

**Σ Χ Ο Λ Ι Κ Η
Θ Ε Α Τ Ρ Ι Κ Η
Π α Ρ Α Σ Τ Α Σ η**



**Α Σ Κ Η Σ Ε Ι Σ Ε Μ Ψ Υ Χ Ω Σ Η Σ &
Π Ρ Ο Ε Τ Ο Ι Μ Α Σ Ι Α Σ**

ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΖΟΝΤΑΣ ΜΙΑ ΘΕΑΤΡΙΚΗ ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ

**ΜΙΣΙΡΛΗ ΑΣΗΜΕΝΙΑ
ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΣΧΟΛΙΚΩΝ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ β/θμιας
ΦΩΚΙΔΑΣ**

ΘΕΑΤΡΙΚΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ-ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ



1. ΑΣΚΗΣΗ ΧΑΛΑΡΩΣΗΣ: Τα παιδιά δούλεψαν πάνω σε μια άσκηση που λέγεται ΤΑ ΝΗΣΙΑ. Τοποθέτησαν στο χώρο μαξιλάρια και η υπεύθυνη έδωσε τις εξής οδηγίες: «Βρισκόμαστε στον Ειρηνικό Ωκεανό και κολυμπάμε ήρεμα (ακουγόταν χαλαρωτική μουσική) Χαλαρώστε και σκεφτείτε το όμορφο μαγικό σας.

(Η υπεύθυνη ενθάρρυνε τα παιδιά να κάνουν ότι κοιτάζουν το μαγικό τους και το μαγικό των άλλων και να εκφραστούν με θαυμασμό γι' αυτό που υποτίθεται πως έβλεπαν!). Ο ήλιος είναι λαμπερός και σας ζεσταίνει (τα παιδιά καλούνταν να δείχνουν με τις ανάλογες κινήσεις την επίδραση που είχε ο ήλιος επάνω στα σώματά τους) Βουτήξτε βαθιά και δείτε τα κοράλλια και τον υπέροχο βυθό (τα παιδιά μιμούνταν κινήσεις ήρεμης κολύμβησης).» ξαφνικά η υπεύθυνη αρχίζει να χτυπά ένα ταμπουρίνο. «Ερχεται ο καρχαρίας! Γρήγορα, ανεβείτε στα νησιά! Κανείς δεν πρέπει να βρίσκεται στο νερό!» Όλα τα παιδιά έσπευσαν να ανέβουν στα μαξιλάρια.

Δημιουργήθηκαν μικροεντάσεις καθώς όλα διεκδικούσαν το χώρο τους επάνω στα φανταστικά νησιά. Κάθε φορά που εμφανιζόταν ο καρχαρίας απομακρυνόταν και ένα μαξιλάρι και φυσικά έβγαιναν από το παιχνίδι τα παιδιά που έμεναν εκτός στεριάς σε κάθε γύρο. Το παιχνίδι κράτησε αρκετή ώρα. Βοήθησε τα παιδιά να έρθουν πιο κοντά στο ένα στο άλλο, να αγγιχτούν και φυσικά βοήθησε στη δημιουργία οικειότητας ανάμεσά τους. Ακόμη και τα πιο δειλά και συννεσταλμένα παιδιά διεκδίκησαν μια θέση επάνω στα μαξιλάρια. Αυτό τα βοήθησε να γίνουν πιο διεκδικητικά όσον γι' αυτό που θέλουν να πετύχουν. Φυσικά, νικητές ήταν τα πιο δυναμικά και επιθετικά παιδιά. Ωστόσο, ήταν σαφές από την αρχή ότι πρόκειται για ένα παιχνίδι οπότε δεν υπήρχαν αρνητικά συναισθήματα στο τέλος.

2. ΠΑΝΤΟΜΙΜΑ ΣΩΜΑΤΟΣ: Τα παιδιά χωρίστηκαν σε τρεις ομάδες από τρία παιδιά και κάθισαν σε κύκλο. Η υπεύθυνη έλεγε ένα ουσιαστικό και άφηνε λίγο χρόνο στις ομάδες να το σκεφτούν. Μετά η κάθε ομάδα «έδειχνε» στις άλλες ομάδες αυτό το αντικείμενο. Όταν τα παιδιά «ζεστάθηκαν», τους ζητήθηκε να σκεφτούν μόνο τους ένα ουσιαστικό και να το δείξουν στους υπόλοιπους. Νίκησε η ομάδα που μπόρεσε να δείξει έτσι το ουσιαστικό της ώστε να το καταλάβουν τα υπόλοιπα παιδιά.



3. ΑΓΑΠΗΜΕΝΟ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ: Σε αυτή τη συνάντηση είχε ζητηθεί από τα παιδιά από πριν να φέρουν μαζί τους κάποιο αγαπημένο τους αντικείμενο από το σπίτι. Τα περισσότερα παιδιά έφεραν κάποιο παιχνίδι ή κάτι από το σχολείο. Από όλα τα παιδιά ζητήθηκε να μιλήσουν για το αντικείμενό τους: πώς το απέκτησαν, πότε, από ποιον, ποια είναι η σχέση τους με αυτό, γιατί το αγαπούν. Ακούστηκαν πολύ όμορφες ιστορίες. Στη συνέχεια τα παιδιά χωρίστηκαν σε ομάδες και η υπεύθυνη τους ζήτησε να φτιάξουν μια ιστορία με τα αντικείμενά τους. Μερικές ομάδες κατάφεραν πολύ ωραία πράγματα!

