczestniczyła w czterech programach Erasmus+ „Dance Highways”, „Viral Visions-deconstructing art immunity”, Innovative Tools For Dance Teachers (In.To.Da.Te.) oraz „Contemporary Dance for Sustainability and Inclusion-CODASI”. Ponadto edukację taneczną zdobywała biorąc udział w warsztatach tańca współczesnego, które prowadziły Weronika Pelczyńska, Karolina Bartoń, Julia Adamczyk, Kamila Kwietniewska, Maria Colusi, Silje Solheim Johansen. Brała udział w projekcie „Family Affair” włoskiego kolektywu ZimmerFrei w ramach Warszawskiej Sceny Tańca prowadzonej przez Fundację Ciało/Umysł (2015). Uczestniczy w regularnych zajęciach zespołu New Folk, który prowadzi Anna Gilla-Małuj. W latach 2010-2022 była członkinią formacji tańca towarzyskiego MBB z Warszawy: jest mistrzynią Europy w kategorii Caribbean Show (Lyon 2017), mistrzynią świata w kategorii Latin Show (Sarajewo 2019) i mistrzynią Polski w Krajowych Mistrzostwach IDO (Ossa 2020 i Raszyn 2021). Dwukrotnie zdobyła pierwszą nagrodę w konkursach tańca współczesnego i jazz/modern Solove 2020 i Solove 2021 w Pałacu Młodzieży w Warszawie. Od 2018 r. współtworzy kolektyw HOTELOKO movement makers. Brała udział w spektaklu „Insta Show” (2018) w ramach projektu Centrum Sztuki Tańca w Warszawie w koncepcji i choreografii Magdaleny Przybysz i reżyserii Agaty Życzkowskiej, który był wybrany do programu Narodowego Instytutu Muzyki i Tańca „Scena dla tańca 2019”. Była uczestniczką warsztatów „Podaj dalej taniec”, które prowadzili Dawid Żakowski, Ewelina Sobieraj i Agata Życzkowska (2019). Zrealizowała wspólnie z Agatą Życzkowską muzykę do spektaklu „EXTINCTION” w wykonaniu kolektywu HOTELOKO movement makers (2021). W 2022 roku wzięła udział w nowej wersji spektaklu „Extinction: REplay”, a w 2023 w spektaklach „Solarpunk” i „LUXA”. Jest autorką logo HOTELOKO movement makers i logo do projektu Viral Visions.
<https://www.instagram.com/karin.shot.art/>

MACIEJ FELIGA

tancerz, performer, aktor. Od młodego wieku tańczył klasykę, taniec współczesny i taniec turniejowy w różnych stylach tanecznych. Uczęszczał do Studia Teatralnego w Teatrze BAZA prowadzonego przez Tomasza Zadróznego. Od 2023 roku należy do kolektywu HOTELOKO movement makers, z którym zrealizował spektakl „SOLARPUNK” w koncepcji i choreografii Agaty Życzkowskiej, prezentowany podczas U:NEW Dance Wave Festival w Warszawie oraz na festiwalu Festival Internazionale Dissidanza w Palermo (2023). W roku 2022 rozpoczął współpracę ze Stowarzyszeniem Sztuka Nowa, gdzie zrealizował spektakl „Hamlet.motion”, który w roku 2023 przekształcił się w spektakl „Hamlet w ruchu”. Interesuje się również mediami społecznościowymi i marketingiem, a prywatnie podróżuje i realizuje swoje pasje takie, jak np. kostiumografia.
https://www.instagram.com/feliga_maciej_official/

ADRIANA LIWARA

Producent, kulturoznawca. Absolwentka Kulturoznawstwa o specjalizacji kultura i media na Uniwersytecie Adama Mickiewicza w Poznaniu. Doświadczenie w pracy nad projektami kulturalnymi zdobywała będąc aktywnym członkiem Niezależnego Zrzeszenia Studentów na Uniwersytecie Warszawskim (projekt Prawie Kino i Teatr od kuchni), pracując w Muzeum Łazienki Królewskie w Warszawie oraz w Teatrze im. Króla Jana III Muzeum Pałacowe w Wilanowie/Warszawa. Rozpoczęła współpracę z Fundacją „NOWA FALA” przy Centrum Sztuki Tańca w Warszawie – odpowiedzialną za koordynację wydarzeń i wsparcie promocyjne w latach 2018-2019. Była także koordynatorką innych projektów fundacji – Dance Night w latach 2019-2023. Brała udział w projektach fundacji „Dance Higways”, „Viral Visions” i „IN.TO.DA.TE.” w ramach Erasmus+ w programach edukacji dorosłych.



Warsaw | Palermo

In.To.Da.Te.
Innovative tools for
DANCE TEACHERS

DZIAŁANIA PROJEKTU

A2 - Mobilności nauczycieli i artystów tańca w krajach partnerskich

W ramach A2 zorganizowano dwie mobilności we Włoszech i Polsce w celu wymiany metod pedagogicznych i choreograficznych pomiędzy l'espace a Fundacją Rozwoju Teatru „Nowa Fala”. W szczególności Giovanni Zappulla z l'espace i Agata Życzkowska z Fundacji Rozwoju Teatru „Nowa Fala” podzielili się swoimi badaniami choreograficznymi z innymi nauczycielami/trenerami tańca, aby połączyć swoje dwie metody tańca. W ramach projektu zaplanowano dwie mobilności: jedną we Włoszech, gdzie polski partner zaprosił 5 polskich nauczycieli tańca z publicznych i prywatnych szkół i ośrodków tańca na trwające 5 dni intensywne warsztaty i wizytę studyjną aby doświadczyć metody „Danza Movimento Naturale” w Xinergie, siedzibie zespołu Zappulla DMN Company w Palermo; drugi w Polsce, gdzie włoski partner zrealizował podobny program przez 5 dni, doświadczając podejścia choreograficznego kolektywu HOTELOKO movement makers w Warszawie. Po tych dwóch działaniach, w których uczestniczyli nauczyciele tańca i profesjonaliści ze sztuk performatywnych, w sumie 10 uczestników obu mobilności, Fundacja Rozwoju Teatru „Nowa Fala” zebrała doświadczenia i najlepsze praktyki obu zespołów tanecznych i innych uczestników, które stały się podstawą do stworzenia tego podręcznika.

Główne rezultaty A2 to:

- mobilność 10 nauczycieli i profesjonalistów tańca w obu krajach (5 na partnera)
- wymiana dobrych praktyk i doświadczeń z zakresu pedagogiki i nauczania tańca
- zbiór skutecznych praktyk w pracy z uczniami tańca
- tworzenie nowych możliwości networkingu i współpracy pomiędzy nauczycielami tańca i profesjonalistami

MOBILNOŚĆ W WARSZAWIE (26–30.09.2022)

L'espace zaprosiło do Warszawy 5 tancerzy i członków swojego zespołu tanecznego na 5-dniowe warsztaty z Agatą Życzkowską, liderką kolektywu HOTELOKO movement makers, choreografką, performerką, dramaturżką i aktorką. Najważniejszym aspektem jej twórczości jest choreografia konceptualna.



METODOLOGIA PRACY KOLEKTYWU HOTELOKO MOVEMENT MAKERS OPIERA SIĘ NA KILKU KLUCZOWYCH ELEMENTACH:

01. Choreografia konceptualna: Praca opiera się na choreografii konceptualnej, w której ruch rozpatrywany jest w kontekście konkretnej idei. Istotne jest rozważenie, co niesie ze sobą dany ruch lub sekwencja ruchów i jak wpasowuje się on w szerszy kontekst.

Interdyscyplinarność:

Kolektyw czerpie z narzędzi innych dyscyplin, takich jak filozofia, teoria kultury i ikonografia popkultury. Łączy także elementy z takich dziedzin jak fitness, medytacja, improwizacja i praktyki uważności.

03. Horyzontalne podejście do pracy: Członkowie kolektywu działają w sposób demokratyczny, eliminując możliwość nadużyć władzy. Współpraca odbywa się w sposób horyzontalny, dając wszystkim członkom możliwość aktywnego uczestnictwa i dzielenia się pomysłami.

02. Edukacja i uważność:

Edukacja jest istotnym aspektem twórczości, zarówno w sensie artystycznym, jak i społecznym. Twórcy kładą nacisk na budowanie więzi pomiędzy członkami grupy poprzez uważność i wzajemną wrażliwość. Szacunek do ciała, niezależnie od jego cech fizycznych, jest kluczowy.



Co-funded by
the European Union

Warsaw | Palermo

InToDaTe

Innovative tools for
DANCE TEACHERS

Włączenie wszystkich grup wiekowych:

Warsztaty i spotkania przeznaczone są zarówno dla młodzieży, dorosłych, jak i seniorów. Koncepcja pracy zakłada, że każdy może być w ruchu, dzięki czemu zajęcia są dostępne dla różnych grup wiekowych.

Brak osądu i oceny:

Metodologia ta pozwala uniknąć osądzania, segregacji lub oceniania jednostek na podstawie ich zdolności ruchowych. Nacisk kładziony jest na umysł, źródło każdego ruchu.

