



# Home learning

## We will learn...

- Θα μάθουμε πώς χορεύεται ο «Σιγανός», ένας παραδοσιακός κρητικός χορός. Χορεύεται σε κύκλο, κρατώντας από τους ώμους και έχει 6 βήματα. Πρέπει να ακολουθήσουμε μία συγκεκριμένη μεθοδολογία για να φτάσουμε στα τελικά βήματα του χορού.
- Θα γνωρίσουμε ένα σημαντικό κομμάτι της παράδοσής μας.
- Θα αναπτύξουμε μία μη λεκτική επικοινωνία.
- Θα συνδέσουμε το ρυθμό με την κίνηση και τη μουσική
- Θα εργαστούμε σαν ομάδα και θα διασκεδάσουμε.

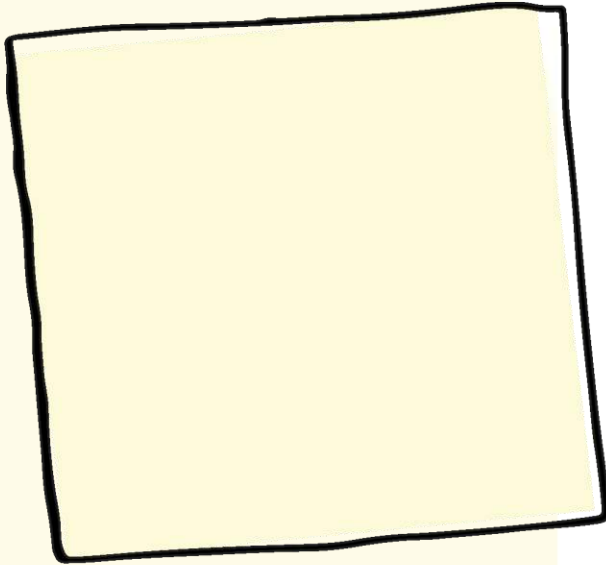
## Connections

Σχετικές ιδέες που πρέπει να γνωρίζουμε πριν ξεκινήσουμε

Αυτό το έργο σχετίζεται με άλλα μαθήματα, όπως μαθηματικά, γυμναστική, μουσική. Οι παραδοσιακοί χοροί στην Κρήτη είναι τρόπος επικοινωνίας, αυτοέκφρασης και ψυχαγωγίας. Θα βρείτε πάντα παραδοσιακούς χορούς σε γαμήλιες δεξιώσεις, λαϊκά πανηγύρια και διάφορες μορφές διασκέδασης. Επομένως, είναι μια δεξιότητα που πρέπει να αποκτήσουν οι μαθητές σε νεαρή ηλικία, αφού θα πρέπει να συμμετέχουν ενεργά και να επιδείξουν τις δεξιότητές τους.



Get ready!

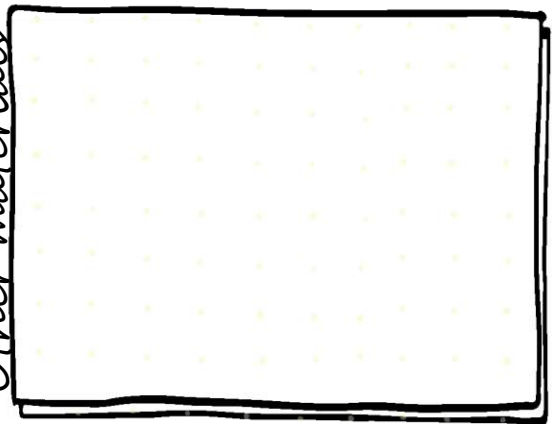


## Materials

- Αθλητικά παπούτσια
- Μία μεγάλη αίθουσα ή την αυλή του σχολείου.
- Έναν υπολογιστή
- Ένα προτζέκτορα
- Ένα cd player
- Ηχεία

