

«Το ΚΘΒΕ στην Εκπαίδευση»

ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΟΜΑΔΑ

Βασική προϋπόθεση για οποιαδήποτε διαδικασία δημιουργικής έκφρασης είναι η ανάπτυξη σχέσεων εμπιστοσύνης μεταξύ των μελών της ομάδας. Ακόμα και σε περιπτώσεις που τα μέλη της ομάδας ήδη γνωρίζονται -μάλιστα ίσως και σε βάθος χρόνου όπως συμβαίνει με τις σχολικές τάξεις- δεν είναι αυτονόητο πως η εμπιστοσύνη προϋπάρχει και πως επικρατεί πάντα ευνοϊκό κλίμα για συνεργασία. Καθώς οι σχέσεις σε μια ομάδα συνεχώς μεταβάλλονται, η διασφάλιση του ομαδικού πνεύματος απαιτεί ειδική μέριμνα και επαγρύπνηση από την πλευρά του εμπυχωτή.

Επιπλέον, τα τελευταία χρόνια, οι συνθήκες που προέκυψαν εξαιτίας της πανδημίας COVID-19 (η καραντίνα, ο εγκλεισμός, η απομάκρυνση των μαθητών από τις σχολικές αίθουσες) διαμόρφωσαν μια νέα πραγματικότητα με πρωταγωνιστές την αρρώστια, τον θάνατο, τον φόβο για τον «μολυσμένο Άλλο», την απομόνωση. Το κλίμα αυτό επηρέασε την ψυχολογία των μαθητών-παιδιών και στάθηκε τροχοπέδη στην ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων, όπως η συνεργασία, η ενσυναίσθηση κ.ά. Είναι βέβαιο λοιπόν πως η ανάγκη για δημιουργική συνεργασία και ομαδικότητα στην εποχή μας γίνεται ακόμα πιο επιτακτική.

Παρακάτω παρουσιάζεται μια ποικιλία δραστηριοτήτων και θεατρικών παιχνιδιών, που συμβάλλουν ακριβώς σε αυτό: στην καλλιέργεια των σχέσεων εμπιστοσύνης και την ανάπτυξη της ομαδικότητας. Κάποια χρησιμοποιούνται ως «ζέσταμα», άλλα είναι κατάλληλα για τη φάση της ανάπτυξης του θέματος και αρκετά για κλείσιμο ή αναστοχασμό. Τα περισσότερα από αυτά επιτελούν ταυτόχρονα και άλλους στόχους όπως η καλλιέργεια του ρυθμού, της παρατηρητικότητας, των αντανακλαστικών, της αίσθησης του χώρου κ.ά. Πρόκειται για ενδεικτικές προτάσεις, με την προσδοκία να αποτελέσουν πηγή έμπνευσης για δημιουργικές δραστηριότητες. Υπόκειται στην κρίση του εκάστοτε εμπυχωτή αν θα παραλλάξει τα παιχνίδια ή θα τα προσαρμόσει ώστε να ανταποκρίνονται στην

εκάστοτε θεματική και στις ειδικές συνθήκες της ομάδας του, τον αριθμό και την ηλικία των μελών.

ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΡΧΗ

1. Παρουσιάζεστε!

Ο εμπυχωτής βάζει στη μέση του χώρου ένα μικρό εμπόδιο. Καθένας από τους συμμετέχοντες πρέπει να τρέξει γύρω γύρω στη σκηνή, να πεδήξει πάνω από το εμπόδιο και μόλις προσγειωθεί, να μείνει μια στιγμή σε δυναμική ακινησία (να παραμείνει δηλαδή στη στάση που βρέθηκε). Απευθυνόμενος προς το κοινό θα παρουσιάσει τον εαυτό του, πχ. «Κυρίες και κύριοι... Γιώργος Βασιλείου». Κατόπιν θα περιμένει να εισπράξει το χειροκρότημα και θα αποχωρήσει λίγο πριν το χειροκρότημα σταματήσει.

2. Απονομή των Όσκαρ

Με ανάλογο τρόπο (με ή χωρίς εμπόδιο) μπορεί να γίνει και η απονομή των Όσκαρ. Ένας ένας οι συμμετέχοντες με τη σειρά τους πρέπει να στηθούν μπροστά σε όλους, κρατώντας στα χέρια τους κάποιο ψεύτικο Όσκαρ ή οποιοδήποτε αντικείμενο (χρησιμοποιώντας το ως βραβείο) και να σκεφτούν μια ομιλία τριών γραμμών κατά την οποία θα ευχαριστούν κάποιους ανθρώπους.

ΤΟ ΓΕΛΙΟ

1. Ο κύκλος που γελά

Η ομάδα βρίσκεται σε κύκλο. Ξαπλώνουν όλοι στο πάτωμα και βάζουν το κεφάλι τους στην κοιλιά αυτού που βρίσκεται δεξιά τους. Όταν όλοι πάρουν θέση, κάποιος θα ξεκινήσει να γελά (συνήθως συμβαίνει αυθόρμητα). Ο εμπυχωτής ενισχύει το γέλιο, έτσι ώστε να ξεδιπλώνεται σε ένταση και ρυθμό κατά μήκος του κύκλου.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ. Το σχήμα του κύκλου αναγκαστικά θα χαλάσει, όμως αυτό δεν πρέπει να απασχολήσει την ομάδα. Το ζητούμενο είναι να έχουν βρει όλοι μια βολική θέση.

2. Αν μ' αγαπάς...χαμογέλα μου γλυκέ μου!

Η ομάδα σχηματίζει κύκλο. Ο **A** λέει στο διπλανό του: «Αν με αγαπάς...χαμογέλα μου γλυκέ μου/ γλυκιά μου», προσπαθώντας ταυτόχρονα με διάφορους τρόπους να τον κάνει να του γελάσει. Ο **B** πρέπει να απαντήσει τρεις φορές «Σε αγαπώ, αλλά δεν σου χαμογελώ» προσπαθώντας να συγκρατηθεί χωρίς να γελάσει. Αν καταφέρει και συγκρατηθεί, τότε ο **A** επαναλαμβάνει την ερώτηση σε κάποιον άλλον κ.ο.κ. Αν ο **B** γελάσει τότε συνεχίζει αυτός το παιχνίδι επιλέγοντας με τη σειρά του αυτός κάποιον.

ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΣΕ ΚΥΚΛΟ

1. Αρίθμηση

Πρόκειται για μια άσκηση που ανιχνεύει σε ποιο βαθμό συντονισμού βρίσκεται η ομάδα σε κάθε συνάντηση. Είναι ένα δύσκολο παιχνίδι που καλλιεργεί ταυτόχρονα τη συγκέντρωση σε κάθε μέλος καθώς και την ουσιαστική συμμετοχή στην ομάδα. Γι' αυτό το λόγο είναι χρήσιμο να επαναλαμβάνεται σε όλες (ή σχεδόν σε όλες) τις συναντήσεις.

Η ομάδα στέκεται σε κύκλο. Οι συμμετέχοντες θα πρέπει να μετρήσουν (1,2,3,4,5...) μέχρι έναν ικανοποιητικό αριθμό -τουλάχιστον όσο ο αριθμός των συμμετεχόντων- αλλά χωρίς να γνωρίζουν ποιος θα πει το επόμενο νούμερο. Δηλαδή με τυχαία σειρά. Αν δύο άτομα συμπέσουν και πουν το ίδιο νούμερο, η αρίθμηση ξεκινάει από την αρχή.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 1. Εάν ο τελικός στόχος αποδειχθεί πως είναι αδύνατον να επιτευχθεί, δεν πρέπει να πιεστεί η κατάσταση. Σημαίνει πως η δυναμική της ομάδας έχει απορυθμιστεί ή πως η ομάδα δεν είναι ακόμα έτοιμη: εξάλλου αν αυτή η άσκηση επαναλαμβάνεται, ο στόχος θα επιτευχθεί σε βάθος χρόνου και ενδεχομένως να επαναπροσδιοριστεί για να γίνει δυσκολότερος.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 2. Πολλές φορές η συγκέντρωση αυξάνεται, αν η ομάδα επιλέξει να έχει τα μάτια κλειστά.

2. Το σήμα που ταξιδεύει

Πέρα από την προθέρμανση, την συγκέντρωση και την ομαδικότητα, με το παιχνίδι αυτό επιτυγχάνεται η γνωριμία των συμμετεχόντων με μία από τις βασικές αρχές του θεάτρου: τη δράση-αντίδραση.

