



Naložbo sofinancirata Republika Slovenija in Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada

## REGIJSKO SREČANJE S ŠOLAMI

Področja: kultura, prostor in karierna orientacije

Izvajalci:

Zveza kulturni društev Slovenije

Center arhitekture Slovenije

Gospodarska zbornica Slovenije

Termini izvedbe: 5., 12. in 19. marec 2021

**Dodatno gradivo za udeležence delavnice Zmajevno sanjanje**

**Področje kulture: ZMAJEVE ZGODBE**

Gradivo pripravila:

Simona Zorc Ramovš, samozaposlena v kulturi, pedagog, koordinatorica partnerja ZKD Slovenije

### KRATEK POVZETEK GIBALNEGA DELA DELAVNICE

[Urjenje mladega igralca po sistemu Stanislavskega\\* – za boljše zavedanje sebe in prebujeno čuječnost do drugih in okolice nasploh](#)

[DIH – izjemne dihalne vaje Aleksandre Strelnikove\\*\\*](#)

[JAZ – TI – PROSTOR \(vibracijska masaža, oživljanje, čutenja in zavedanje lastnega telesa\)](#)

### VAJE ZA KONCENTRACIJO

**\*Konstantin Sergejevič Stanislavski (1863–1938), režiser in gledališki metodik**

Od vseh gledaliških reformatorjev ima njegova metoda, razvil jo je v prvi polovici dvajsetega stoletja, še vedno temeljni pomen in s tem največji vpliv. Živa je še v današnjem gledališkem ustvarjanju, v igri še posebej. Njegov »sistem« študija igre temelji na štiridesetletnih praktičnih izkušnjah v gledališču, kjer je deloval kot igralec, režiser, pedagog, umetniški ter poslovni vodja gledališča.

Osnovno vodilo oziroma cilj njegovega »sistema« je, da mora biti igralec v svojem delovanju verjeten, ne zgolj razumljiv. Prepričljivost igralca zanj temelji na umetnosti doživljanja (s čimer nasprotuje umetnosti predstavljanja). Mobilizira igralčevo zavestno misel in voljo, da simpatično in posredno aktivira druge, manj obvladljive psihološke procese - na primer čustveno izkušnjo in podzavestno vedenje. Na vaji igralec išče notranje motive, da bi upravičil dejanje in opredelitev tega, kaj lik želi doseči v danem trenutku (odrska naloga).

Njegova metoda dobiva po raziskavi in zadnji izdaji knjige angleške igralke Rhonde Blair, THE ACTOR, IMAGE, AND ACTION (2008) z novimi odkritji v neznanosti še bolj poglobljen uvid.

**\*\*Aleksandra Nikolajevna Strelnikova (1912-1989), operna pevka**

Sistem vaj legendarne Strelnikove dihalne gimnastike, sta izumili Alexandra Nikolaevna Strelnikova in njena mati Alexandra Severovna Strelnikova v petdesetih letih prejšnjega stoletja. Obe sta delali v moskovskih gledališčih, njune dihalne vaje pa so postale zelo priljubljene med vodilnimi sovjetskimi in ruskimi pevci, vključno z opernimi pevci Moskovskega glasbenega konservatorija, Bolšoj teatra in številnimi

Naložbo sofinancirata Republika Slovenija in Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada

drugimi znanimi gledališči v Moskvi. Dihalne vaje Strelnikova lahko obnovijo glas, odpravijo simptome kroničnih bolezni, kot so astma in bronhitis in celo postavijo glas tistim ljudem, ki ne znajo peti. Po rednem vključevanju v sistem umetniškega izobraževanja v Rusiji, se selijo tudi drugam po svetu.

#### Komu koristijo dihalne vaje Strelnikove?

- govorcem, ki radi aktivno vzdržujete zdrave navade ali želite, da bi vaš glas zvenel v sveži, polni, sproščeni barvi;
- pevcem (v vseh zvrsteh glasbe);
- tistim, ki imajo neprijetne bolezni dihal;
- vsem, ki želite ohranjati visoko energijsko stanje, vitalnost telesa in duha.