Tick the  
materials that  
you already  
have

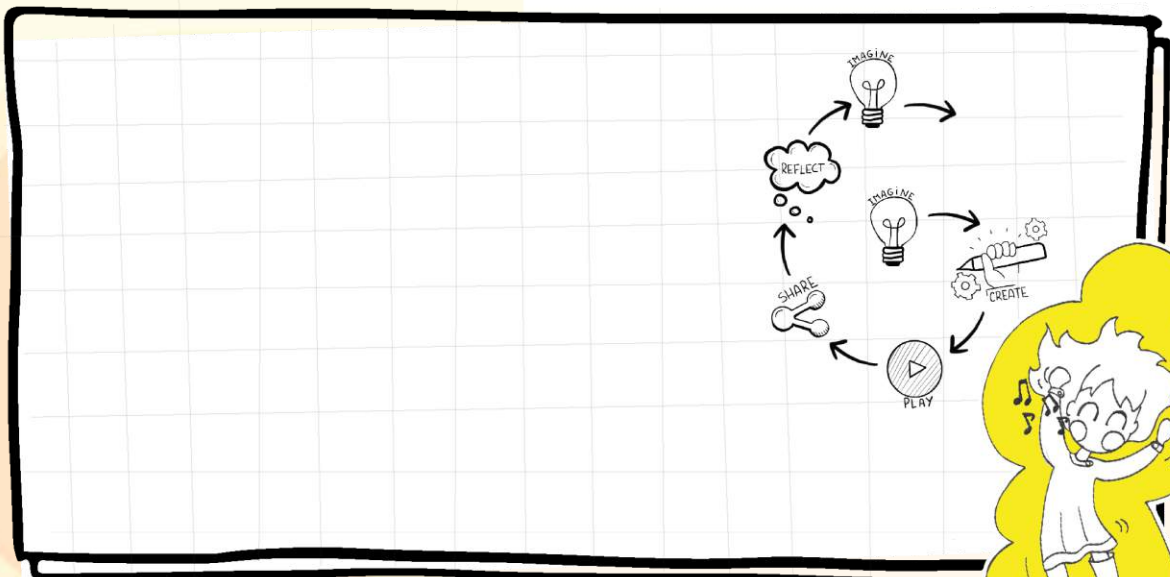
Other materials



Λείπει κάποιο υλικό; Με τι θα  
μπορούσες να το αντικαταστήσεις;  
Θα χρησιμοποιήσεις άλλα  
υποστηρικτικά εργαλεία;

Imagine

Ποιον χορό φαντάζεσαι με τα υλικά αυτά; Ζωγράφισέ τον.



*Let's create!*

Ακολουθήσε τις οδηγίες και ζήτα τη βοήθεια ενός ενήλικα αν χρειαστεί.

Γράψε τα βήματα που θα ακολουθήσεις και ζήτα την επίβλεψη ενός ενήλικα αν χρειαστεί

1.Κάνω ένα μικρό βήμα δεξιά και κλείνω.  
Μετρώ 1-2



2.Κάνω ένα βήμα αριστερά και κλείνω. Μετρώ 3 -4. Επαναλαμβάνω για εξάσκηση αυτή την άσκηση 5 φορές.



Άλλη μία φορά με μία μικρή αλλαγή.  
3.Κάνω ένα βήμα δεξιά και σηκώνω λίγο μπροστά το αριστερό πόδι.



4.Μετά πατάω το αριστερό πόδι και σηκώνω μπροστά το δεξί  
Επαναλαμβάνω την 3<sup>η</sup> και 4<sup>η</sup> οδηγία 5 φορές για εξάσκηση.



Τώρα θα προσθέσουμε δύο κινήσεις..

5.Κάνω δύο βήματα δεξιά και σηκώνω το αριστερό πόδι. Κάνω ένα βήμα αριστερά και σηκώνω το δεξί πόδι.

Μετρώ 1-2, 3-4 ,5-6



Επαναλαμβάνω για εξάσκηση την παραπάνω οδηγία και μετρώ 1-2, 3-4, 5-6

7. We do it again, changing the 2nd movement-step and these are the steps of "siganos" dance..

- 1. Ένα βήμα δεξιά
2. Πατάω το αριστερό πόδι πίσω από το δεξί.
3. ΜΕ το δεξί πόδι ένα βήμα δεξιά.
4. Σηκώνω το αριστερό πόδι.
5. Κάνω ένα βήμα αριστερά
6. Σηκώνω το δεξί πόδι.



8. Επαναλαμβάνω τις 6 κινήσεις 5 φορές για εξάσκηση, χωρίς μουσική.





9.Επαναλαμβάνω τις 6 κινήσεις ακούγοντας το ανάλογο παραδοσιακό τραγούδι.

