
400
ćwiczeń
teatralnych
dla dzieci
Gotowe do wykorzystania

Jak korzystać ze zbioru

Wybierz cel, potem ćwiczenie.



Zacznij od jednej krótkiej zabawy. Przygotuj materiały i sprawdź wolne miejsce.



Przeczytaj kroki przed zajęciami. Pokaż ruch, zamiast długo go objaśniać.



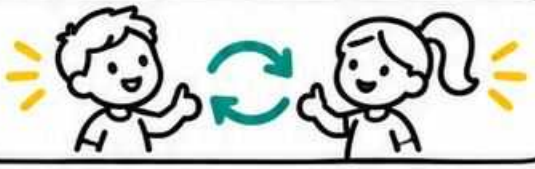
Propozycje dotyczą dzieci w wieku 3–6 lat. Dostosuj czas i trudność do konkretnej grupy.

3–6 lat

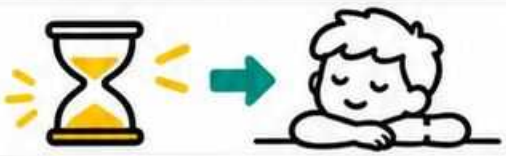
Dla młodszych: mniej reguł, krótsza kolejka, wspólny pokaz z dorosłym.



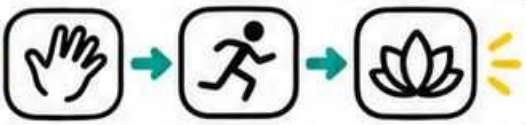
Dla starszych: samodzielny wybór ruchu, zamiana ról, krótkie omówienie.



Podany czas jest orientacyjny. Zakończ wcześniej, gdy grupa potrzebuje odpoczynku.



Wybieraj ćwiczenia osobno lub łącz: powitanie, zabawa główna, spokojne zakończenie.



Sprawdzaj: czy dziecko rozumie zadanie, ma miejsce i może wybrać sposób udziału?



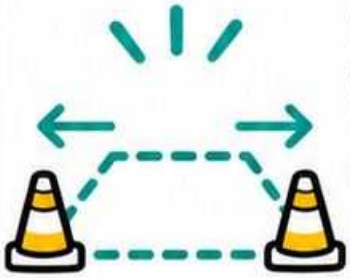
Wspólne zasady



Możesz obserwować i dołączyć później.



Nie wymagaj występu solo, kontaktu wzrokowego ani dotyku. Ustal gest oznaczający przerwę.



Przed ruchem usuń przeszkody, sprawdź podłogę i zostaw przejścia. Dopasuj liczbę osób do miejsca.



Używaj dużych, lekkich rekwizytów bez ostrych krawędzi. Nie zakrywaj dróg oddechowych i nie owijaj tkanin wokół szyi.

- Przy dźwiękach zacznij cicho. Zrezygnuj z elementu, który wywołuje dyskomfort.
- Chwal konkretne działanie: „Zaczekałaś na swoją kolej”. Nie porównuj dzieci.
- Zauważaj pomysły, współpracę i gotowość do próbowania. Karty nie służą do diagnozowania.
- Zadania są autorskimi propozycjami zajęć, a nie testem umiejętności.



Wsparcie | Ostoja — wsparcie@ostoja.online

Znajdź ćwiczenie

Moduł 1 • Ćwiczenia 001–100

Pierwsze kroki w teatrze

Imiona, przestrzeń, uwaga, role i pierwsze występy.



Moduł 2 • Ćwiczenia 101–200

Głos, dykcja i oddech

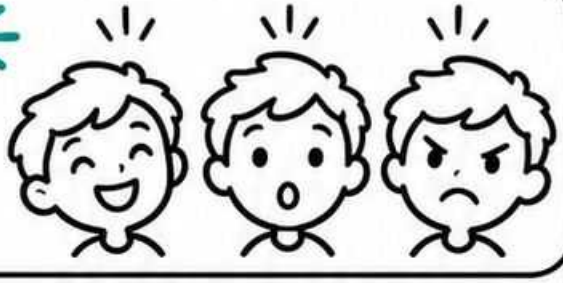
Spokojny oddech, brzmienie, wymowa i intonacja.



Moduł 3 • Ćwiczenia 201–300

Ruch, mimika i emocje

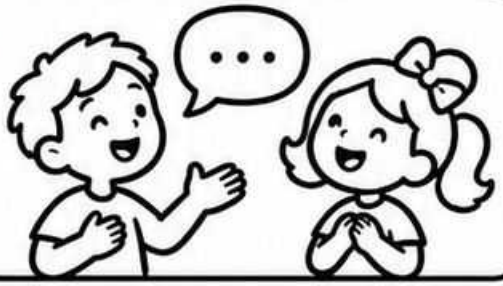
Gest, postawa, wyraz twarzy i świadoma ekspresja.



Moduł 4 • Ćwiczenia 301–400

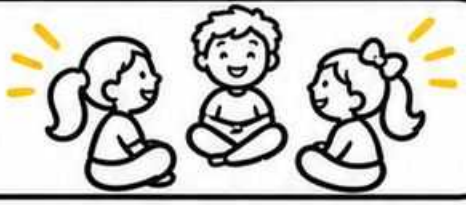
Improwizacja i tworzenie scenek

Postacie, dialogi, historie i współpraca na scenie.



Potrzebujesz spokojnego początku?

Wybierz zabawę w kręgu.



Potrzebujesz działania w parach?

Zacznij od naśladowania prostego gestu.



Moduł 1

Pierwsze kroki w teatrze

Poznajemy grupę, przestrzeń i pierwsze role.



Poznajemy swoje imiona.

Uczymy się słuchać i współpracować.

Próbujemy występować we własnym tempie.

Możesz najpierw obserwować, a potem dołączyć.

Poznajemy grupę

Wiek: 3–6 lat

001. Krąg imion



Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: poznanie imion.

1. Powiedz imię i pokaż gest.
2. Grupa powtarza imię oraz gest.
3. Zaproś następną osobę.

Łatwiej: Wybierz sam gest.

002. Piłka powitalna



Czas: 6 min • **Materiały:** miękka piłka
Cel: czekanie na swoją kolej.

1. Usiądźcie w kole.
2. Potocz piłkę do wybranej osoby i powiedz jej imię.
3. Odbiorca wita grupę i toczy dalej.

Łatwiej: Tocz piłkę wspólnie z dzieckiem.

Poznajemy grupę

Wiek: 3–6 lat

003. Imię na dłoni

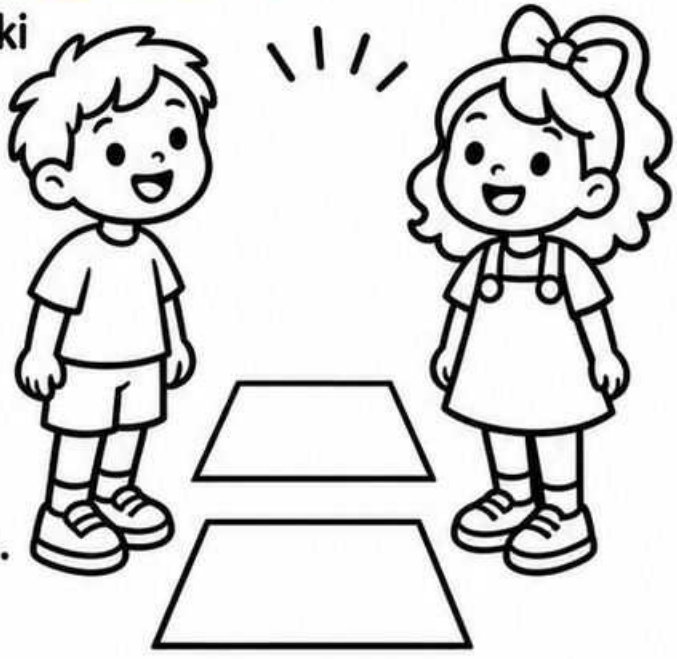


Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: uważne słuchanie.

