

Draamaharjoitteita lapsille

Tässä muutama esimerkki, mitä päiväkotij- ja kouluikäisten lasten kanssa voi leikkiä. Harjoitteet opettavat etupäässä kuuntelu- ja vuorovaikutustaitoja. Seuraavat harjoitteet toimivat kokonaisuutena, tai niitä voidaan tehdä erikseen.

Draamasopimus

Ennen leikin alkua on hyvä kokoontua piiriin, ja tehdä draamasopimus. Draamasopimuksella sovitaan yhteiset pelisäännöt, ja näin pyritään luomaan turvallinen olo lapsille. Ohjaaja voi kertoa mitä seuraavaksi aiotaan tehdä, pidetäänkö taukoja jne. On myös hyvä sopia siitä, saako kännyköitä käyttää leikin aikana esimerkiksi kuvaamiseen. Voi myös sopia, että jos ei halua osallistua, voi mennä seinustalle istumaan ja seuraamaan, kunhan ei häiritse toisia. Lopuksi hyväksytään sopimus ja voidaan aloittaa. Aina draamasopimusta ei tarvitse tehdä, esimerkiksi silloin jos ohjaaja on opettaja, ja leikin aikana pätevät samat säännöt kuin oppitunneilla.

Vireystaso

Seisotaan piirissä. Jokainen voi näyttää kehollaan yhtäikaa, kuinka virkeä on. Jos on tosi virkeä, voi mennä varpailleen ja nostaa kädet kohti kattoa. Jos on väsynyt, voi mennä ihan lattian rajaan.

Vireystaso voi tietysti olla myös jotain siltä väliltä. Omaa olotilaa voi myös ilmaista keholla lisäämällä ilmeen, käsien asennolla jne. Ohjaaja näyttää esimerkkiä.

Ohjaajalle voi olla hyödyllistä nähdä mikä lasten vireystila on ennen leikin aloittamista, esimerkiksi tarvitseeko alkuun energisoivan, vai rauhoittavan leikin.

Aamu

Ohjaaja laittaa valot kiinni ja kaikki menevät lattialle leikisti nukkumaan. Leikitään, että on jälleen aamu. Jokainen esittää yhtäikaa pantomiimina omat aamutoimensa, tai ohjaaja voi selostaa mitä aamutoimia tulee tehdä (esim. herätyskello soi, venyttely, aamupalan syönti, hampaiden pesu, pukeutuminen ja kotioven sulkeminen). Saa äännellä, mutta ei mielellään puhua, jotta leikki ei mene yleiseksi sekasoroksi. Sitten kaikki menevät jälleen nukkumaan. Samat aamurutiinit tehdään uudestaan eri tavoin, esim.

- pienesti, kuten pieni haltija
- isosti, kuten jättiläinen
- nopeasti, kuin sopuli
- tanssien, kuin keijukainen jne.

Tämä harjoite sekä energisoi, että auttaa keskittymään. Lopuksi voi keskustella siitä, mikä oli hauskin tapa herätä päivään. Leikkiä voi soveltaa muihinkin kuin aamutoimiin.

Napa vie

Kuljetaan tilassa sillä tavoin, että jokin ruumiinosa johtaa liikettä. Kuka tahansa voi huutaa, mikä ruumiinosa seuraavaksi vie, esim. vasen korva vie, jolloin kaikki antavat vasemman korvan viedä liikettä. Vaihtoehtoisesti ohjaaja voi määrätä mikä ruumiinosa vie. Harjoitteen taustalla voi käyttää myös musiikkia, mutta tarkoitus ei ole ”tanssia kauniisti”.

Tämä harjoite on energisoiva, mutta vaatii myös keskittymistä. Lapsi oppii ruumiinjäseniä, sekä hahmottamaan on oikean ja vasemman.

Värileikki

Ohjaaja ohjeistaa esimerkiksi ”oikea jalka vihreään”, jolloin jokainen etsii tilasta jotain vihreää, jota voi koskettaa oikealla jalallaan. Kun kaikki ovat pysähtyneet, ohjaaja tarkistaa menikö oikein. Sitten ohjaaja antaa seuraavan ohjeen esim. ”otsa valkoiseen”. Vanhempien lasten kanssa voi myös varioida niin, että ottaa luvut mukaan ”neljä peukaloa keltaiseen, kaksi leukaa siniseen ja kolme vatsaa harmaaseen”, jolloin lasten tulisi keskustelematta muodostaa ryhmät. Taustalle voi laittaa myös musiikkia, jolloin kaikki saavat liikkua vapaasti musiikin soidessa, ja aina kun musiikki taukoaa, ohjaaja antaa ohjeet.

Lapset oppivat erottamaan oikean ja vasemman, ruumiinosia ja värejä.

Jos sinä olet, niin minä olen

Voidaan tehdä vaikka piirissä niin, että ensimmäinen menee keskelle ja sanoo esim. ”Minä olen poro”, ja jää paikalleen esittämään poroa. Seuraava (voidaan edetä piirissä järjestyksessä, tai vapaasti) menee ”poron” luokse ja sanoo esim. ”Jos sinä olet poro, niin minä olen porokoira”. Tällä tavalla edetään niin kauan, että kaikki ovat samassa ”kuvassa”. Kuva puretaan niin, että ensimmäiseksi keskelle mennyt saa ensimmäisenä lähteä pois kuvasta, sitten toiseksi mennyt jne. kunnes kaikki ovat jälleen piirissä. Yhteiseen kuvaan voi esimerkiksi laittaa äänet päälle, jolloin jokainen voi päästää jotain ääntä. Kuvan voi myös ”herättää eloon” ja katsoa mitä tapahtuu. Tämä leikki harjoittaa improvisointikykyä ja yhdessä tekemistä.

Peili pareittain

Seisotaan parin kanssa vastakkain. Sovitaan kumpi on A ja kumpi B. Rauhallisen musiikin soidessa taustalla A alkaa tehdä hidasta liikettä, jota B tekee mukana peilikuvana. On tärkeää tehdä tarpeeksi hitaasti, jotta peilikuva pysyy mukana liikkeessä. Tavoitteena on samanaikainen liike. Sopivassa kohdassa vaihdetaan niin että B johtaa liikettä ja A on peilikuva.

Tämä on erittäin rauhoittava harjoite, joka vaatii kuuntelemista ja keskittymiskykyä. Sopii hyvin vaikka rentoutumisharjoitukseksi.

Mistä tahansa leikistä voi tehdä ”saamelaisversion”, kun käyttää vähän mielikuvitusta.

Teatteri-ilmaisunohjaaja
Heli Huovinen