

ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΕΝΕΡΓΟΠΟΙΗΣΗΣ , ΖΕΣΤΑΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΔΕΣΙΜΑΤΟΣ ΤΗΣ ΟΜΑΔΑΣ

1. Βάζουμε προαιρετικά μουσική. Περπατάμε στο χώρο ελεύθερα. Ας περπατήσουμε για λίγα λεπτά σαν να φοράμε τακούνια, σιγοτραγουδώντας το αγαπημένο μας τραγούδι, σαν να είμαστε γέροι, σαν να μας τραβάει ένα σκυλί, σαν να κουβαλάμε βαριές τσάντες, με τον δικό μας τρόπο κ.λ.π
2. Μετά από κάποια περπατήματα σαν τα παραπάνω, μπορεί ο συντονιστής να υποδεικνύει κάποιον στην ομάδα που θα κάνει μια κίνηση που θα μιμούνται οι άλλοι ή κάποιος με πρωτοβουλία του θα κάνει κάποια κίνηση που θα πρέπει να μιμηθούν οι άλλοι.
3. Το ίδιο μπορεί να γίνει όταν μετά από παράγγελμα περπατάμε ελεύθερα στο χώρο, σταματάμε και γινόμαστε ζευγάρι με εκείνον που έτυχε να βρίσκεται δίπλα μας εκείνη τη στιγμή, και ανά ζεύγη πια περπατάμε με κολλημένους τους ώμο, πλάτη με πλάτη, αγκαζέ, με κολλημένους τους μηρούς κ.λ.π.
4. Κινούμαστε ελεύθερα στο χώρο και χαιρετάμε τους άλλους (μέχρι να τους έχουμε χαιρετήσει όλους) σαν να έχουμε να τους δούμε πολύ καιρό και χαιρόμαστε πολύ.
5. Πάνω σε ένα μεγάλο χαρτόνι σχεδιάζουμε το περίγραμμα ενός εμβλήματος το οποίο κόβουμε σε κομμάτια παζλ όσα τα μέλη της ομάδας. Μοιράζουμε τα χαρτάκια και ζητάμε να γράψουν μια ευχή για την ομάδα ή να ζωγραφίσουν κάτι που τους αντιπροσωπεύει. Έπειτα τους καλούμε να τοποθετήσουν πάνω σε ένα μεγάλο χαρτί τα κομμάτια, έτσι ώστε να δημιουργηθεί ξανά το έμβλημα της ομάδας. Για να τους διευκολύνουμε μπορούμε να έχουμε αριθμήσει τα κομμάτια και να έχουμε γράψει και τον αντίστοιχο αριθμό στο χαρτί στο σημείο που πρέπει να τοποθετηθεί.
6. Ζωγραφίζουμε πάνω σε μεγάλο χαρτί ή χαρτόνι (ή ζητάμε να το έχουν φτιάξει από πριν τα μέλη) ένα ιστιοφόρο και κολλάμε για κατάρτια κλαράκια και για πανιά τούλι ή άσπρο ύφασμα. Στα φινιστρίνια του караβιού κολλάμε από μια φωτογραφία του προσώπου του κάθε μέλους (μπορεί να έχουν φέρει τις φωτογραφίες τα ίδια ή στην προηγούμενη συνάντηση να τις έχει βγάλει ο συντονιστής ή κάποιο μέλος). Καλοτάξιδη η ομάδα!!!!
7. Το ίδιο μπορούμε να κάνουμε με λουλούδια που στο κέντρο θα υπάρχει η φωτογραφία τους και θα φτιάχνουν ένα κήπο στο σύνολο κι ίσως στα φύλλα να γράψουν τις προσδοκίες τους για την ομάδα. Ή πάλι ένας ήλιος με τις φωτογραφίες τους στο κέντρο και τις προσδοκίες της ομάδας για ακτίνες.
8. Σηκωνόμαστε όλοι όρθιοι και στεκόμαστε κατά σειρά ύψους, στη συνέχεια κατά σειρά ηλικίας, κατά τάξη, με αλφαβητική σειρά από το επίθετό μας κ.λ.π.
9. Σηκωνόμαστε όρθιοι και στεκόμαστε κοντά ο ένας στον άλλο. Δίνουμε τα χέρια μας χωρίς συγκεκριμένη διάταξη και στη συνέχεια προσπαθούμε να ξεμπερδευτούμε για να φτιάξουμε ένα κύκλο.
10. Ο συντονιστής της ομάδας βάζει σε ένα κουτί τόσες λέξεις σε κομμένα χαρτάκια, όσα τα μέλη της ομάδας. Οι λέξεις θα θυμίζουν παραμύθι όπως:

Πριγκιπόπουλο, κακιά μητριά, πανηγύρι, μικρή χωριατοπούλα, κάθισε στο βράχο, σιτάρι, όνειρα, φλόγες, τρανός άρχοντας, μεγάλη πύλη, όμορφα μάτια, κάστρο, σπηλιά, δράκος, όμορφος, πυκνό δάσος... Στη συνέχεια καλείται ένας μαθητής να γράψει στον πίνακα την πρώτη φράση του παραμυθιού που θα περιέχει την δική του λέξη και στη συνέχεια οι υπόλοιποι με τη σειρά τους συμπληρώνουν τη δική τους φράση που περιέχει τη δική τους λέξη κ.ο.κ. Έτσι θα γράψουν το δικό τους παραμύθι της ομάδας το οποίο και μπορούν στη συνέχεια να ζωγραφίσουν σε χαρτόνι.

- 11.** Κινούμαστε στο χώρο ακολουθώντας μια μουσική και κάνοντας κινήσεις. Κάποια στιγμή με το σταμάτημα της μουσικής ή το στοπ του συντονιστή και μένουμε αγάλματα στην κίνηση που είχαμε και παρατηρούμε ο ένας τον άλλον. Συνεχίζουμε έτσι.
- 12.** Διαλέγουμε κάποιον για ταίρι μας και καθόμαστε αντικριστά. Ο ένας ξεκινά να κάνει κινήσεις κι ο άλλος μιμείται και γίνεται ο καθρέφτης του για κάποια λεπτά και συνεχίζει μετά κι ο άλλος αλλάζοντας ρόλο, για άλλο τόσο χρόνο.
- 13.** Καθόμαστε σε κύκλο ο ένας δίπλα στον άλλο. Ο συντονιστής κρατάει ένα μπαλάκι και το πετάει σε κάποιο μέλος. Ξεκινά τότε κάνοντας έναν ήχο και μια κίνηση κι οι άλλοι μιμούνται. Μετά αυτός πετάει το μπαλάκι σε κάποιον άλλο και επαναλαμβάνουμε.
- 14.** Περπατάμε αργά στο χώρο ακούγοντας μουσική και κινούμαστε κοιτώντας πάντα στα μάτια όποιον συναντάμε χωρίς να μιλάμε, μέχρι να συναντήσουμε τον επόμενο σαν το βλέμμα να μας ενώνει με ένα αόρατο νήμα.
- 15.** Στην ολομέλεια αρχίζει κάποιος να διηγείται μια ιστορία και τη σταματάει σε μια λέξη καλώντας τον επόμενο να συνεχίσει. Η άσκηση μπορεί να προταθεί και με συγκεκριμένο θέμα.
- 16.** Ο συντονιστής μοιράζει σε υποομάδες όσων ατόμων κρίνει και τους μοιράζει κάποιες φωτογραφίες από περιοδικά ή πίνακες ζωγραφικής... Η κάθε υποομάδα πρέπει να αναπαραστήσει την εικόνα στην ολομέλεια που μπορεί και να διορθώσει.
- 17.** Ένας μαθητής περπατάει γρήγορα στο χώρο και όποιον ακουμπήσει τον «μαρμαρώνει». Αυτός απελευθερώνεται μόνο αν κάποιος άλλος περάσει κάτω από τα πόδια του. Το παιχνίδι τελειώνει συνήθως όταν όλοι έχουν μαρμαρώσει. Κρατάμε γρήγορους ρυθμούς. Μπορεί επίσης να γίνει το ίδιο κι ο μαρμαρωμένος να πρέπει να μιμηθεί κάποιο ζώο ή να κάνει κάτι για να ζωντανέψει.
- 18.** Η ομάδα χωρίζονται σε ομάδες των έξι ή επτά και η κάθε υποομάδα οφείλει να βρει μια λέξη με τόσα γράμματα όσα τα μέλη της ομάδας. Στη συνέχεια ο καθένας διαλέγει να αναπαραστήσει με το σώμα του ένα γράμμα της λέξης για να την διαβάσει η ολομέλεια.
- 19.** Όλοι είναι όρθιοι και χαλαροί και μετά από τα παραγγέλματα του συντονιστή κινούν τα χέρια τους γύρω από τον ώμο, περιστρέφουν το κεφάλι τους, τους ώμους τους και μπορεί ο συντονιστής να δώσει και πιο διασκεδαστικά

