

**rhythm4inclusion**  
**ΑΝΑΛΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ**  
**(CURRICULUM)**  
**ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΜΕΡΟΣ**  
**ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ-ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥΣ**

*Project funded by the European Commission within the ERASMUS+ programme  
 under the agreement n° Erasmus+ 2018-1-SE01-KA201-039032*

**Deliverable D3 – Version 1**

<b>Nature of the deliverable</b>		
<b>R</b>	Report	<b>R</b>
<b>Dec</b>	Websites, patents, filling etc.	
<b>Dem</b>	Demonstrator	
<b>O</b>	Other	

<b>Dissemination Level</b>		
<b>PU</b>	Public	<b>PU</b>
<b>CO</b>	Confidential, only for members of the consortium (including the Commission Services)	

<b>Type of Activity</b>		
<b>IO</b>	Intellectual Output	<b>IO</b>
<b>A</b>	Project Management and Implementation	
<b>M</b>	Transnational Project Meeting	
<b>E</b>	Multiplier Event	

## ΓΝΩΣΤΟΠΟΙΗΣΗ

This report forms part of the deliverables from a project called “Rhythm4Inclusion” which has received funding from the European Union’s ERASMUS+ programme under grant agreement No 2018-1-SE01-KA201-039032. The Community is not responsible for any use that might be made of the content of this publication.

### List of participants

Participant No*	Participant organisation name	Acronym	Country
1 (coord)	Viksjöförsskola	Viksjöfors	Sweden
2	TECHNICAL UNIVERSITY OF CRETE	TUC	Greece
3	UNIVERSITY OF CRETE	UCrete	Greece
4	LCEDUCATIONAL	LCEducational	Cyprus
5	Coventry University	COVUNI	United Kingdom

## 1 ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Α΄ ΜΕΡΟΣ .....	4
I. ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ, ΨΥΧΟΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ ΚΑΙ ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥΣ .....	4
II. ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΩΝ ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΩΝ .....	12
Β΄ ΜΕΡΟΣ .....	15
ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ .....	15

## Α' ΜΕΡΟΣ

### Ι. ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ, ΨΥΧΟΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ ΚΑΙ ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥΣ

#### 1. Θεωρητικό πλαίσιο

Οι διάφορες εναλλακτικές δράσεις και παρεμβάσεις που βασίζονται στην τέχνη, όταν υλοποιούνται με τρόπο σταθερό και αξιόπιστο, με βάση τα διαθέσιμα δεδομένα, φαίνονται να είναι πολύ αποτελεσματικές για την ενίσχυση ενός ευρέος φάσματος ψυχοκοινωνικών δεξιοτήτων παιδιών και εφήβων (επικοινωνιακές, κοινωνικο-συναισθηματικές, διαπροσωπικές, μαθησιακές-γνωστικές, κοκ.. (Fraser & Sayah 2011). Ενώ παράλληλα, φαίνεται να βελτιώνεται και η εμπλοκή και η κοινωνικότητα τους στο σχολικό πλαίσιο και να ενισχύονται τα κίνητρα για μάθηση. Είναι προφανής η συμβολή παρόμοιων δράσεων, ανάλογα και την ποιότητα, την ένταση, τη συχνότητα καθώς και τους επιμέρους τρόπους ή μεθόδους εφαρμογής σε μια σειρά παραμέτρων της ψυχοκοινωνικής λειτουργίας των παιδιών με δυσκολίες, καθώς πρόκειται για μεθόδους και τεχνικές που είναι επικεντρωμένες στο παιδί έχοντας ένα παιγνιώδη χαρακτήρα, ενώ συγχρόνως λαμβάνουν υπόψη τις αναπτυξιακές ανάγκες και δυνατότητες της κάθε ηλικίας (Byrd, Christensen & Luke, 2021, Jeonju, Wigram & Gold, 2009, Wilkinson & Chilton, 2013).

Οι παρεμβάσεις αυτές είναι ωφέλιμες και μπορούν να υποστηρίξουν και να ενισχύσουν ψυχοκοινωνικά πολλές ομάδες παιδιών σε ένα ευρύ φάσμα ακόμη και σοβαρών διαταραχών (κακοποιημένα παιδιά, παιδιά από μειονότητες, παιδιά προσφύγων με τραυματικές εμπειρίες, παιδιά στο φάσμα του αυτισμού, κλπ.) (Fearon, 2018, Malchiodi, 2015, Thoemke, 2012, Wilkinson & Chilton, 2013, Shi, Lin & Xie, 2016).

Δραστηριότητες που βασίζονται στη μουσική και στο ρυθμό, δράσεις που προάγουν την επαφή και την έκφραση μέσα από το σώμα, διάφορες κινητικές και χορευτικές παρεμβάσεις είναι γνωστές και τεκμηριωμένες πρακτικές που χρησιμοποιούνται συνήθως σε κλινικά ή ψυχοεκπαιδευτικά και σχολικά πλαίσια για την προαγωγή διάφορων ψυχοκοινωνικών δεξιοτήτων και σε μία ένα συχνά «θεραπευτική» οπτική ακόμη και σε μη κλινικά πλαίσια (βλ. Karkou, 2010, Kornblum, 2012, Wengrower, 2015). Αυτές οι δράσεις φαίνεται να είναι χρήσιμες για μαθητές γενικά με ψυχοκοινωνικές μαθησιακές δυσκολίες ή ευαλωτότητα να γίνουν πιο ανθεκτικοί και να προσαρμοστούν καλύτερα στο σχολικό περιβάλλον. Οι δραστηριότητες με βάση το ρυθμό, την κίνηση, τη σωματικότητα και το χορό (δομημένο, ελεύθερο, αυτοσχεδιαστικό, κλπ.) μπορούν να βελτιώσουν τη σχέση των μαθητών με το σώμα και την νοητική τους λειτουργία, αλλά και την κοινωνικό-συναισθηματική έκφραση με ποικίλους τρόπους (λεκτικούς και μη λεκτικούς).

Επίσης, οι δράσεις που βασίζονται στο παιχνίδι και στην τέχνη είναι πιθανό να βοηθήσουν τα «παιδιά με προβληματικές ή διαταρακτικές συμπεριφορές» να ξεπεράσουν τα εχθρικά, φοβικά ή αγχωτικά συναισθήματά και τις αρνητικές τους αντιδράσεις, αυξάνοντας την ικανοποίηση/ευχαρίστηση, να έρθουν σε επαφή με την σωματική τους πραγματικότητα / την κινητική έκφραση και την αίσθηση ότι γίνονται αποδεκτά από τους άλλους και αποκτούν μια θέση μέσα στα σχολικά πλαίσια ( 2010).

Συνολικά, τα ευρήματα δείχνουν ότι υπάρχει ένα αυξανόμενος αριθμός έγκυρων ερευνών σχετικά με τα ευεργετικά αποτελέσματα της μουσικοθεραπείας, των διαφόρων μουσικών παρεμβάσεων, καθώς και συστηματικών δράσεων με βάση το ρυθμό και τη μουσική της μουσικής ιατρικής για παιδιά και

έφηβοι με διάφορες διαταραχές, παρόλο που απαιτείται ακόμη πιο αυστηρή και εμπειριστατωμένη διαχρονική έρευνα. Τα πλέον έγκυρα δεδομένα για τα θετικά αποτελέσματα της μουσικοθεραπείας/ δράσεων με βάση τη μουσική, όπως αναφέρουμε και πιο κάτω με τρόπο πιο οργανωμένο, έχουν να κάνουν με το φάσμα του αυτισμού, συμπεριφορικές ή συναισθηματικές δυσκολίες, αλλά και στο πεδίο της νεογνολογίας (Stegemann et al., 2019, Venkit & Godse, 2016, White, Keonig & Scahill, 2007, Shi, Lin & Xie, 2016).

Η συμμετοχή σε παιγνιώδεις μορφές δράσης και σε δραστηριότητες με βάση το ρυθμό, στο πλαίσιο ενός σταθερού, δομημένου και συγχρόνως ευέλικτου πλαισίου, είναι πολύ πιθανό να ενισχύσει τις δυνατότητες/δυναμικό των μαθητών, ειδικά εκείνων που αντιμετωπίζουν δυσκολίες και βιώνουν προβλήματα στις σχέσεις με τους άλλους ή σε σχολικό, μαθησιακό επίπεδο (Garrett, 2014). Πιο συγκεκριμένα, τόσο οι ομαδικές, όσο και οι ατομικές δραστηριότητες αυτού του τύπου φαίνεται να είναι αποτελεσματικές για τη μείωση των εσωτερικών εντάσεων και τους άγχους, της αίσθησης περιθωριοποίησης (εξαιτίας ανοιχτού ή συγκεκαλυμμένου αποκλεισμού/στιγματισμού), καθώς και των αμφιβολιών σχετικά με τις ικανότητες και το αίσθημα αυταξίας μαθητών με ΕΕΑ, όσο και χωρίς ΕΕΑ (σοβαρές ή διαγνωσμένες διαταραχές) ( Shore, 2012, Tortora et al., 2010).

Οι παιγνιώδεις κινητικές-σωματικές δραστηριότητες με βάση τη μουσική και τον ρυθμό, όπως και η μουσικοθεραπεία και η χοροθεραπεία, στο σχολικό πλαίσιο φαίνονται να είναι πολύ αποτελεσματικές πρακτικές ακόμη και για βίαιους ή πολύ επιθετικούς μαθητές (Koshland, 2010). Επιπλέον, έχει τεκμηριωθεί ότι αυτές οι μέθοδοι / τεχνικές, όταν εφαρμόζονται στα σχολεία, μπορούν να συμβάλουν στην ανάπτυξη της αυτογνωσίας, του ελέγχου συμπεριφοράς και δεξιοτήτων επίλυσης προβλημάτων των μαθητών με διάφορες δυσκολίες, καθώς και στη βελτίωση της επαφής και συνεργασίας με τους άλλους (Byrd et al. , 2021).

Επιπλέον, ανάλογες δραστηριότητες μπορούν να βελτιώσουν την σύνδεση και τον προσανατολισμό σε σχέση με πραγματικότητα κάποιων «διαταραγμένων» παιδιών, να βελτιώσουν τις διαπροσωπικές δεξιότητες και την αυτοαξιολόγηση των εμπλεκόμενων ευάλωτων ή «δύσκολων» μαθητών, αυξάνοντας τόσο την ικανότητα συνεργασίας / σύνδεσης με τους άλλους, όσο και την αίσθηση αποδοχής. Πιο συγκεκριμένα, όσον αφορά τους μαθητές με ΔΕΠΥ, τους μαθητές στο

Φάσμα του Αυτισμού (ΔΑΦ), αλλά και γενικά οι μαθητές με διασπαστικότητα/υπερκινητικότητα, καθώς και με συμπεριφορικές και νευρολογικές διαταραχές φαίνεται να επωφελούνται σημαντικά από παρεμβάσεις ή θεραπευτικές προσεγγίσεις μέσω της τέχνης.

Σε μια μελέτη που εξέτασε 10 συνολικά έρευνες σε σχέση με τα αποτελέσματα των παρεμβάσεων με επίκεντρο τη μουσική και τη μουσικοθεραπεία (που συνιστά μια πιο οργανωμένη από επαγγελματίες παρέμβαση) για μαθητές με Διαταραχή στο Φάσμα του Αυτισμού (ΔΑΦ) αποδείχθηκε ότι αυτού του είδους οι παρεμβάσεις μπορούν να βοηθήσουν τα παιδιά με ΔΑΦ να βελτιώσουν τις δεξιότητές τους σε πρωτογενή πεδία λειτουργικότητας, όπως η κοινωνική αλληλεπίδραση, η λεκτική επικοινωνία, η πρωτοβουλία για επαφές με τους άλλους, καθώς και η κοινωνικο-συναισθηματική αμοιβαιότητα (Geretsegger et al., 2014). Η μουσικοθεραπεία, μπορεί, επίσης, να βοηθήσει στην ενίσχυση των μη λεκτικών επικοινωνιακών δεξιοτήτων. Επιπλέον, σε άλλα πεδία λειτουργικότητας, η μουσικοθεραπεία μπορεί να συμβάλει στη βελτίωση των δεξιοτήτων κοινωνικής προσαρμογής σε παιδιά με ΔΑΦ και στη βελτίωση της ποιότητας των σχέσεων μεταξύ γονέα και παιδιού.

Συνολικά, οι δραστηριότητες που βασίζονται στη μουσική και στο ρυθμό, συμπεριλαμβανομένης της σωματικής κίνησης/ έκφρασης με συνοδεία μουσικής, αλλά και πιο εξειδικευμένες παρεμβάσεις, όπως η μουσικοθεραπεία και η χοροθεραπεία, θεωρούνται και αποτελούν απαραίτητα εργαλεία και πολύ χρήσιμες μέθοδοι/στρατηγικές για την υποστήριξη «ευάλωτων» ομάδων παιδιών και παιδιών που «βιώνουν έντονες εσωτερικές ή εξωτερικές δυσκολίες» στο σχολικό, οικογενειακό και διαπροσωπικό πλαίσιο. Είναι πλέον επαρκώς τεκμηριωμένο, ότι οι συγκεκριμένες πρακτικές συνιστούν μια φιλική προς τα παιδιά και αναπτυξιακά κατάλληλη προσέγγιση / μέθοδος που μπορεί να χρησιμοποιηθεί για τη «διαχείριση σοβαρών ή λιγότερο σοβαρών δυσκολιών μέσα στην τάξη ή τη μείωση διαφόρων «συμπτωμάτων», «προβλημάτων» ή «εξωτερικευμένων και εσωτερικευμένων δυσκολιών, καθώς και άλλων αναπτυξιακών διαταραχών» (βλ. υπερκινητικότητα, άγχος, φοβίες και κοινωνική απόσυρση, ακραία συστολή, επιθετική συμπεριφορά, συναισθηματικές και συμπεριφορικές διαταραχές, μαθησιακές δυσκολίες κλπ.) (Beer & Birnbaum, 2019, Chaiklin & Wengrower, 2009, MacDonald, Kreutz & Mitchell, 2013, Strange, OdellMiller & Richards, 2017, Wengrower, 2015).

## 2. Από τη θεωρία στην πράξη - ψυχοπαιδαγωγικοί στόχοι

Όπως αναφέρθηκε προηγουμένως, οι διάφορες παρεμβάσεις με βάση την μουσική και τον ρυθμό, έχουν ως στόχο να ενισχύσουν την κινητική και συναισθηματική έκφραση των εμπλεκόμενων παιδιών και εφήβων και την ενδυνάμωση τους, σε ατομικό-συλλογικό επίπεδο, μέσα από την ενεργοποίηση του σώματος, ως κινητήριος μοχλός. Οι δράσεις αυτές προϋποθέτουν την ενεργή συμμετοχή των παιδιών με όλη τους τη «σωματική και συναισθηματική ύπαρξη». Αυτό

επιτυγχάνεται, με την πλαisiώση από μέρους των επαγγελματιών και των εκπαιδευμένων εκπαιδευτικών, μέσα από δομημένες ή πιο ελεύθερες κινήσεις, με στόχο πάντα τη ανάδειξη των προσωπικών αναγκών και δυνατοτήτων, την επεξεργασία θετικών και αρνητικών συναισθημάτων-εμπειριών και την ενίσχυση των δεξιοτήτων που θεωρούνται κρίσιμες για την ανάπτυξη της φαντασίας, την ικανότητα για παιχνίδι και την συμβολική έκφραση των επιθυμιών (Κουρκούτας και συν., 2017, Wadeson, 1980).

Οι παρεμβάσεις με βάση την τέχνη και με ένα παιγνιώδη, ευχάριστο και συγχρόνως δημιουργικό χαρακτήρα επιδιώκουν να παράγουν αλλαγές σε τρία κύρια επίπεδα λειτουργίας του παιδιού και του εφήβου:

1. το ψυχολογικό / ενδοπροσωπικό επίπεδο
2. το σωματικό επίπεδο (τη σχέση με το σώμα/ σωματική έκφραση και σωματική ευεξία)
3. το επικοινωνιακό/ διαπροσωπικό επίπεδο

Μερικοί από τους στόχους των παρεμβάσεων που βασίζονται στην τέχνη – δραστηριότητες με βάση ρυθμικές κινήσεις είναι:

- Η βελτίωση της λειτουργίας της μνήμης, της προσοχής και η των ειδικών αντιληπτικών δεξιοτήτων

Η ενίσχυση του Εγώ και των λειτουργιών του που διευκολύνεται από (α) την ενίσχυση της αίσθησης της αυτοεκτίμησης, αυταξίας και α υ τ ό-αποτελεσματικότητας που διευκολύνεται από την ανεπιφύλακτη αποδοχή από εκπαιδευτικούς και επαγγελματίες, (β) την εμπιστοσύνη που δείχνουν στο δυναμικό των μαθητών και την προσπάθειά τους να βελτιώσουν την κοινωνική ένταξη των πιο ευάλωτων/ «δύσκολων» ή «προβληματικών» μαθητών (γ) την ενίσχυση τ ης αυθόρμητης προσωπικής / κινητικής έκφρασης (μειώνοντας το άγχος και τον φόβο έκθεσης), τον έλεγχο της παρορμητικής συμπεριφοράς και την ενίσχυση θετικών προτύπων συμπεριφοράς, θετικών σχέσεων και σύνδεση, καθώς και αποδοχής από τους άλλους.

- Η ενθάρρυνση της λεκτικής και μη λεκτικής έκφρασης συναισθημάτων και συγκρούσεων και διαχείριση των εσωτερικών δυσκολιών και αρνητικών συναισθημάτων που προκαλούν συνήθως αντιδράσεις θυμού ή αντιδραστικές και επιθετικές συμπεριφορές
- Η ενίσχυση της φαντασίας και της συμβολικής έκφρασης των παιδιών / εφήβων που συνήθως έχει ένα θεραπευτικό/ καταπραϊντικό αποτέλεσμα, καθώς το παιδί ή ο έφηβος μαθαίνει να εκφράζει το άγχος ή τα έντονα αρνητικά συναισθήματα με άλλους τρόπους ή μέσα από την κινητική εκφόρτωση
- Η ενίσχυση της έκφρασης των θετικών συναισθημάτων / συμπεριφορών και δραστική μείωση των συναισθημάτων ενοχής, θυμού, άγχους και επιθετικότητας
- Η ενίσχυση της έκφρασης προσωπικών δυσκολιών και δυσκολιών που αφορούν την κινητικότητα, καθώς και την εικόνα του σώματος.
- Η ενίσχυση και ανάπτυξη των επικοινωνιακών δεξιοτήτων μέσω του συγχρονισμού με ολόκληρη την ομάδα και να γίνει ενεργό μέρος της ομάδας τους μέσω της μέτρησης συνολικά.
- Υποστήριξη και βοήθεια στους μαθητές να ακολουθήσουν τις οδηγίες του εκπαιδευτικού σε ατομικό και ομαδικό επίπεδο

- Η ενθάρρυνση των μαθητών να διατηρήσουν την προσοχή τους καθ 'όλη τη διάρκεια της δραστηριότητας (ενίσχυση δεξιοτήτων προσοχής / συγκέντρωσης)
- Η ενίσχυση δεξιοτήτων παρατήρησης, καθώς και των μνημονικών και ακουστικών δεξιοτήτων
- Η κατανόηση της σημασίας του ομαδικού συγχρονισμού, με τη διατήρηση ενός σταθερού ρυθμού και κίνησης, κατά την εκτέλεση των δραστηριοτήτων
- Η βελτίωση της ικανότητας του σωματικού συντονισμού, μέσω του συγχρονισμού της κίνησης με τον ρυθμό.
- Να διευκολύνουν τον συντονισμό και την συνεργασία με την ομάδα, όπως και την κατανόηση της σημασίας του συγχρονισμού με τον ρυθμό, μέσω της επανάληψης και της τήρησης της χρονικής σταθερότητας.
- Να διευκολύνουν νέες μορφές συνδέσεως με τους συνομηλίκους και να προωθήσουν το πνεύμα / αίσθηση της ομάδας μέσω παιγνιδιών μεθόδων, όπως ο αυτοσχεδιασμός, βοηθώντας τους να ξεπεράσουν το άγχος αποτυχίας και τον φόβο ή την ανασφάλεια της έκθεσης στην ομάδα
- Να ενθαρρύνουν τους μαθητές με ΕΕΑ και ευαλωτότητα σε διάφορα επίπεδα να ξεπεράσουν τους φόβους τους να εκθέσουν τον εαυτό τους και το σώμα τους στους άλλους
- Να καλλιεργήσουν την ικανότητα λήψης πρωτοβουλιών, την αυτονομία και την υπευθυνότητα των μαθητών.
- Να βοηθήσουν τους μαθητές να αποκτήσουν αυτοπεποίθηση.
- Να αναπτύξουν οι μαθητές δημιουργικότητα, φαντασία και την ικανότητα αυτοσχεδιασμού μέσα από τη διαδικασία του συνδυασμού και της αναδιάθρωσης της προϋπάρχουσας γνώσης.
- Να καλλιεργήσουν τις δεξιότητες μνήμης και την ικανότητα συγκέντρωσης των μαθητών.
- Να καλλιεργήσουν την ετοιμότητα των μαθητών με σκοπό την έγκαιρη αντίδραση.
- Να κατανοήσουν οι μαθητές τη σπουδαιότητα του συγχρονισμού και του συντονισμού με τους άλλους μέσα από τη διατήρηση σταθερής ταχύτητας κατά τη διάρκεια της άσκησης.
- Να βελτιώσουν την ικανότητα συντονισμού των κινήσεων μέσα από τον συνδυασμό και τον συγχρονισμό της κίνησης με τον ρυθμό.
- Να κατανοήσουν τη βασική αρχή της ρυθμικής γεωμετρίας μέσα από την επανάληψη και τη χρονική συνέπεια.
- Να ανακαλύψουν την ποικιλία των ήχων που μπορούν να παραχθούν με το σώμα.
- Να αναπτύξουν και να ενισχύσουν το αίσθημα του ανήκειν, μέσα από την ενεργή συμμετοχή σε ομαδικές δραστηριότητες και ακολουθώντας τον ίδιο ρυθμό με τους άλλους.
- Να αποκτήσουν και να αναπτύξουν δεξιότητες αυτοέκφρασης μέσα από ευχάριστες δραστηριότητες.
- Να αποκτήσουν αίσθημα κοινής ταυτότητας μέσα στην ομάδα, μέσω του διασκεδαστικού χαρακτήρα της δραστηριότητας (ήχοι, κίνηση, ρυθμός) και μιας ευχάριστης και χαρούμενης ατμόσφαιρας.
- Να δώσουν κίνητρο σε όλους τους μαθητές, αλλά ιδίως σε εκείνους που δυσκολεύονται να ακολουθούν την ομάδα και να συμμετέχουν ενεργά στις σχολικές δραστηριότητες, καθιστώντας τους πιο παραγωγικούς και επικοινωνιακούς.



- Να αναπτύξουν επικοινωνιακή, διαπροσωπική και συναισθηματική εναρμόνιση, καθώς οι δράσεις αυτές δεν περιορίζονται μόνο στο επίπεδο διδασκαλίας της μουσικής, αλλά είναι εμπλουτισμένες και με μια διάσταση «νοητικής ικανοποίησης και παιδαγωγικής προοπτικής» για όλα τα παιδιά, και ειδικά για τους μαθητές με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες/δυσκολίες.
- Να καλλιεργήσουν την κοινωνική νοημοσύνη των μαθητών, ενθαρρύνοντάς τους να λαμβάνουν υπόψη τους τόσο το κοινωνικό όσο και το μουσικό/ρυθμικό πλαίσιο.
- Να βοηθήσουν τους μαθητές να κατανοούν καλύτερα τις ρυθμικές/κινητικές ικανότητες των άλλων, αλλά και τις δικές τους αδυναμίες και δυσκολίες στο να συμμετέχουν στον διάλογο ή να λαμβάνουν μέρος σε συλλογικές δραστηριότητες.
- Να βοηθήσουν τους μαθητές να αισθάνονται πιο άνετα και να είναι πιο ευέλικτοι στις αλληλεπιδράσεις τους, μέσα από τον εμπυχωτικό χαρακτήρα της δράσης.
- Να ενισχύσουν την αυτοεκτίμηση και την αυτοπεποίθησή τους, αναλαμβάνοντας πρωταγωνιστικό ρόλο στον διάλογο με την ομάδα. Να ενθαρρύνουν τους μαθητές να εμπιστεύονται τους άλλους και να πιστεύουν στον εαυτό τους.
- Να επιβεβαιώνουν τις δυνατότητές τους και να αποκτήσουν τη δική τους ταυτότητα μέσα από την αυτοέκφραση.
- Να βοηθήσουν τους μαθητές να συνειδητοποιήσουν τη σημασία της ατομικής συμμετοχής και συνεισφοράς.

Γενικά, στα οφέλη των παρεμβάσεων με βάση την τέχνη και κυρίως τη ρυθμική κίνηση/χορό, για όλους τους ανθρώπους ανεξαρτήτως ηλικίας, περιλαμβάνονται η αντιμετώπιση του πόνου, η ανάπτυξη της προσωπικής αυτονομίας, η βελτίωση της ποιότητας ζωής, η αλλαγή του τρόπου σκέψης, καθώς και η ικανοποίηση της έμφυτης τάσης για έκφραση και δημιουργική. Επιπλέον, τα μέσα έκφρασης και τα υλικά που χρησιμοποιούνται όχι μόνο ενεργοποιούν τις αισθήσεις και τις γνωστικές και κινητικές λειτουργίες, αλλά συνεισφέρουν και στην αναδειξη άγνωστων πλευρών και ικανοτήτων του εαυτού. Συνιστούν, παράλληλα, πηγή ψυχικής ικανοποίησης, ειδικά όταν συμβάλλουν και στη σύνδεση με άλλους ανθρώπους.

### **3. Οδηγίες για την εφαρμογή μουσικοχορευτικών δραστηριοτήτων για μαθητές με Ειδικές Εκπαιδευτικές Ανάγκες (ΕΕΑ)**

- Εξηγήστε στους μαθητές σας τον τύπο των δραστηριοτήτων που σκοπεύετε να εφαρμόσετε.
- Συζητήστε αρχικά μαζί τους για το είδος των δραστηριοτήτων που θα ήθελαν να κάνουν και προτείνετε τις δικές σας δραστηριότητες, τονίζοντας τον διασκεδαστικό και ευχάριστο χαρακτήρα τους, καθώς και τα οφέλη που θα έχουν τόσο για τους ίδιους όσο και για ολόκληρη την τάξη.
- Εξηγήστε τους βασικούς ψυχοεκπαιδευτικούς στόχους, με τρόπο κατανοητό για τους μαθητές, δίνοντας έμφαση στον παιγνιώδη χαρακτήρα της δραστηριότητας και στην ευχαρίστηση που θα προσφέρει, καθώς και στη συμβολή της στη βελτίωση της λειτουργίας της ομάδας και του κλίματος της τάξης.

- Δώστε έμφαση στον ομαδικό χαρακτήρα των δραστηριοτήτων και στη σημασία της συνεργασίας, προκειμένου να δημιουργήσετε μια «ειδική» ή ενωμένη και συνεκτική ομάδα. (Μπορείτε να δώσετε στην ομάδα ένα όνομα, για να ενθαρρύνετε την συμμετοχή).
- Υπογραμμίστε τα θετικά, ευχάριστα και διασκεδαστικά στοιχεία της δραστηριότητας, καθώς και τον μη ανταγωνιστικό της χαρακτήρα, δίνοντας, όμως, παράλληλα έμφαση στο πόσο σημαντικό είναι να ακολουθούν τις οδηγίες και να σέβονται τους κανόνες.
- Είναι σημαντικό να δημιουργήσετε σχέση εμπιστοσύνης με τους ευάλωτους μαθητές, λέγοντάς τους:
  - πόσο μεγάλη αξία έχει η συμμετοχή τους,
  - πόσο σημαντικός είναι ο ρόλος τους ή
  - πόσο πολύ υπολογίζετε σε αυτούς για την επιτυχή εκπλήρωση των στόχων του παιχνιδιού.
- Να είστε ευέλικτοι και να προσπαθείτε να ενσωματώσετε στη δραστηριότητα τυχόν δυσκολίες, προβλήματα, υπερβολικές και αντιδραστικές ή προκλητικές συμπεριφορές από την πλευρά των μαθητών, καθώς και τις αστείες ή χιουμοριστικές τους αντιδράσεις. Ωστόσο, να επιμένετε στο πόσο σημαντικός είναι ο σεβασμός «των κανόνων του παιχνιδιού» και η τήρηση του πλαισίου της δραστηριότητας.
- Να είστε υπομονετικοί, αλλά και να επιμένετε στην τήρηση των οδηγιών και των κανόνων της δραστηριότητας.
- Εάν ένας μαθητής αντιστέκεται ή αρνείται να συμμετέχει, για τον οποιοδήποτε λόγο, ζητήστε του να είναι απλώς παρών στη δραστηριότητα και εξηγήστε του ότι, αν αλλάξει γνώμη, μπορεί οποιαδήποτε στιγμή να συμμετέχει στο παιχνίδι.
- Προσπαθήστε να καταλάβετε τους λόγους για τους οποίους κάποιοι μαθητές αρνούνται να συνεργαστούν ή να συμμετέχουν.
- Προσπαθήστε να συζητήσετε μαζί τους, χωρίς να υιοθετείτε αποδοκιμαστική ή επικριτική στάση, προκειμένου να διερευνήσετε τους λόγους τους και να τους κατανοήσετε καλύτερα.
- Επιτρέψτε σε αυτούς τους μαθητές να φέρνουν αντίρρηση ή να τηρούν αρνητική στάση και δείξτε κατανόηση για τους λόγους τους (που συνήθως είναι φόβοι). Δεν έχει νόημα να επιμένετε. Δώστε στο παιδί την ευκαιρία να είναι παρόν και αφήστε το να καταλάβει μόνο του την αξία της δραστηριότητας.
- Να επιτρέπετε στους μαθητές να εκφράζουν τη γνώμη τους για τη δραστηριότητα και να ζητάτε τακτικά ανατροφοδότηση.
- Να δέχεστε τις απαιτήσεις ή τις προτάσεις τους όταν είναι ρεαλιστικές και να προσαρμόζετε τις δραστηριότητές σας στη δυναμική της τάξης σας, με στόχο, αλλά και με την ελπίδα, να βελτιώσετε τη δυναμική και τη λειτουργία της τόσο σε ομαδικό όσο και σε ατομικό επίπεδο.
- Να συζητάτε τακτικά και να επικοινωνείτε με άλλους ειδικούς και εκπαιδευτικούς σχετικά με πιθανές δυσκολίες ή προβλήματα στην εφαρμογή των δραστηριοτήτων.
- Να ζητάτε ανατροφοδότηση από τους ειδικούς ή την ομάδα υποστήριξης του ψυχοεκπαιδευτικού προγράμματος.

#### 4. Οι ειδικές αναπτυξιακές ανάγκες των μαθητών, η σχολική πραγματικότητα και ο ρόλος του εκπαιδευτικού

Καθώς τα παιδιά περνάνε σημαντικό μέρος του χρόνου τους στο σχολείο, οι εκπαιδευτικοί -ως γονεϊκά υποκατάστατα- παίζουν καθοριστικό ρόλο στην κοινωνική και συναισθηματική τους ανάπτυξη. Η καλή σχέση μεταξύ μαθητή και εκπαιδευτικού συνδέεται με την καλή συμπεριφορά του μαθητή στην τάξη (Baker, Grant & Morlock, 2008).

Η ανάπτυξη σταθερών και ικανοποιητικών σχέσεων με τους εκπαιδευτικούς, τους επαγγελματίες της εκπαίδευσης και τα άτομα που παρέχουν φροντίδα αποτελεί για τα παιδιά σημαντική παράμετρο της ζωής τους, καθώς ευνοεί και προάγει την κοινωνικο-συναισθηματική τους ανάπτυξη και τα βοηθάει να διαμορφώσουν θετική εικόνα για τον εαυτό τους και τον κόσμο (Morrison & Bratton, 2010).

Οι Hamre και Pianta (2001) διαπίστωσαν πως τα παιδιά που δεν είχαν αναπτύξει καλές σχέσεις με τους εκπαιδευτικούς τους ήταν πιο πιθανό να μη συμμετέχουν στην τάξη, να έχουν χαμηλές σχολικές επιδόσεις, να αποφεύγουν το σχολείο και να παρουσιάζουν προβλήματα συμπεριφοράς.

Τα προγράμματα επαγγελματικής ανάπτυξης έχουν συνήθως θεωρητικό προσανατολισμό, αντί να επικεντρώνονται στην ανάπτυξη του παιδιού και σε δεξιότητες οικοδόμησης σχέσεων (Koles, O'Connor & McCartney, 2009).

Οι παρεμβάσεις που έχουν ως σκοπό να καταστήσουν τους εκπαιδευτικούς ικανούς να ανταποκρίνονται στις κοινωνικο-συναισθηματικές ανάγκες των μαθητών τους ωφελούν όχι μόνο τους ίδιους αλλά και τα παιδιά, καθώς ενισχύουν το αίσθημα επάρκειας των εκπαιδευτικών και μειώνουν τα επίπεδα του άγχους τους (Pianta, Downer & Hamre, 2016). Ενώ είναι σημαντικό τα προγράμματα επαγγελματικής ανάπτυξης να στοχεύουν στη βελτίωση των δεξιοτήτων των εκπαιδευτικών ως προς την οικοδόμηση σχέσεων και στην προώθηση της κοινωνικο-συναισθηματικής προσαρμογής των μαθητών, θα πρέπει επίσης να είναι έτσι σχεδιασμένα, ώστε να ανταποκρίνονται στις μοναδικές ανάγκες ωρίμανσης των παιδιών.

Για τον σκοπό αυτόν, είναι απαραίτητη η εφαρμογή αναπτυξιακά κατάλληλων προγραμμάτων, όπως είναι οι παρεμβάσεις που βασίζονται στο παιχνίδι. Υπάρχει αρνητικός συσχετισμός ανάμεσα στα επίπεδα άγχους των εκπαιδευτικών και στην ικανότητά τους να δημιουργούν θετικό κλίμα στη σχολική τάξη (Friedman-Krauss, Raver, Morris & Jones, 2014). Η δημιουργία θετικού κλίματος είναι σημαντική, διότι συνδέεται με τη βελτίωση της σχολικής επίδοσης των παιδιών και την κοινωνικο-συναισθηματική τους ανάπτυξη (Raver et al., 2009).

Οι Zhai, Raver και Li-Grining (2012) υπογραμμίζουν ότι είναι εξαιρετικά σημαντικό να παρέχονται στους εκπαιδευτικούς δεξιότητες που θα τους επιτρέπουν να αντιμετωπίζουν με τον βέλτιστο τρόπο ζητήματα που αφορούν στην ψυχική υγεία των μαθητών εντός της σχολικής τάξης.

