

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ & ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΚΕΝΤΡΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΜΑΚΡΙΝΙΤΣΑΣ

Βιωματικές Ασκήσεις για δουλειά με την Ομάδα

Γραμματή Ν. Μακέλη





Copyright © 2009

Κέντρο Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης Μακρινίτσας

370 11 ΜΑΚΡΙΝΙΤΣΑ

Τηλ.: 2428069040, τηλ. και fax: 2428090010

Website: <http://kpe-makrin.mag.sch.gr>, e-mail: mail@kpe-makrin.mag.sch.gr

Συγγραφή - Επιμέλεια:

ΓΡΑΜΜΑΤΗ Ν. ΜΑΚΕΛΗ

Αναπληρώτρια Υπεύθυνη του ΚΠΕ Μακρινίτσας

Μακέτα εκτύπωση: Γραφικές Τέχνες «ΠΑΛΜΟΣ»

Βιβλιοδεσία: Σπ. Γιαννίκος

ISBN: 978-960-9406-07-9

Το παρόν εγχειρίδιο εκδόθηκε στο πλαίσιο της κατηγορίας Πράξης «Κέντρα Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης» του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Εκπαίδευση και δια Βίου Μάθηση», Άξονας 1 του ΥΠΕΠΘ, που συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (ΕΣΠΑ) και το Ελληνικό Δημόσιο και εκδίδεται για την κάλυψη των εκπαιδευτικών αναγκών του Κέντρου Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης Μακρινίτσας και την υποστήριξη των εκπαιδευτικών που υλοποιούν παρόμοια προγράμματα στα Σχολεία τους. Για τους λόγους αυτούς διατίθεται δωρεάν σε εκπαιδευτικές μονάδες και σχολεία που επισκέπτονται το Κέντρο. Τα κείμενα και τα φύλλα εργασίας αποτελούν πνευματική ιδιοκτησία του Κ.Π.Ε. Μακρινίτσας και επιτρέπεται η με οποιονδήποτε τρόπο αναπαραγωγή τους για εκπαιδευτικούς σκοπούς, με αναφορά στην πηγή προέλευσης. Οι φωτογραφίες αποτελούν πνευματική ιδιοκτησία των δημιουργών. Φορέας υλοποίησης έργου: **Εθνικό Ίδρυμα Νεότητας (ΕΙΝ)**



Περιεχόμενα

Πρόλογος	5
Εισαγωγή	7
Προϋποθέσεις για την επιτυχία των ασκήσεων	9

Φύλλα δραστηριότητας

Συστάσεις (1)	11
Συστάσεις (2)	12
Συστάσεις (3)	13
Περπατάμε σαν...	14
Περπατάμε σε...	15
Ταυτόχρονη ζωγραφική	16
Το δαχτυλίδι της ενέργειας	17
Τα Αρχικά μου	18
Το σήμα της ομάδας	19
Τελειώνω την πρόταση	20
Κοινή ζωγραφιά	21
Οδηγός-τυφλός	22
Το εκκρεμές	23
Το άλλο μισό	24
Διπλές κάρτες	25
Χρήσιμη μουντζούρα	26
Το περιβαλλοντικό μου έμβλημα	27
Περιβάλλον χθες - σήμερα - αύριο	29
Ομαδική Αφήγηση	30
Δίνω - Παίρνω Ζωγραφιά	31

Αυτόματη γραφή	32
Τα μηνύματα της ομάδας	33
Ο κύκλος της συνεργασίας	34
Η πορεία της ομάδας	35
Δραματοποίηση	36
Επίλογος	37
Βιβλιογραφία	38

Πρόλογος

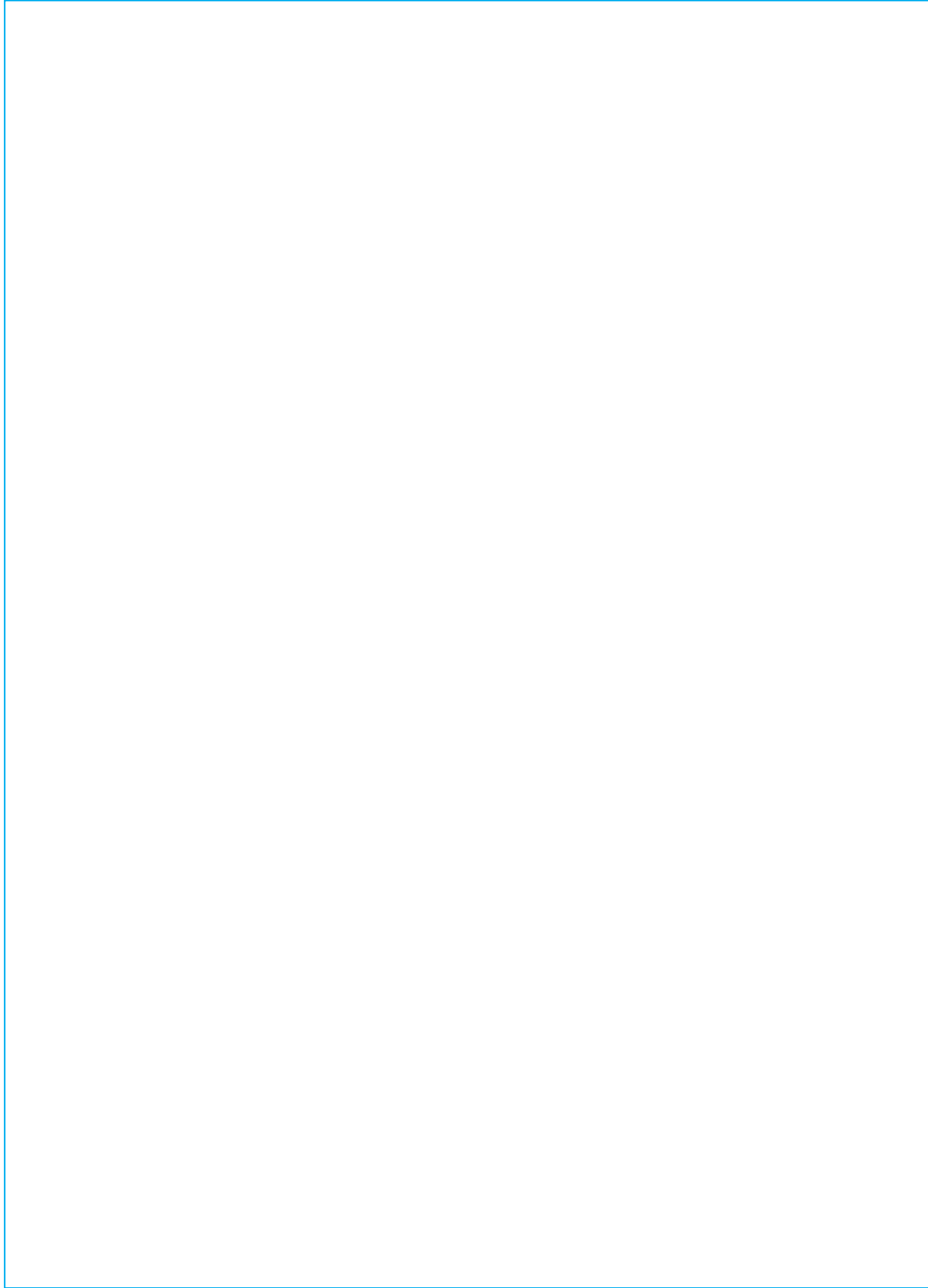
Τη φετινή χρονιά, το Κέντρο Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης Μακρινίτσας κλείνει 10 χρόνια λειτουργίας του (1999 – 2009), έχοντας δεχθεί, το χρονικό αυτό διάστημα, περίπου 20.000 μαθητές και 3.500 εκπαιδευτικούς από όλη την Ελλάδα στα Προγράμματά του, έχοντας υλοποιήσει Σεμινάρια Επιμόρφωσης για εκπαιδευτικούς, Ημερίδες ενημέρωσης εκπαιδευτικών και κοινού, έχοντας αναπτύξει αξιόλογες διεθνείς συνεργασίες καθώς και διάφορες άλλες εκδηλώσεις που αφορούν στην προώθηση της Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης και της Εκπαίδευσης για την Αειφόρο Ανάπτυξη.

Ένας σημαντικός τομέας, στον οποίο, εμείς οι εκπαιδευτικοί του Κέντρου, δίνουμε ιδιαίτερη βαρύτητα, καταναλώνοντας μεγάλο ποσοστό του εργασιακού αλλήλα και του προσωπικού μας χρόνου, είναι η παραγωγή εκπαιδευτικού υλικού, ώστε η προσπάθεια που γίνεται εδώ μέσα, να μην «φυλακίζεται» στους τέσσερις τοίχους του Κ.Π.Ε. Επιθυμία όλων των μελών της Παιδαγωγικής Ομάδας του Κ.Π.Ε Μακρινίτσας είναι, να μπορεί ο κάθε εκπαιδευτικός, είτε έχει επισκεφθεί με την Περιβαλλοντική Ομάδα του Σχολείου του το Κ.Π.Ε. Μακρινίτσας ή κάποιο άλλο Κ.Π.Ε., είτε όχι, να διαθέτει τα κατάλληλα εφόδια, ώστε να μπορεί να προωθήσει στους μαθητές του, το ευαίσθητο αυτό κομμάτι της κοινωνίας μας, τους στόχους της Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης και της Εκπαίδευσης για την Αειφόρο Ανάπτυξη.

Για το λόγο αυτό, το Κ.Π.Ε Μακρινίτσας έχει στο ενεργητικό του 21 τίτλους εκπαιδευτικών βιβλίων, η πλειονότητα των οποίων έχουν το κατάλληλο θεωρητικό υπόβαθρο, τη μεθοδολογία και τα φύλλα εργασίας που χρειάζεται ο εκπαιδευτικός, για να μπορέσει να τα χρησιμοποιήσει, με τον τρόπο που ο ίδιος επιθυμεί, στην τάξη. Επίσης στο διαδίκτυο, στην ιστοσελίδα του Κ.Π.Ε Μακρινίτσας (<http://kre-makrin.mag.sch.gr>), έχουν αναρτηθεί πολλοί τίτλοι των παραπάνω εκδόσεων σε μορφή PDF, απ' όπου ο κάθε ενδιαφερόμενος μπορεί να εκτυπώσει αυτά που χρειάζεται.

