

2.4.1 Klapka den 4

Metody

Aktivizace.

Metody a formy

Forma a popis realizace

Vnější aktivita (v případě špatného počasí lze udělat jako vnitřní aktivitu). Žáci následují realizátora. Jde o to se rozhýbat, aktivizovat, probudit a naladit na celý den. V závěru aktivity je žákům představen celý plán na den.

Obsah

Každý si najde prostor, ať se můžete hýbat do všech stran. A zkuste se hýbat, jako kdyby vaše tělo byla modelína a dávejte ruce i nohy i hlavu do extrémních poloh a rychle tyto polohy měňte. Tak zkuste si to. Klidně se nebojte zrychlit, jak takové žížaly. Klidně se nechtě vést rytmem, který slyšíte.

V momentě, kdy uslyšíte STOP, tak se v té poloze, v které zrovna jste, zastavte, úplně zamrzněte. A představte si, že jste bytost, která se musí nějak hýbat a zkuste se v této poloze rozpohybovat. *Realizátor nechá žáky dělat jednotlivá zadání a stále vrství další zadání a žáci se pomalu dostávají v úkolu hlouběji. Druhý realizátor hraje písničku na kytaru - melodickou, aby žákům v pohybu pomohl.* Jak jde taková bytost pomalu? Jak zrychlí, může běžet? Může si sednout a jak? Zkuste chvíli, jako tato bytost s omezením fungovat. A pokud potřebujete, klidně začněte mluvit. Jak se taková bolest vyjadřuje? Jaké používá zvuky? Opět myslíte na to, že hlas a pohyb musí být v jednotě. A v momentě, kdy uslyšíte ŽIVOT, tak se zase snažíte hýbat jako modelína. A zase vnímejte výraznější rytmus od bubnu.

STOP ŽIVOT Realizátor ještě párkrát nechá žáky si vyzkoušet různé bytosti a přejde k vysvětlení pravidel hry autobus. Druhý realizátor mění buben za kytaru podle toho, jaká je fáze.

Rozdělte se na dvě půlky. Jedna skupina čeká na zastávce a druhá jede v autobuse. Každý si předem najde metodou „hýbající se modelíny“ nějakou bytost a podle toho, jak se hýbe a chová, tak obohatí bytost o nějakou emoci. Například překvapení, smutek, rozjívěnost, radost, vztek, stud, zvědavost, láska, hysterie, hlad. Do autobusu vždy jeden nastoupí a z autobusu jeden vystoupí. Ten, kdo do autobusu nastoupí, nakazí všechny bytosti danou emoci, tedy vaše bytost začne mít najednou radost a ta radost ve vás trvá dokud do autobusu nenastoupí někdo jiný. Stejně tak na zastávce, kdo z autobusu vystoupí, nakazí celou zastávku svou původní emoci. A každý emoci musí dělat co nejpřesněji, aby ostatní bytosti byly schopné emoci převzít. A takto se zkusíme všichni prostrídat.

ŽIVOT, hýbejte se jako modelína. STOP, rozpohybuje svou bytost a dejte jí příslušnou emoci.

Autobus odjíždí, zastávka je zde.

Realizátor může určit i trasu autobusu, ale lepší je, ať si to zvolí žáci sami. Druhý realizátor může délku jízdy autobusu určovat nějakou opakující písničkou, kterou může pomalu zrychlovat.

Všichni jsme se vystřídali, všichni jsme si v naší bytosti zkusili různé emoce - od bolesti až po šílenství, moc vám děkuji. Už vám vaše tělo a hlas i myšlenky pěkně spolupracují a nejednají jako oddělené složky, z toho mám radost.

Co nás dnes čeká? *Realizátor představuje jednotlivé aktivity.* Máte k tomu někdo nějaké otázky? V tom případě ŽIVOT, STOP. A jako bytosti, pojďme dát klapku. Klapka DEN 4, AKCE.

Pomůcky a materiál

Položka	Počet	Popis
Kytara	1	
Buben	1	
Klapka	1	
Prezentace / seznam aktivit	1	

Obsahové přílohy

#	Soubor	Popis
014.39.01	Klapka_den_4.pptx	Klapka den 4

Zdroje

# Přílohy	Zdroj	Popis	Autor	Původ	Licence	Datum
014.39.01 01		Klapka - 4. den	Jana Prokešová	Vlastní tvorba	CC BY-SA	2020-11-27

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

Permanent link:
<https://mscb.vida.cz/skolam/virus/aktivita/39/2>

Last update: **2020/11/23 22:05**