05.

Praca z improwizacją i wyobraźnią:

Metodologia obejmuje improwizację ruchową i wokalną na zadany temat jako sposób pracy z wyobraźnią. Stosowane są różne techniki, aby uwolnić ukryty potencjał ruchowy i kreatywność uczestników.

07.

06.

Proste narzędzia dla każdego:

Priorytetem jest dostarczenie prostych narzędzi, które będą w stanie uruchomić nawet najbardziej powściągliwe ruchy i zachęcić do twórczej ekspresji. Przykłady obejmują animowanie obiektów, uwalnianie napięć i prowadzenie do autentycznego ruchu.

08.



Co-funded by
the European Union

Warsaw | Palermo

InToDaTe

Innovative tools for
DANCE TEACHERS

Podsumowując, metodologia pracy kolektywu HOTELOKO movement makers opiera się na interdyscyplinarności, horyzontalnym podejściu do współpracy, edukacji, braku oceny i wartościowania oraz otwartości na zróżnicowane grupy wiekowe i możliwości. Celem jest stworzenie przestrzeni, w której każdy będzie mógł odkrywać i wyrażać siebie poprzez ruch.

Ruch eksplorowany jest poprzez możliwości performerów w kontekście konkretnego pomysłu. Może to być także ruch przedmiotów, ruch wykonawców w kierunku publiczności, czy też ruch w określonej przestrzeni, innej niż tradycyjna scena teatralna. Niektóre prace rozwijają ideę no-dance w praktyce choreograficznej. We współczesnym tańcu, gdzie najważniejsza jest choreografia konceptualna, nie kładzie się nacisku na opowiadanie historii narracyjnej, zrywając z tradycyjną koncepcją teatru tańca współczesnego. W nowym tańcu stosowanym przez HOTELOKO istotne stają się wrażenia i emocje, jakie odbiera publiczność. Pytania, jakie mogą się wówczas pojawić, dotyczą tego, jaki to jest ruch i co nam mówi, jak performerzy funkcjonują w danym miejscu, w jakie wchodzą interakcje z przestrzenią i publicznością. Jeśli pojawiają się historie werbalne, dźwiękowe lub muzyczne, nie są one linearne. Dramaturgia ułożona jest niczym kalejdoskop obrazów, mający na celu pobudzenie widza do przeżycia własnych emocji w związku z tym układem ruchowym. Nowy taniec jest eksperymentem, ponieważ ma otwartą formę.

Nowa choreografia kolektywu HOTELOKO movement makers ma charakter interdyscyplinarny i wykorzystuje narzędzia z innych dyscyplin i działań artystycznych. Twórcy czerpią z rozwiązań ze sfery fitnessu, medytacji, improwizacji czy praktyk mindfulness. Korzystają także z projekcji multimedialnych.

W warstwie dramaturgicznej kolektyw HOTELOKO movement makers odwołują się do współczesnej filozofii, teorii kultury, zagadnień tożsamościowych i zjawisk historycznych. Z drugiej strony czerpią z popkulturowej ikonografii i bogactwa inspiracji internetowych. Angażują się w ten sposób w aktualną refleksję nad rzeczywistością, gdzie ruch staje się językiem wyrażania kontemplacji nad konkretnymi zagadnieniami.



Foto: Karolina Jóźwiak



Co-funded by
the European Union

Warsaw | Palermo

InToDaTe

Innovative tools for
DANCE TEACHERS

Oto kilka przykładów ćwiczeń, które można zastosować w ramach metodologii pracy kolektywu **HOTELOKO movement makers:**

Improwizacja animacji obiektu:

Uczestnicy mają za zadanie improwizować ruchowo, ale z wykorzystaniem określonego przedmiotu (np. szalika, piłeczki, wstążki). Animowanie obiektu może pomóc rozładować napięcie i doprowadzić do bardziej autentycznego ruchu.

Ćwiczenia uważności:

Skoncentruj się na świadomości własnego ciała i ruchu.

Wykonuj powolne, kontrolowane ruchy, koncentrując się na każdej części ciała.

Zwróć uwagę na oddech i towarzyszące mu doznania.

Improwizacja wokalna:

Połącz improwizację ruchową z ekspresją wokalną na konkretny temat.

Uczestnicy mogą eksperymentować z dźwiękami, słowami, a nawet śpiewaniem podczas ruchu.

Ćwiczenia partnerskie:

Wykorzystaj współpracę horyzontalną poprzez ćwiczenia partnerskie.

Pracuj nad synchronizacją ruchów, reagowaniem na działania partnera i wspólnym tworzeniem sekwencji.

Praca z wyobraźnią nad zadaniami tematycznymi:

Zadania oparte na konkretnym temacie lub historii, podczas których uczestnicy tworzą ruchy w odpowiedzi na podane koncepcje, np. budując „maszynę do śmiechu” z własnych ciał.

Rozwijanie autentycznego ruchu:

Ćwiczenia skupiające się na odblokowaniu naturalnego, autentycznego ruchu poprzez uwolnienie się od oczekiwań i norm.

Przykłady te mają na celu otwarcie uczestników na różne formy ruchu, pobudzenie wyobraźni i stworzenie przestrzeni, w której każdy będzie mógł swobodnie wyrażać siebie poprzez swoje ciało.

Oprócz wspomnianych wcześniej przykładów, istnieje wiele innych metod, które można zastosować w pracy kolektywu HOTELOKO movement makers. Oto dodatkowe sugestie:

Partytury improwizacji (scores):

Stworzenie struktury improwizacyjnej, zwanej „partyturą/score”, której uczestnicy będą się trzymać podczas improwizacji. Może to obejmować określone zasady ruchu, przestrzeni lub interakcji.

Choreografia site-specific:

Opracowanie choreografii dostosowanej do konkretnej lokalizacji, wykorzystującej jej architekturę i cechy charakterystyczne. Takie podejście pozwala na badanie relacji pomiędzy ruchem a środowiskiem.

Improwizacja kontaktowa:

Ćwiczenia oparte na kontakcie fizycznym pomiędzy uczestnikami. To interaktywne podejście do ruchu rozwija świadomość ciała, współpracę i komunikację.

Eksploracja ruchu narracyjnego:

Badanie ruchu w kontekście narracyjnym. Uczestnicy badają, w jaki sposób można opowiadać historie poprzez ruch, łącząc elementy teatru ruchu z opowiadaniem historii.

Ruch ekspresyjny:

Ćwiczenia skupiające się na wyrażaniu emocji i uczuć poprzez ruch. Uczestnicy są zachęceni do eksperymentowania z różnymi formami ekspresji cielesnej.

Elementy teatru fizycznego:

Integracja elementów teatru fizycznego, takich jak mimika, gesty i eksperymenty z mową ciała, w celu wzbogacenia doświadczenia artystycznego.

Inspiracja muzyką i dźwiękiem:

Używanie muzyki, dźwięków, a nawet ciszy jako bodźców do tworzenia ruchu. Ruchy mogą być zsynchronizowane z rytmem lub tworzyć kontrasty z dźwiękami otoczenia.

Wspólne śpiewanie:

Tworzenie wspólnej piosenki to wspólny skarb, który możemy pielęgnować po warsztatach. Dlatego interesującym pomysłem jest nauczenie grupy prostej piosenki, potencjalnie w nieznanym wszystkim języku. Zaleca się dostarczanie tekstów na papierze, wysyłanie ich za pomocą telefonu komórkowego lub zachęcanie uczestników do transkrypcji ich ze słuchu, szczególnie w środowisku międzynarodowym, gdzie poszczególne osoby mogą interpretować dźwięki w sposób unikalny.

Ruch w kontekście społecznym:

Badanie ruchu w kontekście społecznym i interakcja z publicznością. Takie podejście angażuje społeczność i tworzy przestrzeń do dialogu poprzez ruch.

Te dodatkowe metody można dostosować do konkretnych celów, kontekstów i preferencji uczestników, tworząc różnorodne i dynamiczne doświadczenia w ramach pracy artystycznej kolektywu.

Poniżej znajduje się podsumowanie czynności wykonywanych każdego dnia.

„WARSZTATY IN.TO.DA.TE”: SZCZEGÓŁOWY PROGRAM ZAJĘĆ

26.09.22

1. Tożsamość

Przedstawienie się każdego uczestnika przy wykorzystaniu naturalnego sposobu mówienia, który jest znajomym elementem. Ma to na celu podzielenie się częścią nas samych, pozwala nam wyrazić lęki, wątpliwości i uczucia poprzez powiedzenie, kim jesteśmy. Stawia uczestników w pozycji słuchania i pozwala liderowi zrozumieć grupę, tworząc bazę pod potencjalne efekty. W ten sposób lider może mieszać elementy, przekazując przywództwo różnym osobom.

2. Tworzenie grupy słuchającej

Ćwiczenie polegające na chodzeniu w przestrzeni z aktywnym i otwartym patrzeniem sobie w oczy. Ważne jest tu wyzwanie polegające na poszukiwaniu kontaktu wzrokowego z innymi osobami. Poruszaj się po całej przestrzeni od środka, stopniowo zawężając przestrzeń z różną prędkością, aż do nawiązania kontaktu i zakończenia uściskiem.