Φέτος, κλείνοντας τα 10 χρόνια λειτουργίας του Κ.Π.Ε Μακρινίτσας, συνεχίζοντας την προσπάθειά μας, προχωρούμε στην έκδοση άλλων 9 τίτλων εκπαιδευτικών βιβλίων, με την ελπίδα ότι θα αποτελέσουν κι αυτά, όπως και τα προηγούμενα, χρήσιμα εργαλεία στα χέρια των εκπαιδευτικών.

Ο Υπεύθυνος του Κ.Π.Ε Μακρινίτσας
Κοητσιδόπουλος Ευριπίδης
Βιολόγος



Εισαγωγή

Τα Κέντρα Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης (ΚΠΕ) σχεδιάζουν, οργανώνουν και υλοποιούν προγράμματα εκπαίδευσης για την Αειφόρο Ανάπτυξη. Τα προγράμματα απευθύνονται κατά κύριο λόγο σε ομάδες μαθητικού πληθυσμού και αφορούν στο άμεσο περιβάλλον του ΚΠΕ.

Άλλες ομάδες στόχου που είναι αποδέκτες των προγραμμάτων ενός ΚΠΕ είναι ομάδες γενικού πληθυσμού: ομάδες εκπαιδευτικών, ομάδες εργασίας, ομάδες συλλόγων, ομάδες τουριστών, ομάδες οικογενειών.

Στο εγχειρίδιο αυτό θα μας απασχολήσουν οι ομάδες μαθητικού πληθυσμού:

-Καλύπτουν το μεγαλύτερο μέρος του αριθμού των ομάδων που βιώνουν τα εκπαιδευτικά προγράμματα του ΚΠΕ.

-Έρχονται στο ΚΠΕ ξεχνώντας για λίγο τη σχολειοποιημένη γνώση. Βγαίνουν έξω από το χώρο του σχολείου (ύλη, σελίδες, βαθμοί, εξετάσεις) κι έρχονται σε επαφή με τη βιωματική προσέγγιση της γνώσης (αγγίζουν, μυρίζουν, γεύονται, ακούνε με κλειστά μάτια, διασχίζουν μονοπάτια με σιωπή, συνεργάζονται με τον «άγνωστο» συμμαθητή τους).

- Ηλικιακά και εξελικτικά διαθέτουν το χρόνο να «καθίσει» μέσα τους το βίωμα από το πρόγραμμα του Κ.Π.Ε και να δώσει καρπούς:

- ο Στο άμεσο σχολικό περιβάλλον (αναφορά στο πως και στο γιατί των θεμάτων που τους απασχολούν, αλληλοσεβασμός, αποδοχή, συνεργασία).
- ο Στο περιβάλλον που ως ενήλικες θα επιβιώσουν (αντίληψη περί ευθύνης, προσανατολισμός στο «μαζί», ανάληψη δράσης).

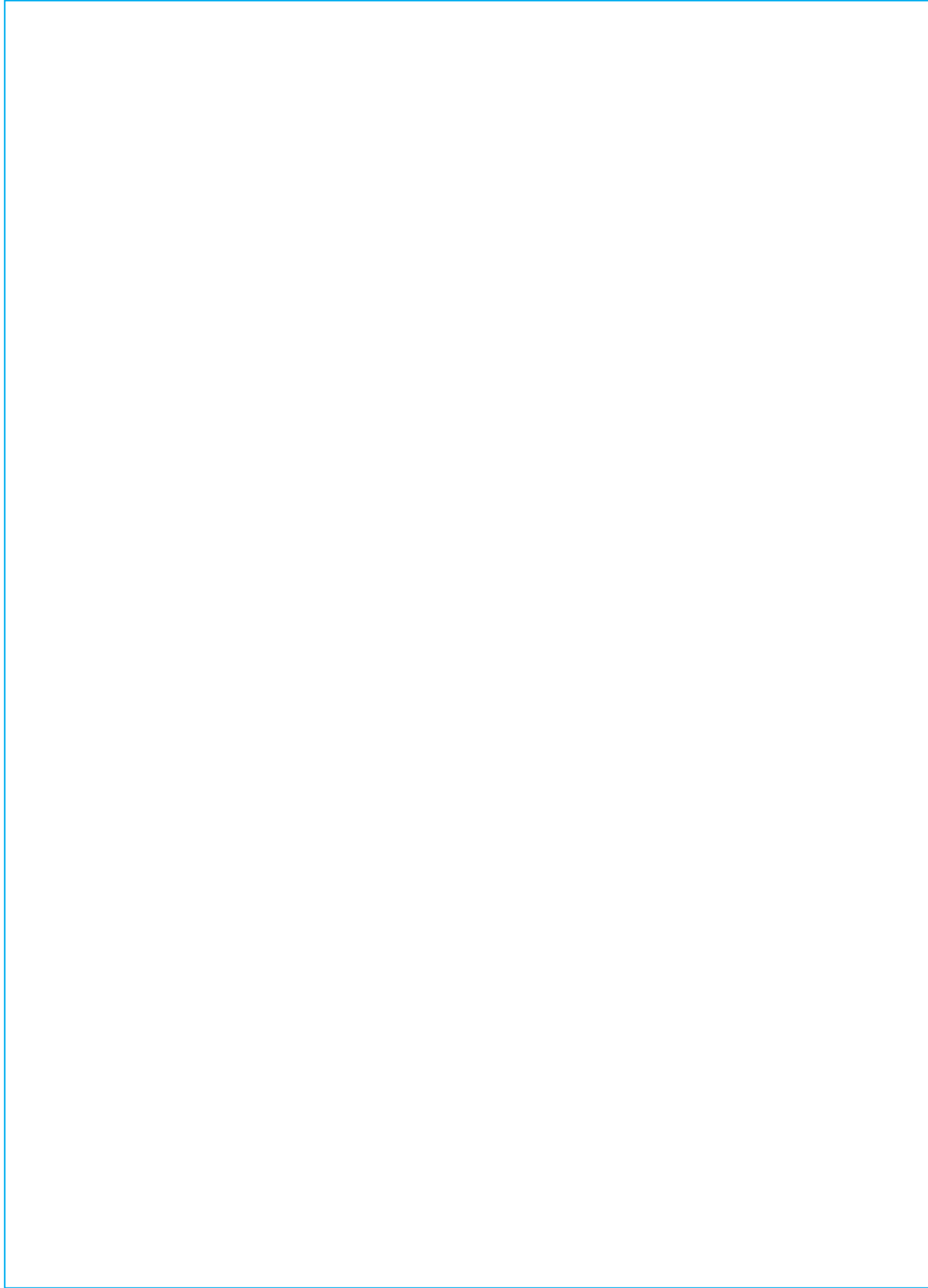
Στις ασκήσεις που προτείνονται, στο βιβλίο αυτό, φαίνεται πως ότι ο προφορικός και ο γραπτός λόγος δεν είναι οι μοναδικοί τρόποι επικοινωνίας. Τα μέλη της ομάδας επικοινωνούν και διαφορετικά π.χ. μέσα από το βλέμμα, την έκφραση του προσώπου, την κίνηση ή τη στάση του σώματος.

Κι όταν το χέρι πιάνει το μολύβι, τον πηλό, το χρώμα αυτό γίνεται για να βρει το νήμα της προσωπικής έκφρασης που συνήθως την αναζητά μέσα σε κουτάκια πολλαπλής επιλογής.

Κι όταν συζητάμε στην ομάδα, κατά κύριο λόγο, μας αφορούν δύο πράγματα:

- η διαδικασία της άσκησης και πόσο εύκολα ή όχι μπαίνει κανείς σ' αυτή, κάτι που σχετίζεται με τις σκέψεις μας για το ομαδικό «γίγνεσθαι» και
- το συναίσθημα, είτε στην αρχή που το σώμα εκτίθεται στο χώρο, είτε στην εξέλιξη της άσκησης και στη δυνατότητα για συνεργασία, είτε τώρα που όλο έχει τελειώσει και χρειάζεται να μιλήσουμε γι' αυτό.

Οι ασκήσεις του βιβλίου προέρχονται από την εκπαίδευση στο θεατρικό παιχνίδι, στη θεατρική πράξη, στη δυναμική της ομάδας. Αρκετές έχουν μεταφερθεί εδώ από τους χώρους αυτούς. Άλλες αποτελούν σύνθεση πολλών ασκήσεων για τις ανάγκες των προγραμμάτων περιβαλλοντικής εκπαίδευσης. Κάποιες άλλες προέρχονται από την αναζήτηση στη σχετική βιβλιογραφία.



Προϋποθέσεις για την επιτυχία των ασκήσεων

Οι ομάδες που έρχονται στο ΚΠΕ έχουν συνήθως συγκεκριμένο αριθμό ατόμων και ο χώρος που δουλεύει η ομάδα είναι προκαθορισμένος.

Παρακάτω προτείνουμε κάποιες προϋποθέσεις που αν εξασφαλιστούν συντελούν στη επιτυχία των ασκήσεων.

Ο αριθμός των μελών: όταν μιλάμε για ομάδα που δουλεύει με βιωματική προσέγγιση αναφερόμαστε σε μια ομάδα 10 -12 ατόμων. Στα ΚΠΕ συχνά δουλεύουμε με μεγαλύτερες ομάδες π.χ. μια μεγαλύτερη σχολική ομάδα ή μια ομάδα σε εκπαιδευόμενων σε ένα σεμινάριο. Στη περίπτωση αυτή ο εμπυχωτής έχει να σκεφθεί θέματα όπως ο χώρος, το είδος των ασκήσεων που θα επιλέξει, ο χρόνος που χρειάζεται το άτομο για να δουλέψει ατομικά, σε ζευγάρι ή σε μικρή ομάδα, ο χρόνος που χρειάζεται για να καταθέσουν τα μέλη τη δημιουργία τους, την άποψη και το συναίσθημά τους.

Ο χώρος: όπως προαναφέραμε ο χώρος δουλειάς με τη ομάδα είναι ήδη προκαθορισμένος. Είναι θετικό για την ομάδα, που δουλεύει βιωματικά, να βρίσκεται σε ένα χώρο αυτόνομο με δική του είσοδο – έξοδο και ηρεμία από θορύβους (κίνηση δρόμου, γειτονικοί χώροι εργασίας).

