

2.2.2 Mluvím a vím, co říkám

Metody

Aktivizace, Dramatická výchova, Imaginace, Skupinová výuka.

Metody a formy

Forma a popis realizace

Vnitřní skupinová aktivita, kterou vede jeden realizátor. Realizátor vede rétorickou rozcvičku pro celou skupinu. U žáků postupně dochází k aktivizaci asociačního myšlení. Následně účastníky rozdělí na dvě skupiny po 4 - 7 účastnících a v kruhu tvoří krátké příběhy. Poslední část je na dvojice, jeden vypráví příběh a druhý ho „příkazy“ koriguje. Celá aktivita probíhá ve stoje a realizátor se snaží, aby žáci měli po celou dobu uvolněné tělo a pevný postoj.

Obsah

- Uvolnění těla, pohybové asociace

Pojďte všichni do prostoru. Můžete si sundat boty, co je vám příjemnější. Pustím hudbu a vy kráčejte po prostoru, můžete měnit rychlost i směr. Postupně si u toho vyklepávejte své končetiny, uvolněte si krk, ramena, celé tělo. Klidně se proskákejte, nezavírejte u toho oči, ať máte stále kontakt s prostředím, kde se nacházíte a vnímáte i ostatní, kteří tu jsou s vámi. *Realizátor pustí hudbu, v prostoru je se žáky a postupně je naviguje, co mají dělat.*

Nechte se unášet pohybem, používejte celé tělo a já budu do hudby říkat už konkrétnější zadání a vy se zkusíte hýbat takovým pohybem, jaký se vám, s tím co říkám, pojí.

Zkuste u toho nemluvit, zbytečně se nesmát, ať se zbytečně „neodbouráváte“, pokud samozřejmě cítíte, že si chcete pomoci zvuky, tak můžete. Ale neměli byste mluvit souvisle. *Realizátor říká zadání, při říkání zadání vždy trochu sníží hudbu, aby ho všichni slyšeli. Zadání říká 2x za sebou.*

Chodíte lesem, běháte po louce, brodíte se bahnem, přes cestu máte velkou kládu, běžíte na autobus, skáчете přes oheň, chodíte studeným potokem, kolem vás je hustá houština, máte na zádech pytel brambor, po ruce vám leze pavouk, jste na kopci a fouká silný vítr, jste v bouřce, šáhli jste na horkou plotýnku atd.

A nyní zase normální chůzí kráčíte po prostoru. Koukejte se před sebe, vnímejte, kde jdou zrovna vaši kolegové, ať zůstáváte spojeni s realitou. Teď budu pouštět hudbu, která už se vám ze zkušenosti pojí s nějakou atmosférou a k tomu budu dávat opět konkrétní zadání. Někdy vám hudba pomůže, někdy půjde záměrně do kontrastu.

Nebojte se pohybu, dělejte vždy to, co vás napadne jako první.

Realizátor pouští různé hudební žánry, nebo známé melodie z filmů a dává zadání. Při říkání zadání

vždy trochu sníží hudbu, aby ho všichni slyšeli. Zadání říká 2x za sebou.

Klaun se učí žonglovat, klauniáda, poprvé v tanečních, labutí jezero, opera, rockový koncert.

A nyní zadání zůstává, ale zkuste ho plnit celá skupina dohromady, už ne jako jednotlivci, ale jako jeden organismus.

Divoký západ, krokodýl, nejvyšší věž, kyselina, gravitace, Pythagoras, Archimédův zákon, setkání folkloristů.

Super. Stop. Vydýchněte a napijte se.

- Rozcvičení mluvidel a hlasivek

Udělejme jeden společný kruh, ať každý má kolem sebe trochu místa. *Realizátor říká, co mají žáci dělat, zároveň to na sobě předvádí a ukazuje, a celé cvičení dělá spolu se žáky.*

Nadýchněte se do břicha, do žeber, do hrudníku a vydechněte z pusy na písmeno „s“. Kontinuálně, stále se stejnou intenzitou vzduchu. Jak ucítíte, že vám dech dochází, skončíte, aby to nebylo úplně do křeče. Každý to opakujte 3krát, podle své rychlosti a délky výdechu.

Nyní si třením zahřejte dlaně a postupně je přikládejte na celý obličej, který začnete promáčkávat jako „těstíčko“. Několikrát si prsty obou ruk vytáhněte čelo, uší vytáhněte nahoru a za boltce dolů. 3krát vytáhněte a znovu zandejte jazyk.

A teď se z našeho jazyka stane takový kartáček na zuby, který chce celou pusou vyčistit od jídla. Nechte rty zavřené a jazyk uvnitř přejíždí po všech zubech, zevnitř po tvářích a po celé dutině ústní.

A teď se trochu zašklebíme na uvolnění mimických svalů. Zkuste našpulit rty a směřovat je co nejvíce na jednu stranu, pak na druhou, udělat kolečko. Co nejvíce se šklebit pomocí tváří, do toho vykulte oči a zkuste samé extrémní polohy.

A už bez šklebení si uděláme „koníka“ - brrr přes rty, „cililink“ - jako zvoneček, a „čertík“ - jazykem blblbl.

Mluvidla i jazyk máme rozcvičeny, tak teď ještě hlasivky a síla hlasu. Zpevněte si rty, jako byste mezi nimi chtěli udržet papír nebo lístek na autobus. A začněte těmi rty klepat, jako když žába lapá po dechu, ale pozor, rty nejsou našpuleny jako u ryby, děláme velkou žabí pusou. A přidejte k tomu slabiku „mamama“. A teď „mememe“ a „mimimi“ a všimněte si, jak se vám rty stále více otvírají do úsměvu. Zkuste každý sám si prostřídát „mama“, „meme“, „mimi“. Vždy chvíli dělejte jednu slabiku a pak změňte na další slabiku.