Οι συγγραφείς υποστηρίζουν ότι σκοπός της κατάρτισης των εκπαιδευτικών είναι «ο περιορισμός των διασπαστικών συμπεριφορών των παιδιών προσχολικής ηλικίας και η βελτίωση της αποτελεσματικότητας των εκπαιδευτικών στη διαχείριση της τάξης, καθώς και η βελτίωση της γενικότερης ποιότητας των τάξεων με υψηλή συγκέντρωση παιδιών από οικογένειες χαμηλού εισοδήματος» (σ. 442). Όταν δεν υπάρχει η δυνατότητα παροχής κατάρτισης απευθείας από το σχολείο, μπορεί αυτή να ανατίθεται σε εξωτερικούς φορείς που θα λειτουργούν ως άμεσοι πάροχοι.

## II. ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΩΝ ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΩΝ

Οι παρεμβάσεις με βάση τη μουσική και τον ρυθμό χρησιμοποιούνται στη θεραπεία διάφορων δυσλειτουργιών και διαταραχών, δίνοντας έμφαση στις κοινωνικές, επικοινωνιακές, συναισθηματικές και συμπεριφορικές δεξιότητες των παιδιών. Συγκεκριμένα, επικεντρώνονται στην ανάπτυξη τόσο των διαπροσωπικών σχέσεων, όσο και των ικανοτήτων κοινωνικής αλληλεπίδρασης των ευάλωτων παιδιών, με τη διαχείριση και μείωση των στερεοτυπικών/ προβληματικών συμπεριφορών. Επίσης, στοχεύουν στην ανάπτυξη των δυνατοτήτων και των δημιουργικών δεξιοτήτων του παιδιού μέσα από την κίνηση του σώματος και τις παιγνιώδεις δραστηριότητες. Αξίζει να σημειωθεί ότι οι μουσικές και ρυθμικές παρεμβάσεις χρησιμοποιούνται, επίσης, ως πολυαισθητηριακή μέθοδος χαλάρωσης για τα παιδιά με υψηλά επίπεδα άγχους και έντονα ξεσπάσματα (Caria, Venuti & Falco, 2011).

Παράλληλα, καθώς τα παιδιά και οι έφηβοι με αναπτυξιακές διαταραχές παρουσιάζουν σημαντική δυσκολία στο πεδίο της επικοινωνίας, η μουσική μπορεί να λειτουργήσει ως γέφυρα επικοινωνίας και μέσω του μουσικού συγχρονισμού να καλλιεργήσει την ικανότητά τους να εναρμονίζουν τη συμπεριφορά τους (Geretsegger, Elefant, Mössler & Gold, 2014). Αρκετές έρευνες έχουν δείξει (Simpson & Keen, 2011) ότι μέσω της μουσικής και του μουσικού αυτοσχεδιασμού τα παιδιά μπορούν να αναπτύξουν πολλές δεξιότητες. Σημειώνεται ότι το παιδί βελτιώνει την οπτική του επαφή και την ικανότητα μίμησης, όταν επαναλαμβάνει με τον ρυθμό της μουσικής τις κινήσεις του θεραπευτή. Η συναισθηματική αμοιβαιότητα αναπτύσσεται και οι προϋπάρχουσες στερεοτυπικές κινήσεις μειώνονται.

Ένας από τους κύριους στόχους της μουσικής είναι να βοηθήσει το παιδί να κατανοεί το περιβάλλον του και να αναλαμβάνει πρωτοβουλίες για κοινωνική αλληλεπίδραση, διαφοροποιώντας έτσι την κοινωνική του συμπεριφορά. Οι ψυχολόγοι και οι ειδικοί παιδαγωγοί που χρησιμοποιούν τη μουσική ως μέσο παρέμβασης προσπαθούν να χρησιμοποιούν τις αντωνυμίες «εγώ» και «εσύ» στις δυαδικές συνεδρίες, προκειμένου να κατανοήσουν τα όρια του προσωπικού χώρου του παιδιού (Geretsegger, Elefant, Mössler & Gold, 2014).

Οι ερευνητές Kim, Wigram και Gold (2009) χρησιμοποίησαν τη μουσική ως βασική μέθοδο παρέμβασης και μαγνητοσκόπησαν τις συνεδρίες τους. Τα παιδιά εκδήλωναν έντονα συναισθήματα χαράς και βελτιώθηκε η συμπεριφορική τους απόκριση. Βελτίωση, επίσης, σημειώθηκε στις κινητικές και κοινωνικές τους δεξιότητες.

### 1. Οι δράσεις με βάση τον ρυθμό και την κίνηση/χορό με στόχο την ανάπτυξη ψυχο-κοινωνικών δεξιοτήτων

Οι Lowry et al. (2018), σε μια μελέτη η οποία περιλάμβανε μαθητές που συμμετείχαν σε ένα πρόγραμμα με κρουστά διάρκειας δέκα εβδομάδων, παρατήρησαν, εκτός από σημαντική βελτίωση στη λεπτή κινητική δεξιότητα, τον ρυθμό και τον συγχρονισμό, και πολύ σημαντικά οφέλη στη διαχείριση της συμπεριφοράς, όπως καλύτερη συγκέντρωση και αποτελεσματικότερη επικοινωνία με τους άλλους μαθητές και τους ενήλικες.

Η Δρ Ruth Lowry, αναπληρώτρια καθηγήτρια Ψυχολογίας στο Πανεπιστήμιο του Chichester, η οποία διύθησε τη μελέτη, ανέφερε σχετικά με την επίδραση που έχουν τα κρουστά (ρυθμός): «Είναι σπουδαία ευκαιρία να μπορούμε να δούμε αυτά τα παιδιά να προσδεύουν και να εξελίσσονται καθώς αποκτούν δεξιότητες με βάση τη μουσική. Ευελπιστούμε ότι η μελέτη αυτή θα μας δώσει περαιτέρω στοιχεία για τα οφέλη που έχουν τα κρουστά όχι μόνο στην κινητική επιδεξιότητα και την ικανότητα συγκέντρωσης αλλά και στην κοινωνική συμπεριφορά».

Οι Boos et al. (2007), σε μια μελέτη που περιλάμβανε 8 νεαρούς ενήλικες με αυτισμό, οι οποίοι συμμετείχαν σε 52 συνολικά εβδομαδιαίες συνεδρίες ενεργητικής μουσικοθεραπείας διάρκειας 60 λεπτών, υποστηρίζουν ότι αυτές οι συνεδρίες προσέφεραν σημαντική βοήθεια στους συμμετέχοντες και συνέβαλαν στη μείωση των συμπεριφορικών δυσκολιών που αντιμετώπιζαν.

Οι Fitzpatrick et al. (2017) θέτουν ένα σημαντικό ζήτημα αναφορικά με τα κοινωνικά ελλείμματα που χαρακτηρίζουν τη Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος (ΔΑΦ) και το πώς αυτά ενδέχεται να σχετίζονται με τον κοινωνικό συγχρονισμό και τον συγχρονισμό των κινήσεων κατά την αλληλεπίδραση με τους άλλους. Από τα ευρήματά τους, αυτό που ενδιαφέρει την παρούσα επισκόπηση είναι ότι η αντικειμενική δυναμική μέτρηση της ικανότητας συγχρονισμού και της κινητικής δεξιότητας θα μπορούσε να προσφέρει νέες γνώσεις για την κατανόηση των κοινωνικών ελλειμμάτων που χαρακτηρίζουν τη ΔΑΦ, οι οποίες με τη σειρά τους θα μπορούσαν να συμβάλουν στην κλινική διάγνωση και πρόγνωση.

Οι Srinivasan και Bhat (2013) υποστηρίζουν ότι οι περισσότερες θεραπευτικές συνεδρίες μέσα και έξω από τη σχολική τάξη περιλαμβάνουν ρυθμικές δραστηριότητες, που ευνοούν την ανάπτυξη των επικοινωνιακών, κοινωνικο-συναισθηματικών και κινητικών δεξιοτήτων των παιδιών με ΔΑΦ ή άλλες αναπτυξιακές διαταραχές.

Οι Willemin et al. (2018), σε μια πιλοτική μελέτη που περιλάμβανε 8 συνεδρίες διάρκειας μίας ώρας ενός καινοτόμου προγράμματος με κρουστά, με την ονομασία «Drumtastic», για παιδιά με ΔΑΦ, παρατήρησαν σημαντική βελτίωση στους τομείς της ευχαρίστησης και της διασκέδασης. Τα αποτελέσματα έδειξαν, επίσης, θετική τάση ως προς την ανάπτυξη καλύτερων κοινωνικών σχέσεων με τα άλλα παιδιά και τους ενήλικες.

## **2. Οι δραστηριότητες με βάση τον ρυθμό και την κίνηση/χορό και η συμβολή τους στην απόκτηση γλωσσικών δεξιοτήτων**

Η Ruddock (2018), αντλώντας από τις θεωρίες του Gadamer και του Dewey, υποστηρίζει ότι η μουσική ευνοεί την κοινωνικο-πολιτισμική ανάπτυξη, και αμφισβητεί την αξία των καθιερωμένων εκείνων πρακτικών, που αφήνουν πολλούς από εμάς μουσικά ανάπηρους. Η μελέτη της δείχνει πως η εφαρμογή ρυθμικών και κινητικών/χορευτικών δραστηριοτήτων ευνοεί την απόκτηση γλωσσικών δεξιοτήτων για τους μαθητές με τυπική ανάπτυξη και με αναπτυξιακές δυσκολίες/ διαταραχές.

Επίσης, οι Linavally et al. (2018) υποστηρίζουν ότι οι ρυθμικές και χορευτικές δραστηριότητες προάγουν την ανάπτυξη γλωσσικών δεξιοτήτων, όπως η διάκριση συλλαβών, η λεκτική μνήμη και η κατάκτηση της προσωδίας, σε παιδιά με και χωρίς ΕΕΑ.

Επιπλέον, οι Corrigan et al. (2011), οι Anvari et al. (2002) και η Gromko (2005) έδειξαν στις μελέτες τους ότι τα παιδιά που συμμετέχουν συστηματικά σε ρυθμικές και χορευτικές δραστηριότητες φαίνεται να αποκτούν νωρίτερα δεξιότητες ανάγνωσης και λεξιλογίου, καθώς και φωνημική επίγνωση.

Έχει αποδειχτεί ότι η μουσική και η γλώσσα χαρακτηρίζονται από κοινά στοιχεία όπως η γραμματική και ένα σύστημα κοινών συμβάσεων. Επομένως, όπως υποστηρίζουν οι Harrison και Pound (1996), η ενσωμάτωση της μουσικής στις καθημερινές σχολικές δραστηριότητες μπορεί να παίξει καθοριστικό ρόλο στην κατάκτηση ικανοτήτων που σχετίζονται με την ομιλία, ειδικά για τα παιδιά με ΕΕΑ.

Οι Register et al. (2007) μελέτησαν την αποτελεσματικότητα της χρήσης της μουσικής στην ενίσχυση των δεξιοτήτων ανάγνωσης μαθητών δευτέρας δημοτικού και μαθητών με ειδικές μαθησιακές δυσκολίες (ΕΜΔ) στην ανάγνωση. Η ανάλυση των αποτελεσμάτων των δοκιμασιών πριν και μετά την

παρέμβαση έδειξε ότι οι μαθητές με ΕΜΔ στην ανάγνωση βελτιώθηκαν σημαντικά σε τρεις υποδοκιμασίες: στην αποκωδικοποίηση λέξεων, στη γνώση λέξεων και στην κατανόηση κειμένου.

### **3. Οι ρυθμικές και χορευτικές δραστηριότητες με στόχο την απόκτηση μαθηματικών δεξιοτήτων**

Η Miller (2013) υποστηρίζει ότι ένα προσεκτικά σχεδιασμένο πρόγραμμα διδασκαλίας μαθηματικών, που περιλαμβάνει μουσικές δραστηριότητες, παράλληλα με τους στόχους του γενικού προγράμματος σπουδών, μπορεί να προαγάγει τη συμμετοχή και την κατανόηση για όλους τους μαθητές. Σύμφωνα με τη Miller, όταν στη διδασκαλία των μαθηματικών ενσωματώνονται μουσικές δραστηριότητες, τόσο οι μαθητές όσο και οι εκπαιδευτικοί ωφελούνται στον τομέα των ακαδημαϊκών και των κοινωνικών δεξιοτήτων.

Οι Chahine και Montiel (2015) διεξήγαγαν μια μελέτη, όπου εξέτασαν την επίδραση της χρήσης της μουσικής στην αποτελεσματικότητα των εκπαιδευτικών. Δεκαπέντε δάσκαλοι μαθηματικών συμμετείχαν σε πρόγραμμα κατάρτισης, που είχε ως στόχο τη βελτίωση της κατανόησης των μαθηματικών μοντέλων από τους μαθητές με τη χρήση του μουσικού ρυθμού. Η μελέτη έδειξε ότι όταν οι εκπαιδευτικοί εφαρμόζουν στη διδασκαλία των μαθηματικών δεξιοτήτων λιγότερο παραδοσιακές μεθόδους, συμπεριλαμβανομένης της μουσικής, νιώθουν σίγουροι για την αποτελεσματικότητα της μάθησης μέσα από αυτές τις εμπειρίες. Επιπλέον, σύμφωνα με τη μελέτη, η χρήση του μουσικού ρυθμού στη διδασκαλία των μαθηματικών έχει μεγάλη επίδραση στην αποτελεσματικότητα και των ίδιων των εκπαιδευτικών.

### **4. Οι ρυθμικές και χορευτικές δραστηριότητες με στόχο την απόκτηση κινητικών δεξιοτήτων**

Η Gradinaru (2015) υποστηρίζει ότι η ενσωμάτωση του ρυθμού στην καθημερινή φυσική άσκηση στο σχολείο είναι το κλειδί για την ανάπτυξη των κινητικών δεξιοτήτων, συμπεριλαμβανομένων των δεξιοτήτων του προσανατολισμού και του συντονισμού και έκφρασης των κινήσεων. Υποστηρίζει ότι η χρήση της μουσικής στο μάθημα της φυσικής αγωγής μπορεί να βελτιώσει την κινητική ικανότητα και την αισθουσαία λειτουργία.

Παρόμοια μελέτη έδειξε ότι η ρυθμική γυμναστική ευνοεί την ανάπτυξη των κινητικών δεξιοτήτων, εστιάζοντας ιδίως στην ανάπτυξη των αισθητηριακών, κινητικών (σωματικών), καλλιτεχνικών και δημιουργικών ικανοτήτων (Novotna & Slovakova, 2016).

## **BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

- Gallo-Lopez, L & Rubin LC (2012). Play-based interventions for children and adolescents with autism spectrum disorders
- Stegemann ,T., Geretsegger, M., Phan Quoc, E., Riedl, H. & Smetana, M. (2019). Music Therapy and Other Music-Based Interventions in Pediatric Health Care: An Overview
- Shi, Z.M.; Lin, G.H.; Xie, Q. (2016). Effects of music therapy on mood, language, behavior, and social skills in children with autism: A meta-analysis. Chin. Nurs. Res.
- Fearon, D., (2018). School-Based Interventions and Art Therapy for Children Exposed to Trauma. Expressive Therapies Capstone Theses. [https://digitalcommons.lesley.edu/expressive\\_theses/88](https://digitalcommons.lesley.edu/expressive_theses/88)
- Ramin Alavinezhada, R., Mousavia, M. & Sohrabib, N. (2014). Effects of Art Therapy on Anger and Self-esteem in Aggressive Children, Procedia - Social and Behavioral Sciences, 113, 7, 111-117

## Β' ΜΕΡΟΣ

### ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

#### ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ – ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΠΙΤΥΧΙΑ ΤΗΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ

Παρακάτω παρουσιάζονται σημαντικές οδηγίες και προϋποθέσεις για την επιτυχή διδασκαλία, σε σχέση με το κλίμα της τάξης και τον τρόπο αντιμετώπισης των μαθησιακών δυσκολιών, με τον τρόπο που μπορεί να χρησιμοποιηθεί η ταχύτητα εκτέλεσης των δραστηριοτήτων και τέλος σε σχέση με τον τρόπο δόμησης του περιεχομένου των δραστηριοτήτων και γενικότερα του συγγράμματος αυτού. Είναι απαραίτητο ο εκπαιδευτικός να μελετήσει αυτές τις οδηγίες – προϋποθέσεις, προτού προχωρήσει παρακάτω.

- **Προετοιμασία**

- Η προετοιμασία και η εξάσκηση του εκπαιδευτικού πριν να εφαρμόσει τις δραστηριότητες στην τάξη είναι απαραίτητες, ώστε να μπορεί ο ίδιος να μετράει μέσα στην ροή του ρυθμού, με τους απαραίτητους τονισμούς, με εκφραστικότητα και σταθερότητα στην ταχύτητα. Είναι σημαντικό να μπορεί να δίνει εγκαίρως και με διακριτό τρόπο τον λόγο στο άτομο ή την ομάδα που πρόκειται να έρθει η σειρά της. Οι εναλλαγές στο μέτρο, στην ταχύτητα ή στην ένταση, η έκφραση συναισθημάτων μέσα από το παιχνίδι και τα χτυπήματα στο σώμα είναι στοιχεία που πρέπει να χρησιμοποιούνται από τον εκπαιδευτικό με άνεση, φυσικότητα και μέσα στην ροή του ρυθμού. Η καλλιέργεια της ετοιμότητας του εκπαιδευτικού, έχει στόχο να κάνει την διδασκαλία του πιο συναρπαστική και πιο ελκυστική, έτσι ώστε κάθε στιγμή αποκτά ιδιαίτερη σημασία.
- Επιπλέον, ο εκπαιδευτικός πρέπει να έχει φροντίσει να τυπώσει τις κάρτες που απαιτούνται σε κάθε δραστηριότητα, να έχει εξασφαλίσει τον απαραίτητο χώρο και την διαμόρφωσή του και τα καθίσματα (στην περίπτωση που ομάδα θα είναι σε καθιστή θέση).

- **Κλίμα τάξης – αντιμετώπιση μαθησιακών δυσκολιών-μέγεθος ομάδας**

- Η επιτυχία όλων των δραστηριοτήτων που περιγράφονται κρίνεται σε μεγάλο βαθμό από το κλίμα σεβασμού, κατανόησης και την επίδειξη υπομονής και στήριξης προς τους μαθητές και την ομάδα. Ο εκπαιδευτικός τους ενθαρρύνει συνεχώς για να προσπαθήσουν και να τολμήσουν, τονίζοντας ότι πρόκειται για ένα παιχνίδι στο οποίο το λάθος είναι επιθυμητό, ως ένας τρόπος για καλύτερη εμπέδωση και κατανόηση της διαδικασίας και του αντικειμένου. Φροντίζει να τους επιβραβεύει συνεχώς όταν κατορθώνουν καινούρια πράγματα.
- Στην περίπτωση που διαπιστώνει ότι κάποιος μαθητής δυσκολεύεται, λειτουργεί υποστηρικτικά και φροντίζει να αντιμετωπίσει την δυσκολία. Είναι σημαντικό να εντάξει στην διδασκαλία του την προδρασιακή αντιμετώπιση των δυσκολιών –λαθών, δηλαδή προλαμβάνοντας τις «παγίδες» εφιστώντας την προσοχή των μαθητών σε αυτές, εξασκώντας τους απομονώνοντας τα δύσκολα σημεία και χωρίζοντάς τους σε υποομάδες που δουλεύουν

αμοιβαία με εναλλαγή ρόλων (ένας μαθητής εκτελεί και ο άλλος τον διορθώνει και αντίστροφα). Ο ίδιος ο εκπαιδευτικός μπορεί με διακριτικό τρόπο να παρεμβαίνει. Για παράδειγμα, όταν χρειάζεται, βοηθάει στο μέτρημα, χτυπώντας παλαμάκι ή χτυπώντας το πόδι ή βοηθάει έναν μαθητή να δράσει ή να μιλήσει εγκαίρως, κάνοντας ή λέγοντας μαζί του.

- Οι οδηγίες από τον εκπαιδευτικό πρέπει να είναι σαφείς και ξεκάθαρες και να παρουσιάζονται βήμα – βήμα, ώστε να γίνονται κατανοητές από όλους τους μαθητές.
- Ο εκπαιδευτικός φροντίζει πάντα να ελέγχει το επίπεδο της προηγούμενης γνώσης των μαθητών, καθώς οι περισσότερες δραστηριότητες χτίζονται κλιμακωτά και προϋποθέτουν την εκτέλεση των προηγούμενων. Στην περίπτωση που κάποιος μαθητής δεν έχει κατανοήσει σε βάθος ή δεν θυμάται, ο εκπαιδευτικός είτε βοηθά ο ίδιος στην ανάσυρση της γνώσης είτε ζητάει από τους μαθητές να δουλέψουν συνεργατικά, με αμοιβαία βοήθεια.
- Το μέγεθος της ομάδας μπορεί να κυμαίνεται από 6 έως 24 μαθητές. Το ενδεδειγμένο μέγεθος θα πρέπει να είναι τέτοιο ώστε να μπορεί να δημιουργηθεί ομαδικό κλίμα μεταξύ των μαθητών και να μπορούν να δημιουργηθούν δύο υποομάδες όποτε αυτό είναι απαραίτητο, που να αποτελούνται από 3 ή και περισσότερα παιδιά. Η ανομοιογένεια της ομάδας ή η ύπαρξη μαθητών με ειδικές μαθησιακές ανάγκες, είναι παράγοντες που ο εκπαιδευτικός πρέπει να συνηγορήσει στην απόφασή του για το μέγεθος της ομάδας.

- **Η διάταξη της ομάδας και των μαθητών με μαθησιακές δυσκολίες στο χώρο**

- Ιδανικά, προτείνεται η κυκλική διάταξη της ομάδας των μαθητών, ώστε να εξασφαλίζεται η ισότιμη πρόσβαση και η αμεσότητα στην διαδικασία και στον διάλογο, αλλά και η ενεργοποίηση της προσοχής όλων των μαθητών και η αίσθηση ότι συμμετέχουν ενεργά. Σε περίπτωση που αυτό δεν είναι εφικτό, η ομάδα μπορεί να διαταχθεί σε δύο ημικύκλια, σε σειρά, αν και αυτό είναι καλύτερα να αποφεύγεται.
- Ο εκπαιδευτικός, επιδιώκει να τοποθετεί τους μαθητές με μαθησιακές δυσκολίες προς το τέλος του κύκλου, ώστε αν χρειαστεί να λειτουργήσουν μόνοι τους, να έχουν εξοικειωθεί με την διαδικασία, που θα έχει ήδη επαναληφθεί πολλές φορές. Επίσης φροντίζει να βρίσκονται δίπλα σε μαθητές με περισσότερες δυνατότητες, ώστε αν χρειαστεί να συνεργαστούν αυτό να οδηγήσει σε καλύτερα αποτελέσματα.

- **Η ταχύτητα ως εργαλείο για τον εκπαιδευτικό**

- Ένα βασικό εργαλείο για την διδασκαλία του εκπαιδευτικού είναι η ταχύτητα εκτέλεσης των δραστηριοτήτων, την οποία εισάγει τις περισσότερες φορές, με την ρυθμική απαγγελία δύο μέτρων σχημάτων που η ομάδα επαναλαμβάνει. Αν ο εκπαιδευτικός αντιληφθεί ότι η ομάδα δεν έχει συγχρονιστεί ή ότι δεν έχει συντονιστεί με την ταχύτητα, επαναλαμβάνει την διαδικασία. Είναι σημαντικό η ομάδα να ξεκινά το κύριο μέρος της κάθε δραστηριότητας καλά «κουρδισμένη» στην ταχύτητα και το μέτρο.



Εάν η δραστηριότητα προϋποθέτει επιτόπου βηματισμό, τότε ο εκπαιδευτικός εισάγει την ταχύτητα ξεκινώντας ο ίδιος να βηματίζει και ζητά από την ομάδα να τον μιμηθεί. Προχωρά στην εκτέλεση της δραστηριότητας, μόνο αν η ομάδα είναι καλά συγχρονισμένη και σταθερή στον βηματισμό.

- Ο εκπαιδευτικός επιλέγει εκείνη την ταχύτητα που θα είναι βατή για όλους τους μαθητές και την αυξάνει σταδιακά, όταν βλέπει ότι μπορούν να ανταποκριθούν. Το επίπεδο της ταχύτητας που επιλέγει ο εκπαιδευτικός μπορεί να γίνει η αιτία για να θεωρηθεί μία δραστηριότητα βαρετή (αν η ταχύτητα είναι πολύ αργή) ή πολύ δύσκολη (αν η ταχύτητα είναι πολύ γρήγορη). Σίγουρο είναι ότι ο εκπαιδευτικός μπορεί να χρησιμοποιήσει την μείωση της ταχύτητας ως εργαλείο για να μειώσει την δυσκολία εκτέλεσης μιας δραστηριότητας και να διευκολύνει όλους τους μαθητές να ακολουθήσουν.

- **Η δομή του περιεχομένου**

- Σε κάθε δραστηριότητα, αντιστοιχούν 6 σχήματα ( τρίγωνο, τετράγωνο, πεντάγωνο, εξαγωνο, επτάγωνο, οχτάγωνο) . Ο εκπαιδευτικός μπορεί να διατρέξει τις δραστηριότητες χρησιμοποιώντας ένα ή και περισσότερα σχήματα, ανάλογα με το ηλικιακό επίπεδο και την δυναμική της τάξης ως ομάδας. Υπάρχουν δύο τρόποι με τους οποίους μπορεί να δουλέψει.
  - Ο πρώτος τρόπος είναι να εφαρμόσει κάθε δραστηριότητα διαδοχικά, χρησιμοποιώντας ,για παράδειγμα, αρχικά μόνο το τρίγωνο. Αφού το εφαρμόσει σε όλες τις δραστηριότητες, χρησιμοποιεί μόνο το τετράγωνο κλπ.
  - Ο δεύτερος τρόπος είναι να χρησιμοποιήσει ποικιλία σχημάτων σε κάθε δραστηριότητα, ως μια διαδικασία εξέλιξης και καλλιέργειας της αντίληψης των σχημάτων ως ρυθμικά μοτίβα. Αφού παρουσιάσει δύο ή και περισσότερα σχήματα, προχωράει στην επόμενη δραστηριότητα.
- Ο εκπαιδευτικός ενδείκνυται να εκτελεί τα κεφάλαια και τις αντίστοιχες δραστηριότητες με την σειρά που παρουσιάζονται, καθώς η απαιτούμενη εξοικείωση και γνώση καλλιεργείται βαθμιαία και κλιμακωτά, καθώς κάθε νέα δραστηριότητα χτίζεται πάνω στην προηγούμενη.
- Στις εφαρμογές των περισσότερων δραστηριοτήτων, παρουσιάζεται μόνο το μέτρο- σχήμα τρίγωνο, θεωρώντας αυτόνομη την διαδικασία για τις εφαρμογές των υπολοίπων μέτρων - σχημάτων. Στις περιπτώσεις που κρίθηκε σκόπιμο, παρουσιάστηκαν και τα άλλα μέτρα- σχήματα.
- Οι διάλογοι που περιγράφονται στις παρακάτω δραστηριότητες, διαθέτουν μία ποικιλία από δομές, που συχνά επαναλαμβάνονται σε όλα τα κεφάλαια . Κρίθηκε σκόπιμο να γίνει κωδικοποίηση και αναλυτική περιγραφή των δομών αυτών από την αρχή στον Πίνακα Α, ώστε ο αναγνώστης να μπορεί να τις αναγνωρίσει και να τις χρησιμοποιήσει όποτε αυτό ζητείται. Έτσι, αποφεύγονται οι κουραστικές επαναλήψεις και δίνεται από την αρχή η δυνατότητα στον αναγνώστη να εμπεδώσει τον τρόπο που έχει δομηθεί το παρόν σύγγραμμα.

- **Πολύτιμες παρατηρήσεις για την επιτυχία των διαλόγων**
- Σε όλες τις αλλαγές ρόλων, χρειάζεται ο εκπαιδευτικός στον ρόλο του οδηγού, να καθοδηγεί την διαδικασία, κάνοντας εγκαίρως σαφές με ένα νεύμα του κεφαλιού ή /και των χεριών ποιος θα πάρει τον λόγο στην συνέχεια.
- Όλες οι αλλαγές των ρόλων στο διάλογο, γίνονται διαδοχικά, μέσα στην ροή του ρυθμού, χωρίς να δημιουργούνται κενά στο μέτρο.
- Στόχος είναι να διατηρηθεί η αρχική ταχύτητα που έδωσε ο οδηγός.

## ΠΙΝΑΚΑΣ Α

Τίτλος	Εμπλεκόμενα μέρη	Περιγραφή της δομής του διαλόγου
<b>Οδηγός-Ομάδα</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Εκπαιδευτικός- οδηγός &gt;</li> <li>• Ομάδα</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ο εκπαιδευτικός παίρνει τον ρόλο του «οδηγού» της ομάδας, εκτελώντας το μέτρο- σχήμα ( ένα ή περισσότερα), με ρυθμική απαγγελία/konnakol/ bodymusic -&gt;</li> <li>• η ομάδα απαντάει</li> </ul>
<b>Οδηγός-υποομάδες</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Εκπαιδευτικός -Οδηγός&gt;</li> <li>• Υποομάδα «Α» -&gt;</li> <li>• Υποομάδα «Β»</li> </ul> <p>ή</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• (Υποομάδα «Β» -&gt;</li> <li>• Υποομάδα «Α»)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ο εκπαιδευτικός χωρίζει την ομάδα σε δύο ισοπληθείς υποομάδες, τις οποίες τοποθετεί αντικρουστά, τη μία δεξιά του και την άλλη αριστερά του. Στη συνέχεια τις ονομάζει, για παράδειγμα «Α» αυτήν που βρίσκεται στα δεξιά του και «Β» αυτήν που βρίσκεται στα αριστερά του.</li> <li>• Ο εκπαιδευτικός παίρνει τον ρόλο του «οδηγού» των υποομάδων, εκτελώντας το μέτρο- σχήμα ( ένα ή περισσότερα), με ρυθμική απαγγελία/konnakol/ bodymusic -&gt;</li> <li>• η υποομάδα «Α» απαντάει</li> <li>• η υποομάδα «Β» απαντάει</li> </ul> <p>ή</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• (η υποομάδα «Β» απαντάει</li> <li>• η υποομάδα «Α» απαντάει )</li> </ul>
<b>Το ρολί</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Εκπαιδευτικός- οδηγός -&gt;</li> <li>• 1<sup>ος</sup> Μαθητής -&gt;</li> <li>• 2<sup>ος</sup> Μαθητής -&gt;</li> <li>• 3<sup>ος</sup> Μαθητής -&gt;</li> </ul> <p>κ.ο.κ.</p> <p>.</p> <p>.</p> <p>.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Τελευταίος Μαθητής του κύκλου</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ο εκπαιδευτικός παίρνει τον ρόλο του «οδηγού» της ομάδας, εκτελώντας το μέτρο- σχήμα ( ένα ή περισσότερα), με ρυθμική απαγγελία/konnakol/ bodymusic -&gt;</li> <li>• Κάθε μαθητής στον κύκλο της ομάδας (κυκλική διάταξη) απαντάει επαναλαμβάνοντας διαδοχικά, από τα αριστερά προς τα δεξιά, έως ότου ολοκληρώσει και ο τελευταίος μαθητής της ομάδας.</li> </ul>
<b>Το ρολί με οδηγό τον μαθητή</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Εκπαιδευτικός -&gt;</li> <li>• 1<sup>ος</sup> Μαθητής - οδηγός -&gt;</li> <li>• Απάντηση ομάδας -&gt;</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 2<sup>ος</sup> Μαθητής – οδηγός-&gt;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ο εκπαιδευτικός απαγγέλει ρυθμικά ένα( ή δύο) μέτρο – σχήμα, ώστε να καθορίσει την ταχύτητα εκτέλεσης της άσκησης. -&gt;</li> <li>• Κάθε μαθητής στον κύκλο της ομάδας ( κυκλική διάταξη) παίρνει τον ρόλο του «οδηγού» της</li> </ul>

Τίτλος	Εμπλεκόμενα μέρη	Περιγραφή της δομής του διαλόγου
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Απάντηση ομάδας -&gt;</li> <li>•</li> <li>•</li> <li>•</li> <li>κ.ο.κ.</li> <li>• Τελευταίος Μαθητής - οδηγός-&gt;</li> <li>• Απάντηση ομάδας</li> </ul>	<p>ομάδας, εκτελώντας το μέτρο- σχήμα ( ένα ή περισσότερα), με ρυθμική απαγγελία/konnakol/ bodymusic -&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Η ομάδα</b> απαντάει</li> <li>• Ο διάλογος συνεχίζεται ανάμεσα σε μαθητή- ομάδα εναλλάξ, μέχρι να ολοκληρώσει και ο τελευταίος μαθητής της ομάδας.</li> </ul>

## Κεφάλαιο 1<sup>ο</sup>

### Ο διάλογος μέσα από την ρυθμική απαγγελία

#### 1.0. Εισαγωγή

Το πρώτο κεφάλαιο αποτελεί την εισαγωγή, αλλά και την βάση για τα επόμενα κεφάλαια.

Μέσα από αυτό, οι μαθητές αντιλαμβάνονται την έννοια του μέτρου και των χαρακτηριστικών του (κυκλική ροή, τονισμός του πρώτου χρόνου), το συσχετίζουν με τα σχήματα και μαθαίνουν πώς να κάνουν την ρυθμική απαγγελία του. Εξοικειώνονται με την χρήση και την ρυθμική απαγγελία των καρτών – σχημάτων και μαθαίνουν να ερμηνεύουν με θεατρικότητα τις κάρτες ερώτησης, άρνησης, κατάφασης, μέσα από τον πειραματισμό. Κατανοούν την έννοια της ταχύτητας και εξασκούνται στο να προσαρμόζονται με ευελιξία στις αλλαγές της.

Ταυτόχρονα, μαθαίνουν να κάνουν διάλογο, μέσα από διαφορετικές συνθήκες και όρους – κανόνες, συνειδητοποιώντας πόσο σημαντικός είναι ο ρόλος του ατόμου, ως μονάδας ή ως μέρος της ομάδας, για την επιτυχία του έργου της τελευταίας. Εφαρμόζουν έτσι για πρώτη φορά διάφορες δομές διαλόγου: «οδηγός – ομάδα», «οδηγός – υποομάδες», «το ρολόι» και τέλος «το ρολόι με οδηγό τον μαθητή». Οι δομές αυτές, παρουσιάζονται στον πίνακα Α που παρατίθεται στις αρχικές οδηγίες, καθώς θα επαναλαμβάνονται σε όλα τα επόμενα κεφάλαια. Την πρώτη φορά που χρησιμοποιείται κάθε δομή διαλόγου, παρουσιάζεται πιο αναλυτικά, ενώ σε επόμενη χρήση και σε επόμενα κεφάλαια θα θεωρείται αυτονόητη.

#### 1.1 Δραστηριότητα 1<sup>η</sup>: Εισαγωγή στην έννοια του ρυθμικού μέτρου – σχήματος.

**Σύντομη περιγραφή:** Εισάγουμε την έννοια του ρυθμικού μέτρου, χωρίς απαραίτητα να αναφερόμαστε στη λέξη αυτή. Το μέτρο σχετίζεται με ένα γεωμετρικό σχήμα κάθε φορά, που παίζει το ρόλο του μέτρου. Στην συνέχεια γίνεται ένα παιχνίδι διαλόγου ανάμεσα στον οδηγό και την ομάδα με θέμα τα γεωμετρικά σχήματα- μέτρα.