<https://video.link/w/VIRwd>

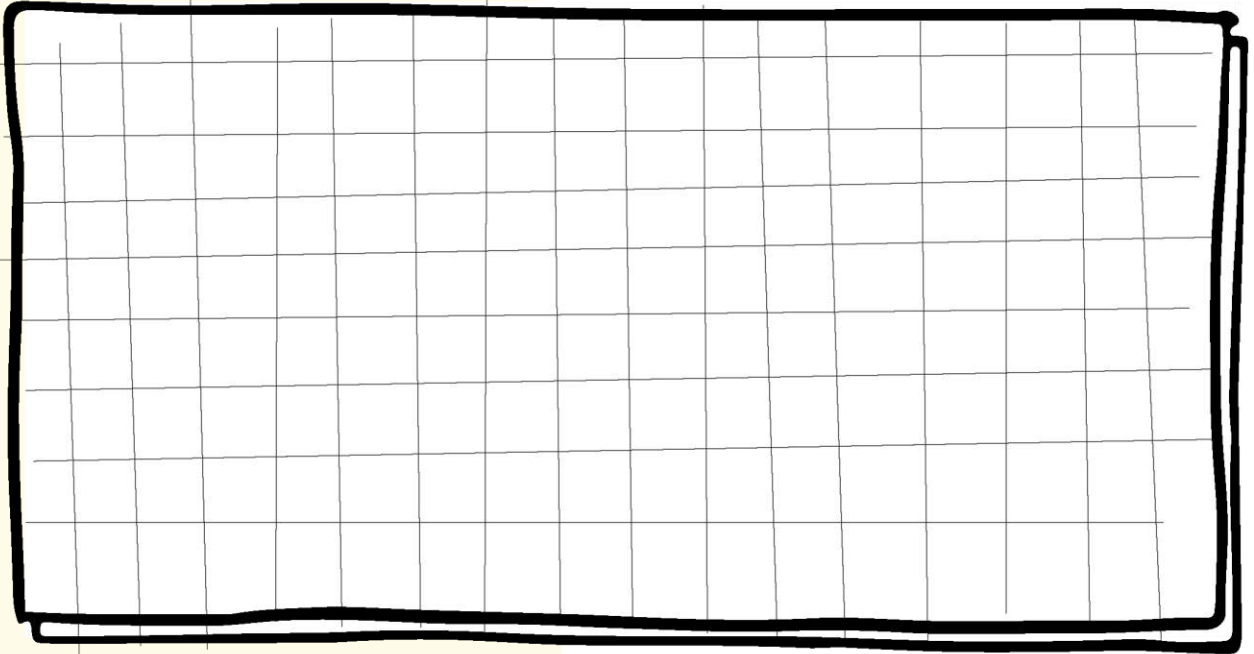


[https://drive.google.com/file/d/1G\\_1xxXPbMqPT9CmoMFdoULA6ZeZODN\\_8/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1G_1xxXPbMqPT9CmoMFdoULA6ZeZODN_8/view?usp=sharing)



Play and share

Ζωγράφισε ή βάλε μια φωτογραφία του χορού σου



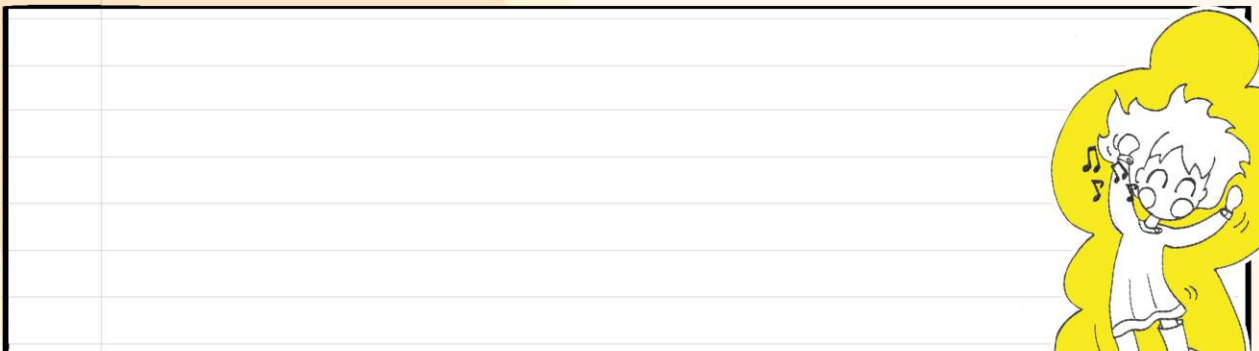
Μοιράστηκα την παράσταση χορού με τον/την

Reflect

Διάλεξε μια ερώτηση και απάντησέ την

1. Ήταν εύκολο ή δύσκολο να μάθεις τα βήματα του «Σιγανού»;
2. Το διασκέδασες;
3. Θα ήθελες να μάθεις έναν άλλο παραδοσιακό χορό;

Πόσα αστέρια δίνεις  
στο χορό σου;  
Χρωμάτισέ τα





# School Workshop



## Imagine

Ποιο χορό φαντάζεσαι με τα υλικά αυτά; Ζωγράφισέ τον

## Reflect

Διάλεξε μια ερώτηση και απάντησέ την

1. Ήταν εύκολο ή δύσκολο να μάθεις τα βήματα του «Σιγανού»;
2. Το διασκέδασες;
3. Θα ήθελες να μάθεις έναν άλλο παραδοσιακό χορό;

Πόσα αστέρια δίνεις  
στο χορό σου;  
Χρωμάτισέ τα