Η ομάδα βρίσκεται σε κύκλο και τα μέλη της δίνουν τα χέρια. Θα πρέπει να μεταβιβάσουν το σήμα με τα χέρια τους: όταν ο εμπυχωτής σφίξει με το δεξί του χέρι το αριστερό του πρώτου δεξιά του, αυτός με τη σειρά του πρέπει να σφίξει με το δεξί του χέρι το αριστερό του επόμενου

κ.ο.κ. Το σήμα (σφίξιμο του χεριού) ταξιδεύει, μέχρι να φτάσει ξανά στον εμπυχωτή. Η διαδικασία μπορεί να επαναληφθεί προς την αντίθετη φορά (από τα αριστερά προς τα δεξιά). Επίσης, ενδέχεται ο εμπυχωτής να στείλει δύο σήματα ταυτόχρονα προς διαφορετικές κατευθύνσεις: σε αυτήν την περίπτωση θα πρέπει να επιστρέψουν ένα από δεξιά και ένα από αριστερά.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 1. Η ιδανικότερη συνθήκη για αυτό το παιχνίδι είναι να γίνει με κλειστά μάτια και σε απόλυτη σιωπή, έτσι ώστε όλη η προσοχή των συμμετεχόντων να στραφεί στο σήμα που λαμβάνουν και στο πώς θα το μεταδώσουν.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 2. Το σήμα (σφίξιμο του χεριού) δεν είναι ουδέτερο/ είναι σημαντικό να έχει ιδιαίτερα χαρακτηριστικά ή ένταση. Πρέπει να μεταδίδεται και να επιστρέφει στον εμπυχωτή με την ίδια ποιότητα που έφυγε. Μπορεί να είναι διπλό ή τριπλό σφίξιμο, δυνατό ή χαλαρό, σύντομο ή παρατεταμένο. Πρέπει να επιστρέφει πίσω ακριβώς το ίδιο όπως ξεκίνησε.

3. Το μπαλάκι με τον ήχο

Ο εμπυχωτής κρατά στα χέρια του ένα μικρό μπαλάκι. Το πετάει σε κάποιο μέλος της ομάδας μέσα στον κύκλο. Αυτός που λαμβάνει το μπαλάκι πρέπει γρήγορα να κάνει μια κίνηση και έναν ήχο. Η ομάδα επαναλαμβάνει και στη συνέχεια αυτός πρέπει να πετάξει το μπαλάκι σε κάποιον άλλον.

4. Φώναξέ με

Ο **A** κινείται προς τον **B** απειλητικά. Ο **B** για να γλιτώσει ζητάει από κάποιον, τον **Γ**, βοήθεια με το βλέμμα του. Ο **Γ** πρέπει να φωνάξει το όνομα του **B** και να το σώσει. Όταν συμβεί αυτό, ο **B** πρέπει να κινηθεί απειλητικά προς τον **Γ** και το παιχνίδι συνεχίζεται με τον ίδιο τρόπο.

Επειδή στο παιχνίδι αυτό, η απομνημόνευση «των ονομάτων» των συμπαιχτών είναι απαραίτητη προϋπόθεση, αυτή η άσκηση χρησιμοποιείται συνήθως σε ομάδες που συναντιούνται για πρώτη φορά ως άσκηση γνωριμίας. Επίσης μπορεί να εφαρμοστεί ως το πρώτο στάδιο (προθέρμανση) για τα δύο επόμενα παιχνίδια (5 και 6), στα οποία αυξάνει ο βαθμός δυσκολίας.

5. Έλα

Ο εμψυχωτής λέγοντας «Έλα» καλεί οποιονδήποτε από την ομάδα να πάρει τη θέση του στον κύκλο. Μέχρι να φτάσει αυτός στη θέση του (διασχίζοντας τον κύκλο) κάποιος άλλος πρέπει να καλέσει τον εμψυχωτή στη δική του θέση κ.ο.κ.

Εξαιρετικά σημαντικό για το παιχνίδι είναι αυτός που έχει πει «Έλα» να επιλέξει με το βλέμμα του αυτόν που θα το πει «Έλα» (όπως στο παιχνίδι 4), ώστε να φύγει εγκαίρως από τη θέση του. Αυτό σημαίνει πως όλοι κοιτούν αυτόν που έχει πει «Έλα» ώστε να είναι έτοιμοι να τον καλέσουν αυτοί αν τους το ζητήσει. Αυτός που έχει πει «Έλα» λοιπόν πρέπει να είναι αποφασισμένος και καθαρός ως προς την επιλογή του. Είναι σύνηθες λάθος να πει κάποιος «Έλα» και να κοιτάζει αυτόν που έρχεται στη θέση του. Έτσι όμως δεν δίνει σήμα σε κανέναν, ώστε με τη σειρά του να τον καλέσει.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ. Σε εξελιγμένη μορφή του παιχνιδιού, το «Έλα» μπορεί να αντικατασταθεί με μία κίνηση που να το υποδηλώνει πχ. μια χειρονομία, γνέψιμο του κεφαλιού ή υπόκλιση.

6. Στείλε τον στον άλλον

Ο **A** προχωρά προς τον **B** κοιτάζοντάς στον στα μάτια. Στα μισά της διαδρομής ο **A** φωνάζει το όνομα κάποιου άλλου, του **Γ**. Ο **B** οφείλει να κινηθεί προς το **Γ** και στα μισά της διαδρομής να φωνάξει το όνομα του **Δ**, προς τον οποίο θα ξεκινήσει ο **Γ** κ.ο.κ. Δηλαδή μιλάει όποιος κινείται και

λθεί το όνομα κάποιου άλλου, όχι αυτού προς τον οποίο κινείται. Η άσκηση αυτή πρέπει να γίνει αργά με μεγάλη συγκέντρωση και ηρεμία για να βρεθεί ο σωστός ρυθμός, έτσι ώστε αυτός που κινείται να μην φτάνει σε κάποια θέση που δεν έχει αδειάσει.

7. Σχήματα

Η άσκηση αυτή ξεκινά σε κύκλο, πολύ σύντομα όμως ο κύκλος διαλύεται. Καλό είναι κάθε μέλος να θυμάται ποιος στέκεται δεξιά και αριστερά του.

Ο εμπυχωτής ζητά από την ομάδα να χαλάσει τον κύκλο και να κινηθεί ελεύθερα στο χώρο. Μετρώντας αντίστροφα από το 5 (5,4,3,2,1) η ομάδα θα πρέπει να προλάβει να ξαναδημιουργήσει τον κύκλο ακριβώς όπως ήταν. Απαγορεύεται όμως τα μέλη της ομάδα να μιλήσουν μεταξύ τους. Οποιαδήποτε συνεννόηση πρέπει να γίνει σιωπηλά με το βλέμμα και κάποιες χειρονομίες, όταν είναι απαραίτητο. Η ομάδα χωρίζεται ξανά και το παιχνίδι επαναλαμβάνεται.

Μετά από δυο ή τρεις εφαρμογές, το παιχνίδι όμως εξελίσσεται διαφορετικά. Ο εμπυχωτής ζητάει από την ομάδα να δημιουργήσει άλλα σχήματα πχ. τρίγωνο, τετράγωνο, σταυρό, ευθεία. Σε αυτήν την περίπτωση τα μέλη δεν χρειάζεται να διατηρήσουν την θέση τους, ανάμεσα στα ίδια άτομα.

Αφού ολοκληρωθεί και αυτή η φάση, ο εμπυχωτής μπορεί να κάνει ακόμα πιο περίπλοκες τις οδηγίες του πχ. «Περπατήστε. Φτιάξτε ζευγάρια, φτιάξτε δυάδες, φτιάξτε 5άδες. Κάθε πεντάδα να σχηματίσει από ένα σταυρό» κτλ.

Στο τέλος, ο εμπυχωτής θα μπορούσε να ζητήσει από τα μέλη της ομάδας να αναζητήσουν με το βλέμμα τους αυτούς που βρίσκονταν δεξιά και αριστερά τους στον κύκλο, να ανοίξουν την αγκαλιά τους όσο περισσότερο γίνεται και να ενώσουν τις παλάμες τους. Η ομάδα θα γίνει ένας τεράστιος κόμπος. Ο κόμπος πρέπει να ξεμπερδευτεί χωρίς η ομάδα να αφήσει τα χέρια της.

ΜΠΕΡΔΕΜΑΤΑ

1. Κόμπος

Η ομάδα σχηματίζει κύκλο. Όλοι κλείνουν τα μάτια και απλώνουν τα χέρια προχωρώντας ελαφρά προς το κέντρο του κύκλου μέχρι να πιάσουν τα χέρια κάποιου. Κάθε χέρι, και το δεξί και το αριστερό, πρέπει να κρατάει ένα χέρι. Κατόπιν ανοίγουν τα μάτια. Η ομάδα πρέπει τώρα να λύσει τον κόμπο που έχει δεθεί χωρίς να αφήσει τα χέρια. Η επικοινωνία γίνεται μόνο με τα μάτια και τα σώματα.