Πολλές από τις ασκήσεις μπορούν να γίνουν και σε εξωτερικό χώρο (προαύλιο, πάρκο, δάσος, ακρογιαλιά). Στην περίπτωση αυτή ο εμπυχωτής έχει να σκεφθεί το θέμα των θορύβων και των ατόμων που κάνουν χρήση του ίδιου χώρου ή περνούν από εκεί τη στιγμή που η ομάδα δουλεύει.

Η μικρή ομάδα: σε αρκετές περιπτώσεις χρειάζεται τα μέλη να δουλέψουν σε ζευγάρια ή μικρές ομάδες. Αυτό βοηθάει σε θέματα που χρειάζονται βαθύτερη προσέγγιση και προσωπική έκφραση. Τα μέλη που έχουν δυσκολία να εκφραστούν για το πώς νιώθουν μέσα στην ομάδα «παίρνουν» χρόνο να επικοινωνήσουν με λιγότερα άτομα και να προετοιμαστούν για να καταθέσουν την εμπειρία τους στη μεγάλη ομάδα.

Ο χρόνος: Οι προτεινόμενοι χρόνοι κάθε άσκησης του βιβλίου προέρχονται από προγράμματα εμπύχωσης ομάδων παιδιών και ομάδων ενηλίκων. Η ενασχόληση με τη βιωματική προσέγγιση και η απόκτηση εμπειρίας δίνει τη δυνατότητα στον εμπυχωτή να εκτιμήσει το χρόνο που χρειάζεται για τη συγκεκριμένη άσκηση. Αυτό αφορά στη συγκεκριμένη ομάδα, στο στάδιο που βρίσκεται σε σχέση με το πρόγραμμα (αρχή, μέση, τέλος) και σε σχέση με τη φάση της εξέλιξής της (βλ. Μακέλη Γρ, 2007).

Είναι θετικό να τηρείται ο προκαθορισμένος, από τον εμπυχωτή, χρόνος. Αυτό δίνει στα μέλη τη δυνατότητα να εκφραστούν με τον προσωπικό τους τρόπο επικεντρώνοντας στα σημεία που είναι για αυτούς σημαντικά. Στις περιπτώσεις έκφρασης με γραπτό λόγο, ζωγραφική, κατασκευή κ.α. είναι θετικό ο εμπυχωτής να περιμένει να τελειώσουν όλοι.

Η δομή της άσκησης: στο ξεκίνημα της δουλειάς με ομάδα συγκεντρωνόμαστε όλοι στο κύκλο. Αυτό δίνει τη δυνατότητα να βλέπουμε όλοι όλους και να επικοινωνούμε με λεκτικούς και μη τρόπους έκφρασης: λόγο, βλέμμα, έκφραση

προσώπου, στάση σώματος.

Στον κύκλο ανακοινώνεται ο τρόπος δουλειάς και συζητούνται τυχόν απορίες. Είναι θετικό να μην αναλωνόμαστε σε εξηγήσεις που ούτως ή άλλως δύσκολα κατανοούνται τη στιγμή της ενημέρωσης παρά μόνο τη στιγμή της ενεργοποίησης.

Η άσκηση στην εξέλιξη της ενδέχεται να περιλαμβάνει δουλειά σε ατομικό επίπεδο, σε ζευγάρια ή μικρές ομάδες. Μετά το τέλος του προκαθορισμένου χρόνου η ομάδα συγκεντρώνεται στον κύκλο όπου δίνεται ο απαραίτητος χρόνος για να καταθέσουν όλα τα μέλη την εμπειρία τους από την άσκηση που μόλις βίωσαν.

Συστάσεις (1)

η άσκηση

Ελάτε όλοι στον κύκλο.

Θα συστηθούμε μ' έναν τρόπο διαφορετικό.

Καθένας θα πει το όνομά του με έναν τρόπο περίεργο, παράξενο.

Οι υπόλοιποι τον χαιρετάμε λέγοντας «καλημέρα» και επαναλαμβάνοντας το όνομά του με τον τρόπο που το είπε ο ίδιος.

χρόνος 10 λεπτά

Τελειώνοντας ελάτε να συζητήσουμε γι' αυτό που ζήσαμε.

Χρόνος 10 λεπτά

ο εμπυκωτής

- Ξεκινάει, πρώτος, κάνοντας κάτι υπερβολικό ώστε τα μέλη να αντιληφθούν ότι μπορούν να εκφραστούν όπως πραγματικά αισθάνονται.



Συστάσεις (2)

Τα υλικά

ένα ταμπουρίνο

η άσκηση

Ελάτε στον κύκλο

Περπατάμε ελεύθερα στο χώρο.

Με το χτύπημα του ταμπουρίνο «παγώνουμε» στη θέση που βρισκόμαστε.
Με τα δύο συνεχόμενα χτυπήματα κινούμαστε στο χώρο και χαιρετάμε όποιον συναντάμε απέναντί μας με ένα κούνημα του κεφαλιού.

Με το χτύπημα «παγώνουμε» στη θέση μας.

Με τα δύο χτυπήματα κινούμαστε στο χώρο και χαιρετάμε μ' ένα κούνημα του κεφαλιού κι ένα χαμόγελο.

Χτύπημα - «Παγώνουμε» - Δύο χτυπήματα.

Χαιρετάμε με ένα κούνημα του κεφαλιού, ένα χαμόγελο και μια χειραψία.

Χτύπημα - «Παγώνουμε» - Δύο χτυπήματα.

Χαιρετάμε με κούνημα του κεφαλιού, χαμόγελο, χειραψία και λέμε το όνομά μας.

Χρόνος 10 λεπτά

ο εμπυχωτής

- Συμμετέχει και ο ίδιος στην άσκηση.
- Αν παρατηρήσει ότι υπάρχουν άτομα που τα υπόλοιπα μέλη δεν τα πλησιάζουν το κάνει ο ίδιος.
- Η άσκηση έχει αρκετά στάδια και τα μέλη εξοικειώνονται σιγά-σιγά με την έκθεση του σώματος στο χώρο. Αν ο εμπυχωτής νιώθει ότι η ομάδα συνεχίζει μόνη της ο ίδιος μπορεί να σταματήσει να συμμετέχει.

παρατήλαγή:

- Στη θέση του ταμπουρίνο μπορεί να χρησιμοποιηθούν άλλα οργανάκια (π.χ. ντέφι, ξυλάκια).
- Ο εμπυχωτής μπορεί να χρησιμοποιήσει και παλαμάκια.



Συστάσεις (3)

Τα υλικά

Ένα φρούτο εποχής (μήλο, πορτοκάλι, μανταρίνι)
ή ένα μαλακό αντικείμενο (πάνινη μπάλα, μαξιλαράκι).

η άσκηση

Ελάτε όλη η ομάδα να κάνουμε έναν κύκλο.

Θα συστηθούμε λέγοντας ο καθένας το όνομά του και πετώντας αυτό το αντικείμενο στον απέναντί του.

Αυτός που πιάνει το αντικείμενο λέει το όνομά του και το πετάει σε κάποιον άλλο.

Συνεχίζουμε έτσι μέχρι να ακουστούν όλα τα ονόματα.

Χρόνος 10 λεπτά

Ο εμπυκωτής

- Ξεκινάει πρώτος την άσκηση.
- Φροντίζει να κρατιέται ένας σχετικά γρήγορος ρυθμός και να μη διακόπτεται η ροή της άσκησης.
- Αν διαπιστώσει ότι υπάρχουν άτομα που δεν τους πετάει κανείς το αντικείμενο το κάνει ο ίδιος.

παρατήλαγή:

- Οι συστάσεις εκτός από το όνομα συμπληρώνονται και από ένα άλλο στοιχείο (π.χ. αγαπημένο φαγητό, χόμπι) λέγοντας: «είμαι ο/η και μου αρέσει το..... ή μου αρέσει να.....».



Περπατάμε σαν...

η άσκηση

Ελάτε να κάνουμε έναν κύκλο.
Περπατάμε ελεύθερα στο χώρο.
Περπατάμε σαν...
να είμαστε λυπημένοι
χαρούμενοι
νευρικοί
τρομαγμένοι
μωρά που μόλις περπάτησαν
έφηβοι
μεσήλικες
ηλικιωμένοι.
Περπατάμε ελεύθερα στο χώρο.
Χρόνος 10 λεπτά

ο εμπνευστής

- Μπορεί να αλλάξει τη σειρά των περπατημάτων, να προσθέσει άλλα, να αλλάξει το χρόνο της άσκησης.

παρατήλαση:

- Όταν τελειώσουν τα παραπάνω περπατήματα ή αφού γίνουν μερικά, τα μέλη ανά δύο περπατούν με «κολλημένα» διάφορα μέλη του σώματος: το πάνω μέρος της παλάμης, τις μύτες των ποδιών, τους αγκώνες, την πλάτη, τις φτέρνες.



Περπατάμε σε...

η άσκηση

Ελάτε όλοι στον κύκλο.
Περπατάμε ελεύθερα στο χώρο.
Περπατάμε.....
στην άσφαλτο
σε ένα οργωμένο χωράφι
σε ένα καλντερίμι κατηφορικό
σε ένα δάσος με πυκνή βλάστηση
σε ένα χωματόδρομο με βροχή
σ' έναν ανηφορικό δρόμο φορτωμένοι
σε ένα χιονισμένο δρόμο με πάγο
σ' ένα στενό γεφύρι.
Περπατάμε ελεύθερα στο χώρο.
Χρόνος 10 λεπτά

ο εμπυκνωτής

- Επιλέγει κάποια από τα περπατήματα, προσθέτει άλλα ή αλλάζει το χρόνο της άσκησης.



Ταυτόχρονη ζωγραφική

τα υλικά

Κόλλες Α4, μαρκαδόροι, χρώματα λαδοπαστέλ,
ένα μεγάλο χαρτόνι, κόλλα.

η άσκηση

Ελάτε όλη η ομάδα να κάνουμε έναν κύκλο.

Επιλέγουμε ένα θέμα που κινεί το ενδιαφέρον μας και αφορά στο περιβάλλον
που ζούμε, φυσικό ή/και δομημένο.

Παίρνουμε μία κόλλα χαρτί, χρώματα
και φτιάχνουμε μια ζωγραφιά με το ίδιο θέμα.
Σκεφτόμαστε έναν τίτλο για τη ζωγραφιά μας.