4. ΤΟ ΔΕΞΙ ΠΑΠΟΥΤΣΙ: Κάθισαν όλα τα παιδιά σε κύκλο και η υπεύθυνη ζήτησε από ένα παιδί να φέρει το δεξί του παπούτσι! Το παιδί που κρατάει το παπούτσι τραγουδά: Πάρε από εμένα το παπούτσι αυτό, δώστο δίπλα σου και κάνε όπως εγώ!» και κάνει μία μίμηση που το διπλανό παιδί προσπαθεί να αναπαράγει. Αυτό συνεχίζεται μέχρι όλα τα παιδιά να έχουν κάνει από μία μίμηση. Πρόκειται για μια άσκηση που βοηθάει τα παιδιά να χαλαρώσουν και να μπουν στο κλίμα του παιχνιδιού.

5. ΠΑΝΤΟΜΙΜΑ: τα παιδιά χωρίστηκαν σε ομάδες και η υπεύθυνη πλησίαζε κάθε ομάδα χωριστά και της έδινε ένα θέμα. Οι άλλες ομάδες έπρεπε να βρουν τι έκανε η κάθε ομάδα. Τους έδωσε θέματα όπως: περπατάω για να βγάλω το σκύλο βόλτα, περπατάω και βιάζομαι να πάω στην τουαλέτα, περπατάω και πονάει η κοιλιά μου.

6. ΠΕΤΩΝΤΑΣ ΤΗ ΜΠΑΛΑ: Τα παιδιά κάθισαν σε κύκλο και η υπεύθυνη υποτίθεται πως κρατούσε μια μπάλα. Την πετούσε σε κάθε παιδί που έπρεπε να προσποιηθεί ότι την έπιασε και στη συνέχεια να πει κάτι για τον εαυτό του. Αρχικά τα παιδιά έλεγαν κυρίως τα ονόματά τους αλλά όσο συνεχιζόταν η διαδικασία άρχισαν να ακούγονται και περισσότερα και πιο ενδιαφέροντα πράγματα!

7. ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ ΠΑΡΑΜΥΘΙΟΥ (Παραμυθοπλάστης). Διάβάζεται ένα σύντομο παραμύθι ή ιστορία κατάλληλα για την ηλικία των παιδιών, στη συνέχεια τα παιδιά παίρνουν ρόλους και παίζουν το παραμύθι. Καλό είναι να επιλέγονται ιστορίες που επιτρέπουν την κίνηση και την έκφραση συναισθημάτων. Το παραμύθι της ημέρας ήταν «Ο λαγός και ο γεωργός» Αφού ακούστηκε το παραμύθι, τα παιδιά έκαναν κινήσεις με βάση αυτά που άκουσαν με την ανάλογη μουσική (πχ χοροπηδήστε σαν το λαγό, παραφυλάξτε σαν το λαγό, κρυφτείτε πίσω από τους βράχους...). Εδώ μπορεί να μπει και κατασκευή που να χρησιμοποιηθεί στην ιστορία (για τα παιδιά που έχουν έφεση στις κατασκευές). Η «μουσική» επένδυση μπορεί να γίνει από ήχους που βγάζουν τα παιδιά με το στόμα ή το σώμα τους.

8. ΘΕΑΤΡΙΚΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ και ΖΩΓΡΑΦΙΚΗ: Σαν άσκηση προθέρμανσης τα παιδιά χωρίστηκαν σε ομάδες ενώ ένα παιδί είχε απομακρυνθεί από το χώρο. Τα παιδιά έπρεπε να συμφωνήσουν σε κάποιο επίρρημα, πχ φοβισμένα, ενεργητικά, τρομαχτικά, δισταχτικά. Στη συνέχεια ήρθε το παιδί και η υπεύθυνη του ζήτησε να δώσει κάποια θέματα, πχ να τρώτε, να οδηγείτε, να παίζετε μπάσκετ τα οποία τα παιδιά έπρεπε να κάνουν με τον συγκεκριμένο τρόπο! Αυτή η άσκηση ήταν πολύ διασκεδαστική.

9. ΜΗ ΜΟΥ ΤΟ ΛΕΣ! τα παιδιά έκαναν ομάδες και υποκρίθηκαν ότι συναντήθηκαν τυχαία στο δρόμο. Ένα μέλος της ομάδας άρχισε με τη φράση «Μη μου το λες!» και στη συνέχεια ξεκινούσε μια κουβέντα ανάλογα με το ύφος που είχε ειπωθεί η φράση. Τα παιδιά έφτιαξαν απίστευτες ιστορίες για πράγματα που υποτίθεται πως έγιναν!

10. ΠΑΝΤΟΜΙΜΑ- ΜΠΕΣ ΚΙ ΕΣΥ ΣΤΗ ΣΚΗΝΗ: όλα τα παιδιά κάθονται με την πλάτη στον τοίχο και στο κέντρο βρίσκεται η σκηνή. Η υπεύθυνη καλεί ένα παιδί να μπει στο κέντρο και με παντομίμα να βάλει ένα θέμα. Το πρώτο παιδί για παράδειγμα έκανε το αυτοκίνητο. Στη συνέχεια, τα υπόλοιπα παιδιά ενεργοποιήθηκαν και μπήκαν στην εικόνα κάνοντας πράγματα σχετικά με το θέμα που έβαλε το πρώτο παιδί: ένα παιδί έκανε τον τροχονόμο, ένα άλλο έκανε τον πεζό, ένα άλλο έκανε κάποιον που πάτησε το αυτοκίνητο, ένα άλλο κάποιον που κατάβρεξε το αυτοκίνητο περνώντας από μια λακούβα με λασπόνερο. Το δεύτερο παιδί έβαλε το θέμα «δάσκαλος» οπότε τα υπόλοιπα παιδιά έγιναν μαθητές, ο διευθυντής του σχολείου, συνάδερφοι δάσκαλοι, γονείς των παιδιών που πήγαν στο σχολείο να ρωτήσουν για την πρόοδο των παιδιών τους. Το παιχνίδι κράτησε αρκετή ώρα και μπήκαν τουλάχιστον 5 τέτοια θέματα στα οποία η υπεύθυνη φρόντισε να συμμετέχουν όλα τα παιδιά.