**Θέμα:** Αυτή η δραστηριότητα αποτελεί προετοιμασία για τις υπόλοιπες που ακολουθούν και σχετίζεται με θέματα όπως η συγκέντρωση και διατήρηση της προσοχής, η εξάσκηση της παρατηρητικότητας, η γνωριμία με τα γεωμετρικά σχήματα και η εκμάθησή τους.

**Ηλικιακό επίπεδο:** όσο αυξάνεται η ηλικία, αυξάνεται και το επίπεδο δυσκολίας. Εντάσσουμε σχήματα σταδιακά, σύμφωνα με την ικανότητα αφομοίωσης της τάξης.

**Μέσα διδασκαλίας:**

Πίνακας, μαρκαδόρος/ κάρτες μέτρων – σχημάτων.

**Χρονική διάρκεια:** 5' – 10' για κάθε μέτρο – σχήμα.

**Ψυχοπαιδαγωγικοί Στόχοι:**

- Η κατανόηση της έννοιας του ρυθμικού μέτρου, καθώς και της κυκλικής του ροής, μέσα από την σύνδεσή του με τα σχήματα.
- Η ανάπτυξη της αίσθησης ομαδικότητας των μαθητών και η ενίσχυση της ικανότητας συνεργασίας με τους συνομηλίκους.
- Η υποστήριξη των μαθητών, ώστε να γίνουν ενεργά μέλη της ομάδας, μέσα από την ομαδική ρυθμική απαγγελία του μέτρου - σχήματος και η ενίσχυση του αισθήματος ότι ανήκουν στην ομάδα, μέσα από την διαδικασία του συγχρονισμού με τους άλλους.
- Η καλλιέργεια της ικανότητας και της προθυμίας των μαθητών να συμμετέχουν σε μαθησιακές δραστηριότητες με τη μορφή παιχνιδιού και η ενίσχυση του κινήτρου για μάθηση και της επιθυμίας για συμμετοχή σε περισσότερες σχολικές δραστηριότητες (πρόκειται για έναν ευρύτερο στόχο αυτού του project).

**Οδηγίες:**

**Γενικά:** Σκοπός είναι να καταλάβουν οι μαθητές το νόημα του ρυθμικού μέτρου, την κυκλική ροή του και ταυτόχρονα τον τονισμό του μέσα από την συσχέτισή του με τα γεωμετρικά σχήματα. Αυτό επιτυγχάνεται αρχικά μέσα από την παρατήρηση και στη συνέχεια μέσα από τον διάλογο με δομή «οδηγός – ομάδα» (βλ. πίνακα Α) και τέλος μέσα από την εφαρμογή του στον διάλογο του οδηγού με μικρές υποομάδες των δύο ή τριών ατόμων.

Ο εκπαιδευτικός εξηγεί στην ομάδα τους κανόνες της δραστηριότητας. Το ρυθμικό μέτρο εισάγεται με τα γεωμετρικά σχήματα, ώστε οι μαθητές να ακολουθήσουν το μέτρο μετρώντας τις γωνίες κάθε σχήματος. Ο εκπαιδευτικός ζητάει από την ομάδα να ανταποκρίνεται συντονισμένα και να κρατά σταθερή την αρχική ταχύτητα που ο ίδιος παραθέτει, χτυπώντας σταθερά στην αρχή κάθε μέτρου, ένα παλαμάκι (clap).

**Βήμα 1<sup>ο</sup>:** Ο εκπαιδευτικός ζωγραφίζει το κάθε σχήμα και αριθμεί τις γωνίες του (κυκλώνει πάντα το ένα) και στην συνέχεια τις απαριθμεί κυκλικά, μέσα στην ροή του ρυθμού. Χτυπάει το πόδι ή τα χέρια (clap) κάθε φορά που συναντάει τον αριθμό «ένα». Με αυτό τον τρόπο δείχνει την κυκλική ροή του μέτρου και ταυτόχρονα τον τονισμό του.

Ο εκπαιδευτικός λαμβάνει τον ρόλο του «οδηγού» της ομάδας, απαγγέλλοντας ρυθμικά το μέτρο – σχήμα και η ομάδα επαναλαμβάνει, στην ροή του κύκλου, με έμφαση στο ένα. Η ρυθμική

απαγγελία, γίνεται από τον οδηγό με εκφραστικότητα και σταθερότητα. Η επανάληψη αυτή γίνεται σε κύκλους. Ο κύκλος αποτελείται από δύο μέτρα/ σχήματα (βλ. εφαρμογή 1<sup>η</sup>).

**Βήμα 2<sup>ο</sup>:** Ο εκπαιδευτικός παρουσιάζει τις κάρτες των σχημάτων. Τοποθετεί την αντίστοιχη κάρτα – σχήμα και αρχίζει να αριθμεί φωναχτά, δείχνοντας τις γωνίες κυκλικά και ακολουθώντας μια σταθερή ταχύτητα. Κάθε σχήμα αντιστοιχεί σε ένα μουσικό μέτρο (το τρίγωνο στα 3/4, το τετράγωνο στα 4/4 κ.τ.λ., ωστόσο δεν είναι απαραίτητη αυτού του είδους η αντιστοίχιση). Εξηγεί ότι κάθε φορά που φτάνουμε στο «ένα», αν είμαστε σε καθιστή θέση χτυπάμε το δεξί πόδι, αν είμαστε σε όρθια θέση, χτυπάμε clar (παλαμάκι) (Video 1A,1B).

Ο εκπαιδευτικός χωρίζει την ομάδα σε υποομάδες των δύο ή τριών ατόμων και μοιράζει σε κάθε υποομάδα από μία διαφορετική κάρτα – σχήμα. Ζητάει να την απαγγείλουν ρυθμικά και συγχρονισμένα δύο ή τρεις φορές (αν είναι τρία τα άτομα της ομάδας) δείχνοντας τις γωνίες και δίνει λίγο χρόνο για να εξασκηθούν. Στην συνέχεια ζητάει από την ομάδα να κρατήσει σταθερή την ταχύτητα με επιτόπου βηματισμό και από κάθε υποομάδα να προβάλλει την κάρτα της για να είναι ορατή από την υπόλοιπη ομάδα. Ο ίδιος, ειδοποιεί την υποομάδα που επιλέγει κάθε φορά με ένα νεύμα, και η κάθε υποομάδα απαγγέλλει δύο φορές το μέτρο – σχήμα της, είτε ταυτόχρονα είτε κάθε παιδί διαδοχικά (βλ. εφαρμογή 2<sup>η</sup>) (Video 2A, 2B).

## Εφαρμογές

### Εφαρμογή 1<sup>η</sup>

Ο εκπαιδευτικός αρχικά παρουσιάζει το σχήμα, σημειώνοντας σε κάθε γωνία του έναν αριθμό. Έπειτα απαγγέλει ρυθμικά το εκάστοτε σχήμα – μέτρο δύο φορές και η ομάδα τον μιμείται (στον πρώτο χρόνο χτυπάνε παλαμάκι).

Για παράδειγμα στο μέτρο- σχήμα τρίγωνο:

*Οδηγός: Ένα – δύο – τρία, ένα – δύο – τρία*

*Απάντηση ομάδας: Ένα – δύο – τρία, ένα – δύο – τρία*

Ομοίως δημιουργούνται οι διάλογοι για όλα τα παρακάτω μέτρα- σχήματα:

- για το ευθύγραμμο τμήμα 1-2 στις άκρες του, ώστε να αναπαραστήσουμε το μέτρο των δύο χτυπημάτων (2/4) (παρακάτω αποφεύγεται η χρήση του ως παράδειγμα, καθώς δεν αποτελεί σχήμα και είναι πολύ σύντομο).
- για το τρίγωνο 1 – 2 – 3, ώστε να αναπαραστήσουμε το μέτρο των τριών χτυπημάτων,
- για το τετράγωνο 1 – 2 – 3 – 4, ώστε να αναπαραστήσουμε το μέτρο των τεσσάρων χτυπημάτων,
- για το πεντάγωνο 1 – 2 – 3 – 4 – 5, ώστε να αναπαραστήσουμε το μέτρο των πέντε χτυπημάτων,
- για το εξάγωνο 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6, ώστε να αναπαραστήσουμε το μέτρο των έξι χτυπημάτων,
- για το επτάγωνο 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7, ώστε να αναπαραστήσουμε το μέτρο των επτά χτυπημάτων,

- για το οκτάγωνο 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8, ώστε να αναπαραστήσουμε το μέτρο των οχτώ χτυπημάτων .

### Εφαρμογή 2<sup>η</sup>

Στην περίπτωση της χρήσης των καρτών – σχημάτων, οι αριθμοί είναι ήδη τυπωμένοι πάνω τους και ο εκπαιδευτικός προχωρά στην ρυθμική απαγγελία με τον τρόπο που περιγράφεται παραπάνω.

Στην συνέχεια η ομάδα κάνει επί τόπου βηματισμό και οι υποομάδες προβάλλουν τις κάρτες τους.

- *Εκπαιδευτικός (επιλέγει την ομάδα τρίγωνο) : Ένα – δύο – τρία*  
*Απάντηση υποομάδας ( στην περίπτωση των δύο ατόμων) : Ένα – δύο – τρία, ένα – δύο – τρία*  
κ.ο.κ.

**Αξιολόγηση δραστηριότητας:** Ο εκπαιδευτικός αξιολογεί το πόσο καλά κατάφερε η ομάδα αντιληφθεί την σύνδεση της έννοιας του μέτρου με τα σχήματα και να συγχρονιστεί, την ποιότητα της συνεργασίας μεταξύ των ατόμων στις υποομάδες, το επίπεδο τήρησης των κανόνων και την διαθεσιμότητα των μαθητών να συμμετέχουν στις δραστηριότητες.

**Tips:** Κατά την διαδικασία της απαγγελίας της αρίθμησης πάνω στο σχήμα, είναι σημαντικό να δίνουμε την έννοια μιας συνεχούς και ενιαίας κίνησης, χωρίς να διακόπτουμε την ροή από τη μία γωνιά έως την άλλη, και προσπαθώντας να κρατήσουμε σταθερή την ταχύτητα. Η απαγγελία δεν πρέπει να γίνεται μηχανικά, αλλά αντίθετα με θεατρικότητα, παραστατικότητα και «ερμηνευτική» διάθεση.

### 1.2. Δραστηριότητα 2<sup>η</sup> : Ο διάλογος της ομάδας/υποομάδων στον ρυθμικό κύκλο

**Σύντομη περιγραφή:** Πρόκειται για ένα παιχνίδι διαλόγου (οδηγός – ομάδα, οδηγός – υποομάδες, βλ. πίνακα Α) που γίνεται με θεατρικό τρόπο, ανάμεσα στον οδηγό και την ομάδα και στην συνέχεια ανάμεσα στον οδηγό και τις υποομάδες.

**Θέμα:** Η ικανότητα για παρακολούθηση και εκτέλεση των οδηγιών που δίνονται στην τάξη και η τήρηση των κανόνων του διαλόγου που γίνεται με δύο διαφορετικούς τρόπους από την ομάδα, όπως η τήρηση της σειράς στο ομαδικό παιχνίδι. Ακόμα, ο συγχρονισμός μεταξύ των μελών της ομάδας, η ενεργοποίηση της θεατρικότητας και του πειραματισμού, κατά την ρυθμική απαγγελία του μέτρου – σχήματος.

**Ηλικιακό επίπεδο:** όσο αυξάνεται η ηλικία, αυξάνεται και το επίπεδο δυσκολίας. Εντάσσουμε σχήματα σταδιακά, σύμφωνα με την ικανότητα αφομοίωσης της τάξης.

### Μέσα διδασκαλίας:

Πίνακας, μαρκαδόρος / Κάρτες ερώτησης, άρνησης, κατάφασης.



**Χρονική διάρκεια:** 10' – 20'

**Ψυχοπαιδαγωγικοί Στόχοι:**

- Η βοήθεια των μαθητών ώστε να αναπτύξουν επικοινωνιακές δεξιότητες μέσα από το συγχρονισμό με την υπόλοιπη ομάδα και να γίνουν ενεργό μέρος της, καθώς μετρούν όλοι μαζί.
- Η στήριξη των μαθητών για να ακολουθήσουν τις οδηγίες του δασκάλου ως μεμονωμένα άτομα και ως ολόκληρη ομάδα.
- Η παρότρυνση των μαθητών να διατηρήσουν την προσοχή τους κατά τη διάρκεια όλης της δραστηριότητας.
- Η ανάπτυξη της παρατηρητικότητας και της ακουστικής μνήμης, μέσα από την επανάληψη φράσεων στον διάλογο.
- Η αντίληψη της σημασίας του συγχρονισμού της ομάδας, μέσα από την τήρηση σταθερής ταχύτητας, κατά την διάρκεια της τέλεσης της άσκησης.
- Η βελτίωση της ικανότητας κινητικού συντονισμού, μέσα από τον συνδυασμό και τον συγχρονισμό της κίνησης με τον ρυθμό.
- Η επίτευξη της καλύτερης συνεργασίας ανάμεσα στα μέλη της ομάδας και η κατανόηση της βασικής αρχής της γεωμετρίας του ρυθμού, μέσα από την επανάληψη και την τήρηση της συνέπειας στο χρόνο, ενώ τα επίπεδα ταχύτητας μεταβάλλονται.
- Η στήριξη των μαθητών για ενεργή συμμετοχή στην τάξη και στις δραστηριότητες-παιχνίδια.

**Οδηγίες:**

**Γενικά :** Η δομή του παρακάτω διαλόγου είναι «οδηγός – ομάδα» και στην συνέχεια «οδηγός – υποομάδες» (βλ. πίνακα Α). Ο εκπαιδευτικός εξηγεί στην ομάδα τους κανόνες της δραστηριότητας. Το ρυθμικό μέτρο εισάγεται με τα γεωμετρικά σχήματα, ώστε οι μαθητές να ακολουθήσουν το μέτρο μετρώντας τις γωνίες κάθε σχήματος, όπως και στην προηγούμενη δραστηριότητα, με την διαφορά ότι τώρα καλούνται να χρωματίσουν την φωνή τους. Ο εκπαιδευτικός ζητάει από την ομάδα να ανταποκρίνεται συντονισμένα και να κρατά σταθερή την αρχική ταχύτητα που ο ίδιος παραθέτει, χτυπώντας σταθερά στην αρχή κάθε μέτρου, ένα παλαμάκι (clap).

**Βήμα 1<sup>ο</sup>:** Ο εκπαιδευτικός εισάγει στον διάλογο την χρήση καρτών ,που υποδεικνύουν τον τρόπο που θα χρωματίσει την φωνή του από τη μια ο εκπαιδευτικός και από την άλλη η ομάδα (κάρτες ερώτησης, άρνησης, κατάφασης). Δείχνει τις κάρτες μία – μία, εξηγεί την σημασία τους, συζητά με τους μαθητές πώς μπορούν να χρωματίζουν τη φωνή τους και τους αφήνει να πειραματιστούν.

Ο εκπαιδευτικός λαμβάνει τον ρόλο του «οδηγού» της ομάδας, απαγγέλλοντας ρυθμικά το μέτρο – σχήμα σύμφωνα με την εκάστοτε κάρτα που δείχνει και ζητάει από την ομάδα να τον μιμηθεί , στην

ροή του κύκλου, με έμφαση στο ένα. Χρησιμοποιεί σταθερά ένα μέτρο – σχήμα, για παράδειγμα το τρίγωνο και εναλλάσσει τις κάρτες ερώτησης, άρνησης, κατάφασης, όταν αντιλαμβάνεται ότι η εκτέλεσή τους γίνεται με επιτυχία, μέσα στην ροή του ρυθμού. Η ρυθμική απαγγελία, γίνεται από τον οδηγό με εκφραστικότητα και σταθερότητα. Η επανάληψη αυτή γίνεται σε κύκλους. Ο κύκλος αποτελείται από δύο μέτρα – σχήματα.

Στη συνέχεια, ο εκπαιδευτικός στον ρόλο του οδηγού, απαγγέλει ρυθμικά το μέτρο – σχήμα δύο φορές με την μορφή ερώτησης, ενώ δείχνει στην ομάδα την κάρτα που θα καθορίσει τον τρόπο που αυτή θα χρωματίσει την απάντησή της (αρνητική, καταφατική ή και με την μορφή ερώτησης). Η επανάληψη γίνεται πάλι σε κύκλους, των δύο μέτρων – σχημάτων (βλέπε εφαρμογή 1<sup>η</sup>) (Video 3A, 3B).

**Βήμα 2<sup>ο</sup>:** Η δομή του παρακάτω διαλόγου είναι οδηγός -> υποομάδα Α -> υποομάδα Β (βλ. πίνακα Α). Ο εκπαιδευτικός χωρίζει την ομάδα σε δύο ισοπληθείς υποομάδες, τις οποίες τοποθετεί αντικριστά, τη μία δεξιά του και την άλλη αριστερά του. Στη συνέχεια τις ονομάζει, για παράδειγμα «Α» αυτήν που βρίσκεται στα δεξιά του και «Β» αυτήν που βρίσκεται στα αριστερά του.

Ο οδηγός, αυτή τη φορά απαγγέλει ένα εκάστοτε μέτρο – σχήμα, δύο φορές και παρακινεί τις δύο ομάδες, διαδοχικά, να το επαναλάβουν μέσα στην ροή του ρυθμού (αρχικά δίνει την σκυτάλη στην ομάδα «Α» και μετά στην ομάδα «Β»). Ο διάλογος αυτός, επαναλαμβάνεται π.χ. για τέσσερις φορές (ο εκπαιδευτικός αποφασίζει το πλήθος των επαναλήψεων – κατά προτίμηση ζυγός αριθμός).

Ο οδηγός μπορεί, κατά την εξέλιξη της δραστηριότητας, για να κρατήσει σε εγρήγορση τις υποομάδες και να εντείνει το ενδιαφέρον τους, είτε να παραλλάξει τη σειρά με την οποία απαντάνε οι υποομάδες, είτε να ποικίλλει τις επαναλήψεις του μέτρου – σχήματος. Φυσικά, κάθε φορά υποδεικνύει ποια υποομάδα θα απαντήσει πρώτη.

Αφού σταθεροποιηθεί ο παραπάνω διάλογος, ο εκπαιδευτικός μπορεί να επαναλάβει το δεύτερο βήμα, χρησιμοποιώντας τις κάρτες άρνησης, ερώτησης ή κατάφασης. Κατά τη διάρκεια της δικής του ερώτησης, δείχνει ταυτόχρονα στην κάθε ομάδα ξεχωριστά την δική της κάρτα που θα πρέπει να ερμηνεύσει και δείχνει με ξεκάθαρο τρόπο ποια ομάδα θα ξεκινήσει (βλέπε εφαρμογή 2η) (Video 4A, 4B).

## Εφαρμογές

**Εφαρμογή 1<sup>η</sup> (τρίγωνο) :** Ο εκπαιδευτικός, αφού ακολουθήσει την διαδικασία που περιγράφεται στο βήμα 1<sup>ο</sup> για την εισαγωγή και εξήγηση των καρτών, κάνει διάλογο με την ομάδα, χρωματίζοντας την φωνή του κατά την ερώτηση. Σε πρώτη φάση η ομάδα τον μιμείται και σε δεύτερη φάση η ομάδα χρωματίζει την απαγγελία της, σύμφωνα με την κάρτα που υποδεικνύει ο εκπαιδευτικός.

- Οδηγός: Ένα – δύο – τρία, ένα – δύο – τρία (π.χ. με ύφος άρνησης)

Απάντηση ομάδας: Ένα – δύο – τρία, ένα – δύο – τρία ( 1<sup>η</sup> φάση: σύμφωνα με το ύφος άρνησης του οδηγού και 2<sup>η</sup> φάση : σύμφωνα με το ύφος της κάρτας).

**Εφαρμογή 2<sup>η</sup> (τρίγωνο):** Ο εκπαιδευτικός απαγγέλει ρυθμικά το σχήμα – μέτρο τρίγωνο:

- Οδηγός: Ένα – δύο – τρία, ένα – δύο – τρία  
Απάντηση υποομάδας «Α»: Ένα – δύο – τρία, ένα – δύο – τρία  
Απάντηση υποομάδας «Β»: Ένα – δύο – τρία, ένα – δύο – τρία

Ο εκπαιδευτικός, εμπλουτίζει τον διάλογο με τις υποομάδες, χρωματίζοντας ο ίδιος την φωνή του κατά την ερώτηση, και δείχνοντας μία κάρτα για την κάθε υποομάδα, που υποδεικνύει πώς θα χρωματίσει την απαγγελία της.

Ο παραπάνω διάλογος μπορεί να γίνει εμπλουτίζοντας με τη δομή: οδηγός -> υποομάδα Β -> υποομάδα Α ( βλ. πίνακα Α) και ποικίλοντας τις επαναλήψεις του μέτρου – σχήματος.

- Οδηγός (με ύφος ερώτησης): Ένα – δύο – τρία, ένα – δύο – τρία  
Απάντηση υποομάδας «Α» (με ύφος π.χ. άρνησης) : Ένα – δύο – τρία, ένα – δύο – τρία.  
Απάντηση υποομάδας «Β» (με ύφος π.χ. κατάφασης): Ένα – δύο – τρία, ένα – δύο – τρία
- Οδηγός(με ύφος ερώτησης): Ένα – δύο – τρία  
Απάντηση υποομάδας «Β» (με ύφος π.χ. άρνησης) : Ένα – δύο – τρία  
Απάντηση υποομάδας «Α» (με ύφος π.χ. κατάφασης) : Ένα – δύο – τρία κ.ο.κ.

**Αξιολόγηση δραστηριότητας:** Η επιτυχία αυτής της δραστηριότητας κρίνεται από το επίπεδο εφαρμογής των κανόνων του διαλόγου από την ομάδα, από τον βαθμό που κατάφερε η τελευταία να πειραματιστεί και να ανταποκριθεί με συνέπεια, συντονισμό και εκφραστικότητα, ώστε η δραστηριότητα να αποκτή παραστατικό χαρακτήρα.

**Tips:** Η αρίθμηση πρέπει να είναι ακριβής, καθαρή και συνεπής στη χρονική αγωγή, την οποία υποδεικνύει ο εκπαιδευτικός. Είναι σημαντικό η ταχύτητα να είναι βατή για την ομάδα και να προσαρμόζεται στις ικανότητές της, δηλαδή ούτε γρήγορη, ούτε αργή.

### 1.3. Δραστηριότητα 3<sup>η</sup>: Ο διάλογος όταν οι συνθήκες επικοινωνίας αλλάζουν

**Σύντομη περιγραφή:** Ο σκοπός αυτής της άσκησης είναι η ενθάρρυνση των μαθητών να τηρήσουν τις αρχές του διαλόγου οδηγού – ομάδας, ενώ τα επίπεδα της ταχύτητας διαφοροποιούνται.

**Θέμα:** Η ικανότητα συντονισμού και συγχρονισμού της ομάδας συνολικά ή των υποομάδων κατά τον διάλογο με τον οδηγό, καθώς τα επίπεδα ταχύτητας μεταβάλλονται.

**Ηλικιακό επίπεδο:** όσο αυξάνεται η ηλικία, αυξάνεται και το επίπεδο δυσκολίας. Εντάσσουμε σχήματα σταδιακά, σύμφωνα με την ικανότητα αφομοίωσης της τάξης.

**Μέσα διδασκαλίας:** Πίνακας, μαρκαδόρος/ Κάρτες ερώτησης, άρνησης, κατάφασης.

**Χρονική διάρκεια:** 10' – 20'.

**Ψυχοπαιδαγωγικοί Στόχοι:**

- Η ενίσχυση της ικανότητας των μαθητών να ακολουθούν τις οδηγίες των εκπαιδευτικών και ως μεμονωμένα άτομα και ως μέλη της ομάδας.
- Η βελτίωση της μνημονικής ικανότητας των μαθητών και της ικανότητας παρατήρησης.
- Η αντίληψη της έννοιας της ταχύτητας ως ένα εργαλείο εκφραστικότητας είτε ως ένα επιπλέον κίνητρο για μάθηση.
- Η βελτίωση της ικανότητας των μαθητών για συγκέντρωση κατά την διαδικασία της διάδρασης με τους συμμαθητές.
- Η ενίσχυση της ικανότητας των μαθητών να συμμετέχουν σε δραστηριότητες που βασίζονται στην αμοιβαιότητα μεταξύ των μελών της ομάδας.
- Η ενθάρρυνση των μαθητών να «παίρνουν το λόγο» και να επικοινωνούν με τους συνομήλικούς τους μέσα σε κλίμα σεβασμού.
- Η ενίσχυση της ικανότητας των μαθητών για διάλογο και επικοινωνία, μέσα από τον ρυθμικό διάλογο.
- Η ώθηση όλων των μαθητών, αλλά κυρίως όσων δυσκολεύονται να ακολουθήσουν την ομάδα να γίνουν πιο επικοινωνιακοί και παραγωγικοί συμμετέχοντας ενεργά στη δραστηριότητα.
- Η ανάπτυξη επικοινωνιακών – διαπροσωπικών και συναισθηματικών δεξιοτήτων, που μπορούν να μεταφερθούν και σε άλλες προσωπικές και διαπροσωπικές λειτουργίες.
- Η υποστήριξη των φοβισμένων ή απομονωμένων μαθητών, καθώς και των μαθητών με διαταραχές, για να γνωρίσουν πιο ολοκληρωμένα τον εαυτό τους και να ξεπεράσουν τις δυσκολίες τους, όσον αφορά την συμμετοχή στην ομάδα

! Καθήκον του εκπαιδευτικού είναι να εξασφαλίσει συνθήκες αποδοχής και υποστήριξης για τους μαθητές που αντιμετωπίζουν δυσκολίες στην εκτέλεση της δραστηριότητας.

## Οδηγίες

### Γενικά:

Η δομή που ακολουθείται στον παρακάτω διάλογο είναι «οδηγός – ομάδα» και στην συνέχεια «οδηγός – υποομάδες» (βλ. πίνακα Α). Ο διάλογος γίνεται σε κύκλους που έρχονται διαδοχικά. Ο κύκλος διαρκεί δύο και στη συνέχεια τέσσερα μέτρα – σχήματα και παίζεται κάθε φορά σε άλλη ταχύτητα. Η ταχύτητα εναλλάσσεται, από αργά σε γρήγορα ή και από γρήγορα σε αργά, δίνοντας

στην δραστηριότητα έντονα παιγνιώδη χαρακτήρα. Όταν ο εκπαιδευτικός ή η ομάδα παίρνει τον λόγο, χτυπάει παλαμάκι (clap) στην αρχή του μέτρου – σχήματος που απαγγέλει.

Ο εκπαιδευτικός εξηγεί στην ομάδα τους κανόνες της δραστηριότητας. Τονίζει πόσο σημαντικό είναι να ανταποκρίνεται συντονισμένα και να κρατά σταθερή την αρχική ταχύτητα που ο ίδιος παραθέτει.

**Βήμα 1<sup>ο</sup>:** Ο εκπαιδευτικός, ως «οδηγός», απαγγέλει ρυθμικά το μέτρο – σχήμα δύο φορές, σε αργή (ή γρήγορη) ταχύτητα και ζητάει από την ομάδα να τον μιμηθεί, επαναλαμβάνοντας, τη δομή «οδηγός – ομάδα» τουλάχιστον δύο φορές.

Στη συνέχεια, χωρίς να διακοπεί η ροή, ο εκπαιδευτικός εισάγει το ίδιο ρυθμικό μέτρο – σχήμα δύο φορές, πιο γρήγορα (ή πιο αργά), ώστε να γίνει αισθητή η διαφοροποίηση, με ήπια κλιμάκωση. Η ομάδα καλείται να ανταποκριθεί και πάλι με τη μορφή του διαλόγου και να μιμηθεί την ταχύτητα του οδηγού. Η δομή οδηγός – ομάδα επαναλαμβάνεται δύο φορές.

Τα στάδια κλιμάκωσης της ταχύτητας θα πρέπει να είναι τουλάχιστον τέσσερα. Ο εκπαιδευτικός, κρατώντας σταθερή τη δομή του παραπάνω διαλόγου, συνεχίζει να αυξάνει (ή να μειώνει) την ταχύτητα με τον ίδιο τρόπο, μέχρι αυτή να γίνει πολύ γρήγορη (ή πολύ αργή) και η ομάδα να μην μπορέσει να την αναπαράγει (εφαρμογή 1<sup>η</sup>) ( Video 5A, 5B).

**Βήμα 2<sup>ο</sup>:** Η δομή που ακολουθείται στον παρακάτω διάλογο είναι «οδηγός- υποομάδα Α – υποομάδα Β» (βλ. πίνακα Α). Ο οδηγός, αυτή τη φορά απαγγέλει σε αργή (ή γρήγορη) ταχύτητα, το εκάστοτε μέτρο – σχήμα, μία φορά ( ή και ποικίλοντας τα μέτρα- σχήματα) και παρακινεί τις δύο ομάδες, διαδοχικά, να το επαναλάβουν. Ο διάλογος αυτός, ανάμεσα στις δύο ομάδες, επαναλαμβάνεται για δύο ή και περισσότερες φορές. Ο οδηγός μπορεί, κατά την εξέλιξη της δραστηριότητας, να παραλλάξει τη σειρά των ομάδων (δομή: οδηγός-> υποομάδα Β -> υποομάδα Α).

Στη συνέχεια, χωρίς να διακοπεί η ροή, ο εκπαιδευτικός εισάγει το ίδιο ρυθμικό μέτρο – σχήμα μία φορά, πιο γρήγορα (ή πιο αργά) και ο διάλογος επαναλαμβάνεται όπως περιγράφεται παραπάνω. Η παραπάνω διαδικασία επαναλαμβάνεται, μέχρι η ταχύτητα που εισάγει οδηγός να γίνει τόσο γρήγορη (ή αργή), ώστε οι ομάδες να μην καταφέρουν να ανταποκριθούν (εφαρμογή 2<sup>η</sup>) ( Video 6A, 6B).

## Εφαρμογές

**Εφαρμογή 1<sup>η</sup> (τρίγωνο):** Ο εκπαιδευτικός απαγγέλει ρυθμικά το σχήμα – μέτρο τρίγωνο, σε αργή (ή γρήγορη) ταχύτητα:

- Οδηγός: Ένα – δύο – τρία, ένα – δύο – τρία  
Απάντηση ομάδας: Ένα – δύο – τρία, ένα – δύο – τρία.

- Οδηγός: Ένα – δύο – τρία, ένα – δύο – τρία.  
Απάντηση ομάδας: Ένα – δύο – τρία, ένα – δύο – τρία.

Στη συνέχεια, επαναλαμβάνει τον παραπάνω διάλογο, αυξάνοντας ( ή μειώνοντας) σταδιακά την ταχύτητα, σε επίπεδο διακριτό, κάθε φορά που φτάνει στην αρχή της παραπάνω δομής.

**Εφαρμογή 2<sup>η</sup> ( τρίγωνο):** Ο εκπαιδευτικός απαγγέλει ρυθμικά το σχήμα – μέτρο τρίγωνο, σε αργή ( ή γρήγορη) ταχύτητα:

- Οδηγός: Ένα – δύο – τρία  
Απάντηση υποομάδας «Α»: Ένα – δύο – τρία  
Απάντηση υποομάδας «Β»: Ένα – δύο – τρία
  
- Οδηγός: Ένα – δύο – τρία  
Απάντηση υποομάδας «Α»: Ένα – δύο – τρία  
Απάντηση υποομάδας «Β»: Ένα – δύο – τρία

Στη συνέχεια, επαναλαμβάνει τον παραπάνω διάλογο, αυξάνοντας (ή μειώνοντας) σταδιακά την ταχύτητα, σε επίπεδο διακριτό, κάθε φορά που φτάνει στην αρχή της παραπάνω δομής και παραλλάσσει την σειρά των υποομάδων.

**Αξιολόγηση δραστηριότητας:** Η επιτυχία της δραστηριότητας κρίνεται από τον βαθμό που οι μαθητές καταφέρνουν να μιμηθούν και να ακολουθήσουν τον εκπαιδευτικό, ως προς στην εκάστοτε ταχύτητα που εισάγει. Αυτό, εξαρτάται από το επίπεδο τήρησης των οδηγιών του εκπαιδευτικού από τους μαθητές, από την παρατηρητικότητα τους, από τον βαθμό ενεργοποίησης των μαθητών αλλά και τον βαθμό της συγκέντρωσής και συμμετοχής τους. Επίσης από την διάθεση για επικοινωνία και το κλίμα επικοινωνίας (σεβασμού και αμοιβαιότητας)

**Tips:** Είναι σημαντικό να αντιληφθεί ο εκπαιδευτικός και στην συνέχεια τα παιδιά ότι η ταχύτητα είναι ένα σημαντικό εκφραστικό εργαλείο. Η παραπάνω βιωματική δραστηριότητα θα βοηθήσει τα παιδιά να το κατανοήσουν αυτό μέσα από την διαδικασία του παιχνιδιού.

#### **1.4. Δραστηριότητα 4<sup>η</sup>: Η εμπιστοσύνη στον εαυτό, στο πλαίσιο της ομάδας.**

**Σύντομη περιγραφή:** Ο εκπαιδευτικός ενθαρρύνει τον μαθητή να εμπιστευθεί τις δυνάμεις του και να πάρει μέρος στον διάλογο ατόμου – ομάδας μεμονωμένα, σαν ένας κρίκος απαραίτητος στην αλυσίδα του κύκλου, ενώ η ταχύτητα εναλλάσσεται.

**Θέμα:** Η καλλιέργεια της ευελιξίας για συμμετοχή των μαθητών στην νέα δομή του διαλόγου «το ρολόι», που απαιτεί την κατανόηση και εφαρμογή των νέων κανόνων σε διάφορα επίπεδα ταχύτητας και η ενθάρρυνση κάθε μαθητή για να κάνει διάλογο με την ομάδα ως μονάδα και να συνεργαστεί αμοιβαία με τους συμμαθητές του.

**Ηλικιακό επίπεδο:** όσο αυξάνεται η ηλικία, αυξάνεται και το επίπεδο δυσκολίας. Εντάσσουμε σχήματα σταδιακά, σύμφωνα με την ικανότητα αφομοίωσης της τάξης.

