

Lektionsplanering

Årskurs: Gymnasiet

Ämne: Eurytmi 1

Tema: Eurytmi och emotionellt uttryck

Koppling till styrdokument

Centralt innehåll

Undervisningen ska ge insikt i hur rörelse kan användas för att uttrycka känslor och stämningar. Eleverna ska lära sig att koppla sina rörelser till olika känslor och hur dessa känslor kan förstärkas genom eurytmi.

Kunskapskrav

Eleven redogör översiktligt för hur eurytmi kan användas för att uttrycka känslor och visar förmåga att inkorporera emotionellt uttryck i sina rörelser.

Lärarledda instruktioner

Introduktion till emotionellt uttryck i eurytmi (10 min)

- Diskutera hur rörelse kan spegla känslor såsom glädje, sorg, ilska och lugn.
- Definiera vad som menas med att uttrycka känslor genom rörelse.
- Ge exempel på hur olika rörelsetekniker kan förstärka känslor i eurytmi.

Emotionella rörelseraps (15 min)

- Låt eleverna delta i övningar där de får utforska och uttrycka olika känslor genom sina rörelser.
- Öva på att gestalta specifika känslor med kroppsspråk, rörelsemönster och tempo.
- Diskutera hur rörelsetekniker som att sträcka ut, dra sig tillbaka eller snurra kan relateras till de känslor de vill uttrycka.

Grupparbete: Skapa en känslobaserad eurytmiuppvisning (10 min)

- Dela in eleverna i grupper och ge dem i uppdrag att skapa en kort eurytmiuppvisning som baseras på en specifik känsla.
- Varje grupp ska diskutera hur de kan gestalta sin känsla genom rörelser och samordning.
- Ge tid för dem att repetera och öva tillsammans.

Avslutning och reflektion (15 min)

- Sammanfatta lektionens centrala punkter angående känslor och eurytmi.
- Låt eleverna reflektera över hur de upplevde att uttrycka känslor genom rörelser och vad de lärde sig om samverkan mellan sina känslor och kroppen.
- Diskutera hur känslor kan påverka den musikaliska tolkningen och uttrycket i eurytmi.

Aktivitet

Under 30 minuter ska eleverna utföra sin känslobaserade eurytmiuppvisning för klassen. De ska tydligt visa hur de olika rörelserna representerar den känsla de valt. Efter varje uppvisning kan klassen diskutera och ge feedback på hur väl känslor har förmedlats genom rörelser.

Exit-ticket

- Vad innebär att uttrycka känslor i eurytmi? (Att använda kroppsrörelser för att gestalta och kommunicera känslomässiga tillstånd)
- Ge exempel på rörelser som kan uttrycka sorg. (Sänkta axlar, långsam och tung rörelse)
- Hur kan en grups dynamik påverka känslouttrycket? (Samarbete kan förstärka känslorna och skapa en enhetligare upplevelse)
- Varför är det viktigt att vara medveten om sina känslor när man praktiserar eurytmi? (För att kunna gestalta känslor mer autentiskt och effektivt)
- Hur kan musik förstärka emotionella rörelser? (Genom att skapa en känslomässig kontext som stödjer rörelsemönstren)

Hemuppgift

Eleverna ska reflektera över sin egen känslobaserade eurytmiuppvisning. De ska beskriva vilka känslor de försökte förmedla, hur de valde sina rörelser och hur det kändes att uttrycka dessa känslor. Reflektionen ska vara minst 300 ord.

Citat

Behovet av att uttrycka sig fysiskt är en del av den mänskliga erfarenheten. - Anonym.

Detta citat betonar vikten av kroppens rörelse som ett sätt att kommunicera och uttrycka våra känslor.