1. Powiedz imię, delikatnie dotykając własnej dłoni.
2. Dzieci naśladują rytm i powtarzają imię.
3. Każde proponuje własny rytm.

Łatwiej: Wystarczy jedno klaśnięcie.

004. Znajdź swoje miejsce



Czas: 5 min • **Materiały:** duże kartki
Cel: orientacja w grupie.

1. Rozłóż kartki w odstępach.
2. Dzieci stają obok kartek i przedstawiają się.
3. Na zaproszenie zamieniają się miejscami, idąc spokojnie.

Łatwiej: Pozostań na swoim miejscu.

Poznajemy grupę

Wiek: 3–6 lat

005. Powitanie bez słów

Czas: 5 min • Materiały: brak
Cel: nawiązywanie kontaktu.

1. Pokaż ukłon i pomachaj dłonią.
2. Dzieci wybierają własne powitanie bez dotykania innych.
3. Połączcie się w pary i wymieńcie gesty.



Łatwiej: Naśladuj gest prowadzącego.

006. Imię w pociągu

Czas: 6 min • Materiały: brak
Cel: zapamiętywanie kolejności.

1. Ustawcie krótki pociąg bez chwytania ubrań.
2. Pierwsza osoba podaje imię i robi krok.
3. Pozostali kolejno powtarzają imiona i dołączają.



Łatwiej: Twórz pociągi po trzy osoby.

Poznajemy grupę

Wiek: 3–6 lat

007. Moje ulubione zwierzę

Czas: 6 min • Materiały: brak
Cel: przedstawianie siebie ruchem.

1. Powiedz imię i wybierz zwierzę.
2. Pokaż jeden jego ruch w miejscu.
3. Grupa wita cię imieniem i powtarza ruch.

Łatwiej: Wybierz kota albo ptaka.

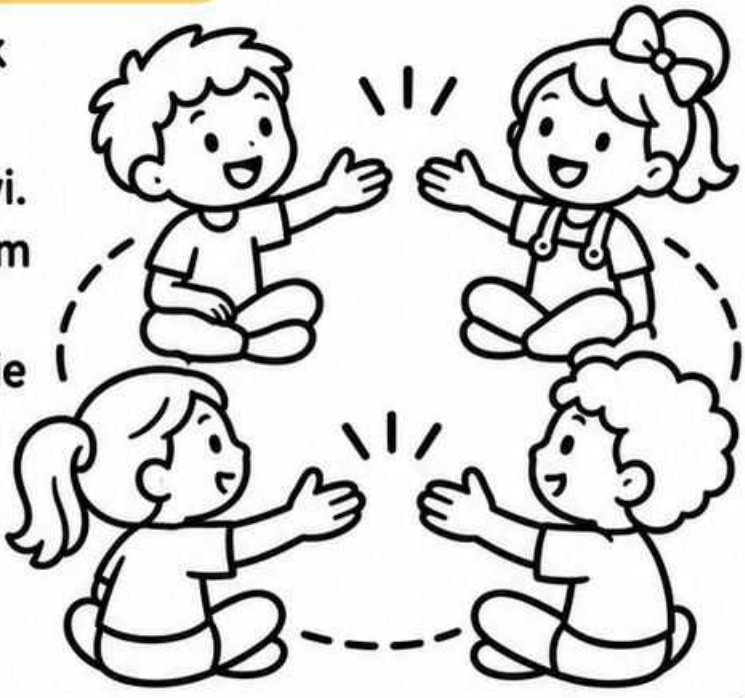


008. Wspólna iskierka

Czas: 5 min • Materiały: brak
Cel: współdziałanie w kole.

1. Pokaż otwartą dłoń sąsiadowi.
2. Sąsiad odpowiada tym samym i przekazuje gest dalej.
3. Sprawdźcie, czy gest obiegnie całe koło.

Łatwiej: Prowadzący wskazuje kolejną osobę.



Poznajemy grupę

Wiek: 3–6 lat

009. Portret gestem

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: dostrzeganie pomysłów innych.

1. Jedna osoba pokazuje swój ulubiony gest.
2. Partner powtarza go jak ruchomy portret.
3. Zamieńcie role i nazwijcie zauważony ruch.

Łatwiej: Pracuj z prowadzącym.



010. Pudełko powitań

Czas: 6 min • **Materiały:** pudełko, obrazki gestów

Cel: dokonywanie wyboru.

1. Pokaż obrazki: machanie, ukłon i dłoń na sercu.
2. Dziecko losuje obrazek i pokazuje powitanie.
3. Grupa odpowiada wybranym gestem.

Łatwiej: Wybierz obrazek zamiast losować.



Poznajemy grupę

Wiek: 3–6 lat

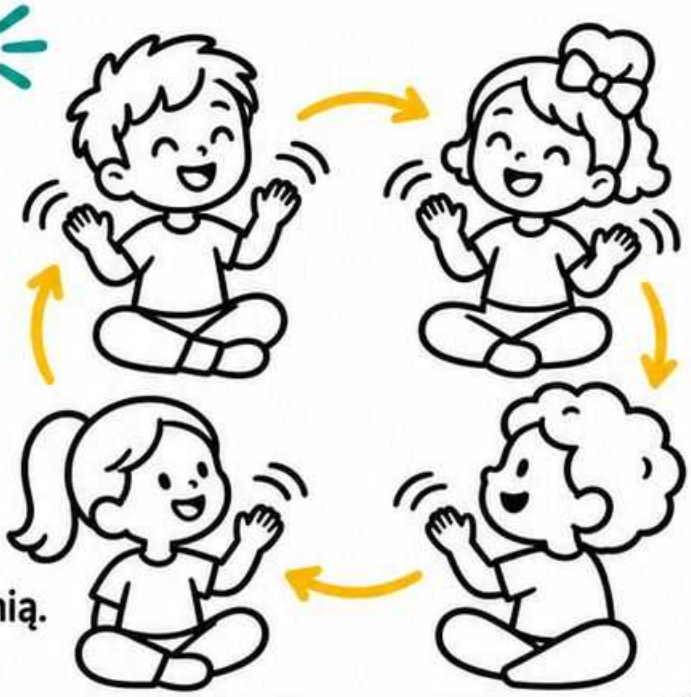
011. Imię jak fala

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: płynne przekazywanie ruchu.

1. Powiedz imię, unosząc dłonie jak falę.
2. Następna osoba przejmuje falę i dodaje swoje imię.
3. Prześlijcie falę przez całe koło.

Łatwiej: Wykonaj małą falę jedną dłonią.



012. Sąsiad po prawej

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: zauważanie innych osób.

1. Sprawdźcie wspólnie, kto siedzi obok.
2. Każde dziecko przedstawia sąsiada wybranym gestem.
3. Sąsiad odpowiada swoim imieniem.