ΠΑΡΑΛΛΑΓΕΣ

ΠΑΡΑΛΛΑΓΗ 1. Ο εμπυχωτής μπορεί να ζητήσει από την ομάδα να μπερδευτεί μόνη της, χορεύοντας όλοι μαζί κάποιο διασκεδαστικό τραγούδι. Ζητάει να μπερδευτούνε όσο περισσότερο μπορούνε. Κάποια στιγμή διακόπτει τη μουσική και ζητά από την ομάδα να ξεμπερδευτεί, μετρώντας αντίστροφα ένα σύντομο χρονικό διάστημα πχ. (10, 9... ή ακόμα και 6, 5...)

ΠΑΡΑΛΛΑΓΗ 2. Ο εμπυχωτής εναλλακτικά μπορεί να χωρίσει την ομάδα σε δύο κύκλους και με μουσική και χορό να ζητήσει να μπερδευτούν όσο περισσότερο μπορούν. Τους δελεάζει λέγοντας πως: «Ο καλύτερος κόμπος κερδίζει το παιχνίδι!». Όταν κρίνει ότι έχουν μπερδευτεί αρκετά, διακόπτει τη μουσική και ζητά από τις ομάδες να ξεμπερδευτούν, χωρίς να μιλήσουν και χωρίς να λύσουν τα χέρια στις. Η ομάδα που θα λυθεί γρηγορότερα κερδίζει το παιχνίδι.

2. Δένομαι-λύνομαι

Οι συμμετέχοντες σκορπισμένοι στο χώρο αρχίζουν να πλησιάζουν πολύ κοντά ο ένας με τον άλλο, χωρίς συγκεκριμένη διάταξη. Κάθε μέλος σταυρώνει τα χέρια του στο σώμα του και αρπάζει το χέρι, όχι του

διπλανού, αλλά του παραδιπλανού του από δεξιά και αριστερά. Έτσι η ομάδα μπερδεύεται και πρέπει να ξεμπερδευτεί χωρίς να σπάσει η αλυσίδα των χεριών.

Υπάρχει μεγάλη περίπτωση στις περιπτώσεις που το μπλέξιμο δεν ξεκινάει από τον κύκλο, αλλά από κάποια αυθαίρετη διάταξη, ο κόμπος να μην μπορεί να λυθεί τελείως. Είναι σημαντικό να αφήσουμε την ομάδα να επιλέξει πότε έχει ολοκληρωθεί η διαδικασία του ξεμπερδέματος.

3. Ο Γιατρός

Ο εμπυχωτής και η ομάδα ορίζει έναν «γιατρό» που θα βγει από την αίθουσα ή θα κλείσει τα μάτια του. Η υπόλοιπη ομάδα πιάνεται σε έναν κύκλο και «μπλέκεται» χωρίς να αφήσει τα χέρια. Όταν φωνάζουν το γιατρό αυτός πρέπει μέσα σε ένα συγκεκριμένο χρονικό διάστημα (30 δευτερόλεπτα), να ξεμπλέξει την ομάδα, χωρίς να σπάσει τα ενωμένα χέρια.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 1. Εάν πρόκειται για πολύ μεγάλη ομάδα, μπορεί να οριστούν δύο γιατροί ή να παραταθεί ο χρόνος.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 2. Η ομάδα, ενόσω την ξεμπλέκει ο «γιατρός», μπορεί να ξεκινήσει την αντίστροφη μέτρηση, ώστε να τον αγχώσει περισσότερο.

ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΤΙΚΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗΣ

1. Ζιπ-Ζαπ-Μπόινγκ-Τιτιριτιτί

Πρόκειται για ένα από τα πιο γνωστά και διασκεδαστικά παιχνίδια προθέρμανσης. Στηρίζεται στην εγρήγορση και στον κοινό ομαδικό ρυθμό, όπως σχεδόν όλα τα παιχνίδια που καλλιεργούν την ομαδικότητα και αυξάνουν τη δυναμική της ομάδας (όπως η Αριθμολογία, Το σήμα που ταξιδεύει, το «Έλα» κ.λπ.).

Ο εμπυχωτής καλεί την ομάδα να δημιουργήσει κύκλο. Με ένα παλαμάκι κατεύθυνσης, δίνει στο διπλανό του δεξιά ένα ΖΙΠ (το λέει). Αυτός, επίσης με ένα παλαμάκι κατεύθυνσης, δίνει ένα ΖΙΠ στον επόμενο κ.ο.κ.

Αν κάποιος θέλει να αλλάξει τη φορά με την οποία ταξιδεύει το σήμα στον κύκλο, αντί να «δώσει» στο δεξιό του το ΖΙΠ, «δίνει» με ένα παλαμάκι κατεύθυνσης σε αυτόν που βρίσκεται αριστερά του ένα ΖΑΠ. Αυτός συνεχίζει σε ανάποδη φορά με ένα ΖΑΠ κ.ο.κ. Μπορεί αν θέλει να αλλάξει κι αυτός φορά και να επιστρέψει στο προηγούμενο με ένα ΖΙΠ.

Υπάρχει επίσης και το ΜΠΟΪΝΓΚ. Αυτός που παραλαμβάνει ένα ΖΙΠ ή ένα ΖΑΠ μπορεί να το μεταφέρει στο στήθος του και να το μεταβιβάσει όπου θέλει, ακόμα και απέναντι στο κύκλο, με ένα ΜΠΟΪΝΓΚ (σαν να το πετάει με το στήθος του). Εναλλακτικά (γιατί η κίνηση με το στήθος είναι λίγο δύσκολη όσο αφορά την κατεύθυνση του στόχου), μπορεί να τηρηθεί ένας άλλος κανόνας. Αυτός που παραλαμβάνει το σήμα ΖΙΠ ή ΖΑΠ το κρατάει με τα δυο του χέρια (σαν να κρατάει μπάλα) και το πετάει ελεύθερα σε όποιον θέλει με ένα ΜΠΟΪΝΓΚ.

Παρόμοιο είναι και το ΤΙΤΙΡΙΤΙΤΙ. Αυτός που παραλαμβάνει το ΖΙΠ, το ΖΑΠ ή το ΜΠΟΪΝΓΚ, με ένα δάχτυλο κατεύθυνσης (ένα δάχτυλο που δείχνει), παρακάμπτει μερικούς κύκλους λέγοντας ΤΙΤΙΡΙΤΙΤΙ και τελικά δίνει το σήμα σε όποιον θέλει. Αυτός που το παραλαμβάνει μπορεί να συνεχίσει με ΖΙΠ, ΖΑΠ, ΜΠΟΪΝΓΚ ή και με ένα καινούριο ΤΙΤΙΡΙΤΙΤΙ.

2. Ο Σαμουράι

Ο εμπυχωτής ζητάει από την ομάδα να φτιάξει κύκλο. Από εδώ και πέρα θα γίνουν σαμουράι. Όλοι πρέπει να «πιάσουν» με τα δυο χέρια το μεγάλο, φανταστικό σπαθί τους- κατάνα που φτάνει μέχρι τα πόδια τους.

Όταν ο σαμουράι θέλει να επιτεθεί, σηκώνει το σπαθί του με όλο το σώμα του και λέει δυνατά «Ιιι». Την ώρα που επιτίθεται όμως, αφήνει την κοιλιά του εκτεθειμένη και έτσι οι δύο διπλανοί του τον «κόβουν» με το δικό τους σπαθί, λέγοντας: «Σααα». Τότε ο σαμουράι «πεθαίνει» και υποδεικνύει με το «σπαθί» του τον επόμενο στον κύκλο σαμουράι, λέγοντας: «Χα».