11. ΜΙΛΩΝΤΑΣ ΑΛΑΜΠΟΥΡΝΕΖΙΚΑ: τα παιδιά χωρίζονται σε ζευγάρια και η υπεύθυνη να τους δώσει διαφορετικά θέματα, για πχ συζητείστε για έναν ποδοσφαιρικό αγώνα, τα οποία τα ζευγάρια καλούνταν να αποδώσουν σε «αλαμπουρνέζικο» λόγο. Ένα άλλο θέμα ήταν «ο ένας είδε ένα σίριαλ στην τηλεόραση που ο άλλος δεν είδε και ο πρώτος το περιγράφει». Έτσι τα παιδιά μιας και δεν μπορούσαν να εκφραστούν με λόγια έδιναν σημασία στις κινήσεις τους, στον τόνο της φωνής τους, στις γκριμάτσες τους, στις χειρονομίες τους, προκειμένου να μπορέσουν να εκφραστούν! Τα παιδιά ζωγράφισαν σκηνές που προέκυψαν από το πρώτο παιχνίδι. Μια άλλη οδηγία ήταν: ο ένας δανείστηκε κάτι από τον άλλον που τελικά καταστράφηκε και προσπαθεί να δικαιολογηθεί

12. ΦΤΙΑΧΝΩ ΜΙΑ ΙΣΤΟΡΙΑ: Τα παιδιά εξασκήθηκαν στη δημιουργία μιας ιστορίας κάνοντας την εξής άσκηση: Αφού σκεφτούν για λίγο ένα παιδί που έχει οριστεί ξεκινά με τη φράση «Μια φορά κι έναν καιρό...» και συνεχίζει με δύο τρεις το πολύ φράσεις. Το επόμενο παιδί συνεχίζει με τη λέξη «Και μετά...», το επόμενο με «αλλά τότε...» το επόμενο «παρόλαυτά...» και τελικά βγαίνει μια ιστορία από όλη την ομάδα μαζί.



13. ΖΩΓΡΑΦΙΖΩ ΕΝΑ ΓΝΩΣΤΟ ΠΙΝΑΚΑ: τα παιδιά ζωγράφισαν το έργο του Κλιμτ «Το φιλί» σε προσχεδιασμένο χαρτί. Η υπεύθυνη τους μίλησε για τον Κλιμτ. Μπορούν επίσης να ζωγραφίσουν ζωγράφισαν βάζο με λουλούδια όπως ο Βαν Γκογκ και να μιλήσουν γι' αυτό τον ζωγράφο.

14. ΕΙΜΑΣΤΕ ΠΛΑΝΗΤΕΣ: Τα παιδιά έπαιζαν το παιχνίδι των πλανητών. Με τα μάτια κλειστά και ανάλογη μουσική άκουσαν τις οδηγίες του εμπνευστή: «είσαστε πλανήτες μέσα στο σύμπαν, όμορφοι, λαμπεροί, μοναδικοί. Γυρίζετε γύρω γύρω στο σύμπαν, είστε δυνατοί κανείς δεν μπορεί να σας κάνει κακό. Τώρα όμως νιώθετε μοναξιά. Θέλετε να γνωρίσετε τους άλλους πλανήτες. Πλησιάστε τους και αγγίξτε τους. Τώρα ανοίξτε τα μάτια: ποιον πλανήτη πλησιάσατε;» Τα παιδιά αποφάσισαν ποιοι πλανήτες είναι και στη συνέχεια ζωγράφισαν πλανήτες σε χαρτόνια.

15. ΑΔΙΑΦΩΡΩΝΤΑΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΑΛΛΟΝ: Τα παιδιά πήραν μέρος σε μια δραστηριότητα έναρθρου λόγου. Τα παιδιά χωρίστηκαν σε ζευγάρια και η εμπνευστή τους έδωσε τις εξής οδηγίες: στο ένα παιδί ζήτησε να φλυαρεί ακατάπαυστα περιγράφοντας κάτι ανούσιο και στο άλλο να προσπαθεί με ένα συνταρακτικό νέο να τραβήξει την προσοχή του άλλου. Στη συγκεκριμένη δραστηριότητα υπήρχε παράλληλος λόγος χωρίς να γίνεται διάλογος. Το κάθε παιδί προσπαθούσε να πετύχει το στόχο του που ερχόταν σε αντίθεση με το στόχο του άλλου παιδιού. Έτσι, ο καθένας υποστήριζε το λόγο του αδιαφορώντας για τον λόγο του άλλου.

16. ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΕΝΑΡΘΡΟΥ ΛΟΓΟΥ: Η άσκηση που έκαναν τα παιδιά είχε ως εξής: η υπεύθυνη τους ζήτησε να σκεφτούν όλοι από ένα επάγγελμα φανταστικό, πχ συλλέκτης χρωμάτων και να αυτοσχεδιάσουν επάνω στο ωράριο, το τι πρέπει να κάνουν τα υπέρ και τα κατά, στη συνέχεια τα παιδιά χωρίστηκαν σε ζευγάρια και παρουσίασε ο καθένας το δικό του. Μετά τα παιδιά έπρεπε να σκεφτούν μια ιστορία όπου έπρεπε να εμπλέκονται τα δύο αυτά φανταστικά επαγγέλματα χωρίς να γίνεται ρητή αναφορά στο επάγγελμα αλλά με τρόπο που η παρουσία του ενός επαγγέλματος να δικαιολογεί την παρουσία του άλλου. Μετά από κάθε διάλογο, τα υπόλοιπα παιδιά έπρεπε να σκεφτούν τι επαγγέλματα παρουσίασε κάθε ζευγάρι. Μπορεί να ακολουθεί ζωγραφική εμπνευσμένη από αυτό το παιχνίδι.

17. ΣΩΜΑΤΙΚΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ: Η υπεύθυνη γέμισε το χώρο με χρωματιστά σκοινάκια. Τα παιδιά χωρίστηκαν σε ζευγάρια πιασμένα αγκαζέ. Το παιχνίδι ήταν ποιο ζευγάρι θα φτιάξει τη μεγαλύτερη ουρά από σκοινάκια αλλά κάθε ζευγάρι μπορούσε να χρησιμοποιεί ουσιαστικά μόνο δύο χέρια. Αυτό το παιχνίδι προωθούσε με τον τρόπο του την έννοια της συνεργασίας αλλά και λειτούργησε σαν άσκηση ισορροπίας και εμποδισμένης κίνησης μέσα στο χώρο.

18. ΣΩΜΑΤΙΚΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ: Η υπεύθυνη ζήτησε από τα παιδιά να περπατήσουν με διάφορους τρόπους: σαν να βρίσκεσαι στα χιόνια, σαν να βρίσκεσαι σε πάγο, σαν να βρίσκεσαι επάνω σε ένα τεντωμένο σκοινί, σαν να βρίσκεσαι σε νερό. Κάθε παιδί που περπατούσε σύμφωνα με την οδηγία έπρεπε μετά να καθίσει κάτω και να πει πώς νιώθει χωρίς να φωνάζει. Στη συνέχεια, έπρεπε να φωνάξουν όσα χρειάζονται ή θέλουν ΤΩΡΑ. Στο τέλος όλοι έπρεπε να φωνάξουν με δύναμη τι θέλουν τώρα! Ήταν μια άσκηση που ασκούσε το παιδί στη κίνηση, αλλά και το έκανε να συνειδητοποιήσει τι μπορεί να κάνει με το σώμα του. Η τελική φάση, την οποία διασκέδασαν πολύ τα παιδιά τους έδωσε τη δυνατότητα να εκφράσουν τις επιθυμίες τους αλλά και να εκτονώσουν τα συναισθήματά τους.

19. ΟΝΕΙΡΕΥΤΕΙΤΕ!!!: Η υπεύθυνη ζήτησε στα παιδιά να ξαπλώσουν στο πάτωμα ανάσκελα και να κλείσουν τα μάτια. Στη συνέχεια με τα μάτια κλειστά τους ζήτησε να ονειρευτούν μια σκηνή που τα ηρεμεί και τα χαλαρώνει και να μιλήσουν γι' αυτή. Ακούστηκαν πράγματα όπως «είμαι ξαπλωμένος στο κρεβάτι μου και ακούω μουσική, τρώω το αγαπημένο μου φαγητό, κολυμπάω στη θάλασσα, κάνω σκι στο χιόνι...



20. ΤΣΑΚΩΘΕΙΤΕ!!!: Η υπεύθυνη ζήτησε στα παιδιά να χωριστούν σε ομάδες και να σκεφτούν και να φτιάξουν μια σκηνή που καταλήγει σε διαμάχη. Στη συνέχεια τους ζήτησε να την παίξουν στη σκηνή (πηγαίνοντας στο κέντρο του δωματίου). Η μια ομάδα έφτιαξε μια ιστορία με ένα δάσκαλο και ένα μαθητή που διαπληκτίζονται σχετικά με τη συμπεριφορά του μαθητή. Η άλλη ομάδα έφτιαξε μια ιστορία με δύο οδηγούς που είχαν βάλει στο μάτι την ίδια θέση για παρκινγκ. Και οι δύο ιστορίες είχαν φαντασία και δημιουργικότητα κάτι που χαρακτηρίζει πάντα τις ιστορίες των παιδιών!

21. ΑΣΚΗΣΗ ΧΑΛΑΡΩΣΗΣ-ΘΥΜΑΜΑΙ ΩΡΑΙΕΣ ΣΤΙΓΜΕΣ: Τα παιδιά ξάπλωσαν στο πάτωμα και η υπεύθυνη τους ζήτησε να κλείσουν τα μάτια, να χαλαρώσουν και να σκεφτούν μια στιγμή από προηγούμενες συναντήσεις στην προετοιμασία της θεατρικής παράστασης που τους άρεσαν ιδιαίτερα. Όλα τα παιδιά διηγήθηκαν αστείες στιγμές και ξαναγέλασαν καθώς τις ξανάφερναν στο μυαλό τους. Στη συνέχεια, η υπεύθυνη ζήτησε στα παιδιά να χωριστούν σε ομάδες και να δραματοποιήσουν τις σκηνές που περιέγραψαν. Στο τέλος τους ζήτησε να ζωγραφίσουν τις σκηνές που περιέγραψαν, όχι με σκίτσα αλλά με χρώματα.