3. Ćwiczenia ze słuchu w parach i grupach

W parach utrzymujcie kontakt ramionami i barkami podczas przemieszczania się w przestrzeni, patrząc przed siebie i zachowując uważność. Rozwiń ćwiczenie, zmieniając pary oraz łącząc kolejne pary w czwórki, szóstki, ósemki itd. Poruszajcie się razem jako grupa w przestrzeni: do przodu, do tyłu, skręcajcie wspólnie.

Refleksje: Poczuj drugą osobę fizycznie, doświadcz różnych rodzajów mniej lub bardziej intensywnego kontaktu, świadomość, że nie ma lidera, jest tylko zjednoczona grupa. Kiedy grupa jest razem, silne odczuwalne jest poczucie wspólnej siły.



Co-funded by
the European Union

Warsaw | Palermo

InToDaTe

Innovative tools for
DANCE TEACHERS

„WARSZTATY IN.TO.DA.TE”: SZCZEGÓŁOWY PROGRAM ZAJĘĆ

26.09.22

4. Gra w lustro

Pracujcie w parach, wybierzcie lidera, a następnie zamieńcie się rolami. Powtórz ćwiczenie w grupach trzyosobowych, umieszczając lidera przed parą. Ważne jest, aby uchwycić ruch w trakcie jego trwania, bez tworzenia echa.

Refleksje: Oprócz kontaktu fizycznego stosuj kontakt wzrokowy; w grupach trzyosobowych trudniej jest wybrać, na czym się skupić. Bądź świadomy wykonywania ruchów z ostrożnością i odpowiedzialnością wobec osób kopiujących, balansując jednocześnie wewnątrz i na zewnątrz, świadomość obecności lidera. Naucz się odkładać na bok ego w zakresie wykonywania ruchów i zachować prostotę w grze w lustro.

Dla Agaty Życzkowskiej kluczowe jest budowanie grupy poprzez te małe zabawy, które pozwalają zarówno jej, jak i uczestnikom poczuć empatię i poczucie grupy, która może czuć się dobrze. Gra w lustro jest prosta, ale pozwala odkryć, czy wolisz być liderem, czy naśladowcą. Można to zrobić zarówno w małej grupie, jak i w wiele osób. Ćwiczenie pomaga w budowaniu grupy.

5. Używanie głosu

Kilka ćwiczeń rozluźniających twarz i usta. Gra w studnię dźwięków, w kręgu, na zmianę wydawajcie dźwięk za pomocą głosu o dodajcie ruch ciała, a reakcja pochodzi ze studni, co oznacza, że wszyscy powtarzają dźwięk i ruch. Powtórz ćwiczenie z osobą stojącą z przodu na przeciwko całej grupy, która staje w jednej linii w szeregu, proponując powtórzenie trzech kolejnych dźwięków.



Foto: Karolina Józwiak



Co-funded by
the European Union

Warsaw | Palermo

InToDaTe

Innovative tools for
DANCE TEACHERS

„WARSZTATY IN.TO.DA.TE”: SZCZEGÓŁOWY PROGRAM ZAJĘĆ

26.09.22

Dla Agaty Życzkowskiej ćwiczenie ze studnią dźwiękową służy poznaniu jakości każdego człowieka pod względem ruchu i preferencji dźwiękowych. Dzięki temu podczas układania choreografii będzie mogła to uwzględnić. Jest to ćwiczenie demokratyczne, ponieważ pozwala na bycie liderem i branie odpowiedzialności za grupę, co zawsze jest postrzegane jako podarowanie głosu.

Naucz się polskiej piosenki, transkrybując ją zgodnie z tym, czego słuchamy i zaśpiewajcie ją razem.

6. Dramaturgia

Ćwiczenie, w którym w parach zapisujemy osiem ważnych rzeczy o naszym życiu. Najpierw porozmawiaj z drugą osobą, argumentując i przekonując (można podać temat do dyskusji). Następnie podzielcie się tym razem, para po parze, motywując odpowiedzi. Do naśladowania, ale w trakcie podróży przez prace wszystkich uczestników wszystko się zmienia i przekształca.

Dla Agaty Życzkowskiej: Tworzy spektakl oparty na tematach generowanych przez grupę, polegający na dzieleniu się i stawianiu się samymi twórcami. Demokratyczna wizja pracy. Pomiędzy początkiem a końcem procesu demokratycznego istnieje ścieżka, którą należy podążać, ale w trakcie podróży przez pracę wszystkich uczestników wszystko się zmienia i przekształca.

7. Zakończenie

Każdy zostawia jedno słowo w przestrzeni, mówiąc, co mu się podobało podczas warsztatów.



Co-funded by
the European Union

Warsaw | Palermo

InToDaTe

Innovative tools for
DANCE TEACHERS

„WARSZTATY IN.TO.DA.TE”: SZCZEGÓŁOWY PROGRAM ZAJĘĆ

27.09.2022

1. Rozpocznij rozgrzewkę w pozycji siedzącej z zamkniętymi oczami, poczuj połączenie z podłożem, wtop się w ziemię, wsłuchaj się w dźwięki pomieszczenia, połącz się ze sobą i przestrzenią. Mały automasaż twarzy, rozmowa o tym jak się czujemy, jak minął dzień, szczególnie w odniesieniu do Warszawy.

Dla Agaty Życzkowskiej: Ważne jest, aby ludzie czuli się swobodnie poprzez język, który łączy ludzi, tworząc odpowiedni krajobraz do dalszego działania. Woli performans od teatru, bo pracuje nad ludźmi, a nie postaciami i tekstami. Przygotowując dzieła, nie korzysta z Szekspira i Moliera, ale pracuje nad jednostkami. Kiedy jesteś widzem takich przedstawień, nawiązujesz kontakt z ludźmi.

2. Rozgrzewka ciała

Spaceruj po przestrzeni tak jak poprzedniego dnia, używaj spojrzenia i dodaj utrzymywanie kontaktu wzrokowego z innymi osobami oraz rzucanie wyzwania innym z dużej odległości, a następnie zakończ jak wczoraj: zmniejszanie przestrzeni między sobą, aż do wspólnego przytulenia.

3. Ćwiczenie słuchania

Plecami w parach, słuchajcie muzyki zwracając uwagę na siebie, oczy zamknięte, poruszajcie się trochę jak podczas masażu.

Refleksje: Małe ruchy prowadzą do tańca, jak gdyby była to potrzeba eksploracji, której może doświadczyć każdy.

Dla Agaty Życzkowskiej: Grupa złamała się i zaczęła tańczyć, i według niej powstał nasz autentyczny ruch.

4. Ćwiczenie dramaturgiczne

Pisz w strumieniu świadomości przez 5 minut, nie odrywając pióra od papieru. Następnie napisz list do siebie o ograniczeniach, jakie masz w życiu. Spal później ten list.

5. Berek

Fizycznie pobaw się w grę typu „berek”, w której po dotknięciu kogoś przyczepiasz się do niego bokiem i łapiesz innych, dopóki wszyscy nie dołączą do gry zespołowej.

6. Ćwiczenie z kompozycji

W parach z szarfą pracuj nad przeciwwagą, ustal trzy pozy, a następnie pokaż je osobno i powtarzając trzy razy. Następnie powtórz bez szarfy i zwróć uwagę na momenty przejścia do następnego ruchu. To samo z przeciwwagą w trybie „pchania”. Następnie pokaż trzy pozy w przyciąganiu i pchaniu, bez dotykania i bez szarfy.

Refleksje: Oglądając prezentacje zapominam o szarfie, a do głowy przychodzą mi powieści.



Co-funded by
the European Union

Warsaw | Palermo

InToDaTe

Innovative tools for
DANCE TEACHERS

„WARSZTATY IN.TO.DA.TE”: SZCZEGÓŁOWY PROGRAM ZAJĘĆ

28.09.22

1. Rozgrzewka jak poprzedniego dnia w przestrzeni.

2. Zaufaj

Ćwiczenie polegające na podnoszeniu kogoś i przemieszczaniu go w przestrzeni. Podobne ćwiczenie na budowanie zaufania z osobą pośrodku z zamkniętymi oczami, kołyszącą się i innymi osobami podtrzymującymi jej ciężar.

Dla Agaty Życzkowskiej: To ćwiczenie budujące wspólnotę i przekazujące informację wśród uczestników, że grupa nie jest wrogo nastawiona i można z nią współpracować, dzięki czemu wszystko staje się łatwiejsze.

3. Berek 2

W przypadku złapania (dotknięcia) należy zatrzymać się z rozstawionymi nogami. Wtedy można być uwolnionym przez osobę przechodzącą pomiędzy nogami.

Dla Agaty Życzkowskiej: Proste ćwiczenie, które wprowadza w stan zabawy, spontanicznie wydobywając głosy i śmiech, przechodząc w stronę śpiewu i nie tylko. Nie jesteś też sam, bo musisz ratować innych, pozostając skupionym na grupie, jak w ćwiczeniu od pierwszego dnia, ramię w ramię, tworząc strategię.