Ο σαμουράι που υποδείχθηκε, ξεκινάει τη δική του επίθεση, λέγοντας «Ιιι», οι διπλανοί τον κόβουν λέγοντας «Σααα» και αυτός, «πεθαίνοντας» υποδεικνύει τον επόμενο, λέγοντας «Χα» κ.ο.κ.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 1. Το τελικό αποτέλεσμα εξαρτάται πολύ από τον ρυθμό. Αυτό που πρέπει να ακούγεται από την ομάδα που παίζει σαμουράι είναι ένα συνεχές «Ι-σα-χα, Ι-σα-χα...» κτλ.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 2. Είναι άσκηση προθέρμανσης, καθώς πρέπει σε όλες τις κινήσεις να συμμετέχει όλο το σώμα. Το φανταστικό σπαθί υποτίθεται πως είναι βαρύ και τεράστιο. Προσοχή! Τα πόδια όλων πρέπει να είναι, όσο το δυνατόν πιο «κολλημένα» στο έδαφος.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 3. Αυτοί που «κόβουν» το σαμουράι σε καμιά περίπτωση δεν τον ακουμπούν. Τα χέρια του καθενός υποδεικνύουν τη λαβή του μεγάλου σπαθιού, οπότε η φανταστική λάμα του είναι αυτή που ακουμπάει τη κοιλιά του σαμουράι. Καλό είναι ο κύκλος να είναι όσο το δυνατόν ανοιχτός.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 4. Πολλές φορές επικρατεί σύγχυση αναφορικά με αυτόν που υποδεικνύει ο σαμουράι «πεθαίνοντας». Για να γίνει ξεκάθαρο πρέπει να είναι κατανοητό πως στην κίνηση συμμετέχει ολόκληρο το

σώμα στην κίνηση, όχι μόνο τα χέρια. Έτσι δεν θα δημιουργηθεί καμία σύγχυση.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 5. Σε παραλλαγή του παιχνιδιού, μπορεί να «βγαίνει» όποιος δεν προλαβαίνει να αντιδράσει ή δεν κρατάει ρυθμό. Έτσι στο τέλος θα κερδίσουν οι δυο «ανώτατοι» σαμουράι.

ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΕΝ ΚΙΝΗΣΕΙ

1. Η συνάντηση

Η ομάδα κινείται στο χώρο. Τα μέλη της ομάδας συναντιούνται και χαιρετιούνται σαν να γνωρίζονται πρώτη φορά. Αφού ο εμπυχωτής αφήσει λίγο χρόνο ώστε να «γνωριστεί» όλη η ομάδα, ζητάει από τους συμμετέχοντες να επαναλάβουν την άσκηση, όμως αυτή τη φορά να χαιρετιστούν μεταξύ τους, λες και έχουν να συναντηθούν πολύ καιρό. Μόλις ολοκληρωθεί και αυτό το στάδιο, τα μέλη θα πρέπει να χαιρετίσουν το ένα το άλλο, όπως χαιρετιούνται δύο άνθρωποι που αγαπιούνται πολύ. Στο τέλος χαιρετιούνται μεταξύ τους όπως θα το έκαναν και στη καθημερινή τους ζωή, ανάλογα με τις σχέσεις που έχουν αναπτύξει μεταξύ τους στην πραγματικότητα.

2. Το νήμα του βλέμματος

Η ομάδα περπατά ελεύθερα στο χώρο με συνοδεία μουσικής. Κινούνται με βλέμμα ενεργοποιημένο, κοιτώντας μέσα στα μάτια όποιον συναντούν, χωρίς να μιλούν. Κοιτιούνται μέχρι να συναντήσουν τον επόμενο σαν να ενώνονται τα βλέμματά τους με ένα αόρατο νήμα.

3. Όλοι να αντιγράψουμε τον...

Ο εμπυχωτής ζητάει από κάποιο μέλος της ομάδας να περπατήσει στον χώρο με έναν χαρακτηριστικό τρόπο. Οι υπόλοιποι μιμούνται το περπάτημά του. Συνήθως η οδηγία είναι: «Όλοι να αντιγράψουμε τον...» Καθένας έχει την ευκαιρία να ηγηθεί δοκιμάζοντας διαφορετικούς τρόπους περπατήματος. Η ομάδα αντιγράφει με ακρίβεια.

4. Εμπρός όλοι να...

Κάποιο μέλος της ομάδας φωνάζει «Εμπρός όλοι να...» προσθέτοντας μια πράξη. Οι υπόλοιποι φωνάζουν «Ναι! Όλοι!» και κάνουν αυτό που τους ζήτησε μέχρι κάποιος άλλος να φωνάξει κάτι άλλο.

Για παράδειγμα ο **A** φωνάζει «Εμπρός όλοι να κάνουμε το αεροπλάνο!», η ομάδα απαντά «Ναι! Όλοι!» και κάνουνε το αεροπλάνο μέχρι κάποιος άλλος, ο **B**, να φωνάζει «Εμπρός όλοι να γελάσουμε δυνατά!», η ομάδα «Ναι! Όλοι!» και γελάνε δυνατά κ.ο.κ. Βέβαια αν η οδηγία είναι «Εμπρός όλοι να αγκαλιάσουμε τον Κώστα» και ο Κώστας δεν επιθυμεί κάτι τέτοιο, μπορεί να απαντήσει αμέσως «Εμπρός όλοι να...» και να στρέψει την ομάδα αλλού. Ο εμπυχωτής, αν το επιθυμεί, βάζει κάποιους περιορισμούς για να αποφύγουν τις υπερβολές πχ. δεν μπορούμε να βγούμε έξω από την αίθουσα ή δεν μπορούμε να αγγίξουμε ο ένας τον άλλο (ανάλογα με τη συνθήκη) κτλ.

5. Φανταστική μπάλα

Η ομάδα κινείται στο χώρο. Κάθε μέλος έχει υιοθετήσει έναν τρόπο να παίζει με μια φανταστική μπάλα. Οι κινήσεις που θα επιλέξει πρέπει να είναι σταθερές και χαρακτηριστικές κάποιου παιχνιδιού έστω και φανταστικού. Αυτό επαναλαμβάνεται αρκετή ώρα. Με εντολή του εμπυχωτή, ο καθένας επιλέγει ένα άτομο για να αντιγράψει την κίνησή του και, αφού την επαναλάβει για λίγο, με εντολή του εμπυχωτή επιστρέφει στη δική του κίνηση· και πάλι με μια εντολή επιλέγει την κίνηση κάποιου άλλου. Το παιχνίδι συνεχίζεται ωστόσο όλοι να αντιγράψουν όλες τις κινήσεις της ομάδας. Στο τέλος ο καθένας επιστρέφει στο αρχικό του παιχνίδι.

ΠΑΡΑΛΛΑΓΗ: Το παιχνίδι μπορεί να παιχτεί και χωρίς τη βοήθεια του εμπυχωτή. Ο εμπυχωτής θα δώσει μόνο την πρώτη οδηγία για αλλαγή. Από εκεί και έπειτα κάθε μέλος θα εναλλάσσει μόνο του τις κινήσεις αντιγράφοντας τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας διαδοχικά. Σε αυτή την εναλλακτική εφαρμογή του παιχνιδιού, ο συμμετέχοντας δεν επιστρέφει στη δική του κίνηση μετά από κάθε αλλαγή, παρά μόνο στο τέλος, αφού τις έχει μιμηθεί όλες.

6. Το φανταστικό μπαλόνι

Η ομάδα κινείται στο χώρο. Κάθε μέλος φαντάζεται πως κρατάει στο χέρι του ένα μπαλόνι και παίζει μαζί του. Με οδηγία του εμπυχωτή ξεκινούν να παίζουν ανά δύο με το ίδιο μπαλόνι. Έπειτα ανά τέσσερις και ανά οχτώ και τέλος η ομάδα παίζει όλη μαζί με το ίδιο μπαλόνι. Σε κάθε στάδιο του παιχνιδιού, ο εμπυχωτής θα πρέπει να δίνει τον κατάλληλο χρόνο μέχρι να δημιουργηθούν οι κατάλληλες σχέσεις.

7. Κολλήσαμε

Η ομάδα περπατά ελεύθερα στο χώρο. Μετά από την εντολή του εμπυχωτή, «Κολλήστε!», κάθε μέλος επιλέγει ένα ζευγάρι και κολλάνε μεταξύ τους. Πρέπει να περπατήσουν μαζί με κολλημένο ένα σημείο του σώματός τους, πχ. ώμος (ανάλογα με την οδηγία του εμπυχωτή). Αφού τα ζευγάρια εξοικειωθούν με μια κίνηση, ο εμπυχωτής αλλάζει την οδηγία και επιλέγει κάποιο άλλο σημείο του σώματος για να τους κολλήσει π.χ. πλάτη, κοιλιά, κούτελο, πόδι κ.ο.κ. Αν το επιθυμεί μπορεί να επαναλάβει το παιχνίδι ζητώντας από την ομάδα να σχηματίσει διαφορετικά ζευγάρια.

