

Bilimle Uğraşalım

Öyle bir etkinlikle uğraşacaksınız ki, bu hem eğlenceli hem de hareketli olacak!

Hem kaslarınızı çalıştıracak, hem de hareket kontrolü ve dengeyle ilgili becerilerinizi de geliştirecek. Böyle bir etkinlik var. Adı da dans! İlginizi çekiyorsa bir dans atölyesine mutlaka katılın. Ancak, bundan önce etkinlik önerilerinden, düşünme becerilerini geliştirecek sorulardan ve eğlenceli çalışma kâğıtlarından oluşan ekimize göz atın.

Hangi Etkinlikleri Yapabilirim?

 “Dansa nasıl başlarım?” diye düşünebilirsiniz. Şunu deneyin: Hareketli bir müzik açın. Müziği dinleyin ve ritmini anlamaya çalışın. Ardından bu ritme uyarak bir iki dakika yürüyün. İkinci olarak, parmaklarınızın ucuna basarak yürüyün. Üçüncü olarak da topuklarınızı basarak yürüyün. Sonra bir şey daha deneyin: Ayaklarınızın dışına basarak yürüyün. Ardından bunu, bir de ayaklarınızın içine basarak yapın. Son olarak bir kedi gibi, ayaklarınızın tamamını aynı anda yere basarak yürüyün.

 Yeni başlayanlar için bir güzel etkinlik daha. Sevdiğiniz hareketli bir müzik açın. Müziğin ritmini tanıdıktan sonra önce yerde hareketler yapmaya başlayın. Şimdi de diz üstü konumda dans etmeye çalışın. Artık tümüyle ayağa kalkıp hareket edebilirsiniz. Son olarak, ayaklarınızın üzerinde yükselerek ya da sıçrayarak dans edin. Farkında mısınız, dört farklı yükseklikte dans ettiniz. Biraz çalıştıktan sonra bu yüksekliklerin hepsini, istediğiniz sırayla kullanarak dans edin. Bir süre sonra çok güzel figürler ortaya çıkardığınızı göreceksiniz. (Yukarıdaki iki etkinlik, 7-8

Herkes Dans Edebilir!
Sağlıklı yaşamın en önemli iki bileşeninden biri düzenli ve dengeli beslenmekse diğeri de düzenli ve dengeli fiziksel etkinlik yapmaktır. Dans da fiziksel bir etkinlik. Hem de müziğin ritmine uyarak yapılan etkileyici bir etkinlik. Etkileyici, çünkü dans etmek insana kendini iyi hissettiriyor, mutlu ediyor.

Ekim 2006’da Çağdaş Drama Derneği tarafından düzenlenen ve Nadja Rasewski’nin liderlik yaptığı “Hareket ve Dans Tiyatrosu” konulu atölyeden alınmıştır.)

 Bilimsel terimleri aklımızda tutmak kimi zaman zordur. Bunu, bir oyuna dönüştürerek eğlenceli hale getirmek belki işe yarar. Birkaç arkadaş bir araya gelin ve aklınıza gelen terimleri sıralayın: fotosentez, atom, enerji, göktaşı, yansıma, ısı, kimyasal tepkime... Ardından gruptaki herkesin, bulduğunuz sözcüklerden birini seçmesini sağlayın. Vücudunuzla, seçtiğiniz sözcüğü çağrıştıracak bir hareket oluşturun. Sonra da hareketi yaparak arkadaşlarınıza hangi sözcüğü anlatmak istediğinizi sorun.

 Suyun çevrimi, maddenin hal değiştirmesi, ısının yayılması, tohumun çimlenmesi, gölgenin oluşumu gibi birçok bilimsel konuyu da dansla ifade edebilirsiniz. Örneğin, suyun çevrimini ele alalım. Güneş’in etkisiyle okyanuslar, denizler, göller ve akarsulardaki su buharlaşır. Suyun çevrimini, bir müzik eşliğinde dans ederek nasıl anlatabileceğinizi düşünün. Bunu, bir gösteriye dönüştürebilir ve okulunuzda sergileyebilirsiniz

Hangi Kaynaklardan Yararlanabilirim?



Epsilon Yayınları’ndan bir balerin kızın serüvenlerini aktaran “Sarah’ın Dünyası”, “Sahneye İlk Adım” ve “Gerçekleşen Rüya” kitaplarını okuyabilirsiniz.



Bu Konuda Daha Çok Düşünmek İstiyorum!

