

## ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ ΑΛΙΚΗΣ ΔΕΡΜΑΤΗ



Η είναι απόφοιτη της Ανώτερης Επαγγελματικής Σχολής Κλασικού & Σύγχρονου Χορού «Ν. Κονταξάκη», του τμήματος Φιλολογίας της Φιλοσοφικής Σχολής Αθηνών (ΕΚΠΑ) και κάτοχος μεταπτυχιακού τίτλου με ειδίκευση στη Νεοελληνική Λογοτεχνία (MSt) του Πανεπιστημίου της Οξφόρδης στη Μ. Βρετανία, κατά τη διάρκεια του οποίου εκπόνησε μεταπτυχιακή διατριβή στη σύνδεση του χορού με την ποίηση. Αυτήν την περίοδο ολοκληρώνει τη μεταπτυχιακή της διατριβή στο πλαίσιο του δεύτερου μεταπτυχιακού της διπλώματος (MA) ως υπότροφος στο London Contemporary Dance School - The Place, με ειδίκευση στον σύγχρονο χορό και στη χορογραφία. Επιπλέον, είναι κάτοχος των διπλωμάτων διδασκαλίας ISTD DDEs in Modern Theatre and Imperial Classical Ballet, MT Advanced 2 με βαθμό Distinction, και ISTD DFR Silver in Street Dance & Hip-Hop με βαθμό Honours. Έχει συμμετάσχει σε ποικίλα σεμινάρια τεχνικής και διδακτικής χορού, συνέδρια και ημερίδες ως ομιλήτρια ή ακροάτρια στην Ελλάδα και στο εξωτερικό: ενδεικτικά, τον Φεβρουάριο 2021 παρουσίασε τη μελέτη της «Η Γυναίκα στη Σύγχρονη Χορογραφία: Φύλο, Σεξουαλικότητα, Ταυτότητα» στο *Συνέδριο Χορού & Διεπιστημονικών Προσεγγίσεων* που διοργάνωσε η Σχολή Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού του ΔΠΘ, ενώ έχει εισηγηθεί στο παρελθόν άρθρα της σε συνέδρια για το φιλοσοφικό υποβάθρο του σύγχρονου χορού και τη διδακτική του χορού. Ως χορεύτρια και χορογράφος έχει συμμετάσχει σε παραστάσεις στην Ελλάδα (Ακροποδητί Φεστιβάλ Σύγχρονου Χορού, AVDP, Εβδομάδα Σύγχρονου Χορού - Το Τρένο στο Ρουφ, Φεστιβάλ Σύγχρονου Χορού - Θέατρο ΠΚ κ.ά.) και στο εξωτερικό (Λονδίνο: συνεργασία με τους χορογράφους Carlos Maria Romero, Robert Clark, Amy Voris, Βερολίνο: Work Camp in Performance & Choreography, Άμστερνταμ: ZID Theatre). Το καλοκαίρι του 2021 συνεργάστηκε με τον χορογράφο Riccardo Buscarini, χορεύοντας στην παράσταση “EYELANDS: The Gift”. Διδάσκει σε σχολές χορού από το 2013, έχοντας εμπειρία στην προετοιμασία υποψηφίων για εισαγωγικές εξετάσεις στα καλλιτεχνικά σχολεία, καθώς και για τις εξετάσεις διπλωμάτων τεχνικής επάρκειας ISTD, με πλήρη επιτυχία. Έχει προετοιμάσει υποψήφιες χορεύτριες για τον Πανελλήνιο Διαγωνισμό Κλασικού, Σύγχρονου και Μοντέρνου Χορού σε ομαδικές και σόλο κατηγορίες, καταντώντας διακρίσεις.