8. Πάμε όλοι μαζί

Ο εμπυχωτής καλεί τους συμμετέχοντες να περπατήσουν όλοι μαζί ελεύθερα στο χώρο. Η οδηγία είναι ότι, χωρίς να συνεννοηθούν λεκτικά, ολόκληρη η ομάδα πρέπει να σταματήσει το περπάτημα μαζί. Αν δεν επιτευχθεί αυτό, τότε θα προσπαθήσουν να ξεκινήσουν όλοι μαζί να περπατούν την ίδια στιγμή και όταν το πετύχουν, θα πρέπει πάλι να σταματήσουν μαζί.

Όταν γίνει αυτό, πρέπει να ξεκινήσει να περπατά μόνο ο ένας (χωρίς να έχουν συνεννοηθεί ποιος) και να σταματήσει όποτε θέλει. Αν ξεκινήσουν δυο ή περισσότεροι, το επαναλαμβάνουν μέχρι να πετύχουν να ξεκινήσει μόνο ο ένας. Όταν αυτός ο ένας σταματήσει, μετά πρέπει να

ξεκινήσουν δύο μαζί και να σταματήσουν ταυτόχρονα κ.ο.κ μέχρι να ξεκινήσει πάλι όλη η ομάδα μαζί και να σταματήσει ταυτόχρονα.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ. Όσο ακατόρθωτο και να φαίνεται στην αρχή το παιχνίδι η ομάδα δεν πρέπει να απογοητευτεί. Μετά από κάποιες απόπειρες οι συμμετέχοντες θα καταφέρουν να επικοινωνήσουν και θα το καταφέρουν.

ΕΓΩ ΚΑΙ Ο ΑΛΛΟΣ

1. Ο καθρέφτης

ΠΡΩΤΗ ΦΑΣΗ: Τα παιδιά παρατάσσονται αντικριστά, σχηματίζοντας με το σώμα τους δύο παράλληλες γραμμές, τηρώντας μικρή απόσταση τόσο η μία γραμμή από την άλλη όσο και μεταξύ τους στην ίδια γραμμή. Τα παιδιά, που βρίσκονται απέναντι το ένα από το άλλο, αποτελούν τα ζευγάρια του καθρέφτη.

Όσα παιδιά είναι στη γραμμή **A** είναι οι οδηγοί, ενώ όσα είναι στη γραμμή **B** αναλαμβάνουν τον ρόλο του καθρέφτη. Ο **A** αρχίζει να κάνει μια αργή κίνηση και ο **B** κάνει την ίδια κίνηση σαν να είναι ο καθρέφτης του **A**. Ο **A** δεν πρέπει να θεωρεί τον εαυτό του εχθρό του είδωλου, δηλαδή, δεν πρόκειται για ένα ανταγωνιστικό παιχνίδι με απότομες κινήσεις, που το είδωλο αδυνατεί να ακολουθήσει. Αντιθέτως, πρόκειται για την αναζήτηση του τέλει συντονισμού και της μέγιστης δυνατής ακρίβειας στην αναπαραγωγή των κινήσεων. Είναι σημαντικό οι κινήσεις να είναι αργές και συνεχείς, ώστε να μπορεί το είδωλο να τις ακολουθεί, ακόμα και να τις προβλέπει. Οι παίκτες δεν σταματούν για να σκεφτούν ή να σχολιάσουν.

Μόλις βρεθεί ο ρυθμός, χωρίς να διακοπεί η ροή, ο **A** γίνεται το είδωλο του **B**.

ΔΕΥΤΕΡΗ ΦΑΣΗ: Μόλις η ομάδα είναι έτοιμη, οι ρόλοι αντιστρέφονται και πάλι, αλλά αυτήν τη φορά οι κινήσεις περιλαμβάνουν όλο το σώμα. Σε αυτήν τη φάση του παιχνιδιού η ακρίβεια και η ροή έχουν ακόμα μεγαλύτερη σημασία. Τα ζευγάρια, αν και πλέον μπορούν να βηματίζουν, δεν επιτρέπεται ακόμα να απομακρυνθούν από τη θέση τους. Έπειτα οι ρόλοι αλλάζουν και πάλι.

ΤΡΙΤΗ ΦΑΣΗ: Στην τρίτη φάση του παιχνιδιού οι ρόλοι καταργούνται. Όλοι (**A** και **B**) οδηγούν και αντιγράφουν, εναλλάξ. Πρέπει να υπάρχει

φυσικότητα και ροή, χωρίς να γίνεται αντιληπτό ποιος είναι αυτός που πρώτος έχει προτείνει μια κίνηση.

ΤΕΤΑΡΤΗ ΦΑΣΗ: Τα ζευγάρια μετακινούνται ελεύθερα στο χώρο. Μπορούν να πλησιάσουν ή να απομακρυνθούν, αλλά πάντα καθρεφτίζοντας ο ένας τις κινήσεις του άλλου. Αφού δοθεί ο απαραίτητος χρόνος, ο εμπυχωτής ζητά από τα ζευγάρια, χωρίς να διακόψουν την άσκηση, να επιστρέψουν στην αρχική τους θέση.

Σε αυτήν τη φάση ο εμπυχωτής επιτρέπει στα ζευγάρια μια σχετική ελευθερία. Παροτρύνει τα παιδιά να ξεκολλήσουν από τη θέση τους και να τολμήσουν να απομακρυνθούν το ένα από το άλλο, χωρίς αυτό να σημαίνει πως είναι προϋπόθεση να πάνε όσο πιο μακριά μπορούν ή να καλύψουν όλη την αίθουσα. Ακόμη, τα ζευγάρια μπορούν να πλησιάσουν πολύ κοντά και να κινούνται μαζί. Είναι πολύ πιο σημαντικό να καταφέρουν να είναι ακριβείς στις κινήσεις τους.

2. Η ύπνωση

Η άσκηση αυτή πραγματοποιείται σε ζευγάρια. Ο **A** εστιάζει την προσοχή του σε ένα μέλος του σώματος του **B** (συνήθως στην αρχή εστιάζει την προσοχή του στη παλάμη του) και κρατάει σταθερή απόσταση 15 εκ. από αυτό και το βλέμμα του. Ο **B** κινεί την παλάμη του και έτσι κινεί και το πρόσωπο του **A**, αφού ο **A** ακολουθεί σαν υπνωτισμένος. Έπειτα οι ρόλοι αλλάζουν. Αφού τα ζευγάρια εξοικειωθούν με την τεχνική του παιχνιδιού, μπορούν να δοκιμάσουν διάφορα σημεία ύπνωσης πχ. φτέρνες, ώμοι, αγκώνες κ.τ.λ.

ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΜΕ ΤΥΦΛΟΥΣ

Σε όλα τα παιχνίδια που γίνονται με κλειστά μάτια, καλό είναι να έχουμε αδειάσει την αίθουσα από περιττά αντικείμενα. Επίσης ίσως χρειαστεί να χρησιμοποιηθούν μαντήλια για το κλείσιμο των ματιών, καθώς πολλές φορές (ειδικά τα παιδιά) κουράζονται να έχουν τα μάτια τους κλειστά για μεγάλο χρονικό διάστημα.

1. Ο τυφλός και ο οδηγός

Οι συμμετέχοντες χωρίζονται σε ζευγάρια. Ο ένας στέκεται πίσω από τον άλλον. Αυτός που βρίσκεται μπροστά θα κλείσει τα μάτια και θα γίνει ο τυφλός και αυτός που είναι πίσω θα γίνει ο οδηγός του.

Για να νιώσει ο τυφλός ασφάλεια, θα πρέπει ο οδηγός να τον πιάσει με τον κατάλληλο τρόπο. Το δεξί χέρι του οδηγού μπαίνει στη μέση του τυφλού. Για να κινηθεί ο τυφλός, πρέπει ο οδηγός να τον σπρώξει πολύ μαλακά προς τα εμπρός και αυτός θα κινείται μόνο αν αισθάνεται αυτό το ελαφρύ σπρώξιμο. Όταν ξεκολλάει το χέρι του οδηγού, έστω και ελαφρά, ο τυφλός ακινητοποιείται. Με το ελεύθερο του χέρι ο οδηγός θα πιάσει το αριστερό χέρι του τυφλού από τον καρπό και θα το τεντώσει μπροστά: το χέρι λειτουργεί ως τιμόνι και δείχνει την κατεύθυνση που θα κινηθούν.

Στόχος του παιχνιδιού είναι να προχωρήσει ο τυφλός χωρίς να υπάρξει σύγκρουση. Το όλο σχήμα θυμίζει έναν ιδιόμορφο χορό γι' αυτό και μπορεί να συνοδεύεται με χαλαρή μουσική. Μόλις ολοκληρωθεί η διαδρομή οι ρόλοι αντιστρέφονται.

