

# Molière Ensemblen

## DANCE OR DIE WORKSHOP

FOTO: TOBBE BLAD

**MÅLET MED MOLIÈREENSEMBLENS DANCE OR DIE-workshop** är att stärka elevernas självkänsla genom att använda dans och poesi som ett sätt att uttrycka sina känslor på. Skådespelarna i DANCE OR DIE leder hela workshopen men vi ser gärna att du som lärare, eller annan personal som känner eleverna, är med.

**I WORKSHOPPEN BÖRJAR VI MED UPPVÄRMNING** och övningar för att öka tilliten till varandra i gruppen. Att släppa prestationsångest skapar förutsättningar för att ha kul tillsammans och möjliggör en kreativ process! Bland annat prövar vi "Heta stolen" där syftet är att få eleverna att reflektera över olika frågeställningar som knyter an till pjäsens tema. Efter paus delas vi upp i tre mindre grupper, med en medlem från ensemblen i varje grupp. Tillsammans utforskar vi möjligheten att uttrycka känslor med rörelser till musik. När eleverna bekantat sig med formen går vi över till helgrupp och dansar en koreografi ur föreställningen DANCE OR DIE tillsammans! Vi avslutar dagen med en mindfulnessövning där eleverna kan varva ner, känna sin kropp och bli medvetna om sin andning.

**ANTAL DELTAGARE:** Ca 30 elever

**ÅLDER:** Högstadiet och gymnasiet

**TID:** 1 timme 45 minuter inkl. 10 min paus

**VI BEHÖVER:** Större klassrum, aula eller gymnasium så att varje elev har gott om utrymme att röra sig på. Ställ undan bänkar och stolar, men se till att stolarna är lättillgängliga till övningen "Heta stolen".

**PRIS:** 8 000 kr

**KONTAKT OCH BOKNING:**

Paulina Porsmyr

070-950 92 46

[producent@moliereensemblen.com](mailto:producent@moliereensemblen.com)

**LÄS MER PÅ:**

[www.moliereensemblen.com](http://www.moliereensemblen.com)