

Program warsztatów na konferencji Rady Pedagogicznej Gimnazjum Nr 2 w Wodzisławiu Śląskim 22.11.2004 r.

Temat : **Wykorzystanie elementów rytmiki i muzyki w integracji grupy.**

Przygotowanie i prowadzenie : **Barbara Mikółka,  
Joanna Królikowska,  
Katarzyna Miler**

Cele spotkania :

- Zapoznanie z technikami i formami wykorzystania elementów rytmiki w integracji grupy przez nauczycieli wychowawców, nauczycieli sztuki oraz innych zainteresowanych taką formą zajęć.
- Przedstawienie przykładowych metod realizacji tematów, głównie na przedmiotach humanistycznych i artystycznych.
- Wskazanie form pracy z dzieckiem niepełnosprawnym ruchowo, intelektualnie oraz z dzieckiem z problemami natury rodzinno – wychowawczej – elementy teatralne.
- Wdrażanie do umiejętności wyrażania emocji ciałem i ruchem.
- Przedstawienie sposobów wykorzystania różnych przedmiotów powszechnej użyteczności w formach parateatralnych.

# Przebieg zajęć

1. Prowadzący podaje uczestnikom tekst piosenki powitalnej :

Wszyscy są , witam Was  
Zaczynamy, już czas  
Jestem ja, jesteś ty  
Raz, dwa, trzy.

Uczestnicy powtarzają tekst wraz z melodią dwa razy, następnie wstają i uczą się pokazywać piosenkę

wszyscy / klepnięcie dłońmi w uda /

są / kłaśnięcie /

witam / klepnięcie dłońmi w uda /

was / kłaśnięcie /

zaczyna- / dwa klepnięcia dłońmi w uda /

-my już czas /dwa kłaśnięcia /

jestem ja / wskazania obiema rękoma na siebie /

jesteś ty / wskazanie obiema rękoma na kogoś naprzeciwko /

raz, dwa, trzy / trzy podskoki obunóż z rękoma na biodrach /

Pierwsze powtórzenia wykonuje się wolno, następnie w rytmie szybszym.

2. Uczestnicy ustawieni są w kręgu. Przy spokojnej muzyce każdy rozciąga się tak, by rozciągnięte były wszystkie części ciała. Oczy powinny być zamknięte a uczestnicy powinni zapomnieć o obecności innych.

3. Uczestnicy poruszają się po sali zajmując jak największą przestrzeń wokół siebie – przy muzyce.

4. Zabawa „gra video” - grupa chodzi po całej sali wykonując polecenia prowadzącego ;

szybko

wolno

stop

przewijanie / dowolny ruch kojarzący się z przewijaniem /

eject / dotarcie do ściany /

centrum / dotarcie do środka sali /

kontakt / przynajmniej z dwiema osobami /

głośno / krzyk /

5. Uczestnicy chodzą po sali w dowolnym kierunku patrząc się jedynie na własne stopy. Po pewnym czasie prowadzący podaje polecenia :

- patrzeć na stopy innych
- patrzeć na podudzia innych
- patrzeć na brzuchy innych
- patrzeć na klatkę piersiową innych

- patrzenia się na twarze innych – w przypadku spotkania się spojrzenia ze spojrzeniem innej osoby można podać sobie rękę w geście powitania.

6. Zabawa „Gooffy”. Uczestnicy rozstawieni są na całej sali. Mają zamknięte oczy. Prowadzący wyznacza dotykiem jedną osobę, która jest Gooffim. Na hasło : zaczynamy wszyscy chodzą po sali i szukając Gooffiego pytają się napotkanych osób : Gooffi ? Jeśli spotkana osoba odpowiada : gooffi, to znaczy, że nie jest prawdziwym Gooffim. Prawdziwy Gooffi nie odpowiada. Każdy, kto spotka niemego Gooffiego łapie go i od tej pory również nie odpowiada na pytania. Tak stopniowo tworzy się nieme gooffy – grono, które łatwo znaleźć dzięki jego milczeniu. Zabawa kończy się, gdy wszyscy znajdą Gooffiego.

7. Uczestnicy przemieszczają się na wyznaczoną odległość po trzy osoby w taki sposób, by cały czas ciało miało trzy punkty podparcia / np. ręka + stopa + pośladki /. Po dwóch powtórzeniach w czasie przemieszczania się oprócz trzech punktów podparcia na podłodze powinna się znaleźć też jakaś powierzchnia ciała np. przedramię, udo, plecy, cała noga.

8. Uczestnicy dobierają się w pary. Jedna z osób staje się rzeźbiarzem. Lekko dotyka wybranych części ciała drugiej osoby, utrzymując dotknięcie tak długo jak chce. Druga osoba – rzeźbiona poddaje się temu dotknięciu tak długo, jak czuje na ciele jego działanie. Ruch odbywa się zgodnie z kierunkiem dotknięcia. Po pewnym czasie prowadzący poleca zmianę w parach. Ćwiczenie odbywa się przy muzyce. Przy kolejnej zmianie ról prowadzący prosi, aby tym razem zwrócić uwagę na muzykę i oprócz dotknięcia poddać się też muzyce.

9. Ćwiczenie przebiega jak wyżej, jednak tym razem ruch ciała odbywa się przeciwnie do kierunku dotknięcia i trwa tak długo, jak czuje go osoba dotykana. Po ćwiczeniach prowadzący pyta uczestników o odczucia związane z poddawaniem się dotykaniu i muzyce oraz o to, który rodzaj ruchu – za impulsem, czy przeciw impulsowi był trudniejszy.

