

*Państwowa Wyższa Szkoła Teatralna im. L. Solskiego
w Krakowie. Filia we Wrocławiu.*

Podyplomowe Studia Reżyserii Teatru Dzieci i Młodzieży

Maria Gryczkowska

„ZABAWA W TEATR”

PROGRAM EDUKACJI TEATRALNEJ DLA PRZEDSZKOŁA NR 17 „IKAREK” W POZNANIU.

opiekun merytoryczny
st. wykł. Elżbieta Olinkiewicz

Wrocław 2009

O AUTORCE

Urodziłam się na Mazurach w jednej z tych małych miejscowości, gdzie życie płynie powoli, majestatycznie i trochę sennie. Gdzie jest czas na smakowanie wyglądu nieba: Na pogodę czy nie? Zbierać, czy niech podsycha?... I roztrząsanie wszelkich wydarzeń.

Pewnie stamtąd moja nadwrażliwość i zainteresowanie byciem z... i byciem w...

Zaprowadziło mnie to na studia pedagogiczne – Filia UW w Białymstoku wydział Pedagogiki i Psychologii, a potem na podyplomowe z Nauczania Początkowego – UAM w Poznaniu. Ukończyłam także kurs kwalifikacyjny z zakresu pedagogiki leczniczej, instruktorski dotyczący ruchu, tańca i symboliki ciała, i trzystopniowy kurs dający wgląd w szeroko pojętą biblioterapię.

Jestem członkiem Polskiego Stowarzyszenia Choreoterapii i Stowarzyszenia Biblioterapeutów Polskich.

Oczywiście pracując z małymi dziećmi w przedszkolu poszukuję inspiracji na wielu pomniejszych kursach i szkoleniach, a z tych najczęściej wykorzystuję wiedzę wynoszoną z zajęć organizowanych przez Stowarzyszenie Pedagogów Zabawy (KLANZA).

Dalej szukam... stąd moja decyzja o studiowaniu reżyserii teatru dziecięcego.

WSTĘP

Wczesne kontakty ze sztuką zachęcają do własnej twórczej aktywności. Małe dziecko śpiewa, tańczy, gra, ponieważ ma potrzebę śpiewania, grania albo poruszania w rytm muzyki. W tym kontekście zabawa w teatr jest czymś bardzo naturalnym, zapewnia dziecku prawidłowe samopoczucie, pobudza albo uspakaja; oczyszcza lub stymuluje. W znaczący sposób kreuje rozwój emocjonalny. „Zabawa w role” służy zaspakajaniu wewnętrznej potrzeby poszukiwania sposobu zrozumienia otaczającego świata i celowości odgrywanie różnych ról; to metoda przetworzenia „nieznajomego” w „znajome”. Teatr w tym wieku jest zabawą związaną z sytuacją, interakcją, słowem, rytmem, nową przestrzenią (lub zmianami w znanej). Rodzi się pod wpływem muzyki, obrazu. Powstaje i znika. Jest potrzebą chwili. „Wychodzi sam”.

CHARAKTERYSTYKA PROGRAMU

Program „Zabawa w teatr” został napisany z myślą o dzieciach w wieku przedszkolnym. Przeznaczony jest dla każdego zespołu dzieci, bez względu na wiadomości, umiejętności i poziom uzdolnień dziecka.

Powstał w wyniku potrzeby przeniesienia wiedzy zdobytej na studiach podyplomowych na praktyczne działania związane z wykonywanym przeze mnie zawodem, i dwudziestoletniej obserwacji zabaw i działań dzieci, z którymi pracowałam i pracuję.

Jest też owocem mojego zachwytu nad celnością i trafnością dziecięcych obserwacji i bezbłędnego puentowania poczynañ dorosłych (w tym moich mniej lub bardziej udanych działań pedagogicznych).

Zabawa teatralna jest wyjątkowym rodzajem zabawy. Mówiąc językiem pedagogicznych podręczników „...stymuluje dziecko do wielostronnego oglądania rzeczywistości, staje się motywacją do nowych wyzwań. Daje też poczucie własnej wartości, godności i nadaje sens twórczej aktywności dziecka”¹. Mówiąc językiem osoby obserwującej dzieci przez wiele lat, po kilka godzin dziennie – jest sposobem na przetwarzanie doznań i obserwacji na najbliższy dziecku język, tj. ruch, gest i mimikę, z dowolnym dawkowaniem słowa (czasem w sposób nie do końca zrozumiały dla mnie - dorosłego).

Program własny powstał w oparciu o podstawę programową MEN (Rozporządzenie z dnia 23 grudnia 2008 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół). Załącznik nr 1.

Z podstawy programowej najistotniejsze dla mojej pracy z programem „Zabawa w teatr” wydają się być następujące cele:

8) Wprowadzenie dzieci w świat wartości estetycznych i rozwijanie umiejętności wypowiedzania się poprzez muzykę, małe formy teatralne oraz sztuki plastyczne;

10) Zapewnienie dzieciom lepszych szans edukacyjnych poprzez wspieranie ich ciekawości, aktywności i samodzielności, a także kształtowanie tych wiadomości i umiejętności, które są ważne w edukacji szkolnej.

1 Psychologia: red. T. Tomaszewski PWN Warszawa 1979

I obszary ich realizacji:

3. Wspomaganie rozwoju mowy dzieci.

Dziecko kończące przedszkole i rozpoczynające naukę w szkole podstawowej:

- 1) zwraca się bezpośrednio do rozmówcy, stara się mówić poprawnie pod względem artykulacyjnym, gramatycznym, fleksyjnym i składniowym;**
- 2) mówi płynnie, niezbyt głośno, dostosowując ton głosu do sytuacji;**
- 3) uważnie słucha, pyta o niezrozumiałe fakty i formułuje dłuższe wypowiedzi o ważnych sprawach;**
- 4) w zrozumiały sposób mówi o swoich potrzebach i decyzjach.**

4. Wspieranie dzieci w rozwijaniu czynności intelektualnych, które stosują w poznawaniu i rozumieniu siebie i swojego otoczenia.

7. Wychowanie przez sztukę – dziecko widz i aktorem.

Dziecko kończące przedszkole i rozpoczynające naukę w szkole podstawowej:

- 1) wie, jak należy się zachować na uroczystościach, np. na koncercie, festynie, przedstawieniu, w teatrze, w kinie;**
- 2) odgrywa role w zabawach para teatralnych, posługując się mową, mimiką, gestem i ruchem; umie posługiwać się rekwizytami (np. maską).**

Działania przewidziane w programie „Zabawa w teatr” mogą być realizowane w przedszkolu w korelacji z każdym programem dopuszczonym przez MEN. Treści programowe mogą być wplatane podczas zajęć edukacyjnych, w ramach bloków tematycznych, lub (w połączeniu z dodatkowymi godzinami tygodniowo) zaplanowane jako cykl zajęć teatralnych. Ale zasadniczo program powstał z myślą o pracy ukierunkowywanej przez dobór i układ treści zawartych w programie Cz. Cyrańskiego i M. Kwaśniewskiej „Moje przedszkole” (nr dopuszczenia: DKW-4013-3/01), który stosujemy w moim przedszkolu. Załącznik nr 2.

Tworząc program „Zabawa w teatr”, nie ingerowałam w zakres i obszary edukacyjne programu bazowego, rozszerzyłam jedynie treści z pierwszego bloku: „Poznaję samego siebie” i dziewiątego: „Ja i sztuka” w dziedzinie C: „Teatr” o dodatkowe zadania i zestaw zabaw i ćwiczeń praktycznych. Zostawiłam również układ graficzny programu bazowego.

Realizacja programu wymagała i wymaga w dalszym ciągu przygotowań z mojej strony.

Dotyczy to odpowiedniego wyposażenia sali do zabaw twórczych, przygotowania technicznego kąca-rekwizytorni na terenie przedszkola,

w którym daje się przechowywać scenografia, kostiumy, lalki. Także uzyskania deklaracji wspomagania działalności grupy przez dyrektora przedszkola (nakłady finansowe).

Musiałam również popracować nad zainteresowaniem rodziców (pomoc w gromadzeniu materiałów typu: listewki, kawałki materiałów tekstylnych, udział w wyjazdach z dziećmi poza teren przedszkola). Ze środków dydaktycznych udało mi się uzyskać dobrej jakości magnetofon i zestaw nagłaśniający oraz reflektory, kurtynę i namiastkę kulis w formie pluszowej tkaniny wypełniającej ściany na scenie. W warunkach funkcjonowania wielu przedszkoli jest to zachęcający zaczątek do dalszych działań.

Naczelnym założeniem programu „Zabawa w teatr” jest wzbogacanie doświadczeń dzieci w wiedzę o sobie przez wskazywanie

(i szukanie wspólnie z dziećmi) różnych dróg poznania. Wykorzystywanie w edukacji zabaw teatralnych może ustrzec przed monotonią, motywuje do operatywności, może także przenieść w świat inny, w inną rzeczywistość wyobrażaną, a potem kreowaną.

Również przygotowując „sztukę” świadomie wybraną, (a więc nie zabawę organizowaną na potrzebę chwili); a takie też przewiduję w moim programie; dzieci uczą się przez doświadczanie, badanie, działanie. Wyzwalają dzięki temu różne kategorie aktywności: aktywność intelektualną, emocjonalną, aktywność praktyczną, muzyczną, ruchową i słowną. Muszą działać, pokonywać trudności, rozwijać się i bawić się w różny sposób: wypowiadać się poprawnie, uczyć się na pamięć, recytować, tworzyć z najróżniejszych materiałów, śpiewać, występować na forum grupy przedszkolnej.

Zabawa w teatr to atrakcyjny sposób pracy. Pozwala dziecku na pełne przeżywanie, rozumienie swoich uczuć, wzmacnianie wiary we własne siły. Wyzwala ekspresję, uczy wczuwania się w stan innych osób. Integruje i uspołecznia. Buduje piękną więź z nauczycielem (pod warunkiem, że ten chce, i uczestniczy w zabawie w sposób partnerski).

Program „Zabawa w teatr” to także, jak wspomniałam, cykl zajęć dotyczących tworzenia widowiska teatralnego. Celem takiego cyklu jest zapoznanie dziecka ze sztuką teatralną, poznanie środków wyrazu stosowanych w teatrze, kształcenie umiejętności eksponowania tekstu podczas zabaw odtwórczych, pokazywania emocji, wprowadzenie elementów gry (udawania) w tworzonych przez grupę inscenizacjach i widowiskach teatralnych, zakończonych występem przed publicznością na scenie. Ale wszystko to przy stałej uważności na dobrą zabawę

i samopoczucie dziecka. Wydaje się, że taka „baza” wiedzy może stać się pomocą w rozumieniu przez dzieci celowości przekazywania pewnych treści potencjalnemu widzowi, i zachęcaniu ich do konsekwentnej pracy nad pomysłami i adaptacją sceniczną zakładanych treści.

Aby zrealizować program niezbędne jest, aby dziecko i nauczyciel wykazali się aktywnością i zaangażowaniem w pracę grupy teatralnej. Aktywność nauczyciela powinna być nastawiona na przygotowanie zajęć i całej niezbędnej obudowy programowej, inspirowania, baczego i dyskretnego prowadzenia obserwacji oraz kierowania procesem twórczym. Dobierając tematykę, poszukując utworów literackich do inscenizacji powinien więc kierować się potrzebami, zainteresowaniami i poziomem percepcji dzieci.

Zgodnie z założeniami zawartymi w podstawie programowej celem przedszkola jest wspomaganie rozwoju i edukacji dzieci objętych wychowaniem przedszkolnym. Przedszkola mają za zadanie zapewnić dzieciom możliwość wspólnej zabawy i nauki w warunkach bezpiecznych, przyjaznych i dostosowanych do ich potrzeb rozwojowych.

Najbliższą i najbardziej przyjazną dziecku formą w niekwestionowany sposób okazuje się być zabawa. Stąd wynikają postawione przeze mnie cele, wybrane metody i formy realizacji:

CELE GŁÓWNE (według podstawy)

- Wspomaganie wszechstronnego rozwoju dziecka, w szczególności emocjonalnego, zdrowotnego, ruchowego i intelektualnego.
- Budowanie świata wartości – wprowadzenie w świat podstawowych wartości etycznych.
- Kształtowanie umiejętności społecznych i komunikacyjnych.
- Rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach nowych i trudnych.
- Zapewnienie dzieciom równego startu edukacyjnego przez wyrównanie szans rozwojowych.

CELE OGÓLNE (i wynikające z nich cele szczegółowe)

- **Rozwój uzdolnień dzieci:**
 - rozwijanie inteligencji wielorakich będących źródłem uzdolnień,
 - rozpoznawanie i rozwijanie uzdolnień muzycznych, muzyczno-ruchowych, technicznych, manualnych, językowych, społecznych itp.,
 - zaciekawianie dziecka różnymi zjawiskami otaczającego świata jako źródłem buczenia zainteresowań.
- **Wspomaganie rozwoju intelektualnego:**
 - rozwijanie sprawności fizycznej dziecka stymulującej rozwój intelektualny,
 - kształtowanie potrzeb poznawczych,
 - rozwijanie różnorodnych ekspresji dziecka.
- **Rozwijanie umiejętności społecznych:**
 - kształtowanie empatii,
 - rozwijanie umiejętności współdziałania w grupie,
 - budowanie potrzeb społecznych: kontaktu, współuczestnictwa, przynależności, uczuć głębszych,
 - zaspokajanie potrzeb natury emocjonalnej (w tym bezpieczeństwa, równego traktowania, poczucia własnej wartości).
- **Rozwijanie umiejętności językowych dzieci i wspomaganie rozwoju mowy:**
 - uwrażliwianie na wartość i piękno słowa mówionego,
 - nabywanie umiejętności posługiwania się językiem literackim,
 - wzbogacanie słownika czynnego i biernego o pojęcia związane z działalnością teatralną,
 - nauka czystej, poprawnej wymowy, właściwej artykulacji i siły głosu,
 - rozwijanie umiejętności operowania głosem pod względem intonacyjnym.
- **Zwiększanie szans edukacyjnych dzieci:**
 - rozwijanie wyobraźni,
 - rozwijanie aktywności twórczej,

- kształtowanie umiejętności analitycznych i syntetycznych.
- Budowanie werbalnych i niewerbalnych umiejętności społecznego komunikowania się:
 - wyrażanie uczuć, nastrojów poprzez różne formy ekspresji,
 - rozwijanie umiejętności jasnego przedstawiania sytuacji, emocji, relacji za pomocą gestu, mimiki, ruchu.
- Rozwijanie zainteresowań sztukami scenicznymi:
 - inspirowanie zainteresowań czytelniczych będących źródłem wiedzy i przeżyć,
 - tworzenie nawyku uczestniczenia w przedstawieniach i spektaklach teatralnych.
- Rozwijanie zainteresowań estetycznych:
 - uczenie wrażliwości na estetykę dzieła, otoczenia; na wartości niesione przez sztukę,
 - poprzez regularny dostęp do źródeł i instytucji kultury zyskiwanie pobudzenia do działań artystycznych.