χρόνος 10 λεπτά

Μπορείτε να εκθέσετε τα έργα στο χαρτόνι και να μας τα παρουσιάσετε.
Κάθε μέλος προτείνει έναν τίτλο για το έργο που παρουσιάζει ο δημιουργός.

Στο τέλος λέει ο ίδιος τον τίτλο που έχει επιλέξει.

Συζητάμε για το πως νιώσαμε στη διάρκεια της άσκησης.

Χρόνος 30 λεπτά



Το Σαχτυλάκι της ενέργειας

η άσκηση

Ελάτε στον κύκλο.

Με ένα πήδημα θα ανοίξουμε τα πόδια σε μικρή διάσταση.

Πάμε: «χοπ!».

Θα βάλουμε τα χέρια στη μέση έτσι ώστε να ακουμπάνε οι αγκώνες μας μεταξύ τους.

Θα ξεκινήσουμε από αριστερά λέγοντας:

«είμαι ο/η..., παίρνω ενέργεια από τον/την...

(το όνομα του μέλους που είναι στ' αριστερά αυτού που μιλάει)

και δίνω ενέργεια στον/στην ...

(το όνομα του μέλους που είναι στα δεξιά αυτού που μιλάει).

Με τον τρόπο αυτό όλοι θα πάρουμε και όλοι θα δώσουμε ενέργεια.

Χρόνος 5 λεπτά

ο εμπυχωτής

- Η άσκηση αυτή είναι καλύτερα να γίνεται μετά από ασκήσεις γνωριμίας, βλ. συστάσεις (1), συστάσεις (2), συστάσεις (3).
- Σε περίπτωση που δεν έχει προηγηθεί άσκηση γνωριμίας τα μέλη λένε το όνομά τους τη στιγμή εκείνη.
- Ο εμπυχωτής ξεκινάει την άσκηση.

- Φροντίζει να μην διακοπεί η ροή της άσκησης ώστε να νιώθουν όλα τα μέλη ισότιμα τη στιγμή που δίνουν και παίρνουν ενέργεια.

παρατήλαγή

- Εκτός από το όνομα μπορεί να προστεθεί η ιδιότητα του μέλους ή αγαπημένη δραστηριότητα.



Τα Αρχικά μου

η άσκηση

Θα δουλέψουμε με τα αρχικά του ονόματός μας.

Σε μια κόλλα χαρτί γράφουμε τα αρχικά μας.

Τα διακοσμούμε με στοιχεία από το περιβάλλον, φυσικό
και δομημένο (ανθρωπογενές).

Μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε στοιχεία από το περιβάλλον γύρω μας
ή/και από το ευρύτερο περιβάλλον.

Χρόνος 10 λεπτά

Τελειώνοντας εκθέτουμε τα έργα μας για να τα δούμε όλοι.

Χρόνος 10 λεπτά

Ελάτε στον κύκλο για να παρουσιάσετε τις ζωγραφιές σας
και να συζητήσουμε

για το πως πήρε ο καθένας το μικρό του όνομα:

π.χ. από τον παππού, τη γιαγιά, από τοπικό Άγιο,

τι μπορεί να σημαίνει ένα επώνυμο:

π.χ. επάγγελμα, καταγωγή.

Χρόνος 20 λεπτά



Το σήμα της ομάδας

Τα υλικά

Κόλλες Α4, μαρκαδόροι, λαδοπαστέλ.

η άσκηση

Ελάτε να κάνουμε έναν κύκλο.

Θα φτιάξουμε το σήμα της ομάδας.

Η ιδέα μπορεί να προέρχεται από οποιοδήποτε στοιχείο του φυσικού ή δομημένου περιβάλλοντος.

Το σήμα μπορεί να περιλαμβάνει το όνομα της ομάδας.

Το σήμα εκφράζει το χαρακτήρα της ομάδας.

Παίρνουμε χαρτί και χρώματα και σχεδιάζουμε πρόχειρα την ιδέα μας.

Χρόνος 10 λεπτά

Όταν τελειώσουμε, καθένας με τη σειρά, παρουσιάζει την ιδέα του στην ομάδα.

Εξηγεί γιατί επέλεξε αυτό το σχέδιο και πως αυτό εκφράζει την ομάδα.

Μετά το τέλος κάθε παρουσίασης θα συζητήσουμε για:

- το περιεχόμενο του σήματος
- το περιβαλλοντικό του μήνυμα
- αν αυτό εκφράζει την ομάδα

- τις αλλαγές που θα μπορούσαν να γίνουν

Στην περίπτωση που δεν προκριθεί κάποια πρόταση συζητούνται καινούριες ιδέες ή μια ιδέα που να αξιοποιεί τα θετικά στοιχεία των προηγούμενων προτάσεων.

Χρόνος 30 λεπτά

ο εμπυκωτής

- Υπενθυμίζει στα μέλη ν' αποφεύγουν την κριτική και τα αρνητικά σχόλια μετά από κάθε παρουσίαση.
- Ενθαρρύνει τα μέλη να κουβεντιάσουν πως νιώθουν τις στιγμές που:
 - Προετοιμάζουν την ιδέα τους, την παρουσιάζουν και στηρίζουν την πρότασή τους.
 - Ακούνε την ομαδική αξιολόγηση.
- Συμμετέχουν στην αξιολόγηση των άλλων προτάσεων.
- Όταν τα μέλη συμφωνήσουν ζωγραφίζουν την ιδέα τους πάνω σε χαρτόνι κι από τις δύο πλευρές. Το σήμα μπορεί να κρεμαστεί σε μια πλευρά της τάξης ή στο χώρο που η ομάδα κάνει την παρουσίαση του προγράμματός της. Τα μέλη που το διάστημα αυτό δεν έχουν εργασία μπορούν να ζωγραφίσουν το ίδιο σήμα σε μέγεθος κονκάρδας για να δοθεί σε κάθε μέλος.



Τελειώνω την πρόταση

Τα υλικά

Κόλλες Α4, μολύβια.

η άσκηση

Ελάτε στον κύκλο.

Παίρνουμε μία κόλλα χαρτί και μολύβι.

Περπατάμε με ήρεμο βήμα μέσα στο χώρο εργασίας της ομάδας.

Διαλέγουμε ο καθένας το «δικό» του σημείο.

Μένουμε στο σημείο αυτό.

Θα ακούσετε την αρχή μιας πρότασης.

«Εκπαίδευση για την αειφορία, σημαίνει.....».

Θα συμπληρώσετε την πρόταση.

Θα δώσετε το δικό σας τέλος.

χρόνος 15 λεπτά

Ελάτε στον κύκλο. Θα διαβάσουμε αυτά που έχετε γράψει και θα συζητήσουμε

για το πόσο εύκολα συμπληρώθηκε η πρόταση

αν υπήρχαν εναλλακτικά σενάρια και ποιο τελικά επιλέξατε.

Χρόνος 30 λεπτά

ο εμπυκωτής

- Δίνει τις οδηγίες.

εξέλιξη της άσκησης

- Ομαδοποιούμε τις απόψεις και δημιουργούμε αφίσες, ομαδικά σχέδια ή μηνύματα.



Κοινή Ζωγραφιά

Τα υλικά

Κόλλες χαρτί λευκό Α4, χρώματα λαδοπαστέλ.

η άσκηση

Ελάτε στον κύκλο.

Θα δουλέψουμε σε ζευγάρια.

**Επιλέγουμε για ζευγάρι ένα μέλος της ομάδας
με το οποίο δεν έχουμε συνεργαστεί πολλές φορές.**

Παίρνουμε κάθε ζευγάρι μια κόλλα χαρτί και χρώματα.

Επιλέγουμε ένα θέμα του άμεσου περιβάλλοντος της ομάδας.

Βάζουμε την κόλλα χαρτί ανάμεσά μας.

**Κάθε μέλος του ζευγαριού ξεκινάει να ζωγραφίζει από την άκρη του χαρτιού που
βρίσκεται πιο κοντά του ώσπου οι ζωγραφιές μας να συναντηθούν.**

Χρόνος 10 λεπτά

Όταν τελειώσετε συζητήστε με το ζευγάρι σας

τι δημιούργησε ο ένας και τι ο άλλος.

Συζητήστε για την αίσθησή σας βλέποντας την κοινή σας ζωγραφιά.

Συζητήστε για τα συναισθήματά σας στη διάρκεια της άσκησης.

Χρόνος 10 λεπτά

Ελάτε στον κύκλο να συζητήσουμε την εμπειρία μας από την άσκηση.

-Ποιο ζευγάρι θέλει να ξεκινήσει;

Χρόνος 20 λεπτά



Οδηγός-τυφλός

Τα υλικά

Μαντήλια σε μέγεθος που να δένονται τα μάτια ενός ατόμου, τόσα, όσα τα μισά μέλη της ομάδας.

η άσκηση

Ελάτε στον κύκλο. Θα δουλέψουμε σε ζευγάρια.

Παίρνουμε αριθμούς από το 1 - 3. Τα (1) γίνονται ζευγάρι με το παραδιπλανό τους (3) και τα (2) με το παραδιπλανό τους (2).

Τα ζευγάρια χωρίζονται σε Α και Β.

Οι Β παίρνουν ένα μαντήλι και δένουν τα μάτια του ζευγαριού τους.

Οι Α είναι τυφλοί και οι Β είναι οι οδηγοί τους.

Τους κατευθύνουν σιωπηλά πιάνοντας τους από τους ώμους.

Στη στροφή κτυπάνε ελαφρά στον αντίστοιχο ώμο του τυφλού προς την πλευρά που θα στρίψουν. Αν πρόκειται να συναντήσουν εμπόδιο (σκαλοπάτι, πέτρα) τους ειδοποιούν χαμηλόφωνα.

Οι οδηγοί αποφεύγουν να συγκρουστούν τα οχήματα (οδηγός-τυφλός) μεταξύ τους.

Οι Α και Β αλλάζουν ρόλους όταν ακούσουν το σύνθημα.

Χρόνος 20 λεπτά

ο εμπυχωτής

- Αν ο αριθμός των μελών της ομάδας είναι μονός ο εμπυχωτής γίνεται ζευγάρι με ένα μέλος.