4. Tworzenie maszyn

Po kolei wchodzić w przestrzeń i wybierać powtarzalny ruch oraz dźwięk. Druga osoba łączy się w harmonii rytmicznej i ruchowej z pierwszą i tak dalej z innymi. Prowadzący poprosi o przekształcenie maszyny w taką, która się śmieje, płacze, krzyczy.

Dla Agaty Życzkowskiej: Ćwiczenie dla każdego, które można wykonać także na świeżym powietrzu, tworząc ciekawe wydarzenie. Pamiętaj, aby nie wymuszać głosu. Pozwala także pracować nad rytmem ludzi, który czasami nie jest zbyt wprawny.

5. Dramaturgia i poezja

Idźcie parami ulicą i spacerujcie przez 30 minut, pracując nad jednym z tematów napisanych pierwszego dnia, w tym przypadku „zapachem natury”. Każda para musi dokonać transkrypcji uchwyconych zapachów, łącznie z przymiotnikami. Spal także list napisany do nas samych. Podejdź do góry i przepisz wyrażenia na karton, a następnie wytnij je fraza po zdaniu, aby utworzyć duży wiersz, w którym każdy umieszcza pasek, następnie wybierz tytuł i przeczytaj go z intencją.

Refleksje: Buduj szacunek dla pomysłów innych, używaj wspólnie nożyczek, tworząc harmonię i pracę zespołową. Mała społeczność może współpracować, aby coś stworzyć.



Co-funded by
the European Union

Warsaw | Palermo

InToDaTe

Innovative tools for
DANCE TEACHERS

„WARSZTATY IN.TO.DA.TE”: SZCZEGÓŁOWY PROGRAM ZAJĘĆ

29.09.22

Refleksje: Spalenie listu pomaga nam wyobrazić sobie rzeczy wymagające naprawy i podjąć działania w związku z nimi, podejmując aktywną decyzję o zniszczeniu. Ćwiczenie pisania przez 5 minut bez myślenia pomaga otworzyć się i połączyć ze sobą, ujawniając naszą wrażliwość, co następnie zostaje zapisane w liście, a otwarte dla grupy poprzez wiersz. Aby otworzyć się na społeczność, musimy najpierw popracować ze sobą.

Dla Agaty Życzkowskiej: W jej twórczości najważniejsza jest autentyczność; są to ćwiczenia mające na celu zdjęcie maski. Życie jest jak choinka, do której co roku dodajemy nową kulkę. Jeśli na to spojrzemy, pamiętamy przeszłość i widzimy nasze życie. Informacja zwrotna jest ważna, ponieważ jest prawdziwa i pokazuje tożsamość. W przypadku nastolatków jest to trudne, ponieważ mają trudności z określeniem siebie.

1. Ćwiczenie, w którym wybieramy 4 frazy z naszych plakatów i do każdego wybranego wyrażenia piszemy jeszcze dwa zdania, podając definicję tego, co wybraliśmy.



Co-funded by
the European Union

Warsaw | Palermo

InToDaTe

Innovative tools for
DANCE TEACHERS

MOBILNOŚĆ W PALERMO

(16-20.10.2022)

W dniach od 16 do 20 października 2022 r. kolekty **HOTELOKO movement makers** gościło pięciu tancerzy w Palermo. Giovanni Zappulla poprowadził intensywne warsztaty w oparciu o swoje wieloletnie badania choreograficzne. Zappulla jest choreografem i tancerzem, dyrektorem centrum choreograficznego *l'espace* w Palermo. Warsztaty opierały się na „Natural Dance Movement-Danza Movimento Naturale” i „Zhineng Qigong”, które reprezentują nowe podejście do tańca w celu rozwiązywania napięć i ewolucji człowieka.



CO TO JEST DMN? (DANZA MOVIMENTO NATURALE)

DMN jest metodą, która dotyczy człowieka, jego ruchu i konsekwencji tego ruchu.

Metoda ta narodziła się w Palermo, w starożytnym miejscu, bogatym w historię i tradycję, w historycznym momencie, gdy taniec zmierzał w stronę nowych form i skażeń innymi sztukami, oddalając się od swojej pierwotnej substancji; metoda ta jawi się dziś jako narzędzie formacyjne i zmieniające, wzbogacające świat tańca. Metoda DMN zrodziła się z badań i studiów choreografa z Palermo, Giovanni'ego Zappulli, który po powrocie do Włoch po dziesięcioletnim doświadczeniu we Francji rozpoczął osobistą podróż, łącząc wcześniejszą wiedzę nad ruchem człowieka z tą zebraną podczas studiów. Zappulla kwestionuje wszystkie aspekty, które tworzą człowieka, a na które zwykle nie zwracamy należytej uwagi: umysł i emocje, energię i związek między wnętrzem a zewnątrz, poprzez holistyczną wizję, która obejmuje ciało w jego złożoność materiałową i kinetyczną. Wychodząc z założenia, że ciało jest doskonałym instrumentem, którego można częściowo doświadczać na scenie i poza nią, Giovanni Zappulla proponuje trening mający na celu pobudzenie i przebudzenie zwykle uśpionych i nierozpoznanych zdolności człowieka, aby móc uwolnić cały dostępny potencjał, aby osiągnąć wysoki poziom artystyczny.



Co-funded by
the European Union

Warsaw | Palermo

InToDaTe

Innovative tools for
DANCE TEACHERS

Aby lepiej zrozumieć punkt wyjścia, od którego rozwija się metoda, należy wziąć pod uwagę pewne względy historyczne i filozoficzne, które warunkowały taniec na przestrzeni ostatniego stulecia. Do najważniejszych z nich należy platońsko-arystotelesowska wizja istnienia, która stworzyła powszechną kulturę rozdzierania aspektów człowieka, w której ciało i jego część mentalna rozpatrywane są oddzielnie. Rzeczywiście, już w V wieku p.n.e. Platon usankcjonował rozróżnienie pomiędzy ciałem a duszą, spychając ciało do niższej substancji, zdolnej wznieść się jedynie poprzez swoją najczystsza część, duszę, oraz Arystoteles, który wiek później uznał oba aspekty za nierozłączne, ale o różnych funkcjach. Dziedzictwo filozofów greckich przyczyniło się do powstania wizji tańca częściowo powiązanego z ciałem i skupionego na jego możliwościach performatywnych.

Tym samym z biegiem czasu nauka tańca jako formy ruchu została zorientowana na potrzebę osiągnięcia niemal niezmiernych ideałów formalnych i estetycznych, odchodząc całkowicie od bardziej istotnych aspektów związanych z jednostką i jej uczuciami. Tym samym produkowany taniec w coraz większym stopniu odchodzi od przyjemności, ponieważ tancerz często staje w obliczu zawodu, który powoduje zniszczenie ciała, czyniąc je kruchym, co zmusza artystę do wcześniejszego wycofania się ze sceny. Dotyczy to szczególnie tancerzy klasycznych, którzy niestety zmuszeni są przerwać karierę artystyczną w zbyt młodym wieku. Za ich wdziękiem na scenie, uśmiechami i delikatnymi gestami często kryją się godziny ciężkiej i męczącej pracy, pod obcisłymi strojami i niewygodnymi butami, które przemieniają ciało, czasem rujnując je trwale.

Przez zmuszanie ciała i umysłu do rezygnacji z przyjemności, trudno jest być zadowolonym, gdy stopy krwawią, a stawy bolą. Jednak poprzez taniec artyści sprawiają przyjemność publiczności i znajdują przyjemność i osobistą satysfakcję w wykonywaniu cnotliwych ruchów, które przybliżają ich do istot z niezmiernego świata, wspinając się na szczyt sukcesu, ale płacąc bardzo wysoką cenę w zakresie zdrowia i dobrego samopoczucia. Dlaczego więc nie osiągnąć tych celów poprzez mniej bolesną i mniej wyczerpującą metodę treningu, która bierze pod uwagę realne możliwości człowieka i jego funkcje zgodne z naturą?

Dobrym przykładem są chińskie sztuki walki, a dokładniej Taijiquan, dyscyplina, która wspiera cechy jednostki poprzez ćwiczenia wzmacniające połączenia w organizmie, utrzymując je w zdrowiu i zdolności do sprawnego poruszania się aż do późnej starości. Jaka jest więc prawdziwa przyjemność z tańca?



Co-funded by
the European Union

Warsaw | Palermo

InToDaTe

Innovative tools for
DANCE TEACHERS

Celem jest taniec rozumiany jako emocjonalny impuls ożywiający się poprzez ciało, które ogarnięte przyjemnością wyraża swoją istotę, wchodząc w empatię z odbiorcami i obdarzając ich dobrym samopoczuciem. Ci, którzy obserwują naturalny taniec, odnajdują w nim płynność, siłę, a przede wszystkim pożądaną harmonię, jako świadomość organicznego funkcjonowania, które podporządkowuje się swojej dynamicznej równowadze. Celem DMN jest sprawienie, aby tancerz stał się silnym poprzez taniec, a tym samym zdolnym do wyrażania i doświadczania przyjemności poprzez reedukację ciała z uwzględnieniem jego natury. Taniec może być zatem naturalny, niezwykle bogaty, nasze ciała mogą wykraczać daleko poza kwestie techniki i stylu, ruch ma swoją własną prawdę, którą należy chronić i wzbogacać.