PROCEDURA OSIĄGANIA CELÓW

Formy:

- zabawy naśladowcze,
- zabawy tematyczne,
- zabawy z elementami dramy i pantomimy ,
- ćwiczenia aparatu mowy i ćwiczenia ciała w zabawach słownych, ortofonicznych, muzycznych i taneczno-ruchowych,
- inscenizowanie ruchem wierszy, piosenek, bajek, opowiadań, baśni, sytuacji potocznych i aktualnych wydarzeń,
- udział dzieci w spektaklach i widowiskach teatralnych,
- tworzenie mini spektakli i przedstawień.

Metody:

- swobodna rozmowa,
- dialog,
- opis,
- zabawy słowotwórcze, słuchanie czytanych baśni, legend, bajek,
- opowiadanie treści utworów,
- zabawy ze słowem i artykulacją
- drama,
- pantomima,
- zabawy wszechstronnie rozwijające (np. sensoryczne,
- ruchowe, ruchowo-dźwiękowe, słowne, muzyczne,
- plastyczne, rozwijające wyobraźnię,
- gry i zabawy integracyjne,
- aktywność ruchowa i swobodna ekspresja taneczna
- inscenizacja tekstu
- zabawa w teatr i przygotowanie spektaklu

Bardzo pragnę aby dziecko kończąc przedszkole, było:

- wyposażone, stosownie do własnej percepcji, w wiedzę o teatrze
- ciekawe różnych form teatralnych,
- odważne w wygłaszaniu swojego zdania i własnych opinii,
- chętne do podejmowania dodatkowych działań,
- potrafiące współpracować z grupą,
- uważne,
- szanujące pracę własną i innych,
- otwarte i chętne do uczestniczenia w nowych sytuacjach zabawowych,
- odporne na „potknięcia” i niepowodzenia.

WARUNKI REALIZACJI:

Najefektywniej realizacja programu przebiegałaby w sytuacji uwarunkowania jej równoległymi kierunkami działania; a więc utrzymaniem bezpośredniego kontaktu z teatrem (oglądanie przedstawień teatralnych), rozmowami na temat utworów dla dzieci

(analizowanie i interpretowanie) w ścisłym związku z realizacjami teatralnymi grupy; ale przede wszystkim inicjowaniem i stymulowaniem ekspresji teatralnej dzieci (wszelkich zabaw twórczych i odtwórczych, najlepiej, obracających się wokół najbliższej dziecku tematyki).

Jak już zaznaczyłam na wstępie, program nie musi w sposób konsekwentny odnosić się do konkretnej grupy wiekowej. Jego realizacja zależy głównie od postawy, umiejętności i zainteresowań dzieci, i w zależności od tych czynników będę mogła wybrać z niego treści właściwe do zastosowania.

WYPOSAŻENIE

Aby móc realizować mój zamysł wykorzystuję do ćwiczeń i zabaw salę rytmiczną. Jest to sala dosyć duża, ale wyposażeniem (mimo pewnych, już poczynionych prac) jeszcze odbiegająca od moich projektów. Chciałabym doposażyć ją w stałe konstrukcje scenograficzne, które łatwo demontować i przenosić. Mógłby to być parawan o wysokości 1,5m i szerokości 4m (złożony np. z 4 składanych segmentów) oraz drewniana rama obita płótnem do przyczepiania wymiennego tła (i jako ekran do teatru cieni). Wskazany byłby też rodzaj składanej sceny; łatwiej wtedy organizować przestrzeń podczas przedstawień wystawianych do obejrzenia (dzieci przy większej widowni przestają być widoczne dla tylnych rzędów) i sugerować dzieciom konkretne miejsce akcji podczas niektórych zabaw.

Dzieci mocniej utożsamiają się z zespołem i czują się „wyjątkowe”, wyróżniające się, jeśli w wyposażeniu zespołu jest „baza” w postaci czarnych koszulek i legginsów, na której łatwo buduje się później kostiumy – to również elementy, w które zaopatrzyłam zespół. Do sali rytmicznej zakupiłam też czarne kotary i wyposażylam jedną ścianę w lustro (dzieci lubią obserwować siebie i podczas pracy, i zabawy, łatwiej też korygować pewne niedociągnięcia). Lustro są jednocześnie wykorzystywane do zabaw rytmicznych i tanecznych, oraz ćwiczeń aparatu mowy. Zakupy odbywały się, oczywiście, przy finansowym wsparciu i akceptacji dyrektora przedszkola.

Rozszerzenie programu bazowego

MATERIAŁ NAUCZANIA I ZAKŁADANE EFEKTY PRACY DZIECKA

(kursywą wpisuję treści autorskie, które dołączyłam do treści bazowych z programu DKW 4013 – 3/01))

I. POZNAJĘ SAMEGO SIEBIE

Obszary edukacyjne – treści programowe	Sprawności, umiejętności i wiadomości (rozwijane w toku procesu edukacyjnego)
1. Poznanie cech wyglądu zewnętrznego: ⇒ poprawne nazywanie poszczególnych części ciała i określanie ich jakości, np.: ciemne włosy, niebieskie oczy, długa szyja, delikatne palce itp., ⇒ porównywanie swojego wyglądu z wyglądem innych dzieci z jednoczesnym uznaniem wszelkiej odrębności za zjawisko naturalne.	Dziecko: ⇒ nazywa i określa części swojego ciała, ⇒ dokonuje analizy porównawczej siebie i innych,
⇒ <i>szukanie podobieństw i różnic między ludźmi (każdy w grupie jest inny)</i> ⇒ <i>budowanie samoakceptacji dla własnej budowy i cech fizycznych oraz fizycznego obrazu swojego ciała.</i>	⇒ <i>odkrywa indywidualne cechy swojego wyglądu i, pośrednio, charakteru (każdy w grupie jest inny).</i>
2. Poznanie roli narządów zmysłu: ⇒ poznawanie otaczającego świata za pomocą zmysłów w toku różnorodnych zabaw (np.: poznawanie smaku owoców z zamkniętymi oczami,	⇒ nazywa narządy zmysłu i wykorzystuje je do poznawania otaczającej rzeczywistości,

zgadywanie, które dziecko opisuje nauczycielka itp.), ⇒ określanie cech świata zewnętrznego przy wykorzystaniu narządów zmysłu (używanie sformułowań typu: wzrokiem mogę określić, że jabłko jest... itp.).	⇒ określa cechy przedmiotów i zjawisk.
⇒ <i>budzenie zaciekawienia i dążenie do rozszerzania granic percepcji zmysłowej poprzez ćwiczenie poszczególnych narządów,</i> ⇒ <i>ćwiczenie narządów zmysłów w toku zabaw indywidualnych i grupowych,</i> ⇒ <i>higiena i ochrona narządów i organów zmysłów.</i>	⇒ <i>dziecko rozumie związek wyostrezania się jego spostrzegania zmysłowego z ćwiczeniem takich narządów jak wzrok, słuch, powonienie.</i> ⇒ <i>rozróżnia wielość dźwięków w niskich i wysokich rejestrach, rozpiętość barw, powiązanie między węchem a smakiem itd.</i> ⇒ <i>poznaje sposoby ich ochrony i bezpiecznego użytkowania.</i>

3. Poznanie cech charakterystycznych: ⇒ poznawanie cech określających charakter w oparciu o swobodne rozmowy, opis znanych dzieciom osób, opis postaci literackich, ⇒ bogacenie określeń dotyczących opisu charakteru człowieka przez poznawanie wyrazów przeciwstawnych, np. w toku zabawy w słowa: miły – niemiły, dobry – zły itp., ⇒ stwarzanie okazji do gromadzenia informacji na temat samego siebie, np. w zabawach, ⇒ prezentowanie własnej osoby przez podawanie maksymalnej ilości informacji, w tym także cech charakteru.	⇒ zna cechy określające charakter (pozytywne i negatywne), ⇒ poznaje swoją osobowość, ⇒ potrafi podać podstawowe informacje o sobie.
⇒ <i>szukanie i rozumienie związków między zachowaniem a stanem emocjonalnym człowieka w zabawach dramatycznych,</i> ⇒ <i>panowanie nad emocjami, nauka sposobów rozładowywania emocji negatywnych (agresja, frustracja, stres, trema itp.) poprzez zabawy ruchowe, słowne, muzyczne,</i> ⇒ <i>szukanie, przetwarzanie i czerpanie bodźców z literatury dziecięcej, a w szczególności z baśni (biblioterapia) poprzez słuchanie, przeżywanie (scenki dramatyczne) i przetwarzanie</i>	⇒ <i>potrafi zrozumieć zachowanie swoje bądź kolegi w kontekście zaistniałej sytuacji</i> ⇒ <i>rozumie potrzebę relaksu, aktywności fizycznej bądź werbalnej w celu wyrażania i opanowania emocji lub ich przetworzenia w pozytywną aktywność twórczą.</i> ⇒ <i>intuicyjnie czerpie wzorce do radzenia sobie z problemami związków społecznych i rodzinnych w procesie słuchania</i>

<i>w zabawach np. w role,</i>	<i>i przetwarzania baśni (odwołanie się do archetypów i symboliki),</i>
4. Poznawanie własnych możliwości: ⇒ podejmowanie działań w zróżnicowanych sytuacjach, ⇒ aktywne uczestniczenie w organizacji własnego życia, np. poprzez współdecydowanie o ubiorze, wyglądzie, sposobie wykonywania czynności, ⇒ określanie własnych upodobań, marzeń, zainteresowań, dążeń itp., ⇒ planowanie i realizacja własnych działań, ⇒ prezentowanie wytworów własnej działalności, ⇒ uczestnictwo w sytuacjach trudnych, problematycznych, wymagających podejmowania decyzji, ⇒ ocena swojej działalności, ⇒ słuchanie uwag dotyczących swojej osoby i ich interpretacja z własnego punktu widzenia, ⇒ odkrywanie swoich możliwości w sytuacjach nowych, dotychczas nieznanych, ⇒ poznawanie i nazywanie swoich stanów emocjonalnych oraz nabywanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach przykrych przez wspólną rozmowę z nauczycielem,	⇒ chętnie podejmuje różne działania, ⇒ jest aktywne w zakresie organizacji swojego życia, ⇒ zna swoje upodobania, zainteresowania, ⇒ planuje własne działania i doprowadza je do końca, ⇒ potrafi zaprezentować efekty własnej twórczości, ⇒ rozwiązuje problemy, ⇒ nabywa umiejętności oceniania siebie, ⇒ jest wrażliwe na ocenę wyrażaną przez innych, ⇒ nie boi się sytuacji nowych, ⇒ próbuje werbalizować swoje stany emocjonalne,

dziećmi, ⇒ wczuwanie się w stany emocjonalne innych osób w celu niesienia pomocy, bądź wspólnego dzielenia się radościami, ⇒ uczestnictwo w zabawach i grach zespołowych, zbiorowych dających możliwość obserwowania siebie na tle innych i budowania obrazu własnego „ja”, ⇒ uczestnictwo w sytuacjach, kiedy nabywa się przekonania, że wiele zależy ode mnie, np.: współdecydowanie o wyglądzie sali przedszkolnej, wybór trasy spaceru, przyborów zabieranych na plac zabaw, ⇒ uczestnictwo w sytuacjach, kiedy nabywa się przekonanie, że wiele zależy od nas, np.: poszukanie kompromisu w sprawach dotyczących scenariusza uroczystości itp.	⇒ jest empatyczne, <i>próbuję rozumieć reakcje innych ludzi</i> gromadzi informacje o sobie, ⇒ <i>poznaje swoje możliwości i siłę sprawczą, buduje samoakceptację i realną ocenę własnych możliwości,</i> ⇒ nabywanie poczucia podmiotowości, ⇒ nabywa poczucie współpodmiotowości; <i>wiarę we własne siły i możliwości wspólnego działania</i>
⇒ <i>świadome traktowanie czasu i przestrzeni oraz rozumienie relacji z innymi dziećmi podczas kontaktu (relacji czaso-przestrzennych) w zabawach taneczno-ruchowych i choreoterapeutycznych,</i> ⇒ <i>poczucie przestrzeni, jako miejsca podejmowania decyzji (zabawy ruchowe i muzyczno-ruchowe),</i> ⇒ <i>umiejętność dostosowania się, a autentyczność; interakcje społeczne dziecka w kontekście wspólnej przestrzeni zabawowej,</i>	⇒ <i>nabywa świadomość autopostrzegania, subiektywności i obiektywności zjawisk i sytuacji</i> ⇒ <i>odkrywa własną zdolność do wchodzenia w konflikt (bądź nie) przy ukierunkowaniu się na ten sam cel,</i> ⇒ <i>ćwiczy konsekwencję w trzymaniu się własnej decyzji, ale zwraca przy tym uwagę na innych,</i>