**Μέσα διδασκαλίας:** δεν απαιτούνται.

**Χρονική διάρκεια:** 15' – 25'.

#### **Ψυχοπαιδαγωγικοί Στόχοι:**

- Η σταθερότητα στην τήρηση της ροής του ρυθμού από το ένα παιδί στο άλλο, χωρίς διακοπή, ώστε οι μαθητές να μάθουν να διαδέχονται ο ένας τον άλλο σε σειρά, καλλιεργώντας την αμοιβαία συνεργασία.
- Η καλλιέργεια της αυτονομίας και της υπευθυνότητας των μαθητών, δεξιότητες που αποκτούνται με την συμμετοχή των μαθητών στον διάλογο, ως μεμονωμένα άτομα και ως ομάδα.
- Η βελτίωση της ικανότητας των μαθητών για να επικεντρώνουν την προσοχή τους σε μια δραστηριότητα.
- Η καλλιέργεια της ετοιμότητας των μαθητών, για να είναι σε θέση αντιδρούν εγκαίρως.
- Η συνειδητοποίηση της σημασίας της ατομικής συμμετοχής στην επιτυχία της ομαδικής δραστηριότητας και η ενίσχυση του κλίματος συνεργασίας.
- Η στήριξη όλων των μαθητών, με ή χωρίς ειδικές μαθησιακές ανάγκες, ώστε να μπορούν να συνυπάρχουν και να αναγνωρίζουν τις ανάγκες και τις δυνατότητές τους.
- Η αίσθηση ικανοποίησης και η ευχαρίστησης των μαθητών μέσα από τη συμμετοχή τους σε ομαδικές δραστηριότητες – παιχνίδια μέσα στην τάξη.

#### **Οδηγίες**

**Γενικά:** Σε αυτήν την δραστηριότητα, ακολουθείται η δομή διαλόγου «το ρολόι» (βλ. πίνακα Α). Ο εκπαιδευτικός εξηγεί στην ομάδα τους κανόνες της δραστηριότητας. Τονίζει την ανάγκη να τηρηθεί η αρχική ταχύτητα, χωρίς να διακόπτεται η ροή του μετρήματος, μέσα από μια διαδοχική κίνηση, όπως αυτή των δεικτών του ρολογιού. Εξηγεί ότι όταν έρχεται η σειρά τους, χρειάζεται να είναι σε εγρήγορση, ώστε να μην δημιουργούνται κενά στο μέτρημα, κατά την εναλλαγή από το

προηγούμενο παιδί στο επόμενο παιδί. Σε όλη τη διάρκεια της δραστηριότητας, η ομάδα χτυπάει στην αρχή κάθε μέτρου – σχήματος ένα παλαμάκι (clap).

**Βήμα 1<sup>ο</sup>:** Ο εκπαιδευτικός, απαγγέλει ρυθμικά ένα μέτρο – σχήμα και ζητάει από το κάθε παιδί διαδοχικά, όταν έρχεται η σειρά του, να το επαναλάβει, έως ότου ολοκληρώσει και το τελευταίο παιδί της ομάδας. Ο κύκλος επαναλαμβάνεται, μέχρι να σταθεροποιηθεί η ταχύτητα και η ροή του κύκλου. Ο εκπαιδευτικός μπορεί να απαγγείλει ρυθμικά το μέτρο – σχήμα με ύφος ερώτησης και να ζητήσει από του μαθητές να επιλέξουν από μόνοι τους το ύφος της απάντησης (ερώτηση, άρνηση ή κατάφαση) (βλέπε εφαρμογή 1<sup>η</sup>) (Video 7A, 7B).

**Βήμα 2<sup>ο</sup>:** Στη συνέχεια, ο εκπαιδευτικός κρατώντας την δομή του πρώτου βήματος κάθε φορά που έρχεται η σειρά του, εισάγει ένα καινούριο μέτρο – σχήμα, μεγαλύτερο κατά ένα χρόνο σε σχέση με το προηγούμενο, δηλαδή σε διαδοχική σειρά τρίγωνο – τετράγωνο – πεντάγωνο – εξαγώνο – εφτάγωνο – οκτάγωνο.

**Βήμα 3<sup>ο</sup>:** Στη συνέχεια, απαγγέλει ρυθμικά το ίδιο μέτρο – σχήμα, με διαφορετική ταχύτητα, συνήθως λίγο πιο γρήγορα και επαναλαμβάνεται η παραπάνω διαδικασία (βλ. βήμα 1<sup>ο</sup>). Στην αρχή κάθε επόμενου κύκλου, αυξάνει ο εκπαιδευτικός αισθητά την ταχύτητα. Αν η ομάδα ανταποκρίνεται με ευκολία, μπορεί ο εκπαιδευτικός να κάνει την ρυθμική απαγγελία του με ύφος ερώτησης και να ζητήσει από τους μαθητές να επιλέξουν το ύφος της απάντησης (βλέπε εφαρμογή 2<sup>η</sup>) (Video 8A, 8B).

### **Εφαρμογές:**

**Εφαρμογή 1<sup>η</sup> (τρίγωνο) :** Ο εκπαιδευτικός απαγγέλει ρυθμικά το σχήμα – μέτρο τρίγωνο, σε αργή ταχύτητα και τα παιδιά απαντούν ένα- ένα, διαδοχικά, όπως παραπάνω, με φορά από τα αριστερά προς τα δεξιά:

- Οδηγός: Ένα – δύο – τρία

Απαντήσεις διαδοχικά, από κάθε παιδί της ομάδας, ξεκινώντας από το πρώτο στα αριστερά του και ακολουθώντας την ροή των δεικτών του ρολογιού:

1<sup>ος</sup> μαθητής: Ένα – δύο – τρία,

2<sup>ος</sup> μαθητής: Ένα – δύο – τρία

3<sup>ος</sup> μαθητής: Ένα – δύο – τρία

.

.

.

Τελευταίος μαθητής του κύκλου: Ένα – δύο – τρία



Ο παραπάνω κύκλος επαναλαμβάνεται στην ίδια ταχύτητα, εάν ο εκπαιδευτικός κρίνει ότι απαιτείται, για να διορθωθούν πιθανές αδυναμίες. Στην συνέχεια, ο εκπαιδευτικός εισάγει το ύψος ερώτησης στην απαγγελία του και οι μαθητές ύψος ερώτησης, άρνησης ή κατάφασης στην απάντησή τους.

## Εφαρμογή 2<sup>η</sup>:

### 1<sup>ος</sup> κύκλος

- Οδηγός: Ένα – δύο – τρία

Απαντήσεις διαδοχικά, από κάθε παιδί της ομάδας, ξεκινώντας από το πρώτο στα αριστερά του και ακολουθώντας την ροή των δεικτών του ρολογιού:

1<sup>ος</sup> μαθητής: Ένα – δύο – τρία

2<sup>ος</sup> μαθητής: Ένα – δύο – τρία

3<sup>ος</sup> μαθητής: Ένα – δύο – τρία

.

.

.

Τελευταίος μαθητής του κύκλου: Ένα – δύο – τρία

### 2<sup>ος</sup> κύκλος

- Οδηγός: Ένα – δύο – τρία – τέσσερα

1<sup>ος</sup> μαθητής: Ένα – δύο – τρία – τέσσερα,

2<sup>ος</sup> μαθητής: Ένα – δύο – τρία – τέσσερα

3<sup>ος</sup> μαθητής: Ένα – δύο – τρία – τέσσερα

.

.

.

Τελευταίος μαθητής του κύκλου: Ένα – δύο – τρία- τέσσερα

### 3<sup>ος</sup> κύκλος

- Οδηγός: Ένα – δύο – τρία- τέσσερα – πέντε

1<sup>ος</sup> μαθητής: Ένα – δύο – τρία- τέσσερα – πέντε

2<sup>ος</sup> μαθητής: Ένα – δύο – τρία- τέσσερα – πέντε

3<sup>ος</sup> μαθητής: Ένα – δύο – τρία- τέσσερα – πέντε

.

.

Τελευταίος μαθητής του κύκλου: Ένα – δύο – τρία – τέσσερα – πέντε

κ.ο.κ.

**Εφαρμογή 3<sup>η</sup> – (τρίγωνο) :** Εφόσον ο εκπαιδευτικός αντιληφθεί ότι η ταχύτητα τηρείται σταθερά και η ροή του κύκλου κυλάει απρόσκοπτα, προχωράει απαγγέλοντας ρυθμικά το σχήμα – μέτρο τρίγωνο σε γρηγορότερη ταχύτητα. Αφού «κατακτηθεί» και αυτό το επίπεδο ταχύτητας, εισάγει νέα, μεγαλύτερη ταχύτητα κ.ο.κ.

Εάν θεωρεί ότι η ομάδα μπορεί να ανταποκριθεί, προσθέτει ύφος ερώτησης στην ρυθμική του απαγγελία και ζητά από τους μαθητές να επιλέξουν το ύφος της δικής τους απαγγελίας.

**Αξιολόγηση δραστηριότητας:** Η επιτυχία της δραστηριότητας κρίνεται από την επιτυχία εφαρμογής των νέων κανόνων διαλόγου και την τήρηση της ταχύτητας σε όλη την διάρκεια της απαγγελίας του μέτρου – σχήματος από τα άτομα της ομάδας.

**Tips:** Η ταχύτητα επιλέγεται βάσει των δεξιοτήτων της κάθε ομάδας και σε ποιο βαθμό μπο

ρεί να ανταποκριθεί στη συνέπεια της ροής του κύκλου. Αν ο εκπαιδευτικός διαπιστώσει ότι η ομάδα δυσκολεύεται να τηρήσει σταθερή την ταχύτητα, βοηθάει χτυπώντας τα χέρια με παλαμάκι (clap), στην αρχή του κάθε μέτρου – σχήματος. Ζητούμενο είναι να μην παρασυρθεί η ομάδα σε μια διαρκή επιτάχυνση, κατά την μετάβαση από άτομο σε άτομο.

### **1.5. Δραστηριότητα 5<sup>η</sup>: Ο μαθητής - «ρομπότ» οδηγός του διαλόγου**

**Σύντομη περιγραφή:** Ο σκοπός αυτής της άσκησης είναι να ενθαρρύνει τους μαθητές να διαδραματίσουν πιο ενεργητικό ρόλο στην διαδικασία της διάδρασης με την ομάδα, παίρνοντας διαδοχικά τον ρόλο του οδηγού, που συνομιλεί ατομικά με την ομάδα.

**Θέμα:** Η βελτίωση της αυτοεκτίμησης των μαθητών και της εμπιστοσύνης στον εαυτό, με την ανάληψη ηγετικού ρόλου στον διάλογο με την ομάδα, η κατανόηση και εφαρμογή των κανόνων της νέας δομής διαλόγου «το ρολόι με οδηγό τον μαθητή» (βλ. πίνακα Α), η αμοιβαία συνεργασία και ο συντονισμός στις νέες συνθήκες και η εξάσκηση στον πειραματισμό μέσα από το παιχνίδι.

**Ηλικιακό επίπεδο:** όσο αυξάνεται η ηλικία, αυξάνεται και το επίπεδο δυσκολίας. Εντάσσουμε σχήματα σταδιακά, σύμφωνα με την ικανότητα αφομοίωσης της τάξης. Σε αυτήν την δραστηριότητα, ο εκπαιδευτικός κρίνει αν θα προβεί στην εκτέλεση του δεύτερου βήματος ή και ενός μέρους του βήματος αυτού.

**Μέσα διδασκαλίας:** δεν απαιτούνται.

**Χρονική διάρκεια:** 15' – 25'.

**Ψυχοπαιδαγωγικοί Στόχοι:**

- Η ενθάρρυνση των μαθητών να πιστέψουν στον εαυτό τους και να αναπτύξουν τη δική τους ταυτότητα, μέσα από την προσωπική έκφραση.
- Η ενίσχυση της αυτοεκτίμησης και η καλλιέργεια της αυτοπεποίθησης, μέσα από την ανάληψη ηγετικού ρόλου στον διάλογο με την ομάδα.
- Η υποστήριξη των μαθητών, ώστε να πάρουν πρωτοβουλίες ξεπερνώντας το αίσθημα της ντροπής.
- Η εξάσκηση των μαθητών στο να αλλάζουν ρόλους στο παιχνίδι.
- Η διευκόλυνση της διαδικασίας της αλληλεπίδρασης και του διαλόγου ανάμεσα στα μέλη της ομάδας.
- Η ικανότητα των μαθητών να συμμετέχουν στη διαδικασία του διαλόγου μέσα στη ροή του ρυθμού.
- Η ενίσχυση του γενικού αισθήματος της συνεργασίας και η συνειδητοποίηση της σημασίας της ομαδικής εργασίας.

**Οδηγίες**

**Γενικά:** Σε αυτήν την δραστηριότητα, ακολουθείται η δομή «το ρολί με οδηγό τον μαθητή» (βλ. πίνακα Α) και ο εκπαιδευτικός εξηγεί στην ομάδα τους αντίστοιχους κανόνες. Οι μαθητές σε όλη την διάρκεια της δραστηριότητας είναι όρθιοι και κρατάνε σταθερά την ταχύτητα, με επί τόπου βηματισμό (με εξαίρεση την παραλλαγή του δεύτερου βήματος) . Κάθε κίνηση – βήμα, αντιστοιχεί σε ένα χρόνο – παλμό. Μόλις σταθεροποιηθεί ο βηματισμός και υπάρξει συγχρονισμός, ο εκπαιδευτικός προχωρά στην ρυθμική απαγγελία, που γίνεται πάνω στον ήχο από τον βηματισμό.

**Βήμα 1<sup>ο</sup>:** Ο εκπαιδευτικός απαγγέλει ένα μέτρο – σχήμα σε μια ταχύτητα σταθερή. Το κάθε παιδί ξεχωριστά μέσα στον κύκλο, τον μιμείται και παίρνει διαδοχικά τον «ρόλο του οδηγού». Η ομάδα καλείται να του απαντήσει με τον ίδιο ακριβώς τρόπο, απαγγέλοντας κάθε φορά το μέτρο – σχήμα. Ο διάλογος συνεχίζεται μέχρι να ολοκληρώσει και το τελευταίο παιδί της ομάδας. Ο εκπαιδευτικός σε αυτό το παιχνίδι καλείται να ενθαρρύνει το κάθε παιδί να αναλάβει «ηγετικό ρόλο» (βλ. εφαρμογή 1<sup>η</sup>) (Video 9A, 9B).

**Βήμα 2<sup>ο</sup>:** Η δομή του διαλόγου παραμένει η ίδια, με την διαφορά ότι τώρα ο μαθητής από οδηγός παίρνει τον ρόλο του «ρομπότ». Ο εκπαιδευτικός επιλέγει ένα μέτρο – σχήμα που το ανακοινώνει στους μαθητές ( για παράδειγμα το τρίγωνο) και τους αφήνει λίγο χρόνο για να αυτοσχεδιάσουν, βάζοντας σε κάθε χρόνο του μέτρου από μία κίνηση. Διευκρινίζεται ότι οι κινήσεις πρέπει να είναι ξεκάθαρες και ευδιάκριτες από την ομάδα. Εναλλακτικά, μπορούν να συλλαβίσουν μία τρισύλλαβη λέξη, στην περίπτωση του τριγώνου ( τετρασύλλαβη στο τετράγωνο κ.ο.κ.). Ο εκπαιδευτικός απαγγέλει μία φορά το μέτρο – σχήμα που έχει επιλέξει, για να ορίσει την ταχύτητα. Η ομάδα

επαναλαμβάνει. Ο μαθητής - «ρομπότ» κατά την διάρκεια του επόμενου μέτρου- σχήματος, παρουσιάζει τον αυτοσχεδιασμό που έχει προετοιμάσει ή απαγγέλει συλλαβιστά την λέξη που επέλεξε. Η ομάδα συνεχίζει την αρίθμηση κατά την διάρκεια του αυτοσχεδιασμού του κάθε μαθητή.

( Παραλλαγή 2<sup>ου</sup> βήματος ) :Το παραπάνω βήμα (όταν ο μαθητής αυτοσχεδιάζει με κινήσεις) σε μία παραλλαγή του, μπορεί να εμπλουτιστεί με την ενεργητικότερη συμμετοχή της ομάδας, αν κατά την διάρκεια της απαγγελίας της, ταυτόχρονα μιμείται και τις κινήσεις του μαθητή - «ρομπότ» που προηγήθηκε αφαιρώντας τον επί τόπου βηματισμό (βλ. εφαρμογή 2<sup>η</sup>). Σε αυτήν την περίπτωση, η ομάδα προσθέτει ακόμα ένα μέτρο ρυθμικής απαγγελίας, αφού έχει τελειώσει την μίμηση του αυτοσχεδιασμού που έκανε ο κάθε μαθητής – ρομπότ (Video 9A, 9B).

### Εφαρμογές

**Εφαρμογή 1<sup>η</sup> (τρίγωνο):** Η ομάδα κρατάει σταθερά την ταχύτητα με επί τόπου βηματισμό. Ο εκπαιδευτικός απαγγέλει με σταθερότητα μία φορά ένα μέτρο – σχήμα (π.χ. το τρίγωνο) και ο πρώτος σε σειρά μαθητής, αριστερά του εκπαιδευτικού, τον μιμείται. Η ομάδα απαντά.

- Εκπαιδευτικός: Ένα – δύο – τρία
- 1<sup>ος</sup> μαθητής – οδηγός: Ένα– δύο – τρία  
Απάντηση ομάδας : Ένα – δύο – τρία

Αυτός ο διάλογος συνεχίζεται με κάθε παιδί ξεχωριστά, ακολουθώντας την ροή των δεικτών του ρολογιού:

- 2<sup>ος</sup> μαθητής – οδηγός: Ένα – δύο – τρία  
Απάντηση ομάδας : Ένα – δύο – τρία
- 3<sup>ος</sup> μαθητής – οδηγός: Ένα – δύο – τρία  
Απάντηση ομάδας : Ένα – δύο – τρία
- .
- .
- .
- Τελευταίος μαθητής – οδηγός: Ένα – δύο – τρία  
Απάντηση ομάδας : Ένα – δύο – τρία

**Εφαρμογή 2<sup>η</sup> (τρίγωνο):**

Η ομάδα κρατάει σταθερά την ταχύτητα, με επί τόπου βηματισμό. Σε περίπτωση που ο εκπαιδευτικός επιθυμεί να παραλλάξει την παραπάνω εφαρμογή (βλ. βήμα 2<sup>ο</sup>), όταν η ομάδα κάνει την ρυθμική απαγγελία, σταματάει τον επί τόπου βηματισμό και μιμείται τις κινήσεις του μαθητή-«ρομπότ» που προηγήθηκαν (όπως φαίνεται στις παρενθέσεις παρακάτω).

- *Εκπαιδευτικός: Ένα – δύο – τρία*  
*Απαγγελία ομάδας : Ένα – δύο – τρία*
  
- *1<sup>ος</sup> Μαθητής – «ρομπότ»:* παρουσιάζει τον αυτοσχεδιασμό που έχει προετοιμάσει κατά την διάρκεια ενός μέτρου – σχήματος.  
*Απαγγελία ομάδας : Ένα – δύο – τρία (παραλλαγή: ταυτόχρονα επαναλαμβάνει τις κινήσεις του 1<sup>ου</sup> μαθητή-«ρομπότ»).*
  
- *2<sup>ος</sup> Μαθητής – «ρομπότ»:* παρουσιάζει τον αυτοσχεδιασμό που έχει προετοιμάσει κατά την διάρκεια ενός μέτρου – σχήματος .  
*Απαγγελία ομάδας : Ένα – δύο – τρία*  
. . .  
κ.ο.κ.
  
- *Τελευταίος Μαθητής – «ρομπότ»:* παρουσιάζει τον αυτοσχεδιασμό που έχει προετοιμάσει κατά την διάρκεια ενός μέτρου- σχήματος.  
*Απαγγελία ομάδας : Ένα – δύο – τρία*  
  
Παραλλαγή 2<sup>ου</sup> βήματος:  
- *Εκπαιδευτικός: Ένα – δύο – τρία*  
*Απαγγελία ομάδας : Ένα – δύο – τρία*
  
- *1<sup>ος</sup> Μαθητής – «ρομπότ»:* παρουσιάζει τον αυτοσχεδιασμό που έχει προετοιμάσει κατά την διάρκεια ενός μέτρου – σχήματος.  
*Απαγγελία ομάδας :*  
*Ένα – δύο – τρία (ταυτόχρονα επαναλαμβάνει τις κινήσεις του 1<sup>ου</sup> μαθητή-«ρομπότ»)*  
*Ένα – δύο – τρία (απλή ρυθμική απαγγελία)*
  
- *2<sup>ος</sup> Μαθητής – «ρομπότ»:* παρουσιάζει τον αυτοσχεδιασμό που έχει προετοιμάσει κατά την διάρκεια ενός μέτρου- σχήματος .  
*Απαγγελία ομάδας :*  
*Ένα – δύο – τρία (ταυτόχρονα επαναλαμβάνει τις κινήσεις του 2ου μαθητή-«ρομπότ»)*  
*Ένα – δύο – τρία (απλή ρυθμική απαγγελία)*  
. . .

κ.ο.κ.

- *Τελευταίος Μαθητής – «ρομπότ»:* παρουσιάζει τον αυτοσχεδιασμό που έχει προετοιμάσει κατά την διάρκεια ενός μέτρου- σχήματος  
*Απαγγελία ομάδας :*  
**Ένα** – δύο – τρία ( ταυτόχρονα επαναλαμβάνει τις κινήσεις του τελευταίου μαθητή- «ρομπότ»)  
**Ένα** – δύο – τρία ( απλή ρυθμική απαγγελία)

**Αξιολόγηση δραστηριότητας:** Η επιτυχία της δραστηριότητας κρίνεται από τον τρόπο που απαγγέλλει το παιδί – οδηγός, από την πρωτοτυπία των χτυπημάτων που επινοεί, από τον βαθμό μίμησης του κάθε παιδιού – οδηγού από την ομάδα, από τον συγχρονισμό της ομάδας και από τη πρόθεση για συμμετοχή των παιδιών.

**Tips:** Η ταχύτητα επιλέγεται βάσει των δεξιοτήτων της κάθε ομάδας και σε ποιο βαθμό μπορεί να ανταποκριθεί στη συνέπεια της ροής του κύκλου. Αν ο εκπαιδευτικός διαπιστώσει ότι η ομάδα δυσκολεύεται να τηρήσει σταθερή την ταχύτητα, βοηθάει χτυπώντας τα χέρια με παλαμάκι (clap), στην αρχή του κάθε μέτρου- σχήματος. Ζητούμενο είναι να μην παρασυρθεί η ομάδα σε μια διαρκή επιτάχυνση, κατά την μετάβαση από άτομο σε άτομο.

#### **1.6. Δραστηριότητα 6<sup>η</sup>: Η ομάδα ερμηνεύει τις κάρτες με οδηγό τον μαθητή.**

**Σύντομη περιγραφή:** Σε αυτή τη δραστηριότητα η ομάδα ερμηνεύει τις κάρτες άρνησης, κατάφασης και ερώτησης με παραστατικότητα, με οδηγό στον ρυθμικό διάλογο αρχικά τον εκπαιδευτικό και στην συνέχεια τον μαθητή, που παίρνει ηγετικό ρόλο.

**Θέμα:** Η εύστοχη ανάγνωση των καρτών από τους μαθητές, που χρησιμοποιούνται συνδυαστικά, καθώς και η ερμηνεία αυτών με εκφραστικότητα και θεατρικότητα, κατά την διάρκεια του διαλόγου και μέσα στην ροή του ρυθμού, είτε ως μέλος της ομάδας είτε ατομικά.

**Ηλικιακό επίπεδο:** όσο αυξάνεται η ηλικία, αυξάνεται και το επίπεδο δυσκολίας. Εντάσσουμε σχήματα σταδιακά, σύμφωνα με την ικανότητα αφομοίωσης της τάξης.

**Μέσα διδασκαλίας :** Κάρτες μέτρων – σχημάτων/ Κάρτες άρνησης, κατάφασης, ερώτησης.

**Χρονική διάρκεια:** 15' – 25'.

**Ψυχοπαιδαγωγικοί Στόχοι:**

- Η κατανόηση της αλληλεξάρτησης και της ανάγκης για αμοιβαία συνεργασία, μέσα από την προσπάθεια για διατήρηση της ροής του ρυθμού κατά την διάρκεια του διαλόγου.

- Η καλλιέργεια της ικανότητας ανάληψης πρωτοβουλιών και η καλλιέργεια της αυτοπεποίθησης των μαθητών, μέσα από την λήψη ηγετικού ρόλου.
- Η εξάσκηση της μνημονικής ικανότητας και της ικανότητας για συνδυαστική χρήση των προηγούμενων γνώσεων και η βαθύτερη εμπέδωσή τους.
- Η καλλιέργεια της θεατρικότητας και της ευελιξίας στην εναλλαγή ρόλων κατά την ερμηνεία των καρτών.
- Η βελτίωση του κινητικού συντονισμού και της ικανότητας για εκτέλεση πολλών ενεργειών ταυτόχρονα.

## Οδηγίες

**Γενικά:** Οι μαθητές σε όλη την διάρκεια της δραστηριότητας είναι όρθιοι και κρατάνε σταθερά την ταχύτητα, με επί τόπου βηματισμό. Αρχικά, ακολουθείται η δομή «οδηγός – ομάδα» και στη συνέχεια «το ρολόι με οδηγό τον μαθητή» (βλ. πίνακα Α).

**Βήμα 1<sup>ο</sup>:** Ο εκπαιδευτικός υπενθυμίζει τους κανόνες του διαλόγου με τη δομή «οδηγός – ομάδα» (βλ. πίνακα Α). Έχει μπροστά του μία στοίβα με κάρτες άρνησης, κατάφασης, ερώτησης που απεικονίζουν διάφορα μέτρα – σχήματα, σε τυχαία σειρά. Σηκώνει μία κάρτα κάθε φορά που την δείχνει στην ομάδα, την απαγγέλει ρυθμικά στην ροή του ρυθμού και ζητάει από την ομάδα να επαναλάβει (βλέπε εφαρμογή 1<sup>η</sup>) (ή απαντούν σύμφωνα με την πισινή πλευρά της κάρτας). Ο εκπαιδευτικός σταδιακά αυξάνει την ταχύτητα στην απαγγελία του (video 10Α, 10Β).

**Βήμα 2<sup>ο</sup>:** Ο εκπαιδευτικός υπενθυμίζει στην ομάδα τους κανόνες του νέου διαλόγου με δομή «το ρολόι με οδηγό το μαθητή», που θα γίνει σε δύο κύκλους. Μοιράζει σε κάθε παιδί δύο κάρτες – σχήματα, μία για κάθε κύκλο και στην συνέχεια ξεκινά επιτόπου βηματισμό, ζητά από την ομάδα να τον ακολουθήσει και μόλις συγχρονιστούν δίνει τον λόγο στο πρώτο παιδί.

Το κάθε παιδί ξεχωριστά μέσα στον κύκλο, παίρνει διαδοχικά τον «ρόλο του οδηγού» και απαγγέλει ρυθμικά το μέτρο – σχήμα της κάρτας που έχει μπροστά του, με την μορφή ερώτησης. Ταυτόχρονα σηκώνει και επιδεικνύει την κάρτα, η οποία στην όπισθεν πλευρά έχει το σύμβολο της κατάφασης ή της άρνησης. Η ομάδα καλείται να απαντήσει χρωματίζοντας την απαγγελία των μέτρων – σχημάτων σύμφωνα με την οδηγία που διαβάζει στην όπισθεν πλευρά της κάρτας που κρατάει ο μαθητής – οδηγός. Ο διάλογος συνεχίζεται μέχρι να ολοκληρώσει και το τελευταίο παιδί της ομάδας και μπορεί να επαναληφθεί σε μεγαλύτερη ταχύτητα που εισάγεται από τον εκπαιδευτικό (βλέπε εφαρμογή 2<sup>η</sup>) (Video 11Α, 11Β).

## Εφαρμογές

### Εφαρμογή 1<sup>η</sup>:

Οι μαθητές είναι όρθιοι και κρατάνε σταθερά την ταχύτητα, με επί τόπου βηματισμό. Μόλις συγχρονιστούν, ο εκπαιδευτικός απαγγέλει ρυθμικά με ύφος ερώτησης το μέτρο σχήμα που διαβάζει στην κάρτα που σηκώνει κάθε φορά ( ή και με το ύφος που υποδεικνύει η κάρτα) και ταυτόχρονα επιδεικνύει την πεισινή πλευρά της κάρτας στην ομάδα. Η ομάδα απαντά σύμφωνα με το ύφος που επιδεικνύεται από την κάρτα (ύφος άρνησης, κατάφασης ή ερώτησης).

- *Εκπαιδευτικός: Ένα* – δύο – τρία (ύφος ερώτησης).  
*Απάντηση ομάδας: Ένα* – δύο – τρία (σύμφωνα με το ύφος που επιδεικνύεται από την κάρτα (ύφος άρνησης, κατάφασης ή ερώτησης).
  
- *Εκπαιδευτικός: Ένα* – δύο – τρία – τέσσερα (ύφος ερώτησης).  
*Απάντηση ομάδας: Ένα* – δύο – τρία – τέσσερα (σύμφωνα με το ύφος που επιδεικνύεται από την κάρτα (ύφος άρνησης, κατάφασης ή ερώτησης).

**Εφαρμογή 2<sup>η</sup>:** Επαναλαμβάνεται η διαδικασία που περιγράφεται στην πρώτη εφαρμογή, με τη διαφορά ότι τον ρόλο του εκπαιδευτικού παίρνει κάθε φορά ο μαθητής στο ρολόι.

- *1<sup>ος</sup> μαθητής – οδηγός: Ένα* – δύο – τρία (ύφος ερώτησης).  
*Απάντηση ομάδας: Ένα* – δύο – τρία (σύμφωνα με το ύφος που επιδεικνύεται από την κάρτα (ύφος άρνησης, κατάφασης ή ερώτησης).
  
- *2<sup>ος</sup> μαθητής – οδηγός: Ένα* – δύο – τρία – τέσσερα (ύφος ερώτησης).  
*Απάντηση ομάδας: Ένα* – δύο – τρία – τέσσερα (σύμφωνα με το ύφος που επιδεικνύεται από την κάρτα (ύφος άρνησης, κατάφασης ή ερώτησης).
  
- *Τελευταίος μαθητής – οδηγός: Ένα* – δύο – τρία – τέσσερα (ύφος ερώτησης).  
*Απάντηση ομάδας: Ένα* – δύο – τρία – τέσσερα (σύμφωνα με το ύφος που επιδεικνύεται από την κάρτα (ύφος άρνησης, κατάφασης ή ερώτησης).

Ο διάλογος μπορεί να επαναληφθεί σε μεγαλύτερη ταχύτητα που εισάγεται από τον εκπαιδευτικό.

**Αξιολόγηση δραστηριότητας:** Η επιτυχία της δραστηριότητας κρίνεται από τον τρόπο που ερμηνεύει τις κάρτες το παιδί – οδηγός και η ομάδα (ύφος άρνησης, κατάφασης ή ερώτησης). Είναι πολύ σημαντικό να ερμηνεύονται τα μέτρα με όσο το δυνατόν μεγαλύτερη εκφραστικότητα.

**Tips:** Η ταχύτητα επιλέγεται βάσει των δεξιοτήτων της κάθε ομάδας και σε ποιο βαθμό μπορεί να ανταποκριθεί στη συνέπεια της ροής του κύκλου. Αν ο εκπαιδευτικός διαπιστώσει ότι η ομάδα



δυσκολεύεται να τηρήσει σταθερή την ταχύτητα, βοηθάει χτυπώντας τα χέρια με παλαμάκι (clap), στην αρχή του κάθε μέτρου – σχήματος. Ζητούμενο είναι να μην παρασυρθεί η ομάδα σε μια διαρκή επιτάχυνση, κατά την μετάβαση από άτομο σε άτομο.

Ο μαθητής – οδηγός χρειάζεται να είναι σε ετοιμότητα, ώστε μόλις έρχεται η σειρά του να αναρτά την κάρτα του, για να είναι ορατή και από την ομάδα. Η ομάδα, θα πρέπει να είναι σε εγρήγορση, ώστε να παρακολουθεί την εκάστοτε κάρτα του οδηγού.

## Κεφάλαιο 2<sup>ο</sup>

### Ήχοι του σώματος

#### 2.0. Εισαγωγή

Αφού τα παιδιά έχουν κατανοήσει την έννοια του μέτρου και του χρόνου μέσα από τα ομαδικά παιχνίδια του 1<sup>ου</sup> κεφαλαίου, στο δεύτερο κεφάλαιο αντικαθιστούμε την αρίθμηση με ήχους που παράγονται χτυπώντας το σώμα. Οι δραστηριότητες αυτές μπορούν να εκτελεστούν είτε σε καθιστή είτε σε όρθια θέση.

Αρχικά δίνεται η ευκαιρία στους μαθητές να πειραματιστούν με τους ήχους του σώματος και στην συνέχεια να επιλέξουν έναν ήχο που θα παρουσιάσουν στον διάλογο με την ομάδα, με δομή «το ρολόι με οδηγό τον μαθητή». Έπειτα, μέσα από τον διάλογο με δομή «οδηγός – ομάδα» παρουσιάζονται από τον εκπαιδευτικό μοτίβα για όλα τα είδη μέτρων- σχημάτων, με ήχους του σώματος, που η ομάδα τα μιμείται.

Στην συνέχεια, στον διάλογο με δομή «οδηγός – ομάδα», παίζονται στο σώμα κλιμακωτά και σε ροή από τον εκπαιδευτικό όλα τα μοτίβα των μέτρων – σχημάτων και η ομάδα επαναλαμβάνει ( από το τρίγωνο (3) στο οκτάγωνο (8) και από το οκτάγωνο (8) στο τρίγωνο (3). Αν η ομάδα ανταποκρίνεται με επιτυχία, ο εκπαιδευτικός μπορεί να αυξήσει την ταχύτητα εκτέλεσης της δραστηριότητας.

Τέλος, στον διάλογο με δομή «το ρολόι», ο εκπαιδευτικός μοιράζει κάρτες- σχήματα και ο κάθε μαθητής παίζει το μοτίβο του μέτρου – σχήματος της κάρτας του, όπως έχει παρουσιαστεί από τον οδηγό. Ύστερα, στον διάλογο με δομή «το ρολόι με οδηγό τον μαθητή» ο κάθε μαθητής παρουσιάζει το δικό του μοτίβο, αρχικά πάνω σε ένα μέτρο – σχήμα που έχει προτείνει ο εκπαιδευτικός κι έπειτα πάνω στο μέτρο- σχήμα που αναγράφεται στην κάρτα που έχει πάρει κάθε μαθητής.

#### 2.1. Δραστηριότητα 1: Εισαγωγή στους ήχους του σώματος

**Σύντομη περιγραφή:** Αναζητούμε τους ήχους του σώματος, δίνοντας στα παιδιά την ευκαιρία με ηχητικά παραδείγματα και συγκεκριμένες οδηγίες να αναγνωρίσουν και να αντιληφθούν το σώμα τους ως μουσικό όργανο μέσα από μια ποικιλία διαφορετικών ήχων που μπορούν να παράγουν με σχετική ευκολία.

**Θέμα:** Η επαφή και εξοικείωση των μαθητών με το σώμα τους, μέσα από την πρώτη προσέγγιση στους ήχους του σώματος και τον πειραματισμό.

**Ηλικιακό επίπεδο:** όσο αυξάνεται η ηλικία, αυξάνεται και το επίπεδο δυσκολίας. Εντάσσουμε σχήματα σταδιακά, σύμφωνα με την ικανότητα αφομοίωσης της τάξης.