στη συζήτηση

- Ο εμπυχωτής διευκολύνει την επικοινωνία των μελών ρωτώντας για το πώς ένιωσαν στο κάθε ρόλο, οδηγός – τυφλός, οι ίδιοι και σε σχέση με το ζευγάρι τους.



Το εκκρεμές

η άσκηση

Θα δουλέψουμε σε τριάδες.

Προσπαθούμε να συνεργαστούμε με άτομα που δεν έχουμε δουλέψει ξανά μαζί.

Αποφασίζουμε ποιος θα είναι ο Α, ο Β, και ο Γ στην τριάδα μας.

Ο Α και ο Β αφήνουν ένα μικρό κενό ανάμεσά τους και κοιτάζουν ο ένας τον άλλο.

Στο κενό αυτό μπαίνει ο Γ, κοιτώντας τον ένα από τους δύο.

Ο Γ κλείνει τα μάτια.

Κρατάει τις πατούσες των ποδιών του κολλημένες στο πάτωμα.

Ο Α αγγίζει το Γ στους ώμους και τον σπρώχνει ελαφρά προς το Β.

Ο Β σπρώχνει ελαφρά το Γ προς τον Α.

Χρόνος 1 λεπτό

Όταν ακούσουμε το σύνθημα αλλάζουμε ρόλους. Εκκρεμές γίνεται ο Α. Όταν ακούσουμε ξανά το σύνθημα εκκρεμές γίνεται ο Β.

Χρόνος 2 λεπτά

Όταν ακουστεί το σύνθημα δύο φορές ολοκληρώνετε την άσκηση.

Συζητείστε μεταξύ σας για το πώς νιώσατε μέσα σε κάθε ρόλο που αλλάξατε.

Χρόνος 10 λεπτά

Ελάτε στον κύκλο να συζητήσουμε την εμπειρία μας από την άσκηση.

Χρόνος 20 λεπτά

ο εμπυχωτής

- Συντονίζει τη συζήτηση κάνοντας ερωτήσεις:
 - πώς νιώσατε σε κάθε ρόλο;
 - αισθανθήκατε εμπιστοσύνη όταν ήσασταν εκκρεμές;
 - τί μηνύματα πήρατε από το εκκρεμές σας τα δύο άλλα μέλη της τριάδας;



Το άδελό μισό

τα νήικά

Φύλλα, άνθη, καρποί, βλαστοί, ρίζες, νωπά ή ξερά, από βότανα και δέντρα της περιοχής, όσα και τα μέλη της ομάδας ανά δύο ίδια, βιβλία - φωτογραφίες για τα φυτά της περιοχής, κόλλες χαρτί A4, μολύβια. Τα φυτά βρίσκονται εκτεθειμένα σε διάφορα σημεία του χώρου. Πάνω στα φυτά που είναι όμοια στα μισά υπάρχει ο αριθμός (1) και στα μισά ο αριθμός (2).

η άσκηση

Ελάτε να κάνουμε έναν κύκλο. Θα δουλέψουμε με τα φυτά της περιοχής. Περπατάμε ανάμεσα στα είδη που είναι απλωμένα στο χώρο. Διαλέγουμε ένα και το παρατηρούμε.

Χρόνος 5 λεπτά

Αν δεν το αναγνωρίζουμε αναζητάμε πληροφορίες στη βιβλιογραφία.

Αναζητάμε το άτομο με το οποίο έχουμε το ίδιο φυτό.

Ο (1) αναζητά πληροφορίες για την ονομασία του φυτού, την λατινική του ονομασία, την περιοχή που φύεται, την περίοδο που ανθίζει.

Ο (2) αναζητά πληροφορίες για τις χρήσεις του, τα μέρη του που χρησιμοποιούνται και τον κύκλο ζωής του.

Χρόνος 15 λεπτά

Τα ζευγάρια συνθέτουν τις πληροφορίες που έχουν συλλέξει.

Χρόνος 10 λεπτά.

Ελάτε στον κύκλο να ανακοινώσουμε τις πληροφορίες και να συζητήσουμε για την εμπειρία μας από την άσκηση.

ο εμπυχωτής

- Επαναλαμβάνει σταδιακά τις οδηγίες ώστε να γίνουν κατανοητές.
- Φροντίζει να είναι ευδιάκριτες οι διαφορές ανάμεσα στα φυτά ώστε να αναδειχτούν τα ζευγάρια.

παραήλαγή 1

- Σε περίπτωση που η άσκηση γίνεται σε εσωτερικό χώρο τα φυτά μπορούν

ν' αντικατασταθούν από αντικείμενα του χώρου εργασίας της ομάδας.

παραήλαγή 2

- Αν η άσκηση υλοποιείται κοντά σε δομημένο περιβάλλον η αναζήτηση πληροφοριών μπορεί ν' αντικατασταθεί από επιτόπια έρευνα με τα άτομα της περιοχής που η ομάδα θα συναντήσει στο πεδίο.



Διηλιές κάρτες

Τα υλικά

Φωτογραφίες ή κάρτες, στο πάτωμα, που να δείχνουν ένα περιβαλλοντικό θέμα όσες και τα μέλη της ομάδας ανά δύο ίδιες.

η άσκηση

Ελάτε στον κύκλο.

Θα περπατήσουμε ανάμεσα στις φωτογραφίες που είναι στο πάτωμα.

Επιλέγουμε αυτήν που μας εκφράζει.

Αναζητάμε μια ήσυχη γωνιά και γράφουμε τα σχόλιά μας για το θέμα της κάρτας.

χρόνος 10 λεπτά

Αναζητάμε το άτομο που έχουμε την ίδια κάρτα και συνθέτουμε ένα κοινό κείμενο από τα σχόλια που έχουμε κάνει και οι δύο.

Χρόνος 20 λεπτά

Ελάτε στον κύκλο για να ακούσουμε τα κείμενα σας και να συζητήσουμε το πως νιώσαμε κατά τη διάρκεια της άσκησης.

χρόνος 30 λεπτά

ο εμπυχωτής

- Απλώνει τις φωτογραφίες στο χώρο πριν ξεκινήσει η συνάντηση με την ομάδα.
- Ενδεικτικές ερωτήσεις για τη συζήτηση:
 - Ποιες δυσκολίες συναντήσατε γράφοντας για το θέμα;
 - Πώς νιώσατε στη φάση της συνεργασίας με τον άλλο;
 - Έχετε υπόψη σας περιβαλλοντικά θέματα που η διευθέτησή τους εμποδίζεται από το έλλειμμα συνεργασίας;



Χρήσιμη μουντζούρα

Τα υλικά

Κόλλες χαρτί A4, μαρκαδόροι μαύροι, όσοι και τα μέλη της ομάδας, μαρκαδόροι χρωματιστοί.

η άσκηση

Παίρνουμε μία κόλλα χαρτί κι ένα μαύρο μαρκαδόρο.

Ελάτε στον κύκλο.

Καθίστε αναπαυτικά.

Κρατάμε το μαρκαδόρο με το αριστερό χέρι.

Κλείνουμε τα μάτια και ζωγραφίζουμε μια μουντζούρα πάνω στο χαρτί.

Ανοίγουμε τα μάτια σας και κάνουμε, με το μαύρο μαρκαδόρο, το περίγραμμα της μουντζούρας Παρατηρούμε τι σχηματίζεται.

Διαλέγουμε χρωματιστούς μαρκαδόρους και ζωγραφίζουμε ένα περιβάλλον όπου εντάσσεται η μουντζούρα.

Δίνουμε έναν τίτλο στο έργο μας.

Χρόνος 15 λεπτά

Τελειώνοντας συγκεντρωνόμαστε στον κύκλο για να παρουσιάσουμε τα σχέδιά μας και να συζητήσουμε .

Χρόνος 20 λεπτά

ο εμπυχωτής

- Διατηρεί τη ροή της άσκησης. Όταν ζωγραφίζουμε με κλειστά τα μάτια, νιώθουμε διαφορετικά και αυτό δημιουργεί την ανάγκη λεκτικής επικοινωνίας. Κάποια μέλη παρουσιάζουν δυσκολία στο να τοποθετήσουν τη μουντζούρα τους σε σημερινό περιβάλλον. Ο εμπυχωτής προτείνει να σκεφθούν και περιβάλλοντα στο παρελθόν ή στο μέλλον.
- Αν διαπιστώσει ότι κάποια μέλη νιώθουν άβολα, με κλειστά μάτια ή

ζωγραφίζοντας με το αριστερό, δίνει το περιθώριο να ζωγραφίσουν με ανοικτά μάτια και με το δεξί χέρι.

παρατήλαγι

- Το περιβάλλον που θα ενταχθεί η μουντζούρα ενδέχεται να δοθεί από τον εμπυχωτή ανάλογα με το περιβαλλοντικό θέμα που μελετάει η ομάδα: η μουντζούρα τοποθετείται μέσα σ' ένα δασικό περιβάλλον / σ' ένα υδάτινο περιβάλλον / σ' ένα παραδοσιακό οικισμό / σ' ένα περιβάλλον με σύγχρονη δόμηση κ.λπ.



Το περιβαλλοντικό μου έμβλημα

Τα υλικά

Φωτοτυπίες με το έμβλημα, όσες και τα μέλη της ομάδας, χρωματιστοί μαρκαδόροι.

η άσκηση

Παίρνουμε από μια φωτοτυπία και καθόμαστε στον κύκλο.

Ας διακοσμήσουμε το περιβαλλοντικό μας έμβλημα.

Στο πάνω αριστερά τμήμα ζωγραφίζουμε κάτι που μας άρεσε να κάνουμε στο παρελθόν και είναι σχετικό με το περιβάλλον.

Στο πάνω δεξιά τμήμα κάτι με το οποίο ασχολούμαστε αυτό το διάστημα και είναι σχετικό με το περιβάλλον.

Στο κάτω αριστερά τμήμα κάτι που μας παρακίνησε ν' ασχοληθούμε περισσότερο με το περιβάλλον.

Στο κάτω δεξιά τμήμα κάτι που θα θέλαμε ν' αλλάξουμε στο περιβάλλον.

Μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε στοιχεία από το φυσικό, το δομημένο (ανθρωπογενές), το κοντινό και το ευρύτερο περιβάλλον.