Rezultati so vidni že ob rednem delu na sebi 7-8 minut na dan!

## KOMENTAR K PP DELAVNICE ZMAJEVE ZGODBE

### Temelji naše skupne vaje

Delavnica, podkrepljena s PP, med seboj povezuje temeljne prvine vseh treh konzorcijskih partnerjev. V zgodbi ste povezali prostore, osrednje like in jih besedno označili z njihovimi dejanji in lastnostmi, ki ste jih prepoznali skozi vizualno umetnost, podobo.

Osnova za nastanek zgodbe pa je delo v skupini:

- uglaševanje z naključno zbranimi soustvarjalci zgodbe,
- usklajevanje izbora slik,
- usklajevanje pogledov na svet, ki se zrcali skozi sporočilo zgodbe,
- črpanje vsebine dogajanja iz naše mitološke dediščine, ki je del nas skozi nezavedno.

Vaša zgodba opredeljuje značaj in razumevanje časa v katerem živimo in odnos, ki ga imamo ta hip do mitološkega bitja.

### Vprašanja, s katerimi smo poizkusili analizirati naše 20 minutno literarno aktiviranje:

#### VAŠA OSEBNA IZKUŠNJA

Ste dobri opazovalci, znate poslušati oz. slišati drugega?

Ste se hitro vključili v skupino, zakaj? Kaj je bilo tisto, kar vas je povežalo?

Ste jasno izrazili svoje mnenje, ste dobro komunicirali s skupino, ste bili jasni tudi v sporočanju na daljavo? Ali ste bili bolj tihi, v ozadju in se strinjali z vsem predlaganim; zakaj?

Ste bili dovolj kreativni, kljub načrtani vsebini, ki je bila podlaga za vaše literarno ustvarjanje? Ste ob kreiranju zgodbe kdaj »sprožili« kritično mišljenje, logično povezovanje posameznih komponent, notranjega znanja ali še kaj drugega?

Ste prišli do kakšnega novega spoznanja o sebi?

Ste našli povezavo med skupinsko kreacijo in koraki metode Zmajev sanjanje?

#### PRENOS V RAZRED

Bi lahko podobno delavnico izvedli pri pouku na daljavo? Pri katerem predmetu?

## SAMOSTOJNO DELO UČENCEV IN ODPIRANJE OŠ NAVZVEN

Imate v razredu ekipo učencev, ki bi z vašo podporo lahko pripravili tako delavnico v razredu?

Je možno ta model delavnice prenesti na aktualne vsebine lokalnega okolja in tako najti na OŠ različne rešitve za težave tako v občini kot tudi na OŠ? Po konceptu: zmaj – problem, osrednji lik – rešitev, prostor – željeno okolje ali pa degradirano okolje? (področja delavnice: okoljevarstveno področje v celoti, zmanjšanje prometa in preusmeritev na javni prevoz, trajnostna poraba virov energije in vode, medgeneracijsko sodelovanje (kar od 50 let + naprej), problemi nepovezovanja v skupnosti, mladostniške težave in želje, ohranjanje in oživljanje kulturne dediščine, izboljšanje medsebojnih odnosov in druge teme povezane s sociologijo vsakdanjega življenja,...)

**Vsa omenjena vprašanja so del procesa v kulturnem prostoru na vseh področjih umetnosti in odpirajo komunikacijski kanal, ki nam omogoča doživljati kulturo s poglobljenim uvidom.** Samo z njim pa lahko v nas samih poglobljamo tisto, kar v zadnjem času izgublamo in želimo s projektom POGUM tudi prebuditi: vrednote. Spoštovanje do sočloveka, do znanja, modrost, vztrajanje, pogum in zavedanje, da se do cilja ne pride brez napora – vrednote, ki so temelj in plemenitost vsakega človeškega bitja. Zavedanje o tem sem želela prebuditi z delavnico Zmajeve zgodbe.