⇒ <i>zwracanie uwagi na grupę, jednoznaczność działania i wyboru własnej drogi w zabawie i pracy – zabawy ruchowe, słowne, muzyczne i spontanicznie organizowane przez dziecko zabawy w role ,</i> ⇒ <i>odwaga i konsekwencja,</i> ⇒ <i>dawanie i branie, poczucie akceptacji w grupie,</i> ⇒ <i>przestrzeń osobista i ogólna, kształtowanie postawy pełnej wrażliwości poprzez zabawy ruchowe i choreoterapeutyczne,</i> ⇒ <i>przestrzeń ogólna: bezpieczeństwo, bliskość, wspólnota, ograniczenie,</i> ⇒ <i>duma i poczucie własnej wartości</i>	⇒ <i>uczy się jednoczesnej świadomości siebie i innych, szuka równowagi między tym kim jest i jak się prezentuje, a reakcją na działania innych dzieci i sytuacja w grupie,</i> ⇒ <i>buduje prawidłowe relacje społeczne,</i> ⇒ <i>buduje zaufanie do siebie i do własnych możliwości, ale także do osób, z którymi wchodzi w znaczące relacje w grupie,</i> ⇒ <i>uświadamia sobie czym jest bliskość? Czym ograniczenie? Jak odbieram bezpośredni kontakt fizyczny?</i> ⇒ <i>uczy się dostrzegać swoje mocne strony i bronić swojego stanowiska</i>

Po tym obszarze w programie bazowym występują kolejno:

Moja rodzina

Moje przedszkole

Moje najbliższe otoczenie

Ja i społeczeństwo

Myślę, mówię, czytam i przygotowuję się do pisania

Moje pierwsze doświadczenia z matematyką

Ja i przyroda

Ja i sztuka:

- plastyka
- muzyka

- teatr (i do tego obszaru również odnosi się mój program w treściach zawartych poniżej):

C. Teatr 1. Zapoznanie z teatrem: - oglądanie przedstawień teatralnych - zwrócenie uwagi na wystrój teatru, nazywanie poszczególnych pomieszczeń (kasa, widownia, scena...), - zapoznanie z pracą: aktora, reżysera, scenografa,	- wie, jak należy zachować się w czasie przedstawień teatralnych, - wie, co to jest scena, widownia, itd., <i>wzbogaca słownictwo, świadomie używa określeń związanych z teatrem,</i> - wie, co oznaczają terminy: teatr, aktor, reżyser, scenograf - <i>umie uzasadnić konieczność współdziałania ludzi reprezentujących zawody teatru dla wypracowania efektu końcowego,</i>
- <i>wyposażenie teatru</i>	- <i>zna pojęcia: widownia,</i>

- <i>pracownie w teatrze</i> - <i>plakat i program teatralny,</i> - <i>rodzaje teatrów,</i> - <i>rodzaje lalek w teatrze lalkowym,</i> - <i>swobodne wypowiedzianie wrażeń po obejrzeniu przedstawienia.</i>	<i>kurtyna, scena, garderoba, rekwizyt, parawan i inne..., umie określić ich rolę i funkcje,</i> - <i>potrafi nazwać czynności związane z pracownikami znajdującymi się w teatrze (krawiecką, plastyczną dekoratornią, charakteryzatornią), wie, jakie jest przeznaczenie tych miejsc,</i> - <i>potrafi z plakatu i programu teatralnego „odczytać najistotniejsze informacje,</i> - <i>zna podstawowe różnice między teatrem lalkowym a np. dramatycznym, itp.,</i> - <i>nazywa i opisuje prostymi zdaniami podstawowe cechy kukły, pacynki, marionetki, lalki witrażowej z teatru cieni, muppeta,</i> - <i>potrafi w prostej formie wypowiadać się na temat własnych przeżyć uwzględniając logiczny ciąg zdarzeń w sztuce i wymieniając bohaterów.</i>
--	---

3. Zorganizowanie kącika teatralnego: - wyeksponowanie w kąciku teatralnym kukielek, pacynek i innych rekwizytów, - dowolne i zorganizowane zabawy w teatr, - inscenizowanie opowiadań i bajek znanych dzieciom lub wymyślonych przez nie, - inspirowanie zabaw z elementami pantomimy, zabaw dramatycznych, - pełny udział dzieci w organizacji spotkań teatralnych z kolegami lub rodziną.	- podejmuje i aktywnie uczestniczy w zabawach w teatr,
- <i>ocena czytanego przez nauczyciela tekstu pod kątem przydatności do inscenizacji, adaptacji dla teatru lalkowego,</i> - <i>wybór utworu literackiego do opracowania w formie inscenizacji, teatrzyku kukielkowego,</i> - <i>wypowiadanie tekstu inscenizacji zmierzające do osiągnięcia poprawności, płynności i wyrazistości w mówieniu,</i> - <i>wyodrębnianie z tekstu wypowiedzianych ról i przypisów, np. opisów scenografii,</i>	- <i>uwaga słucha tekstu czytanego przez nauczyciela i rówieśników, nagrań prozy i utworów poetyckich,</i> - <i>potrafi spożytkować fragmenty tekstu w zabawach sytuacyjnych eduk., w inscenizacji,</i> - <i>uzasadnia swoje wybory,</i> - <i>wypowiada tekst inscenizacji bezbłędnie, płynnie i wyraziście, na miarę jego możliwości rozwojowych.</i> - <i>rozumie różnicę między tekstem np. dialogu a opisem,</i>

- <i>próba mówienia z pamięci tekstu z zastosowaniem zmian głosu, tempa, pauz i akcentu logicznego; doskonalenie dykcji w zabawach w rolę i w zabawach ćwiczących pamięć,</i> - <i>proste lalki (pacynki, kukielki),</i> - <i>dekoracja – projekt i wykonanie elementów scenografii, dobieranie przedmiotów pomocnych w spektaklu,</i> - <i>oprawa dźwiękowa,</i>	- <i>próbuje odpowiednią intonacją wyrazić charakter odgrywanej postaci,</i> - <i>wygłasza z pamięci tekst własnej roli przypisując postaci cechy adekwatne do intencji zawartych w opisie postaci, sceny...itp.,</i> - <i>improvizuje tekst podczas zabawy lalką tworząc postać wynikającą z zaistniałej sytuacji bądź potrzeby,</i> - <i>ma świadomość swojej roli w przedstawieniu i znaczenia aktywnego i uważnego uczestniczenia w próbach,</i> - <i>potrafi wykorzystać przedmioty z najbliższego otoczenia do wykonania prostych pacynek czy kukielek animując nimi w zabawach dowolnych i organizowanych przez n-la,</i> - <i>uczestniczy w projektowaniu i wykonaniu scenografii,</i>
--	---

- zawiadomienie, ogłoszenie, zaproszenie na spektakl, - plakat – projekt i wykonanie - reklama, - właściwa motywacja w pracy.	- bierze udział w wyborze muzyki do przedstawienia, swobodnie prezentuje swoją rolę , umie wyszukując odgłosy z najbliższego otoczenia tworzyć tło muzyczne, - wydobywa dźwięk z instrumentów muzycznych i innych przedmiotów tworząc tło dźwiękowe w spektaklu, - grając na prostych instrumentach potrafi zsynchronizować dźwięki z sytuacją sceniczną, - uczestniczy w przygotowywaniu zaproszeń na przedstawienie, - szuka sposobów efektownego zachęcenia do obejrzenia sztuki przez szerszą publiczność, - wierzy we własne możliwości twórcze, czuje się odpowiedzialny za efekt końcowy – małe „dzieło” sceniczne.
4. Organizowanie „Przed-szkolnych Spotkań Teatralnych” w ramach obchodu Dni Teatru.	- uczestniczy w przygotowaniu przedstawienia dla młodszych kolegów,

	- poprawnie recytuje utwory wierszowane.
--	--

Program bazowy Cz. Cyrańskiego i M. Kwaśniewskiej zawiera ponadto działy:

Ja i technika

Moje bezpieczeństwo i zdrowie

- bezpieczeństwo
- higiena i zdrowie
- sprawność ruchowa

Konstruuje mój system wartości.

- *etyczny i estetyczny przekaz sztuki*
- *aktywny udział w odbiorze i tworzeniu sztuki*
- *powszechnie akceptowane normy i zasady jako wychowawcza rola sztuki*

ROZKŁAD TREŚCI PRZEWIDZIANY JAKO DODATKOWE ZAJĘCIA DLA INNYCH GRUP

Treści zostały ułożone wg stopnia trudności i ujęte w bloki tematyczne:

Spotkania z teatrem

Zabawy w teatr

Nasz teatrzyk

Mali „aktorzy” na wielkiej scenie

Kolory sugerują wskazanie treści dla grupy wiekowej; oczywiście stopień trudności zależy przede wszystkim od poziomu rozwoju dzieci, a nie ich wieku kalendarzowego. Zakładam, że treści oznaczone kolorem czerwonym są na miarę możliwości dzieci 3-letnich, ale mogą znaleźć się 6-latki, dla których właśnie taki poziom okaże się najodpowiedniejszy. I, oczywiście, odwrotnie.

- **czerwony** – grupa najmłodsza (3/4-latki)
- **niebieski** – grupa średnia (4/5-latki)
- **zielony** – dzieci z grup najstarszych (6-latki)

Gdyby zaistniała możliwość (nie mam jej w tej chwili) stworzenia zajęć dodatkowych dla pozostałych grup przedszkolnych, optowałabym za 2 jednostkami zajęciowymi tygodniowo. Wtedy realizacja treści opierałaby się na pracy w ciągu roku szkolnego z każdą z grup (na określonym stopniu trudności oznaczonym wymienionym kolorem) i przepracowaniu wymienionych zadań.

Tematyka zajęć	Treści programowe	Osiągnięcia dziecka
Spotkania z teatrem	Poznanie różnych form teatralnych poprzez udział w spektaklach i widowiskach teatralnych: - cechy charakterystyczne poszczególnych form scenicznych: • <u>drama</u> • <u>teatr lalkowy</u> i/ rodzaje lalek: kukielka, pacynka, marionetka, • <u>pantomima</u> jako forma sceniczna wyrażająca treść poprzez gesty, mimikę twarzy i ciała, ruch, pozy, • <u>teatr cieni</u> jako forma interpretacji teatralnej z wykorzystaniem ekranu, światła i rzucanego cienia: postaci przedstawione za pomocą lalki bądź postacie aktorów, • <u>teatr aktora</u>, sposób przedstawienia treści: ruchy ciała, mimika, gesty, kostium, scena, ruch, muzyka, przekaz obrazu, przekaz idei, znaki w teatrze. Poznanie pracy aktora: ▪ w teatrze lalkowym budowa lalki w zależności od rodzaju, sposób kierowania lalki ▪ w teatrze aktora przedstawienie postaci z wykorzystaniem (bądź nie) kostiumu, rekwizytu,	Uczestniczy w oglądanych spektaklach teatralnych Porównuje poszczególne widowiska teatralne i dostrzega różnice między nimi; aktor(lalka), cień(człowiek), rola(tekst), ruch Rozpoznaje i nazywa rodzaje form scenicznych: ▪ teatr lalkowy (zna rodzaje lalek: kukielka, pacynka, marionetka) ▪ pantomima(teatr bez słów) ▪ teatr cieni(gra światła i cienia) ▪ teatr żywego planu Porównuje pracę, jaką wykonuje aktor lalkarz i aktor w innych rodzajach teatru; dostrzega różnice i podobieństwa teatrów. Uczy się sposobu animowania, ożywiania wybranej lalki, samodzielnie manipuluje lalką. Dostrzega zależność między ruchami aktora, a ruchem lalki. Tworzy wybraną rolę dla danej lalki. Komponuje własne widowisko teatralne podczas zabaw lalką

Zabawy w teatr	▪ <i>Praca z tekstem. Obserwacja ruchu aktora na scenie</i> ▪ <i>Spotkania z twórcami sztuki teatralnej dla dzieci: poznanie ludzi pracujących w teatrze i wykonywanej przez nich pracy</i> ▪ <i>Poszukiwanie odpowiedzi na nurtujące dziecko pytania dotyczące sztuki, jej charakteru i pozostawianych wrażeń</i> ▪ <i>Kształcenie umiejętności dokonywania oceny własnej oglądanych spektakli teatralnych dla dzieci</i> ▪ <i>Nabywanie umiejętności przekazywania informacji za pomocą ruchu, gestu, mimiki i pozy</i>	<i>Próbuje być aktorem na scenie: ruch całego ciała adekwatny do tekstu, gesty, wykorzystanie przestrzeni i mimika twarzy, sposób wypowiadania tekstu, posługiwanie się rekwizytami, śpiew i taniec. Odtwarza lub samodzielnie tworzy tekst, przedstawia go bez rekwizytów.</i> <i>Poznaje charakterystyczne cechy pracy poszczególnych ludzi tworzących widowisko teatralne; aktor, reżyser, scenograf, charakteryzator. Zna większość czynności wykonywanych przez poszczególnych pracowników teatru. Próbuje różnych czynności teatralnych (raz jest aktorem, a innym razem muzykiem). Wypowiada się na temat oglądanych przez siebie przedstawień, postaci, nastroju widowiska, uzasadnia swój wybór.</i> <i>Ocenia postępowanie głównych bohaterów, wyróżnia pozytywne i negatywne cechy zachowania postaci, rozpoznaje wątek humorystyczny i tragiczny w oglądanych przez siebie spektaklach teatralnych.</i>
------------------------------	---	--