**Μέσα διδασκαλίας:** δεν απαιτούνται

**Χρονική διάρκεια:** 15' – 20' ανά βήμα.

**Ψυχοπαιδαγωγικοί Στόχοι:**

- Η αντίληψη της σημασίας του συγχρονισμού με την υπόλοιπη ομάδα, μέσω της διατήρησης μίας σταθερής ταχύτητας, κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας.
- Η βελτίωση του κινητικού συντονισμού των μαθητών μέσα από την προσπάθειά τους να συνδυάσουν τις κινήσεις με τον ρυθμό.
- Η βαθύτερη εμπέδωση του βασικού κανόνα της ρυθμικής γεωμετρίας, μέσω της επανάληψης και της συνέπειας στο χρόνο.
- Η ανακάλυψη της ποικιλίας των ήχων που μπορούν να παραχθούν από το σώμα.
- Η καλλιέργεια της δημιουργικότητας και της φαντασίας και η ανάπτυξη των δεξιοτήτων προσωπικής έκφρασης μέσα από την εξοικείωση με τη σωματική κίνηση και το ρυθμό..
- Η εξέλιξη και η ενίσχυση της αίσθησης του μαθητή ότι είναι μέλος μιας ομάδας.
- Η καλλιέργεια του αισθήματος μίας κοινής ταυτότητας ανάμεσα στα μέλη της ομάδας, μέσα από την κοινή συμμετοχή σε δραστηριότητες που έχουν την μορφή παιχνιδιού (ήχοι – κίνηση – ρυθμός) και πραγματοποιούνται σε κλίμα ευχαρίστησης και χαράς.
- Η εξέλιξη των επικοινωνιακών – διαπροσωπικών και συναισθηματικών δεξιοτήτων των μαθητών.
- Η ενθάρρυνση όλων των μαθητών και κυρίως εκείνων που δυσκολεύονται να παρακολουθήσουν και να συμμετέχουν ενεργά στην ομάδα για να γίνουν πιο παραγωγικοί και επικοινωνιακοί.
- Η εξοικείωση του μαθητή με τον εαυτό του και η βελτίωση της σχέσης του με τους άλλους.
- Η υποστήριξη των μαθητών που ζουν με σωματικούς περιορισμούς και δυσλειτουργίες να ξεπεράσουν τις δυσκολίες και τους φόβους τους και χωρίς δισταγμούς να τολμούν και να παίζουν.
- Η ενθάρρυνση των μαθητών, κυρίως εκείνων που δυσκολεύονται να αναπτύξουν την προσωπική τους «σωματική αφήγηση» όπως μπορεί να γίνει με άλλες δραστηριότητες που βασίζονται στην τέχνη (ζωγραφική, τραγούδι, αφήγηση κλπ)
- Η βελτίωση της εικόνας που έχουν οι μαθητές για το σώμα τους και η αντιμετώπιση των αισθημάτων ντροπής που έχουν για αυτό μέσα από την παροχή εμπειριών που σχετίζονται με τον ρυθμό, την μουσική κ.τ.λ. και προσφέρουν ευχαρίστηση καθώς και μέσα από την αποδοχή που θα αισθανθούν από τους συμμαθητές.

- Καθήκον του εκπαιδευτικού είναι η διασφάλιση συνθηκών αποδοχής και άνεσης (ενός ασφαλούς μέρους δηλαδή) για τους μαθητές που αντιμετωπίζουν δυσκολίες με την κίνηση και την έκφραση μέσω του σώματος.

## Οδηγίες

**Γενικά:** Αρχικά ο εκπαιδευτικός εισάγει τους μαθητές στους ήχους του σώματος, μέσα από τον πειραματισμό και στην συνέχεια γίνεται ένας διάλογος στον οποίο ακολουθείται πρώτα η δομή «το ρολόι με οδηγό τον μαθητή» και μετά η δομή «οδηγός – ομάδα» (βλ. πίνακα Α). Μέσα από την χρήση της τελευταίας δομής, παρουσιάζονται σχεδόν όλα τα είδη μέτρων – σχημάτων, με ήχους του σώματος.

**Βήμα 1<sup>ο</sup>:** Ο εκπαιδευτικός προβάλλει ένα σύντομο ηχητικό παράδειγμα body music και προβληματίζει τους μαθητές για το ποια είναι η πηγή των ήχων που ακούγονται. Έπειτα, αφού προβάλλει το αντίστοιχο βίντεο με body music, συζητά μαζί τους για την δυνατότητα παραγωγής ήχων και μουσικής με το σώμα. Τους ζητά να πειραματιστούν με ήχους που παράγονται από το σώμα (π.χ. μόνο από τα χέρια, από τα χέρια σε συνδυασμό με το σώμα, από τα πόδια κ.τ.λ.) και να διαλέξουν έναν ήχο από αυτούς που τους αρέσει περισσότερο. Στην δομή «το ρολόι με οδηγό τον μαθητή», ο εκπαιδευτικός μετρά δύο φορές το μέτρο – σχήμα τρίγωνο (για να εισάγει την ταχύτητα εκτέλεσης της δραστηριότητας). Η ομάδα παίζει ένα παλαμάκι και ο κάθε μαθητής στο ρολόι απαντάει παίζοντας δύο φορές τον ήχο που έχει επιλέξει ( βλέπε τρίγωνο: εφαρμογή 1<sup>η</sup>) (Video 12A,12B). .

**Βήμα 2<sup>ο</sup>:** Ο εκπαιδευτικός παρουσιάζει ένα – ένα τα χτύπηματα που πρόκειται να χρησιμοποιήσει παρακάτω και ζητά από τους μαθητές να τα παρατηρήσουν (βαθύς -μπάσος ήχος στα πόδια, παλαμάκι οξύς και δυνατός κ.τ.λ) και να επαναλάβουν (όχι σε ροή). Έπειτα, εξηγεί ότι στον παρακάτω διάλογο, με δομή «οδηγός – ομάδα» (βλ. πίνακα Α), η ομάδα, πρέπει να παρατηρεί προσεκτικά το μοτίβο που παίζει στο σώμα κάθε φορά ο εκπαιδευτικός και την δεύτερη φορά να τον μιμείται, παράλληλα με αυτόν, κρατώντας την ταχύτητα σταθερή.

Ο εκπαιδευτικός μετρά φωναχτά δύο μέτρα – σχήματα και ζητά από τους μαθητές να επαναλάβουν μαζί του. Στην συνέχεια, παραλλάσσει τα δύο μέτρα – σχήματα, αντικαθιστώντας κάθε φορά που έρχεται η σειρά του έναν χρόνο της αρίθμησης με ένα χτύπημα. Ξεκινά αντικαθιστώντας το 'ένα' με παλαμάκι (clap) . Την δεύτερη φορά βάζει στο «ένα» τον ήχο του δεξιού ποδιού και στο 'δύο' το παλαμάκι. Στο «τρία» μετρά φωναχτά. Την τρίτη φορά, στο παραπάνω μέτρο – σχήμα, εισάγει στο «τρία», ένα ακόμα παλαμάκι (χτύπημα δεξιού ποδιού – ένα, παλαμάκι – δύο, παλαμάκι – τρία). Μετά από μερικές επαναλήψεις, διαφοροποιεί την αλληλουχία των ήχων, αντικαθιστώντας το δεύτερο παλαμάκι με αριστερό πόδι (χτύπημα δεξιού ποδιού – ένα, χτύπημα αριστερού ποδιού – δύο, παλαμάκι – τρία) (βλέπε τρίγωνο: εφαρμογή 2<sup>η</sup>) (Video 13A,13B).

**Βήμα 3<sup>ο</sup> :** Δημιουργούμε το μοτίβο το σχήμα – μέτρο τετράγωνο, συνδυάζοντας τους ήχους των τριών πρώτων βημάτων. Η έννοια της δόμησης και της αποδόμησης με την συμβολή της παύσης και

της αφαίρεσης, δίνουν μια διαφορετική διάσταση στην σύνθεση. Παρακάτω, ο οδηγός αφαιρεί διαδοχικά, ένα χτύπημα την φορά, το οποίο αντικαθιστά με παύση. Μέσα από την σταδιακή αποδόμηση του μέτρου, καταλήγει στο τέταρτο μέτρο – σχήμα να παίζει μόνο το πρώτο χτύπημα. Μετά από αυτό, αρχίζει η επαναδόμηση του μέτρου, με την διαδοχική προσθήκη των χτυπημάτων. Όταν το μέτρο έχει έλθει στην αρχική μορφή του, ο εκπαιδευτικός δίνει ένα μέτρο παύσης με ρυθμική απαγγελία. Εκεί, εφόσον εκτιμά ότι η ομάδα μπορεί να ανταπεξέλθει, απαγγέλει ρυθμικά το μέτρο, πιο γρήγορα και συνεχίζει τηρώντας την ίδια δομή, στην νέα ταχύτητα (βλέπε τετράγωνο: εφαρμογή 3<sup>η</sup>) (Video 14A,14B) .

**Βήμα 4<sup>ο</sup>** : Σε αυτό το βήμα, το μέτρο – σχήμα είναι το πεντάγωνο. Ο εκπαιδευτικός δίνει τέσσερις παραλλαγές, οι οποίες βασίζονται στους συνδυασμούς ήχων των προηγούμενων μέτρων – σχημάτων. Κάθε μία από αυτές, θα παιχτεί τέσσερις φορές, ώστε να εμπεδωθεί καλύτερα από τους μαθητές. (βλέπε πεντάγωνο: εφαρμογή 4α) (Video 15A,15B).

Στη συνέχεια, ο εκπαιδευτικός δημιουργεί στο μέτρο – σχήμα πεντάγωνο, ένα νέου είδους διάλογο, που συνδυάζει την ρυθμική απαγγελία, την παύση ολόκληρου του μέτρου και τους ήχους του σώματος. Κάθε φορά, ο εκπαιδευτικός επιλέγει να παίζει ένα μέτρο – σχήμα πεντάγωνο, με έναν από τους παραπάνω τρόπους και ζητά από την ομάδα να επαναλάβει (βλέπε πεντάγωνο: εφαρμογή 4β) (Video 16A,16B) .

**Βήμα 5<sup>ο</sup>**: Σε αυτό το βήμα, το μέτρο – σχήμα είναι το εξάγωνο. Παρουσιάζονται έτσι έξι διαφορετικοί ήχοι, διαδοχικά, που παράγονται με παρόμοιο τρόπο. Οι ανοιχτές παλάμες χτυπούν το σώμα στα διαφορετικά σημεία χωρίς ιδιαίτερη ένταση, πάντα με την ακολουθία δεξί χέρι – δεξιά πλευρά σώματος και αριστερό χέρι – αριστερή πλευρά σώματος. Ξεκινάμε χτυπώντας τις παλάμες στους μηρούς εναλλάξ, (δεξιά παλάμη στον δεξιό μηρό και αριστερή παλάμη στον αριστερό μηρό), στη συνέχεια στα πλευρά με παρόμοιο τρόπο και τέλος στο στήθος, πάνω από το στήθος. Προκύπτει ένα μοτίβο για το μέτρο - σχήμα εξάγωνο, που θα παιχτεί δύο φορές (δεξιός μηρός – ένα, αριστερός μηρός – δύο, δεξί πλευρό – τρία, αριστερό πλευρό – τέσσερα, δεξί στήρνο – πέντε, αριστερό στήρνο – έξι) . Αυτό το μοτίβο, για ακόμα βαθύτερη εμπέδωση, μπορεί να παιχτεί και από πάνω προς τα κάτω, ξεκινώντας από το δεξί στήρνο και καταλήγοντας στον αριστερό μηρό (βλέπε εξάγωνο: εφαρμογή 5<sup>η</sup>) (Video 17A,17B).

**Βήμα 6<sup>ο</sup>**: Ο εκπαιδευτικός απαγγέλει ρυθμικά δύο φορές το νέο μέτρο – σχήμα επτάγωνο. Στη συνέχεια το «παίζει στο σώμα» δύο φορές και ζητάει από την ομάδα να επαναλάβει. Το επτάγωνο παίζεται στο σώμα σε δύο παραλλαγές, η πρώτη με ροή από κάτω προς τα πάνω και η δεύτερη με ροή από πάνω προς τα κάτω. Κάθε μία από αυτές, θα παιχτεί τέσσερις φορές, ώστε να εμπεδωθεί καλύτερα από τους μαθητές. Στη συνέχεια, γίνεται συνδυασμός αυτών (βλέπε επτάγωνο: εφαρμογή 6α) (Video 18A,18B).

Στη συνέχεια, ο εκπαιδευτικός δημιουργεί στο μέτρο – σχήμα επτάγωνο, ένα νέου είδους διάλογο, που συνδυάζει την ρυθμική απαγγελία, την παύση ολόκληρου του μέτρου και τους ήχους του σώματος. Το μέτρο – σχήμα επτάγωνο, παίζεται από τον οδηγό εκπαιδευτικό με διάφορους τρόπους.

Κάθε φορά, ο εκπαιδευτικός επιλέγει να παίξει το μέτρο – σχήμα επτάγωνο, με έναν από τους διάφορους τρόπους και ζητά από την ομάδα να επαναλάβει (βλέπε επτάγωνο: εφαρμογή 6β) (Video 19A,19B).

### **Βήμα 7<sup>ο</sup> :**

Ο εκπαιδευτικός απαγγέλει ρυθμικά μία φορά το νέο μέτρο – σχήμα οχτάγωνο. Στη συνέχεια το 'παίζει στο σώμα' και ζητάει από την ομάδα να επαναλάβει. Το οχτάγωνο παίζεται στο σώμα σε δύο παραλλαγές, η πρώτη με ροή από κάτω προς τα πάνω και η δεύτερη με ροή από πάνω προς τα κάτω. Κάθε μία από αυτές, θα παιχτεί τέσσερις φορές, ώστε να εμπεδωθεί καλύτερα από τους μαθητές. Στη συνέχεια, γίνεται συνδυασμός αυτών (βλέπε οκτάγωνο: εφαρμογή 7<sup>η</sup> ) (Video 20A,20B).

### **Εφαρμογές**

#### **Εφαρμογή 1<sup>η</sup> (τρίγωνο)**

- *Εκπαιδευτικός: Ένα – δύο – τρία, ένα – δύο – τρία (ρυθμική απαγγελία).*
- *Ομάδα: παλαμάκι ( ένα)  
1<sup>ος</sup> μαθητής: ήχος (δύο), ήχος (τρία)*
- *Ομάδα: παλαμάκι (ένα)  
2<sup>ος</sup> μαθητής: ήχος (δύο), ήχος (τρία)*

κ.ο.κ.

- *Ομάδα: παλαμάκι ( ένα)  
Τελευταίος μαθητής: ήχος (δύο), ήχος (τρία)*

**Εφαρμογή 2<sup>η</sup> (τρίγωνο) :** Ο εκπαιδευτικός απαγγέλει ρυθμικά δύο φορές το κάθε μέτρο – σχήμα τρίγωνο και στη συνέχεια το «παίζει στο σώμα», χρησιμοποιώντας τα χτυπήματα που παρουσιάστηκαν στα βήματα 1 και 2.

- *Εκπαιδευτικός: Ένα – δύο – τρία, ένα – δύο – τρία (ρυθμική απαγγελία).  
Απάντηση ομάδας: Ένα – δύο – τρία, ένα – δύο – τρία (ρυθμική απαγγελία).*

- *Εκπαιδευτικός: Clap – δύο – τρία, clap – δύο – τρία*  
*Απάντηση ομάδας: Clap – δύο – τρία, clap – δύο – τρία*
  
- *Εκπαιδευτικός: Δεξί πόδι – clap – τρία, δεξί πόδι – clap – τρία.*  
*Απάντηση ομάδας: Δεξί πόδι – clap – τρία, δεξί πόδι – clap – τρία.*
  
- *Εκπαιδευτικός: Δεξί πόδι – clap – clap , δεξί πόδι – clap – clap.*  
*Απάντηση ομάδας: Δεξί πόδι – clap – clap, δεξί πόδι – clap – clap.*
  
- *Εκπαιδευτικός: Δεξί πόδι – αριστερό πόδι – clap , δεξί πόδι – αριστερό πόδι – clap.*  
*Απάντηση ομάδας: Δεξί πόδι – αριστερό πόδι – clap, δεξί πόδι – αριστερό πόδι – clap.*
  
- *Εκπαιδευτικός: Δεξί πόδι – clap – clap , Δεξί πόδι – clap – clap*  
**Δεξί πόδι – αριστερό πόδι – clap , Δεξί πόδι – αριστερό πόδι – clap.**  
*Απάντηση ομάδας: Δεξί πόδι – clap – clap , Δεξί πόδι – clap – clap.*  
**Δεξί πόδι – αριστερό πόδι – clap , Δεξί πόδι – αριστερό πόδι – clap.**

### Εφαρμογή 3<sup>η</sup> (τετράγωνο) :

- *Εκπαιδευτικός: Δεξί πόδι (ένα) – clap ( δύο) – δεξιός μηρός (τρία) – αριστερός μηρός (τέσσερα).*  
*Απάντηση ομάδας: Δεξί πόδι ( ένα) – clap ( δύο) – δεξιός μηρός (τρία) – αριστερός μηρός (τέσσερα).*
  
- *Εκπαιδευτικός: Δεξί πόδι (ένα) – clap ( δύο) – Δεξιός μηρός (τρία) – παύση (τέσσερα).*  
*Απάντηση ομάδας: Δεξί πόδι (ένα) – clap (δύο) – Δεξιός μηρός (τρία) – παύση (τέσσερα).*

- *Εκπαιδευτικός: Δεξί πόδι (ένα) – clar (δύο) – παύση (τρία) – παύση (τέσσερα).*  
*Απάντηση ομάδας: Δεξί πόδι (ένα) – clar (δύο) – παύση (τρία) – παύση (τέσσερα).*
- *Εκπαιδευτικός: Δεξί πόδι (ένα) – παύση (δύο) – παύση (τρία) – παύση (τέσσερα).*  
*Απάντηση ομάδας: Δεξί πόδι (ένα) – παύση (δύο) – παύση(τρία) – παύση (τέσσερα).*
- *Εκπαιδευτικός: Δεξί πόδι (ένα) – clar (δύο) – παύση (τρία) – παύση (τέσσερα).*  
*Απάντηση ομάδας: Δεξί πόδι (ένα) – clar (δύο) – παύση ( τρία) – παύση (τέσσερα).*
- *Εκπαιδευτικός: Δεξί πόδι (ένα) – clar (δύο) – δεξιός μηρός (τρία) – παύση (τέσσερα).*  
*Απάντηση ομάδας: Δεξί πόδι (ένα) – clar ( δύο) – δεξιός μηρός (τρία) – παύση (τέσσερα).*
- *Εκπαιδευτικός: Δεξί πόδι (ένα) – clar (δύο) – δεξιός μηρός (τρία) – αριστερός μηρός (τέσσερα).*  
*Απάντηση ομάδας: Δεξί πόδι ( ένα) – clar ( δύο) – δεξιός μηρός (τρία) – αριστερός μηρός (τέσσερα).*
- *Εκπαιδευτικός: ένα μέτρο – σχήμα παύση.*  
*Απάντηση ομάδας: ένα μέτρο – σχήμα παύση.*

#### **Εφαρμογή 4<sup>η</sup> ( Πεντάγωνο)**

#### **Εφαρμογή 4α ( Πεντάγωνο)**

Παραλλαγή 1<sup>η</sup> (επανάληψη τέσσερις φορές):

- *Εκπαιδευτικός: Δεξί πόδι (ένα) – clar (δύο) – clar (τρία) – Δεξιός μηρός (τέσσερα) – αριστερός μηρός (πέντε).*  
*Απάντηση ομάδας: Δεξί πόδι (ένα) – clar (δύο) – clar (τρία) – Δεξιός μηρός (τέσσερα) – αριστερός μηρός (πέντε).*

Παραλλαγή 2<sup>η</sup> (επανάληψη τέσσερις φορές):

- *Εκπαιδευτικός: Δεξί πόδι (ένα) – αριστερό πόδι (δύο) – clar ( τρία) – δεξιός μηρός (τέσσερα) – αριστερός μηρός (πέντε).*



*Απάντηση ομάδας: Δεξί πόδι (ένα) – αριστερό πόδι (δύο) – clap (τρία) – δεξιός μηρός (τέσσερα) – αριστερός μηρός (πέντε).*

Παραλλαγή 3<sup>η</sup> (επανάληψη τέσσερις φορές):

- *Εκπαιδευτικός: Δεξί πόδι (ένα) – δεξιός μηρός (δύο) – αριστερός μηρός (τρία) – δεξιά πλευρά (τέσσερα) – αριστερή πλευρά (πέντε).*  
*Απάντηση ομάδας: Δεξί πόδι (ένα), δεξιός μηρός (δύο) – αριστερός μηρός (τρία) – δεξιά πλευρά (τέσσερα) – αριστερή πλευρά (πέντε).*

Παραλλαγή 4<sup>η</sup> (επανάληψη τέσσερις φορές):

- *Εκπαιδευτικός: Clap (ένα), δεξί στέρνο (δύο) – αριστερό στέρνο (τρία) – δεξιά πλευρά (τέσσερα) – αριστερή πλευρά (πέντε).*  
*Απάντηση ομάδας: Clap (ένα), δεξί στέρνο (δύο) – αριστερό στέρνο (τρία) – δεξιά πλευρά (τέσσερα) – αριστερή πλευρά (πέντε).*

#### **Εφαρμογή 4β (Πεντάγωνο) :**

Κάθε φορά, ο εκπαιδευτικός επιλέγει να παίξει το μέτρο – σχήμα πεντάγωνο, με έναν από τους παρακάτω τρόπους ( συνδυασμός ρυθμικής απαγγελίας, παύσης, παραλλαγών από προηγούμενη εφαρμογή με ήχους του σώματος) και ζητά από την ομάδα να επαναλάβει.

1<sup>ος</sup> τρόπος: **ένα** – δύο – τρία – τέσσερα – πέντε (ρυθμική απαγγελία).

2<sup>ος</sup> τρόπος: **ένα** – δύο – τρία – τέσσερα – πέντε (ρυθμική απαγγελία ψιθυριστά, ουσιαστικά χωρίς ήχο, ενώ ταυτόχρονα δείχνει με τα δάχτυλα του χεριού τη ροή του ρυθμού, δηλαδή ανοίγει τον αντίχειρα στο 'ένα', τον δείκτη στο 'δύο' κλπ.).

3<sup>ος</sup> τρόπος: **Δεξί πόδι** (ένα) – αριστερό πόδι (δύο) – clap (τρία) – Δεξιός μηρός (τέσσερα) – αριστερός μηρός (πέντε).

4<sup>ος</sup> τρόπος: **Δεξί πόδι** (ένα) – clap (δύο) – clap ( τρία) – Δεξιός μηρός (τέσσερα) – αριστερός μηρός (πέντε).

5<sup>ος</sup> τρόπος: **Δεξί πόδι** (ένα) – δεξιός μηρός (δύο) – αριστερός μηρός (τρία) – δεξιά πλευρά (τέσσερα) – αριστερή πλευρά (πέντε).

6<sup>ος</sup> τρόπος: **Clap** (ένα) – δεξί στέρνο (δύο) – αριστερό στέρνο (τρία) – δεξιά πλευρά (τέσσερα) – αριστερή πλευρά (πέντε).

#### **Εφαρμογή 5<sup>η</sup> ( εξάγωνο)**

Ο εκπαιδευτικός εισάγει έξι νέους ήχους του σώματος που προκύπτουν χτυπώντας την παλάμη διαδοχικά, από κάτω προς τα πάνω, σε μηρούς, πλευρά και στέρνο. «Παίζει στο σώμα», δύο φορές το κάθε εξάγωνο μέτρο – σχήμα χρησιμοποιώντας τα χτυπήματα, που παρουσιάστηκαν στο βήμα 5.

- *Εκπαιδευτικός:* 1<sup>ο</sup> μέτρο: **Δεξιός μηρός (ένα)** – αριστερός μηρός (δύο) – δεξιά πλευρά (τρία) – αριστερά πλευρά (τέσσερα) – δεξί στέρνο (πέντε) – αριστερό στέρνο (έξι)  
2<sup>ο</sup> μέτρο: με τον ίδιο τρόπο.  
*Απάντηση ομάδας:* 1<sup>ο</sup> μέτρο: **Δεξιός μηρός(ένα)** – αριστερός μηρός (δύο) – δεξιά πλευρά (τρία) – αριστερά πλευρά (τέσσερα) – δεξί στέρνο (πέντε) – αριστερό στέρνο (έξι)  
2<sup>ο</sup> μέτρο: με τον ίδιο τρόπο.

### Εφαρμογή 6<sup>η</sup> ( Επτάγωνο)

#### Εφαρμογή 6<sup>α</sup> ( Επτάγωνο):

Παραλλαγή 1<sup>η</sup> (επανάληψη τέσσερις φορές):

- *Οδηγός:* **Δεξί πόδι** (ένα) – δεξιός μηρός (δύο)- αριστερός μηρός ( τρία) - δεξιά πλευρά ( τέσσερα) – αριστερή πλευρά ( πέντε) – δεξί στέρνο ( έξι) – αριστερό στέρνο(εφτά).  
2<sup>ο</sup> μέτρο: με τον ίδιο τρόπο  
*Απάντηση ομάδας:* ομοίως

Παραλλαγή 2<sup>η</sup> (επανάληψη τέσσερις φορές):

- *Οδηγός:* **Clap** ( ένα) – δεξί στέρνο ( δύο) – αριστερό στέρνο (τρία) – δεξιά πλευρά ( τέσσερα) – αριστερή πλευρά ( πέντε) – δεξιός μηρός (έξι) – αριστερός μηρός (εφτά).  
2ο μέτρο: με τον ίδιο τρόπο  
*Απάντηση ομάδας:* ομοίως.

Παραλλαγή 3<sup>η</sup> (συνδυασμός των δύο προηγούμενων) (επανάληψη τέσσερις φορές):

- *Οδηγός:* **Δεξί πόδι** ( ένα) – δεξιός μηρός (δύο) – αριστερός μηρός ( τρία) – δεξιά πλευρά ( τέσσερα) – αριστερή πλευρά ( πέντε) – δεξί στέρνο (έξι) – αριστερό στέρνο (εφτά).  
**Clap** (ένα) – δεξί στέρνο (δύο) – αριστερό στέρνο (τρία) – δεξιά πλευρά ( τέσσερα) – αριστερή πλευρά ( πέντε) – δεξιός μηρός (έξι) – αριστερός μηρός (εφτά).  
*Απάντηση ομάδας:* ομοίως.

#### Εφαρμογή 6β (Επτάγωνο):

Ο εκπαιδευτικός, όπως και στην δεύτερη εφαρμογή του πεντάγωνου, επιλέγει να παίξει το μέτρο – σχήμα επτάγωνο, με έναν από τους παρακάτω τρόπους (συνδυασμός ρυθμικής απαγγελίας,

παύσης, παραλλαγών από προηγούμενη εφαρμογή με ήχους του σώματος) και ζητά από την ομάδα να επαναλάβει.

1<sup>ος</sup> τρόπος: **ένα** – δύο - τρία – τέσσερα – πέντε – έξι – επτά (ρυθμική απαγγελία).

2<sup>ος</sup> τρόπος: **ένα** – δύο – τρία – τέσσερα – πέντε – έξι – επτά (ρυθμική απαγγελία ψιθυριστά, ουσιαστικά χωρίς ήχο, ενώ ταυτόχρονα δείχνει με τα δάχτυλα των χεριών τη ροή του ρυθμού, δηλαδή ανοίγει τον αντίχειρα στο ένα, τον δείκτη στο δύο κλπ.).

3<sup>ος</sup> τρόπος: **Δεξί πόδι** (ένα), δεξιός μηρός (δύο)- αριστερός μηρός ( τρία) – δεξιά πλευρά (τέσσερα) – αριστερή πλευρά (πέντε) – δεξί στέρνο (έξι) – αριστερό στέρνο (επτά).

4<sup>ος</sup> τρόπος: **Clap** (ένα), δεξί στέρνο (δύο) – αριστερό στέρνο (τρία) – δεξιά πλευρά (τέσσερα) – αριστερή πλευρά ( πέντε) – δεξιός μηρός (έξι) – αριστερός μηρός (επτά).

### Εφαρμογή 7<sup>η</sup> ( Οκτάγωνο)

Παραλλαγή 1<sup>η</sup> (επανάληψη τέσσερις φορές):

- *Οδηγός: Δεξί πόδι* (ένα) – αριστερό πόδι (δύο) – δεξιός μηρός (τρία) – αριστερός μηρός (τέσσερα) – δεξιά πλευρά (πέντε) – αριστερή πλευρά ( έξι) – δεξί στέρνο (επτά) – αριστερό στέρνο (οκτώ)  
*Απάντηση ομάδας:* ομοίως.

Παραλλαγή 2<sup>η</sup> (επανάληψη τέσσερις φορές):

- *Οδηγός: Δεξί στέρνο* (ένα) – αριστερό στέρνο (δύο)- δεξιά πλευρά (τρία) – αριστερή πλευρά ( τέσσερα) – δεξιός μηρός (πέντε)- αριστερός μηρός (έξι)- δεξί πόδι (επτά) – αριστερό πόδι ( οχτώ)  
*Απάντηση ομάδας:* ομοίως.

Παραλλαγή 3<sup>η</sup> (επανάληψη τέσσερις φορές):

- *Οδηγός: Δεξί πόδι* (ένα) – αριστερό πόδι (δύο) – δεξιός μηρός (τρία) – αριστερός μηρός (τέσσερα) – δεξιά πλευρά (πέντε) – αριστερή πλευρά ( έξι) – δεξί στέρνο (επτά) – αριστερό στέρνο (οκτώ)  
**Δεξί στέρνο ( ένα)** – αριστερό στέρνο (δύο) – δεξιά πλευρά ( τρία) – αριστερή πλευρά ( τέσσερα) – δεξιός μηρός (πέντε) – αριστερός μηρός (έξι)- δεξί πόδι (επτά) – αριστερό πόδι ( οχτώ)  
*Απάντηση ομάδας:* ομοίως

**Αξιολόγηση δραστηριότητας:** Ο εκπαιδευτικός σε αυτήν την δραστηριότητα, αξιολογεί σε ποιο βαθμό έχει ο μαθητής εξοικειωθεί με την έννοια του μέτρου, ενώ εκτελεί τους ήχους του σώματος.

Είναι σημαντικό να αντιληφθεί το παιδί την ποικιλία και την διαφορετικότητα της ποιότητας των ήχων και το ενδιαφέρον που προκύπτει όταν αυτοί οι ήχοι τοποθετούνται μέσα στα μέτρα – σχήματα. Η συνέπεια και η ευκολία κατά την εκτέλεση των εφαρμογών βοηθά τον εκπαιδευτικό να συμπεράνει την αποτελεσματικότητα της παραπάνω δραστηριότητας.

**Tips:** Η ποιότητα των ήχων που προκύπτει από τις συγκεκριμένες κινήσεις/χτυπήματα του σώματος, εξαρτάται από τον τρόπο που γίνονται τα χτυπήματα. Το σώμα θα πρέπει να βρίσκεται σε φυσιολογική στάση, είτε στην καθιστή θέση είτε στην όρθια θέση. Η χορευτική διάσταση στις κινήσεις, χωρίς ένταση και υπερβολές βοηθά την καλύτερη λειτουργία της διαδικασίας. Δεν είναι επιθυμητή οποιαδήποτε πίεση για να παράγουμε τον εκάστοτε ήχο. Η ομαδική εκτέλεση των ήχων μπορεί να προσδώσει στην εφαρμογή μια διαφορετική δυναμική. Ο εκπαιδευτικός επιδιώκει σε όλη την διάρκεια των δραστηριοτήτων, τον όσο το δυνατόν καλύτερο συγχρονισμό των ήχων του σώματος με τον βασικό παλμό (beat).

## **2.2. Δραστηριότητα 2<sup>η</sup>: Εξοικείωση με τους ήχους του σώματος**

**Σύντομη περιγραφή:** Η χρήση των μοτίβων της μουσικής του σώματος κατά τον διάλογο της ομάδας με τον εκπαιδευτικό, οδηγεί στην βαθύτερη εξοικείωση των μαθητών με τους ήχους του σώματος και με το ίδιο το σώμα μέσα από το συντονισμό και τη συνεργασία.

**Θέμα:** Η βαθύτερη εμπέδωση και εξοικείωση με το σώμα και τους ήχους του σώματος, μέσα από την διαδοχική προσθήκη των μοτίβων των διαφόρων μέτρων – σχημάτων, που παίζονται σε διάφορα επίπεδα ταχύτητας. Ο συντονισμός της ομάδας ως πρόκληση, καθώς οι συνθήκες γίνονται πιο πολύπλοκες.

**Ηλικιακό επίπεδο:** όσο αυξάνεται η ηλικία, αυξάνεται και το επίπεδο δυσκολίας. Εντάσσουμε σχήματα και εφαρμογές σταδιακά, σύμφωνα με την ικανότητα αφομοίωσης της τάξης.

**Μέσα διδασκαλίας :** κάρτες μέτρων – σχημάτων

**Χρονική διάρκεια:** 15' – 20' ανά εφαρμογή.

### **Ψυχοπαιδαγωγικοί Στόχοι:**

- Η διατήρηση της ροής του ρυθμού από τον ένα μαθητή στον άλλο χωρίς διακοπές κατά την διάρκεια του διαλόγου.
- Η ικανότητα συνδυασμού της εναλλαγής ταχυτήτων με τους ήχους του σώματος.
- Η ενίσχυση του κλίματος συνεργασίας και ομαδικότητας.
- Η καλλιέργεια της ανάληψης πρωτοβουλιών, της αυτονομίας και της υπευθυνότητας, καθώς και της αυτοπεποίθησης των μαθητών

- Η ενίσχυση της ικανότητας των μαθητών για συγκέντρωση και επικέντρωση της προσοχής σε μία δραστηριότητα.
- Η καλλιέργεια της ετοιμότητας των μαθητών με σκοπό την έγκαιρη αντίδραση.
- Η αντίληψη της σημασίας της ατομικής συμμετοχής στην επιτυχία της ομαδικής δραστηριότητας.
- Η αντίληψη της σημασίας συγχρονισμού της ομάδας και του συντονισμού με τους άλλους, μέσα από την τήρηση σταθερής ταχύτητας, κατά την διάρκεια της άσκησης.
- Η βελτίωση της ικανότητας κινητικού συντονισμού, μέσα από τον συνδυασμό και τον συγχρονισμό της κίνησης με τον ρυθμό.
- Ο καλύτερος συντονισμός της ομάδας και η κατανόηση της βασικής αρχής της γεωμετρίας του ρυθμού, μέσα από την επανάληψη και την τήρηση της συνέπειας στο χρόνο.
- Η ανακάλυψη της ποικιλίας των ήχων που μπορούν να παραχθούν με το σώμα.
- Η ανάπτυξη της δημιουργικότητας, της φαντασίας και της ικανότητας του αυτοσχεδιασμού, μέσα από την διαδικασία συνδυασμού και αναδιάρθρωσης της προηγούμενης γνώσης.
- Η εξέλιξη και ενθάρρυνση της αίσθησης των μαθητών ότι ανήκουν σε μια ομάδα συμμετέχοντας ενεργά σε ομαδικές δραστηριότητες και συμβαδίζοντας ρυθμικά με τους συμμαθητές τους .
- Η κατάκτηση και εξέλιξη των δεξιοτήτων της αυτοέκφρασης σε ευχάριστες δραστηριότητες.
- Η κατάκτηση μιας αίσθησης κοινής «ταυτότητας» μέσα στην ομάδα, που προκύπτει από τον παιχνιδιάρικο χαρακτήρα της δραστηριότητας (ήχοι – κίνηση – ρυθμός) και συνοδεύεται από ένα κλίμα ευχαρίστησης και χαράς.
- Η εξέλιξη των επικοινωνιακών- διαπροσωπικών και συναισθηματικών δεξιοτήτων των μαθητών, καθώς οι δράσεις δεν περιορίζονται μόνο στη διδασκαλία της μουσικής, αλλά εμπλουτίζονται από μια διάσταση «πνευματικής ικανοποίησης και παιδαγωγικής προοπτικής» για όλα τα παιδιά και κυρίως για τους μαθητές με ειδικές ανάγκες.
- Η ενθάρρυνση όλων των μαθητών και κυρίως εκείνων που παρουσιάζουν δυσκολία στην παρακολούθηση της ομάδας και στην ενεργό συμμετοχή στις δραστηριότητες με το να γίνονται παραγωγικοί και επικοινωνιακοί.