Łatwiej: Prowadzący przypomina imię.



Poznajemy grupę

Wiek: 3–6 lat

013. Tajemniczy gość



Czas: 7 min • Materiały: pacynka
Cel: odczytywanie wskazówek.

1. Pacynka wita dzieci i pokazuje swój ruch.
2. Dzieci pytają, jak ma na imię.
3. Każde przedstawia się pacynce gestem lub słowem.

Łatwiej: Pomachaj pacynce.

014. Wizytówka z ciała



Czas: 6 min • Materiały: brak
Cel: budowanie pewności siebie.

1. Dziecko wybiera wygodną pozę.
2. Wypowiada imię, a grupa ogląda pozę.
3. Pozostali krótko powtarzają ruch, bez oceniania.

Łatwiej: Pokaż tylko ułożenie dłoni.

Poznajemy grupę

Wiek: 3–6 lat

015. Powitanie w parach

Czas: 6 min • Materiały: brak
Cel: rozpoczynanie współpracy.

1. Dobierzcie się w pary.
2. Każda para wymyśla wspólne powitanie bez kontaktu.
3. Zaprezentujcie je drugiej parze.

Łatwiej: Wykorzystajcie dwa zwykłe machnięcia.



016. Imię i instrument z ciała

Czas: 6 min • Materiały: brak
Cel: łączenie słowa z rytmem.

1. Wypowiedz imię i lekko klaśnij.
2. Dzieci wybierają klaskanie lub stukanie palcami o własne dłonie.
3. Grupa odpowiada takim samym rytmem.

Łatwiej: Wybierz jeden cichy dźwięk.



Poznajemy grupę

Wiek: 3–6 lat

017. Kto dzisiaj jest?

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: rozpoznawanie członków grupy.

1. Wywołaj imię obecnego dziecka.
2. Dziecko odpowiada umówionym gestem.
3. Grupa wita je spokojnym machnięciem.

Łatwiej: Odpowiedz razem z prowadzącym.



018. Nasza konstelacja

Czas: 7 min • **Materiały:** papierowe gwiazdy
Cel: poczucie przynależności.

1. Każde wybiera gwiazdę i podaje imię.
2. Ułóżcie gwiazdy obok siebie na podłodze.
3. Wskażcie wspólnie gwiazdę każdej osoby.

Łatwiej: Prowadzący pomaga ułożyć gwiazdę.



Poznajemy grupę

Wiek: 3–6 lat

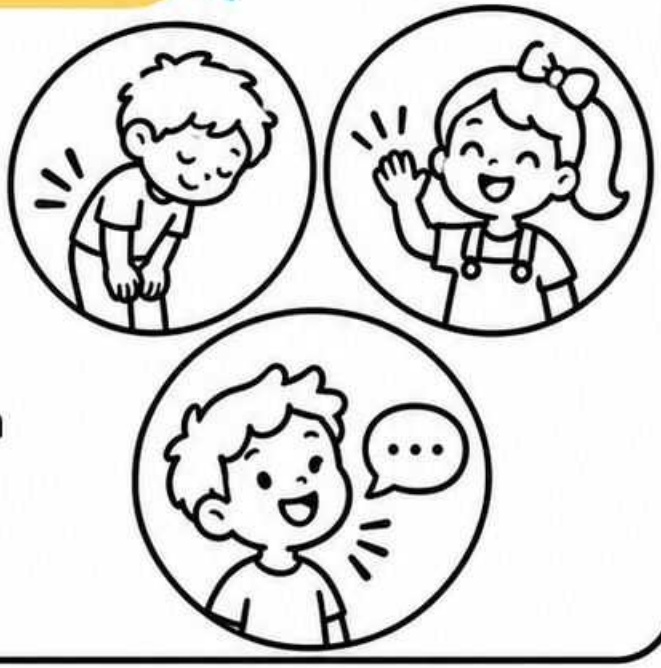
019. Powitanie z wyborem

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: komunikowanie własnych granic.

1. Pokaż trzy możliwości: ukłon, machanie, słowo.
2. Każde wybiera wygodny sposób powitania.
3. Grupa odpowiada bez namawiania do dotyku.

Łatwiej: Pozostań obserwatorem.



020. Nasz znak grupy

Czas: 8 min • **Materiały:** brak

Cel: podejmowanie wspólnej decyzji.

1. Zbierz trzy propozycje prostych gestów.
2. Wypróbujcie każdy w kole.
3. Wybierzcie wspólny gest i pokażcie go razem.

Łatwiej: Wybierz spośród dwóch propozycji.



Poznajemy przestrzeń

Wiek: 3–6 lat

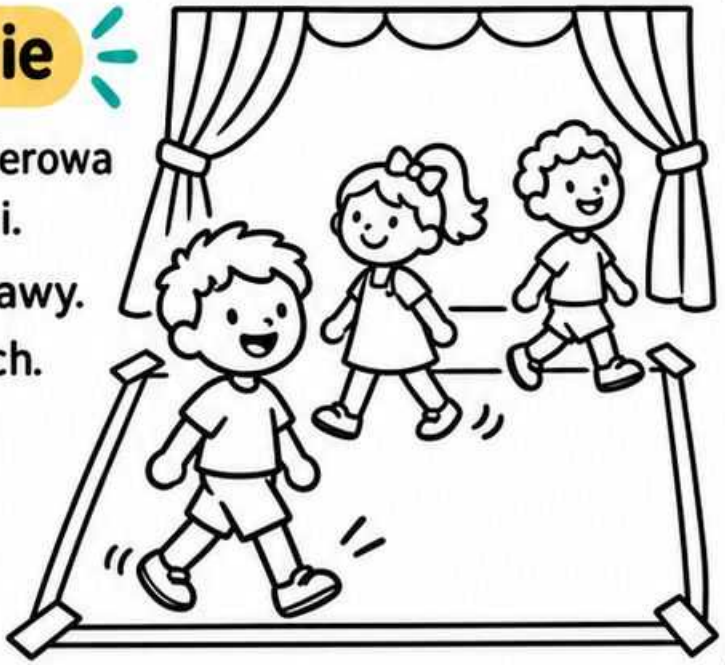
021. Spacer po scenie

Czas: 6 min • **Materiały:** taśma papierowa

Cel: poznawanie granic przestrzeni.

1. Zaznacz granice miejsca do zabawy.
2. Dzieci spacerują, omijając innych.
3. Na hasło zatrzymują się przed granicą.

Łatwiej: Idź obok prowadzącego.



022. Wyspy spokoju

Czas: 6 min • **Materiały:** duże maty

Cel: bezpieczne zatrzymywanie ruchu.

1. Rozłóż maty bez śliskich krawędzi.
2. Dzieci spacerują między wyspami.
3. Na znak stają przy wyspie, bez przepychania.

Łatwiej: Wskaż dziecku wolną wyspę.



Poznajemy przestrzeń

Wiek: 3–6 lat

023. Scena i widownia

Czas: 6 min • **Materiały:** dwie duże kartki
Cel: rozróżnianie miejsc w teatrze.

1. Oznacz scenę i widownię obrazkami.
2. Grupa przechodzi spokojnie między miejscami.
3. Na scenie macha, na widowni patrzy.

Łatwiej: Ćwicz z połową grupy.