## ΠΕΡΙΓΡΑΦΕΣ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ

### ΜΟΝΤΕΡΝΟΥ ΧΟΡΟΥ (MODERN JAZZ) ΓΙΑ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΕΣ ΗΛΙΚΙΕΣ:

Το μάθημα μοντέρνου χορού συμβάλλει στην ανάπτυξη βασικών κινητικών δεξιοτήτων των παιδιών με απλές οδηγίες που καθιστούν σαφή τη χρήση των μελών του σώματος (ιδιοδεκτικότητα: η σχέση των μελών μεταξύ τους και στον χώρο, μυική σύσπαση, μυική δύναμη, συντονισμός), την αξιοποίηση του χώρου (διαστάσεις, πλευρές και επίπεδα: χωρική αντίληψη) και τις έννοιες έναρξης και λήξης. Επίσης, δίνονται συνεχή ερεθίσματα για καλλιέργεια της μουσικής και ρυθμικής αντίληψης, αναγνωρίζοντας σταδιακά διάρκειες και παύσεις. Συχνά γίνεται χρήση αντικειμένων (για παράδειγμα, μικρή μπάλα, στεφάνι, κορδέλα, μαντήλι, κύβος, ραβδάκι, κούκλα, κρουστά όργανα κ.ά.) που βοηθούν τα παιδιά να φτάσουν πιο γρήγορα στην επίτευξη κάποιου κινητικού στόχου. Πάνω από όλα, όμως, δίνεται έμφαση στην ανάπτυξη της προσωπικής κινητικής και αντιληπτικής ταυτότητας του κάθε παιδιού, μέσα σε πλαίσιο σεβασμού, πειθαρχίας, αλλά και καλλιέργειας της φαντασίας και δημιουργικότητας μέσω αυτοσχεδιασμού και κινητικών δραστηριοτήτων κατά τις οποίες τα παιδιά «ενσαρκώνουν» ρόλους. Επιπλέον, καλλιεργείται στα παιδιά το αίσθημα της συλλογικότητας και ομαδικότητας, μέσω συνεργασίας σε ντουέτα και ομάδες. Έτσι, ένα μάθημα προσχολικής κινησιολογίας μοντέρνου χορού περιλαμβάνει γνωριμία με το σώμα, με στόχο τον σταδιακό έλεγχο των άκρων και την απόκτηση δύναμης, τον χώρο, τον ήχο και την υπόλοιπη ομάδα, συμβάλλοντας στην αίσθηση αυτοπεποίθησης και στην εκτόνωση της ενέργειας με δημιουργικό τρόπο.

### ΜΟΝΤΕΡΝΟΥ ΧΟΡΟΥ (MODERN JAZZ) ΕΠΙΠΕΔΩΝ GRADES 1-2-3:

Το μάθημα ενδείκνυται για παιδιά που επιθυμούν να γνωρίσουν τον μοντέρνο - jazz χορό, αναπτύσσοντας τεχνική κατάρτιση μέσω ψυχαγωγικών δραστηριοτήτων: προθέρμανση (warm-up), κατάλληλα προσαρμοσμένη ενδυνάμωση και εξάσκηση ευλυγισίας, ασκήσεις τεχνικής, συνδυασμοί, χορογραφίες και αποθεραπεία (cool-down). Πραγματώνεται σταδιακή εξοικείωση με τα διαφορετικά κινητικά μοτίβα και μουσικά styles, με έμφαση αφενός στην απόκτηση σωστής στάσης του σώματος, αφετέρου στη στοχευμένη απόκτηση δύναμης, αντοχής, ισορροπίας, στροφικότητας, αλτικότητας, παράλληλα με την ανάπτυξη της τεχνικής του χορού. Επίσης, τα παιδιά μαθαίνουν να συνεργάζονται με τους συν-χορευτές τους και να εξελίσσουν αφενός τη συνεργατικότητά τους, αφετέρου τις προσωπικές τους ιδέες. Δίνεται η δυνατότητα σε όσα παιδιά επιθυμούν, να εξεταστούν για την απόκτηση διπλώματος τεχνικής επάρκειας του επιπέδου τους, αναγνωρισμένου από τον διεθνή οργανισμό Imperial Society of Teachers of Dancing, ως πιστοποίηση της

προσπάθειάς τους και για μια πιο ολοκληρωμένη προετοιμασία για το επόμενο επίπεδο.