In veličino naštetega simbolno nosi v sebi tako zahodni, kot vzhodni zmaj – saj si ga je izmislil ... človek!

**Ob skupinskem delu, kjer izvajamo in krepimo kreativnost, kritično mišljenje, ...** ni mogoča izvedba po vedno eni in isti poti, metodi. V gledališkem prostoru, kjer delujem, obstaja več metod igralskih tehnik. Več kot jih poznaš, bolj suvereno se lahko približaš odrskemu liku po videnju režiserja, svoji predstavi in sporočilnosti, kar se vse živo odraža v dramaturgiji oz. delovanju z ostalimi odrskimi liki in ritmom predstave. Kombinacije več metod so vsekakor prednost v domeni igralskih kreacij, hkrati pa je vseskozi živo iskanje in raziskovanje novih metod: ker se umetnost (tudi gledališče) vedno odziva na trenutno družbeno situacijo in se je zaradi aktualnosti vedno dolžna spreminjati. Tu vidim vzporednico s šolskim prostorom. Poznavanje čim več kreativnih metod poučevanja je dobro orodje oz. naložba v nove smernice poučevanja, ki jih spodbuja projekt POGUM. S tem učitelj, mentor poveča možnost prilagajanja učeči se ustvarjalni skupnosti, ki jo vodi k cilju. Kot čuječni učitelj (pozoren poslušalec, ki sprejema otroka z vsemi njegovimi potenciali, z jasnimi zavedanjem otrokovih čustev in zavestnim uravnavanjem njunega odnosa) z izjemnim darom opazovanja in spretnostjo povezovanja učencev v homogeno skupnost, lahko na ta način spretnost umetnosti poučevanja in nabor primernih metod suvereno sproti prilagaja trenutnemu vzdušju oz. stanju v razredu, vedno in vselej z jasno usmeritvijo: A) da bo dosežena stopnja zahtevanega znanja s cilji in kompetencami predmeta, ki ga poučuje in B) da bo čim več učencev aktivno participiralo v rezultat dela.

**Delavnica je z zgoraj navedenimi vprašanji oz. analizo našega dela iz zornega kota področja kulture podčrtala zavestno spremljanje procesa, ki ga učitelji vključeni v projekt preko kompetenc EntreComp že uvajate v šolski prostor.**

## ZMAJ V MITOLOGIJAH SVETA

### Simbol Zmaj – vladar notranjega znanja

Zmaji in kače simbolizirajo prvotne “gospodarje Zemlje”, so varuhi zakladov in skrivnega znanja. Bojevati se z zmajem pomeni napovedati vojno lastnim slabostim in omejitvam. Za človeka bitka z

zmajem simbolizira preseganje težav, ki nam omogoča, da postanemo vladarji lastnega notranjega znanja. Premagati zmaja pomeni pridobiti njegovo moč.

Na prvi pogled je simbolika zmaja na Vzhodu drugačna od simbolike na Zahodu. Na Kitajskem je zmaj utelešenje moči, modrosti in veličine, poenoten z nebeškimi bogovi in njihovimi zemeljskimi predstavniki, cesarji, sinovi neba. Zmaj običajno drži v krempljih plamteč biser – simbol življenja, duhovnega bistva veselja.

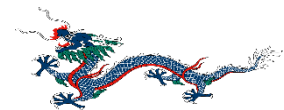
Na Vzhodu je zelo cenjeno bitje, v zahodni tradiciji pa je zmaja treba premagati, kot npr. v legendi o sv. Juriju ali v nemški legendi o Nibelungih, kjer zmaj varuje zaklad.

Tako v zahodni kot v vzhodni tradiciji je zmaj čuvaj in vladar zaklada – svetega znanja. Zlato, ki ga čuva, je zlato modrosti, znanja, moči. V antičnih časih so pridevka "kača" in "zmaj" dajali samo modrecem in posvečenim.