024. Wysoko i nisko

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: zmiana poziomu ruchu.

1. Pokaż wyciąganie rąk i wygodne przykucnięcie.
2. Dzieci wybierają ruch do haseł wysoko oraz nisko.
3. Połączcie ruchy w krótką sekwencję.

Łatwiej: Zmieniaj tylko wysokość dłoni.



Poznajemy przestrzeń

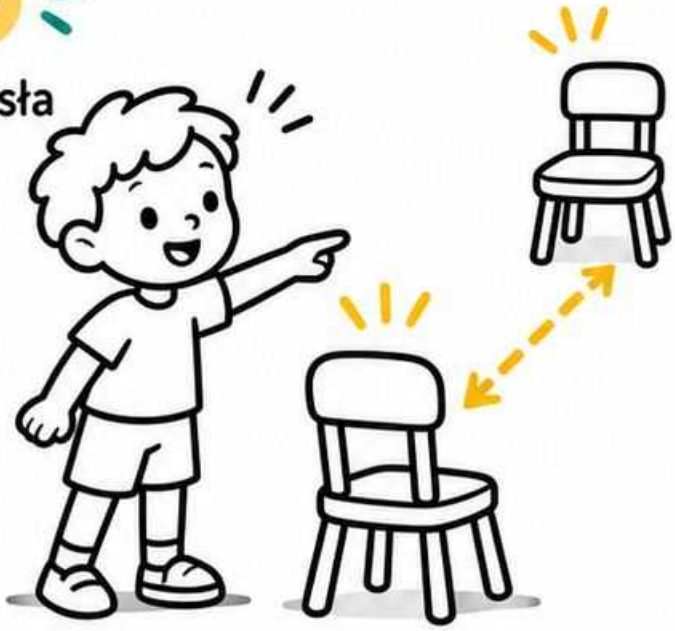
Wiek: 3–6 lat

025. Blisko i daleko

Czas: 6 min • **Materiały:** dwa krzesła
Cel: ocenianie odległości.

1. Ustaw krzesła w oddaleniu.
2. Dzieci wskazują bliższe i dalsze miejsce.
3. Przechodzą spokojnie do wskazanego punktu.

Łatwiej: Pokonaj krótszą trasę.



026. Niewidzialne ścieżki

Czas: 7 min • **Materiały:** brak
Cel: planowanie drogi.

1. Narysuj palcem w powietrzu prostą ścieżkę.
2. Dzieci przechodzą *ją* kolejno.
3. Dodaj łagodny zakręt i ponów przejście.

Łatwiej: Prowadzący idzie pierwszy.



Poznajemy przestrzeń

Wiek: 3–6 lat

027. Drzwi do teatru



Czas: 6 min • **Materiały:** taśma papierowa

Cel: przekraczanie umownej granicy.

1. Zaznacz na podłodze próg.
2. Każde dziecko podchodzi, zatrzymuje się i wita.
3. Po przekroczeniu progu wybiera nową pozę.

Łatwiej: Przejdź przez próg z partnerem.

028. Duży i mały pokój



Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: dostosowywanie zakresu ruchu.

1. Wyobraźcie sobie przestronny pokój.
2. Poruszajcie szeroko ramionami z zachowaniem odstępów.
3. W małym pokoju zamieńcie ruchy na drobne.

Łatwiej: Ćwicz w pozycji siedzącej.

Poznajemy przestrzeń

Wiek: 3–6 lat

029. Mapa sali

Czas: 7 min • **Materiały:** kartka, kredka

Cel: rozpoznawanie punktów orientacyjnych.

1. Wskaż drzwi, okno i miejsce odpoczynku.
2. Dzieci pokazują drogę między dwoma punktami.
3. Narysujcie prostą mapę trzech miejsc.



Łatwiej: Wybierz tylko dwa punkty.

030. Bezpieczna bańka

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: utrzymywanie odstępu.

1. Rozłóżcie ręce w wolnej przestrzeni.
2. Wyobraźcie sobie bańkę wokół ciała.
3. Spacerujcie tak, by bańki się nie zderzały.



Łatwiej: Spaceruje tylko połowa grupy.

Poznajemy przestrzeń

Wiek: 3–6 lat

031. Kierunek pokazuje dłoń

Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: reagowanie na sygnał wzrokowy.

1. Pokaż dłonią kierunek spaceru.
2. Dzieci patrzą i ruszają spokojnym krokiem.
3. Zatrzymaj ruch otwartą dłonią.

Łatwiej: Wybieraj tylko dwa kierunki.



032. Po śladach olbrzyma

Czas: 6 min • **Materiały:** papierowe ślady
Cel: świadome stawianie kroków.

1. Rozłóż duże ślady na podłodze.
2. Dzieci przechodzą obok nich długimi krokami.
3. Powracaią krótkimi krokami krasnoludka.

Łatwiej: Skróć odległości między śladami.



Poznajemy przestrzeń

Wiek: 3–6 lat

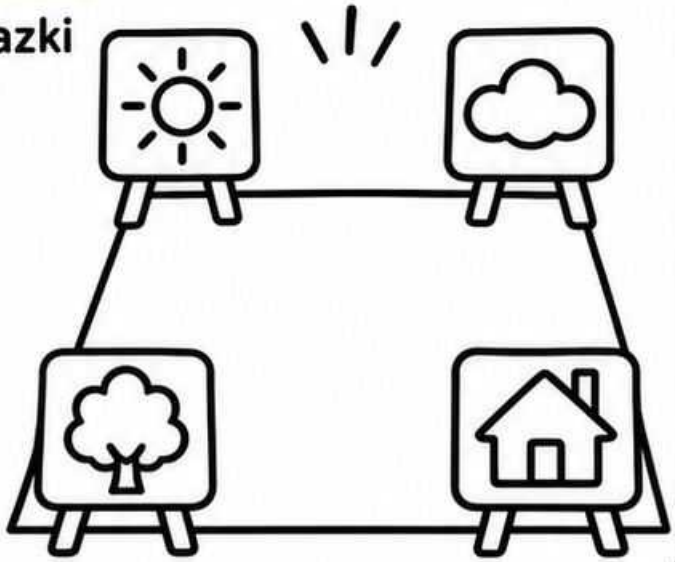
033. Rogi naszej sceny

Czas: 6 min • **Materiały:** cztery obrazki

Cel: zapamiętywanie miejsc.

1. Oznacz rogi obrazkami słońca, chmury, drzewa i domu.
2. Wywołaj jeden obrazek.
3. Dzieci wskazują go i podchodzą bez pośpiechu.

Łatwiej: Użyj tylko dwóch obrazków.



034. Most z wyobraźni

Czas: 6 min • **Materiały:** dwa pasy taśmy

Cel: skupienie podczas przejścia.

1. Zaznacz szeroki most na podłodze.
2. Dzieci przechodzą pojedynczo, patrząc przed siebie.
3. Na końcu witają następnego uczestnika.

Łatwiej: Poszerz most i idź obok.



Poznajemy przestrzeń

Wiek: 3–6 lat

035. Gdzie mieszka cisza?

Czas: 5 min • **Materiały:** poduszka
Cel: rozpoznawanie miejsca wyciszenia.

1. Ustal spokojny kącik z poduszką.
2. Dzieci odwiedzają go i pokazują cichy gest.
3. Wracają na scenę we własnym tempie.

Łatwiej: Obserwuj zabawę z kącika.