## Οδηγίες

**Γενικά:** Σε αυτή τη δραστηριότητα ακολουθείται η δομή «οδηγός – ομάδα». Ο εκπαιδευτικός τοποθετεί τις κάρτες των μέτρων – σχημάτων σε σειρά, με την μορφή κλίμακας και δείχνει ότι αυτή η κλίμακα μπορεί να διαβαστεί από κάτω προς το πάνω και από πάνω προς τα κάτω, δηλαδή από το τρίγωνο (3) στο οκτάγωνο (8) και από το οκτάγωνο (8) στο τρίγωνο (3). Στην συνέχεια παίζει στο σώμα τις κάρτες μέτρων – σχημάτων διαδοχικά και η ομάδα επαναλαμβάνει.

**Βήμα 1<sup>ο</sup> :** Ο εκπαιδευτικός τοποθετεί τις κάρτες σε σειρά, με την μορφή κλίμακας, ξεκινώντας από το τρίγωνο προς το οκτάγωνο και εξηγεί στους μαθητές την λογική της τοποθέτησης ή τους ζητά να

την ανακαλύψουν (κάθε φορά προκύπτει το νέο μέτρο, αν προστεθεί η μονάδα). Μπορεί να ζητήσει την βοήθειά τους (τοποθετεί το τρίγωνο και ζητάει από ένα μαθητή να τοποθετήσει την επόμενη κατάλληλη κάρτα κ.ο.κ.).

Μετράει δυνατά το μέτρο – σχήμα τρίγωνο δύο φορές και ζητάει από την ομάδα να επαναλάβει για να επιτύχουν τον συγχρονισμό. Ο εκπαιδευτικός «παίζει στο σώμα» το μέτρο – σχήμα τρίγωνο δύο φορές και ζητά από την ομάδα να παρατηρήσει προσεκτικά τι κάνει κάθε φορά και την δεύτερη φορά να μιμηθεί τις κινήσεις του, κρατώντας την ταχύτητα σταθερή (ο εκπαιδευτικός επαναλαμβάνει μαζί με την ομάδα, αν το κρίνει απαραίτητο).

Κάθε φορά που έρχεται η σειρά του εκπαιδευτικού, μεταβάλλει το μέτρο – σχήμα, με σειρά από το τρίγωνο (3), στο τετράγωνο (4) και έως το μέτρο – σχήμα οκτάγωνο (8). Η ομάδα μπορεί να δει την αντίστοιχη κάρτα στον πίνακα. (βλέπε εφαρμογή 1<sup>η</sup>) (Video 21A, 21B).

**Βήμα 2<sup>ο</sup>:** Αφού αυτός ο διάλογος γίνει με επιτυχία, ο εκπαιδευτικός ακολουθεί την αντίστροφη πορεία των μέτρων – σχημάτων, αφαιρώντας κάθε φορά ένα (από το 8 – οκτάγωνο, στο 7 – επτάγωνο, στο 6 – εξάγωνο κ.ο.κ.) (βλέπε εφαρμογή 2<sup>η</sup>) και δείχνει αντίστροφα την πορεία των καρτών, από πάνω προς τα κάτω (βλέπε εφαρμογή 2<sup>η</sup>) (Video 22A,22B).

**Βήμα 3<sup>ο</sup> :** Μόλις επιτευχθεί και αυτό το βήμα με επιτυχία, ο εκπαιδευτικός συνδυάζει τα δύο προηγούμενα βήματα, δηλαδή από το τρίγωνο στο οκτάγωνο και αντίστροφα, που το ορίζει ως ένα κύκλο. Δείχνει αντίστοιχα την πορεία που ακολουθείται στην ερμηνεία των καρτών. Αυτήν την φορά, ο διάλογος γίνεται ανά ένα μέτρο – σχήμα. Κάθε φορά που εισάγει εκ νέου το τρίγωνο για να ξεκινήσει ο νέος κύκλος, αυξάνει την ταχύτητα. Η αύξηση της ταχύτητας μπορεί να γίνει σε τουλάχιστον δύο επίπεδα, διακριτά μεταξύ τους (βλέπε εφαρμογή 3<sup>η</sup>) (Video 23A,23B).

#### **Εφαρμογή 1<sup>η</sup>:**

-*Οδηγός: Ένα – δύο – τρία, ένα – δύο – τρία*

*Απάντηση ομάδας: Ένα – δύο – τρία, ένα – δύο – τρία*

- **Τρίγωνο**

- *Οδηγός: Δεξί πόδι - clap – clap , δεξί πόδι - clap – clap*

*Απάντηση ομάδας: Δεξί πόδι - clap – clap , δεξί πόδι - clap – clap*

- **Τετράγωνο**

- *Οδηγός: Δεξί πόδι (ένα) – clap (δύο) – Δεξιός μηρός (τρία) – αριστερός μηρός (τέσσερα) (επανάληψη 2 φορές).*

*Απάντηση ομάδας: Δεξί πόδι (ένα) – clap (δύο) – Δεξιός μηρός (τρία) – αριστερός μηρός ( τέσσερα) (επανάληψη 2 φορές).*

- **Πεντάγωνο**

- *Οδηγός: Δεξί πόδι (ένα) – clap (δύο) – clap (τρία) – δεξιός μηρός (τέσσερα) – αριστερός μηρός (πέντε) (επανάληψη 2 φορές).*  
*Απάντηση ομάδας: Δεξί πόδι (ένα) – clap (δύο) – clap (τρία) – δεξιός μηρός (τέσσερα) – αριστερός μηρός (πέντε) (επανάληψη 2 φορές).*

- **Εξάγωνο**

- *Οδηγός: 1<sup>ο</sup> μέτρο: Δεξιός μηρός (ένα) –αριστερός μηρός (δύο) – δεξιά πλευρά (τρία) – αριστερά πλευρά (τέσσερα) – δεξί στέρνο (πέντε) – αριστερό στέρνο (έξι) (επανάληψη 2 φορές).*  
*Απάντηση ομάδας: ομοίως.*

- **Επτάγωνο**

- *Οδηγός: Δεξί πόδι (ένα) – δεξιός μηρός (δύο) – αριστερός μηρός (τρία) – δεξιά πλευρά (τέσσερα) – αριστερή πλευρά (πέντε) – δεξί στέρνο (έξι) – αριστερό στέρνο (επτά) (επανάληψη 2 φορές).*  
*Απάντηση ομάδας: ομοίως.*

- **Οκτάγωνο**

- Οδηγός: Δεξί πόδι (ένα) – αριστερό πόδι (δύο) – δεξιός μηρός (τρία) – αριστερός μηρός (τέσσερα) – δεξιά πλευρά (πέντε) – αριστερή πλευρά (έξι) – δεξί στέρνο (επτά) – αριστερό στέρνο (οκτώ) (επανάληψη 2 φορές).*  
*Απάντηση ομάδας: ομοίως .*

### Εφαρμογή 2<sup>η</sup>:

- **Οκτάγωνο**

- *Οδηγός: Δεξί πόδι (ένα) – αριστερό πόδι (δύο) – δεξιός μηρός (τρία) – αριστερός μηρός (τέσσερα) – δεξιά πλευρά (πέντε) – αριστερή πλευρά (έξι) – δεξί στέρνο (επτά) – αριστερό στέρνο (οκτώ) (επανάληψη 2 φορές).*  
*Απάντηση ομάδας: ομοίως.*

- **Επτάγωνο**

- *Οδηγός: Δεξί πόδι (ένα), δεξιός μηρός (δύο) – αριστερός μηρός (τρία) – δεξιά πλευρά (τέσσερα) – αριστερή πλευρά (πέντε) – δεξί στέρνο (έξι) – αριστερό στέρνο (επτά) (επανάληψη 2 φορές).*

Απάντηση ομάδας: ομοίως.

.  
. .  
. .  
. .

- **Τρίγωνο**

- Οδηγός: **Δεξί πόδι** – clap – clap , **Δεξί πόδι** – clap – clap

Απάντηση ομάδας: **Δεξί πόδι** – clap – clap , **Δεξί πόδι** – clap – clap

**Εφαρμογή 3<sup>η</sup>:** Η παραπάνω διαδικασία συνεχίζεται σε αδιάκοπη ροή, θεωρώντας ότι ένας κύκλος ξεκινάει από το τρίγωνο φτάνει στο οκτάγωνο (εφαρμογή 1<sup>η</sup>) και από το οκτάγωνο ολοκληρώνεται στο τρίγωνο (εφαρμογή 2<sup>η</sup>). Ο διάλογος γίνεται ανά ένα μέτρο- σχήμα ( ένα μέτρο – σχήμα ο οδηγός, ένα μέτρο – σχήμα η ομάδα). Κάθε φορά που ξεκινάει ένας νέος κύκλος, η ταχύτητα αυξάνεται κατά ένα επίπεδο από τον εκπαιδευτικό και κατά την διάρκεια του κύκλου μένει σταθερή.

**Αξιολόγηση δραστηριότητας:** Ο εκπαιδευτικός σε αυτήν την δραστηριότητα, αξιολογεί σε ποιο βαθμό η ομάδα παραμένει συντονισμένη και κρατά την ταχύτητα σταθερή, ενώ περνά από το ένα σχήμα στο άλλο, με ήχους του σώματος. Είναι σημαντικό να αντιληφθεί την ποικιλία των μέτρων – σχημάτων σε συνεχή ροή, ως μια ολοκληρωμένη σύνθεση. Σκοπός είναι, η μεταβολή στα επίπεδα ταχύτητας να προκαλέσει το ενδιαφέρον για ενεργητικότερη συμμετοχή και συνέπεια. Μέσα από τον συνδυασμό των μεταβολών της ταχύτητας με τους ήχους του σώματος και τα μέτρα – σχήματα, επιχειρούμε να πετύχουμε καλύτερη εμπέδωση της γνώσης. Ο συγχρονισμός και η ανταπόκριση των μαθητών κατά την εκτέλεση των εφαρμογών βοηθά τον εκπαιδευτικό να συμπεράνει την αποτελεσματικότητα της παραπάνω δραστηριότητας.

**Tips:** Κατά την πρώτη εφαρμογή, ο εκπαιδευτικός επιλέγει μια σχετικά χαμηλή ταχύτητα, ώστε να βοηθήσει την ομάδα να εξοικειωθεί με την ποικιλία των μέτρων – σχημάτων, που ερμηνεύει με ήχους του σώματος. Ταυτόχρονα, επιδιώκει διαρκώς τον καλύτερο δυνατό συγχρονισμό των ήχων του σώματος με τον βασικό παλμό (beat). Ο εκπαιδευτικός προχωρά σε προσθήκη νέων μέτρων – σχημάτων και εφαρμογών, μόνο εφόσον διαπιστώνει ότι η ομάδα ανταποκρίνεται συγχρονισμένα.

### **2.3. Δραστηριότητα 3<sup>η</sup>: Ο μαθητής – οδηγός δημιουργεί τα δικά του μοτίβα.**

**Σύντομη περιγραφή:** Το κάθε παιδί καλείται να δημιουργήσει το δικό του μοτίβο με ήχους του σώματος, που να αντιστοιχεί στο δοσμένο μέτρο – σχήμα. Έπειτα, παίρνει το ρόλο του «οδηγού» και παίζει το μοτίβο του στο σώμα. Η υπόλοιπη ομάδα πρέπει να προσέχει και να θυμάται το μοτίβο του εκάστοτε μαθητή - ο οδηγού, ώστε να μπορεί να το επαναλαμβάνει.

**Θέμα:** Οι μαθητές καλλιεργούν την δημιουργικότητά τους αυτοσχεδιάζοντας και εκφράζονται παίζοντας στο σώμα τα δικά τους μοτίβα ενώ η ομάδα καλείται να ακολουθεί συγχρονισμένα.



**Ηλικιακό επίπεδο:** όσο αυξάνεται η ηλικία, αυξάνεται και το επίπεδο δυσκολίας. Εντάσσουμε σχήματα σταδιακά, σύμφωνα με την ικανότητα αφομοίωσης της τάξης. Το 2<sup>ο</sup> και το 3<sup>ο</sup> βήμα, μπορεί να εκτελεστεί χρησιμοποιώντας τα πιο σύντομα μέτρα- σχήματα, για μαθητές μικρότερης ηλικίας.

**Μέσα διδασκαλίας :** κάρτες μέτρων – σχημάτων

**Χρονική διάρκεια:** 15' – 25' ανά βήμα.

**Ψυχοπαιδαγωγικοί Στόχοι:**

- Η διατήρηση της ροής του ρυθμού κατά τη διάρκεια του διαλόγου.
- Η ενίσχυση του κλίματος συνεργασίας και ομαδικότητας.
- Η καλλιέργεια της ικανότητας ανάληψης πρωτοβουλιών, της αυτονομίας, της υπευθυνότητας, καθώς και της αυτοπεποίθησης των μαθητών.
- Η ανάπτυξη της δημιουργικότητας, της φαντασίας και της ικανότητας του αυτοσχεδιασμού, μέσα από την διαδικασία συνδυασμού και αναδιάρθρωσης της προηγούμενης γνώσης.
- Η καλλιέργεια της μνημονικής ικανότητας, καθώς και της ικανότητας των μαθητών για εστίαση της προσοχής.
- Η καλλιέργεια της ετοιμότητας των μαθητών, ώστε να απαντούν εγκαίρως κατά τον διάλογο με τον οδηγό.
- Η αντίληψη της σημασίας του συγχρονισμού – συντονισμού με τους άλλους μέσω της διατήρησης μιας σταθερής ταχύτητας στη διάρκεια της άσκησης.
- Η βελτίωση της ικανότητας του κινητικού συντονισμού μέσω του συνδυασμού και του συγχρονισμού της κίνησης με το ρυθμό.
- Η κατανόηση του βασικού κανόνα της ρυθμικής γεωμετρίας, μέσω της επανάληψης και της συνέπειας στο χρόνο.
- Η ανακάλυψη της ποικιλίας των ήχων που μπορούν να παραχθούν με το σώμα.
- Η ανάπτυξη και ενίσχυση της αίσθησης των μαθητών ότι ανήκουν σε μια ομάδα, συμμετέχοντας ενεργά στις ομαδικές δραστηριότητες και συμβαδίζοντας με τους άλλους.
- Η εξέλιξη της δεξιότητας των μαθητών να εκφράζονται στο πλαίσιο των χαρούμενων δραστηριοτήτων.
- Η απόκτηση του αισθήματος μίας κοινής ταυτότητας ανάμεσα στα μέλη της ομάδας, η οποία παρέχεται από τον παιχνιδιάρικο χαρακτήρα της δραστηριότητας (ήχοι – κίνηση – ρυθμός) και συνοδεύεται από ένα κλίμα ευχαρίστησης και χαράς.
- Η ενθάρρυνση όλων των μαθητών και κυρίως εκείνων που παρουσιάζουν δυσκολία στην παρακολούθηση της ομάδας και στην ενεργό συμμετοχή στη δραστηριότητα με το να γίνονται παραγωγικοί και επικοινωνιακοί.
- Η εξέλιξη των επικοινωνιακών και συναισθηματικών δεξιοτήτων των μαθητών, καθώς οι δράσεις δεν περιορίζονται μόνο στη διδασκαλία της μουσικής, αλλά εμπλουτίζονται από μια διάσταση «πνευματικής ικανοποίησης και παιδαγωγικής προοπτικής» για όλα τα παιδιά και κυρίως για τους μαθητές με ειδικές ανάγκες.

## Οδηγίες

**Γενικά:** Σε αυτήν την δραστηριότητα, ακολουθείται η δομή «το ρολόι» και εμπλουτίζεται με τη δομή «το ρολόι με οδηγό το μαθητή» (βλ. πίνακα Α). Ο εκπαιδευτικός εξηγεί στην ομάδα τους κανόνες της δραστηριότητας και παρουσιάζει – υπενθυμίζει την ποικιλία των ήχων του σώματος. Ο διάλογος στο ρολόι γίνεται ανάμεσα σε κάθε παιδί διαδοχικά και στην ομάδα (δύο μέτρα – σχήματα ερμηνεύει ο μαθητής – οδηγός και δύο η ομάδα).

**Βήμα 1<sup>ο</sup>:** Ο εκπαιδευτικός μοιράζει σε κάθε παιδί σε τυχαία σειρά μία ( ή δύο) κάρτες – σχήματα (όταν θα έρθει ξανά η σειρά του μαθητή μετά την ολοκλήρωση του κύκλου, μπορεί να χρησιμοποιηθεί η δεύτερη κάρτα). Ζητάει να δουν τις κάρτες, έπειτα να τις τοποθετήσουν μπροστά τους στον πάτωμα και να προσπαθήσουν να τις ερμηνεύσουν χρησιμοποιώντας τα μοτίβα με ήχους του σώματος που παρουσιάστηκαν στις προηγούμενες δραστηριότητες. Αν δυσκολεύονται να τα θυμηθούν, ο εκπαιδευτικός τους βοηθάει. Αφού ο τελευταίος διασφαλίσει ότι κάθε μαθητής είναι σε θέση να ερμηνεύσει το μέτρο – σχήμα της κάρτας του, δίνει τον παλμό – beat, με ρυθμική απαγγελία του μέτρου – σχήματος του πρώτου μαθητή.

Το κάθε παιδί ξεχωριστά μέσα στον κύκλο, παίρνει διαδοχικά τον «ρόλο του οδηγού» και παίζει στο σώμα το μοτίβο του μέτρου – σχήματος της κάρτας που έχει μπροστά του δύο φορές. Η ομάδα επαναλαμβάνει. Ο διάλογος αυτός γίνεται διαρκώς πάνω στον παλμό – beat (εφαρμογή 1<sup>η</sup>) (Video 24A,24B).

**Βήμα 2<sup>ο</sup>:** Το παιδί σε αυτό το βήμα «παίζει» στο σώμα αυτοσχεδιάζοντας το δικό του μοτίβο και η ομάδα το «καθρεφτίζει».

Ο εκπαιδευτικός προτείνει ένα μέτρο – σχήμα, για παράδειγμα το τρίγωνο, πάνω στο οποίο οι μαθητές καλούνται να δημιουργήσουν το δικό τους μοτίβο, με ήχους του σώματος. Δίνει ένα χρονικό περιθώριο, ενδεικτικά πέντε λεπτών, ώστε να μπορέσουν να το σκεφτούν. Βάζει ως σταθερό σημείο αφετηρίας του μέτρου – σχήματος, το παλαμάκι, σε όλη την ομάδα.

Ο εκπαιδευτικός κάνει ρυθμική απαγγελία δύο μέτρων – σχημάτων, ώστε να προσδιορίσει την ταχύτητα εκτέλεσης της δραστηριότητας και να συντονίσει την ομάδα. Κάθε παιδί ξεχωριστά μέσα στον κύκλο, παίζει δύο μέτρα – σχήματα με το δικό του μοτίβο. Η ομάδα καλείται να του απαντήσει με τον ίδιο ακριβώς τρόπο, καθρεφτίζοντας το μοτίβο του και στην συνέχεια κάνει ρυθμική απαγγελία ακόμα δύο μέτρων – σχημάτων. Ο διάλογος συνεχίζεται μέχρι να ολοκληρώσει και το τελευταίο παιδί της ομάδας. Ο εκπαιδευτικός σε αυτό το παιχνίδι καλείται να ενθαρρύνει το κάθε παιδί να αναλάβει «ηγετικό ρόλο» (εφαρμογή 2<sup>η</sup>) (Video 25A,25B) .

**Βήμα 3<sup>ο</sup>:** Το δεύτερο βήμα μπορεί να εμπλουτιστεί με την χρήση των καρτών, που δείχνουν τα μέτρα – σχήματα. Ο εκπαιδευτικός εξηγεί στην ομάδα τους κανόνες της δραστηριότητας. Μοιράζει σε όλα τα παιδιά της ομάδας μία κάρτα – σχήμα και ζητά να δημιουργήσουν το δικό τους σενάριο, με ήχους του σώματος, πάνω στο μέτρο – σχήμα της κάρτας τους. Δίνει ένα χρονικό περιθώριο,

ενδεικτικά πέντε λεπτών, ώστε να μπορέσουν να το σκεφτούν. Βάζει ως σταθερό σημείο αφητηρίας του μέτρου – σχήματος, το παλαμάκι, σε όλη την ομάδα.

Ο εκπαιδευτικός κάνει ρυθμική απαγγελία δύο μέτρων σχημάτων, ώστε να προσδιορίσει την ταχύτητα εκτέλεσης της δραστηριότητας και να συντονίσει την ομάδα. Το κάθε παιδί ξεχωριστά μέσα στον κύκλο, παίρνει διαδοχικά τον «ρόλο του οδηγού» και παίζει στο σώμα το μέτρο- σχήμα της κάρτας που έχει μπροστά του, σύμφωνα με το δικό του μοτίβο. Η ομάδα καλείται να του απαντήσει με τον ίδιο ακριβώς τρόπο, καθρεφτίζοντας το μοτίβο του, μέσα στην ροή του ρυθμού και στην συνέχεια κάνει ρυθμική απαγγελία των δύο μέτρων- σχημάτων που προηγήθηκαν. Ο διάλογος συνεχίζεται μέχρι να ολοκληρώσει και το τελευταίο παιδί της ομάδας. Ο εκπαιδευτικός σε αυτό το παιχνίδι καλείται να ενθαρρύνει το κάθε παιδί να αναλάβει «ηγετικό ρόλο» (εφαρμογή 3<sup>η</sup>) (Video 26A,26B).

### Εφαρμογές

**Εφαρμογή 1<sup>η</sup>:** Ο εκπαιδευτικός απαγγέλει με σταθερότητα δύο μέτρα – σχήματα για να συντονίζει την ομάδα. Ο πρώτος σε σειρά μαθητής, αριστερά του εκπαιδευτικού, ξεκινά, ερμηνεύοντας την κάρτα που έχει μπροστά του. Η ομάδα απαντά.

-*Εκπαιδευτικός: Ένα – δύο – τρία – τέσσερα, ένα – δύο – τρία – τέσσερα.*

Σύμφωνα με την κάρτα του (π.χ. τρίγωνο):

- 1<sup>ο</sup> παιδί – οδηγός: **Δεξί πόδι** – clap – clap, **δεξί πόδι** – clap – clap.  
*Απάντηση ομάδας: Δεξί πόδι* – clap – clap, **δεξί πόδι** – clap – clap.

Σύμφωνα με την κάρτα του (π.χ. πεντάγωνο):

- 2<sup>ο</sup> παιδί- οδηγός: **Δεξί πόδι** (ένα) – clap (δύο) – clap (τρία) – δεξιός μηρός (τέσσερα) – αριστερός μηρός (πέντε) (όλο επανάληψη 2 φορές).  
*Απάντηση ομάδας: Δεξί πόδι* (ένα) – clap (δύο) – clap (τρία) – δεξιός μηρός (τέσσερα) – αριστερός μηρός (πέντε) (όλο επανάληψη 2 φορές).
- .
- .
- .

Σύμφωνα με την κάρτα του (π.χ. τετράγωνο):

- *Τελευταίο παιδί – οδηγός: Δεξί πόδι* (ένα) – clap (δύο) – δεξιός μηρός (τρία) – αριστερός μηρός (τέσσερα) (όλο επανάληψη 2 φορές).  
*Απάντηση ομάδας: Δεξί πόδι* (ένα) – clap (δύο) – δεξιός μηρός (τρία) – αριστερός μηρός (τέσσερα) (όλο επανάληψη 2 φορές).

**Εφαρμογή 2<sup>η</sup>:** Ο εκπαιδευτικός καθορίζει το μέτρο – σχήμα, πάνω στο οποίο ο κάθε μαθητής αυτοσχεδιάζει και δημιουργεί το δικό του σενάριο. Απαγγέλει με σταθερότητα δύο μέτρα – σχήματα για να συντονίζει την ομάδα. Ο πρώτος σε σειρά μαθητής, αριστερά του εκπαιδευτικού, ξεκινά, χτυπώντας δύο φορές το μέτρο – σχήμα με το δικό του σενάριο. Η ομάδα απαντά επαναλαμβάνοντας το σενάριο του μαθητή και στην συνέχεια κάνοντας ρυθμική απαγγελία δύο μέτρων – σχημάτων. Στο παράδειγμα χρησιμοποιείται το μέτρο – σχήμα τρίγωνο και στην αρχή του μέτρου υπάρχει πάντα το παλαμάκι.

- *Εκπαιδευτικός: Ένα – δύο – τρία , ένα – δύο – τρία.*
  
- *1<sup>ο</sup> παιδί – οδηγός : Clap – δεξί πόδι – αριστερό πόδι, clap – δεξί πόδι – αριστερό πόδι.*  
*Απάντηση ομάδας:*  
**Clap** – δεξί πόδι – αριστερό πόδι, **clap** – δεξί πόδι – αριστερό πόδι.  
**Ένα** – δύο – τρία, **ένα** – δύο – τρία.
  
- *2<sup>ο</sup> παιδί- Οδηγός: Clap (ένα) – clap (δύο) – αριστερό πόδι (τρία), clap (ένα) – clap (δύο) – αριστερό πόδι (τρία).*  
*Απάντηση ομάδας:*  
**Clap** (ένα) – clap (δύο) – αριστερό πόδι (τρία), **clap** (ένα) – clap (δύο) – αριστερό πόδι (τρία)  
**Ένα** – δύο – τρία, **ένα** – δύο – τρία.
  
- *Τελευταίο παιδί – οδηγός: Clap (ένα) – δεξί στέρνο (δύο) – αριστερό στέρνο (τρία), clap (ένα) – δεξί στέρνο (δύο) – αριστερό στέρνο (τρία).*  
*Απάντηση ομάδας:*  
**Clap** (ένα) – δεξί στέρνο (δύο) – αριστερό στέρνο (τρία), **clap** (ένα) – δεξί στέρνο (δύο) – αριστερό στέρνο (τρία)  
**Ένα** – δύο – τρία, **ένα** – δύο – τρία.

**Εφαρμογή 3<sup>η</sup> :** Η δομή αυτής της εφαρμογής είναι παρόμοια με την δομή της δεύτερης εφαρμογής. Διαφέρει από αυτήν, μόνο στο ότι το μέτρο – σχήμα πάνω στο οποίο αυτοσχεδιάζει ο κάθε μαθητής, καθορίζεται από τη κάρτα που έλαβε, οπότε και διαφοροποιείται από μαθητή σε μαθητή.

- *Εκπαιδευτικός: Ένα – δύο – τρία- τέσσερα , ένα – δύο – τρία- τέσσερα.*
  
- *1<sup>ο</sup> παιδί – οδηγός : Ένα – δύο – τρία- τέσσερα, clap – δεξί πόδι – αριστερό πόδι- snap*  
*Απάντηση ομάδας:*

**Clap** – δεξί πόδι – αριστερό πόδι – snap, **clap** – δεξί πόδι – αριστερό πόδι – snap.

**Ένα** – δύο – τρία – τέσσερα , **ένα** – δύο – τρία – τέσσερα.

- 2<sup>ο</sup> παιδί- Οδηγός: **Ένα** – δύο – τρία, **clap** (ένα) – clap (δύο) – snap(τρία).

*Απάντηση ομάδας:*

**Clap** (ένα) – clap (δύο) – snap (τρία), **clap** (ένα) – clap (δύο) – snap(τρία)

**Ένα** – δύο – τρία , **ένα** – δύο – τρία.

.

.

.

- Τελευταίο παιδί – οδηγός: **Ένα** – δύο – τρία – τέσσερα – πέντε, **Clap** (ένα) – δεξί στέρνο (δύο) – αριστερό στέρνο (τρία), δεξί πόδι (τέσσερα) – αριστερό πόδι (πέντε)

*Απάντηση ομάδας:*

**Clap** (ένα) – δεξί στέρνο (δύο) – αριστερό στέρνο (τρία), δεξί πόδι (τέσσερα) – αριστερό πόδι ( πέντε),

**Clap** (ένα) – δεξί στέρνο (δύο) – αριστερό στέρνο (τρία), δεξί πόδι (τέσσερα) – αριστερό πόδι ( πέντε),

**Ένα** – δύο – τρία – τέσσερα – πέντε , **ένα** – δύο – τρία – τέσσερα – πέντε.

**Αξιολόγηση δραστηριότητας:** Η επιτυχία της δραστηριότητας κρίνεται από τον βαθμό που κατάφερε κάθε παιδί να εκφραστεί μέσα από την δημιουργία και εκτέλεση των μοτίβων του, από τον βαθμό που χρησιμοποιήθηκε η φαντασία και συνδυάστηκε με τις προηγούμενες γνώσεις, αλλά και από τον συντονισμό του διαλόγου και τον συγχρονισμό της ομάδας.

**Tips:** Η ταχύτητα επιλέγεται βάσει των δεξιοτήτων της κάθε ομάδας και σε ποιο βαθμό μπορεί να ανταποκριθεί στη συνέπεια της ροής του κύκλου. Ο εκπαιδευτικός δεν προχωρά στην υλοποίηση των βημάτων, αν δεν διασφαλίσει ότι οι μαθητές είναι σε θέση να ανακαλέσουν τους ήχους του σώματος, είτε μεμονωμένα, είτε σε αλληλουχία, για να ερμηνεύσουν τα μέτρα – σχήματα.

Σε περίπτωση που κάποιος μαθητής δυσκολεύεται να δημιουργήσει το δικό του σενάριο, δίνεται η εναλλακτική της χρήσης των έτοιμων σεναρίων με ήχους του σώματος ανά μέτρο – σχήμα.

## Κεφάλαιο 3<sup>ο</sup>

### Τραγουδώντας το ρυθμό με συλλαβές konnakol

#### 3.0. Εισαγωγή

Σε αυτό το κεφάλαιο, συστήνεται και χρησιμοποιείται το σύστημα konnakol, ως ένα καινούριο μέσο έκφρασης των μέτρων – σχημάτων.

Πρόκειται για την τέχνη της φωνητικής εκφοράς ρυθμικών συλλαβών από τη μουσική παράδοση της Ν. Ινδίας. Συνδυάζει την ρυθμική απαγγελία συλλαβών και το ταυτόχρονο μέτρημα του ρυθμού με τα χέρια. Επιτρέπει τη σύνθεση, απόδοση και ερμηνεία των ρυθμών, με άμεσο και προσιτό τρόπο, χωρίς να απαιτείται προηγούμενη εμπειρία.

Στην συνέχεια, συνδυάζεται με τις αυξομειώσεις της έντασης, με την ερμηνεία των συναισθημάτων που μας προτείνουν τα σχήματα- μέτρα και τέλος με την έκφραση μέσα από συγχρονισμένες χορευτικές κινήσεις. Εισάγεται η χρήση καρτών που εκφράζουν συναισθήματα ή τα είδη αυξομείωσης της έντασης. Όλα τα παραπάνω συνδυάζονται με τις γνώσεις και ικανότητες που έχουν αποκτηθεί από τις προηγούμενες ενότητες.

#### 3.1. Δραστηριότητα 1<sup>η</sup> : Η απαγγελία του ρυθμού με konnakol

**Σύντομη περιγραφή:** Οι μαθητές μαθαίνουν να απαγγέλουν το ρυθμικό – συλλαβικό σύστημα konnakol, μέσα από τον διάλογο με δομή «οδηγός- ομάδα». Η απαγγελία αυτή κατά τον διάλογο της ομάδας με τον εκπαιδευτικό, γίνεται σε ροή, αφού εξοικειωθεί η ομάδα με το σύστημα αυτό.

**Θέμα:** Η άρθρωση των συλλαβών του συστήματος konnakol με ακρίβεια και καθαρότητα από την ομάδα και τις υποομάδες, συγχρονισμένα, μέσα στη ροή του ρυθμού και η σύνδεση του συστήματος αυτού με τις προηγούμενες γνώσεις.

**Ηλικιακό επίπεδο:** όσο αυξάνεται η ηλικία, αυξάνεται και το επίπεδο δυσκολίας. Εντάσσουμε σχήματα σταδιακά, σύμφωνα με την ικανότητα αφομοίωσης της τάξης.

**Χρονική διάρκεια:** 10' – 20'

**Ψυχοπαιδαγωγικοί Στόχοι:**

- Η απόδοση του ρυθμικού μέτρου – σχήματος με συλλαβές.

- Η καλλιέργεια της αυτοσυγκέντρωσης και της ετοιμότητας.
- Η ανάπτυξη της ενεργητικής ακρόασης.
- Η βελτίωση της άρθρωσης του λόγου.
- Ο συντονισμός κινήσεων και λόγου.
- Η εξάσκηση της μνήμης.
- Η αντιστοίχιση της εικόνας με λεκτικές φράσεις.

**Μέσα διδασκαλίας :** κάρτες μέτρων – σχημάτων κοπνακοί

### Οδηγίες

**Γενικά:** Σε αυτή τη δραστηριότητα ακολουθείται η δομή «οδηγός - ομάδα» κι έπειτα η δομή «οδηγός-υποομάδες» (βλ. πίνακα Α). Ο εκπαιδευτικός ζητά από την ομάδα, να παρατηρήσει προσεκτικά τις συλλαβές και να τις προφέρει με καθαρή άρθρωση.

**Βήμα 1<sup>ο</sup>:** Η δομή του διαλόγου είναι «οδηγός- ομάδα» (βλ. πίνακα Α), αλλά όχι μέσα στην ροή του ρυθμού. Ο εκπαιδευτικός παρουσιάζει την εικόνα του κάθε σχήματος και απαγγέλει τις συλλαβές που είναι γραμμένες στις γωνίες του, δείχνοντας τις ( βλέπε πίνακα Β) Ζητάει από τους μαθητές να επαναλάβουν, για να εξοικειωθούν με την άρθρωση. ( εφαρμογή 1<sup>η</sup> ) (Βίντεο 27Α,27Β).