Iz perspektive notranjega človeka je naša naloga priti do zmaja in ga premagati – ukrotiti. On je tisti, ki za nas varuje naše notranje dragulje, naš notranji zaklad. Bitka z zmajem simbolizira dejstvo, da našega zaklada ne pridobimo zlahka – treba si ga je prislužiti. Moramo ukrotiti svojo neznano notranjo moč – ki jo simbolizira zmaj.

Tisto, kar nam pomaga najti naš notranji zaklad, je dostojanstvo, plemenitost, je zlato modrosti, znanja in moči.

**Kitajski zmaj** je kot mitološko bitje običajno upodobljen kot velik in močan plazilec z rogovi, ki je najbolj podoben kači ali krokodilu, ker ima kratke noge. Včasih je upodobljen s krili. Ima dolgo, luskasto telo, ki se pomladi s spremembo kože. Odlaga jajca, ki zorijo 1000 let in še 1500 let. Mali zmajček doseže velikost sviloprejk, medtem ko veliki zmaj napolni nebesa in zemljo. Skoraj vedno je upodobljen z velikimi, izraznimi očmi, ki napeto gledajo. Ima ognjeno sapo in čarobne moči. Povezan je z modrostjo in dolgoživostjo, ima pa tudi govorni dar.



Po eni različici mita je "predhodnik neba in zemlje in vsega, kar živi in se giblje in vse ima svoj dih", po drugi pa je potomec dvojne moči narave, jin in jang, in ima nalogo ustvariti kozmos in nebesa iz kaosa in zemlje. V njegovem poslanstvu, ki je trajalo 18.000 let, je oblikoval Sonce, Luno in zvezde ter nebesa in zemljo, ki so rasli iz dneva v dan in tako povečevali razdaljo med nebom in zemljo. Ko je končal s svojim delom, je umrl, da lahko to, kar je ustvaril, še naprej živi. Iz njegove glave so prihajale gore, iz njegovega diha veter in oblaki in iz njegovega glasu strela. Okončine so postale štirje konci sveta. Njegova koža in lasje so postali rastline in drevesa, zobje in kosti pa kovine, kamni in dragulji. Obrise trupa zmajev opisujejo gorske verige in vijugaste reke; zmajeve žile so reke, zmajevo telo je zemlja in njegove kosti so kamni.

Tako je zmaj v vsem in je prisoten povsod. Njegove luske se svetijo med drevesi, v vetru se sliši njegovo ropotanje in razcepljeni jezik udari kot strela. Ves svet leži v zmajevih rokah.

Verjeli so, da se je zmaj pojavil na nebu pred rojstvom cesarja. Vladar je užival moč nebes, dokler je dobro vladal, zmaj pa je postal glavni simbol te moči in je v številnih podobah krasil cesarsko palačo, stole in celo oblačila, ki jih je imel cesar. Biser, ki ga ima zmaj, je simbol modrosti, zato je dobri cesar vedno stremel k modrosti, ker je kombinacija modrosti in božanske moči zagotavljala blaginjo Kitajcev.

Danes, ko se izgublja večina globoke simbolike, povezane z zmajem, zmaj še vedno ostaja vtisnjen v kitajsko kolektivno zavest kot simbol nebeške zaščite, obilja in blaginje in je kot tak neizogiben med tradicionalnimi praznovanji, zlasti kitajskim praznovanjem novega leta, ko z njim odganjajo zle sile in zagotavljajo srečo.

### Zmaj v krščanstvu

Obstaja znana krščanska legenda o tem, da je sveti Jurij ubil zmaja, da bi rešil lepo kraljico. Najpogosteje je upodobljen na belem konju v uniformi rimskega vojaka, ki zamahuje z mečem, pred njegovimi nogami pa leži ranjeni zmaj. Včasih so na prizorišču prikazani ostanki žrtev, ubitih v bitki z zmajem, kraljica pa se pojavi tudi v molitvi za zmago svetega Jurija.

