



CIAŁO I RUCH

Głowa, ramiona, kolana, pięty... **CIAŁO!** Każdy z nas je ma. Każdy własne, inne, niepowtarzalne. Na co dzień raczej o nim nie myślimy – chyba że stłuczemy sobie kolano albo musimy umyć głowę. Zmieńmy to.

Do czego potrzebne nam ciało? Do przytulania. Do brudzenia się. Do turlania z góry. Do jedzenia czekolady! A czy wiecie, że dla aktora ciało to także narzędzie pracy (w dodatku bardzo ważne)? I że da się zrobić teatr, mając do dyspozycji tylko ciało?

RUCH w teatrze jest bardzo istotny – bez niego aktorzy staliby lub siedzieli w miejscu, podając tekst. Taki teatr, nazywany teatrem słowa (lub czasami psychologicznym), bywa jednak zdecydowanie częściej adresowany do widzów dorosłych.

W spektaklach dla dzieci, które po prostu lubią, kiedy na scenie dużo się dzieje, ruch jest jednym z najważniejszych elementów. Aktorzy tańczą i chodzą w charakterystyczny sposób, wiele postaci jest budowanych właśnie w oparciu o ruch. Obecność **CHOREOGRAFA** lub twórcy **RUCHU SCENICZNEGO** jest potrzebna, by na scenie nie panował chaos, i by wszyscy poruszali się harmonijnie.

RUCH SCENICZNY często bywa mylony z **CHOREOGRAFIA**. Tymczasem choreografia to przede wszystkim specjalnie zaprojektowane i wyćwiczone układy – taneczne, choć nie zawsze – powiązane z muzyką lub rytmem. Natomiast ruch sceniczny to całość poruszeń aktorów na scenie – także kroki, gesty, pozycje ciała.

1

Są takie rodzaje teatru, w którym ciało jest absolutnie najważniejsze. Spróbujcie dopasować do tych nazw ich definicje:

TEATR TAŃCA

Teatr, w którym aktorzy nie używają słów, zastępując je MIMIKA, gestem i ruchem ciała; ważne są także kostiumy, charakteryzacja i rekwizyty

TEATR FIZYCZNY

Teatr, w którym ważne jest przede wszystkim CIAŁO aktora i jego RUCH, także taniec i gesty; aktorzy tego teatru muszą być bardzo sprawni i wygimnastykowani

PANTOMIMA

Teatr, w którym podstawowymi środkami wyrazu są taniec i muzyka; najważniejsza jest tu CHOREOGRAFIA

2

Z rozsypanki wybierzcie cechy, których Waszym zdaniem potrzebuje dobry aktor/aktorka:

DOSKONAŁY WZROK PLASTYCZNA TWARZ SZCZUPŁE CIAŁO
 DOBRA DYKCJA GIĘTKOŚĆ PIĘKNA TWARZ SILNE RĘCE DOBRY SŁUCH
 ZDROWIE DŁUGIE WŁOSY DONOŚNY GŁOS
 WYSOKI WZROST DOBRA KONDYCJA SPRAWNE CIAŁO ZRĘCZNE DŁONIE

3

Ułóżcie dialog, jaki mogłyby prowadzić między sobą poszczególne części ciała w kąpiele, łóżku, podczas obiadu lub w innej, wymyślonej przez Was, sytuacji.



★ Ucho lewe:

★ Pięta:

★ Łokieć:

★ Język:

★ Ucho prawe:

★ Nos:

★ Dziurki w nosie:

★ Kciuk:

★ Mały palec u nogi:

★ Włosy na głowie (chórem):

4

Zaproście do zabawy rodziców lub rodzeństwo. Niech każdy z Was spróbuje wydać dźwięk, używając wyłącznie swojego ciała. Możecie uderzać w dłonie, drapać się po głowie, strzelać palcami, klaskać językiem... Nie wolno natomiast wykorzystywać innych obiektów, np. przedmiotów czy podłogi. Dźwięki nie mogą się też powtarzać. Gra kończy się, kiedy uczestnicy nie potrafią już znaleźć żadnego nowego dźwięku.



Poniżej zapiszcie najdziwniejsze dźwięki, jakie udało się Wam wydobyć za pomocą Waszych ciał.

Wavy red lines for writing notes.

5

A teraz wspólnie pobawmy się w kalambury, ale nieco nietypowe – teatralne. Spróbujcie bez użycia słów, wyłącznie za pomocą ciała, mimiki i gestu, pokazać różne emocje: smutek, złość, radość, tęsknotę... i wszystkie inne, jakie tylko przyjdą Wam do głowy. Trudność polega na tym, by za każdym razem „wyłączać” kolejne części ciała – po prostu ich dotykając. Zanim zaczniecie, wybierzcie osobę, która poprowadzi zabawę, wybierając emocje do pokazania i wyłączając części ciała.



Jakie emocje najtrudniej było Wam pokazać?

- 1
2
3
4
5
6

Bez których części ciała najtrudniej, a bez których najłatwiej się obyć?

NAJŁATWIEJ

NAJTRUDNIEJ

Three rows of dotted lines with star icons for notes.