Το παιχνίδι αυτό θα μπορούσε να χωριστεί σε τρία στάδια: στην πρώτη διαδρομή να επιτρέπεται η λεκτική ομιλία βοηθητικά με κάποιες μικρές εντολές, στη συνέχεια η διαδρομή να επαναληφθεί βουβά και τρίτον να διερευνηθούν πιθανά και άλλες δυνατές συνθήκες, όπως για

παράδειγμα ο τυφλός να καθίσει, να ξαπλώσει ή να ανέβει και να κατέβει μια σκάλα.

Κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού θα γίνει αντιληπτό πως για να κάνει κάτι ο τυφλός θα χρειαστεί να κάνει το ίδιο περίπου και ο οδηγός.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 1. Ο οδηγός πρέπει να σπρώχνει τη μέση του οδηγού με το δυνατό του χέρι, οπότε αν κάποιο μέλος είναι αριστερόχειρας τοποθετεί το αριστερό χέρι στη μέση και το δεξί του χέρι στον δεξί καρπό του τυφλού.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 2. Σε περίπτωση που κάποιος τυφλός έχει τεντωμένο και το ελεύθερο χέρι του, αυτό είναι ένδειξη πως δεν έχει ακόμα αναπτυχθεί εμπιστοσύνη ανάμεσα στο ζευγάρι. Ο εμπυχωτής πρέπει να επιστήσει την προσοχή του στο ζευγάρι αυτό και ενδεχομένως να κατευθύνει λεκτικά τον οδηγό επισημαίνοντας τυχόν λάθη του πχ. καθοδηγεί γρήγορα τον τυφλό ή κάνει πολλές στροφές κτλ.

2. Τυφλός και οδηγός με φωνή

Σε αυτήν την εκδοχή του παιχνιδιού, η διαδρομή του τυφλού επιτυγχάνεται μόνο με επικοινωνία μέσω της φωνής. Ο τυφλός και ο οδηγός συμφωνούν σε κάποιο «συνθηματικό» που μπορεί να είναι οτιδήποτε: από ένα απλό φωνήεν (πχ. ααα ή εεεε) μέχρι μια λέξη (πχ. έλα, πάμε κτλ.) ή κάποιο ήχο (πχ. ζώου: κρα ή κοκοκο κτλ.)

Στη συνέχεια, όλοι οι τυφλοί μπαίνουν μέσα στον κύκλο σχηματίζουν μια αγκαλιά και κλείνουν τα μάτια. Οι οδηγοί σχηματίζουν έναν εξωτερικό κύκλο γύρω τους (καλό θα ήταν αυτό να συμβεί αφού οι τυφλοί κλείσουν τα μάτια). Με κάποιο σήμα του εμπυχωτή όλοι μαζί οι οδηγοί αρχίζουν να επαναλαμβάνουν το σήμα τους. Οι τυφλοί πρέπει να εντοπίσουν, ανάμεσα στους διάφορους ήχους, το δικό τους συνθηματικό και κατευθύνονται προς τον οδηγό τους. Όταν συναντηθούν, το συνθηματικό σταματάει και περιμένουν μαζί μέχρι να ολοκληρώσουν τη διαδρομή τους και τα υπόλοιπα ζευγάρια.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 1. Πριν την αρχική αγκαλιά υπάρχει πιθανότητα οι τυφλοί να έχουν καταλάβει πού περίπου σκοπεύουν να στηθούν οι οδηγοί τους. Προκειμένου λοιπόν να αιφνιδιαστούν, πριν ακόμα δοθεί το σήμα, ο εμπυχωτής μπορεί να αλλάξει βουβά και ήσυχα τις θέσεις των οδηγών.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 2. Η φωνητική καθοδήγηση απαιτεί μεγαλύτερη προσοχή από την πλευρά του οδηγού ώστε να μην τρακάρει ο τυφλός του. Όταν ο τυφλός του «κινδυνεύει» πρέπει να σταματήσει να λέει το συνθηματικό, ώστε ο τυφλός να ακινητοποιηθεί, και έπειτα να αλλάξει θέση στον χώρο, για να αλλάξει η κατεύθυνση του τυφλού και να δημιουργηθεί μια πιο ασφαλής πορεία.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 3. Αν θέλουμε να επιτείνουμε την διάρκεια του παιχνιδιού οι οδηγοί μπορούν να μετακινούνται κατά τη διάρκεια της διαδρομής ώστε να δυσκολέψουν τον τυφλό.

3. Ο τυφλός και οργανοπαίχτης

Κάθε ζευγάρι διαλέγει κάποιο μουσικό όργανο από αυτά που έχει φέρει ο εμπυχωτής (ξυλάκια, τυμπανάκι, κουδούνια, μαράκες κτλ.). Όπως και στο παραπάνω παιχνίδι ο οδηγός θα πρέπει να περπατήσει τον τυφλό του σε μία διαδρομή, προσέχοντας να μην τρακάρει. Όμως η διαδρομή αυτή μπορεί να γίνει πιο μεγάλη και ο οδηγός να βρίσκεται πιο κοντά στον τυφλό του.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ. Σε αυτό το παιχνίδι, όπως και στο παιχνίδι 2, το τέμπο του ρυθμού του ήχου της φωνής ή του οργάνου μπορεί να υποδηλώνει την ταχύτητα του βήματος του τυφλού. Πρόκειται βέβαια για ένα πιο εξελιγμένο στάδιο και εφαρμόζεται μόνο σε περιπτώσεις που τα ζευγάρια στον χώρο είναι λίγα, ώστε να μην δημιουργηθεί χάος.

ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ: Για όλα τα παραπάνω παιχνίδια τυφλών, όταν η ομάδα έχει πολλά μέλη, καλό θα ήταν το σύνολο να χωριστεί σε δύο υπο-ομάδες. Η υπο-ομάδα που δεν συμμετέχει, θα παρατηρεί κάνοντας πολλή ησυχία.

4. Ψάχνοντας το ταίρι μας.

Η ομάδα χωρίζεται σε ζευγάρια. Τα ζευγάρια συμφωνούν μαζί έναν κοινό ήχο. Στη συνέχεια κλείνουν τα μάτια και κινούνται στον χώρο τόσο όσο να ανακατευτούν όλοι μεταξύ τους. Με εντολή του εμπυχωτή τα ζευγάρια ξεκινούν να εκπέμπουν τον ήχο τους και ψάχνουν ανάμεσα στους υπόλοιπους ήχους το ταίρι τους, μέχρι να το συναντήσουν.

5. Ψάχνοντας τους ήχους

Στο παιχνίδι αυτό υπάρχουν τρεις ρόλοι, οι οργανοπαίχτες, οι οδηγοί και οι τυφλοί.

Ο εμπυχωτής παρουσιάζει στην ομάδα κάποια όργανα (το λιγότερο τέσσερα) πχ. ξυλάκια, ταμπούρλο, κουδούνια, τρίγωνο, σφυρίχτρα, οργανάκι του νερού κ.ά. Ακούνε όλοι μαζί τον ήχο, λένε το όνομα του οργάνου και επισημαίνεται ο συνολικός τους αριθμός. Ο εμπυχωτής δίνει τα οργανάκια στους οργανοπαίχτες. Οι τυφλοί γυρνούν πλάτη σε κάποιο απομακρυσμένο σημείο του χώρου και κλείνουν τα μάτια. Οι οδηγοί τους στέκονται δίπλα τους. Οι οργανοπαίχτες παίρνουν αθόρυβα θέση στο χώρο.

Με το σύνθημα του εμπυχωτή, οι οργανοπαίχτες παίζουν τα όργανα και οι τυφλοί ξεκινούν τη διαδρομή τους. Στόχος τους είναι να ακουμπήσουν όλους τους οργανοπαίχτες. Να εντοπίσουν δηλαδή πρώτοι απ' όλους όλα τα όργανα. Στην πορεία τους αυτή χρειάζονται τη βοήθεια του οδηγού. Ο οδηγός με λεκτικές οδηγίες προστατεύει τον τυφλό από «τσουγκρίσματα» ή εμπόδια (χωρίς να του αναφέρει βέβαια ποια είναι τα εμπόδια από τα οποία τον προστάτευσε), τον ακινητοποιεί μέχρι πχ. να απομακρυνθεί κάποιο ζευγάρι ή να αφαιρέσει κάποια τσάντα και μόνο σε ελάχιστες περιπτώσεις, όταν δεν μπορεί να γίνει αλλιώς, αλλάζει την πορεία του με λεκτικές οδηγίες (πχ. σε περίπτωση τοίχου, θρανίου ή λακκούβας με νερό). Μπορεί επίσης να του υπενθυμίζει τον αριθμό των οργάνων, πόσα έχει βρει, πόσα έχει ακόμα και ποια, και πρέπει να

δηλώσει τη λήξη της διαδρομής όταν επιτέλους εντοπίσουν όλα τα όργανα. Σε καμία περίπτωση όμως δεν επιτρέπεται να κατευθύνει τον τυφλό προς τον ήχο ή να διορθώνει τη διαδρομή του. Μπορεί αν θέλει να τον ακινητοποιήσει, ώστε να τον συγκεντρώσει στον ήχο ή μάλιστα ακόμα και να του επαναλάβει ποιο είναι το όργανο που ψάχνουν.