παραγγέλματα όπως π.χ. να κάνουν κύματα με τα χέρια τους, να βάζουν γκολ, τα δόντια να κολλάνε από μια τσίχλα, η μύτη να μυρίζει ένα ωραίο φαγητό.

- 20.** Βάζουμε καρτέκλες σε κύκλο. Βάζουμε μουσική και τους λέμε να περπατούν σε διάφορες κατευθύνσεις μέσα στον κύκλο και μόλις σταματήσουμε τη μουσική να βρουν μια καρτέκλα να κάτσουν. Έτσι ανακατεύονται απλά και μόλις δούμε ότι έχουμε πετύχει το σκοπό μας τους λέμε να κάνουν ζευγάρι με αυτόν που π.χ. κάθεται αριστερά τους.
- 21.** Ο συντονιστής έχει ετοιμάσει ή ζητάει από τα παιδιά να του βρουν κάποιες παροιμίες ή ρητά. Τα καταγράφει στον πίνακα. Στη συνέχεια χωρίζει σε ζεύγη την ομάδα και ζητά στα μέλη να φτιάξουν χρησιμοποιώντας τα προηγούμενα στοιχεία, τις δικές τους παροιμίες ή ρητά. Διαβάζοντάς τα στην ολομέλεια προσπαθούν να εξηγήσουν και τι θέλουν να πουν.
- 22.** Το ίδιο ξεκίνημα με το προηγούμενο παιχνίδι αλλά λείπει μία καρτέκλα. Αυτός που είναι όρθιος δίνει ένα παράγγελμα π.χ. να σηκωθούν όσοι είναι ξανθοί. Σηκώνονται οι ξανθοί και μαζί με αυτόν που έδωσε το παράγγελμα τρέχουν να βρουν καρτέκλα να κάτσουν. Πάλι κάποιος θα μείνει όρθιος και θα είναι αυτός που θα δώσει το επόμενο παράγγελμα μέχρις ότου ανακατευτεί η ομάδα αρκετά..
- 23.** Το ίδιο με το προηγούμενο αλλά δίνουμε σε κάθε μέλος το όνομα ενός φρούτου (ανάλογα με τις υποομάδες μπορούμε να ονομάσουμε 3-4 ή 5 φρούτα). Ο συντονιστής λέει να σηκωθούν όλες οι φράουλες και αμέσως σηκώνονται όσα παιδιά είπαμε ότι αντιπροσωπεύουν αυτό το φρούτο και τρέχουν να καθίσουν στις άδειες καρτέκλες, όλα τα πορτοκάλια κ.λ.π. και όταν πει φρουτοσαλάτα σηκώνονται όλα και προσπαθούν να βρουν μια άδεια καρτέκλα. Αυτός που μένει όρθιος δίνει το παράγγελμα για το επόμενο φρούτο. Με αυτή την άσκηση μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε τις υποομάδες για μια επόμενη φάση του προγράμματος.
- 24.** Χωριζόμαστε σε δυο ομάδες Α και Β. Διαλέγουμε κάποιον εκπρόσωπο από κάθε ομάδα και όλοι μαζί βρίσκουμε κάποιο επάγγελμα που πρέπει αυτός να μιμηθεί και να μαντέψουν οι αντίπαλοι. Αν καταφέρει σε ένα λεπτό να το μαντέψει, η αντίπαλη ομάδα κερδίζει τον παίκτη. Νικήτρια η ομάδα που συγκεντρώνει τους περισσότερους παίκτες.
- 25.** Καθόμαστε σε κύκλο, κλείνουμε τα μάτια μας, απλώνουμε τα χέρια μας και κινούμαστε ελαφρά προς το κέντρο του κύκλου, μέχρι να πιάσουμε με το κάθε χέρι μας κάποιο άλλο χέρι. Η ομάδα τώρα πρέπει να λύσει τον κόμπο χωρίς να λυθούν τα χέρια.
- 26.** Η ομάδα χωρίζεται σε ζεύγη. Συμφωνούν σε ένα κοινό χαρακτηριστικό ήχο (σφύριγμα, ήχο, μελωδία....) και αφού ανακατευτούν λίγο στο χώρο ψάχνουν να βρουν ο ένας τον άλλον συντονισμένοι στον ίδιο ήχο
- 27.** Ο συντονιστής ζητάει από την ομάδα να ακούσουν σιωπηλά ένα μουσικό κομμάτι. Στη συνέχεια χωρίζει την ολομέλεια σε ομάδες και ζητάει από την κάθε μία να εμπνευστεί μια ιστορία ακούγοντας το κομμάτι. Στην ολομέλεια