036. Światło na scenie

Czas: 6 min • **Materiały:** papierowe koło
Cel: wybór miejsca prezentacji.

1. Połóż koło oznaczające światło reflektora.
2. Dziecko staje obok koła i macha.
3. Samo wybiera moment powrotu do grupy.

Łatwiej: Pokaż gest z miejsca w kole.



Poznajemy przestrzeń

Wiek: 3–6 lat

037. Przód i tył sceny

Czas: 6 min • **Materiały:** dwie kartki
Cel: rozpoznawanie ustawienia.

1. Oznacz przód sceny przy widowni i jej tył.
2. Dzieci stają w wybranym miejscu.
3. Przechodzą z tyłu na przód i witają widzów.

Łatwiej: Prowadzący wskazuje drogę.



038. Droga z przeszkodą

Czas: 7 min • **Materiały:** duże pudełko
Cel: elastyczne planowanie ruchu.

1. Ustaw pudełko poza głównym przejściem.
2. Dzieci wybierają drogę obok niego.
3. Porównajcie dwa bezpieczne obejścia.

Łatwiej: Przejdź za prowadzącym.



Poznajemy przestrzeń

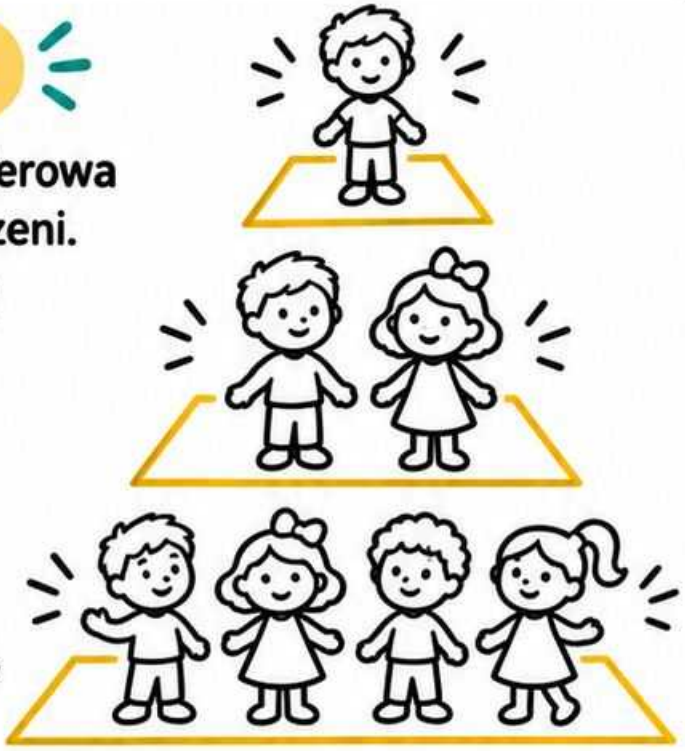
Wiek: 3–6 lat

039. Scena rośnie

Czas: 7 min • **Materiały:** taśma papierowa
Cel: wspólne organizowanie przestrzeni.

1. Zaznacz mały obszar dla jednej osoby.
2. Powiększ go dla pary, potem czwórki.
3. Sprawdźcie, czy każdy ma miejsce na gest.

Łatwiej: Sprawdzajcie tylko stanie w odstępie.

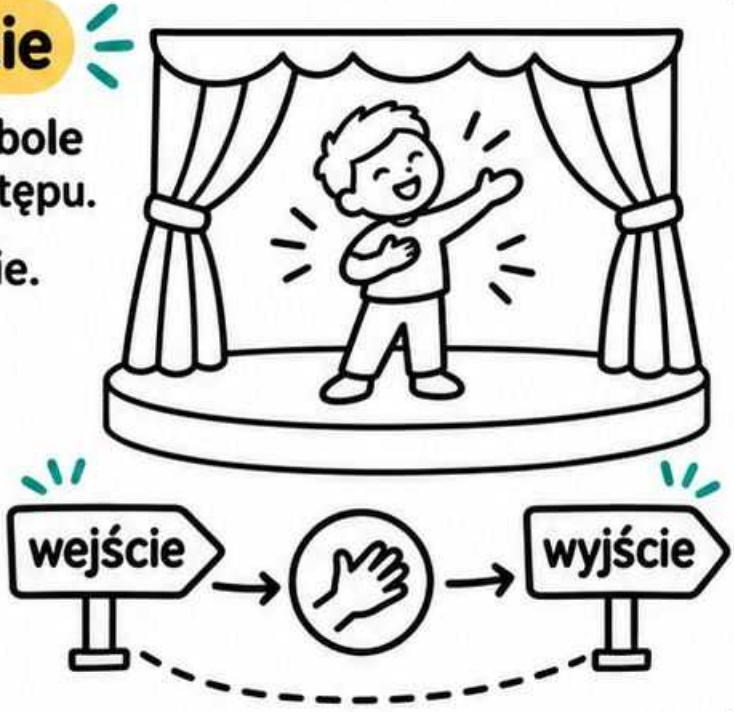


040. Wejście i wyjście

Czas: 6 min • **Materiały:** dwa symbole
Cel: porządkowanie krótkiego występu.

1. Oznacz osobno wejście i wyjście.
2. Dziecko wchodzi, robi gest i wychodzi.
3. Następne czeka, aż droga będzie wolna.

Łatwiej: Prowadzący daje sygnał rozpoczęcia.



Uwaga i współpraca

Wiek: 3–6 lat

041. Posłuchaj do końca

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: czekanie na pełną instrukcję.

1. Poproś, by dzieci poczekały na słowo start.
2. Powiedz: pokaż dłonie, a dopiero potem start.
3. Wspólnie sprawdźcie, co pomogło zaczekać.

Łatwiej: Pokaż gest równocześnie z hasłem.



042. Klaszczące echo

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: odtwarzanie prostego sygnału.

1. Klaśnij raz i zrób pauzę.
2. Grupa powtarza układ po pauzie.
3. Zaproś dziecko do zaproponowania rytmu.

Łatwiej: Stosuj tylko jedno klaśnięcie.



Uwaga i współpraca

Wiek: 3–6 lat

043. Cichy dzwonek



Czas: 5 min • **Materiały:** cichy dzwonek
Cel: kierowanie uwagi na dźwięk.

1. Pokaż dzwonek i zapowiedz łagodny dźwięk.
2. Dzieci podnoszą dłoń, gdy go usłyszą.
3. Odkładają dłonie, gdy dźwięk ucichnie.

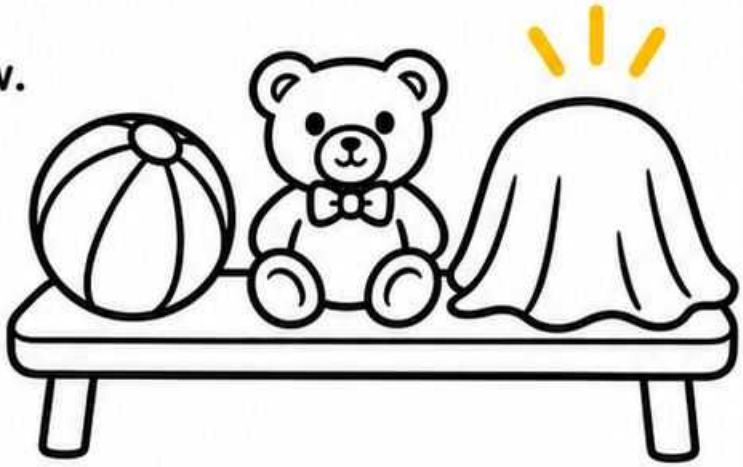


Łatwiej: Obserwuj ruch dłoni prowadzącego.

