

Lista kontrolna dla edukatora: przygotowanie inkluzywnych warsztatów teatralnych dla osób z niepełnosprawnością wzroku

1. Przygotuj przestrzeń

- ☐ Upewnij się, że przestrzeń, w której odbywają się zajęcia teatralne, jest bezpieczna i można się po niej swobodnie poruszać.
- ☐ Usuń przeszkody z przestrzeni przeznaczonej do pracy.
- ☐ Zachowuj stałe rozmieszczenie mebli i materiałów.
- ☐ Przed rozpoczęciem zajęć zapoznaj uczestników z przestrzenią:
 - Gdzie znajdują się granice sali?
 - Gdzie znajdują się pozostali uczestnicy?
 - Gdzie znajdują się materiały?
- ☐ Daj uczestnikom czas na poznanie przestrzeni poprzez ruch i dotyk.

Wskazówka: Znajomość otoczenia pomaga uczestnikom czuć się pewniej i swobodniej wyrażać siebie.

2. Stwórz bezpieczną i wspierającą atmosferę

- ☐ Przedstaw uczestników i zachęcaj ich do nawiązywania kontaktu w grupie
- ☐ Ustal jasne zasady oparte na szacunku i zaufaniu.
- ☐ Zachęcaj każdego do uczestnictwa na swój własny sposób.
- ☐ Stwórz atmosferę, w której popełnianie błędów jest naturalną częścią procesu uczenia się.

Pamiętaj: W teatrze nie chodzi o perfekcję, lecz o odkrywanie, komunikowanie się i wyrażanie własnych pomysłów.

3. Stosuj jasne instrukcje słowne

Podczas wyjaśniania ćwiczeń:

- ☐ Opisuj działania krok po kroku.
- ☐ Wyjaśniaj, kto bierze udział w danym ćwiczeniu i gdzie znajdują się poszczególne osoby.
- ☐ Przekazuj jasne informacje dotyczące:
 - Ruchu
 - Przestrzeni
 - Emocji
 - relacji między postaciami

Zamiast:

✗ “Stań tam i spójrz na swojego partnera.”

Powiedz:

✓ “Zrób trzy kroki do przodu, aż znajdziesz się naprzeciwko swojego partnera. Zwróć się w stronę, z której słyszysz jego głos.”

4. Zachęcaj do odkrywania możliwości głosu i dźwięku

☐ Wprowadzaj ćwiczenia dotyczące:

- Oddechu
- Emisji głosu
- Rytmu i tonu głosu
- Opowiadania historii

☐ Zachęcaj uczestników do odkrywania:

- Różnych emocji wyrażanych za pomocą głosu
- Dźwięków charakterystycznych dla różnych postaci
- Dialogu i improwizacji

☐ Zachęcaj uczestników do wykorzystywania głosu jako narzędzia wyobraźni i ekspresji.

5. Wspieraj ekspresję poprzez ciało

- ☐ Zachęcaj uczestników do odkrywania różnych sposobów poruszania się i przyjmowania różnych postaw ciała.
- ☐ Opisuj wykonywane ruchy zamiast opierać się na demonstracji wzrokowej.

Zamiast:

✗ “Poruszaj się jak starsza osoba.”

Powiedz:

✓ “Wyobraź sobie, że Twoje ciało porusza się coraz wolniej, Twoje kroki stają się krótsze, a ruchy łagodniejsze.”

☐ Zachęcaj do odkrywania:

- Gestów
 - Mimiki opisywanej słownie
 - Ułożenia ciała
 - różnych sposobów wykonywania ruchu (wolno, szybko, zdecydowanie, delikatnie)
-

6. Wspieraj wyobraźnię i tworzenie opowieści

- ☐ Wykorzystuj ćwiczenia oparte na opowiadaniu historii, które angażują różne zmysły.
- ☐ Zachęcaj uczestników do tworzenia własnych postaci i historii.
- ☐ Wykorzystuj przedmioty, dźwięki, tekstury i muzykę jako źródła twórczej inspiracji.

Pytania pobudzające kreatywność:

- “Co czuje ta postać?”
 - “Jak brzmi to miejsce?”
 - “Co wydarzy się dalej w tej historii?”
 - “Jak poruszałaby się lub mówiła Twoja postać?”
-

7. Dostosuj ćwiczenia teatralne

☐ Zapewnij różne możliwości uczestnictwa:

- Odgrywanie ról
- Narrację
- Tworzenie dźwięków
- Tworzenie postaci
- Współtworzenie historii zza kulis

☐ Unikaj ćwiczeń opartych wyłącznie na naśladowaniu wzrokowym.

☐ Daj uczestnikom czas na zrozumienie ról i poszczególnych scen.

☐ W razie potrzeby przekazuj dodatkowe informacje słowne.

Wskazówka: Każdy uczestnik może wnieść swój wkład w działania teatralne, niezależnie od stopnia niepełnosprawności wzroku czy możliwości ruchowych.

8. Wspieraj współpracę i budowanie zaufania

☐ Wprowadzaj ćwiczenia w parach i w grupach.

☐ Zachęcaj uczestników do słuchania siebie nawzajem i reagowania na działania innych.

☐ Wykorzystuj ćwiczenia rozwijające:

- Zaufanie
- Komunikację
- Współpracę
- Wspólne działania twórcze

☐ Zawsze pytaj o zgodę przed zastosowaniem prowadzenia poprzez dotyk lub kontaktem fizycznym.

9. Stwórz inkluzywne warunki do występu

Jeśli przygotowujesz występ:

☐ Dokładnie opisz scenę lub przestrzeń, w której będzie odbywał się występ.

☐ Omów miejsca wejścia i zejścia ze sceny oraz pozycje uczestników.

☐ Daj uczestnikom możliwość zapoznania się z przestrzenią przed występem.

☐ Skupiaj się na ekspresji i opowiadaniu historii, a nie na wyglądzie występu.

10. Refleksja po warsztatach

Zapytaj uczestników:

- ☐ W jaki sposób wyrażałeś/wyrażałaś siebie podczas ćwiczeń?
 - ☐ Które ćwiczenie pomogło Ci poczuć się najpewniej?
 - ☐ Czego nowego dowiedziałeś/dowiedziałas się o swoim głosie lub ciele?
 - ☐ Jak praca z innymi wpłynęła na Twoje doświadczenie?
 - ☐ Co chciałbyś/chciałabyś dalej odkrywać?
-

Kluczowe przesłanie dla edukatorów

Teatr inkluzywny nie polega na odtwarzaniu tradycyjnych metod pracy teatralnej.

Jego celem jest tworzenie przestrzeni, w której osoby z niepełnosprawnością wzroku mogą wykorzystywać swój głos, ciało, wyobraźnię i kreatywność do opowiadania historii oraz budowania relacji z innymi.