

Allt hänger samman

ALLT HÄNGER SAMMAN

ÖVNING ORDNINGSBRYTNING GÖR EN FLASHMOB!

Gratisk form och illustration: Camilla Elteill - Foto: Jessica Björkwall, samt Pixabay och Unsplash

SYMBOLFÖRKLARINGAR

				
LÅNG 30-45 min	KORT 10-20 min	RÖRELSE I FOKUS	MER FÖRBE- REDELSE	BETYGS- GRUNDANDE UPPGIFTER



SYFTET

ORDNINGSBRYTNING - GÖR EN FLASHMOB!

Syftet med övningen är att utforska fenomenet flashmob i dansform och prova att dansa i offentlig miljö - mitt i arkitekturen. Syftet är även att visa hur man kan använda sig av koreografi som en aktivitet för att stärka gemenskap och mod, samt att utmana normer.

KOPPLAT TILL KURSPLANEN FÖR: Idrott och hälsa

LÅNG ÖVNING: 30-45 min



ORDNINGSBRYTNING

Om du ser dig omkring kan du upptäcka hur vi alla gör saker på ungefär samma sätt i det offentliga rummet. Det är därför det vanliga, normen för hur vi gör saker, blir så tydlig om någon gör något helt annat. Därför är det bra att bryta ordningar ibland - både för sin egen skull och för andras.

För när du upplever något nytt, rör dig på nya sätt och ser på din omvärld på sätt som du inte brukar göra - då övar du förmågan till kreativitet och innovation. Och det är ju det som för oss människor framåt!



FLASHMOB

Flashmob, eller blixtdemonstration, är när en grupp människor plötsligt samlas på en offentlig plats och utför något oväntat, för att sedan skingras direkt efter. Ofta är det dans eller musik, eller någon annan form av kort evenemang. Händelserna filmas och delas vidare. Flashmob-tekniken kan både användas för att bjuda på en kulturopplevelse och för politiska ändamål. Som en snabb manifestation för att skapa uppmärksamhet kring en politisk fråga eller något annat budskap.

Att göra en flashmob på skolan kan vara ett spännande och roligt sätt att stärka gemenskap och inspirera andra att också vara modiga!

Har ni tänkt på vilka normer som råder i er skola - hur man ska vara för att passa in? En flashmob kan ifrågasätta de normerna och även få andra att reflektera över sina beteenden och värderingar.

Det är också ett bra sätt att utmana sin egen rädsla för att verka "töntig". Genom att vara modig, gå mot strömmen och göra något oväntat kan vi faktiskt vara med och skapa förändring. Vi kan förflytta gränserna för en mer inkluderande kultur och miljö där olikheter ses som något värdefullt. Plus att det även stärker vårt självförtroende, kickar igång inspirationen och sätter fart på kreativiteten!

Så varför inte testa något nytt - och se var det tar er?

Ibland tar en dansidé vägar som man aldrig kunde föreställa sig när man kom på de första stegen...

Googla "Dansa för livet" för att få inspiration och se vad skolor i hela Sverige gjort för att väcka uppmärksamhet kring psykisk ohälsa bland unga!

LÄNK: Allt hänger samman spotifylista >>

LÄNK: Dansa för livet >>



ÖVNING

Dansa någon av koreografiövningarna ni har gjort som en flashmob-dans.

Det kan vara några elever eller hela klassen som utför sin koreografi någonstans i skolan – i korridor, bibliotek, matsal eller på skolgård. Starta under lektionstid när inte så många rör sig i skolan, så kan ni vänja er vid en mindre publik. Fortsätt sedan och överraska hela skolan under rasten med en flashmob-dans. Alla kan vara med på övningen, även om alla inte dansar. Några kan sköta musiken, andra kan hålla koll på platsen eller bara vara där och ge stöd och heja på.

OCH!

Om det finns dansintresserade elever som redan har en egen färdig dans - testa att göra den som en flashmob-dans! Kanske kan ni till och med få med hela skolan på en flashmob som i projektet "Dansa för livet".

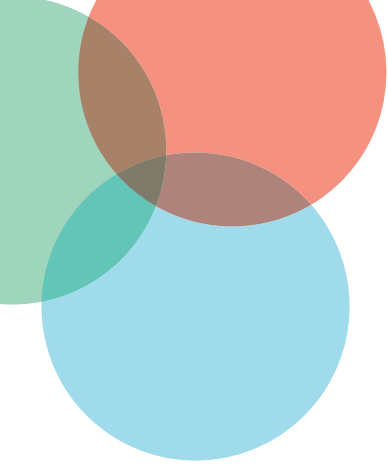


AVSLUTANDE REFLEKTION

Samtala två och två eller resonera alla tillsammans.

Tänk på att det inte finns rätt eller fel när du reflekterar!

1. Hur var det att göra en flashmob? Vad var mest spännande och utmanande? Vad tror ni att det berodde på? Var det något som förvånade er?
2. Kunde ni känna och ge stöd till varandra? Hur kan en sån här aktivitet utmana eventuella normer i skolan?
3. Om ni fick välja en annan plats i arkitekturen utanför skolan där ni skulle göra er flashmob, var skulle ni välja och varför? Välj en plats som finns i er närhet och en drömplats som t. ex på toppen av Globen, i Colosseum i Rom eller Time Square i London.
4. Hur hänger den här övningen ihop med temat allt hänger samman?



BETYGSGRUNDANDE UPPGIFT

Kopplad till kursplanen i Idrott och hälsa, kan redovisas skriftligt eller muntligt, enskilt eller i grupp:



UPPGIFTER

Reflektera över din/er egen skolmiljö genom att utgå från några av frågorna nedan:

- Fundera på hur er flashmob med vardagsrörelser kan inspirera andra att tänka annorlunda kring normer och ordningar för hur man ska vara för att "att passa in" och "göra rätt".
- Inom dans och idrott finns det ofta starka kroppsideal och normer för hur man rör sig och ska se ut - hur kan er flashmob med vardagsrörelser utmana de idealen?
- Tror du att kroppsidealerna påverkar vilken idrott- eller dansform som ungdomar väljer eller väljer bort? Skriv eller berätta om hur du tänker.
- Alla kroppar ser olika ut, rör sig på olika sätt och har olika förutsättningar. Hur tror du att idealen påverkar hur vi mår?
- Hur kan man dra nytta av människors olikheter för att skapa en mer inkluderande skolmiljö?
- Kulturella uttryck som dans, musik och bildkonst påverkar oss på ett känslomässigt plan. Kan du komma på något annat kreativt uttryck än en flashmob som kan inspirera elever och personal att jobba med normer, kroppsideal och psykisk hälsa i din skolmiljö?