Nasz teatrzyk	Zabawy o charakterze twórczym i odtwórczym (wiersze, piosenki); inscenizowanie ruchem sytuacji opisanych słownie przez nauczyciela -odtworzenie własnymi słowami i za pomocą gestu i ruchu zachowań postaci z oglądanych przedstawień teatralnych i utworów literackich; inscenizowanie ruchem krótkich utworów literackich (wiersze, bajki, proza, nagrania utworów literackich) Podjęmowanie przez dziecko zabaw twórczych; -dostarczenie bogatych przeżyć w kontaktach ze środowiskiem, -słuchanie różnorodnych utworów literatury dziecięcej, -dostarczanie akcesoriów, materiałów i narzędzi oraz wskazywanie na różne możliwości ich wykorzystania w zabawie. Podjęmowanie określonej w zabawie roli i realizowanie jej wg własnego pomysłu -rozwijanie pomysłowości i przedsiębiorczości dziecka w działaniu; -wspieranie samodzielności dziecka w naradzaniu się, dyskutowaniu i podejmowaniu decyzji oraz w wyborze postaci, sposobie jej realizowania w zabawie Rozwijanie twórczej postawy dziecka i własnej ekspresji poprzez tworzenie widowiska teatralnego w zespole dziecięcym Wzbogacenie pomysłowości dziecka i pobudzenie twórczej wyobraźni poprzez tekst literacki Przygotowanie elementów dekoracji i lalek do wybranego utworu literackiego.	Potrafi prostymi środkami wyrazu przedstawić postać, czasem, samodzielnie przedstawia opisane słownie sytuacje za pomocą ruchu, gestu, mimiki, słów lub większych sytuacji scenicznych. Podjęmuje z własnej inicjatywy zabawę twórczą opartą na bezpośrednich kontaktach ze środowiskiem i utworach literackich. Potrafi w różnorodny sposób wykorzystać w zabawie akcesoria, materiały, zabawki, przedmioty i narzędzia Naśladuje określone czynności i wymyśla nowe sytuacje, posługuje się własnymi słowami. Współdziała z zespołem dzieci przy podziale ról w zabawie. Identyfikuje się z odtwarzaną w zabawie rolą Podjęmuje z własnej inicjatywy zabawę w teatr, dobiera dla siebie odpowiednią rolę próbując znaleźć się w różnych sytuacjach Wykorzystuje przedmioty z otoczenia jako rekwizyty teatralne, samodzielnie tworzy tekst, tworzy scenę, widowisko,
-----------------------------	---	--

Mali „aktorzy na wielkiej scenie	<i>Nabywanie umiejętności animowania .</i> <i>Praca z tekstem literackim</i> <i>Poznanwanie etapów przygotowania inscenizacji teatralnej:</i> <i>• wybór utworu do inscenizacji,</i> <i>• opracowanie scenariusza,</i> <i>• podział tekstu na role,</i> <i>• przygotowanie scenografii,</i> <i>• przygotowanie kostiumów i rekwizytów</i> <i>• praca nad uwiarygodnieniem postaci (wielość prob)</i> <i>Nabywanie umiejętności zachowań publicznych;</i> <i>• pełnienie określonej roli w teatryku dziecięcym</i> <i>• uczenie się rozumienia postaci i pokazywanie jej z pomocą ruchu, mimiki, gestu, właściwie eksponowanego tekstu</i> <i>Współdziałanie i organizacja zespołu dziecięcego w inscenizacji</i>	<i>Wykonuje fragmenty scenografii podczas zajęć plastyczno-technicznych oraz kukielki przedstawiające postaci do wybranej inscenizacji.</i> <i>Podejmuje próby animacji pacynką, kukielką dążąc do samodzielnego manipulowania lalką odpowiednio do realizowanej treści utworu literackiego</i> <i>Potrafi modulować swój głos; Potrafi właściwie intonować mówiony tekst. W miarę możliwości rozwojowych, prawidłowo wypowiada i artykułuje wyrazy.</i> <i>Rozróżnia poszczególne etapy opracowania inscenizacji teatralnej uczestnicząc w jej przygotowaniu. Wybiera odpowiednią dla siebie rolę. Współdziała z innymi przygotowując dekorację, rekwizyty i elementy kostiumów.</i> <i>Zna swoją rolę w spektaklu. Zna swój tekst wg scenariusza, stara się go właściwie przedstawić. Gra dla widowni, potrafi dostosować grę swojego ciała i mimikę twarzy do przedstawianej postaci. Uczy się świadomości ciała, umiejętności wyrażania emocji. Rozpoznaje stany emocjonalne u innych ludzi.</i>
--	---	---

	• <i>miejsce dziecka na scenie,</i> • <i>dialogi sceniczne,</i> • <i>układy taneczne</i> • <i>partie wokalne</i> • <i>poruszanie się dzieci na scenie</i>	<i>Zna zasady przedstawienia i przestrzega umów zawartych w czasie jego realizacji.</i> <i>Zna miejsce poszczególnych osób na scenie</i> <i>Uczestniczy w dialogach (nawiązuje z innymi kontakt sceniczny)</i> <i>Zna układy taneczne, Śpiewa piosenki indywidualnie i grupowo.</i>
--	---	---

PROPOZYCJE ZAJĘĆ I ZABAW TWÓRCZYCH

Zebrane zabawy oczywiście w żaden sposób nie wyczerpują tematu. Są moją propozycją do pracy z tym programem, ale zdaję sobie sprawę, że wyobraźnia dziecięca często podsuwa lepsze pomysły. Z tych korzystam najchętniej przy każdej nadarzającej się okazji.

Zabawy mogą stanowić wstęp do pracy nad realizacją konkretnego przedstawienia, połączone i wymieszane będą całościowym zajęciem, okazują się dobrym przerywnikiem podczas zajęć z małą ilością ruchu. Zdarza się, że konkretna zabawa staje się inspiracją do tworzenia przez dzieci innych, mniej lub bardziej podobnych.

Zabawy pogrupowałam w działy zbliżone celami, ale żadna z grup w pracy nie stanowi priorytetu, przeciwnie powinny wzajemnie się uzupełniać, i zazębiać w zależności od potrzeby chwili:

- 1. Ćwiczenia narządów mowy.**
- 2. Zabawy mobilizujące wyobraźnię.**
- 3. Kreatywne ćwiczenia ruchowe.**
- 4. Improwizacja taneczna. Symbolika ciała.**
- 5. Gry grupowe.**
- 6. Drama. Improwizacje.**

Ćwiczenia narządów mowy:

1/ ćwiczenia oddechu:

Hop, balonik! 1/ Dziecko ma ugięte nogi, luźno pochyloną sylwetkę, zwisające bezwładnie ręce, wypuszcza powietrze na głosce s – balonik zdechł. Na hasło *balonik, hop!* Wciąga nosem powietrze, prostuje się i pręży. Stopniowo napęlnia powietrzem ręce, nogi, głowę dążąc do wyprostowanej mocno naprężonej sylwetki.

Upał. 2/ (D. Kappert) Jedna noga wysunięta pół kroku do przodu, łokcie rozchylone, dłonie podpierają dolne żebra. Na hasło *upał* dziecko wciąga powietrze i wychylając się do przodu wypuszcza je na głosce s odpychając żar. Dłonie kontrolują czy między żebrami jest jeszcze powietrze.

Sprzątac. 1/ Dziecko jest sprzątacem, który zdmuchuje kurz, z czego tylko się da. Przedmiotów, części swego ciała, sufitu, podłogi, kolegów.

Mruczenie grubasów. 3/ (B. Broszkiewicz. J. Jarek) Dz. opiera na brzuchu dłonie nałożone jedna na drugą. Powoli wciąga powietrze i na wydechu zaczyna mruczeć na głosce *m*. Potem następuje rywalizacja o jak najdłuższe wydawanie tej głoski.

Hehahohi. 5/ (B. Broszkiewicz. J. Jarek) Każde dziecko wymyśla postać. Inne odgadują kto to na podstawie wydawanego przezeń śmiechu;
Czarownica – he-he-he-he!
Dyrektor – ha-ha-ha-ha!
Idol – ho-ho-ho-ho!
Królewna – hi-hi-hi-hi!

OZNACZENIA:

- 1/ Zabawy ogólnie znane
- 2/ Modyfikacje na podst. określonego autora
- 3/ Inspirowane przez...
- 4/ Autorskie
- 5/ Cytowane z...

Komarożerca. 5/ (B. Broszkiewicz. J. Jarek) Głęboki wdech gromadzący zatrute powietrze. Dz. wydychając je partiami jak ze spryskiwacza neutralizuje owady.

Boli. 3/ (biblioterapia) Wszystko boli. Cierpiące dziecko wydaje z siebie krótkie dźwięki na głosce *a*. Powietrze jest wdychane nosem. Przeniesienie bólu na podniebienie, język, wargi. Ostudzenie warg poprzez powtarzanie *ff* na wydechu wraz z wydmuchiwanym powietrzem.

Pomyłka. 3/ (B. Broszkiewicz) Dz. leży na podłodze, nogi wyprostowane, ręce wzdłuż tułowia. Na hasło *duch!* Szybki wdech z uniesieniem nóg do góry.

Na hasło *pomyłka!* - powrót do pierwszej pozycji wraz z powolnym wydechem.

Bitą śmietaną. 3/ (B. Broszkiewicz) Złożone w miseczkę dłonie zawierają bitą śmietanę. Długie dmuchanie na głosce *f* powoduje rozwarcie się dłoni i rozwiewanie śmietany, którą teraz trzeba dmuchając jak najdłużej utrzymać w powietrzu.

Ptaszydło. 5/ (B. Broszkiewicz. J. Jarek) Strach na wróble przegania ptaki. Na hasło *ptaszydło!* Robiąc wdech, jednocześnie szeroko rozstawia ręce na boki, po czym powoli wypuszcza powietrze i robi się *miękki*.

Żartowałem. 5/ (B. Broszkiewicz. J. Jarek) Aktor, stojąc na scenie, czeka na oklaski po występie. Pada hasło *klapa!* Aktor kuli się zawiedziony, ręce bezwładne, tułów do przodu. *Żartowałem!* Prostuje się na wdechu, unosi ręce w geście triumfu.

2/ Ćwiczenia warg:

Zajaczek. 5/ (B. Broszkiewicz. J. Jarek) Dziecko wciąga policzki, robiąc „zajęcze usta”. Na hasło *lot* wydyma policzki, a ściągniętymi ustami stara się wykonać jak największe obroty w prawo i w lewo.

Mokry całus. 1/ Wysuwając wargi do przodu rybka stara się pocałować swojego pana.

Orbita. (Ćwiczenie dla dzieci starszych) 5/ (B. Broszkiewicz. J. Jarek) Na hasło *odlot!* Dz. nadyma policzki. Starając się wymówić głoskę *r* przy zwartych wargach. Na słowo *orbita!* trzymane w ustach powietrze

przerzuca z jednego policzka do drugiego oddychając przy tym przez nos. Wraca z orbity na ziemię.

Grzebyczek. 3/ (logopeda K. Handzewiak) Usta zamknięte, górne zęby „czeszą” dolną wargę, dolne górną, ale od wewnątrz.

Szminka. 3/ (logopeda K. Handzewiak) Usta zamknięte. Język „szminkuje” ruchem okrężnym wargi od wewnątrz.

Mors. 3/ (dzieci) Wargę górną unosi się ku górze, odsłaniając groźnie górne zęby. Dolną odsłania zęby dolne. Najpierw na przemian, potem równocześnie.

Policzki- piłeczki. 1/ Nabieranie na przemian powietrza raz pod dolną, raz górną wargę.

Mrugam. 2/ (logopeda K. Handzewiak) Zęby i wargi lekko zaciśnięte. Odchylając kącik warg raz w lewo, raz w prawo „mrugamy” migaczem.

Dwururka. 2/ (logopeda K. Handzewiak) Wargi zaciśnięte na środku, ich kąciki odchylone na boki tworzą otwory. Dziecko mocno strzela powietrzem przez utworzone przestrzenie.

Ukradli mi wargi. 1/ Zasysanie warg do wewnątrz.

Bleblebleble. 5/ (B.Broszkiewicz. J.Jarek) Wargi przesadnie wysunięte wymawiają:

Pa-ba-wa-fa-ma-ma-ła-ła,
ppa-bba-wwa-ffa-mma-łła,
po-po bo-bo wo-wo fo-fo,
mo-mo ło-ło łto-łto- oj!
La-łe-li-ło-łu, bo-bo bi-bo-bu,
li-li ło-łu,
łu-łu-łu-łu łuuuuu!

Ssanie. 1/ Naprzemienne ssanie górnej i dolnej wargi z głośnym chleptaniem.

3/ Ćwiczenia szczęki: (wszystkie ćwiczenia z B. Broszkiewicz. J. Jarek) dla dzieci starszych:

Nowofunland. Szerokie kłapięcia z lekkim i bardzo powolnym skręcaniem głowy w prawo i w lewo.

Kasownik. Przy zaciśniętych wargach lekkie wypychanie żuchwy do przodu i jej cofanie. Po kilku pionowych kłapięciach powrót do pozycji wyjściowej.

Leniwa rybka. Powolne otwieranie ust jak najniższym opuszczaniem żuchwy, następnie równie powolne ich zamykanie.

Ołowiana szczęka. Opuszczanie żuchwy na tempa ze stopniowaniem szerokości rozwarcia ust.

Guma do żucia na niby. Wargi zaciśnięte. Żuchwa wykonuje rytmiczne ruchy na boki, po czym, po kilku ruchach w pionie, wraca na swoje miejsce.

Śniadanko po ciemku. Kąciki warg cofnięte maksymalnie na boki. Z lekką rezerwą trzeba zjeść coś, otwierając przesadnie szeroko i zamykając usta.

Wufu. Wymawianie zestawu sylab połączone z wykonywaniem drobnych i szybkich pionowych ruchów żuchwą. Zęby nie uderzają o siebie:

Wu-wu-wu-wu-wu-wu,
fu-fu-fu-fu-fu-fu,
du-du-du-du-du-du,
łu-łu-łu-łu-łu-łu.

Nu-nu-nu-nu-nu-nu-nu,
ny-ny-ny-ny-ny-ny-ny,
dy-dy-dy-dy-dy-dy-dy.

4/ Ćwiczenia podniebienia miękkiego: (wszystkie ćwiczenia z B. Broszkiewicz.
J. Jarek)

Dziwaczka ta kaczka. Energiczne wymawianie sylab i wyraz i wyrazów:

Ki-ki-ki-ki ke-ke-ke-ke,
Ky-ky-ky-ky- gy-gy-gy-gy.

Gy-gy ky-ky gygy- kyky gygy-kyky,
Gigi-kiki gigi-kiki gigi-kiki,
Ngy-ngy ngy-ngy ngyngy-ngyngy,

Nki-nki nkinki=nkinki,
Yg-gy yky-gy yggy-ykgy yggy-ykgy,
Yk-gy yg-gy yggy-yggy ykky-ykky.

Aka-ogo, oko-ogo, ego-eko,
Uko-ugo, iko-igo, yko-ygo.

Akka-agga, okka-ogga, ekka-egga,
Ukka-ugga, ikka-igga, ykka-ygga.