Ta arhetipska scena opozarja na pogost motiv notranjega boja med višjimi in nižjimi silami v človeku za njegovo resničnost, ki jo uteleša kraljica. Ostanki žrtev kažejo, da zmaja ni mogoče premagati brez odločnega boja in neizogibnih izgub.

### Zmaj v Grčiji

Jazon, junak iz mita o Árgonavtih, je zbral petdeset najbolj znanih grških junakov in se odpravil na pustolovsko ladjo, na iskanje zlatega runa. Zlato runo je viselo na visokem hrastu, ki ga je varoval večno buden zmaj. Videč prišleka, Jazona in Medejo, je tako strašno siknil, da so odzvanjali rečni bregovi in veliki gaj. Medeja ga je uspavala s svojo čarobno pesmijo, Jazon pa je vzel runo in oba sta se vrnila na čoln.



Pot, ki vodi do runa, je kot življenje polno skušnjav, preobratov. Če s krmilom našega življenja vlada višji del naše zavesti, bomo skozi številne preizkušnje sčasoma dosegli zlato runo, svetlobo, ki v nas sije kot malo Sonce.

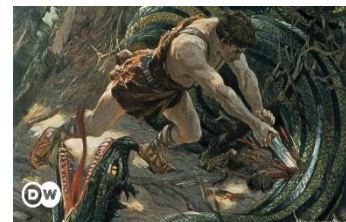
Ljubljanski zmaj pravljичno izvira prav iz te legende o Jazonu in Argonavtih.

### Zmaj v slovanski mitologiji

Slovanska mitologija govori o večnem boju gromovnika Peruna in boga narave Velesa. Na vrhu drevesa sveta, v krošnjah čebel, golobov in ptic je Perun, v podzemnem delu pa je med koreninami Veles v obliki zmaja, kače ali vidre. Veles kot sila podzemlja in teme, Peruna ves čas izziva na dvoboj s krajo živine. Perun, kot vrhovni bog, ga uspe premagati in spraviti pod zemljo, toda Veles se občasno vrača prenovljen, v novi koži kot kača. Ta boj se ponavlja vsako leto in simbolizira ciklično naravo življenja, vrnitev letnih časov in boj nasprotij.

### Zmaj v germanski mitologiji

Zmaji so pomemben del nemških zgodb in legend. Tako kot grški Jazon se tudi nemški junak Sígurd odpravi iskati zlato, ki ga varuje zmaj Fáfnir. Fáfnir je bil nekoč moški, po nekaterih variantah tudi škrat, ki je ubil očeta in brata pregnal iz pohlepa po zlatu. Fáfnirjev brat Régin je posvojil fanta Sígurda; nato se je naučil kovaških veščin in skoval meč, s katerim bo Sígurd ubil zmaja. Mit je služil kot predloga za znamenito nemško Pesem o Nibelungih iz začetka XIII. stoletja, kjer je Sígurd dobil veliko bolj znano različico imena



- Siegfried, v pesem pa so vtakani tudi drugi elementi mita. Delo je tudi vsebinska podlaga za Wagnerjevo opero Nibelunški prstan.

### Zmaj v keltski mitologiji



Keltska mitologija je bogata tudi z zmaji kot simboli moči in modrosti ali kot alegorija za resnične nevarne okoliščine. Tako v eni od legend čarovnik Merlin, v knjigi *Branje zmajeve maternice kralju Britancev Vortigernu* razloži boj med belim in rdečim zmajem, torej boj med Nemcem in Britancem. Merlin pravi, da se rdečemu zmajju slabo piše, ker bo beli zmaj kmalu zasedel njegovo jamo. Toda, ko bo prišel kralj Arthur, se bo uprl belemu zmajju.

Rdeči zmaj na valižanski zastavi izvira iz valižanskega boga Dewija, ki je bil upodobljen kot rdeča kača. Isti simbol je na čeladi kralja Arthurja.