044. Co zniknęło?

Czas: 6 min • **Materiały:** trzy duże przedmioty, chusta
Cel: zapamiętywanie szczegółów.

1. Nazwijcie trzy przedmioty na środku.
2. Dzieci odwracają wzrok, a ty zasłaniasz jeden.
3. Sprawdźcie wspólnie, którego brakuje.



Łatwiej: Zacznij od dwóch przedmiotów.

Uwaga i współpraca

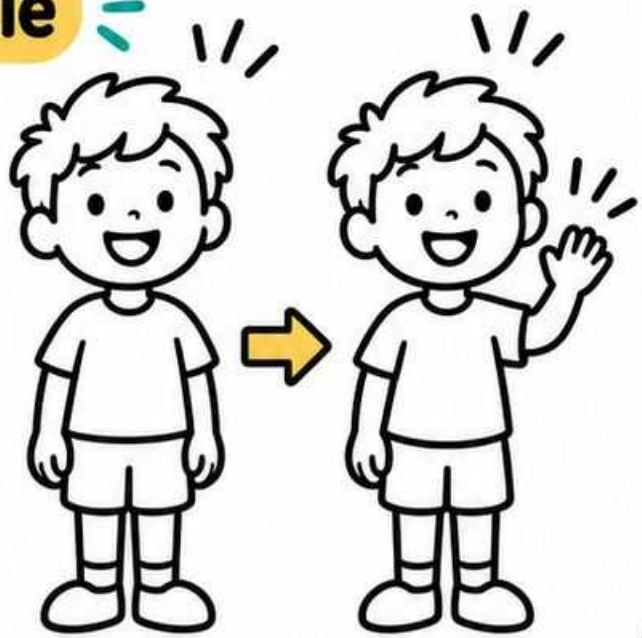
Wiek: 3–6 lat

045. Zmiana w obrazie

Czas: 6 min • Materiały: brak
Cel: uważna obserwacja.

1. Stań w prostej pozie.
2. Poproś dzieci o odwrócenie wzroku i zmień ułożenie ręki.
3. Grupa wskazuje zmianę.

Łatwiej: Zmień wyraźnie położenie obu rąk.



046. Ruch na hasło

Czas: 6 min • Materiały: brak
Cel: łączenie sygnału z działaniem.

1. Ustal dwa hasła: drzewo oznacza stanie, rzeka kołysanie.
2. Wypowiadaj hasła z przerwami.
3. Dzieci pokazują odpowiednie ruchy.

Łatwiej: Dodaj obrazek do każdego hasła.



Uwaga i współpraca

Wiek: 3–6 lat

047. Pauza w ruchu

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: zatrzymywanie działania.

1. Spacerujcie spokojnie po sali.
2. Na otwartą dłoń zatrzymajcie ruch w wygodnej pozie.
3. Po opuszczeniu dłoni ruszajcie dalej.



Łatwiej: Ćwicz ruch tylko jedną dłonią.

048. Podaj ruch dalej

Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: śledzenie kolejności.

1. Pierwsza osoba pokazuje dwa ruchy dłoni.
2. Sąsiad powtarza je następnej osobie.
3. Porównajcie początek i koniec bez oceniania.

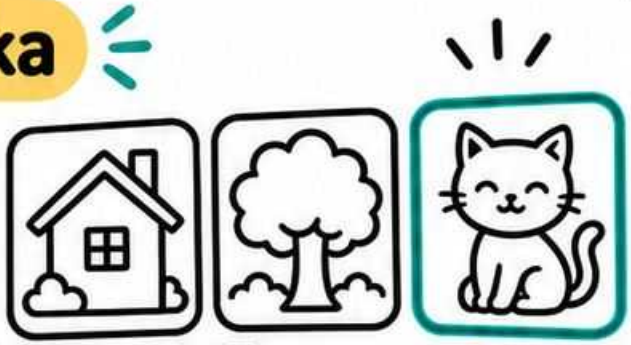


Łatwiej: Przekazuj tylko jeden ruch.

Uwaga i współpraca

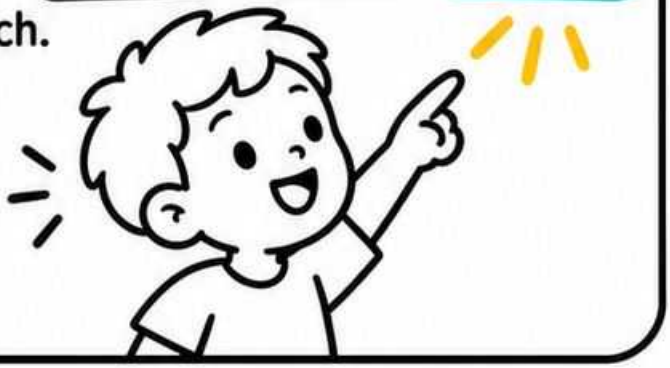
Wiek: 3–6 lat

049. Słowo do obrazka



Czas: 6 min • **Materiały:** trzy obrazki
Cel: dopasowywanie informacji.

1. Rozłóż obrazki domu, drzewa i kota.
2. Powiedz krótkie zdanie o jednym z nich.
3. Dzieci wskazują pasujący obrazek.



Łatwiej: Nazwij przedmiot wprost.

050. Rytm imienia

Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: dzielenie słowa rytmem.

1. Powiedz swoje imię i wystukaj jego rytm.
2. Dzieci powtarzają po tobie bez liczenia sylab.
3. Chętne proponują rytm własnego imienia.



Łatwiej: Powiedz imię razem z dzieckiem.

Uwaga i współpraca

Wiek: 3–6 lat

051. Uważny przewodnik

Czas: 7 min • **Materiały:** brak
Cel: wspólne ustalanie tempa.

1. W parze wybierzcie przewodnika.
2. Przewodnik idzie wolno, a partner podąża z otwartymi oczami.
3. Zamieńcie role na krótkiej trasie.

Łatwiej: Przejdźcie trasę obok siebie.



052. Trzy znaki

Czas: 6 min • **Materiały:** kartki z trzema symbolami
Cel: zapamiętywanie umowy.

1. Pokaż stop, machanie i siadanie na obrazkach.
2. Ćwiczcie każdy znak osobno.
3. Zmieniaj obrazki, dając czas na odpowiedź.

Łatwiej: Zacznij od dwóch znaków.



Uwaga i współpraca

Wiek: 3–6 lat

053. Lustrzane dłonie

Czas: 6 min • Materiały: brak
Cel: uważność na partnera.

1. Usiądźcie naprzeciw siebie.
2. Jedna osoba porusza dłońmi powdli, druga naśladuje.
3. Po chwili zamieńcie role.

Łatwiej: Prowadzący prowadzi obie osoby.