Teď si představte, že držíte v ruce míček a spolu s výkřikem ho musíte hodit na člověka na druhé straně kruhu. Zkuste a vybírejte si různé lidi přes kruh, nevadí, že se na vás nedívají, snažte se zvuk zacílit a dohodit až na kolegu. To by nám šlo, tak zkusíme hodit hlasem dál, přes celou místnost. A nyní si představte, že stojíte na jednom kopci a míček házíte na druhý kopec přes celé údolí. A několik míčků takto z kopce na kopec přehodte. A ještě zkusíme společnou sílu hlasu. Stoupneme si do řady čelem proti zdi, alespoň 4 metry od zdi. A společným zařváním zkusíme zeď prorazit nebo posunout. Jdeme na to.

Super. Zase se napijte, ať vám nevyschnou hlasivky a jdeme dál.

- Asociace, tvorba příběhu

Rozdělte se do dvou přibližně stejně početných skupin a každá vytvořte kruh. Každý kruh bude pracovat samostatně. Už jste někdy slyšely slovo asociace? A co tedy myslíte, že to je? Zkuste uvést příklad. Ano, je to podnět, myšlenka pocit, který se v nás vyvolá, když uslyšíme nějaké slovo. Váže se to na naši zkušenost, současné rozpoložení a rozvíjí to naše kreativní myšlení a do určité míry se tato kreativní metoda dá i trénovat. A to si právě vyzkoušíme.

Jeden z vás řekne slovo a ten, který stojí po jeho pravé ruce, řekne asociaci na to slovo. Může říci pouze jedno slovo a mělo by to být to první slovo, které ho napadne. Například uslyší slovo „hvězda“ a napadne ho Slunce - jako největší hvězda, ale jiného by třeba napadlo „Vánoce“ a myslel by na vánoční hvězdu na stromečku. Jen si dejte pozor, ať vždy asociujete na právě to slovo, které zaznělo a nezůstáváte v myšlenkách u slov předešlých. Jdeme na to. Dva kruhy, dál od sebe, ať se nerušíte a asociujeme. A stále do kolečka, tok asociací nepřerušujte.

Realizátor nechá cvičení běžet a po chvíli do něho vstoupí. Zkuste si při asociování hlídat rytmus a kontinuitu, aby tzv. nepadal řemen. Zkusme ještě jednou.

Nyní se pokusíme už ze slov sestavit smysluplnou větu a třeba i krátký příběh. Jeden začne a po kruhu se opět střídáte po jednom slově dál. A zkusíme, aby proběhly dvě kolečka. A u posledního se příběh musí vypointovat.

nyní si to trochu ztížíme, už si dáme téma příběhu. Vzpomeňte na to, co každý příběh musí mít? Ano, úvod, zápletku, konec. Opět máte možnost říci maximálně jedno slovo a kolečko proběhne zase 2krát, jdeme na to. Téma je...

Realizátor dá ještě skupinám tak 3-4 zadání.

Pojďme si teď dát místo slova krátkou větu. Opět nám půjde o příběh, ale kolečko projde jen jednou. Téma je... Pojďme zkusit ještě jedno téma. Téma je...

Fajn. Zkuste jeden z každé skupiny říci váš poslední celý příběh druhé skupině.

- Tvorba příběhu v celé skupině

A nyní oba kruhy spojíme do jednoho, zadání zůstává. Příběh, každý má možnost jedné jednoduché věty a kolečko projde jen jednou. A zkuste se zaměřit na pořádnou zápletku. Téma je...

- Příběh s příkazem - překážkou

Udělejte si dvojice, rozmístěte se po prostoru, ať se zase navzájem nerušíte a koukněte se zde na flipchart. Jsou zde čtyři hesla. LŽEŠ, PŘEHÁNEJ, ROZVEĎ TO, POKRAČUJ

Jeden z dvojice vypráví příběh a druhý mu ho tzv. upravuje pomocí „příkazů“. Například jeden řekne „Dnes jsem snídal rohlík s máslem.“ A druhý na to „LŽEŠ“. První se tedy opravuje. „Dobře, dnes jsem snídal koblihu.“ A druhý opět „LŽEŠ“. Tedy první zase svou výpověď opravuje „Dnes jsme snídali palačinky“. A na to druhý „ROZVEĎ TO“. A první to rozvádí „Palačinky s ovocem, čokoládou, marmeládou, zmrzlinou...“. A rozvádí to do té doby, dokud to druhému nestačí a neřekne „POKRAČUJ“. A takto se snažíte celým příběhem probrat. Téma vyprávěného příběhu je: Vzpomínka z dětství.

A nyní se ve dvojicích prohodte a tentokrát druhý vypráví vzpomínku z dětství a první mu to koriguje.

A to už byla poslední část naší rozcvičky. Co jsme si rozcvičili? Ano, dech, hlas a...hlavu? Ano, můžeme říci hlavu, ale jde o myšlenku. Abychom věděli, co chci říci a jak.

Pomůcky a materiál

Položka	Počet
Počítač	1
Play list songů	
Reproduktor	

Aktivita nemá obsahové přílohy.

Obsahové přílohy

Aktivita nemá obsahové přílohy.

From:

<https://mscb.vida.cz/> - **MSCB**

Permanent link:

<https://mscb.vida.cz/skolam/virus/aktivita/15/2>

Last update: **2020/11/23 13:07**