#### ΜΟΝΤΕΡΝΟΥ ΧΟΡΟΥ (MODERN JAZZ) ΜΕΣΑΙΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ (GRADES 4-5-6):

Δίνεται έμφαση στην επαρκή και ασφαλή προθέρμανση (warm-up), ενδυνάμωση και εξάσκηση ευλυγισίας, ακολουθούν ασκήσεις τεχνικής (floor work, across), ασκήσεις για στροφές/πιρουέτες και άλματα, χορευτικοί συνδυασμοί, και αποθεραπεία (cool-down). Κατά τη διάρκεια των μαθημάτων δημιουργούνται χορογραφίες, ενώ παράλληλα δουλεύεται και ρεπερτόριο παραστάσεων. Καλλιεργείται εξοικείωση με όλα τα διαφορετικά styles (classic jazz, theatre jazz, contemporary/lyrical jazz, funky jazz), ενισχύοντας τη μουσικότητα και ρυθμική αντίληψη των μαθητών. Έτσι, τα παιδιά σταδιακά εισάγονται στις απαιτήσεις ενός προεπαγγελματικού επιπέδου που θα τους επιτρέψει σταδιακά να αναπτυχθούν περαιτέρω. Δίνεται η δυνατότητα σε όσα παιδιά επιθυμούν, να εξεταστούν για την απόκτηση διπλώματος τεχνικής επάρκειας του επιπέδου τους, αναγνωρισμένου από τον διεθνή οργανισμό Imperial Society of Teachers of Dancing, ως πιστοποίηση της προσπάθειάς τους και για μια πιο ολοκληρωμένη προετοιμασία για το επόμενο επίπεδο.

#### ΜΟΝΤΕΡΝΟΥ ΧΟΡΟΥ (MODERN JAZZ) ΠΡΟΧΩΡΗΜΕΝΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ (INTERMEDIATE - ADVANCED):

Το μάθημα ενδείκνυται για χορευτές και χορεύτριες με καλό τεχνικό υπόβαθρο που επιθυμούν να εξελιχθούν περαιτέρω σε επαγγελματικό επίπεδο, εμβαθύνοντας στην κατανόηση και εφαρμογή της τεχνικής, της ανατομίας και βιομηχανικής του σώματος. Δίνεται έμφαση στην επαρκή και ασφαλή προθέρμανση (warm-up), γίνεται κατάλληλα προσχεδιασμένη ενδυνάμωση και εξάσκηση ευλυγισίας με χρήση όχι μόνο του βάρους του σώματος, αλλά και μέσω αντιστάσεων ειδικά προσαρμοσμένων (λάστιχα, βάρη) για αύξηση της μυϊκής δύναμης και αντοχής και καλή πρόληψη τραυματισμών λόγω των αυξημένων πλέον χορευτικών απαιτήσεων. Ακολουθούν ασκήσεις τεχνικής (floor work, across), ασκήσεις για στροφές/πιρουέτες και άλματα, και χορευτικοί συνδυασμοί υψηλών τεχνικών, ρυθμικών, μουσικών και εκφραστικών/ποιοτικών απαιτήσεων. Κατά τη διάρκεια των μαθημάτων δημιουργούνται χορογραφίες, ενώ παράλληλα δουλεύεται και repertoire παραστάσεων. Καλλιεργείται η προσαρμοστική αντίληψη στα διαφορετικά styles (classic jazz, theatre jazz, contemporary/lyrical jazz, funky jazz), καθότι ο σημερινός επαγγελματίας χορευτής καλείται να μπορεί να προσαρμόζεται και να ανταποκρίνεται σε διαφορετικά concepts και κινησιολογίες, υιοθετώντας διαφορετικές ποιότητες κίνησης και εκφράσεις. Ταυτόχρονα, εφόσον το πιο σημαντικό στοιχείο ενός χορευτή είναι η προσωπική του καλλιτεχνική ταυτότητα, πραγματοποιείται μεγάλη έμφαση στις αυτοσχεδιαστικές ικανότητες και στην ισχυροποίηση της χορευτικής παρουσίας. Δίνεται η δυνατότητα στους υποψήφιους που το επιθυμούν, να εξεταστούν για την απόκτηση διπλώματος τεχνικής επάρκειας

αναγνωρισμένου από τον διεθνή οργανισμό Imperial Society of Teachers of Dancing. Με την απόκτηση του διπλώματος Intermediate, επιτρέπεται η προετοιμασία για το δίπλωμα διδασκαλίας σε όσους επιθυμούν να εξελιχθούν ως δάσκαλοι.