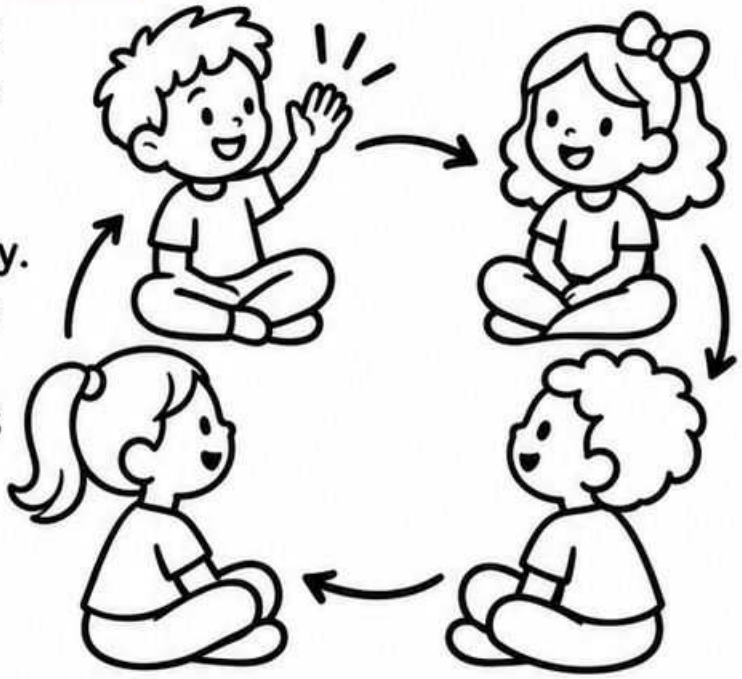


054. Złap spojrzenie

Czas: 5 min • Materiały: brak
Cel: zapraszanie do wspólnego działania.

1. Pomachaj wybranej osobie, nie wymagając patrzenia w oczy.
2. Osoba odpowiada gestem lub słowem.
3. Przekazuje zaproszenie komuś następnemu.

Łatwiej: Wypowiedz imię zapraszanej osoby.



Uwaga i współpraca

Wiek: 3–6 lat

055. Słyszę w sali

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: rozpoznawanie otoczenia.

1. Usiądźcie wygodnie z otwartymi oczami.
2. Przez chwilę nasłuchujcie zwykłych dźwięków.
3. Każde może wskazać jeden usłyszany dźwięk.

Łatwiej: Posłuchajcie jednego zapowiedzianego szelestu.



056. Sekwencja trzech ruchów

Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: zapamiętywanie działania.

1. Pokaż machnięcie, klaśnięcie i dłonie na kolanach.
2. Wykonajcie sekwencję wspólnie.
3. Chętne odtwarzają ją z pomocą grupy.

Łatwiej: Użyj dwóch ruchów.



Uwaga i współpraca

Wiek: 3–6 lat

057. Strażnik pauzy



Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: rozpoznawanie ciszy między działaniami.

1. Prowadzący pokazuje rytm dwóch gestów.
2. Wybrana osoba unosi dłoń w chwili pauzy.
3. Zmieniajcie strażnika po jednej rundzie.

Łatwiej: Prowadzący zapowiada pauzę słowem.

058. Kto prowadzi?



Czas: 7 min • **Materiały:** brak

Cel: dostrzeganie zmiany lidera.

1. Usiądźcie w kole i wybierzcie prowadzącego ruch.
2. Po kilku gestach przekaż prowadzenie sąsiadowi.
3. Grupa podąża za nową osobą.

Łatwiej: Zapowiedz zmianę imieniem.

Uwaga i współpraca

Wiek: 3–6 lat

059. Wspólny początek

Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: uzgadnianie momentu startu.

1. Umówcie wspólny gest rozpoczęcia.
2. Policz spokojnie do trzech i pokażcie go razem.
3. Powtórzcie, dając prowadzenie dziecku.

Łatwiej: Dziecko pokazuje gest wraz z dorosłym.



060. Ostatni szczegół

Czas: 6 min • **Materiały:** kapelusz, szalik
Cel: rozpoznawanie elementów sceny.

1. Pokaż postać w kapeluszu i z szalikiem na ramionach.
2. Odłóż jeden rekwizyt na oczach dzieci.
3. Zapytaj, co zmieniło się w postaci.

Łatwiej: Wskaż dwa rekwizyty do wyboru.



Pierwsze role

Wiek: 3–6 lat

061. Król i jego krok

Czas: 6 min • **Materiały:** papierowa korona
Cel: tworzenie pierwszej roli.

1. Pokaż spokojny krok króla.
2. Dzieci wybierają własny królewski krok.
3. Każde wita poddanych gestem.

Łatwiej: Wystarczy królewski ukłon.

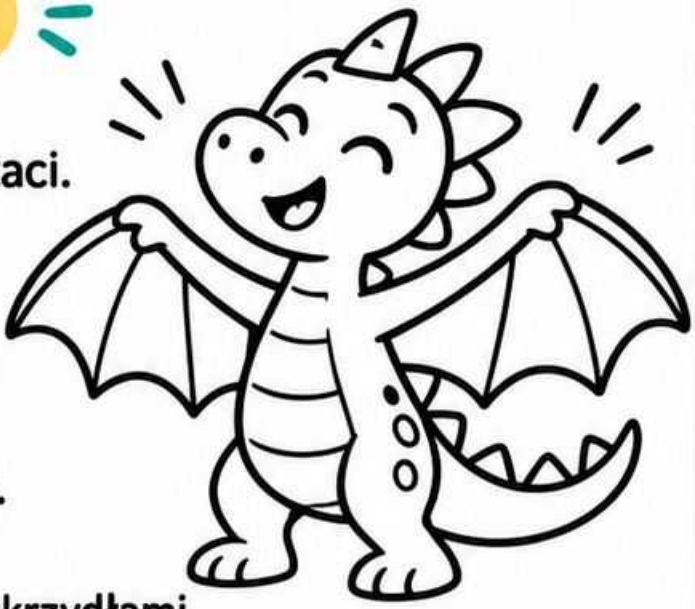


062. Mały smok

Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: odgrywanie fantastycznej postaci.

1. Wymyślcie, jak smok pokazuje skrzydła.
2. Dzieci przechodzą kilka kroków jako przyjazne smoki.
3. Smoki witają się bez dotykania.

Łatwiej: Poruszaj tylko dłońmi jak skrzydłami.



Pierwsze role

Wiek: 3–6 lat

063. Robot budzi się



Czas: 6 min • Materiały: brak
Cel: porządkowanie ruchu postaci.

1. Pokaż robota ruszającego jedną dłonią.
2. Dzieci kolejno uruchamiają ramiona i nogi.
3. Robot zatrzymuje się na umówiony znak.

Łatwiej: Uruchom tylko ręce.

064. Kot szuka miejsca



Czas: 6 min • Materiały: brak
Cel: pokazywanie celu postaci.

1. Wyobraźcie sobie kota szukającego odpoczynku.
2. Dzieci poruszają się na stojąco miękkimi krokami.
3. Wybierają miejsce i zwijają dłonie jak łapki.

Łatwiej: Pokaż kocie przeciąganie na siedząco.

Pierwsze role

Wiek: 3–6 lat

065. Astronauta na Księżycu

Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: zmiana tempa postaci.

1. Pokaż powolny krok astronauty.
2. Dzieci oglądają wyobrażony księżycowy kamień.
3. Wracają spokojnie do umownej rakiety.

Łatwiej: Wykonuj ruchy w miejscu.



066. Ogrodnik podlewa

Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: odtwarzanie codziennej czynności.