χρόνος 15 λεπτά

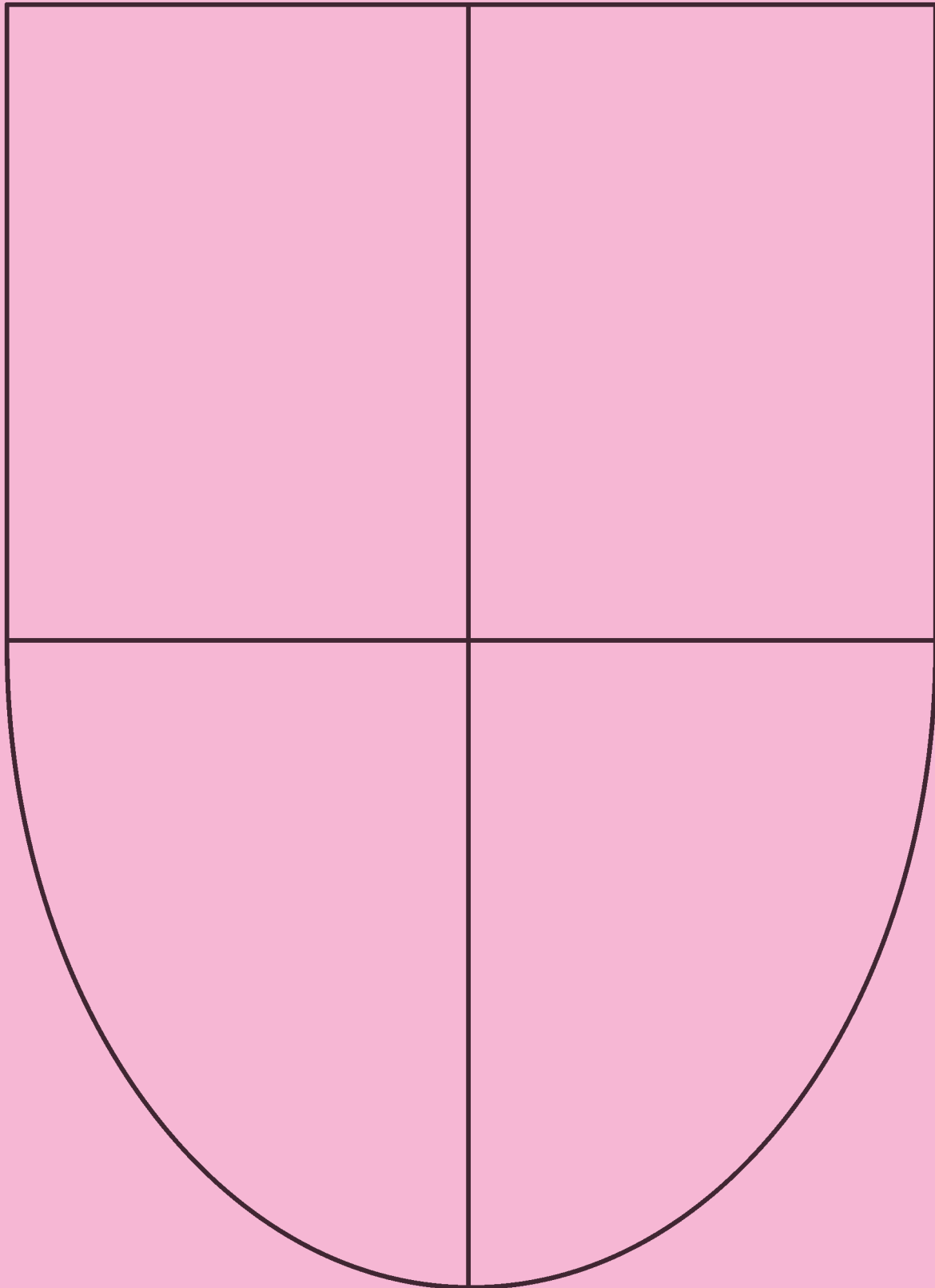
Όταν τελειώσουμε θα συγκεντρωθούμε στον κύκλο για εκθέσουμε τα εμβλήματά μας και να συζητήσουμε.

χρόνος 30 λεπτά

ο εμπυκωτής

- Ενθαρρύνει τα μέλη που νιώθουν άβολα με την ικανότητά τους στη ζωγραφική προτρέποντας τους να χρησιμοποιήσουν σύμβολα, λέξεις, αρχικά ονομάτων.
- Συντονίζει την παρουσίαση των εμβλημάτων.





Περιβάλλον χθες - σήμερα - αύριο

Τα υλικά

Φωτογραφίες με τοπία όπως είναι σήμερα (επιλέγουμε τοπία που έχουν αλλάξει με το πέρασμα του χρόνου), μισές από τον αριθμό των μελών. Κόλλες, ψαλίδια, μολύβια, γόμες, φύλλα χαρτί Α4, μαρκαδόροι, χρώματα λαδοπαστέλ, χαρτόνια σε ουδέτερα χρώματα: π.χ. μπλε, γκρι.

Οι φωτογραφίες είναι απλωμένες στο πάτωμα.

η άσκηση

Θα εργαστούμε πάνω στο θέμα «Περιβάλλον χθες – σήμερα – αύριο»

Θα δουλέψουμε σε ζευγάρια.

Περπατάμε ανάμεσα στις κάρτες ψάχνοντας να βρούμε αυτή που μας εκφράζει περισσότερο.

Αναζητάμε το άτομο που έχει την ίδια κάρτα με μας.

Χρόνος 7 λεπτά.

Με το ζευγάρι μας βρίσκουμε το χώρο μας.

Παίρνουμε ένα χαρτόνι.

Τοποθετούμε στη μέση την κάρτα. Την κολλάμε.

Ζωγραφίζουμε απ' την αριστερή πλευρά της κάρτας την προέκτασή της όπως φανταζόμαστε ότι ήταν στο παρελθόν το τοπίο αυτό.

Ζωγραφίζουμε από τη δεξιά πλευρά της κάρτας την προέκταση όπως φανταζόμαστε ότι θα είναι στο μέλλον το τοπίο αυτό.

χρόνος 20 λεπτά

Τελειώνοντας έχουμε 5 λεπτά για να συζητήσουμε με το ζευγάρι μας.

Ερχόμαστε στον κύκλο για να παρουσιάσουμε τα έργα.

Ποιο ζευγάρι θέλει να μιλήσει;

Χρόνος 20 λεπτά.

ο εμπυχωτής

- Φροντίζει να υπάρχει ησυχία ιδιαίτερα τις στιγμές που τα μέλη περπατούν ανάμεσα στις κάρτες κι αργότερα όταν ως ζευγάρια εργάζονται στο χαρτόνι.

- Πριν τα ζευγάρια ξεκινήσουν την κοινή τους εργασία τους λέει ν' αποφασίσουν από πριν ποιος θ' ζωγραφίσει το παρελθόν και ποιος το μέλλον.
- Το παρελθόν και το μέλλον αποτυπώνονται στο ίδιο μέγεθος με το παρόν.



Ομαδική Αφήγηση

Τα υλικά

Ένα μπλοκ σημειώσεων, μολύβι

η άσκηση

Ελάτε στον κύκλο.

Θα δουλέψουμε με ομαδική αφήγηση.

Θα ορίσουμε τη σειρά που θα ξεκινήσουμε.

Θα αρχίσει ο πρώτος με μια πρόταση θα συνεχίσει ο δεύτερος κ.ο.κ.

Δε θα υπάρξει προηγούμενη συνεννόηση για το τι θα αφηγηθούμε.

Θα ορίσουμε ένα «γραμματέα», που θα καταγράφει ότι λέγεται.

Προτείνω να ολοκληρώσουμε την ιστορία μετά από τρεις γύρους.

χρόνος 30 λεπτά

Όταν τελειώσουμε θα συγκεντρωθούμε στον κύκλο για να ακούσουμε το «γραμματέα» να διαβάζει την ιστορία και να συζητήσουμε:

- για την ιστορία που αφηγηθήκαμε
- για την εμπειρία μας από την άσκηση

χρόνος 30 λεπτά

ο εμπυκωτής

- Ενημερώνει το «γραμματέα» να σημειώνει τα αρχικά των μελών που αφηγούνται.
- Αν κάποιο μέλος δεν έχει να αφηγηθεί κάτι συνεχίζει ο επόμενος και το μέλος που «έχασε τη σειρά του» αφηγείται στον επόμενο γύρο.
- Τονίζει ότι στην περίπτωση που κάποιος αργεί να αφηγηθεί αποφεύγονται εκφράσεις του τύπου «ακόμα;», «τι κάνεις τόση ώρα;» κ.λ.π.
- Προτρέπει τα άτομα να αφηγηθούν έστω και μια μικρή πρόταση.

- «Κρατάει» το ρυθμό της άσκησης.
- Υπενθυμίζει ότι ενθαρρύνουμε το μέλος που αφηγείται όταν το πρόσωπο και το σώμα μας είναι στραμμένα προς το μέρος του και ακούμε αμίλητοι.

παρατήλαγή

Μετά την πρώτη αφήγηση από το «γραμματέα» κάθε μέλος διαβάζει αυτό που αφηγήθηκε αλλάζοντας τη φωνή του σύμφωνα με το χαρακτήρα στον οποίο αναφέρεται ή προσθέτοντας ήχους αν αυτό βοηθά στην αφήγηση.



Δίνω - Παίρνω Ζωγραφιά

Τα υλικά

κόλλες Α4, μαρκαδόροι, χρώματα λαδοπαστέλ

η άσκηση

Ελάτε όλη η ομάδα να κάνουμε έναν κύκλο.

Σήμερα θα ζωγραφίσουμε λίγο διαφορετικά.

Παίρνουμε μια κόλλα χαρτί και χρώματα.

Επιλέγουμε ένα θέμα από το περιβάλλον γύρω μας.

Δημιουργούμε μια ζωγραφιά με το ίδιο θέμα.

Στη μέση της ζωγραφιάς σταματάμε.

Δίνουμε έναν τίτλο στο έργο μας και τον γράφουμε πάνω στο χαρτί.

χρόνος 10 λεπτά

Στη συνέχεια δίνουμε τη ζωγραφιά μας σ' αυτόν που κάθεται δεξιά μας

και παίρνουμε τη ζωγραφιά αυτού που κάθεται αριστερά μας.

Όταν δίνουμε τη ζωγραφιά εξηγούμε, χαμηλόφωνα, τι έχουμε κάνει μέχρι τώρα και πως σκοπεύουμε να συνεχίσουμε.