Εκτός από τους οδηγούς, κρατούνε σκορ και οι οργανοπαίχτες, ώστε να αποφευχθούν τυχόν λάθη. Ο εμπυχωτής παίρνοντας το ρόλο του διαιτητή φροντίζει να τηρούνται οι κανόνες και να υπάρχει ασφάλεια. Μόλις ολοκληρώσουν όλοι οι τυφλοί τη διαδρομή τους, οι ρόλοι αλλάζουν.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 1. Για μεγαλύτερη ευκολία μπορούν να έχουν οριστεί ήδη από την αρχή οι τριάδες που θα εναλλάσσουν τους ρόλους στο παιχνίδι.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 2. Το παιχνίδι αυτό απαιτεί μεγάλο πεδίο δράσης, γι' αυτό και θεωρείται παιχνίδι προαυλίου. Φυσικά χρειάζεται ησυχία, γι' αυτό και δεν μπορεί να εφαρμοστεί κατά τη διάρκεια του διαλείμματος.

6. Το πλοίο επιστρέφει στο λιμάνι

Ένα μέλος της ομάδας θα πάρει το ρόλο του караβιού που είναι έτοιμο να πιάσει λιμάνι. Θα κλείσει τα μάτια του και θα σταθεί στη μία άκρη της αίθουσα. Οι υπόλοιποι σκορπίζονται στην αίθουσα και παριστάνουν τις σημαδούρες τις οποίες το πλοίο πρέπει να αποφύγει. Κάθε σημαδούρα εκπέμπει έναν ήχο στην ίδια ένταση, αλλά ανάλογο με το πόσο κοντά βρίσκεται στο μέρος που έχει οριστεί ως λιμάνι: όσο πιο μακριά από το λιμάνι τόσο πιο βαριοί ήχοι, όσο πιο κοντά τόσο πιο οξείς. Αν το πλοίο συγκρουστεί χάνει και το παιχνίδι ξεκινά από την αρχή, με κάποιον άλλον να παίρνει το ρόλο του πλοίου.

ΓΙΑ ΤΙΣ ΠΡΩΤΕΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΙΣ

Κατά τη διάρκεια των πρώτων συναντήσεων με οποιαδήποτε ομάδα (κυρίως με μια ομάδα παιδιών), το διάστημα δηλαδή που σχηματίζονται δεσμοί και αναπτύσσεται η δυναμική της, είναι πολύ σημαντικό να υπάρξει ειδική μέριμνα ώστε να ενισχυθεί αυτή η διαδικασία. Παρακάτω αναφέρονται ενδεικτικά κάποιες δημιουργικές δραστηριότητες που ενθαρρύνουν την συνεργασία, καλλιεργούν το αίσθημα του «ανήκειν» και συμβάλλουν στη δημιουργία της κοινής ταυτότητας της ομάδας.

1. Το όνομα της ομάδας

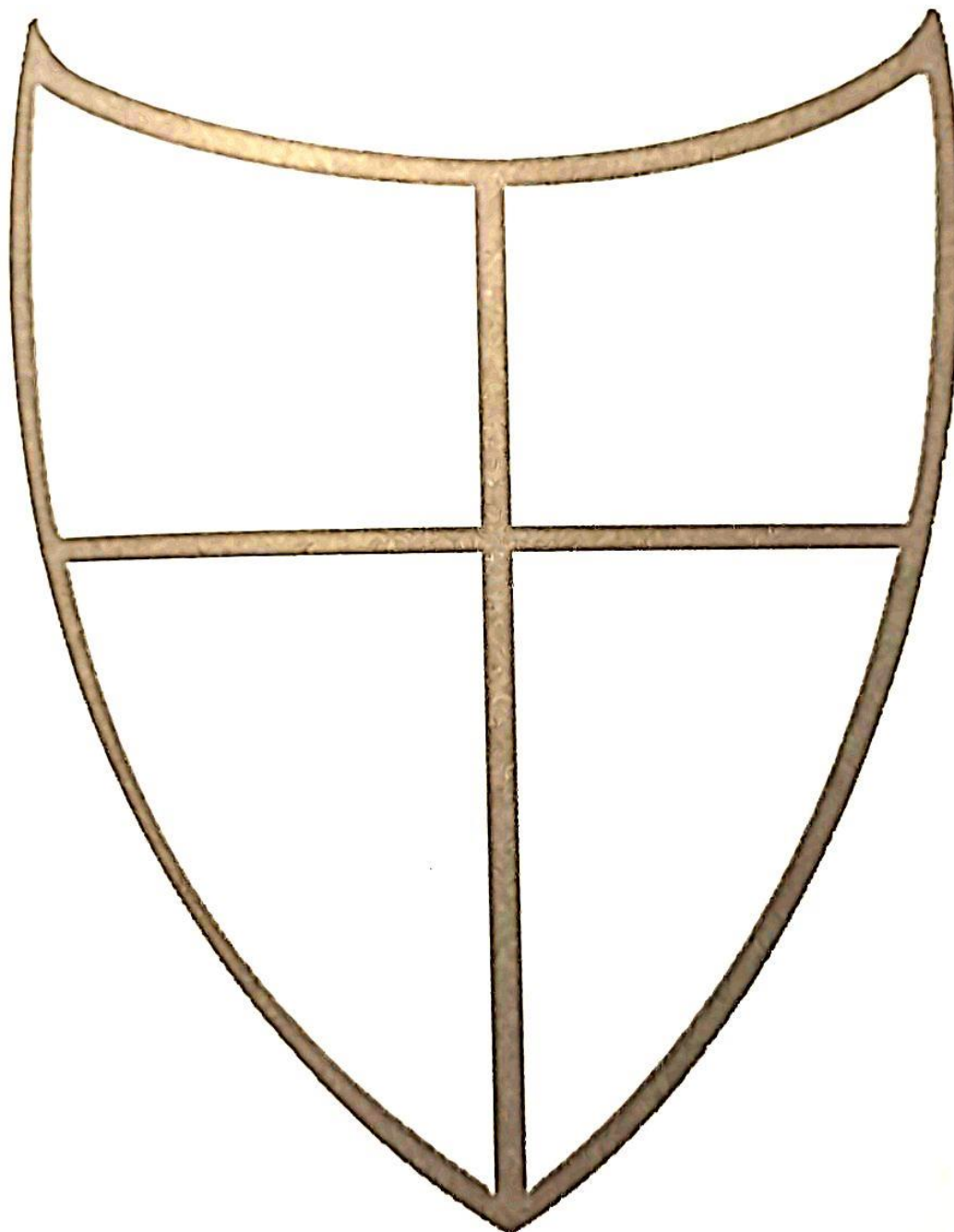
Η ομάδα, ακόμα και αν πρόκειται για σχολική τάξη, μπορεί να αποφασίσει να αποκτήσει ένα όνομα. Αντί για πρώτη δημοτικού, τα παιδιά στην τάξη μπορεί να επιλέξουν να αποκαλούνται αλλιώς πχ. «Απίθανοι» ή «Γίγαντες» ή «Ατρόμητη ομάδα». Το όνομα προκύπτει κατόπιν συζήτησης, με προτάσεις των παιδιών και ίσως μέσα από σύντομες εκλογές.

2. Το έμβλημα της ομάδας

Πάνω σε ένα χαρτόνι ύψους 1 μ. ο εμψυχωτής σχεδιάζει το περίγραμμα ενός εμβλήματος και το κόβει σαν σε παζλ σε τόσα κομμάτια όσα τα μέλη της ομάδας. Κατόπιν μοιράζει τα κομμάτια στα μέλη της ομάδας ώστε να φτιάξουν το έμβλημα όλοι μαζί. Ζητά από τον καθένα να ζωγραφίσει το κομμάτι του με χρώματα, σύμβολα και αναπαραστάσεις που πιστεύει πως αντιπροσωπεύουν την ομάδα και τον εαυτό του μέσα σε αυτήν. Στη συνέχεια, τα κομμάτια ενώνονται με χαρτοταινία και δημιουργείται το κοινό έμβλημα.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 1. Τα κομμάτια πρέπει να είναι αριθμημένα ώστε να ενωθούν με ευκολία.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 2. Στο παιχνίδι συμμετέχει και ο εμψυχωτής.