Drugie śniadanko. Niedobre śniadanko usadowiło się przy podniebieniu. Trzeba wykonać dziesięć przełknięć przy zamkniętych ustach i przyciśniętym do śniadanka języku, żeby się potrawy pozbyć.

Cukiereczek. Intensywne ssanie cukierka-mordoklejki.

5/ Ćwiczenia języka: (ćwiczenia inspirowane zajęciami z p. M. Tadko i prof. A. Kramarczyk)

Tładla. Wymawianie głosek ze zwróceniem szczególnej uwagi na niezaciskanie zębów – przestrzeń między górnymi a dolnymi zębami powinna pozwalać na swobodne wsunięcie języka między zęby; wolno i coraz szybciej:

T-d-n n-t d-t-n,
t-d-n-t t-d-n-t,
n-d-t-n n-d-t-n,
t-d-d-t d-t-t-d,
n-d-t-t-n-d n-d-t-t-n-d,
t-u t-o t-a t-e t-i,
d-i d-e d-a d-u d-o,
n-a n-u n-i n-o ne,
dt-u dt-o dt-a dt-i dt-e,
ntd-i ntd-e ntd-a ntd-o ntd-u.

Tituti. Wymawianie szeptem:

Ti-tu ti-tu ti-tu ti-tu,
Te-to te-to te-to te-to,
Ti-ka-tu ti-ka-tu,
Ti-ka-tu ti-ka-tu,
Ti-ka-ti ti-ka-ti,
Ti-ka-ti ti-ka-ti.

Kakadu. Wymawianie pełnym głosem przy nieruchomej żuchwie:

Ka-ka-ka-ka ga-ga-ga-ga,
Hda-hda-hda-hda nga-nga-nga-nga,
Ki-ki-ki-ki gi-gi-gi-gi,
Ku-ko-ka-ke-ki,
Ki-ke-ka-ko-ku,
Ku-ko-ka-ke-ki ki-ke-ka-ko-ku.

Tede. Wymawianie głośno i bardzo szybko:

Te-de te-de te-de te-de,
tede-tede-tede-tede,
de-te de-te de-te de-te,
dete-dete-dete-dete.

Prybry. Wymawianie głosek naśladowujących głosy różnych pojazdów:

Pr-pr-pr prrrrrrrrrrrrrrr!
Br-br-br brrrrrrrrrrrrrrrr!
Tr-tr-tr trrrrrrrrrrrrrrr!
Dr-dr-dr drrrrrrrrrrrrrrrr!
Kr-kr-kr krrrrrrrrrrrrrrrr!
Gr-gr-gr grrrrrrrrrrrrrrrr! itp.

Żuzizo. Wymawianie od szeptu do krzyku:

Ti-te-ta-to-tu,
di-de-da-do-du,
ni-ne-na-no-nu,
ci-ce-ca-co-cu itp.

Gimnastyka języka. Na tempa ustalone przez nauczyciela dziecko podwija język, dotykając wędzidełka, wywija go do góry szukając podniebienia miękkiego.

Dzwon. Usta szeroko otwarte. Język pośrodku ust, niewysunięty na zewnątrz. Na hasło *dzwon!* dz. dotyka na przemian lewego i prawego kąca warg poruszając poziomo językiem.

Grymasy. Środkowa, niewybrzuszona część języka przywiera mocno do podniebienia twardego. Na tempa żuchwa opada coraz niżej, a potem podnosi się ku górze; w tym czasie grzbiet języka przywiera do podniebienia przez cały czas.

Leniwiec. Usta otwarte jak do wymowy *a*, w tym czasie język bardzo powoli unosi się i opada.

Spacerek. Język przywiera bokami do górnych zębów i dziąseł, usta uchylone. Koniec języka dotyka na przemian górnych i dolnych siekaczy, a następnie dziąseł.

6/ Higiena głosu:

Kłapanie żuchwą (dla dzieci starszych).

Ziewanie.

Cmokanie.

Stukanie w zęby. 1/ Usta otwarte jak do wymowy *a*, końcem języka stukanie kilkanaście razy w dolne zęby.

Kocia muzyka. 1/ Wymawianie przy zaciśniętych ustach:

Mmmmmmmmmmmmmmmmmmmmm!

Nnnnnnnnnnnnnnnnnnnnnnnnnnnnnnn!

Mnmnmnmnmnmnmnmnmnmnmnmn!

Kurczę pieczone. 5/ (B. Broszkiewicz. J. Jarek) Wymawianie z przesadnym zdumieniem:

Nie do wiary!

O matko ty moja!

Czy to możliwe?!

O, jejku!

Coś podobnego!

Kurczę pieczone! Itp.

Bimbam. 1/ Powtarzanie coraz głośniej:

Bim-bam-bom, bim-bam-bom,

Bim-bim-bim, bom-bom-bom,

Bum-bum-bum, bam-bam-bam.

Dziecko powinno unikać mówienia:

- nienaturalną barwą głosu,
- na innej, niż naturalna, wysokości,
- przy ściśniętym gardle,
- przez nos,
- tzw. aktorskim, czyli głośnym szeptem,

- w salach zakurzonych, zadymionych, zbyt chłodnych, zbyt ciepłych,
- bez przerw robionych co kilka minut, podczas intensywnego ruchu.

Zabawy mobilizujące wyobraźnię:

Teren przestępstwa. 3/ (Grupa bawi się i pracuje) Nauczyciel odtwarza z taśmy, płyty kilka dźwięków (ruch uliczny, warkot traktora, brzęk kluczy itp.) dz. wymyśla fabułę łączącą dźwięki w sensowną całość.

Pokaż mi. 3/ (L. Rybotycka) Nauczyciel podaje temat: *Jadę w zatłoczonym tramwaju. Uciekł mi autobus. Wsypałem sól do herbaty. Wyszedłem z domu bez spodni...*itp. dzieci opowiadają historię pantomimicznie.

Wysiadł dźwięk. 3/ (J. Jkubik-Hajdukiewicz) Nauczyciel opowiada jakieś zdarzenie. Dzieci ilustrują je, wydając głosy odpowiednie do sytuacji (klakson, wycie syren, warkot motocykla itd.).

Nasza bajka. 1/ Nauczyciel zaczyna, np. *Za górami, za lasami...*; albo: *W pewnym mieście...*Dzieci dopowiadają zdaniem dalszy ciąg.

Milcząca historia. 2/ (ogólnie znanej) Nauczyciel zaczyna opowiadać pantomimicznie jakieś zdarzenie – dzieci w ten sam sposób dopowiadają dalszy ciąg.

Brzęcząca historia. 2/ (ogólnie znanej) Nauczyciel opowiada jakieś zdarzenie tylko za pomocą wydawanych przez siebie dźwięków (stukanie, piski, syki, odgłosy pojazdów itd.) dzieci wymyślają fabułę, albo ciąg dalszy.

W sieci. 4/ Dzieci stoją rozstawione po sali. Nauczyciel sugeruje, że są oplecione siatką. *Próbują się wydostać; sieć zaciska się. Wreszcie ulega, rozsuwa się coraz bardziej dając dzieciom coraz więcej wolnej przestrzeni.*

Kisiel. 1/ Do dzieci przykleja się lepka substancja, coś jak kisiel. Próbuja ją zdjąć, odrzucić na stół, krzesła, ścianę. Ale te też stają się lepkie i dzieci przyklejają się do nich.

Wroga jaskinia. 2/ (J. Jakubik-Hajdukiewicz) W sali jest bardzo niebezpiecznie. Zimno, zewsząd czai się wróg. Trzeba mówić głośno, pewnie, nie okazywać strachu.

Nie widzisz, że rysuję? 3/ (J. Jakubik-Hajdukiewicz) Dzieci dobierają się parami. Jedno swobodnie rysuje na kartce, drugie opowiada mu w tym czasie jakąś historyjkę. Po określonym czasie rysujący próbuje ją zrelacjonować. Zamiana ról.

Pokaż, że jesteś psem. 2/ (L. Rybotycka) Nauczyciel podaje temat, np. *Pokaż, że jesteś psem...*

Pokaż, że jesteś psem, któremu ktoś odbiera miskę...

Pokaż, że jesteś leniwym psem, któremu ktoś odbiera miskę...

Pokaż, że jesteś psem goniącym kota...

Pokaż, że jesteś psem łapiącym muchę...

Pokaż, że jesteś psem kochającym swojego pana...

Pokaż, że jesteś psem, który znalazł jeża...

Pokaż, że jesteś psem obrażonym na wszystko...itp.

Dziwne grupki. 2/ (Grupa bawi się i pracuje) Dzieci stoją stłoczone. Nauczyciel podaje temat.

Jesteście dziećmi, które dostają lizaki...

Jesteście dziećmi, które kibicują na meczu. Wasza drużyna wygrywa....

Jesteście dziećmi, które kibicują na meczu. Wasza drużyna przegrywa...

Obserwujecie szybko przelatujące samoloty...

Obserwujecie pożar na dziesiątym piętrze...itp.

Dlaczego? 2/ (R. Portmann) Dzieci siedzą w kręgu. Wskazane przez n-la dziecko zwraca się do kolegi z urojoną pretensją, np. *Dlaczego ciągle czeszesz się*

w dwa warkoczyki? Zaatakowany musi się bronić. Dochodzi do kłótni, którą należy przez chwilę utrzymać wymieniając argumenty.

Balony z naszej wyobraźni. 3/ (Pomysł dzieci) Dzieci siedzą w kółku. Jedno „częstuje” wyobrażonymi balonami. Każdy wybiera swój ulubiony kolor wzór, mówiąc głośno, jaki.. Dzieci dmuchają swoje balony, uważając żeby nie pękły (co może się na końcu przydarzyć). Dzieci w parach odbijają balony. Oklejają je budyniem. Malują wzory.

Parzący środek. 4/ *Nauczyciel wyznacza miejsce, w którym każdy musi zamienić według sugestii n-la, np. jest to przestrzeń, która parzy..., pada tam deszcz..., jest to sala balowa...itp.*

Dziura. 3/ (D. Kappert) Nauczyciel siedząc z dziećmi w kole tworzy wizualizację murowanej budowli, do której wszyscy chcą się dostać. Na wysokości wzroku dzieci jest mała dziurka, trzeba ją poszerzyć skubiąc palcami, a następnie przedostać się przez otwór.

Dziwny korytarz. 2/ (J. Rudkowska) Na podłodze są wyznaczone przestrzenie, które dzieci muszą wypełnić właściwą aktywnością, np. przestrzeń wiatru, przestrzeń słonecznej plaży, przestrzeń parady wojskowej.

Lustro. 1/ Dzieci dobrane parami naśladują ruchy partnera, odbijając je najpierw jak w lustrze, a następnie zmieniając nastrój, charakter czy wymowę gestu.

Odgadnij mnie. 5/ (J. Rudkowska) Nauczyciel przykrywa jedno dziecko kocykiem i prosi, żeby pod nim przyjęło jakąś pozycję. Pozostałe dzieci muszą dotykiem rozpoznać położenie i ułożyć obok kolejne dziecko w takiej samej pozie.

Krzeselko. 4/ *Dzieci szukają różnych sposobów wstawania i siadania na krześle.*

Rosnąca roślinka. 1/ Dzieci leżąc na podłodze wyobrażają sobie, że są ziarenkiem, z którego wyrasta powoli duże drzewo.

Odgrywanie scenek. Dzieci indywidualnie bądź zespołowo odgrywają scenki statyczne, a następnie dynamiczne; w biurze, u lekarza, w warsztacie samochodowym, w kościele, w kawiarni, w kopalni, itp.

Magnes. 5/ (K. W. Vopel) Zabawę poprzedza odczytanie szwedzkiej bajki „Jak ugotowano zupę z gwoździa” (K.W. Vopel „Kozioł w polu kapusty” – opowiadania i kreatywne ćwiczenia ruchowe dla dzieci od 3 do 8 lat). Dzieci dobierają się w dwójki i siadają na podłodze. Dziecko A ma „magnetyczną rękę”, która przyciąga nos kolegi B; musi on wodzić nim wedle ruchu magnetycznej ręki. Po kilku minutach zmiana ról (może być zmiana części ciała reagującej na „magnes”).

Strach, smutek, złość. Tak, jak w poprzednim ćwiczeniu, zabawę poprzedza słuchanie bajki; jest to opowieść norweska „Kozioł w polu kapusty” (K. W. Vopel j.w.). do ćwiczeń proponuję muzykę odzwierciedlającą w/w emocje, np. „Taniec ognia” z baletu „Czarodziejska miłość” M. De Falla, A. Dworak „Taniec słowiański”, F. Chopin Etiuda e-dur. Polecenie brzmi: *Pokażcie swoim ciałem, jak wyglądacie kiedy... (jesteście źli, smutni, boicie się...itp.).*

Zamknij – otwórz. Ze wspomnianego zbioru czytamy angielską bajkę „Mała czerwona kura”. Po wysłuchaniu, prosimy żeby dzieci pokazały, jak potrafią otworzyć i zamknąć usta, dłonie, ramiona....*a teraz poruszając się powoli pokażcie, jak zamykacie całe ciało. Jesteście jak zwinięty w kulkę mały jeż. A teraz rozwińcie się; otwórzcie całe wasze ciało. Dobierzcie się w pary (grupki) i pokażcie jak wasza grupa zamyka się i otwiera.* Dobrze jest przy tym ćwiczeniu poruszyć temat emocji; które nas zamykają, a które otwierają?

Lekkie – ciężkie. Zbiór j.w. Bajka „Kamień na drodze”. Ćwiczenia dotyczą kontrastu między ciężkim a lekkim. Zabawę zaczyna nauczyciel prosząc o kilkakrotne uderzenie pięścią w podłogę z mocą, na jaką dzieci mają ochotę. Po rozgrzewce dzieci „podnoszą” do góry różne przedmioty wymyślone, bądź znajdujące się w polu widzenia. Następnie przechodzą do trzymania obiema rękami czegoś bardzo lekkiego (poduszka z puchu?). Opuszczają to i podnoszą w różnych tempach. Na koniec mogą odpychać od siebie przedmioty o różnym ciężarze, ważyć je w dłoniach itp.