2.ΦΩΝΗΤΙΚΕΣ ΑΣΚΗΣΕΙΣ: τα παιδιά κάνουν ασκήσεις (μμμ, ααα) για να καταφέρουν να ανοίξουν πολύ το στόμα. Φωνητικό ζέσταμα: τα παιδιά δίνουν διαταγές το ένα στο άλλο ανάλογα με το ρόλο που τους δίνεται, πχ είσαι η μαμά «Πλύνε τα δόντια σου!», «Ωρα για ύπνο». Ζητάμε στα παιδιά να υποκριθούν ένα ζώο αλλά να του βάλουν άλλη φωνή. Οι άλλοι προσπαθούν να καταλάβουν ποιο ζώο κάνει.



23. ΣΩΜΑΤΙΚΕΣ ΑΣΚΗΣΕΙΣ: κίνηση στο χώρο, ανοίγματα, τινάγματα, απότομα πεσίματα. Η συντονίστρια ζητά από τους μαθητές να κινηθούν ελεύθερα μέσα στο χώρο ενώ ακουγόταν μουσική και στην πορεία τους έδινε διάφορα παραγγέλματα όπως χοροπηδήστε, σύρετε τα πόδια σας, αγκαλιάστε το διπλανό σας, μείνετε ακίνητοι κλπ. Δίνονται οδηγίες όπως «Περπατάς σε δάσος», «Περπατάς σε παραλία», «Περπατάς μέσα σε πολύ κόσμο». Η συντονίστρια ζητά από τα παιδιά να σταθούν στο ένα πόδι και να κρατούν δύο διαφορετικά αντικείμενα σε κάθε χέρι ή να μονολογήσουν επάνω σε διάφορες καταστάσεις (πχ έχασα το τρένο, τσακώθηκα με τη φίλη μου, έγραψα χάλια στο τεστ των μαθηματικών, ενώ περπατούν. Επίσης μπορούν αν κάνουν μια άσκηση χαλάρωσης με ύπνωση. Τους ζητάμε να παρακολουθούν την παλάμη μας, να γείρουν τα κεφάλια τους και να κοιμηθούν. Δίνονται παραγγέλματα όπως «Σε ενοχλεί ένα κουνούπι», «Σε κλωτσάει ο αδερφός σου στον ύπνο σου», «Βλέπεις εφιάλη ότι πέφτεις από βουνό», «Θέλεις να πας στη τουαλέτα», κ.λπ. Δουλεύουν διάφορους τρόπους περπατήματος: στην άμμο, στο χιόνι, σε σφουγγαρισμένο πάτωμα, ξυπόλητος στα αγκάθια, στα σύννεφα, στο διάστημα, σα γέρος, σα ρομπότ, σα βάτραχος κ.λπ Ένα άλλο ζέσταμα είναι ο περίεργος χορός των μαξιλαριών: τα παιδιά έβαλαν ένα μαξιλάρι ανάμεσα στις πλάτες τους ανά δύο και χόρεψαν! Στόχος ήταν να μην πέσει το μαξιλάρι και να ακινητοποιούνται όταν σταματάει η μουσική. Στη συνέχεια έκαναν το ίδιο με το μαξιλάρι να στεριώνεται στις παλάμες και μετά στα κεφάλια! Στη συνέχεια μπορούν να αυτοσχεδιάσουν πάνω στο θέμα «ταξιδεύω» κάνοντας πως ταξιδεύουν με διάφορα μέσα μεταφοράς.

24. ΔΙΗΓΗΘΕΙΤΕ ΕΝΑ ΟΝΕΙΡΟ: Η υπεύθυνη ζήτησε από κάθε παιδί να διηγηθεί ένα όνειρο που έχει δει και του έκανε εντύπωση ώστε το θυμάται ακόμα. Ακούστηκαν πολλά και ενδιαφέροντα όνειρα. Στη συνέχεια η υπεύθυνη ζήτησε από τις ομάδες να συνεδριάσουν για λίγα λεπτά και να επιλέξουν ένα από τα όνειρα που ακούστηκαν. Τους συνέστησε να διαλέξουν όνειρα με αρκετή δράση και αρκετά πρόσωπα. Μετά από αρκετές διαφωνίες οι ομάδες διάλεξαν από ένα όνειρο και η υπεύθυνη τους ζήτησε να το δραματοποιήσουν. Τα παιδιά είχαν περίπου 10 λεπτά να σκεφτούν τι θα κάνουν. Πόσες δεξιότητες αναπτύσσονταν εκείνη τη στιγμή! Τα παιδιά έπρεπε να έχουν κάποια ιδέα, να την παρουσιάσουν με ελκυστικό τρόπο στους άλλους, να προσπαθήσουν να πείσουν τους άλλους ότι η ιδέα τους ήταν η πιο καλή και παράλληλα να ακούσουν τις ιδέες των άλλων και να κρίνουν ποια ήταν η καλύτερη.

25. ΔΡΑΜΑΤΟΠΟΙΗΣΗ ΣΚΗΝΩΝ: Τα παιδιά δραματοποίησαν μια σκηνή από την τάξη τους. Δραματοποίησαν αστείες σκηνές από την τάξη τους αλλά και σκηνές έντασης. Νομίζω πω ήταν μια καλή ευκαιρία να αντιμετωπίσουν κάπως κριτικά αυτά που τους συμβαίνουν και να σκεφτούν γι' αυτά από κάποια χρονική και συναισθηματική απόσταση. Νομίζω πως είναι κάτι που θα βοηθούσε τον καθένα μας να αντιμετωπίσει πράγματα που τον προβληματίζουν ή τον πληγώνουν από την καθημερινή του ζωή. Η δραματοποίηση ευνοεί την σκέψη και την απόσταση που πρέπει να πάρουμε από αυτά για να τους προσδώσουμε τελικά τις σωστές διαστάσεις

26. ΕΜΨΥΧΩΣΗ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ: Τα παιδιά περπάτησαν στο χώρο και τους ζητήθηκε να εμψυχώσουν κάποια συναισθήματα, πρώτα με την κίνηση, στη συνέχεια με γκριμάτσες, στη συνέχεια με το λόγο.

27. ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΑΠΟ ΕΠΑΓΓΕΜΑΤΙΕΣ: Τα παιδιά χωρίστηκαν σε ζευγάρια για να πάρουν συνεντεύξεις από διάφορους επαγγελματίες. Συζήτησαν πάνω στα διάφορα χαρακτηριστικά των επαγγελμάτων που προέκυψαν. Στη συνέχεια ζωγράρισαν χαρακτηριστικά αντικείμενα για κάθε επάγγελμα. Αυτή η άσκηση μπορεί να γίνει και με άλλη θεματολογία. Επίσης, μπορεί να γίνει με τα επαγγέλματα που προκύπτουν από το θεατρικό έργο που ανεβάζουν. Αυτό βοηθάει τα παιδιά να κατανοήσουν καλύτερα το έργο που θα παίζουν.

28. ΓΙΝΕ ΚΑΠΟΙΟΣ ΑΛΛΟΣ: Σύντομη άσκηση στην αρχή της συνάντησης για να ζεσταθεί η ομάδα. Βάλαμε δυο καρέκλες κοντά κοντά σαν παγκάκι και τα παιδιά σε ζευγάρια κάθονταν στο παγκάκι προσποιούμενα ότι είναι κάποιος άλλος. Τους δόθηκε αρχικά χρόνος για να σκεφτούν και να πλάσουν τις ψεύτικες ταυτότητές τους. Στη συνέχεια προσποιήθηκαν πως γνωρίστηκαν στο παγκάκι και άρχισαν να ρωτούν ο ένας τον άλλον για τους εαυτούς τους. Θαύμασα τη φαντασία και το χιούμορ των παιδιών!



29. ΚΙΝΕΖΙΚΟ ΠΟΡΤΡΕΤΟ: Τα παιδιά κάνουν ερωτήσεις όπως: «αν ήσουν μήλο τι μήλο θα ήσουν;» «Αν ήσουν χώρα ποια χώρα θα ήσουν;» Το κάθε παιδί κατέγραφε τη δική του απάντηση και στο τέλος ακολούθησε μια συζήτηση στην οποία εξήγησαν γιατί απάντησαν με τον συγκεκριμένο τρόπο.

30. ΔΡΑΜΑΤΟΠΟΙΗΣΗ ΒΙΟΓΡΑΦΙΑΣ: επιλέγουμε θεατρικούς συγγραφείς (ζωγράφους κ.λπ.) με ενδιαφέροντα βιογραφικά ανά ομάδα. Διαβάζουμε τις βιογραφίες στην επόμενη συνάντηση και δραματοποιούμε σημαντικές σκηνές από τη ζωή των καλλιτεχνών. Π.χ. αν διαβάσουμε τη βιογραφία του Βαν Γκογκ ότι συγκρούστηκε με το φίλο του Γκωγκέν, μπορούμε να φανταστούμε και να δραματοποιήσουμε τη σκηνή του καυγά. Έτσι, τα παιδιά μαθαίνουν με ευχάριστο τρόπο βιογραφίες καλλιτεχνών αλλά και δουλεύουν την ενσυναίσθηση προσπαθώντας να φανταστούν τα συναισθήματα των ανθρώπων που εμπλέκονται στις καταστάσεις που δραματοποιούν.

31. ΔΡΑΜΑΤΟΠΟΙΗΣΗ -ΣΚΗΝΗ ΣΤΟ ΛΟΥΝΑ ΠΑΡΚ: η συντονίστρια ζητά από τα παιδιά να φανταστούν διάφορες ατυχίες που μπορούν να συμβούν σε κάποιο χώρο αναψυχής: π.χ. ΛΟΥΝΑ ΠΑΡΚ, να χάσεις την παρέα σου, να ζαλιστείς, να χτυπήσεις κ.λπ.

32. ΑΣΚΗΣΗ ΔΡΑΜΑΤΟΠΟΙΗΣΗΣ: «Βρείτε τη θέση σας και δράστε αυτοσχεδιαστικά μέσα στο περιβάλλον που σας δίνω». Η υπεύθυνη χώρισε τα παιδιά σε 3 ομάδες και τους έδωσε τρεις καταστάσεις: π.χ. Τσίρκο, Λαϊκή, Γηροκομείο. Τα παιδιά μπορούσαν να συνεννοηθούν για περίπου 5 λεπτά για το πώς θα δραματοποιήσουν την κατάσταση που τους δόθηκε. Στη συνέχεια, η κάθε ομάδα παρουσίασε τη δραματοποίησή της και ακολούθησε συζήτηση και σχόλια από τις άλλες ομάδες.