παρουσιάζουν την ιστορία της κάθε ομάδας διαβάζοντας, δραματοποιώντας ή κάνοντας παντομίμα.

- 28.** Δίνεται το παράγγελμα «εμπρός όλοι : να κάνουμε το αεροπλάνο, τη γάτα, το κύμα, να γελάσουμε δυνατά, να αγκαλιάσουμε την Μαρία....
- 29.** Σε ένα κουτί ο συντονιστής ανακατεύει χαρτάκια με αναγραμμένο ένα συναίσθημα το οποίο καλείται να παρουσιάσει στην ολομέλεια με παντομίμα ή ζωγραφική
- 30.** Δείχνουμε στην ολομέλεια σκίτσα ή εικόνες και ο συντονιστής τους ζητά στα μέλη να πουν τι έχει συμβεί και ποια μπορεί να είναι η συνέχεια μετά από αυτό που βλέπουμε στην εικόνα (π.χ. ένας άντρας που κρατάει ένα όπλο και μια γυναίκα πεσμένη στο πάτωμα...) Η διαφορετικές ιστορίες βοηθούν τους μαθητές να καταλάβουν ότι οι άνθρωποι δεν αντιλαμβάνονται το ίδιο ερέθισμα με τον ίδιο τρόπο.
- 31.** Ο συντονιστής ζητάει από τους μαθητές που είναι χωρισμένοι σε τριάδες ή τετράδες, να θυμηθούν την τελευταία φορά που ήρθαν σε σύγκρουση με κάποιον και την αιτία. Σημειώνουν σε ένα χαρτί ανά υποομάδα τα συναισθήματά τους όταν: α) έχουν προκαλέσει αυτή τη σύγκρουση και β) όταν η σύγκρουση έχει προκληθεί από άλλους και γ) συζητούν για το ποιες τεχνικές χρησιμοποίησαν για να αντιμετωπίσουν τη σύγκρουση. Στην ολομέλεια επιλέγουν και παρουσιάζουν ποιες θεωρούν ότι είναι οι τεχνικές που βοηθούν περισσότερο στην αντιμετώπιση των συγκρούσεων.
- 32.** Ζητάμε από το κάθε μέλος να σκεφτεί τι θα ήθελε να είναι αν δεν ήταν άνθρωπος και να εξηγήσει στην ολομέλεια τον λόγο.