3. Η τελετουργία

Κάθε συνάντηση θα μπορούσε να ξεκινά με ένα μαγικό τελετουργικό. Το τελετουργικό αυτό θα πρέπει να δημιουργηθεί και να συμφωνηθεί απ' όλη την ομάδα.

Η ομάδα χωρίζεται σε τρεις ή τέσσερις υποομάδες, κάθε υποομάδα προτείνει μια κίνηση για αυτή τη τελετουργία. Έπειτα όλη η ομάδα μαζί συνθέτει το τελετουργικό επιλέγοντας τη σειρά των κινήσεων αυτών.

Όσον αφορά τους ήχους της τελετουργίας, μπορούν να συμφωνηθούν από το σύνολο της ομάδας κατά τη διάρκεια της τελικής σύνθεσης ή κάθε υποομάδα, μαζί με την κίνηση, να προτείνει ξεχωριστά και κάποιον ήχο που να την συνοδεύει.

4. Να πούμε ένα τραγούδι

Το τραγούδι είναι πάντα ένας ωραίος και απλός τρόπος να αρχίζει και να τελειώνει μια συνάντηση ή ενότητα. Ο εμπυχωτής προτείνει γνωστά, απλά και χαρούμενα τραγούδια.

5. Ο χορός μας

Η ομάδα βρίσκεται σε κύκλο. Κάθε μέλος, ξεκινώντας από τον εμπυχωτή, λέει το όνομα του και παρουσιάζει μια απλή κίνηση ή μια απλή χορευτική φιγούρα. Η ομάδα στη συνέχεια επαναλαμβάνει το όνομα και την κίνηση που έχει προταθεί.

Αφού κάθε μέλος προτείνει την κίνησή του, ο εμπυχωτής ξεκινά να φωνάζει σε τυχαία σειρά τα ονόματα των συμμετεχόντων. Κάθε φορά που ακούγεται ένα όνομα η ομάδα πρέπει να κάνει την κίνηση που πρότεινε το εκάστοτε μέλος επαναλαμβάνοντάς την (σε λούπα) μέχρι να ακουστεί το όνομα κάποιου άλλου. Αφού η ομάδα εξοικειωθεί με τις κινήσεις, ο εμπυχωτής βάζει μουσική και αυτοσχεδιάζει μια μικρή χορογραφία.

Στη συνέχεια με την ίδιο τρόπο, ο εμπυχωτής μπορεί να ζητήσει από κάποιο μέλος της ομάδας να φτιάξει και αυτό με τη σειρά του μια χορογραφία.

Ο χορός είναι μια δραστηριότητα που δημιουργεί ευχάριστο κλίμα στην ομάδα. Το παιχνίδι αυτό μπορεί να επαναλαμβάνεται (με τις ίδιες κινήσεις) σε τακτά χρονικά διαστήματα ή και ακόμα μπορεί να προετοιμάζεται από ένα-ένα τα μέλη της διαδοχικά. Παραδείγματος χάριν, κάθε εβδομάδα κάποιος συμμετέχοντας μπορεί να αναλαμβάνει να προετοιμάσει την αλληλουχία των κινήσεων και να επιλέξει το τραγούδι για την εβδομαδιαία χορογραφία της ομάδας. Ο χορός μπορεί να γίνεται στην αρχή ή στο τέλος της κάθε συνάντησης (αν οι συναντήσεις πραγματοποιούνται μια φορά την εβδομάδα) ή κάποια συγκεκριμένη μέρα της εβδομάδας (αν πρόκειται για παραπάνω συναντήσεις) πχ. την τελευταία διδακτική ώρα της Παρασκευής.

Η δραστηριότητα αυτή (είτε αποφασιστεί να επαναλαμβάνεται είτε όχι) αποτελεί επίσης μια πολύ χρήσιμη και διασκεδαστική άσκηση γνωριμίας για νεοσύστατες ομάδες.

6. Κοινή ζωγραφιά

Οι δραστηριότητες ζωγραφικής ενδείκνυνται συνήθως ως παιχνίδια αναστοχασμού αναφορικά σε κάποια θεματική, παρόλα αυτά είναι δυνατόν να εφαρμοστούν και ανεξάρτητα, ως αυτόνομο παιχνίδι.

Σε ένα μεγάλο χαρτόνι η ομάδα ζωγραφίζει από κοινού κάτι χωρίς να μιλά. Το ίδιο μπορεί να συμβαίνει σε υποομάδες ή ζευγάρια. Η κοινή δημιουργία μιας ζωγραφιάς, ακόμα και όταν υπάρχει λεκτική συνεννόηση των παιδιών, είναι μια δραστηριότητα, που όπως και να έχει ενισχύει το ομαδικό αίσθημα.

7. Ζωγραφίζοντας μαζί

Η ομάδα κάθεται σε κύκλο. Μοιράζονται σε όλους κόλλες Α4 καιμπογιές ή μαρκαδόροι. Κάθε μέλος ξεκινά να ζωγραφίζει για 2 λεπτά. Μόλις ο χρόνος τελειώσει, οι κόλλες αλλάζουν χέρια. Κάθε συμμετέχοντας πρέπει να παραδώσει την κόλλα του σε αυτόν που βρίσκεται δεξιά του στον κύκλο. Αυτός συνεχίζει τη ζωγραφιά για 1'. Μόλις ο χρόνος τελειώσει οι ζωγραφιές αλλάζουν και πάλι χέρια με τον ίδιο τρόπο, μέχρι τελικά όλα τα μέλη της ομάδας να έχουν ζωγραφίσει σε όλες τις κόλλες. Ο εμπυχωτής μπορεί να σημαίνει την έναρξη και τη λήξη του χρόνου με κάποιον ήχο (πχ. παλαμάκι) ή με κάποιο κουδουνάκι. Μόλις οι ζωγραφιές καταλήξουν σε αυτόν που τις ξεκίνησε, δίνεται ακόμα 2 λεπτά χρόνος, ώστε να μπορέσει αυτός που τις ξεκίνησε αυτός και να τις ολοκληρώσει.

Η δραστηριότητα μπορεί να εφαρμοστεί είτε ανεξάρτητα ως παιχνίδι, είτε σε σχέση με κάποια από τις θεματικές των συναντήσεων ως άσκηση αναστοχασμού.

Επιλογή προτάσεων και επεξεργασία των παιχνιδιών:

Ματίνα Παγουλάτου, θεατροπαιδαγωγός

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- 1) Αρχοντάκη Ζάννα και Φιλίππου Δάφνη, *205 βιωματικές ασκήσεις για την εμφύχωση των ομάδων ψυχοθεραπείας, κοινωνικής εργασίας, εκπαίδευσης*, Καστανιώτης, Αθήνα, 2003,
- 2) Αγγελόπουλος Τάσος, *Παίζοντας θέατρο. Ασκήσεις και παιχνίδια για την θεατρική αγωγή*, Σοφία, Θεσσαλονίκη, 2016,
- 3) Γκόβας Νίκος, *Για ένα δημιουργικό θέατρο. Ασκήσεις, παιχνίδια, τεχνικές. Ένα πρακτικό βοήθημα για εμφυχωτές θεατρικών ομάδων και εκπαιδευτικούς*, Μεταίχμιο, Αθήνα, 2003,
- 4) Καραντάνα Πόλα και Φιλίππου Δάφνη, *Ιστορίες για να ονειρεύεσαι... Παιχνίδια για να μεγαλώνεις...*, *Για εμφύχωση βιωματικών ομάδων προσωπικής ανάπτυξης*, Καστανιώτης, Αθήνα, 2010,
- 5) Χάσκα Κατερίνα, *Εγχειρίδιο για εκπαιδευτικούς, «Πολυπολιτισμικός θίασος ΑΝΑΣΑ: ένα караβάνι χωρίς σύνορα»*, Πολιτιστικό κέντρο αφρικανικής τέχνης και πολιτισμών ΑΝΑΣΑ, Αθήνα, 2016,
- 6) Faure Gérard. και Lascar Serge, *Το θεατρικό παιχνίδι στο νηπιαγωγείο και το δημοτικό σχολείο*, μτφ. Α. Στρουμπούλη, Gutenberg, Αθήνα, 1988.