Znalazłem Cię. Muzyka: R. Schumann „Marzenie”; bajka włoska ze zbioru j.w. „Kot i mysz”. Główny motyw dotyczy leczenia, dzieci próbują spowodować dotykiem rozluźnienie napięcia i przepływ pozytywnych emocji wśród członków grupy. Nauczyciel poleca: *Idźcie dookoła sali i wyobraźcie sobie, że znaleźliście... małego kotka; bezbronnego szczeniaczka; spotkaliście smutnego, zapłakanego kolegę...* Dzieci reagują intuicyjnie. Nauczyciel nie ukierunkowuje ich działania.

KREATYWNE ĆWICZENIA RUCHOWE:

Tygrys. 5/ (K.W. Vopel) Bajka afroamerykańska (K.W. Vopel j.w.). Szukamy kontrastu między ruchem a spoczynkiem. Dzieci poruszają się po sali w rytm uderzeń bębna, zamierają w bezruchu gdy uderzenia ustają. *Pokażcie mi inne sposoby chodzenia; jak bocian. Jak kot, jak żrebak, jak... Gdy usłyszycie bębenek poruszajcie się jak wybrane zwierzę, musicie stanąć gdy nie będę uderzać w instrument.*

Kolory i uczucia. Muzyka np. L. van Bethoven „Dla Elizy”. Bajka angielska „Elf i orzesznica” ze zbioru K. W. Vopla. Nauczyciel przygotowuje kolorowe chusty z lekkiego szyfonu. *Poszukajcie chusty, która wam się podoba. Tańczcie z nią tak, jak czujecie muzykę. Poczujcie lekkość materiału. Rzućcie chusty do góry i pozwólcie im opaść swobodnie. Poszukajcie takiego koloru, który pokazuje wasz nastrój...poszukajcie koloru, który wybralibyście gdyby ... (coś bolało, nie mielibyście siły, tęsknilibyście do mamy...).*

Karły i olbrzymy. „Wąż, mysz i lis” – bajka meksykańska; j.w. Kontrast mały – duży. Nauczyciel prosi dzieci, żeby poruszały się po sali wykonując bardzo małe ruchy. Następnie ruchy te mają być zamaszyste, przerysowane. Różnicowanie ruchu na umówiony sygnał. Na koniec taniec karłów i olbrzymów.

To ma kształt. 5/ (K.W. Vopel) Słuchanie angielskiej bajki „Pięć małych piskląt”; j.w. *Wyobraźcie sobie, co może robić pisklę w jajku? Za chwilę znajdziecie się w skorupce, z której potem wyjdziecie. Połóżcie się na podłodze. Pomyślcie o jakimś przedmiocie, a następnie „wejdźcie” do jego środka. Przybierzcie kształt, jaki zastaliście w środku. Czy możecie tam stanąć, poruszyć rękami, obrócić się? Zbadajcie dokładnie otoczenie, zostańcie tam chwilę, a potem wyjdźcie tą samą drogą, którą weszliście.*

Taniec bazgrołów. 3/ (biblioterapia) Nauczyciel sugeruje dzieciom, że na palcu mają kredę. *Namalujcie w powietrzu duże koło. Jakimi częściami ciała potraficie jeszcze rysować? Namalujcie koło waszym łokciem, biodrem, a teraz stopą...(prawym ramieniem, biodrem, kolanem, językiem) całym ciałem. A teraz zatańczcie taniec bazgrołów – wyobraźcie sobie, że wasze ciała to kredki, które rysują po podłodze różne kształty.*

Zawody bez dotykania. 3/ (L. Rybotycka) Nauczyciel poleca, żeby dzieci dobrały się

w pary. Obowiązują w zabawie dwie reguły. Nie wolno dotykać partnera, a wszelkie ruchy muszą być bardzo wolne. Kiedy np. jedno dz. wysuwa rękę – to drugi odchyła się w momencie gdy ta ręka jest już bardzo blisko niego. I robi to w takim samym, wolnym tempie.

Taniec z zającem. 4/ *Zając w naszej historii jest w wielkim niebezpieczeństwie. Grozi mu pożarcie przez wilki. Ma pomysł, który go może uratować. Ja wybiorę zajączka; gdy staniecie w kole, przykleję komuś do pleców czerwoną karteczkę. Potem włączę muzykę i wszyscy tańcząc dobierzecie się w małe grupki. Ta grupka, która odkryje w swoim gronie zająca z radości tuli go i głaszcze. Potem zając wymyśla swój taniec, który wilki muszą dokładnie powtarzać.*

Niebieska lokomotywa. 4/ *Zabawa polega na stworzeniu dzieciom możliwości prowadzenie i bycia prowadzonym: Dobierzcie się w dwójki i ustawcie jedno za drugim. Dziecko z przodu będzie lokomotywą, a te z tyłu – maszynistą. Lokomotywy wysuwają przed siebie rączki-zderzaki, natomiast maszyniści kładą swoje na ramionach bądź biodrach partnera. Teraz lokomotywy odjeżdżają; maszynista w każdej z nich jest odpowiedzialny za bezpieczeństwo, musi tak kierować by nie zdarzył się wypadek. Niech lokomotywy jadą po linii prostej, skręcają łagodnie, ciągną wielki ciężar, pną się pod górę. Niech poruszają się w różnych prędkościach...*

Na sygnał nauczyciela następuje zmiana ról.

Parasol małego niedźwiadka. 3/ (K. W. Vopel) *Potrzebna jest muzyka, np. „Walc kwiatów” z „Dziadka do orzechów” P. Czajkowskiego. Kiedy jesteście smutni, wasze ciało jest otwarte czy zamknięte? Pokażcie jak wygląda wasze ciało kiedy się złoście? A jak, kiedy boicie się czegoś? Teraz zaprezentujcie wesołe uczucia: jak wygląda wesoła twarz? A wesołe ręce? Stopy? Kolana? Wymyślcie naprawdę wesoły taniec (muzyka).*

A teraz usiądźcie w parach, niech jedno z was pokaże jak może zamknąć swoje ciało możliwie najmocniej. Niech drugie spróbuje je bardzo delikatnie otworzyć; można lekko masować, głaskać, dotykać – nie wolno nic zrobić siłą. Kolega jest jak parasol; zbyt mocne ciągnięcie zepsuje jego delikatny mechanizm.

Czapka. Zabawa poruszająca trudny motyw naśladowania. Czytamy bajkę „Czapki na sprzedaż „ ze zbioru K.W. Vopla. Po czym nauczyciel prosi dzieci, żeby naśladowały ruchy jego głowy i jego rąk jakby były lustrem. Staramy się, żeby była aktywna raz prawa, raz lewa połowa ciała. Potem miejsce nauczyciela może zająć wybrane dziecko. Na koniec dzieci eksperymentują w parach.

Ktoś ty? 3/ (Centrum Sztuki Dziecka. Poznań) Przygotowujemy stare gazety. Prosimy, by dzieci wzięły po jednej i próbowały ułożyć z nich kładkę przez rwącą rzekę, wyspy dla rozbitek (robią się coraz mniejsze, bo podmywa je woda). Wyskubać formę , np. jabłka, serca, kapelusza. Następnie, gdy dzieci są rozgrzane nauczyciel prosi, by przy pomocy klejącej taśmy i odpowiednio porwanych gazet przygotowały sobie kostiumy. Na koniec można włączyć muzykę i dzieci robią paradę wykonując ruchy adekwatne do stroju. Dodatkową atrakcją mogłyby stanowić improwizowane, krótkie teksty.

IMPROWIZACJA TANECZNA. SYMBOLIKA CIAŁA:

Dzieci kochają taniec i wszystko, co się z tańcem wiąże. To my – dorośli zatracamy tę cudowną umiejętność w wyniku ograniczeń narzuconych przez nabyte doświadczenia, normy, styl życia, własne ciało i umysł.

Po co tańczą dzieci? Żeby zaspokoić potrzebę ruchu, być w kontakcie z innymi, wyrazić swój stan emocjonalny, by być zauważonym. Bo czują rytm, bo ich ciała nie zatraciły umiejętności reagowania na dźwięk przyspieszeniem rytmu przepływu krwi, wydzielania hormonów, ukrwienia mięśni, bo czują wibracje i odpowiadają na nie. Bo są szczęśliwe, bo są smutne.

Choreoterapia jest metodą na przywracanie równowagi ciała i umysłu; związku ja – inni, ja – moje ciało, ja – moje dobre samopoczucie, ja – w kontakcie ze sobą i w kontakcie ze światem; poprzez taniec.

Odnosząc się do osobiście przepracowanych ćwiczeń i dostępnej mi literatury opracowałam blok ćwiczeniowy dla grupy dzieci przedszkolnych i zatytułowałam go:

MOJE WEWNĘTRZNE ZWIERZĘTA: zabawy 3/ (D. Kappert „Tańcząc z dziećmi”)

Zasady:

- 1/ Należy zacząć od krótkiej rozmowy nt. danego zwierzęcia (wygląd, głos, sposób poruszania, charakterystyczne ruchy, skojarzenia).
- 2/ Jeden cykl ćwiczeniowy dotyczy jednego zwierzęcia i cały powinien być przerobiony na jednym zajęciu..
- 3/ Ten sam cykl – 2,3 spotkania w czasie tygodnia.
- 4/ Jedno spotkanie – ok. godz.(min. 30 min.).
- 5/ Nauczyciel nie ma prawa krytykować ruchów, ani pokazywać „jak należy to zrobić”.
- 6/ Jak najmniej komentarzy słownych – dominuje muzyka.
- 7/ Staranny dobór muzyki jest tak samo istotny, jak zrozumienie zadania przez dziecko.

Tygrys. *Poruszanie się w przestrzeni; ograniczenie przestrzeni; przestrzeń osobista.*

- *Dzieci w parach. „Malujemy tygrysowi paski” – masaż energicznymi nacierającymi ruchami. Zmiana między partnerami. Żywa szybka muzyka z wyraźną linią rytmiczną.*

- *Tygrysy w trawach sawanny; poruszanie się po liniach prostych w różnych kierunkach, bez wzajemnego dotykania się i wchodzenia w jakikolwiek kontakt:*

- *na nogach*
- *na czterech łapach*

Muzyka marszowa, rozpędzająca się.

- *Klatka; dz. rysują własną przestrzeń ograniczając ją ruchem do wybranego wzrokiem miejsca. W zależności od wieku tworzą przestrzeń w kształcie konkretnej figury bądź plamy. Proponowana muzyka etniczna, afrykańska – tygrys jest rozdrażniony.*

- *Ćwiczenia rozluźniające. Muzyka szybka i wesoła – tygrysy wesoło chodzą po liniach prostych; wyszły z klatek i są zadowolone, więc pozdrawiają się nawzajem:*

- *uderzając łapką w łapkę,*
- *pocierając się plecami,*
- *obejmując się,*
- *dotykając się noskami*

Małpa. *Bezpieczeństwo. Bliskość. Wspólnota.*

- Rozgrzewka; „Małpki w piaskowej kąpeli” – energiczny masaż własnego ciała. Dobranie się dzieci w przypadkowe pary i kontynuacja zabawy w kąpiel z wzajemnym masowaniem. Radosna muzyka z wiodącą linią melodyczną.
- Rozbrykane małpki. Dzieci tworzą grupki 4-6 osobowe. W grupkach małpki ciasno przytulają się do siebie, nacierają wzajemnie, ściskają. Na przerwę w muzyce rozbiegają się po sali; wraz z muzyką tworzą nowe masujące się grupki.
- Senna małpka – dz. w parach. Jedno dziecko siada tyłem do drugiego, które obejmuje je i przytula dosyć mocno, jednak bez sprawiania bólu. Leciutkie kołysanie się do muzyki. Muzyka relaksacyjna bądź medytacyjna.
- Ćwiczenia oddechowe: w parach (najlepiej, jeśli poprzednie pary się zmieniają). Jedno dziecko leży na podłodze na plecach podczas gdy drugie jest jego opiekunem (mamą małpką). Opiekun siada z boku na piętach lub w siadzie skrzyżnym, jedną rękę kładzie na ramieniu leżącego i obserwuje jego oddech. Kiedy ten unormuje się i stanie się wyciszony, stara się w rytm oddechu zginać jego rękę w łokciu i układać na brzuchu i odginać z powrotem. Po kilku minutach zmiana ruchu. Muzyka relaksacyjna lub bez muzyki. Mogą być również dzwoneczki albo tykanie zegara.

Lew. Duma. Poczucie własnej wartości.

- W parach wzajemne wygłaskiwanie się; masaż jest delikatny. Dzieci robią go na stojąco zaczynając od ramion i rąk, poprzez biodra nogi i wracając w górę do głowy. Zmiana ról. Proponowana muzyka etniczna z dominacją wysokich dźwięków, np. orientalna.
- Masaż kości ogonowej z pokonywaniem oporu. Dziecko masowane odpycha się w kierunku masującej dłoni. Następnie masowane dz. wstaje i chodzi po całej sali a masażysta asekuruje go trzymając dłoń na jego krzyżu. Próba ukierunkowania, która może spotkać się z oporem chodzącego lwa. Zmiana ról i powtórzenie ćwiczenia od masażu kości ogonowej.
- Masaż klatki piersiowej i przestrzeni międzyżebrowych (wymiana par). Uspokajamy lwa. Masowane dziecko leży na plecach; masażysta siedzi u jego wezgłowia i koniuszkami palców rysuje linie na jego klatce piersiowej; następnie delikatnie opukuje jego mostek i obojczyki. Po czym ćwiczenie wykończa lekko odciągając ręce leżącego na wdechu do tyłu i opuszczając na wydechu wzdłuż tułowia. Zmiana ról.
- Taniec lwa – swobodny ruch; dziecko z pary obserwuje tańczącego wspierając go wzrokiem. Zmiana. Muzyka barokowa, mogą być menuety.

Kot. Wybór własnej drogi. Podejmowanie decyzji. Świadomość.