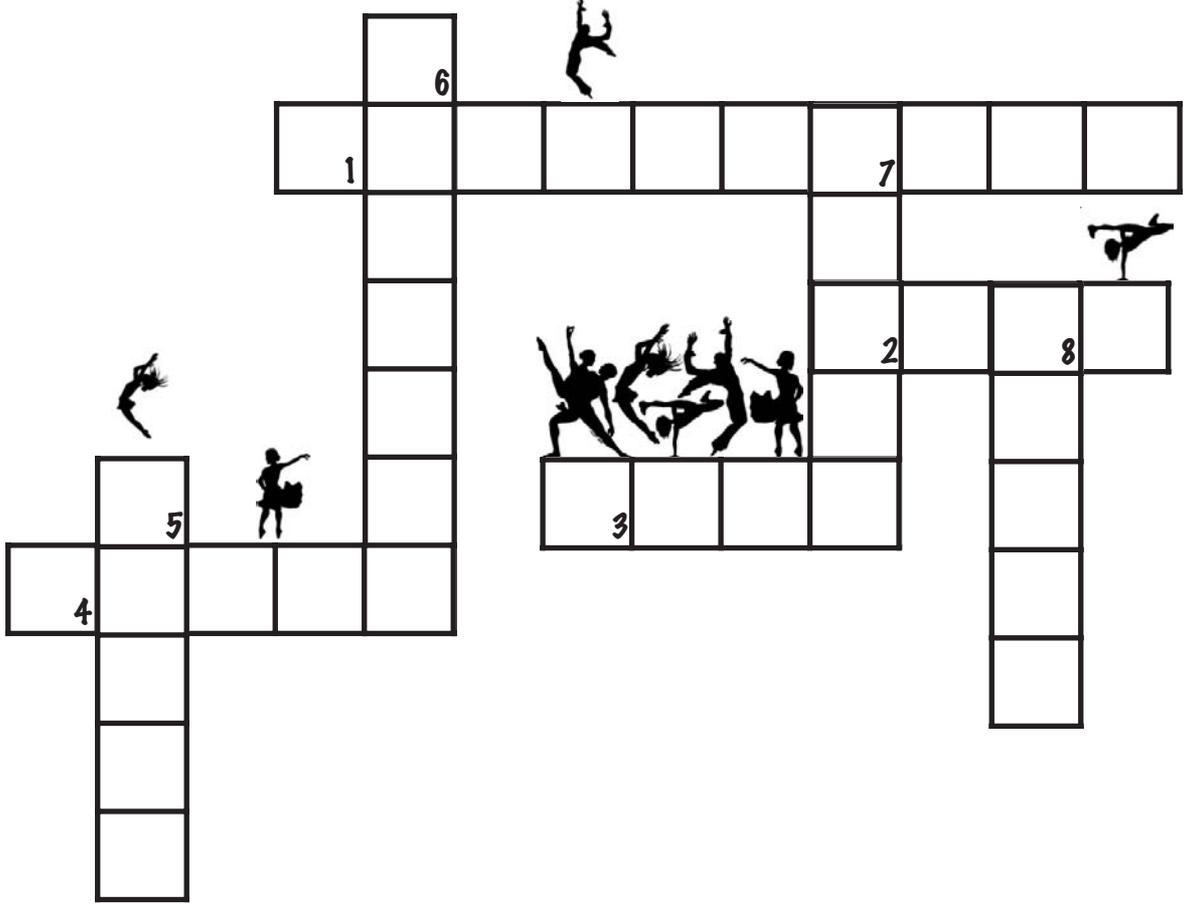
Birçok dans çeşidi var. Tango, vals, ça ça ça, hip hop... Bu danslar, zamanın müzik ve diğer sanat akımlarından, modadan etkilenerek ortaya çıkmış. Aşağıda bu dansların bir kısmını gösteren resimler görüyorsunuz. Bu resimlerin hangi dansı gösterdiğini bulmaya çalışın. Bunun için kartlarımızdan da yararlanabilirsiniz.



1. Bale 2. Vals 3. Ça ça ça 4. Hip Hop 5. Flamenko 6. Samba 7. Tango 8. Tap

Dans Bulmaca

Dans dünyasına girdikçe birçok terim öğreneceksiniz. Bunlardan birkaçına aşağıdaki bulmacada yer verdik.



Soldan Sağa:

1. Bir dansı oluşturan adım, figür ve anlatımların bütünü.
2. Balerinlerin giydiği kısa ve kat kat kabarık etek.
3. Dans ederken yapılan ayak atışlarının her biri.
4. Flamenko dansıyla bütünleşen müzik aleti.

Yukarıdan Aşağı:

5. Bir dansa ölçülü adımlarla oluşturulan zincirleme hareketlerden her biri.
6. Bir ülkeye, yöreye ya da kültüre özgü yerel danslara verilen ad.
7. Müzik ve hareketlerin düzenli aralıklarla tekrarlanması.
8. Müzik ve hareketlerin belirli süre içinde tekrarlanma hızı.

1. Koreografi 2. Tutu 3. Adım 4. Gitar 5. Figür 6. Folklor 7. Ritim 8. Tempo

Dans Kostümü Tasarlayalım

Diyelim ki, bir dans topluluğu kurdunuz ve bir gösteri hazırladınız. Bu gösteri için kostümlere de gereksiniminiz var. O zaman işte size bir fırsat. Aşğıdaki kız ve erkek dansçı üzerinde kostümünüzü tasarlayın. Kostümlerin renkleri, biçimleri, aksesurları, dans ve müzikle uyumu gibi düşünmeniz gereken birçok konu var!