Όταν παίρνουμε τη ζωγραφιά ακούμε αμίλητοι το δημιουργό της.

Συνεχίζουμε και ολοκληρώνουμε τη ζωγραφιά που έχουμε μπροστά μας.

χρόνος 15 λεπτά

Μετά το τέλος της ζωγραφιάς θα συγκεντρωθούμε στον κύκλο

για να συζητήσουμε την εμπειρία μας από την άσκηση.

Χρόνος 30 λεπτά

ο εμπυχωτής

- Υπενθυμίζει να αποφεύγονται τα σχόλια για το αποτέλεσμα μετά το τέλος της εργασίας.
- Όλα τα μέλη παίρνουν δύο ρόλους, του «δημιουργού» και του «συνεχιστή» της ζωγραφιάς. Αυτό τους βοηθά «να μπουν στη θέση του άλλου» και να μετριάσουν τις στιγμές που ασκούν κριτική και ρίχνουν ευθύνες στους άλλους «κοιτάζοντας» μόνο από τη «μια πλευρά».
- Μερικά μέλη δυσκολεύονται να αποχωριστούν την «πατρότητα» του έργου και να το εκχωρήσουν στο συνεχιστή τους.

- Προσανατολίζει τη συζήτηση προς τη διαδικασία και τα συναισθήματα που διακινήθηκαν στην πορεία της εργασίας.
- Αν ο εμπυχωτής διαπιστώσει ότι μέλη της ομάδας δεν έχουν κατανοήσει βασικές έννοιες στη συνεργασία όπως σεβασμός του άλλου, επικοινωνία, ιδιοκτησία, κοινή ιδιοκτησία κ.λ.π. μπορεί να επαναλάβει την άσκηση σε χρονικό διάστημα που θα επιλέξει ο ίδιος.

παρατήλαγή

- Το θέμα έπειτα από συμφωνία μπορεί να αναφέρεται στο κοντινό ή το ευρύτερο περιβάλλον.



Αυτόματη γραφή

Τα υλικά

Κόλλες χαρτί άσπρο Α4, μολύβια.

η άσκηση

Ελάτε στον κύκλο.

Θα ακούσουμε ένα απόσπασμα από το κείμενο «Οι πόλεις και τα σημάδια» του Ίταλο Καλβίνο από το βιβλίο του «Οι αόρατες πόλεις».

Θα ακούσουμε το κείμενο δεύτερη φορά. Γράφουμε τα σχόλιά μας με αυτόματη γραφή (το μολύβι δε σηκώνεται απ' το χαρτί, γράφουμε αυθόρμητα, χωρίς να ξαναδιαβάσουμε ότι γράψαμε, χωρίς να διορθώσουμε συντακτικά ή ορθογραφικά λάθη).

Αν νιώσετε δυσκολία στην αρχή ή κατά τη διάρκεια της γραφής, γράψτε για τη δυσκολία σας και συνεχίστε την άσκηση.

Αν τη στιγμή που γράφετε διακοπεί η ροή της σκέψης σας αφήστε κενό και συνεχίστε με την πρώτη λέξη που σας έρχεται στο νου.

Χρόνος 5 λεπτά

Πάρτε χαρτί και μολύβι. Καθίστε αναπαυτικά. Θα διαβάσω το κείμενο δύο φορές. «Ο άνθρωπος προχωρά μέρες ολόκληρες ανάμεσα σε δένδρα και πέτρες. Σπανίως το μάτι σταματά σε κάποιο πράγμα, και τούτο συμβαίνει μόνο όταν το αναγνωρίζει ως σημάδι ενός άλλου πράγματος: ένα χνάρι στην άμμο υπονοεί το πέρασμα της τίγρης, ένας βούρκος προαναγγέλλει μια φλέβα νερού, το άνθος του ιβίσκου το τέλος του χειμώνα. Όλα τα υπόλοιπα είναι βουβά και ανταλλάξιμα μονάχα τα δένδρα και οι πέτρες είναι αυτό που είναι».

Ίταλο Καλβίνο, «Οι αόρατες πόλεις»

Μπορείτε να ξεκινήσετε.

Χρόνος 2 λεπτά

Μετά το τέλος της γραφής συγκεντρωθήστε στον κύκλο για να διαβάσουμε τα κείμενα μας και να συζητήσουμε για την εμπειρία μας από την άσκηση.

Χρόνος 30 λεπτά

ο εμπυκωτής

- Διαβάζει το κείμενο αργά και καθαρά. Διαβάζει το κείμενο και δεύτερη φορά.
- Εξηγεί σε όσους διστάζουν ότι ο σκοπός της άσκησης δεν είναι λογοτεχνικός διαγωνισμός αλλά η προσωπική έκφραση κάθε μέλους.

- Συντονίζει το διάβασμα των κειμένων.
- Περιμένει να τελειώσουν όλοι έστω κι αν έχει δώσει συγκεκριμένο χρόνο.

εξέλιξη της άσκησης

Τα κείμενα μπορεί να αποτελέσουν ερέθισμα για τη δημιουργία εικαστικών συνθέσεων: ζωγραφική, κολάζ, πηλός.



Τα μηνύματα της ομάδας

η άσκηση

Ελάτε στον κύκλο.

Ας υποθέσουμε ότι κρατάω ένα κόκκινο μπαλάκι.

Είναι ένα από τα μη λεκτικά μηνύματα που διακινούνται μέσα στην ομάδα.

Πετάω το μπαλάκι λέγοντας «κόκκινο».

Εκείνος που θα το πιάσει το πετάει σε κάποιον άλλο λέγοντας «κόκκινο» κ.ο.κ.

Θα πετάξω και ένα κίτρινο μπαλάκι λέγοντας «κίτρινο».

Είναι ένα άλλο μη λεκτικό μήνυμα που διακινείται μέσα στην ομάδα.

Το ίδιο θα γίνει και με το κίτρινο μπαλάκι.

Ενώ ταυτόχρονα περιφέρεται και το κόκκινο.

Καθένας που πετάει το συγκεκριμένο μπαλάκι φωνάζει το χρώμα του.

Θα μπει στην ομάδα και ένα πράσινο μπαλάκι

που είναι ένα τρίτο μήνυμα που διακινείται

στην ομάδα ταυτόχρονα με τα δύο άλλα.

Είναι θετικό για την έκβαση της άσκησης να συντονίζετε την κίνησή σας

με την κίνηση του μέλους που σας πετάει το μπαλάκι

(ψηλά, χαμηλά, λυγισμένα γόνατα, βήματα πίσω-μπρος-πλάι).

Προσπαθούμε να έχουμε όσο το δυνατό λιγότερη λεκτική επικοινωνία.

Χρόνος 5 λεπτά

Ελάτε να συγκεντρωθούμε στον κύκλο να συζητήσουμε

την εμπειρία μας από την άσκηση.

Χρόνος 10 λεπτά

ο εμπυκωτής

- Ξεκινάει την άσκηση.
- Ενεργοποιεί όλα τα μέλη πετώντας το μπαλάκι σε όλους.
- Κρατάει ένα γρήγορο ρυθμό στην άσκηση.
- Συντονίζει τη συζήτηση με ερωτήσεις:

-πώς νιώσατε όταν σας πέταξαν το μπαλάκι;

-είχατε δυσκολία να το πιάσετε;

-πώς σας φάνηκε ο ρυθμός της άσκησης;

-αν σας ζητούσαν να συσχετίσετε τα πολύχρωμα μπαλάκια με τα μη λεκτικά μηνύματα μέσα στην ομάδα τί θα λέγατε;



Ο κύκλος της συνεργασίας

η άσκηση

Ελάτε να κάνουμε έναν κύκλο.

Θα κάνουμε μισή στροφή όλοι προς τα δεξιά
ώστε καθένας να βλέπει την πλάτη του μπροστινού.

Ορίζουμε την αρχή και το τέλος του κύκλου
ώστε ο πρώτος με τον τελευταίο να έχουν μια μικρή απόσταση.

Ο πρώτος θα ξεκινήσει κάνοντας μια κίνηση.

Ο δεύτερος θα μιμηθεί την κίνηση του πρώτου.

Ο τρίτος θα μιμηθεί την κίνηση του δεύτερου κ.ο.κ.,

Κάθε φορά που ακούμε το σύνθημα μία φορά ο πρώτος περνάει στο τέλος του κύκλου και ο δεύτερος γίνεται πρώτος οπότε ξεκινάει τη δική του κίνηση.

Όταν το σύνθημα ακουστεί δύο φορές
κάνουμε μεταβολή και τοποθετούμαστε αντίθετα στη φορά του κύκλου.

Χρόνος 10 λεπτά

Ελάτε να καθίσουμε στον κύκλο και να κουβεντιάσουμε.

Ενδεικτικές ερωτήσεις:

-Πώς νιώσατε στη θέση του πρώτου στον κύκλο;

-Στη θέση του τελευταίου;

-Επικεντρωθήκατε εύκολα σ' αυτόν που ήταν μπροστά σας;

Χρόνος 10 λεπτά

ο εμπυκωτής

- Ξεκινάει την άσκηση κάνοντας υπερβολικές κινήσεις ώστε να ενισχυθεί η δυνατότητα έκφρασης των μελών και να αμβλυνθούν τυχόν δισταγμοί.
- Φροντίζει να δίνει σε τακτά διαστήματα το σύνθημα για την αλλαγή φοράς του κύκλου για να μη ζαλιστούν τα μέλη.
- Παροτρύνει τα μέλη να δουλεύουν και στα τρία επίπεδα (Ψηλό: π.χ. στις μύτες των ποδιών, μεσαίο: π.χ. με λυγισμένα γόνατα, χαμηλό: π.χ. κοντά ή πάνω στο έδαφος).



πορεία της ομάδας

Τα υλικά

Χαρτί του μέτρου ανοιχτόχρωμο, χρώματα, πινέλα ή μαρκαδόροι με χοντρή μύτη (αναλόγως το χρόνο που θα προκαθορισθεί δεδομένου ότι κάποιοι τύποι χρωμάτων χρειάζονται χρόνο για να στεγνώσουν).

η άσκηση

Ελάτε στον κύκλο.

Θα εργαστούμε ομαδικά.

Φτιάχνουμε δυο ομάδες, από μία σε κάθε πλευρά του χαρτιού.