33.ΦΤΙΑΞΕ ΕΝΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΑ: Η εμπυρωχώρα ζητάει από τα παιδιά να γράψουν για το προφίλ ενός φανταστικού ανθρώπου σαν να είναι υπαρκτός: όνομα, ηλικία και χονδρικά στοιχεία για τη ζωή και το χαρακτήρα του, τα οποία να είναι ρεαλιστικά. Η οδηγία είναι να είναι η γραφή σε πρώτο πρόσωπο. Τα παιδιά κάνουν αυτή τη δουλειά χωρισμένα σε ομάδες. Π.χ. «Είμαι ο Λεωνίδας, είμαι 9 χρονών αρκετά ψηλό παιδί για την ηλικία μου. Πηγαίνω σχολείο και μου αρέσει. Θα έλεγα όμως ότι δεν μου αρέσουν οι φακές, οι φωνές, οι μάγοι που τα ξέρουν όλα, το κέτσαπ και το αλάτι στη μπριζόλα. Συνεχώς μπλέκω σε καβγάδες και οι μεγάλοι με μαλώνουν. Δεν αντέχω τα μην τα δεν και τα πρέπει. Θεωρώ ότι έχω πλάκα και γενικά είμαι καλό παιδί, όχι κανένα τέρας. Ο καλύτερός μου φίλος είναι ο Θάνος αλλά δεν τον βλέπω συχνά, γιατί μένει σε άλλη πόλη. Όταν μεγαλώσω θα γίνω αστροναύτης αν μέχρι τότε δεν αλλάξω γνώμη». Αφού φτιάχτηκαν οι ιστορίες και παρουσιάστηκαν στο κοινό των άλλων παιδιών και παράλληλα με την ανάγνωση οι ομάδες έπρεπε να σημειώνουν ποια κοινά και ποιες διαφορές είχαν με τους χαρακτήρες που περιγράφονταν. Έτσι κάθε παιδί μπόρεσε μέσα από αυτή την άσκηση να μιλήσει τελικά για τον εαυτό του και να σκεφτεί κάποια πράγματα για τον χαρακτήρα του!

34. ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΑΠΟ ΜΥΘΟΛΟΓΙΚΟ ΠΡΟΣΩΠΟ: Η συντονίστρια τους ζήτησε να χωριστούν σε μικρές ομάδες και να σκεφτούν κάποιο πρόσωπο της μυθολογίας το οποίο τους εντυπωσιάζει αλλά και για το οποίο ξέρουν αρκετά πράγματα. Ακούστηκαν ονόματα όπως Οδυσσέας, Αχιλλέας, Δίας, Αθηνά, Τηλέμαχος, Κίρκη. Στη συνέχεια η κάθε ομάδα διάλεξε ένα παιδί για δημοσιογράφο και ένα για μυθολογικό πρόσωπο. Όλη η ομάδα σκέφτηκε και συμφώνησε τις ερωτήσεις που θα γίνονταν στο μυθολογικό πρόσωπο μιας άλλης ομάδας. Υπήρχε και ένα είδος διαγωνισμού καθώς θα κέρδιζε η ομάδα που θα έδινε τις πιο πειστικές απαντήσεις. Οι συνεντεύξεις είχαν την εξής μορφή: «Πώς σκέφτηκες Οδυσσέα το κόλπο με τον Δούρειο ίππο;» «Γιατί ήθελες τόσο πολύ να γυρίσεις στην Ιθάκη;», «Πώς ένιωσες όταν αντίκρισες τον Κύκλωπα;» Τα παιδιά δούλεψαν την άσκηση με τη συνέντευξη σε πρόσωπο της μυθολογίας. Στη συνέχεια έφτιαξαν δικές τους ιστορίες σχετικά με τις ιστορίες που διηγήθηκαν. Για παράδειγμα μια εναλλακτική εξέλιξη της συνάντησης των συντρόφων με τον Κύκλωπα, ένα διαφορετικό τέλος του Τρωικού πολέμου, ένα διαφορετικό τέλος του Αχιλλέα. Οι ιστορίες που έφτιαξαν ήταν πολύ πρωτότυπες και αποφάσισαν στην επόμενη συνάντησή τους να δραματοποιήσουν μερικές από αυτές.

35. ΑΤΟΜΑ ΠΟΥ ΘΑΥΜΑΖΩ: Τα παιδιά άρχισαν να δουλεύουν την άσκηση με τα άτομα που θαυμάζουν. Πρώτα έγραψαν 5 ανθρώπους που θαυμάζουν και συζήτησαν γιατί τους θαυμάζουν.. Τα παιδιά στη συνέχεια άρχισαν να ετοιμάζουν τις συνεντεύξεις που θα έπαιρναν στα διάφορα πρόσωπα. Στη συνέχεια δραματοποιούν τη συνέντευξη.

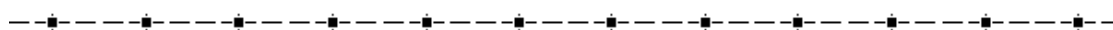
36. ΜΑΝΤΕΨΕ ΠΟΙΟΣ: για ζέσταμα. Ένα μικρό μπαλάκι περνάει από χέρι σε χέρι και όταν η μουσική σταματήσει όλοι κλείνουν τα μάτια και αυτός που το κρατάει το κρύβει κάπου στο χώρο ή πάνω του. Μετά οι άλλοι ψάχνουν να βρουν πού το έχει κρύψει. Τα παιδιά κινούνται ελεύθερα στο χώρο.

37. ΑΥΤΟΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ: Αυτοσχεδιασμός πάνω στο θέμα: ένα παιδί θέλει να πάρει μέρος σε διαγωνισμό χορού αλλά δεν ξέρει να χορεύει (χορεύουν χάλια) και τότε εμφανίζεται ένα ξωτικό και του δίνει τα μαγικά παπούτσια και χορεύει τέλεια. Το ξωτικό όμως αρχίζει να ζητάει διάφορες χάρες για τη χάρη που του έκανε!

38. ΔΙΑΒΑΖΩ ΜΙΑ ΙΣΤΟΡΙΑ: Τα παιδιά διάβασαν απόσπασμα από μια ιστορία που τους έδωσε η υπεύθυνη και τους έδωσε συγκεκριμένη οδηγία για το πώς θα το διαβάσουν (βαριεστημένα, με ενθουσιασμό, κουρασμένα, αγχωμένα...).