To, czym taniec współczesny zajmuje się od nieco ponad wieku, jest umożliwienie ciału podążania za własną historią naturalną, wyrażania swego istotnego ruchu zgodnie z jego rzeczywistą równowagą, dzięki studiom nad analizą ruchu i kinezylogią. Poszukiwania te sprawiły, że zostało udowodnione, iż w każdym geście, od najprostszego do najbardziej wyrazistego, występują niezwykle złożone procesy, bogate w znaczną liczbę dynamicznych transmisji, które zachodzą zgodnie z prawami fizyki rządzącymi aktem kreacji. Ale czy naprawdę słuchamy tych zasad? Czy pozwalamy im działać? Czy pozwalamy ciału wyrażać swój własny rytm? Jak podążać za jego naturalnymi mechanizmami, aby rzeczywiście poruszać się, niezależnie od efektu, jaki ma zostać wywołany, jaki rezultat ma zostać osiągnięty? Jak możemy poruszać się powoli lub szybko, bez narzucania sobie sztucznego funkcjonowania, bez dysocjowania, bez fragmentacji naszej istoty?

Postęp technologiczny i postęp nauki przyczyniły się do zawężenia czasoprzestrzeni, w której otrzymujemy niezliczoną ilość informacji, co więc dzieje się z indywidualną czasoprzestrzenią? Ludzkość dokonała wielkich rzeczy, podbijając kosmos, ale może najpierw powinniśmy zająć się osobistym mikrokosmosem, zaczynając od odkrycia własnych ciał. Rozwiązaniem jest „ponowne zjednoczenie”, postrzeganie jednostki jako pojedynczej substancji złożonej z dwóch identycznych bytów, umysłu i ciała, pozbycie się obsesji „myślenia o ciele” i dominowania nad nim, a zamiast tego odkrycie, co „myśli ciało”, słuchać jego pamięci zmysłowej i rozpowszechnić jego język; tylko w ten sposób tancerz będzie mógł harmonijnie wyrazić siebie i rozwijać swoje umiejętności.



Co-funded by
the European Union

Warsaw | Palermo

InToDaTe

Innovative tools for
DANCE TEACHERS

W celu lepszego zarządzania funkcjami organizmu i wzmocnienia wszystkich jego aspektów metoda opiera się na starożytnej orientalnej wiedzy tradycyjnej medycyny chińskiej, integrującej Taijiquan i Qigong, zwłaszcza styl Zhineng Qigong, systemy oparte na ruchu wewnętrznym, spójne z naturą ludzką w jej aspektach biomechanicznych, energetycznych i psychicznych. Te dwie dyscypliny są zintegrowane w kształceniu tancerza właśnie dlatego, że tworzą podstawowe aspekty mające na celu rekonstrukcję dziedzictwa powiązań człowieka, których celem jest harmonia, dobre samopoczucie i ekspresja artystyczna. Qigong działa na najbardziej subtelny poziomie umysłu, trenując koncentrację, głębokie słuchanie i badanie energii. Taijiquan ćwiczy połączenia ciała, transformację ruchu i siły. Wszystkie te elementy współdziałają, aby stworzyć świadomego tancerza, charakteryzującego się precyzyjnym ruchem, zdrowym ciałem i umysłem w pełni połączonym z chwilą obecną.

CO TO JEST ZHINENG QIGONG?

Qigong to zestaw technik pozwalających na kultywację Qi w ciele. Termin Qigong dosłownie oznacza pracę energetyczną i pochodzi z połączenia znaków 气 – Qi – energia i 力 – Gong – praca; po raz pierwszy pojawia się na początku XX wieku w podręczniku szkoleniowym dla mnichów z Shaolin, *The Orthodox Shaolin Methods* (1910). Przed tym okresem istniał szereg praktyk obejmujących ruchy ciała, oddychanie i dźwięk, które były przekazywane i wykonywane w celu utrzymania zdrowia. Ślady tych praktyk można znaleźć już w 2000 roku p.n.e. w pismach z brązu, które dokumentują tańce zdolne do „eliminowania zastoju płynów w organizmie” lub w inskrypcjach na monetach jadeitowych z VI wieku p.n.e.; Neijing Suwen, starożytny traktat o tradycyjnej medycynie chińskiej przypisywany Huangdiemu (476-221 p.n.e.), zawiera wskazówki, jak prowadzić zdrowy tryb życia poprzez prawidłowe oddychanie i ćwiczenia. (476-221 p.n.e.). W III wieku p.n.e. taoistyczny lekarz Hua Tuo stworzył system Qigong, który nazwał Wuqinxi, „grą pięciu zwierząt”, a Zhuang Zi (ok. 369 p.n.e. – 286 p.n.e.) opisał w swojej książce technikę, którą sam zwane Daoyin, które wyjaśnia, jak poruszać ciałem, aby wzmocnić Qi. Pierwsze ilustrowane przedstawienia tych ćwiczeń, znalezione w Mawangdui, pochodzą z 206 roku p.n.e. Są to obrazy na kolorowym jedwabiu przedstawiające czterdzieści cztery postacie w różnych pozycjach, odnoszące się do konkretnych ćwiczeń, opatrzone podpisami wyjaśniającymi działanie na ciało. Ten rodzaj praktyki, który zawsze był uważany za metodę zapobiegania i leczenia chorób i dlatego jest ściśle powiązany z medycyną, z czasem stał się również integralną częścią sztuk walki, takich jak Shaolinquan i Taijiquan, właśnie ze względu na podstawową funkcję wzmacniającą energię do artysty sztuk walki. Pod tym względem sklasyfikowano różne rodzaje Qigong i stosuje się je zgodnie z ich celami:

Miękki Qigong z powolnymi ruchami i pozycjami; Twardy Qigong z energicznymi ruchami zewnętrznymi; Taoistyczny Qigong w celu osiągnięcia długowieczności; Konfucjański Qigong poprawiający pamięć i koncentrację; Medyczny Qigong o celach terapeutycznych; oraz Martial Qigong w celu zwiększenia siły fizycznej i rozwinięcia zdolności kierowania Qi na zewnątrz. Obecnie Qigong jest szeroko rozpowszechniony na całym świecie i w Chinach; od 1989 roku, po trwającej wiele lat debacie, rząd chiński zalegalizował ją jako lek należący do TCM i mający podstawowe znaczenie w leczeniu chorób, stosując ją w szpitalach i włączając ją do narodowego planu zdrowotnego. We Włoszech istnieją nieśmiałe przykłady stosowania tych dyscyplin, ale jedynym aspektem TCM, który został sformalizowany w medycynie zachodniej, jest akupunktura.

W ramach metody Giovanni Zappulla proponuje szereg praktyk, które nawiązują do szczególnego rodzaju Qigong, Zhineng Qigong, zrodzonego z fuzji wiedzy medycznej i wojennej profesora Pang He Minga, który aby uczynić ją pełniejszą, wykorzystał swoją wiedzę ze sztuk walki, teorii taoistycznych, buddyjskich, konfucjańskich i hinduskich. Stworzył jedną z najskuteczniejszych metod poprawy zdrowia według tradycyjnych teorii i odżywiania człowieka energią witalną środowiska. Dzięki tej metodzie założył jeden z największych i najbardziej znanych szpitali „wolnych od narkotyków”, Centrum Szkolenia i Rekonwalescencji Qigong Huaxia Zhineng w prowincji Hebei, gdzie wyleczona została duża liczba pacjentów i przeszkolonych tysiące instruktorów. Dosłowne tłumaczenie Zhineng Qigong to „Qigong kultywacji inteligencji”, ponieważ według prof. Pang Minga w istocie ludzkiej istnieją aspekty potencjalnej superinteligencji, które pozwalają mu leczyć się za pomocą określonych środków i praktyk. W Zhineng Qigong praktyka opiera się na wymianie pomiędzy Qi jednostki a Hunyuanqi, które jest Qi wszechświata, całości materii fizycznej, Qi i „informacji”. Metoda założona w 1980 roku przez profesora Pang He Minga, który skondensował wszystkie najskuteczniejsze techniki różnych istniejących wcześniej metod Qigong w jeden system praktyki i teorii. technik różnych, istniejących wcześniej metod Qigong w jeden system praktyki i teorii, obejmujący Qigong medyczny i filozoficzny.