Καθένας δουλεύει στο μέρος του χαρτιού που είναι ακριβώς μπροστά του μέχρι να συναντηθεί με το διπλανό του.

Το θέμα μας είναι η «πορεία της ομάδας». Προσπαθούμε να θυμηθούμε σκέψεις, στιγμές, συναισθήματα από τη στιγμή που ξεκινήσαμε να δουλεύουμε στην ομάδα έως τώρα.

Προσπαθούμε να περιορίσουμε τη μεταξύ μας λεκτική επικοινωνία.

Παίρνουμε χρώματα και ξεκινάμε.

Θα δώσω το σύνθημα για το τέλος της άσκησης 5 λεπτά πριν τη λήξη.

Χρόνος 15 λεπτά

Όταν ακούσετε το σύνθημα ολοκληρώστε το έργο σας και παραμείνετε στη θέση σας.

Θα συζητήσουμε για την εμπειρία μας από την άσκηση.

Χρόνος 30 λεπτά

ο εμπυκωτής

- Συντονίζει ενδεχόμενα δύσκολες στιγμές όταν το ένα έργο αγγίζει το άλλο.
- Προτείνει να δημιουργηθούν ενδιάμεσα μοτίβα που θα παρουσιάζουν σαν συνέχεια τα δυο έργα.
- Ενθαρρύνει τα άτομα που ανησυχούν για την ικανότητά τους στη ζωγραφική
- Λέγοντας ότι δεν πρόκειται για διαγωνισμό ζωγραφικής αλλά για άσκηση προσωπικής έκφρασης.
- Παροτρύνει και τη χρήση συμβόλων, αριθμών, γραμμάτων.
- Συντονίζει τη συζήτηση με έμφαση στο συναίσθημα σε όλη τη διάρκεια της άσκησης και ιδιαίτερα τη στιγμή του αγγίγματος της μιας ζωγραφιάς με την άλλη.



Δραματοποίηση

τα υλικά

Φωτογραφίες με πρόσωπα που απεικονίζονται σε διαφορετικά περιβάλλοντα και διαφορετικές εποχές (ανθρώπινοι χαρακτήρες σε διαφορετικούς τύπους κατοικίας, μετά από φυσικές καταστροφές, σε περιβάλλοντα ερήμου, πάγων, διαφορετικές μορφές εργασίας στο παρόν ή στο παρελθόν)

Αυτοσχέδιες κάρτες πληροφοριών με έναν τίτλο για κάθε φωτογραφία (σε περίπτωση που δεν υπάρχει) και λίγες πληροφορίες για το θέμα σε αναλογία για μια φωτογραφία τρεις ίδιες κάρτες.

Οι κάρτες πληροφοριών είναι τοποθετημένες στο χώρο με την άγραφή πλευρά προς τα πάνω.

Οι φωτογραφίες και οι κάρτες είναι απλωμένες στο πάτωμα σε διαφορετικά σημεία.

η άσκηση

Ελάτε όλοι στον κύκλο.

Θα δουλέψουμε σε τριάδες.

Παίρνουμε μία κάρτα και την διαβάζουμε.

Περπατάμε ανάμεσα στις φωτογραφίες ώσπου να βρούμε τη δική μας σύμφωνα με τις πληροφορίες που μας δίνει η κάρτα μας.

Στο σημείο αυτό θα συναντήσουμε τ' άλλα δύο μέλη της τριάδας μας.

χρόνος 5 λεπτά

Κάθε τριάδα βρίσκει το δικό της χώρο.

Παρατηρούμε τη φωτογραφία.

Διαβάζουμε ξανά την κάρτα.

Καθένας σχολιάζει τα σημεία που τον εντυπωσιάζουν.

Αποφασίζουμε ποια στοιχεία θα δραματοποιήσουμε.

Στήνουμε τη «σκηνή».

Ετοιμάζουμε το σενάριο.

χρόνος 10 λεπτά

Οργανώνουμε την πρόβα.

χρόνος 15 λεπτά

Όταν τελειώσουν όλοι συγκεντρωνόμαστε στον κύκλο για να παρουσιάσουν όλες οι τριάδες τις δημιουργίες τους.

Ποια ομάδα θέλει ν' αρχίσει πρώτη;

Χρόνος 30 λεπτά



Επίλογος

Στη δουλειά με την ομάδα μπαίνουμε με ότι κουβαλάει ο καθένας μας στο «δισάκι» του.

Σκέψεις, εμπειρίες, συναισθήματα, θέσεις, αντιθέσεις, φιλοσοφία, στάση ζωής.

Συχνά μέσα στην ομάδα τα πράγματα αλληλάζουν «μαγικά»: μέλη με έντονη παρουσία στη ζωή εδώ μοιάζουν να λειτουργούν αθόρυβα, σαν να θέλουν μόνοι ν' ακούσουν.

Αντίθετα μέλη αποτραβηγμένα, από καθημερινές διαδικασίες, εδώ, παίρνουν ισότιμο χώρο και χρόνο, γιγαντώνονται και δείχνουν ικανότητες που ξαφνιάζουν τους γύρω αλλήλα και τους ίδιους.

Δείχνουν σαν να μην ξέρουν τι να την κάνουν αυτή τη νέα διάσταση εκείνη τη στιγμή.

Το πρόγραμμα στο ΚΠΕ τελειώνει και τα μέλη τα ομάδες φεύγουν με το «δισάκι» τους φορτωμένο με στιγμιότυπα απ' τη δουλειά στην ομάδα. Φαίνεται σαν να γυρίζουν σ' αυτό που ήταν, σ' αυτό που είχαν πριν συναντηθούν και δουλέψουν μέσα στην ομάδα.

Θεωρούμε ότι η πεμπτουσία της δουλειάς μας στο ΚΠΕ είναι η στιγμή που ένα, δύο, ίσως και έξι μήνες αργότερα, ακουστεί στην αυλή του σχολείου ή και στην τάξη η στιχομυθία:

- Θυμάσαι πως δουλέψαμε τότε στο ΚΠΕ;
- Ε! και;
- Έλα να το δούμε πάλι!

Βιβλιογραφία

- Αβέρωφ – Ιωάννου, Τ.** (1994, δ' έκδοση), *Μαθαίνοντας τα παιδιά να συνεργάζονται*, Θυμάρι, Αθήνα
- Άλκηστις**, (1999), *Η Δραματοποίηση για παιδιά*, Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα
- Αρχοντάκη, Ζ.** – Φιλίππου, Δ. (2003), *205 βιωματικές ασκήσεις για εμπύχωση*, Καστανιώτης, Αθήνα
- Βαϊκούση, Δ.** (2003), *Εκπαίδευση Ενηλίκων: Οι δυσκολίες στην επικοινωνία Εκπαιδευτών και Εκπαιδευόμενων*, επιμέλ. Δ. Βεργίδης, Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα
- Γιώργας, Δ.** (1995), *Κοινωνική Ψυχολογία τομ. Β', δ' εκδ.*, Αθήνα
- Γκιάστας, Γ.** (2003), *Εκπαίδευση Ενηλίκων: Η ψυχολογία Ομάδων στην εκπαίδευση ενηλίκων*, επιμέλ. Δ. Βεργίδης, Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα
- Γκόβας, Ν.** (2002), *Για ένα νεανικό δημιουργικό θέατρο*, Μεταίχμιο, Αθήνα
- Duglas, T.** (1997), *Η επιβίωση στις Ομάδες, γ' έκδοση*, Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα
- Fontana, D.** (1981), *Ψυχολογία για εκπαιδευτικούς*, Σαββάλας, Αθήνα
- Jaques, D.** (2001), *Μάθηση σε ομάδες*, Μεταίχμιο, Αθήνα
- Καλβίνο, Ι.** (2004), *Οι αόρατες πόλεις*, Καστανιώτης, Αθήνα
- Καμαρινού, Δ.** (1999), β' έκδοση), *Βιωματική Μάθηση στο σχολείο*, Ξυλόκαστρο
- Κόκκος, Α.** (2003), *Εκπαίδευση Ενηλίκων: Ο μετασχηματισμός των στάσεων και ο ρόλος του εμπυχωτή*, επιμέλεια Δ. Βεργίδης, Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα
- Κουρετζής, Λ.** (1991), *Το θεατρικό παιχνίδι*, Καστανιώτης, Αθήνα
- Κουρετζής, Λ.** (2008), *Το θεατρικό παιχνίδι και οι διαστάσεις του*, Ταξιδευτής, Αθήνα
- Λαλούμη – Βιδάλη, Ε.** *Ανθρώπινες Σχέσεις και Επικοινωνία στην Προσχολική Εκπαίδευση*, Σύγχρονες Εκδόσεις, Θεσσαλονίκη
- Μακέλη, Γρ.** (2007), *Ας δουλέψουμε μαζί, η λειτουργία της Ομάδας – η δουλειά με την Ομάδα*, ΥΠΕΠΘ & ΚΠΕ Μακρινίτσας, ΜΑκρινίτσα
- Τοδούλου – Πολέμη, Μ.** *Πρόγραμμα Εκπαίδευσης Εκπαιδευτών, Εκπαιδευτικό Υλικό θεωρητικής κατάρτισης, τομ. ΙΙΙ: Η αξιοποίηση της διεργασίας της ομάδας στην εκπαίδευση ενηλίκων*, Υπουργείο Απασχόλησης και Κοινωνικής Προστασίας - Εθνικό Κέντρο Πιστοποίησης Συνεχιζόμενης Επαγγελματικής Κατάρτισης, Αθήνα
- ΥΠΕΠΘ και Παιδαγωγικό Ινστιτούτου/ Κουρεντζής, Λ. - Άλκηστις** (1993), *Θεατρική Αγωγή 1*, ΟΕΔΒ, Αθήνα
- Φιλιππάκης, Μ.** *Κοινωνικό Θέατρο*, Λευκό Αερόστατο, Χανιά
- Χρυσοφίδης, Κ.** (1994), *Βιωματική – Επικοινωνιακή Διδασκαλία*, Gutenberg, Αθήνα
- Thody, A., Gray, B., Bowden, D.** (2003), *Οδηγός επιβίωσης του εκπαιδευτικού*, Σαββάλας, Αθήνα
- Wetherell, M.**, επιμέλεια (2004), *Ταυτότητα, Ομάδες και κοινωνικά ζητήματα*, Μεταίχμιο, Αθήνα