10. „Rzeźbienie” – uczestnicy dobierają się w pary. Każda para znajduje sobie dowolne miejsce na sali. Jedna z osób jest rzeźbiarzem, druga rzeźbą. Rzeźbienie przebiega przy muzyce, „rzeźba” w czasie ćwiczenia powinna mieć zamknięte oczy i poddać się działaniu „rzeźbiarza”. Ruchy rzeźbienia nie powinny powodować bólu ani sytuacji, gdy osoba rzeźbiona nie będzie w stanie utrzymać danej pozycji. Po wykonaniu rzeźby „rzeźbiarze” wędrują po sali oglądając inne „rzeźby” i zastanawiając się, co mogą one czuć w danym momencie. Następnie na polecenie prowadzącego każdy „rzeźbiarz” wybiera sobie inną niż jego „rzeźbę” i dokonuje w niej zmiany takie, jakie chce. Zadanie powtarza się jeszcze raz.

Ćwiczenie przebiega w czterech etapach :

I – rzeźbienie osoby leżącej

II – rzeźbienie osoby siedzącej / przejście do siadu trzeba wykonać samodzielnie bez żadnego udziału „rzeźby”/

III – rzeźbienie osoby stojącej / przejście do postawy stojącej jw. /

IV – doprowadzenie swojej „rzeźby” na środek sali do innych „rzeźb” i wykonanie wraz z pozostałymi „rzeźbiarzami” wspólnej rzeźby.

Dopiero na polecenie prowadzącego po tym etapie „rzeźby” mogą otworzyć oczy i zobaczyć, gdzie się znajdują, w jakiej są pozycji względem innych uczestników, kogo dotykają, itp.

Druga część ćwiczenia to zamiana rolami.

Prowadzący powinien uprzedzić uczestników, że ćwiczenie trwa dość długo, ale jego sens leży w spokojnych ruchach, w wyciszeniu się i próbie zrelaksowania. Po ćwiczeniu prowadzący pyta uczestników o odczucia w związku z byciem „rzeźbiarzem” i „rzeźbą” oraz o pozycje, w których było „rzeźbom” niewygodnie i wygodnie.

11. Głuchy telefon z gestami. Uczestnicy stają w rzędzie lub na obwodzie koła zamykając oczy. Pierwsza osoba przekazuje określony ruch osobie stojącej obok, a ta ten sam ruch kolejnej osobie. Otwarte oczy mają - osoba przekazująca ruch i odbierająca go. Gdy ruch dojdzie do ostatniej osoby, następuje porównanie ostatniego i pierwszego ruchu.

12. Uczestnicy dobierają się w pary. Każda para posiada chustę lub kawałek zwiewnego materiału. Zadaniem każdej osoby w parze jest „powiedzieć” swoje imię ruchami chusty. Ćwiczenie można wykonywać parę razy ze zmianą charakteru, tempa i rytmu muzyki.

13. Każda para ma do dyspozycji chustę oraz wylosowaną kartkę z konkretną emocją. Po chwili zastanowienia pary kolejno prezentują pantomimicznie swoje emocje pozostałym uczestnikom, których zadaniem jest odgadywanie danej emocji. W pracy z osobami niepełnosprawnymi wskazane byłyby konkretne kolory chust do wyboru a dla osób bardziej zaawansowanych również muzyka do wyboru.

14. Uczestnicy dzielą się na trzy grupy. Każda grupa ma stworzyć w określonym czasie etiudę na podany temat / tu cztery pory roku /. Grupy mogą wykorzystać chusty i sprzęty lub przedmioty dostępne w miejscu zajęć jako przybory lub jako scenografię. Grupy prezentują swoją etiudę. Należy zadbać o to, by nie oceniać pracy grup i by każda grupa została nagrodzona oklaskami.

15. Podsumowanie zajęć. Grupa siedzi w kręgu, każdy uczestnik ma możliwość dokończenia zdania :

Na warsztatach podobało mi się....., natomiast czuję niedosyt w dziedzinie..... .

16. Piosenka pożegnalna

Wszyscy są, żegnam Was

Pożegnania już czas

Żegnam ja, żegnasz Ty

Raz, dwa, trzy.

Zamiast ruchów takich jak przy piosence na przywitanie można wykorzystać chusty :

- przed piosenką uczestnicy ustawieni w kręgu zawiązują końce swojej chusty i chusty osoby po prawej stronie,
- pierwszy wers piosenki – uniesienie chust do góry
- drugi wers – opuszczenie chust w dół
- trzeci wers – wskazanie na siebie i innych trzymając chusty
- czwarty wers – dwa podskoki do środka koła zakończone wyrzutem chust do góry na „trzy”.

17. Ewaluacja – ankieta dotycząca treści, sposobu prowadzenia i ewentualnego zapotrzebowania na tego typu zajęcia.

## **Ankieta ewaluacyjna**

1. Czy czuje Pan/Pani potrzebę organizacji form warsztatowych doskonalących umiejętności nauczycieli ? Jeśli tak, to jakiej miałyby dotyczyć tematyki ?

---

---

---

2. Jakie inne metody i formy pracy z dziećmi mógłby Pan/Pani zaproponować ze swojej strony w formie warsztatowej ?

---

---

3. Czy wykorzysta Pan/Pani treści zawarte w dzisiejszych warsztatach w swojej pracy dydaktyczno – wychowawczej ?

---

4. Jakie odczucia pojawiły się u Pana/Pani w związku z wyrażaniem siebie przez ruch przy innych osobach ?

---

---

Dziękujemy za udział w warsztatach i wypełnieniu ankiety.