- *Kot i lustro. Dzieci w parach; spacerują przy czym kot obserwuje swoje wierne odbicie w lustrze. Nauczyciel nie narzuca kto jest kotem kto odbiciem; dzieci ustalają dominację. Muzyka elektroniczna, industrialna.*

- *Masaż stóp. Po delikatnym masażu stóp masowane dziecko chodzi po podłożu o różnej fakturze i rodzaju (rodzaj sugeruje nauczyciel), np. po piasku, wąskiej desce, błocie, kamieniach...*

- *demonstracje. Dzieci ustawione w półkole. Każdy kot przechodzi w swoim rytmie i stylu przed grupą, od połowy wybiegu może dumnie przebiec. Na końcu jest gorąco oklaskiwany i wiwatowany. Instrumenty perkusyjne.*

- *Performance. Tańczy połowa grupy – druga ją obserwuje. W czasie tańca dzieci witają się uroczystym gestem z napotkanym partnerem; ten powiela gest i dodaje swój. Uwaga na inną osobę. Jeśli w tym samym miejscu spotyka się kilka osób, mają prawo wyboru partnera, a zatem jego ruchu. Zmiana grup. Muzyka renesansowa, wolna.*

Niedźwiedź. Ciężar. Siła. Zręczność.

- *Praca w parach. Jedno dziecko stojąc trzyma piłkę nad plecami partnera pozostającego w pozycji na czworakach.*

Czworakujące dziecko stara się plecami odbić spuszczaną mu piłkę; ważne jest danie impulsu do góry poprzez utworzenie kociego grzbietu. Rzucające dziecko powinno piłkę łapać. Zmiana.

- *Praca w parach. Ta sama para opiera się plecami o siebie. Stara się poruszać w rytm muzyki bez odrywania pleców; wykonuje obroty; porusza się po całej sali. Muzyka właściwie dowolna. Może być muzyka Indian andyjskich.*

- *Technika opadania. Pokaz wyjątkowo wykonuje nauczyciel z inną osobą dorosłą, a następnie ćwiczy indywidualnie z każdym dzieckiem. Partner staje przodem do pleców kolegi w pewnej od niego odległości. Na sygnał opada w wyprostowanej pozycji na plecy; asekurowający chwytając go chroni przed uderzeniem o podłogę.*

Ze starszymi dziećmi możliwe jest wykonanie w parach wersji uproszczonej – opadanie w siadzie skrzyżnym; uprzednio można poćwiczyć tzw. wagę, by dodać dzieciom śmiałości. Muzyka narzucająca ruch jednostajny, wahadłowy.

- *dzieci stoją w kole; pierwsze wyznaczone idzie rytmicznie i zdecydowanym ruchem daje wybranemu koledze impuls do kontrolowanego upadku z kłęk na kolana.*

W drugim powtórzeniu dziecko dotknięte nie ulega impulsowi lecz energicznie odpycha go ciałem pozostając w pozycji stojącej. Muzyka

z silnym marszowym rytmem.

Sarna. *Dynamika i wymiana przestrzeni osobistej. Konfrontacja i uległość.*

- *Krótki masaż w parach. Ćwiczenie „Sarny i wilk” : Zapadł zmrok. Jesteś zwierzęciem, które obawia się, że jest śledzone. Musisz bardzo uważać, żeby nikt nie znalazł się za twoimi plecami. Oczy z tyłu głowy; zachowujesz się tak cicho, że nie słychać żadnych dźwięków. Swobodny taniec; na sygnał – zmiana kierunku poruszania się w tańcu i sposobu poruszania. Kolejny sygnał – szybkie spojrzenie na napotkanego partnera i ucieczka wzrokiem. Kolejny sygnał – polowa grupy staje z zamkniętymi oczami, druga połowa tańczy starając się nie dotknąć stojących. Dzieci stojące starają się wyczuć wokół siebie ruch, ciepło, odgłosy. Kompozycje Astora Piazzoli.*

- *Ktoś się zbliża... dzieci stają w parach, w pewnej odległości od siebie. Jedno idzie w kierunku drugiego, które ma zamknięte oczy. Stojące dziecko może powiedzieć stop w każdej chwili, gdy uzna, że partner jest zbyt blisko. Na słowo stop i wyciągnięcie ręki, idący musi bezwzględnie się zatrzymać.*

- *W tych samych parach energiczny masaż partnera w osi pionowej, a następnie lekkie głaskanie aury wokół ciała partnera. Po tym masażu dzieci z grupy masowanej nie otwierając w dalszym ciągu oczu tańczą we wspólnej przestrzeni, ale z zachowaniem dystansu. „Muzyka sfer”.*

- *„Sarna i stado”. Jedno dziecko jest ustawione w pewnym oddaleniu od grupy. Po włączeniu muzyki, grupa idzie w jego kierunku w swobodnym, wolnym rytmie. Dziecko może się w nią włączyć, przejść przez nią, pozostać bierne, bądź samo kształtować swój ruch.*

Zmiana relacji; grupa stoi – dziecko idzie w jej kierunku.

Pies. *Symbolika dawania i brania.*

- *Wprowadzamy w ruch przedmioty z najbliższego otoczenia. Dzieci tańczą przy spokojnej muzyce, podając kolegom przejmowane od nauczyciela przedmioty z wyposażenia sali. Zmiana nastąpi, gdy przedmiotów będzie tyle, ile tańczących dzieci.*

Po zmianie j.w., ale dzieci otrzymują chusty, których jest o połowę mniej niż tańczących.

- *Dzieci siedzą w dwóch rzędach na przeciw siebie. Mają zamknięte oczy (jest jeszcze lepiej, kiedy oczy są szczelnie zasłonięte). Nawiązują z siedzącymi w pobliżu kolegami kontakt dotykowy badając otoczenie leciutkim dotykiem palców dłoni.*

Następna faza to przekazywanie z rąk do rąk różnych przedmiotów (oczy są cały czas zasłonięte, dzieci siedzą w rzędzie blisko siebie); monety,

buta, chusty, szczotki do odkurzania, naczynia z wodą itp. Należy uczulić by dzieci były ostrożne.

- *Dzieci w parach. Masowanie rąk partnera, dosyć szczegółowo i dokładnie; bez używania siły, ale z uciskaniem poszczególnych partii dłoni. Wymasowane dzieci stoją z zasłoniętymi oczami w różnych punktach sali. Pozostałe dają im bądź odbierają różne przedmioty (piłka lekarska, piłeczka golfowa, ręcznik, flet, klocek itp.) Dający starają się, by każde dziecko miało taki moment, kiedy przez dłuższy czas nie otrzymuje nic.*

Po zamianie ról wprowadza się element zaskoczenia dodając wiele innych przedmiotów, których dzieci nie widziały będąc „dającymi”.

- *Obraz wewnętrzny. Nauczyciel zaprasza dzieci do wspólnego tańca mówiąc, że mają tańczyć z każdym kto je zaprasza, ale też wybierać mogą same uprzedzając ruch kolegi. Mogą tańczyć jak chcą, ale też od czasu do czasu przejmować ruch partnera. Muzyka dająca swobodę ruchu, nie narzucająca interpretacji.*

Waż. Kontakt z podłożem (ziemią). Ugruntowanie.

- *na wstępie nauczyciel krótko opowiada o Ziemi, czym jest, co ją otacza. Dlaczego z niej nie spadamy. Co nam daje, w jaki sposób żywi i ubiera. Zaznacza, że każdy (każde stworzenie) ma tu swoje miejsce, gdzie ma prawo do życia takiego, jakiego zostało stworzone.*

Prezentacja węża – stworzenia, które jest mocno związane z ziemią i uwarunkowane na strukturę podłoża.

- *Rozgrzewka: wyobraź sobie, że...Nauczyciel sugeruje, że dzieci spacerują po różnych rodzajach podłoża (oczy zamknięte, stopy bose; zwracamy uwagę na ciepło, wilgotność, zapach itp.).*

Idziesz po piasku, stopy zapadają się. Czujesz.....

Idziesz po szyszkach sosnowych w samym środku gęstego lasu....

Idziesz po błotnistej drodze świeżo zmoczonej ulewnym deszczem....

Rozluźnienie stóp i nóg; dzieci w parach. Delikatny masaż stóp z lekkim naciąganiem, głaskaniem, skubaniem itp. Należy uczulić dzieci, że w żadnym wypadku nie wolno sprawić bólu partnerowi, masujący jest odpowiedzialny za jego dobre samopoczucie. Muzyka relaksacyjna.

W drugiej części ćwiczenia dzieci dzielą się odczuciami. Przy muzyce mocno modern wykonują taniec odrywania się od podłoża.

- *dzieci chodzą po sali w rytm popowej muzyki; na znak nauczyciela stają plecami do napotkanego partnera, a ten wymasowuje im plecy.*

W drugie połowie odwracają się plecami do siebie i, na przerwę w muzyce relaksują się normując oddech.

W tej części muzyka jest nieco szybsza i powinna mieć wyraźny rytm.

- *Ćwiczenie w kręgu; Prosimy by dzieci utworzyły koło; są teraz wielkim wężem który przytula się do podłoża. Stopy dzieci są brzuchem węża,*

a splecione ramiona jego grzbietem. Wąż przesuwają się i kołysze w rytmie muzyki.

Mrówka. Kontakt. Społeczność i uspołecznienie. Przynależność i indywidualizm.

Przedstawiając mrówkę nauczyciel opowiada o tym, że chociaż każda mrówka porusza się indywidualnie, ale istnieje i działa w gromadzie. Bez współtowarzyszy z mrowiska jej istnienie staje się zagrożone.

- *Rozgrzewka. Dzieci tańcząc dobierają się w pary i spontanicznie dostosowują swój ruch do zmieniającej się muzyki (rytmiczne reggae, tango A. Piazzoli, afrykańska muzyka etniczna). Następnie przy pomocy nauczyciela tworzą zwarte uregulowane koło i unosząc je w górę, w przód, w dół dostosowują swoje ruchy do ruchów partnera z prawej i lewej strony. Muzyka w tej części ćwiczenia powinna być żywa i energiczna.*

- *Dzieci pozostają w kole, muzyka nieco wolniejsza. Zamykają oczy, ale nie puszczają rąk; nauczyciel bez uprzedzenia wyprowadza kolejne dzieci poza obręb koła i pozostawia je przez dłuższą chwilę same; po czym wprowadza ponownie do koła.*

- *Grupa rozchodzi się i dzieci tańczą samotnie. Kto czuje potrzebę może próbować nawiązać kontakt z którymkolwiek partnerem. Muzyka nostalgiczna, melancholijna.*

- *Wizualizacja „Nurkowanie”. (D. Kappert „Archetypy, symbolika ciała, obrazy wewnętrzne” str. 92).*

Człowiek. Świadoma obecność jako akt woli.

- *Dzieci siedzą w kręgu z zamkniętymi oczami, dłońmi na udach (wewnątrz dłoni skierowane do góry). Dotknięte przez nauczyciela dziecko otwiera oczy, podchodzi do siedzących i w skupieniu kładzie każdemu z nich na chwilę ręce na głowie, ramionach lub dłoniach (wybiera tylko dwie spośród wymienionych pozycji). Po przejściu obok wszystkich uczestników wraca na swoje miejsce.*

Ćwiczenie trwa do momentu aż wszystkie dzieci odegrają rolę dawców.

- *Świadomy chód. Nauczyciel uświadamia rolę mięśni, kości i woli w procesie poruszania się. Dzieci rozpoczynają swobodne chodzenie w rytm prostej marszowej melodii (w liczeniu na 8). Na kłaśnięcie w dłoń lub inny znak nauczyciela wymieniają powitalne gesty z napotykanymi kolegami.*

- *Artysta – obserwator. Dzieci chodzą w parach, przy czym jedno dziecko obserwuje drugie i stara się je naśladować. Po pewnym czasie grupa „obserwatorów” demonstruje sposób chodzenia „artystów”.*

- *nauczyciel dzieli grupę na dwa równoliczne zespoły. W każdym zespole odbywa się masaż jednej osoby w układzie: jedno dziecko – głowa, dwoje – ramiona i dłonie, dwoje – nogi i stopy. Po wymasowaniu i rozluźnieniu następuje swobodny taniec (G. Roth - Refuge), podczas którego grupa masująca asekuruje kolegę. Proces dotyczy każdego dziecka w grupie. Ćwiczenie kończy się, gdy wszystkie dzieci przejdą proces masażu.*

GRY GRUPOWE:

Czy widziałeś wściekłego Tomka? 3/ (R. Portmann) Dzieci siedzą w kole, tylko jedno chodzi pośród nich. Nagle zatrzymuje się przed dowolną osobą i pyta:

Czy widziałeś wściekłego Tomka? Na odpowiedź twierdzącą prosi o pokazanie jak wyglądał. Uczestnicy zabawy powtarzają ruch pokazującego i prowadzący pyta następną osobę.

Mowa ciała. 3/ (R. Portmann) Każde dziecko otrzymuje karteczkę z buźką wyrażającą jakiś stan emocjonalny; wściekłość, radość, smutek, obrazę itp. Jego zadaniem będzie rozwinięcie i pokazanie gestem tej emocji. Grupa musi odgadnąć jaką treść kryła kartka.

Wrzeszczący telefon. 3/ (R. Portmann) Dzieci tworzą koło. Siedzą w pewnej odległości od siebie. Wskazane dziecko zaczyna zabawę wykrzykując jakieś słowo, które jest przekazywane dalej, tak jak w głuchym telefonie. Kiedy wróci do nadawcy, ten wybiera nowego rozpoczynającego.

Autsajder. 3/ (R. Portmann) Dzieci chodzą po pomieszczeniu i odgrywają scenki powitania: podają dłonie, uśmiechają się, ściskają, poklepują. Tylko jedno dziecko, które samo (!) zgłosiło się wcześniej do roli autsajdera jest pomijane. Zabawa skończy się, gdy uda mu się przekonać kogoś do powitania go. Na koniec pytamy o jego odczucia, gdy był izolowany.

Co ci zrobili? 5/ (R. Portmann) Jedno dziecko zostaje wybrane do roli „sprawcy”. Dzieci chodzą po sali, sprawca wśród nich szuka „ofiary” i niezauważalnie dla innych ściska go mocniej za rękę, klepie bądź pociąga za ubranie (niedozwolone jest zadawanie bólu). Ofiara zaczyna się donośnie skarżyć. Pozostali próbują dowiedzieć się, co się stało. Gdy to nastąpi wszyscy wracają do spaceru, a sprawcą zostaje ten, kto pierwszy odgadł na co skarży się ofiara.