#### MUSICAL THEATRE:

Το μάθημα απευθύνεται σε όλους όσους επιθυμούν να γνωρίσουν τον μαγικό κόσμο του Μουσικού Θεάτρου, με έμφαση στην κινησιολογία. Εποικοδομητική προθέρμανση, εξάσκηση τεχνικής (με έμφαση σε κλασικές και jazz γραμμές, στροφές, άλματα) και δημιουργία χορογραφιών αποτελούν τα βασικά στοιχεία του μαθήματος. Απαραίτητο στοιχείο του μαθήματος είναι η καλλιέργεια της μουσικής και ρυθμικής αντίληψης, καθώς και η προσαρμογή σε διαφορετικά είδη έργων. Κατά τη διάρκεια των μαθημάτων θα χορηγείται έντυπο υλικό, ανατρέχοντας στην ιστορία του είδους από τις απαρχές του έως σήμερα, ερχόμενοι σε επαφή με σημαντικούς εκπροσώπους και έργα-σταθμούς.

#### ΣΥΓΧΡΟΝΟΥ ΧΟΡΟΥ, ΑΥΤΟΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ (IMPROVISATION INTO PERFORMANCE) ΚΑΙ ΕΡΕΥΝΑΣ ΣΤΗ ΧΟΡΟΓΡΑΦΙΑ (RESEARCH ON CHOREOGRAPHY):

Το μάθημα απευθύνεται σε άτομα που επιθυμούν να εξελιχθούν χορευτικά ως performers και χορογραφικά, διευρύνοντας τους πνευματικούς/καλλιτεχνικούς τους ορίζοντες. Μέσω της γείωσης, της λιτότητας, φυσικότητας, ροής και διαδοχής της κίνησης που προκύπτει αβίαστα ως αποτέλεσμα με τη λιγότερη δυνατή προσπάθεια, του ανατρεπτικού παιχνιδιού με τη βαρύτητα (αντίσταση-άφημα), της κινητικότητας του κέντρου βάρους και της σπονδυλικής στήλης, της συνειδητής χρήσης της αναπνοής, μαθαίνουμε να αξιοποιούμε την τεχνική εποικοδομητικά, δίχως να τη θέτουμε ως αυτοσκοπό της κίνησης, αλλά ως μέσο έκφρασης συναισθημάτων, σκέψεων, και ιδεών. Κινητήριος πηγή έμπνευσης η ίδια η «αλήθεια» του καλλιτέχνη. Αναπτύσσονται προσεγγίσεις στον αυτοσχεδιασμό (solo-groups) και οι σχέσεις που καλλιεργούνται μέσω αυτού δίχως να γίνεται επιβολή και προβολή «υποχρεωτικών» συνθηκών. Προσεγγίζονται διαφορετικά είδη μουσικής και ρυθμών, απαγκιστρωνόμενοι από συμβατικούς, κοινότοπους ήχους και μελωδίες, αξιοποιώντας ακούσματα από την Ελλάδα και από άλλους πολιτισμούς και κουλτούρες, και κινητικές ποιότητες όχι μόνο από τον σύγχρονο χορό, αλλά και από street styles, yoga, pilates και somatics. Μέσα σε αυτό το πλαίσιο πραγματοποιείται εισαγωγή στην έρευνα στη χορογραφία, ξεκινώντας από αναφορές σε γνωστά έργα - σταθμούς του σύγχρονου χορού και χοροθεάτρου, και συνεχίζοντας στην προσωπική μελέτη και χορογραφική δημιουργία που στοχεύει σε μια τέχνη που «μιλάει», «προβληματίζει», «αφυπνίζει», και όχι που απλά αναδεικνύει ωραίες γραμμές και σχήματα. Τέλος, θα επιδιωχθεί διερεύνηση της σχέσης του χορού με τον (καθημερινό & λογοτεχνικό) λόγο και της φωνής. Ετοιμαστείτε για σχέδια, σχήματα, ανεστραμμένες γραμμές στο χαρτί και στον χώρο !