Hunyuanqi powstaje, gdy Taiji przekształca się w Yin i Yang, ale nie jest jeszcze zróżnicowane, co pozwala na uzdrowienie wszelkich zaburzeń równowagi energetycznej, a zatem teoretycznie każdej choroby. Rzeczywiście, Hunyuanqi przenikając ciało, może przekształcić się zarówno w Yin, jak i Yang, w zależności od braków występujących u danej osoby. Dlatego rozumiemy ogromny potencjał leczniczy tej metody. Ludzkie Hunyuanqi jest połączeniem wrodzonej Qi (Yuanqi, wrodzonej Jingqi) i nabytej Qi. Cechą charakterystyczną ludzkiego Hunyuanqi jest „praca” z Yi, czyli intencja, poprzez poruszanie się wraz z nią. Yi manipuluje energią i kieruje ją tam, gdzie chce umysł, ważne jest, aby jednostka aktywnie korzystała z intencji z głęboką świadomością własnego myślenia. W praktyce Zhineng Qigong świadomość mobilizuje pierwotne Hunyuanqi, wchłania je i wykorzystuje do odżywiania ludzkiego Hunyuanqi. Kiedy osiągnięta zostanie pełnia Hunyuanqi, wszystkie funkcje narządów zostają uregulowane, choroby znikają, zdrowie zostaje wzmocnione i zyskuje się mądrość

Aby to osiągnąć, profesor Pang Ming stworzył serię ćwiczeń, które dzieli na sześć etapów:

1. Ćwiczenia pracujące z zewnętrznym Hunyuanqi: Qi z wnętrza jest przenoszona na zewnątrz, a zewnętrzna Qi jest gromadzona wewnątrz. W ten sposób można nie tylko wzmocnić normalne funkcje życiowe i przezwyciężyć stan chorobowy, ale także pobudzić szczególne zdolności intelektualne.
2. Ćwiczenia trenujące Hunyuan umysłu i ciała: W pierwszym kroku Qi jest wprowadzana do skóry, mięśni, ścięgien, żył i kości, aby jeszcze bardziej wzmocnić funkcje życiowe człowieka i tym samym przekroczyć standardowy poziom.
3. Ćwiczenia trenujące „prawdziwy” Hunyuan narządów: skupiając uwagę na Qi pięciu narządów, ćwiczymy je w korelacji z aktywnością psychiki. W rezultacie nastąpi ogólny wzrost zdolności samokontroli nad żywotnymi czynnościami ciała.
4. Ćwiczenie Hunyuan Kanału Centralnego: Ćwiczy połączenie pomiędzy „kanałem centralnym” a Qi całego ciała, aby połączyć je w „jedną całość”.
5. Ćwiczenie Linii Centralnej Hunyuan: Koaguluje i oczyszcza Qi kanału centralnego za pomocą linii centralnej, która wychodzi poza niebo i przenika ziemię.
6. Połączenie i powrót do Jednego: połączenie człowieka i natury w całość.

Każda sesja DMN rozpoczyna się praktyką Zhineng Qigong właśnie dlatego, że głęboko oddziałuje na ciało i skupia umysł, pozwalając na precyzyjne słuchanie i uwagę podczas tańca. Ponadto niezwykle istotne jest, abyśmy przed każdym występem przeciwiczyli niektóre ćwiczenia opracowane przez prof. Pang Minga, mające na celu zebranie Qi i skupienie, aby lepiej zainwestować naszą energię na scenie. Zwykle po praktyce Qigong, w której zgromadzona została energia Dantian, konieczne jest jej rozprowadzenie po całym ciele, a Taijiquan jest cenną dyscypliną, która oprócz spełnienia tego celu rozgrzewa mięśnie i stawy, odbudowuje połączenia organizmu i trenuje ruch organicznie.



„WARSZTATY IN.TO.DA.TE”: SZCZEGÓŁOWY PROGRAM ZAJĘĆ

WARSZTATY W PALERMO (16-20 PAŹDZIERNIKA 2022)

Warsztaty mogą mieć różną długość, od jednorazowego kilkugodzinnego doświadczenia, przez bardziej ustrukturyzowaną pracę przez dwa lub trzy dni po trzy godziny każdy, aż do intensywnej dwutygodniowej pracy po pięć godzin dziennie. W Palermo trwało to 5 dni.

Ideą jest zorganizowanie eksperymentalnego treningu opartego na holistycznej wizji człowieka oraz na modelu tańca opartym na jedności umysłu i ciała oraz głębokich połączeniach. DMN (Danza Movimento Naturale) narodził się z połączenia trzech dyscyplin, które pozwalają jednostce poznać swój prawdziwy potencjał, czyniąc ciało elastycznym i trwałym, a umysł silnym, wrażliwym i kreatywnym, zdolnym stworzyć ekspresyjnego i innowacyjnego artystę, tylko poprzez praktykę tańca. Warsztaty w Palermo były ważnym pierwszym krokiem w kierunku nawiązania owocnej współpracy pomiędzy zespołem l'espace a artystami z Polski.

Struktura i tematyka warsztatów w Palermo:

- Qigong – głównie Zhineng Qigong
 - Historia Zhineng Qigong
 - Podstawy teoretyczne (Pojęcie pola, Yishi, Yuanti, Hunyuanqi)
 - Praktyki pierwszego poziomu
 - Tradycyjna chińska Medycyna
 - Teoria Yin/Yang
 - Wu Xing
 - San Tiao
 - San Bao
 - Jing Luo
- Styl Taijiquan Chen
 - Pięć zasad
 - Podstawowe techniki
- Danza Movimento Naturale (naturalny ruch taneczny)
 - Historia i zasady
 - Przygotowanie do DMN (praca na podłodze)
 - Analiza ruchu
 - Technika
 - Improwizacja



Co-funded by
the European Union

Warsaw | Palermo
InToDaTe
Innovative tools for
DANCE TEACHERS

A3 - STWORZENIE PODRĘCZNIKA Z NOWYM PROGRAMEM NAUCZANIA I PILOTAŻEM Z NAUCZYCIELAMI I UCZNIAMI TAŃCA

Sesje pilotażowe były ważną częścią tworzenia tego podręcznika, ponieważ tancerze i choreografowie łączyli swoje doświadczenia, aby przetestować nowe podejście choreograficzne wynikające z połączenia dwóch zespołów tanecznych zaangażowanych w projekt oraz stworzyć nowe spektakle taneczne, których premiera odbyła się na Festiwalu Dissidanza w Palermo i U:NEW Dance Wave Festival w Warszawie. Sesje pilotażowe zorganizowano w Polsce w kwietniu – czerwcu 2023 r. z udziałem 52 tancerzy, natomiast we Włoszech sesje pilotażowe odbyły się w maju 2023 r. z udziałem 50 tancerzy z Włoch i Meksyku.



Oto kwestionariusz ewaluacyjny, który partnerzy wykorzystali do zebrania komentarzy, sugestii i wrażeń od uczestników sesji pilotażowych we Włoszech i w Polsce.

INTODATE – Innovative Tools for Dance Teachers

Project Number: 2021-2-IT02-KA210-ADU-000048218

Evaluation Questionnaire of INTODATE workshop

Date: _____ Project Partner: _____ Country: _____

The evaluation form includes open-ended and closed questions about the workshop held in Poland and Italy. The results will allow the project team to have an overview on issues and deliver input for improvement.

Please take a moment to answer the questions below and return the form to us at the end of the workshop.

	1 Strongly disagree	2	3	4	5	6 Strongly agree
The workshop fully met my expectations.						
The content is relevant to my work.						
The objectives of the workshop was clear and well-articulated.						
The activities in this workshop gave me sufficient practice and feedback.						
The workshop was well organised.						
The facilitator/trainer was well prepared.						
I improved my knowledge about new tools for contemporary dance.						
I will use the results of the workshop in my every day dance practice.						
I have a clear idea about how I will apply the learning within my dance practice.						

What were your reasons to attend the workshop?

How did you find out about the workshop?

What was most interesting and why?

Do you have any suggestions or additional recommendations about how to encourage using the techniques developed by the choreographers in Poland/Italy?

What is your profession?

Thank you very much for filling in this evaluation questionnaire!



Co-funded by
the European Union

Warsaw | Palermo

InToDaTe.
Innovative tools for
DANCE TEACHERS

Informacje zwrotne z sesji pilotażowych zakończyły tworzenie tego podręcznika. Na podstawie niektórych zebranych w kwestionariuszu ewaluacyjnym komentarzy uczestnicy odpowiedzieli na dwa konkretne pytania w następujący sposób:

Co było najciekawsze i dlaczego?

„Poczucie energicznej pracy w grupie, która przenosi cię do innych aspektów emocjonalnych i różnych możliwości ekspresji”

„Potencjał i siła docierająca do ruchu oraz ekspresja ciała stymulowana pracą z energią w praktyce Qi Gong i Taijiquan”

„Najbardziej szokującą częścią było to, gdy jako grupa pod przewodnictwem Giovanniego z muzyczną interwencją na żywo w wykonaniu Giuseppe Rizzo, uwolniliśmy się poprzez improwizację ruchową, podczas której zostaliśmy zaproszeni do zgłębienia podstaw Danza Movimento Naturale i pozwolenia na badania nad emocjami głosu. Było to tak potężne, ponieważ wszyscy przekroczyliśmy granice naszej ekspresji, tworząc piękne, ale wciąż organiczne doświadczenie”.

„Najbardziej interesującą rzeczą dla mnie była możliwość bycia w różnych kulturach, językach i na różnym poziomie znajomości tej metody. Było to dla mnie niezwykle wzbogacające, ponieważ mogłam poznać różne doświadczenia i zrozumieć, że taniec i ruch są dla każdego.”