**Βήμα 2<sup>ο</sup>:** Ο διάλογος «οδηγός- ομάδα» γίνεται μέσα στην ροή του ρυθμού. Ο εκπαιδευτικός παρουσιάζει την εικόνα του κάθε σχήματος, το οποίο απαγγέλει δύο φορές, την πρώτη με αρίθμηση και την δεύτερη με κοπνακοί, ενώ δείχνει ταυτόχρονα τους αριθμούς ή τις συλλαβές που φαίνονται στο σχήμα και ζητάει από την ομάδα να επαναλάβει. Στην αρχή του κάθε μέτρου, αν είμαστε σε καθιστή θέση χτυπάει το δεξί πόδι στην καθιστή θέση ή παλαμάκι σε όρθια θέση (βλέπε εφαρμογή 2<sup>η</sup> ) (Βίντεο 28Α,28Β).

**Βήμα 3<sup>ο</sup>:** Η δομή του διαλόγου είναι «οδηγός- ομάδα» (βλ. πίνακα Α).Ο εκπαιδευτικός κάνει ρυθμική απαγγελία ενός μέτρου- σχήματος τριγώνου και οι μαθητές επαναλαμβάνουν, για να συντονιστούν στην ροή του ρυθμού. Έπειτα, απαγγέλει με κοπνακοί ένα μέτρο – σχήμα τρίγωνο, δείχνει την αντίστοιχη κάρτα και ζητά από τους μαθητές να επαναλάβουν μαζί του, στην ροή του ρυθμού. Εναλλάσσει διαδοχικά τα μέτρα σχήματα ( τρίγωνο- τετράγωνο- πεντάγωνο κ.ο.κ.) . Οι μαθητές χτυπάνε το πόδι στο πάτωμα ή τα χέρια (clar) κάθε φορά που φτάνουν στην αρχή του μέτρου (βλέπε εφαρμογή 3<sup>η</sup> ) (Βίντεο 29Α,29Β) .

**Βήμα 4<sup>ο</sup>:** Η δομή του διαλόγου είναι «οδηγός- ομάδα» (βλ. πίνακα Α).Ο εκπαιδευτικός δημιουργεί στο εκάστοτε μέτρο – σχήμα , ένα νέου είδους διάλογο, που συνδυάζει την απαγγελία με κοπνακοί και την παύση ολόκληρου του μέτρου.

Κάθε φορά που έρχεται η σειρά του εκπαιδευτικού, χρησιμοποιεί ένα καινούριο μέτρο- σχήμα, μεγαλύτερο κατά έναν χρόνο, σε σχέση με το προηγούμενο( τρίγωνο- τετράγωνο- πεντάγωνο κ.ο.κ.) . Απαγγέλει μία φορά το μέτρο – σχήμα τρίγωνο με κοπνακοί κι έπειτα μετρά το σχήμα - μέτρο

σιωπηλά, αρθρώνοντας τις συλλαβές χωρίς ήχο, ενώ ταυτόχρονα δείχνει με τα δάχτυλα του χεριού το μέτρο κατά τη διάρκεια της παύσης. Για παράδειγμα ανοίγει τον αντίχειρα στην πρώτη συλλαβή, τον δείκτη στην δεύτερη κ.ο.κ. Στο «ένα» του πρώτου μέτρου χτυπάει τα χέρια (clap) (ενώ στο δεύτερο μέτρο όχι). Μέσα στη ροή του ρυθμού, ζητά από την ομάδα να επαναλάβει. (βλέπε εφαρμογή 4<sup>η</sup>) (Βίντεο 30Α,30Β).

**Βήμα 5<sup>ο</sup>:** Σε αυτό το βήμα, ακολουθείται η δομή «οδηγός - υποομάδες» (βλ. πίνακα Α). Ο εκπαιδευτικός απαγγέλει σε μέτρια ταχύτητα ένα μέτρο – σχήμα με κοπνακοί μία φορά και παρακινεί τις δύο ομάδες, διαδοχικά, να το επαναλάβουν. Αρχικά δίνει την σκυτάλη στην ομάδα «Α» και εκείνη με τη σειρά της στην ομάδα «Β», μέσα στην ροή του ρυθμού. Κάθε φορά που έρχεται η σειρά του εκπαιδευτικού, εισάγει ένα νέο μέτρο – σχήμα διαδοχικά, στην ροή του ρυθμού. Αρχικά αυξάνει τα μέτρα- σχήματα κατά ένα, δηλαδή τρίγωνο – τετράγωνο – πεντάγωνο κ.ο.κ. Στην συνέχεια εισάγει τα μέτρα – σχήματα σε τυχαία σειρά. Κατά την εξέλιξη της δραστηριότητας, υπάρχει η δυνατότητα παραλλαγής της σειράς των ομάδων, ώστε να βρίσκονται σε εγρήγορση και να διατηρηθεί αυξημένο το ενδιαφέρον τους.

Στη συνέχεια, χωρίς να διακοπεί η ροή, ο εκπαιδευτικός αυξάνει αισθητά την ταχύτητα. Η παραπάνω διαδικασία επαναλαμβάνεται, μέχρι η ταχύτητα που εισάγει οδηγός να γίνει τόσο γρήγορη, ώστε οι ομάδες να μην καταφέρουν να ανταποκριθούν. (βλέπε εφαρμογή 5<sup>η</sup>) (Βίντεο 31Α,31Β).

## Εφαρμογές

### Εφαρμογή 1<sup>η</sup>:

Πίνακας Α

Μέτρα-Σχήματα	Αριθμός χτυπημάτων του μέτρου- σχήματος	Συλλαβές Konnakol
Κουκίδα	1	Da
Ευθύγραμμο τμήμα	1 – 2	Ta – ka (τα – κα)
Τρίγωνο	1 – 2 – 3	Ta – ki – ta (τα – κι – τα)



Τετράγωνο	1 – 2 – 3 – 4	Ta – ka – di – mi (τα – κα- ντι – μι)
Πεντάγωνο	1 – 2 – 3 – 4 – 5	Da – di – gi – na – dum ( ντα – ντι – τζι – να – ντουμ)
Εξάγωνο	1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6	Ta – re – ki – ta – ta – ka (τα – ρε – κι – τα – τα – κα)
Επτάγωνο	1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7	Da – ta – re – ki – ta – ta – ka (τα- ρε -κι- τα- τα- κα)
Οκτάγωνο	1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8	Ta – ka – di – mi – ta – ka – ju – no (τα – κα – ντι – μι – τα – κα – τζου – νο)

### Εφαρμογή 2<sup>η</sup>:

Ο εκπαιδευτικός αναρτά δύο κάρτες- σχήματα μία με αρίθμηση και μία με κορνακόι και τις απαγγέλει, ενώ δείχνει στο σχήμα τους αριθμούς ή τις συλλαβές.

### Εφαρμογή 2<sup>η</sup> (Ευθύγραμμο τμήμα):

- Οδηγός: Ένα – δύο, Τα– κα.  
Απάντηση ομάδας: Ένα – δύο, Τα– κα.

### Εφαρμογή 2<sup>η</sup> (Τρίγωνο)

- Οδηγός: Ένα – δύο – τρία , Τα – κι – τα  
Απάντηση ομάδας: Ένα – δύο – τρία , Τα – κι – τα

### Εφαρμογή 2<sup>η</sup> (Τετράγωνο)

- Οδηγός: **Ένα** - δύο - τρία- τέσσερα , **Ta**- ka - di - mi  
Απάντηση ομάδας: **Ένα** - δύο - τρία- τέσσερα , **Ta**- ka - di - mi

### Εφαρμογή 2<sup>η</sup> (Πεντάγωνο)

- Οδηγός: **Ένα** - δύο - τρία- τέσσερα- πέντε , **Da**- di - gi - na - dum  
Απάντηση ομάδας: **Ένα** - δύο - τρία- τέσσερα- πέντε , **Da**- di - gi - na - dum

### Εφαρμογή 2<sup>η</sup>: (Εξάγωνο)

- Οδηγός: **Ένα**- δύο - τρία- τέσσερα- πέντε- έξι , **Ta** - re - ki - ta - ta - ka  
Απάντηση ομάδας: **Ένα**- δύο - τρία- τέσσερα- πέντε- έξι , **Ta** - re - ki - ta - ta - ka

### Εφαρμογή 2<sup>η</sup>: (Επτάγωνο)

- Οδηγός: **Ένα**- δύο- τρία- τέσσερα- πέντε- έξι- εφτά, **Da** - ta - re - ki - ta - ta - ka  
Απάντηση ομάδας: **Ένα**- δύο- τρία- τέσσερα- πέντε- έξι- εφτά, **Da** - ta - re - ki - ta - ta - ka

### Εφαρμογή 2<sup>η</sup>: οκτάγωνο

- Οδηγός: **Ένα**- δύο- τρία- τέσσερα- πέντε- έξι- εφτά- οχτώ, **Ta** - ka - di - mi - ta - ka - ju - no  
Απάντηση ομάδας: **Ένα**- δύο- τρία- τέσσερα- πέντε- έξι- εφτά- οχτώ, **Ta** - ka - di - mi - ta - ka - ju - no

### Εφαρμογή 3<sup>η</sup>

Ο εκπαιδευτικός αντικαθιστά την αρίθμηση της 2<sup>ης</sup> εφαρμογής με κοπνακοί κι έτσι απαγγέλει με κοπνακοί ένα μέτρο - σχήμα, στη δομή του διάλογου «οδηγός- ομάδα» και η ομάδα τον μιμείται. Προσθέτει διαδοχικά το νέο μέτρο- σχήμα, στην ροή του ρυθμού, δηλαδή τρίγωνο- τετράγωνο- πεντάγωνο κ.ο.κ.

### Εφαρμογή 3<sup>η</sup> (Ευθύγραμμο τμήμα):

- Οδηγός: **Ta** – ki – ta, **Ta** – ki – ta,  
Απάντηση ομάδας: **Ta** – ki – ta, **Ta** – ki – ta
- Οδηγός: **Ta** – ka – di – mi, **Ta** – ka – di – mi  
Απάντηση ομάδας: **Ta** – ka – di – mi, **Ta** – ka – di – mi  
κ.ο.κ.

#### Εφαρμογή 4<sup>η</sup> (τρίγωνο με παύση)

- Οδηγός: **Ta** – ki – ta, **ένα μέτρο παύση** ( ο εκπαιδευτικός αρθρώνει τις συλλαβές χωρίς ήχο, ενώ ταυτόχρονα δείχνει με τα δάχτυλα του χεριού το μέτρημα: αντίχειρας **Ta**– δείκτης ki – μέσος ta )  
Απάντηση ομάδας: **Ta** – ki – ta, **ένα μέτρο παύση** ( ο εκπαιδευτικός αρθρώνει τις συλλαβές χωρίς ήχο, ενώ ταυτόχρονα δείχνει με τα δάχτυλα του χεριού το μέτρημα: αντίχειρας **Ta**– δείκτης ki – μέσος ta )

Οι εφαρμογές για τα υπόλοιπα σχήματα – μέτρα που συνδυάζονται με παύση, γίνονται με τον ίδιο τρόπο που περιγράφεται στην 2<sup>η</sup> εφαρμογή.

#### Εφαρμογή 5<sup>η</sup> (τρίγωνο με υποομάδες)

Ο εκπαιδευτικός απαγγέλει ρυθμικά το σχήμα- μέτρο τρίγωνο, σε αργή ταχύτητα:

- Οδηγός: **Ta** – ki – ta  
Απάντηση υποομάδας «Α»: **Ta** – ki – ta,  
Απάντηση υποομάδας «Β»: **Ta** – ki – ta,
- Οδηγός: **Ta** – ka – di – mi  
Απάντηση υποομάδας «Β»: **Ta** – ka – di – mi  
Απάντηση υποομάδας «Α»: **Ta** – ka – di – mi  
  
κ.ο.κ.

Στη συνέχεια, επαναλαμβάνει τον παραπάνω διάλογο, αυξάνοντας σταδιακά την ταχύτητα, σε επίπεδο διακριτό, κάθε φορά που φτάνει στην αρχή της παραπάνω δομής, αλλά και αλλάζοντας την σειρά των υποομάδων στον διάλογο.

- Οδηγός: **Ta** – ki – ta  
Απάντηση υποομάδας «Β»: **Ta** – ki – ta  
Απάντηση υποομάδας «Α»: **Ta** – ki – ta

Οι εφαρμογές για τα υπόλοιπα μέτρα – σχήματα γίνονται με τον ίδιο τρόπο που περιγράφεται στην 2<sup>η</sup> εφαρμογή .

**Αξιολόγηση δραστηριότητας:** Ο εκπαιδευτικός σε αυτήν την δραστηριότητα, μπορεί να αξιολογήσει την καθαρότητα της άρθρωσης του κοπνακοί και τον βαθμό συσχέτισής του με προηγούμενες γνώσεις, από τους μαθητές. Διαπιστώνει το επίπεδο συγκέντρωσης των μαθητών, από την ακριβή τήρηση της διάρκειας της παύσης και την ετοιμότητά τους για να απαγγείλουν με κοπνακοί όταν έρχεται η σειρά τους.

**Tips:** Είναι σημαντικό οι συλλαβές να απαγγέλλονται με εκφραστικότητα, το οποίο είναι ζητούμενο και από την ομάδα. Αυτό απαιτεί αφύπνιση και καλλιέργεια της έμφυτης τάσης για μίμηση.

### 3.2. Δραστηριότητα 2<sup>η</sup>: Ο μαέστρος «χρωματίζει» την απαγγελία κοπνακοί.

**Σύντομη περιγραφή:** Η απαγγελία κοπνακοί «χρωματίζεται» από τη μεταβολή στην ένταση της φωνής με πέντε διαφορετικούς τρόπους, μέσα από παιχνίδια μίμησης του οδηγού ή ανάγνωσης καρτών, που γίνονται στον διάλογο «οδηγός – ομάδα» και «οδηγός – υποομάδες».

**Θέμα:** Η ικανότητα των μαθητών να μπορούν να εκφράσουν συγχρονισμένα, με ευελιξία και πλαστικότητα τις μεταβολές στην ένταση της απαγγελίας, σύμφωνα με τις υποδείξεις του εκπαιδευτικού ή την κάρτα έντασης που καλούνται να ερμηνεύσουν.

**Ηλικιακό επίπεδο:** όσο αυξάνεται η ηλικία, αυξάνεται και το επίπεδο δυσκολίας. Εντάσσουμε σχήματα σταδιακά, σύμφωνα με την ικανότητα αφομοίωσης της τάξης.

**Χρονική διάρκεια:** 20' -25'

**Ψυχοπαιδαγωγικοί Στόχοι:**

- Η καλλιέργεια της ικανότητας ελέγχου της έντασης της φωνής και η συνειδητοποίηση ότι η μεταβολή στην ένταση της φωνής αποτελεί μέσο έκφρασης.
- Η ενδυνάμωση της παρατηρητικότητας και της μιμητικής ικανότητας.
- Η σταδιακή μεταβολή στα επίπεδα έντασης του ήχου με πλαστικότητα.
- Η εξάσκηση στην παράλληλη χρήση διαφορετικών δεξιοτήτων.

**Μέσα διδασκαλίας:** κάρτες έντασης

## Οδηγίες

**Γενικά:** Οι διάλογοι της συγκεκριμένης δραστηριότητας ακολουθούν την δομή «οδηγός - ομάδα» και «οδηγός- υποομάδες» (βλ. πίνακα Α). Γίνονται σε κύκλους που έρχονται διαδοχικά και διαρκούν 4 μέτρα – σχήματα. Ο κύκλος των τεσσάρων μέτρων, επαναλαμβάνεται περίπου δύο με τρεις φορές ή και περισσότερο, αν χρειαστεί. Οι μαθητές κρατάνε σταθερό τον ρυθμό, κάνοντας επιτόπου βηματισμό σε όλα τα παρακάτω βήματα.

Σε αυτά, εισάγονται οι έννοιες που αφορούν την ένταση: σιγά, δυνατά, μέτρια ένταση, σταδιακή αύξηση έντασης, σταδιακή μείωση έντασης. Ο εκπαιδευτικός, προχωρά στην εισαγωγή νέας έννοιας ή σε συνδυασμό εννοιών, εφόσον η ομάδα έχει κατανοήσει όσα ήδη έχει εξηγήσει.

Κάθε έννοια, αντιστοιχεί σε μία κάρτα. Ο εκπαιδευτικός πριν ξεκινήσει την απαγγελία με κοπνακοί, δείχνει στους μαθητές τις πέντε κάρτες και εξηγεί τι σημαίνει η καθεμιά. Κατά την διάρκεια της δραστηριότητας, κάθε φορά που αλλάζει την ένταση, δείχνει και την αντίστοιχη κάρτα.

### Βήμα 1<sup>ο</sup>

Ο διάλογος γίνεται με δομή «οδηγός – ομάδα» (βλ. πίνακα Α) που επαναλαμβάνεται μία ή δύο φορές κάθε φορά που αλλάζει το είδος της έντασης. Αρχικά ο οδηγός παρουσιάζει τις κάρτες έντασης «σιγά», «μέτρια», «δυνατά» και συζητά με τους μαθητές για αυτές. Έπειτα, συντονίζει την ομάδα με επιτόπου βηματισμό και δείχνει την κάρτα έντασης «σιγά», απαγγέλει ρυθμικά με κοπνακοί 4 μέτρα – σχήματα σε χαμηλή ένταση (σιγά) και ζητά από την ομάδα να επαναλάβει, στην ροή του κύκλου, με έμφαση στο ένα.

Στη συνέχεια δείχνει την κάρτα έντασης «δυνατά», απαγγέλει με κοπνακοί τα 4 μέτρα – σχήματα σε δυνατή ένταση (δυνατά) και ζητά από την ομάδα να επαναλάβει, όπως παραπάνω.

Ακολούθως, δείχνει την κάρτα έντασης «μέτρια», απαγγέλει με κοπνακοί τα 4 μέτρα – σχήματα σε μέτρια ένταση (μέτρια) και ζητά από την ομάδα να επαναλάβει, όπως παραπάνω.

Τέλος, εναλλάσσει το «δυνατά», το «μέτρια» και το «σιγά», σε τυχαία σειρά, εναλλάσσοντας και τις αντίστοιχες κάρτες έντασης. (βλέπε εφαρμογή 1<sup>η</sup>) (βίντεο 32Α, 32Β).

Ο οδηγός μπορεί να αντικαταστήσει τις κάρτες με τα νεύματα των χεριών του (βίντεο 33Β).

### Βήμα 2<sup>ο</sup>

Ο διάλογος γίνεται με δομή «οδηγός – ομάδα» (βλ. πίνακα Α). Ο οδηγός δείχνει την κάρτα έντασης «σταδιακά δυνατά», απαγγέλει ρυθμικά με κοπνακοί 4 μέτρα – σχήματα με τον τρόπο που περιγράφεται παρακάτω και ζητά από την ομάδα να επαναλάβει, στη ροή του κύκλου, με έμφαση στο ένα. Η απαγγελία του πρώτου μέτρου ξεκινά σιγά και όσο προχωρά η απαγγελία των υπολοίπων μέτρων, αυξάνεται σταδιακά και η ένταση. Όταν φτάνει στο τέταρτο και τελευταίο μέτρο της

απαγγελίας, η έντασή πρέπει να έχει γίνει πολύ δυνατή (σταδιακά δυνατά ). Η ρυθμική απαγγελία, γίνεται από τον οδηγό με εκφραστικότητα και σταθερότητα. Κατά τη διάρκεια της απαγγελίας, για να κάνει πιο παραστατική την περιγραφή της σταδιακής αύξησης της έντασης, μπορεί να «ανεβάσει» σταδιακά την παλάμη ( ή τις παλάμες) από κάτω προς τα πάνω (βίντεο 34α).

Αφού η ομάδα καταφέρει να ανταποκριθεί με επιτυχία, ο οδηγός δείχνει την κάρτα έντασης «σταδιακά σιγά», μέσα στην ροή του ρυθμού, απαγγέλει με κοπνακοί τα τέσσερα μέτρα με τον ακριβώς αντίθετο τρόπο: Ξεκινά την απαγγελία του πολύ δυνατά και σταδιακά μειώνει την ένταση, ώστε όταν καταλήγει στο τέταρτο μέτρο, η ένταση να είναι χαμηλή ( σταδιακά σιγά). Με τον ίδιο τρόπο, ο οδηγός μπορεί να χρησιμοποιήσει την παλάμη (ή τις παλάμες) για να καθοδηγήσει την ομάδα (κίνηση από πάνω προς τα κάτω) (βίντεο 34β).

Στη συνέχεια, ο οδηγός μπορεί να αναμίξει τους δύο τρόπους, ζητώντας από τους μαθητές να τον μιμηθούν. (βλέπε εφαρμογή 2<sup>η</sup>) (από «σταδιακά δυνατά» βίντεο 34c) (από «σταδιακά σιγά» βίντεο 34d).

### **Βήμα 3<sup>ο</sup>**

Ο εκπαιδευτικός έχει ως τώρα εισάγει πέντε διαφορετικές έννοιες που αφορούν την ένταση. Τις εντάσσει στον διάλογο με δομή «οδηγός- υποομάδες» (βλ. πίνακα Α). Χωρίζει την ομάδα σε δύο ισοπληθείς υποομάδες, με τον τρόπο που περιγράφεται στο πρώτο κεφάλαιο.

Ο οδηγός, απαγγέλει τέσσερα μέτρα με κοπνακοί, για να βοηθήσει την ομάδα να συγχρονιστεί σε μία συγκεκριμένη ταχύτητα. Έπειτα, παίρνει το ρόλο του μαέστρου, και κατευθύνει τις υποομάδες κατά την απαγγελία με κοπνακοί, ως προς την ένταση, χωρίς ο ίδιος να παρεμβάλει την δική του απαγγελία. Αρχικά δίνει την σκυτάλη στην υποομάδα «Α» και εκείνη με τη σειρά της στην υποομάδα «Β», μέσα στην ροή του ρυθμού. Αφού οι υποομάδες εξοικειωθούν με την αυξομείωση της έντασης, μπορεί να αλλάξει η σειρά τους στον διάλογο. Η ένταση από ομάδα σε ομάδα, μεταβάλλεται σύμφωνα με τις υποδείξεις του εκπαιδευτικού, με συγκεκριμένη ακολουθία. Η ένταση μπορεί να μεταβληθεί

1. από σιγά σε σιγά ή σταδιακά δυνατά και
2. από δυνατά σε δυνατά ή σταδιακά σιγά

(βλέπε εφαρμογή 3<sup>η</sup>) (βίντεο 35Α – 35Β).

### **Βήμα 4<sup>ο</sup>**

Ο εκπαιδευτικός απαγγέλει με κοπνακοί τέσσερα μέτρα – σχήματα χτυπώντας παλαμάκι στην αρχή του μέτρου και ζητάει από την ομάδα να επαναλάβει, για να συντονιστεί καλύτερα.

Στη συνέχεια, για τέσσερα μέτρα, η ομάδα κάνει παύση στην απαγγελία, χτυπώντας μόνο παλαμάκι στην αρχή του μέτρου και μετρώντας σιωπηρά, (ο εκπαιδευτικός βοηθά απαγγέλλοντας με κοπνακοί

σιωπηρά, αρθρώνοντας τις συλλαβές χωρίς ήχο, ενώ ταυτόχρονα δείχνει με τα δάχτυλα του χεριού το μέτρο κατά τη διάρκεια της παύσης, αν το κρίνει απαραίτητο). Κατά τη διάρκεια της παύσης, δείχνει μία κάρτα έντασης, την οποία θα πρέπει η ομάδα να παρατηρήσει για να προετοιμαστεί να την ερμηνεύσει.

Μόλις τελειώνει η παύση, απαγγέλει η ομάδα το τετράμετρο με κοπνακόι, στην ένταση που έχει υποδείξει με την κάρτα. Αν η ομάδα δυσκολεύεται σε κάποια κάρτα, ο εκπαιδευτικός μπορεί να την επαναλάβει. (βλέπε εφαρμογή 4<sup>η</sup>) (βίντεο 36A, 36B).

## Εφαρμογές

### Εφαρμογή 1<sup>η</sup> ( Τρίγωνο)

#### Σιγά

- Οδηγός (σιγά) : **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta , **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta  
Απάντηση ομάδας (σιγά) : **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta, **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta

Ο οδηγός επαναλαμβάνει δύο με τρεις φορές.

#### Δυνατά

- Οδηγός (δυνατά) : **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta , **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta  
Απάντηση ομάδας (δυνατά) : **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta, **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta

Ο οδηγός επαναλαμβάνει δύο με τρεις φορές.

#### Μέτρια

- Οδηγός (μέτρια) : Ta – ki – ta, **Ta**– ki – ta ,**Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta  
Απάντηση ομάδας (μέτρια) : **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta,**Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta

Ο οδηγός επαναλαμβάνει δύο με τρεις φορές.

Στην συνέχεια ο οδηγός εναλλάσσει τους παραπάνω διαλόγους σε τυχαία σειρά.

### Εφαρμογή 2<sup>η</sup> ( Τρίγωνο)

#### Σταδιακά δυνατά( σιγά προς δυνατά)

- Οδηγός (σταδιακά δυνατά): **Ta**- ki -ta, **Ta**- ki -ta ,**Ta**- ki -ta, **Ta**- ki -ta  
Απάντηση ομάδας (σταδιακά δυνατά): **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta, **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta

Ο οδηγός επαναλαμβάνει δύο με τρεις φορές.

### Σταδιακά σιγά (δυνατά προς σιγά):

- Οδηγός (σταδιακά σιγά): **Ta-** ki -ta,**Ta-** ki – ta ,**Ta** – ki – ta,**Ta**– ki – ta  
Απάντηση ομάδας (σταδιακά σιγά): **Ta** – ki – ta,**Ta**– ki – ta,**Ta** – ki – ta,**Ta**– ki ta

Ο οδηγός επαναλαμβάνει δύο με τρεις φορές.

Στην συνέχεια ο οδηγός εναλλάσσει τους παραπάνω διαλόγους σε τυχαία σειρά.

### Εφαρμογή 3<sup>η</sup> ( Τρίγωνο)

Η ακολουθία για την αυξομείωση της έντασης είναι η εξής:

σιγά ->σιγά -> σταδιακά δυνατά ->δυνατά -> δυνατά ->σταδιακά σιγά -> σιγά

δυνατά->δυνατά ->σταδιακά σιγά -> σιγά-> σιγά -> σταδιακά δυνατά >δυνατά

-Οδηγός (εισάγει την ταχύτητα) : **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta , **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta

Υποομάδα «Α» (σιγά) : **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta, **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta

Υποομάδα «Β» (σιγά) : **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta, **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta

Υποομάδα «Α» (σταδιακά δυνατά) : **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta, **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta

Υποομάδα «Β» (δυνατά) : **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta, **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta

Υποομάδα «Α» ( δυνατά) : **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta, **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta

Υποομάδα «Β» (σταδιακά σιγά) : **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta, **Ta** – ki – ta,**Ta**– ki – ta

Υποομάδα «Α» (σιγά) : **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta, **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta

κ.ο.κ.

### Εφαρμογή 4<sup>η</sup> ( Τρίγωνο)

- Οδηγός : **Ta** – ki – ta,**Ta**– ki – ta ,**Ta** – ki – ta,**Ta**– ki – ta.  
Απάντηση ομάδας: **Ta** – ki – ta,**Ta**– ki – ta,**Ta** – ki – ta,**Ta**– ki – ta.

Στη συνέχεια, ο οδηγός δείχνει την κάρτα έντασης, ενώ μετράει σιωπηρά μαζί με την ομάδα που χτυπάει παλαμάκι στην αρχή του κάθε μέτρου. Η ομάδα στην ένταση που έχει «προταθεί» από την κάρτα, για παράδειγμα «σταδιακά δυνατά»



- Οδηγός – ομάδα (σιωπηρό μέτρημα και των δύο, ενώ ο εκπαιδευτικός μπορεί να βοηθάει δείχνοντας με τα δάχτυλα και ταυτόχρονα δείχνει και την κάρτα έντασης ) : **Ta** – ki – ta, **Ta** – ki – ta , **Ta** – ki – ta, **Ta** – ki – ta.
- Ομάδα (σταδιακά δυνατά) : **Ta** – ki – ta, **Ta** – ki – ta, **Ta** – ki – ta, **Ta** – ki – ta.

**Αξιολόγηση δραστηριότητας:** Ο εκπαιδευτικός σε όλη την διάρκεια της δραστηριότητας, παρακολουθεί πόσο παραστατικά καταφέρνουν οι μαθητές να αποδώσουν τις μεταβολές στην ένταση του ήχου. Ζητούμενο είναι να προσαρμόζονται γρήγορα στις εναλλαγές, σύμφωνα με τις υποδείξεις του οδηγού ή των καρτών.

Επίσης, ελέγχει από τον τρόπο που ανταποκρίνονται στα βήματα αν έχουν αντιστοιχίσει και απομνημονεύσει τις κάρτες, με τις διαφορετικές εντάσεις (βήμα 1<sup>ο</sup>), αν είναι συγκεντρωμένοι, ακόμα και κατά την διάρκεια των παύσεων που απαιτείται σιωπηρή απαγγελία (βήμα 2<sup>ο</sup>) καθώς και αν καταφέρνουν να συντονίζουν την κίνηση με την απαγγελία που «χρωματίζεται» (βήμα 3<sup>ο</sup>).

Τέλος, μέσα από το παιχνίδι των εναλλαγών στην ένταση, ο εκπαιδευτικός αξιολογεί το κλίμα ομαδικότητας, συνεργασίας και συντονισμού της ομάδας.

**Tips:** Η αλλαγή στα επίπεδα έντασης θα πρέπει να είναι αισθητή, ώστε να γίνεται εύκολα διακριτή από τους μαθητές και να γίνεται με παραστατικότητα. Ο εκπαιδευτικός κατά την διάρκεια της καθοδήγησης στην εφαρμογή 3, πρέπει να είναι σαφής στις υποδείξεις του και να τις εισάγει λίγο νωρίτερα από την στιγμή που θα εκτελεστούν από τους μαθητές, δηλαδή στο κλείσιμο του προηγούμενου τετράμετρου.

### 3.3. Δραστηριότητα 3: Ο μαθητής – μαέστρος στο παιχνίδι των εντάσεων

**Σύντομη περιγραφή:** Ο κάθε μαθητής στο ρολόι , αφού λάβει μία κάρτα έντασης από τον εκπαιδευτικό, παίρνει τον ρόλο του μαέστρου και καθοδηγεί την ομάδα ως προς την ένταση της απαγγελίας της, ( σύμφωνα με την κάρτα του) .

**Θέμα:** Η ανάληψη ηγετικού ρόλου από τον μαθητή ως μαέστρου και η παραστατική του απαγγελία, αλλά και ο συντονισμός και συγχρονισμός της ομάδας για να ακολουθήσει τον διάλογο με τον μαθητή- μαέστρο.

**Ηλικιακό επίπεδο:** όσο αυξάνεται η ηλικία, αυξάνεται και το επίπεδο δυσκολίας. Εντάσσουμε σχήματα σταδιακά, σύμφωνα με την ικανότητα αφομοίωσης της τάξης.

**Χρονική διάρκεια:** 15' – 25'

**Ψυχοπαιδαγωγικοί Στόχοι:**

- Η καλλιέργεια της εμπιστοσύνης και της συνεργατικότητας, μεταξύ των μελών της ομάδας.
- Η ανάπτυξη της υπευθυνότητας και της ικανότητας των μαθητών για ανάληψη πρωτοβουλιών.
- Η τόνωση της αυτοεκτίμησης του μαθητή.
- Η βελτίωση της ικανότητας για περιγραφή με παραστατικότητα και θεατρικότητα, χρησιμοποιώντας και συνδυάζοντας κινήσεις σώματος και εκφράσεις προσώπου.
- Η καλλιέργεια της δημιουργικότητας και της φαντασίας.

### Μέσα διδασκαλίας : κάρτες έντασης

**Γενικά:** Σε αυτή τη δραστηριότητα, ο διάλογος ακολουθεί τη δομή «το ρολόι με οδηγό το μαθητή» (βλ. πίνακα Α). Κάθε παιδί διαδοχικά παίρνει το ρόλο του μαέστρου. Για τέσσερα μέτρα, απαγγέλει με κοννακοί την κάρτα έντασης που έχει μοιράσει ο εκπαιδευτικός και στην συνέχεια η ομάδα επαναλαμβάνει.

**Βήμα 1<sup>ο</sup>:** Ο εκπαιδευτικός δείχνει τις κάρτες έντασης και ζητάει από τα παιδιά να δείξουν το «δυνατά», το «σιγά» το «σταδιακά σιγά» και το «σταδιακά δυνατά», και τα βοηθάει να το κάνουν με τρόπο σαφή και εύληπτο από την ομάδα.

Εξηγεί στην ομάδα τους κανόνες της δραστηριότητας και μοιράζει σε κάθε μαθητή από μία κάρτα έντασης ( το μέτρο – σχήμα μπορεί να ποικίλλει ή όχι, ανάλογα με την ηλικία και τις δυνατότητες της ομάδας). Ζητάει να την ανοίξει, να την δει και να την τοποθετήσει μπροστά του. Δίνει λίγο χρόνο για να μπορέσουν τα παιδιά να προετοιμάσουν τον τρόπο που θα καθοδηγήσουν την ομάδα.

Ο εκπαιδευτικός απαγγέλει με κοννακοί τέσσερα μέτρα – σχήματα και ζητάει από την ομάδα να επαναλάβει για όσο χρόνο χρειάζεται, ώστε να συντονιστεί στην κατάλληλη ταχύτητα.

Στη συνέχεια, για τέσσερα μέτρα, ο πρώτος μαθητής – μαέστρος απαγγέλει με κοννακοί τέσσερα μέτρα – σχήματα σύμφωνα με την κάρτα έντασης που έχει πάρει ( η ένταση της απαγγελίας με κοννακοί εξαρτάται από αυτήν την κάρτα)

Αμέσως μετά, ο μαθητής - μαέστρος κατευθύνει την ένταση της απαγγελίας της ομάδας με κοννακοί, σύμφωνα με την κάρτα του. Ο μαθητής – μαέστρος χρειάζεται να είναι σε εγρήγορση και να δείχνει ξεκάθαρα στην ομάδα την αρχή της απαγγελίας της, με τη βοήθεια χεριών ή νευμάτων.

Τον ρόλο του μαέστρου παίρνει ο επόμενος μαθητής στο ρολόι, που ερμηνεύει την κάρτα του και στην συνέχεια κατευθύνει την ομάδα, μέχρι να ολοκληρώσει και το τελευταίο παιδί της ομάδας. Ο εκπαιδευτικός σε αυτό το παιχνίδι καλείται να ενθαρρύνει το κάθε παιδί να αναλάβει «ηγετικό ρόλο» (video 37A, 37B).

### Εφαρμογές

#### Εφαρμογή 1<sup>η</sup> ( Τρίγωνο)

Η ομάδα καθοδηγείται διαδοχικά, από τον κάθε μαθητή της ομάδας που παίρνει τον ρόλο του μαέστρου στο ρολόι. Ο μαθητής – μαέστρος ερμηνεύει την κάρτα του και κατευθύνει την ομάδα με ανάλογο τρόπο, για παράδειγμα «σταδιακά δυνατά». Σε όλη την διάρκεια της εφαρμογής, η ομάδα κρατάει σταθερό τον ρυθμό με βηματισμό.