39. ΓΡΑΦΩ ΜΙΑ ΙΣΤΟΡΙΑ: Τα παιδιά φτιάχνουν ένα κύκλο καθισμένα και το πρώτο παιδί γράφει μια πρόταση από μια ιστορία από την οποία ο επόμενος παίκτης βλέπει μόνο την τελευταία λέξη. Με βάση αυτή τη λέξη φτιάχνει τη δικιά του πρόταση. Όταν έφτασαν στον τελευταίο παίκτη, διάβασαν την ιστορία, η οποία είχε φυσικά πολλή πλάκα!

40. ΠΑΡΙΣΤΑΝΩ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΑ: Τα παιδιά βρίσκουν διάφορα αντικείμενα από το χώρο και τα κρατούν λέγοντας «Αυτό δεν είναι...Είναι...» Παριστάνοντας κάτι με κινήσεις ενώ οι άλλοι προσπαθούσαν να καταλάβουν τι είναι. Στο τέλος έγραψαν σε χαρτάκια λέξεις και τις μοίρασαν ο ένας στον άλλον. Μετά έπρεπε να παραστήσουν τις λέξεις και οι άλλοι να καταλάβουν το αντικείμενο.



41. ΟΤΑΝ ΜΕΓΑΛΩΣΩ ΘΑ ΓΙΝΩ... Τα παιδιά ξεκινούν με τη φράση «Όταν μεγαλώσω θα γίνω...» και στη συνέχεια κάνουν με παντομίμα το επάγγελμα τους. Στη συνέχεια έκαναν διαλόγους ανάμεσα σε επαγγελματίες.

42. ΚΑΥΓΑΣ ΣΤΗ ΛΑΪΚΗ: Γίνεται αυτοσχεδιασμός σε λαϊκή ανάμεσα σε μικροπωλητές που καβγαδίζουν για να πιάσουν τους πελάτες. Στο τέλος οι πελάτες βαρέθηκαν και έφυγαν χωρίς να πάρουν τίποτα. Αυτός ο αυτοσχεδιασμός μπορεί να γίνει και με άλλη θεματολογία με κανγά σε κάποιο άλλο μέρος.

43. ΣΑΒΟΥΑΡ ΒΙΒΡ: Τα παιδιά αυτοσχεδιάζουν πάνω σε τρόπους καλής συμπεριφοράς. Ο ένας έκανε κάποιο λάθος (πχ τρώει με τα χέρια) και ο άλλος τον διορθώνει. Στη συνέχεια κάνουν δραματοποίηση σε επίσημο δείπνο όπου παίρνουν ρόλους (ο χωριάτης, ο άξεστος, η καθωσπρέπει κυρία που τρελαίνεται με αυτά που βλέπει...).

44. ΑΥΤΟΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΠΑΝΩ ΣΕ ΜΥΘΟ: Λέμε στα παιδιά ένα μύθο: π.χ. τον μύθο του Θησέα με τον Μινώταυρο και στη συνέχεια τα παιδιά δραματοποιούν τον μύθο και ζωγραφίζουν εικόνες από τη δραματοποίηση.

45. ΚΟΥΚΛΟΘΕΑΤΡΟ: δημιουργούμε ένα πλαίσιο σαν σκηνή από κουκλοθέατρο. Τα παιδιά πήραν θέση πίσω από το κουκλοθέατρο ένας ένας και έκαναν γκριμάτσες στη σκηνή ενώ οι άλλοι τους χειροκροτούσαν και γελούσαν μαζί τους.

46. ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΩ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ ΣΥΝΤΑΓΗ: ο καθένας πρέπει να παρουσιάσει μια μαγειρική συνταγή. Άλλοι μια κανονική συνταγή και άλλοι μια μαγική συνταγή.



47. ΠΡΩΤΟΓΟΝΗ ΦΥΛΗ: Αυτοσχεδιασμός πάνω στο θέμα «πρωτόγονη φυλή». Τα παιδιά πρώτα συζήτησαν για τις πρωτόγονες φυλές (Αβοριγίνες, Μασάι, Ίνκας κ.λπ.) που γνωρίζουν και στη συνέχεια προσπάθησαν να φανταστούν τη ζωή τους. Μπορούμε να δείξουμε και βιντεάκια από πρωτόγονες φυλές. Αυτή η άσκηση απελευθερώνει την κίνηση των παιδιών και τα βοηθά να αποκτήσουν ενσυναίσθηση-την ικανότητα να μπαίνουν στη θέση του άλλου, κάτι πολύ βασικό στην υποκριτική!

48. ΔΡΑΜΑΤΟΠΟΙΗΣΗ ΣΚΗΝΩΝ: τα παιδιά δραματοποίησαν σκηνές όπως «η συνάντηση των ερωτευμένων», «το ρομαντικό δείπνο», «ο τσακωμός των ερωτευμένων» και στο τέλος έφτιαξαν κόκκινες καρδιές από χαρτόνι και τις στόλισαν.

49. ΕΙΜΑΙ ΘΕΟΣ!: Τα παιδιά μίλησαν για τους θεούς του Ολύμπου και στη συνέχεια το καθένα διάλεξε να είναι ένας θεός/θεά. Έφτιαξαν δικές τους ιστορίες χρησιμοποιώντας τα βασικά χαρακτηριστικά των θεών και τις δραματοποίησαν. Μετά ζωγράρισαν τα χαρακτηριστικά αντικείμενα των θεών (Δίας - κεραυνός, Ποσειδώνας - τρίαινα...)