Stary król jest chory! 1/ Dzieci siedzą w kole, nagle wskazane przez nauczyciela dziecko zrywa się z okrzykiem: *Stary król jest chory!* Pozostałe pytają: *Co mu jest?* Prowadzący czyli „generał” pokazuje jakiś gest, który musi być wiernie naśladowany przez grupę. Zamiana następuje na sygnał „generała”, który osobiście wyznacza następcę.

Wściekły jak dzikie zwierzę. 5/ (R. Portmann) Dzieci otrzymują zadanie: *Wyobraź sobie, że jesteś zwierzęciem. Jakie zwierzę wybrałbyś? Wciel się w nie. Jesteś spokojny, nie myślisz o niczym złym. Ale nagle pojawia się zwierzę, które kiedyś się z tobą kłóciło i na które jesteś wściekły. Co się teraz stanie? Co robi to drugie zwierzę? Co ty z tym zrobisz?*

Dzień dobry, Królu Lulu! 1/ Wybrane dziecko – „Król Lul” siedzi na krzeselku, pozostałe z dala od niego pod wodzą „namawiacza” ustalają treść demonstracji. Gdy są gotowe, podbiegają do króla:

Dzień dobry, królu Lulu!

Dzień dobry, dzieci śmieci! Gdzie byliście i co robiliście?

Byliśmy tam! I robiliśmy to! - Pantomimiczny pokaz uzgodnionej czynności. Gdy król wie, o co chodzi woła np. *Wiem! Robiliście babki z piasku!* Jeśli odgadł, dzieci uciekają, a król łapie pierwsze, które dogoni. Ono zostaje królem, a król w nagrodę „namawia”. Jeśli nie odgadnie - zabawa toczy się od początku.

Parada zwierząt. 3/ (prof. J. Radomski) Dzieci podchodzą kolejno do nauczyciela i losują karteczki z rysunkami zwierząt. Zadanie polega na pokazaniu tego zwierzęcia głosem, gestem, bądź i jednym i drugim tak, by grupa odgadła nazwę zwierzęcia.

Start rakiety. 1/ Zabawa pomocna przy przezwyciężaniu napięć i onieśmielenia.

Dzieci: - bębnią palcami po blacie stołu, najpierw cicho i powoli a potem coraz głośniej i szybciej,

- klaszczą we wzrastającym tempie,
- uderzają się po udach jw.,
- tupią nogami, zaczynając cicho i powoli, a potem coraz głośniej i szybciej,
- cicho naśladują brzęczenie owadów przechodząc do bardzo głośnego bzyczenia,
- hałas i szybkość wzrastają, na koniec dzieci zrywają się z miejsc i wyrzucają ramiona w górę z głośnym wrzaskiem. Rakieta wystartowała.

Tak czy nie. 3/ (J. Jakubik-Hajdukiewicz) Dzieci szukają sobie partnera. Pary stają naprzeciwko siebie i zaczynają dialog, w trakcie którego jedna osoba może mówić wyłącznie *tak*, a druga *nie*. Głośność i tempo tej rozmowy należy spotęgować aż do krzyku, pamiętając, że inne słowa niż te dozwolone, są zabronione.

Pójdiesz teraz ze mną. 3/ (pomysł dzieci) Dzieci ustawiają się w dwóch rzędach, tak aby naprzeciw siebie stały pary. Najpierw osoby z jednego szeregu próbują przeciągnąć swoich partnerów (bez ich współpracy) przez całe pomieszczenie. Wolno im prowadzić prosty dialog, np.:

Pójdiesz teraz ze mną!

Nie! Ja nie chcę!

Ale ja chcę żebyś poszedł ze mną!

Daj mi spokój!

Nie, musisz iść ze mną! Itp. Po kilku minutach następuje zmiana ról.

Mówiące dłonie. 3/ (zabawy choreoterapeutyczne) Dzieci siadają naprzeciwko siebie. Zamykają oczy i próbują „rozmawiać” za pomocą dotyku dłońmi. Dla ułatwienia można określić temat, np. Spotkanie przyjaciół, Zabawa z mamą itp.

Głaskanie jeża. 2/ (R. Portmann) Dzieci dobierają się parami. Jedno dziecko z pary będzie najpierw jeżem, musi się ono najeżyć czyli zwinąć w kłębek

i spróbować wyobrazić sobie, że jest urażone i znerwicowane. Drugie dziecko usiłuje partnera wydobyć z izolacji. Może dotykać je leciutko, głaskać, łaskotać, przetaczać (nie wolno użyć siły). Przemawia do niego łagodnie i szuka dróg perswazji. Po pewnym czasie, nawet jeśli zadanie się nie zakończy sukcesem, następuje zmiana ról.

Rodem z Japonii. 5/ (R. Portmann) Ustalamy symbole:

- „samuraj”: wyrzucenie jednej nogi do przodu i zamachnięcie się wyimaginowanym mieczem;
- „lew”: grożenie obiema rękami, które pokazują ruchy lwich łap, uzbrojonych w ostre pazury, do tego groźne mruczenie;
- „Japońska staruszka”: pochylone plecy i drżące dłonie.

Zabawa: Samuraj zabija lwa mieczem, lew pożera staruszkę. Staruszka pokonuje samuraja, a ten z szacunku dla jej znajomości sztuk walki zaniechuje zabijania i pozostawia miecz. Dzieci dzielą się na podgrupy lwów, samurajów i staruszek i rozpoczynają niby-walkę pamiętając o zasadach, kto kogo może pokonać.

Tramwaj. 5/ (L. Rybotycka) Każde z dzieci ma krzesło. Krzesła ustawione są w dwóch rzędach, pomiędzy nimi jest przejście. Nauczyciel wybiera kontrolera, który sprawdza bilety. Okazuje się, że nikt w tramwaju nie ma biletu.

Dzieci wymyślają, jak się zachowają, by nie zostać ukaranym przez kontrolera.

Co się dzieje? 2/ (pomysł dzieci) Jedno dziecko wychodzi z sali. Pozostałe grają jakąś sytuację. Powracający ma odgadnąć co się dzieje? Może zadawać pytania pomocnicze, bądź kazać rozwinąć jakiś ruch czy gest.

Ślepiec. 3/ (zabawy choreoterapeutyczne) Dzieci dobierają się parami. Jedna osoba w parze ma zawiązane oczy – druga ją prowadzi po sali tak, aby ta mogła poznać jak najwięcej szczegółów. Po odsłonięciu oczu pokazuje swoją drogę mimicznie dążąc jednocześnie do miejsc, które odgadła dotykiem.

Chińskie szepty. 5/ (J. Rudkowska) Dzieci chodzą po sali, kiedy któreś zobaczy kogoś, komu chciałby coś powiedzieć, przesyła mu tę informację przez kogoś innego, np. *Powiedz Ani, że narysuję coś dla niej...* Gra trwa dopóki nie wyczerpią się informacje.

Nakręcone zabawki. 5/ (J. Rudkowska) Dzieci stają się zabawkami, które poruszają się dopóki są nakręcone. Wyraźnie zaznaczamy początek i koniec zabawy regulując ją długością trwania określonego utworu muzycznego.

Wprawki pantomimiczne. Dzieci próbują przedstawiać same lub z kimś (jeśli improwizacja tego wymaga) następujące sytuacje:

- przechodzenie przez strumyk po kamieniach,
- niesienie tacy ze szklankami pełnymi kompotu,
- chodzenie po krawędzi przepaści,
- wspinanie się na skałę,
- otwieranie po kryjomu paczki z cukierkami,
- dekorowanie tortu,
- rzucanie piłki,]
- kradzież,
- nawlekanie igły, itp.

Maszyny. 3/ (Centrum Sztuki Dziecka . Poznań) Jedno dziecko wychodzi na środek i zaczyna poruszać się jak maszyna. Dochodzą do niego kolejne dzieci i „ulepszają” maszynę dołączając swój ruch. Zabawa może odbywać się przy muzyce.

Lustra. 1/ Dzieci stojąc w kole obserwują osobę prowadzącą, która bardzo wolno się porusza. Najpierw używa tylko rąk, potem stopniowo włącza inne części ciała. Dzieci poruszają się wraz z prowadzącym starając się bardzo dokładnie naśladować jego ruchy. Pamiętamy, że ruch odbywa się w tempie zwolnionym.

Rzeźby. 3/ (L. Rybotycka) Dzieci rozstawione po całej sali. Oddzielnie dwoje, które będą „kupcami”. Na sygnał nauczyciela lub włączenie muzyki, rzeźby ustawiają się, tworzą. Na przerwanie utworu bądź drugi sygnał, rzeźby zamierają w bezruchu, a kupcy wybierają kilka do zakupu oceniając je głośno, nadając tytuły, sprzecząc się między sobą.

W różnych wymiarach. 4/ *Jesteście małymi płaskimi kamkami. Leżycie mocno wciśnięte w ziemię. Dotykam was czarodziejską różdżką i rośnięcie bardzo powoli. Każdy kamyk może zamienić się w co chce: w czarodziejską górę, silnego rycerza, dąb, słonia.*

Jesteś w... 4/ *Jesteś w sali, która ma tę właściwość, że jej ściany są ruchome; teraz zbliżają się do siebie. Jesteś w bardzo niskiej jaskini. Jesteś przed ogrodzeniem z ostrych prętów, a ty musisz przez nie przejść. Jesteś na pustej drodze w obłoku mgły. Jesteś...*

Drama. Improwizacje:

Drama, tak naprawdę, jest metodą rozwoju osobowości i ważnym sposobem wpływania na wychowanie. Powinna stanowić odrębny rozdział w temacie gier i zabaw teatralnych, właśnie ze względu na cel, jaki przed nią stawia nauczyciel. Zdecydowałam się włączyć dramę do programu ze względu na znaczenie pracy z baśnią wśród dzieci przedszkolnych i moje osobiste zaangażowanie w pracę biblioterapeutyczną.

Zamiast konkretnych ćwiczeń proponuję włączenie do programu wybranych baśni mających konkretne powiązania z rozwojem i etapami otwierania się dziecięcej wyobraźni; i wpływających poprzez symbolikę i związki archetypiczne na stopniowe, mocne osadzanie się dziecka w realiach, prawach i wzorach społecznych.

Baśnie te, czytane, bądź jak chce S. Wortmann, opowiadane kilkakrotnie dzieciom, powinny być następnie „przetworzone” właśnie poprzez scenki dramatyczne, rysunek dowolny dziecka, rozmowę czy tworzenie na bazie baśni historyjek i improwizacji słowno – ruchowych.

Jeśli zachowany zostanie prawidłowy proces opracowania baśni, osiągniemy dwa istotne cele:

- Stymulację rozwoju umysłowego, rozwój wyobraźni, fantazji, czynnego i biernego języka dziecka.
- Redukcję stanów napięcia, oswojenie lęków i nabycie umiejętności samodzielnego poszukiwania sposobów na rozwiązywanie problemów.

I tak:

- 1/ Redukowanie napięć i rywalizacji pomiędzy rodzeństwem -
J. W. Grimm „Kopciuszek”,
- 2/ Rozładowanie lęku przed porzuceniem, rozstaniem –
J. W. Grimm „Jaś i Małgosia”,
- 3/ Kontakty z nieznanymi. Napięcia między osobami różnych płci –
J. W. Grimm „Czerwony Kapturek”,
- 4/ Akceptacja własnego ciała i płci –
J. W. Grimm „Śpiąca królewna”,
- 5/ Odpowiedzialność, normy moralne, etyka –
J. W. Grimm „Żabi król”,

ZAŁĄCZNIKI

- 1/ Cz. Cyrański, M. Kwaśniewska: „Moje przedszkole” MAC S.A.,
Kielce 2003
- 2/ Nowa podstawa programowa wychowania przedszkolnego – treści
dla przedszkoli.

BIBLIOGRAFIA

1. H. Mystkowska.: Rozwijamy mowę i myślenie dzieci w wieku przedszkolnym. WSIP, Warszawa 1992
2. E. Kędzior- Niczporuk: Wprowadzenie do pedagogiki zabawy. Lublin 1998
3. J. Zborowski: Rozwijanie aktywności twórczej dzieci. WSIP, Warszawa 1986
4. Z. Wójcik.: Zabawa w teatr: .Didasko, cop. 1996-1997
5. Program wychowania przedszkolnego” Moje przedszkole” DKW-4013-3/01
6. J. Dorman: Zabawa dzieci w teatr: Warszawa 1981
7. H. Jurkowski, H. Ryl, A. Stanowska: Teatr lalek. Zagadnienia metodyczne: Warszawa 1979
8. K.W. Vopel: Kozioł w polu kapusty: Jedność: Kielce 2006
9. L. Rybotycka: Gry dramatyczne: WSiP Warszawa 1976
10. J. Jakubik – Hajdukiewicz: Twórcze działania dla dzieci z wy – korzystaniem terapii tańcem, jogi i kreatywnego pisanie: Garmond. Poznań 2005.
11. D. Kappert: Tańcząc z dziećmi: KINED – Joanna Zwoleńska. Warszawa 2005.
12. D. Kappert: Archetypy, symbolika ciała, obrazy wewnętrzne: Orion. Warszawa 2004.
13. D. Koziello: Taniec i psychoterapia: Poznań 2002.
14. R. Portmann: Gry i zabawy przeciwko agresji: Jedność. Kielce 2003.
15. J. Rudkowska: Warsztaty teatralne. Wydawnictwo Fine 2004.
16. Warsztaty edukacji twórczej: red. E. Olinkiewicz, E. Repsch. Europa. Wrocław 2004.
17. Grupa bawi się i pracuje: opr. M. Jachimska. Unus. Wałbrzych 1994.
18. A. Dziedzic: Teatr i edukacja. Arka. Poznań 2001.
19. B. Bettelheim: Cudowne i pożyteczne...PIW. Warszawa 1985.
20. J. Cieślowski: Wielka zabawa. Ossolineum. Wrocław 1985.
21. K. Miłobędzka: W widnokręgu Odmieńca. Biuro Literackie. Wrocław 2008.