-Οδηγός (με βηματισμό): **Ta – ki – ta, Ta – ki – ta , Ta – ki – ta, Ta – ki – ta.**

Απάντηση ομάδας (με βηματισμό): **Ta – ki – ta, Ta – ki – ta, Ta – ki – ta, Ta – ki – ta.**

-1<sup>ος</sup> Μαθητής – μαέστρος (σταδιακά δυνατά):

**Ta – ki – ta, Ta – ki – ta, Ta – ki – ta, Ta – ki – ta.**

Ομάδα (σταδιακά δυνατά), υπό την καθοδήγηση του 1<sup>ου</sup> μαέστρου:

**Ta- ki -ta, Ta- ki -ta, Ta- ki -ta, Ta- ki -ta.**

-2<sup>ος</sup> Μαθητής – μαέστρος ( σταδιακά σιγά):

**Ta – ki – ta, Ta – ki – ta, Ta – ki – ta, Ta – ki – ta.**

Ομάδα (σταδιακά σιγά), υπό την καθοδήγηση του 2<sup>ου</sup> μαέστρου:

**Ta- ki -ta, Ta- ki -ta, Ta- ki -ta, Ta- ki -ta.**

.

.

.

-Τελευταίος μαθητής – μαέστρος (σιγά):

**Ta – ki – ta, Ta – ki – ta, Ta – ki – ta, Ta – ki – ta.**

Ομάδα (σιγά), υπό την καθοδήγηση του τελευταίου μαέστρου:

**Ta- ki -ta, Ta- ki -ta, Ta- ki -ta, Ta- ki -ta.**

**Αξιολόγηση δραστηριότητας:** Η επιτυχία της δραστηριότητας κρίνεται από την εγρήγορση και την παραστατικότητα του μαθητή- μαέστρου, από την καλλιέργεια της αυτοπεποίθησης και της

εμπιστοσύνης που αισθάνεται ο μαθητής απέναντι στην ομάδα ώστε να εκφράζεται ελεύθερα αλλά και από την ετοιμότητα και τον συντονισμό της ομάδας.

**Tips:** Ο εκπαιδευτικός κατά την περιγραφή των βημάτων, πρέπει να είναι ξεκάθαρος και να δίνει σαφείς οδηγίες, ώστε να μην χαθεί περίσσιος χρόνος στον συντονισμό της δραστηριότητας. Κατά το πρώτο βήμα που οι μαθητές δοκιμαστικά δείχνουν τα διάφορα επίπεδα έντασης, ο εκπαιδευτικός ελέγχει αν αυτό γίνεται με τρόπο εύληπτο και ξεκάθαρο από την ομάδα.

### 3.4. Δραστηριότητα 4<sup>η</sup>: Οι κάρτες κορνακοί των συναισθημάτων

**Σύντομη περιγραφή:** Πρόκειται για ένα παιχνίδι διαλόγου και έκφρασης συναισθημάτων, ανάμεσα στον εκπαιδευτικό και στην ομάδα και σε δεύτερη φάση, ανάμεσα σε δύο υποομάδες, στις οποίες χωρίζουμε τα άτομα της ομάδας.

**Θέμα:** Με αυτή τη δραστηριότητα δίνεται στους μαθητές η ευκαιρία να εμπλουτίσουν το παιχνίδι του ρυθμού μέσω την έκφρασης συναισθημάτων.

#### Ψυχοπαιδαγωγικοί Στόχοι:

- Η αντίληψη της σημασίας του συγχρονισμού της ομάδας, μέσα από την τήρηση σταθερής ταχύτητας, κατά την διάρκεια της άσκησης.
- Η βελτίωση της ικανότητας κινητικού συντονισμού, μέσα από τον συνδυασμό και τον συγχρονισμό της κίνησης με τον ρυθμό.
- Ο καλύτερος συντονισμός της ομάδας και η κατανόηση της βασικής αρχής της γεωμετρίας του ρυθμού, μέσα από την επανάληψη και την τήρηση της συνέπειας στο χρόνο.

**Ηλικιακό επίπεδο:** όσο αυξάνεται η ηλικία, αυξάνεται και το επίπεδο δυσκολίας. Εντάσσουμε σχήματα σταδιακά, σύμφωνα με την ικανότητα αφομοίωσης της τάξης.

**Χρονική διάρκεια:** 10' – 20'

**Μέσα διδασκαλίας :** κάρτες συναισθημάτων

#### Οδηγίες

**Γενικά:** Σε αυτή τη δραστηριότητα ο διάλογος ακολουθεί τη δομή «οδηγός – ομάδα» (βλ. πίνακα Α). Ο εκπαιδευτικός εξηγεί στην ομάδα τους κανόνες της δραστηριότητας. Στο παιχνίδι του διαλόγου, απαιτείται εκφραστικότητα και συγκέντρωση.

**Βήμα 1<sup>ο</sup> :** Παρουσιάζει τις κάρτες συναισθημάτων (χαρά, λύπη, έκπληξη, φόβος, θυμός, βαρεμάρα ως κατάσταση) και ζητάει από τους μαθητές να μαντέψουν σε τι συναίσθημα αντιστοιχεί η κάθε

κάρτα. Στη συνέχεια ζητά να παρατηρήσουν τα χαρακτηριστικά της κάθε κάρτας – εικόνας και να την μιμηθούν, χρησιμοποιώντας εκφράσεις προσώπου. Συζητά με τους μαθητές πώς μπορούν να εκφράσουν την κάρτα – συναίσθημα με τη φωνή τους ή με κινήσεις του σώματος και τους ζητά να πειραματιστούν.

Έπειτα, ξεκινά μαζί τους διάλογο με δομή «οδηγός- ομάδα» (βλ. πίνακα Α). Σηκώνει τυχαία κάθε φορά μία κάρτα κοπνακολ – συναισθημάτων οποιουδήποτε μέτρου – σχήματος για παράδειγμα τριγώνου- χαράς και ενώ την δείχνει στην ομάδα, ταυτόχρονα την απαγγέλει δύο φορές και ζητάει να τον μιμηθούν. Χρησιμοποιεί εκθέτει μια άλλη κάρτα με διαφορετικό συναίσθημα για παράδειγμα τριγώνου- λύπης, όταν αντιλαμβάνεται ότι η εκτέλεση της προηγούμενης γίνεται με επιτυχία, μέσα στην ροή του ρυθμού (βίντεο 38Α, 38Β).

**Βήμα 2<sup>ο</sup>** : Στη συνέχεια, ο εκπαιδευτικός στον ρόλο του οδηγού, απαγγέλει με κοπνακολ το εκάστοτε μέτρο – σχήμα δύο φορές με την μορφή ερώτησης, για παράδειγμα το τρίγωνο ενώ δείχνει στην ομάδα την κάρτα – συναισθημάτων για παράδειγμα έκπληξης. Η ομάδα απαντάει, απαγγέλοντας με κοπνακολ το μέτρο – σχήμα τρίγωνο σε ύφος έκπληξης ( όπως υποδεικνύει η κάρτα), στη ροή του κύκλου (βίντεο 39Α, 39Β).

## Εφαρμογές

### Εφαρμογή 1<sup>η</sup> ( Τρίγωνο)

Ο εκπαιδευτικός, αφού ακολουθήσει την διαδικασία που περιγράφεται στο 1<sup>ο</sup> βήμα για την εισαγωγή και εξήγηση των καρτών- συναισθημάτων του κοπνακολ, κάνει τον παρακάτω διάλογο.

-Οδηγός ( δείχνει την κάρτα κοπνακολ τριγώνου- χαράς και την απαγγέλει):

**Ta – ki – ta, Ta – ki – ta**

Απάντηση ομάδας (απαγγελία κοπνακολ τριγώνου – χαράς): **Ta – ki – ta, Ta – ki – ta**

-Οδηγός ( δείχνει την κάρτα κοπνακολ τριγώνου – λύπης και την απαγγέλει):

**Ta – ki – ta, Ta – ki – ta**

Απάντηση ομάδας (απαγγελία κοπνακολ τριγώνου- λύπης): **Ta – ki – ta, Ta – ki – ta**

### Εφαρμογή 2<sup>η</sup> ( Τρίγωνο)

-Οδηγός (απαγγέλει με ύφος ερώτησης και δείχνει την κάρτα κοπνακολ τριγώνου- έκπληξης):

**Ta – ki – ta, Ta– ki – ta**

Απάντηση ομάδας (απαγγελία κομμακιού τριγώνου – έκπληξης): **Ta – ki – ta, Ta– ki – ta**

-Οδηγός (απαγγέλει με ύφος ερώτησης και δείχνει την κάρτα κομμακιού τετραγώνου - φόβου ):

**Ta – ka- di- mi, Ta – ka- di- mi,**

Απάντηση ομάδας (απαγγελία κομμακιού τετραγώνου – φόβου):

**Ta – ka- di- mi, Ta – ka- di- mi,**

**Κ.Ο.Κ.**

**Αξιολόγηση δραστηριότητας:** Η επιτυχία αυτής της δραστηριότητας κρίνεται από το αν οι μαθητές μπορούν να διακρίνουν τα συναισθήματα και να τα εκφράσουν με εκφραστικότητα και θεατρικότητα, συντονισμένα και με συνέπεια ως ομάδα. Ο εκπαιδευτικός αξιολογεί το κλίμα ομαδικότητας, συνεργασίας και ευχαρίστησης και τον βαθμό εμπλοκής στην διαδικασία των παιδιών που παρουσιάζουν δυσκολίες έκφρασης και εσωστρέφεια.

**Tips:** Η αρίθμηση πρέπει να είναι ακριβής, καθαρή και συνεπής στη χρονική αγωγή, την οποία υποδεικνύει ο εκπαιδευτικός. Είναι σημαντικό η ταχύτητα να προσαρμόζεται στις ικανότητες της ομάδας, ώστε να είναι βατή για την ομάδα, ούτε γρήγορη, ούτε αργή. Ο εκπαιδευτικός ενθαρρύνει τους μαθητές να ερμηνεύσουν τις κάρτες συναισθημάτων, δημιουργώντας κλίμα ασφάλειας και εμπιστοσύνης.

### 3.5. Δραστηριότητα 5<sup>η</sup>: «Ο μαθητής- μαέστρος των συναισθημάτων»

**Σύντομη περιγραφή:** Ο κάθε μαθητής στο « ρολόι με οδηγό τον μαθητή» , παίρνει τον ρόλο του μαέστρου και αρχικά ερμηνεύει την κάρτα- συναισθημάτων που έλαβε και στην συνέχεια καθοδηγεί την ομάδα για να τον μιμηθεί.

**Θέμα:** Η καλλιέργεια της εμπιστοσύνης του μαθητή – μαέστρου στον εαυτό του και της ομάδας προς αυτόν, η εξοικείωση με την αναγνώριση και εξωτερίκευση των συναισθημάτων και η ομαδική έκφραση μέσα από την συμμετοχή στο παιχνίδι.

**Ψυχοπαιδαγωγικοί Στόχοι:**

- Η καλλιέργεια της εμπιστοσύνης και της συνεργατικότητας μεταξύ των μελών της ομάδας.
- Η ανάπτυξη της υπευθυνότητας και της πρωτοβουλίας.

- Η τόνωση της αυτοεκτίμησης του μαθητή.
- Η βελτίωση της ικανότητας των μαθητών για περιγραφή με παραστατικότητα και θεατρικότητα, χρησιμοποιώντας και συνδυάζοντας κινήσεις σώματος και εκφράσεις προσώπου.
- Η καλλιέργεια της δημιουργικότητας και της φαντασίας.

**Ηλικιακό επίπεδο:** όσο αυξάνεται η ηλικία, αυξάνεται και το επίπεδο δυσκολίας. Εντάσσουμε σχήματα σταδιακά, σύμφωνα με την ικανότητα αφομοίωσης της τάξης. Η δραστηριότητα αυτή, μπορεί να εκτελεστεί με την χρήση ενός μόνο μέτρου – σχήματος και με την εναλλαγή των συναισθημάτων, σε μικρότερες ηλικίες.

**Χρονική διάρκεια:** 15' – 25'

**Μέσα διδασκαλίας :** κάρτες συναισθημάτων

**Γενικά:** Σε αυτή τη δραστηριότητα, στο διάλογο ακολουθείται η δομή «το ρολόι με οδηγό το μαθητή» (βλ. πίνακα Α). Ο κάθε μαθητής παίρνει ηγετικό ρόλο και ερμηνεύει τα συναισθήματα, καθοδηγώντας την ομάδα για να επαναλάβει. Ο διάλογος γίνεται ανά δύο μέτρα – σχήματα. Η ομάδα κρατάει σταθερό το ρυθμό με επιτόπιο βηματισμό.

**Βήμα 1<sup>ο</sup>:** Ο διάλογος γίνεται με δομή «το ρολόι με οδηγό το μαθητή» (βλ. πίνακα Α). Ο εκπαιδευτικός εξηγεί στην ομάδα τους κανόνες της δραστηριότητας και μοιράζει σε κάθε μαθητή από μία κάρτα συναισθημάτων ( οποιοδήποτε μέτρου- σχήματος), που την τοποθετεί κάτω και μπροστά του. Ζητάει να την ανοίξει, να την δει και να την τοποθετήσει πίσω στην θέση της κλειστή. Δίνει λίγο χρόνο, για να μπορέσουν τα παιδιά να προετοιμάσουν την ερμηνεία της κάρτας τους. Ο εκπαιδευτικός απαγγέλει με κοπνακοί δύο μέτρα – σχήματα με βηματισμό και ζητάει από την ομάδα να επαναλάβει, για να συντονιστεί στην κατάλληλη ταχύτητα.

Στη συνέχεια, για δύο μέτρα ο μαθητής – μαέστρος απαγγέλει την κάρτα του, για παράδειγμα τρίγωνο – θυμός ενώ η ομάδα κρατάει με βηματισμό σταθερό το ρυθμό. Αμέσως μετά, ο μαθητής – μαέστρος κατευθύνει τον τρόπο της απαγγελίας της ομάδας με κοπνακοί, σύμφωνα με την κάρτα συναισθημάτων του. Τον ρόλο του μαέστρου παίρνει ο επόμενος μαθητής στο ρολόι ( π.χ. τετράγωνο – χαρά) , που ερμηνεύει την κάρτα του και στην συνέχεια κατευθύνει την ομάδα, μέχρι να ολοκληρώσει και το τελευταίο παιδί της ομάδας. Ο μαθητής – μαέστρος χρειάζεται να είναι σε εγρήγορση, ώστε να ερμηνεύει την κάρτα του εγκαίρως και με σαφήνεια και να δείχνει ξεκάθαρα στην ομάδα την αρχή και τον τρόπο της απαγγελίας της, με τη βοήθεια χεριών ή νευμάτων.

Ο εκπαιδευτικός σε αυτό το παιχνίδι καλείται να ενθαρρύνει το κάθε παιδί να αναλάβει «ηγετικό ρόλο». Εναλλακτικά, μπορεί να δώσει την δυνατότητα στους μαθητές να επιλέξουν να ερμηνεύσουν όποιο συναίσθημα θέλουν (χαρά, λύπη, έκπληξη, φόβος, θυμός), χωρίς την χρήση καρτών ( βλέπε εφαρμογή 1<sup>η</sup>) (βίντεο 40Α, 40Β).

## Εφαρμογές

### Εφαρμογή 1<sup>η</sup> ( Τρίγωνο)

Η ομάδα καθοδηγείται διαδοχικά, από τον κάθε μαθητή της ομάδας που παίρνει τον ρόλο του μαέστρου στο ρολόι. Ο μαθητής – μαέστρος ερμηνεύει την κάρτα του και κατευθύνει την ομάδα με ανάλογο τρόπο, για παράδειγμα τρίγωνο – θυμός . Σε όλη την διάρκεια της εφαρμογής, η ομάδα κρατάει σταθερό τον ρυθμό με βηματισμό.

- *Οδηγός ( με βηματισμό):* **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta  
*Απάντηση ομάδας (με βηματισμό):* **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta,
  
- *1<sup>ος</sup> Μαθητής – μαέστρος (π.χ. τρίγωνο – θυμός) :* **Ta** – ki – ta, **Ta**– ki – ta  
*Ομάδα ( τρίγωνο – θυμός ), υπό την καθοδήγηση του 1<sup>ου</sup> μαέστρου:*  
**Ta**- ki -ta, **Ta**- ki -ta
  
- *2<sup>ος</sup> Μαθητής – μαέστρος (π.χ. τετράγωνο -χαρά):* **Ta**- ka-di-mi, **Ta**- ka-di-mi  
*Ομάδα ( π.χ. τετράγωνο -χαρά), υπό την καθοδήγηση του 2<sup>ου</sup> μαέστρου:*  
**Ta**- ka-di-mi, **Ta**- ka-di-mi  
. . .
  
- *Τελευταίος Μαθητής – μαέστρος (πεντάγωνο- φόβος ):*  
**Da**- di-gi-na-dum, **Da**- di-gi-na-dum,  
*Ομάδα ( πεντάγωνο- φόβος ), υπό την καθοδήγηση του τελευταίου μαέστρου:*  
**Da**- di-gi-na-dum, **Da**- di-gi-na-dum,

**Αξιολόγηση δραστηριότητας:** Η επιτυχία της δραστηριότητας κρίνεται από την διάθεση των μαθητών για συμμετοχή και εξωστρέφεια, από την εγρήγορση και την παραστατικότητα του μαθητή – μαέστρου, αλλά και από την ετοιμότητα και τον συγχρονισμό της ομάδας. Μέσα από αυτήν την δραστηριότητα, ο εκπαιδευτικός μπορεί να αξιολογήσει ζητήματα όπως το αν χιτίζεται η εμπιστοσύνη του μαέστρου- μαθητή προς τον εαυτό του, αν βελτιώνεται η αυτοπεποίθησή του καθώς και αν αυξάνεται η εμπιστοσύνη της ομάδας στις δυνατότητές του.

**Tips:** Ο εκπαιδευτικός κατά την περιγραφή των βημάτων, πρέπει να είναι ξεκάθαρος και να δίνει σαφείς οδηγίες, ώστε να μην χαθεί περίσσιος χρόνος στον συντονισμό της δραστηριότητας.

### 3.6. Δραστηριότητα 6<sup>η</sup>: Διάλογος διάδρασης του μαθητή – ρομπότ με την ομάδα



**Σύντομη περιγραφή:** Μέσα από τον διάλογο με δομή « το ρολόι με οδηγό τον μαθητή», ο κάθε μαθητής παίρνει ηγετικό ρόλο και παίζει μοτίβα με ήχους του σώματος, τα ερμηνεύει με διάφορους τρόπους ( με διάφορα συναισθήματα, ποικιλία εντάσεων ή με ύφος άρνησης – κατάφασης-ερώτησης). Η ομάδα απαντάει είτε με το αντίστοιχο μοτίβο με ήχους του σώματος είτε με konnakol που το χρωματίζει με τους τρόπους που αναφέρθηκαν παραπάνω.

**Θέμα:** Η επαναχρησιμοποίηση και ο συνδυασμός της προηγούμενης γνώσης, μέσα από έναν διάλογο διάδρασης ανάμεσα στον εκπαιδευτικό και την ομάδα, η καλλιέργεια της παρατηρητικότητας και της ικανότητας συγκέντρωσης, καθώς και η ανάπτυξη της δεξιότητας του να μπορούν οι μαθητές να ανταπεξέρχονται σε δύο ή και περισσότερες δράσεις ταυτόχρονα.

#### Ψυχοπαιδαγωγικοί Στόχοι:

- Η διατήρηση της ροής του ρυθμού κατά την διάρκεια του διαλόγου.
- Η ενίσχυση του κλίματος συνεργασίας και ομαδικότητας.
- Η καλλιέργεια της ικανότητας ανάληψης πρωτοβουλιών.
- Η καλλιέργεια της αυτοπεποίθησης των μαθητών.
- Η καλλιέργεια της δημιουργικότητας, της φαντασίας, του αυτοσχεδιασμού.
- Η ενίσχυση της μνήμης, καθώς και η βελτίωση της ικανότητας για επικέντρωση της προσοχής.
- Η καλλιέργεια της αυτονομίας και της υπευθυνότητας.
- Η καλλιέργεια της ετοιμότητας των μαθητών με σκοπό την έγκαιρη αντίδραση.
- Η αντίληψη της σημασίας της ατομικής συμμετοχής στην επιτυχία της ομαδικής δραστηριότητας.

**Ηλικιακό επίπεδο:** Ο εκπαιδευτικός μπορεί να διαβαθμίσει τα επίπεδα δυσκολίας, σύμφωνα με το ηλικιακό επίπεδο και στη συνέχεια με το επίπεδο της τάξης. Συγκεκριμένα, μπορεί να εισάγει

- είτε όλα τα μέτρα – σχήματα και να τα συνδυάσει με μία ή και περισσότερες ομάδες καρτών (κάρτες συναισθημάτων ή/και κάρτες έντασης).
- είτε μερικά από τα μέτρα – σχήματα και να τις συνδυάσει με μία ή και περισσότερες ομάδες καρτών (κάρτες συναισθημάτων ή/και κάρτες έντασης).
- είτε όλα τα μέτρα – σχήματα και να τα συνδυάσει με όλες τις ομάδες καρτών ( κάρτες συναισθημάτων, κάρτες έντασης).

**Χρονική διάρκεια:** 15' – 25'

**Μέσα διδασκαλίας :** κάρτες / συναισθημάτων, κάρτες έντασης

#### Οδηγίες

**Γενικά:** Σε αυτή τη δραστηριότητα, ακολουθείται η δομή διαλόγου «το ρολόι με οδηγό το μαθητή» (βλ. πίνακα Α). Χρησιμοποιούνται και συνδυάζονται οι ήχοι του σώματος με την απαγγελία konnakol

και όλες τις ομάδες καρτών που έχουμε ως τώρα εισάγει (κάρτες άρνησης – κατάφασης, κάρτες συναισθημάτων, κάρτες έντασης). Ο μαθητής αποκτά δύο ρόλους. Αρχικά, «χτυπά στο σώμα» τέσσερα μέτρα – σχήματα, σύμφωνα με την κάρτα κοπνακολ που έχει πάρει και στα επόμενα δύο μέτρα, εκφράζει με ρομποτικές κινήσεις όλου του σώματος και του προσώπου, το είδος της κάρτας (συναισθήματος ή έντασης). Κάθε κίνηση του μαθητή – ρομπότ αντιστοιχεί σε έναν παλμό – beat. Ο μαθητής καλείται να αποδώσει το είδος της κάρτας με όσο το δυνατόν μεγαλύτερη εκφραστικότητα, για να γίνει κατανοητή από την ομάδα και να μπορέσει να την εκφράσει με τη σειρά της μέσω της απαγγελίας κοπνακολ, στα επόμενα τέσσερα μέτρα.

Συνοψίζοντας, ο διάλογος στο ρολόι γίνεται ανά δώδεκα μέτρα – σχήματα, με την εξής δομή:

- Για τα πρώτα τέσσερα μέτρα- σχήματα: (1<sup>ο</sup> έως και 4<sup>ο</sup> μέτρο- σχήμα): το παιδί – οδηγός παίζει μόνο του με ήχους του σώματος τα δύο μέτρα -σχήματα, σύμφωνα με την κάρτα κοπνακολ (εδώ ερμηνεύει την κάρτα μόνο ως προς το μέτρο – σχήμα).
- Για τα επόμενα τέσσερα μέτρα- σχήματα: (5<sup>ο</sup> έως και 8<sup>ο</sup> μέτρο – σχήμα): το παιδί – οδηγός γίνεται ρομπότ και ερμηνεύει την κάρτα του ως προς το είδος της (συναισθήματος ή έντασης), για τέσσερα μέτρα – σχήματα ταυτόχρονα με την ομάδα και η ομάδα μιμείται τα τέσσερα πρώτα μέτρα που έπαιξε το παιδί – οδηγός με ήχους του σώματος και την ίδια στιγμή παρακολουθεί το παιδί οδηγό να ερμηνεύει τα μέτρα – σχήματα με τον τρόπο που υποδεικνύει η κάρτα του.
- Για τα επόμενα τέσσερα μέτρα- σχήματα: (9<sup>ο</sup> έως και 12<sup>ο</sup> μέτρο – σχήμα): η ομάδα απαγγέλει με κοπνακολ τέσσερα μέτρα – σχήματα, σύμφωνα με τον τρόπο ερμηνείας του οδηγού στο 5<sup>ο</sup> – 8<sup>ο</sup> μέτρο – σχήμα.
- Πριν να ξεκινήσει ο επόμενος μαθητής, η ομάδα κρατάει την ταχύτητα σταθερή με επιτόπου βηματισμό, για όσο χρόνο χρειαστεί για να προετοιμαστεί ο μαθητής αυτός.

**Βήμα 1<sup>ο</sup>:** Ο εκπαιδευτικός μοιράζει σε όλα τα παιδιά μία κάρτα κοπνακολ. Ζητάει να δουν τις κάρτες και να προσπαθήσουν να τις ερμηνεύσουν χρησιμοποιώντας το αντίστοιχο μοτίβο με ήχους του σώματος (βλέπε 2<sup>ο</sup> κεφάλαιο). Τους παροτρύνει να δουλέψουν ανά δυάδες, με αμοιβαία βοήθεια. Αν δυσκολεύονται να τις θυμηθούν, ο εκπαιδευτικός βοηθάει, μέχρι να σιγουρευτεί ότι κάθε μαθητής είναι σε θέση να ερμηνεύσει το μέτρο – σχήμα της κάρτας του. Στις μικρότερες τάξεις, αν το κρίνει σκόπιμο, δείχνει όλες τις υποψήφια κάρτες και υπενθυμίζει στους μαθητές την ερμηνεία τους (ως προς τα μοτίβα με ήχους σώματος και ως προς το είδος των καρτών), πριν τις μοιράσει.

**Βήμα 2<sup>ο</sup>:** Ο εκπαιδευτικός δίνει τον παλμό – beat, σύμφωνα με το μέτρο – σχήμα της κάρτας του πρώτου παιδιού στο ρολόι, μετρώντας, για παράδειγμα, για τέσσερις φορές μέχρι το τρία, αν πρόκειται για το τρίγωνο, σε μέτρια ταχύτητα.

Το κάθε παιδί ξεχωριστά μέσα στον κύκλο, παίρνει διαδοχικά το «ρόλο του οδηγού» και «χτυπά στο σώμα» το μέτρο – σχήμα της κάρτας που έχει μπροστά του δύο φορές. Η ομάδα επαναλαμβάνει, ενώ ταυτόχρονα παρατηρεί το παιδί – οδηγό να ερμηνεύει την κάρτα του (άρνησης – κατάφασης,

συναίσθηματος ή έντασης) με ρομποτικές κινήσεις. Στην συνέχεια, υιοθετεί τον τρόπο ερμηνείας του οδηγού – ρομπότ, με τον οποίο ερμηνεύει με κοπνακοί τέσσερις φορές το μέτρο – σχήμα της κάρτας του οδηγού. Το μέτρο – σχήμα θα πρέπει να έχει γίνει κατανοητό από την ομάδα, κατά τη διάρκεια των πρώτων οχτώ μέτρων. Πριν να ξεκινήσει ο δεύτερος μαθητής, η ομάδα κρατάει την ταχύτητα σταθερή με επιτόπου βηματισμό, για όσο χρόνο χρειαστεί για να προετοιμαστεί ο δεύτερος μαθητής. Ο διάλογος συνεχίζεται με τον ίδιο τρόπο, μέχρι να ολοκληρώσει και το τελευταίο παιδί της ομάδας.

Σε περίπτωση που η δομή της άσκησης δυσκολεύει ιδιαίτερα την ομάδα, ο εκπαιδευτικός μπορεί να διευκολύνει την διαδικασία, αν, για παράδειγμα, ζητήσει από τον μαθητή – οδηγό ενώ «παίζει στο σώμα» τα τέσσερα πρώτα μέτρα – σχήματα, να αριθμεί φωναχτά τις κινήσεις του (βίντεο 41A, 41B).

## Εφαρμογές

### Εφαρμογή 1<sup>η</sup>:

#### 1α) Μοτίβα με ήχους του σώματος

- **Τρίγωνο:** Δεξί πόδι – clap – clap ή Δεξί πόδι – αριστερό πόδι – clap
- **Τετράγωνο:** Δεξί πόδι (ένα) – clap ( δύο)- Δεξιός μηρός( τρία) – αριστερός μηρός (τέσσερα).
- **Πεντάγωνο:** Δεξί πόδι (ένα) – clap (δύο) – clap (τρία) – Δεξιός μηρός (τέσσερα) – αριστερός μηρός (πέντε).

ή

**Clap** (ένα), δεξί στέρνο (δύο) – αριστερό στέρνο (τρία) – δεξιά πλευρά (τέσσερα) – αριστερή πλευρά (πέντε).

ή

**Δεξί πόδι** (ένα), δεξιός μηρός (δύο) – αριστερός μηρός (τρία) – δεξιά πλευρά (τέσσερα) – αριστερή πλευρά (πέντε).

- **Εξάγωνο:** Δεξιός μηρός (ένα) – αριστερός μηρός( δύο) – δεξιά πλευρά (τρία) – αριστερά πλευρά (τέσσερα) – δεξί στέρνο (πέντε) – αριστερό στέρνο (έξι)
- **Εφτάγωνο:** Δεξί πόδι (ένα), δεξιός μηρός (δύο)- αριστερός μηρός ( τρία) - δεξιά πλευρά ( τέσσερα) – αριστερή πλευρά ( πέντε) – δεξί στέρνο ( έξι) – αριστερό στέρνο( εφτά).

ή

**Clap**( ένα), δεξί στέρνο ( δύο) – αριστερό στέρνο( τρία)- δεξιά πλευρά ( τέσσερα) – αριστερή πλευρά ( πέντε) – δεξιός μηρός (έξι)- αριστερός μηρός (εφτά).

- **Οχτάγωνο: Δεξί πόδι (ένα)**, αριστερό πόδι (δύο), δεξιός μηρός (τρία) – αριστερός μηρός (τέσσερα) – δεξιά πλευρά (πέντε) – αριστερή πλευρά (έξι) – δεξί στέρνο (επτά) – αριστερό στέρνο (οκτώ)

ή

**Δεξί στέρνο ( ένα)** – αριστερό στέρνο( δύο)- δεξιά πλευρά ( τρία) – αριστερή πλευρά ( τέσσερα) – δεξιός μηρός (πέντε)- αριστερός μηρός (έξι)- δεξί πόδι (εφτά) – αριστερό πόδι ( οχτώ)

### 1β) Κοπνακόι ( βλέπε πίνακα Β)

#### 1γ) Είδη ερμηνείας:

- ερώτηση, άρνηση, κατάφαση
- συναισθήματα: χαρά, λύπη, έκπληξη, φόβος, θυμός
- ένταση: σιγά, σταδιακά σιγά, δυνατά, σταδιακά δυνατά

**Εφαρμογή 2<sup>η</sup> ( Τρίγωνο)** : Ο εκπαιδευτικός απαγγέλει με σταθερότητα δύο μέτρα – σχήματα για να συντονίσει την ομάδα. Ο πρώτος σε σειρά μαθητής, αριστερά του εκπαιδευτικού, ξεκινά, ερμηνεύοντας την κάρτα που έχει μπροστά του, για παράδειγμα το μέτρο – σχήμα τρίγωνο με συναίσθημα χαράς. Η ομάδα απαντά, αρχικά, με ήχους σώματος και στη συνέχεια με κοπνακόι.

- *Εκπαιδευτικός:* Ένα – δύο – τρία , Ένα – δύο – τρία , Ένα – δύο – τρία , Ένα – δύο – τρία

#### 1<sup>ο</sup> έως και 4<sup>ο</sup> μέτρο – σχήμα:

1<sup>ος</sup> μαθητής – οδηγός: **Δεξί πόδι** – clap – clap , **Δεξί πόδι** – clap – clap, **Δεξί πόδι** – clap – clap , **Δεξί πόδι** – clap – clap

#### 5<sup>ο</sup> έως και 8<sup>ο</sup> μέτρο – σχήμα:

1<sup>ος</sup> μαθητής – ρομπότ – οδηγός (ερμηνεία με συναίσθημα χαράς):

**Δεξί πόδι** – clap – clap , **Δεξί πόδι** – clap – clap, **Δεξί πόδι** – clap – clap , **Δεξί πόδι** – clap – clap

Η ομάδα απαντά μιμούμενη τον οδηγό, ενώ ταυτόχρονα παρακολουθεί το παιδί οδηγό να ερμηνεύει τα μέτρα – σχήματα με τον τρόπο που υποδεικνύει η κάρτα του.

1<sup>η</sup> Απάντηση ομάδας : **Δεξί πόδι** – clap – clap , **Δεξί πόδι** – clap – clap, **Δεξί πόδι** – clap – clap , **Δεξί πόδι** – clap – clap

**9<sup>ο</sup> έως και 12<sup>ο</sup> μέτρο – σχήμα:** : Η ομάδα απαντά για δεύτερη φορά, τώρα μαζί με το παιδί – οδηγό, σύμφωνα με τον τρόπο ερμηνείας του οδηγού στο 3<sup>ο</sup>-4<sup>ο</sup> μέτρο- σχήμα, δηλαδή εκφράζοντας το συναίσθημα της χαράς.

2<sup>η</sup> Απάντηση ομάδας ( ερμηνεία με συναίσθημα π.χ. χαράς): **Ta**– ki – ta, **Ta**– ki – ta, **Ta**– ki – ta, **Ta**– ki – ta

Ακολουθούν οι υπόλοιποι μαθητές - οδηγοί στην ροή του ρολογιού, κάνοντας διάλογο με την ομάδα σύμφωνα με την δομή που εξηγήθηκε παραπάνω μέχρι και τον τελευταίο μαθητή στο ρολόι.

**Αξιολόγηση δραστηριότητας:** Η επιτυχία της δραστηριότητας κρίνεται από τον τρόπο που απαγγέλλει το παιδί – οδηγός και από την επιτυχία μίμησης του κάθε παιδιού – οδηγού από την ομάδα. Κλειδιά της αξιολόγησης είναι η καλλιέργεια της φαντασίας και της δημιουργικότητας από τη μία και από την άλλη ο συγχρονισμός της ομάδας, που απαιτεί συγκέντρωση και παρατηρητικότητα.

**Tips:** Η ταχύτητα που επιλέγεται θα πρέπει να είναι, τουλάχιστον αρχικά, χαμηλή, καθώς η δραστηριότητα αυτή απαιτεί συνδυασμό πολλών δεξιοτήτων και αποτελείται από μια καινούρια δομή. Ο εκπαιδευτικός επιλέγει το επίπεδο δυσκολίας της δραστηριότητας αξιολογώντας την έως τώρα ικανότητα της ομάδας να ανταποκρίνεται. Μπορεί σταδιακά να αυξήσει το επίπεδο δυσκολίας, προσθέτοντας σταδιακά είτε κάρτες μέτρων – σχημάτων, είτε κάρτες από τις υπόλοιπες κατηγορίες.