„Z biegiem czasu relacja z moim ciałem stała się trudna, przez wiele lat czułam rozłączenie, fragmentację umysłu i ciała. Poprzez ruch wyzdrowiałam, pozwolił mi także rozwinąć pewność siebie, intuicję, wrażliwość i percepcję. To był most, który połączył mnie z życiem i innymi istnieniami”.

„Kiedy po raz pierwszy zetknąłem się z techniką DMN, poczułem znaczącą zmianę w naturze mojego ruchu, zacząłem postrzegać swoje ciało jako złożoną jednostkę, w której przepływa energia, pomogło mi to również zrozumieć (nieracjonalnie) ruch jako praktykę energetyczną i medytacyjną”.

„Zrozumiałam, że żyjemy w zautomatyzowanym świecie, poruszamy się i działamy mechanicznie i straciliśmy połączenie z energią. Odkrywcze było przebywanie w czasie zawieszenia w zbiorowości i praktykowanie cierpliwości jako antidotum na przyspieszenie życia”.

„Kolejnym odkryciem było to, że udało mi się zidentyfikować źródło traumy w moim ciele, która narastała przez lata, rozpoznając ją, odkryłem, że dzięki tego typu wewnętrznym i holistycznym praktykom mogę ją wyleczyć”.

„Dla mnie najciekawszą częścią warsztatów było połączenie się z najbardziej szczerym i intuicyjnym impulsem ruchu, w praktyce otworzyło się kilka drzwi do mojej nieświadomości, co pozwoliło mi znaleźć ukryte wspomnienia w moim ciele, które kiedyś czułem fragmentaryczne. Czując te wspomnienia, przeżyłam wiele emocji, niektóre bolesne, inne radosne, a jeszcze inne gwałtowne”.

Dla mnie najciekawszą częścią pracy była nauka słuchania całego ciała; jego postawa, jakie to uczucie, sposób, w jaki zmienia się każdego dnia, nawet trochę, nigdy nie czujemy się dwa razy dokładnie tak samo. Praktyka ta prowadzi do głębszej wrażliwości całego naszego „ja”.

„Wiele ćwiczeń było bardzo interesujących. Dla mnie odkrywczym było zobaczenie całej serii związanej z autentycznym ruchem, którą mogę włączyć do mojej codziennej praktyki, a także zastosować w mojej pracy z innymi. W grupie miałam bardzo ciekawy przebieg pracy i wiem, że po takiej sesji z autentycznym ruchem większość z nas poczuła się lepiej i bardziej wartościowo jako tancerka, artystka i pedagog. Często wymaga się od nas dużej perfekcji, a ta metoda pozwala każdemu odnaleźć swój własny ruch, który może być przyjemny i relaksujący. Choć spotkałam się już z tą metodą, tym razem dała mi ona o wiele więcej”.

„Jednym z najciekawszych warsztatów był Qi Qong, ponieważ odkryłam w sobie jakąś nową jakość ruchu”.

Komentarze i sugestie?

„Warto udostępnić wywiady lub filmy pokazujące pracę na scenie”

„Powinno to trwać dłużej, takie warsztaty, może miesiąc”.

„Czy jest szansa, że udostępnisz ten materiał w Meksyku?”

„Praktykowanie większej ilości improwizacji i myślę, że osobiście wykorzystanie muzyki i oddychania pomogło mi wejść w siebie głębiej”.

„Uważam, że tancerze powinni nauczyć się bardziej introspekcyjnych technik, takich jak DMN, aby zwracać większą uwagę na całą swoją istotę człowieka, na którą składa się ciało i umysł”.

A4 - WYDARZENIA FINAŁOWE Z WYSTĘPAMI TANECZNYMI

A4 było ostatnim działaniem projektu i przewidywało dwa finałowe występy we Włoszech i Polsce, które były wydarzeniami multiplikującymi projekt. Obydwa spektakle podsumowały pracę wykonaną w trakcie projektu, a w szczególności były efektem sesji pilotażowych z nauczycielami, studentami tańca i artystami performerami. Obydwa przedstawienia zostały wystawione w Palermo przez polski zespół taneczny złożony z uczniów i nauczycieli i podobnie w Polsce, gdzie włoski zespół taneczny zaprezentował rezultaty swoich sesji pilotażowych we Włoszech.

Oczekiwane rezultaty A4 były następujące:

- utworzenie dwóch nowych zespołów tanecznych składających się z uczniów i nauczycieli, którzy brali udział w działaniach projektu;
- dwa wyjazdy włoskich i polskich zespołów tanecznych;
- dwa występy finałowe.

Zespół taneczny l'espace miał premierę „Love you-man's love” w ramach festiwalu U:NEW Dance Wave w Warszawie 1 października 2023 r., zaś kolektyw HOTELOKO movement makers miał premierę „SOLARPUNK” podczas festiwalu Dissidanza w Palermo 27 października 2023 r. W sumie oba festiwale dotarły do ponad 600 osób, które dowiedziały się o projekcie IN.TO.DA.TE.

Festiwal U:NEW Dance Wave to pomysł Agaty Życzkowskiej. Festiwal jest spotkaniem kolektywu HOTELOKO movement makers z warszawską publicznością. Ważną częścią programu festiwalu jest prezentacja twórczości młodych artystów, służąca promocji nowych wizji młodych ludzi, a także wsparciu koncepcji rozwoju młodej publiczności tańca współczesnego. Czwarta edycja odbędzie się we wrześniu 2024 r.



Co-funded by
the European Union

Warsaw | Palermo

InToDaTe.

Innovative tools for
DANCE TEACHERS

W 2021 roku zespół taneczny l'espace zrealizował pierwszą edycję Międzynarodowego Festiwalu Dissidanza, obejmującą warsztaty, dyskusje panelowe i dwudniowe występy transmitowane na YouTube z otwartym dostępem ze względu na ograniczenia związane z Covid-19. Festiwal ma na celu promocję tańca współczesnego w Palermo o zasięgu międzynarodowym oraz stworzenie ruchu kulturalnego wokół tematów sztuki i tańca współczesnego. Czwarta edycja odbędzie się w październiku 2024 r. Festiwal promują także Institut Français Palermo i Instituto Cervantes.

Z dramaturgii Agaty Życzkowskiej połączonej z metodologią Giovanniego Zappulli powstał spektakl tańca współczesnego **„LOVE (H)U-MAN'S LOVE”**. "LOVE (H)U-MAN'S LOVE" bierze swój początek z badań nad duchowymi narodzinami ruchu, które z kolei wywodzą się z antropologicznego i etnomuzycznego poszukiwania dotyczącego transu starożytnych ludów śródziemnomorskich. W szczególności wsparcie naukowe zapewniają badania nad obrzędami i tradycjami przedchrześcijańskiej Sycylii pod kierunkiem etnomuzykologa Sergio Bonanzingi z Uniwersytetu w Palermo i Giuliany Marii Rizzuto, etnoantropologa i znawczyni Bliskiego Wschodu i kultury koptyjskiej. Ważny wkład wnoszą także techniki hipnozy prowadzone przez Vaninę Brunę, prezes Śródziemnomorskiego Stowarzyszenia Hipnozy Ericksonowskiej z siedzibą na Korsyce. Jest to projekt międzykulturowy dotyczący krajów obszaru śródziemnomorskiego, które zjednoczone historią podbojów i współistnienia heterogenicznych narodów i kultur, wzbogaciły swoje współczesne podłoże społeczne i mają podobną, choć wyjątkową przeszłość. Poprzez metodologię Danza Movimento Naturale choreografa Giovanni'ego Zappulli, pragnie uwydatnić to, co jest powszechnie wspólne dla ludzi: miłość rozumianą jako uniwersalna energia, którą umysł wykorzystuje zanurzony w odmiennym stanie świadomości, takim jak stan medytacyjny, który prowadzi do świadomości związku pomiędzy jednostką a wszechświatem. Jest to refleksja nad praktykami, które od zawsze panowały we wszystkich częściach świata i nad potencjałem rodzaju ludzkiego, który poprzez taniec celebryje swój hymn do życia.



Foto: Marta Ankiersztejn



Co-funded by
the European Union

Warsaw | Palermo

In.To.Da.Te.

Innovative tools for
DANCE TEACHERS

Wyzwaniem jest wprowadzenie na scenę tancerzy, którzy potrafią świadomie uzyskać dostęp do odmiennych stanów świadomości, co czyni ich artystami niezwykle wrażliwymi, a przez to wysoce ekspresyjnymi. Projekt obejmuje pierwszy etap badań choreograficznych, antropologicznych i muzycznych dotyczących epoki przedchrześcijańskiej oraz drugi etap mający na celu odkrycie technik hipnozy, będących dziedzictwem amerykańskiego psychoterapeuty Miltona H. Ericksona. Badania skupiają się na rytuałach i ceremoniach, które poprzez ruch i muzykę wprowadzają w stan transu. Grupa składa się z tancerzy, muzyków i śpiewaków i oferuje widzowi intensywne, ale przede wszystkim zawsze odmienne przeżycie: artyści, czerpiąc ze zmienionego stanu świadomości, z każdym występem będą tworzyć coraz nowy rezultat.