Zmaj je bil tisti, ki je odprl vrata v drug svet in vedel ter varoval velike skrivnosti. Kot simbol moči in modrosti je viden na številnih grbih.

V keltski umetnosti so zmaji pogosto upodobljeni, da se grizejo po repih, kar simbolizira krog kot ciklično naravo in nesmrtnost.

### Zmaj v vikinški mitologiji

V norveških mitih so zmaji zvesti varuhi bojevnških pokopališč, Vikingi pa so jih pogosto risali na svoje ščite in izrezljali glave na premcih svojih hitrih vojnih ladij.

### Zmaj v Babilonu in Mezopotamiji



Vrhovno babilonsko božanstvo je Marduk, zmagovalc nad prvotnim kaosom, nad kačo Tiamat. Njegov simbol je rogati zmaj, katerega reliefi so bili najdeni v notranjosti babilonskega obzidja. Z premagovanjem Tiamata je Marduk podredil pasivne prvinske sile in tako omogočil ustvarjanje vesolja - sveta in človeka.

### ZMAJI V SODOBNI UMETNOSTI

Zmaji se pogosto pojavljajo v sodobni književnosti, posebej v žanru fantazije kot močni antagonisti glavnih likov. Med najbolj znanimi fantazijskimi zmaji je Smaug iz romana HOBIT angleškega pisatelja Tolkiena (John Ronald Reuel Tolkien, 1892-1973), pa tudi drugi njegovi zmaji. Zmaji nastopajo tudi v seriji romanov o HARRYJU POTTERJU (angleška pisateljica Joanne Rowling, roj. Joanne »Jo« Muraj, 1965), IGRI PRESTOLOV in ostalih romanih iz serije PESEM LEDU IN OGNJA (ameriški pisatelj George Raymond Richard Martin, 1948), v zbirki DEDIŠČINA (ameriški pisatelj Christopher Paolini, 1983) ter mnogih drugih.

V slovenskem izročilu se je ohranil v več ljudskih pravljicah in pripovedkah, kot so ZMAJ V POSTOJNSKI JAMI, ZMAJ S SEDMERIMI GLAVAMI, O PETELINU IN ZMAJU idr. Je junak mnogih slikanic. Za malo bolj športne bralce je zanimiva tudi GORAN, LEGENDA O ZMAJU, mladinskega pisatelja Primoža





REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE,  
ZNANOST IN ŠPORT



EVROPSKA UNIJA  
EVROPSKI  
SOCIALNI SKLAD

Naložbo sofinancirata Republika Slovenija in Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada

Suhodolčana (roj. 1959). Zmaji v vseh možnih oblikah, pa se skrivajo v odlični knjigi Simone Semenič (roj. 1975), SKRIVNO DRUŠTVO KRVZ...

Viri:

[Sl.wikipedia.org/wiki/zmaj](https://sl.wikipedia.org/wiki/zmaj)

[Nova-akropola.com/kulture-i-civilizacije/simolizam/zmajevi-i-zmije-u-tradicijama](http://Nova-akropola.com/kulture-i-civilizacije/simolizam/zmajevi-i-zmije-u-tradicijama)

[Starosloveni.com/zmaj.html](http://Starosloveni.com/zmaj.html)

[Magicus.info-magazin](http://Magicus.info-magazin)

Če imate še kakšna vprašanja, če potrebujete pomoč pri konceptu kreativnega poučevanja, ste dobrodošli.

Nabor vaj je zelo širok (vsebine: govor – dih – gib – koncentracija, posredovanje besedil, govornica telesa, organizacija prireditve, izkustvena interpretacija poezije) in se z veseljem prilagodim vašim potrebam. Delavnice lahko pripravim tako za učitelje kot učence.

**Kontakt:**

Simona Zorc Ramovš  
Koordinatorica partnerja ZKD Slovenije  
E: [simona.zorc.ramovs@siol.net](mailto:simona.zorc.ramovs@siol.net)  
M: 041 674 050

Ljubljana, 7. marec 2021