"LOVE (H)U-MAN'S LOVE" również czerpie z cennej współpracy z kompozytorem i twórcą dźwięku Giuseppe Rizzo, którego doświadczenie sięga od kompozycji klasycznej po badania elektroakustyczne, oraz ze współpracy z piosenkarką Irene Lentile. Projekt ten integruje materiały zebrane podczas badań, które są przetwarzane za pomocą elektroniki na żywo i transformacji dźwięku w czasie rzeczywistym, czyli technologii przechwytywania i natychmiastowego przekształcania dźwięku w celu stworzenia tętniącego życiem muzycznego wszechświata. Artysta na scenie, w zmienionym stanie, czerpie z nurtu swojej świadomości, ożywiając dźwięki, hałasy, śpiewy, słowa i frazy, które są niezwykle spójne z wewnętrznym krajobrazem, który właśnie przeżywa. Te dźwięki, po cyfrowej obróbce, tworzą dźwiękową atmosferę o silnym wpływie estetycznym. W tym głębokim stanie artysta generuje obrazy, które wszechświat jego umysłu mu zwraca, stając się inspiracją dla scenografii, która, dzięki użyciu technologii wideo, ukazuje ten szczególny świat widzowi.

"LOVE (H)U-MAN'S LOVE" (wideo dostępne [tutaj](#))



Foto: Marta Ankiersztein



Co-funded by
the European Union

Warsaw | Palermo

InToDaTe.

Innovative tools for
DANCE TEACHERS

SOLARPUNK 2023 (trailer dostępny [tutaj](#))

Korzystając z praktyki uważności zaczerpniętej z metody DMN w połączeniu z eksperymentalną choreografią konceptualną powstał spektakl **SOLARPUNK**. SOLARPUNK to ruch artystyczny, który wyobraża sobie, jak mogłaby wyglądać przyszłość, jeśli ludzkości uda się rozwiązać główne współczesne wyzwania, koncentrując się na kwestiach zrównoważonego rozwoju, takich jak zmiany klimatyczne i zanieczyszczenia. To jedna z nielicznych pozytywnych i pełnych nadziei wizji przyszłości w kontekście relacji cywilizacji ze światem przyrody, popartych konkretnymi faktami i wartościami. Solarpunk opisuje świat, w którym jesteśmy bardziej świadomi kosztów środowiskowych postępu technologicznego. Przyszłość może zakładać ponowne wykorzystanie i upcycling tego, co już istnieje. Ważne są nie tylko „inteligentne miasta”, ale też inteligentne obywatelstwo”. W tej wizji cywilizacja i przyroda stanowią harmonijną jedność, wzajemnie się wspierając. Ideą spektaklu kolektywu HOTELOKO movement makers jest wprowadzenie tego nurtu w świat tańca współczesnego i performansu.



Co-funded by
the European Union

Warsaw | Palermo

InToDaTe.

Innovative tools for
DANCE TEACHERS

Pod wpływem pracy nad spektaklem powstał manifest: Manifest Solarpunka / kolektyw HOTELOKO movement makers

Jesteśmy Solarpunkami, ponieważ próbujemy odzyskać nadzieję.

Solarpunk jest optymistyczną wizją koegzystencji człowieka z technologią i naturą.

„Punk” w Solarpunku to rebelia, kontrkultura, post-kapitalizm, post-kolonializm i entuzjazm. Zmierza w inną stronę niż główny nurt kultury.

„Solar” w Solarpunku nawiązuje do słońca i stanowi symboliczną reprezentację wiary w wykorzystanie czystej i odżywalnej energii na potrzeby transformacji świata.

SOLARPUNK chce wzmocnić ludzką wspólnotowość poprzez poprawę jakości relacji międzyludzkich w skali lokalnej i globalnej.

Solarpunk jest nurtem, który chce zmierzyć się z wyzwaniami Antropocenu, czyli epoki charakteryzującej się znacznym wpływem człowieka na naszą planetę.

Solarpunk przygląda się, dialoguje i konfrontuje się z ideą post humanizmu.

Na Solarpunk składa się młoda kultura makerska, lokalne rozwiązania i tworzenie autonomicznych systemów nie tylko technologicznych, ale i ekologicznych.

Solarpunk zakłada wielość metod: nie ma jednego „słusznego” sposobu na udział w Solarpunku. Zamiast tego zróżnicowane społeczności z całego świata mogą używać jego nazwy i wartości, aby stworzyć własne załączki odżywalnej rewolucji.

SOLARPUNK jest mocą i siłą napędową do codziennego porannego wstania ze świata snów.

SOLARPUNK jest sztuką nie wpadania w skrajności.

SOLARPUNK jest energią idącą do góry, która umożliwia harmonię.

SOLARPUNK jest smakowaniem szaleństwa.

SOLARPUNK jest triumfem nad strachem.

SOLARPUNK jest tlenem.

Solarpunk chce spowolnić, zredukować, zatrzymać lub odwrócić obecne trendy w wykorzystaniu przez ludzkość przyrody do swoich celów.

Solarpunk uwzględnia różnorodność kultur, religii, stopni sprawności, płci, ról płciowych i tożsamości seksualnych.

Solarpunk proponuje społeczną ewolucję prowadzącą nie tylko do tolerancji, ale jeszcze szerszej akceptacji i empatii.

Nasza przyszłość może zakładać ponowne wykorzystanie i upcycling tego, co już istnieje. Nie tylko „inteligentne miasta”, ale też inteligentne obywatelstwo”.

Nie chcemy, aby SOLARPUNK był bronią, ale żeby był wielkim nauczycielem empatii i ekosystemu, w którym żyjemy. Tak przejawia się nasza miłość do świata. Nie jesteśmy już

władcami Ziemi. Jesteśmy jej opiekunami. Jesteśmy ogrodnikami.

SOLARPUNK jest motywatorem do rozwoju i ruchu.

SOLARPUNK jest we mnie, kiedy otaczają mnie osoby, którym ufam.

SOLARPUNK jest wygraną.

SOLARPUNK jest mięciutki jak pluszowy miś.

SOLARPUNK jest tlenem.



Foto: Marta Ankiersztejn



Co-funded by
the European Union

Warsaw | Palermo

InToDaTe.

Innovative tools for
DANCE TEACHERS

WNIOSKI

Finalnie projekt IN.TO.DA.TE. osiągnął swoje założone cele:

- zapewnienie nauczycielom tańca nowego programu nauczania i narzędzi podnoszenia ich kompetencji i umiejętności w zakresie edukacji w tańcu;
- upowszechnianie i praktyczne zastosowanie nowych metodologii choreograficznych wśród młodych pokoleń tancerzy;
- wykorzystanie kreatywnych i innowacyjnych narzędzi ułatwiających proces uczenia się profesjonalnych tancerzy.

W ramach projektu osiągnięto także rezultaty:

- stworzenie innowacyjnego programu nauczania dla nauczycieli tańca;
- wymiana doświadczeń i dobrych praktyk pomiędzy nauczycielami z krajów partnerskich poprzez dwie wizyty studyjne we Włoszech i Polsce;
- publikacja podręcznika dla nauczycieli tańca na temat nowych metod choreograficznych opracowanych przez obu partnerów;
- dwa występy finałowe ("SOLARPUNK" i "LOVE (H)U-MAN'S LOVE") z uczniami tańca pilotującymi program opracowany w ramach projektu, który miał swoją premierę na międzynarodowych festiwalach tańca.

Młodzi tancerze mieli okazję wystąpić przed uważną publicznością w ramach międzynarodowych festiwali z udziałem zespołów tanecznych z całej Europy. Projekt przyniósł bezpośrednie korzyści dwóm organizacjom kulturalnym, które dzięki niemu mogły organizować swoje festiwale i szkolić młodych tancerzy i innych profesjonalistów zajmujących się tańcem dzięki ich innowacyjnym badaniom choreograficznym na rzecz zaangażowania społecznego i zrównoważonego rozwoju w tańcu współczesnym.

Projekt ten stanowi początek nowej, silniejszej współpracy pomiędzy l'espace i HOTELOKO, które są już zaangażowane w inne projekty finansowane przez UE. Partnerzy planują wykorzystać doświadczenia z projektu IN.TO.DA.TE. w najbliższej przyszłości. Mamy nadzieję, że inne projekty Erasmus+ dotyczące tańca i integracji są już w drodze!



Foto: michaljedrzejewskiphotographer



DZIĘKUJĘ

Warsaw | Palermo
In.To.Da.Te.
Innovative tools for
DANCE TEACHERS

centro coreografico
l'espacio
p a l e r m o



Projekt finansowany przez Unię Europejską. Wyrażone w nim opinie są wyłącznie poglądami autorów i niekoniecznie odzwierciedlają stanowisko Unii Europejskiej ani Europejskiej Agencji Wykonawczej ds. Edukacji i Kultury (EACEA). Ani Unia Europejska, ani EACEA nie ponoszą odpowiedzialności za treść zawartą w projekcie.