1. Pokaż trzymanie niewidzialnej konewki.
2. Dzieci podlewają umowne kwiaty.
3. Sprawdzają gestem, czy rośliny urosły.

Łatwiej: Podlewaj jeden kwiat.



Pierwsze role

Wiek: 3–6 lat

067. Kucharz miesza zupę

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: budowanie działania z etapów.

1. Przygotujcie wyobrażony garnek.
2. Dodajcie trzy wymyślone składniki i zamieszajcie.
3. Pokażcie ostrożne sprawdzanie zapachu.

Łatwiej: Wybierz jeden składnik.



068. Listonosz dostarcza wiadomość

Czas: 7 min • **Materiały:** duża koperta

Cel: odgrywanie spotkania dwóch osób.

1. Listonosz puka do umownych drzwi.
2. Odbiorca zaprasza go gestem i odbiera kopertę.
3. Zamieńcie role, dodając podziękowanie.

Łatwiej: Przekaż kopertę bez dialogu.



Pierwsze role

Wiek: 3–6 lat

069. Bibliotekarka szuka książki

Czas: 6 min • Materiały: brak

Cel: pokazywanie uważnej czynności.

1. Wyobraźcie sobie półkę z książkami.
2. Postać ogląda grzbiety i wybiera tom.
3. Otwiera książkę i pokazuje zdziwienie ilustracją.

Łatwiej: Użyj jednej prawdziwej książki.



070. Fotograf ustawia grupę

Czas: 7 min • Materiały: papierowa ramka

Cel: formułowanie prostego komunikatu.

1. Fotograf wybiera miejsce dla dwóch osób.
2. Prosi o wygodną pozę bez dotykania ciał innych.
3. Pokazuje ramkę i wykonuje umowne zdjęcie.

Łatwiej: Prowadzący pomaga ustawić parę.



Pierwsze role

Wiek: 3–6 lat

071. Sprzedawca na targu

Czas: 7 min • **Materiały:** duże papierowe owoce

Cel: inicjowanie krótkiego dialogu.

1. Rozłóżcie papierowe owoce na stoliku.
2. Klient wskazuje owoc, a sprzedawca go podaje.
3. Dodajcie powitanie i podziękowanie.

Łatwiej: Używaj samych gestów.



072. Kierowca autobusu

Czas: 7 min • **Materiały:** krzesła

Cel: łączenie roli z umową grupową.

1. Ustaw stabilne krzesła jak siedzenia.
2. Kierowca ogłasza przystanek, a pasażerowie wsiadają spokojnie.
3. Po zatrzymaniu wysiadają i zamieniają role.

Łatwiej: Bawcie się tylko kierownicą na siedząco.



Pierwsze role

Wiek: 3–6 lat

073. Piekarz formuje bułki



Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: precyzja gestu.

1. Pokaż ugniatanie wyobrażonego ciasta.
2. Dzieci formują dłońmi różne bułki.
3. Układają je na umownej blasze.

Łatwiej: Uformuj jedną dużą bułkę.

074. Podróżnik z mapą



Czas: 7 min • **Materiały:** duża kartka
Cel: pokazywanie poszukiwania.

1. Podróżnik rozkłada umowną mapę.
2. Wskazuje cel i rozgląda się za drogą.
3. Partner pokazuje bezpieczny kierunek.

Łatwiej: Ustalcie tylko jeden punkt docelowy.

Pierwsze role

Wiek: 3–6 lat

075. Muzyk stroi instrument

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: przygotowanie do umownego występu.

1. Wybierzcie wyobrażony instrument.
2. Pokażcie jego przygotowanie i krótki fragment gry.
3. Zakończcie gestem podziękowania.

Łatwiej: Naśladuj wybrany ruch prowadzącego.



076. Detektyw odkrywa ślad

Czas: 7 min • **Materiały:** duży papierowy ślad

Cel: czytelne pokazywanie obserwacji.

1. Pokaż ślad na podłodze.
2. Detektyw ogląda go z bezpiecznej odległości.
3. Gestem zaprasza partnera do wspólnego odkrycia.

Łatwiej: Wskaż ślad i pokaż zdziwienie.



Pierwsze role

Wiek: 3–6 lat

077. Malarz tworzy obraz

Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: przenoszenie wyobrażenia w ruch.

1. Wyobraźcie sobie duże płótno.
2. Malujcie na nim dłonią bez dotykania innych.
3. Pokażcie partnerowi gotowy obraz gestem.

Łatwiej: Maluj tylko jedną linię.



078. Opiekun zwierząt

Czas: 6 min • **Materiały:** duży pluszak
Cel: odgrywanie troski.

1. Wybierzcie pluszowe zwierzę.
2. Postać przygotowuje mu miejsce i wodę na niby.
3. Sprawdza spokojnym gestem, czy odpoczywa.

Łatwiej: Ułóż pluszaka na poduszce.



Pierwsze role

Wiek: 3–6 lat

079. Pogodynka

Czas: 7 min • Materiały: trzy obrazki pogody

Cel: czytelne przedstawianie informacji.

1. Dziecko wybiera obrazek słońca, deszczu albo wiatru.
2. Pokazuje pogodę ruchem.
3. Grupa dobiera gest przygotowania do wyjścia.

Łatwiej: Pokaż tylko wybrany obrazek.



080. Postać ma zadanie

Czas: 7 min • Materiały: brak

Cel: utrzymywanie celu działania.

1. Wybierzcie postać i prosty cel, na przykład znalezienie kapelusza.
2. Pokażcie szukanie, znalezienie i zadowolenie.
3. Partner nazywa zauważone etapy.

Łatwiej: Odtwórz dwa etapy z prowadzącym.



Pierwsze występy

Wiek: 3–6 lat

081. Mój pierwszy ukłon

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: zamykanie krótkiego występu.

1. Pokaż wygodny ukłon bez pochylania się nisko.
2. Dziecko wybiera ukłon, machanie albo dłoń na sercu.
3. Widownia odpowiada cichymi oklaskami.

Łatwiej: Wykonaj gest z partnerem.



082. Występ dla pacynki

Czas: 6 min • **Materiały:** pacynka
Cel: oswajanie prezentacji.

1. Pacynka prosi o pokazanie jednego ruchu.
2. Chętne dzieci prezentują go ze swojego miejsca.
3. Pacynka dziękuje za każdy pomysł.

Łatwiej: Pokaż ruch razem z dorosłym.



Pierwsze występy

Wiek: 3–6 lat

083. Dwa kroki na scenę

Czas: 5 min • **Materiały:** taśma papierowa
Cel: rozpoczynanie prezentacji.

1. Zaznacz krótki odcinek do wejścia.
2. Dziecko robi dwa kroki i zatrzymuje się.
3. Wita widzów wybranym sposobem i wraca.

Łatwiej: Wykonaj jeden krok.



084. Widownia pomaga

Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: wspieranie występujących.

1. Ustalcie znak życzliwej uwagi, na przykład ciche machanie.
2. Jedna osoba pokazuje gest na scenie.
3. Widownia odpowiada ustalonym znakiem.

Łatwiej: Występujcie parami.



Pierwsze występy

Wiek: 3–6 lat

085. Pokaz w duecie

Czas: 7 min • **Materiały:** brak
Cel: dzielenie odpowiedzialności.

1. Para wybiera dwa znajome gesty.
2. Ustala, kto zacznie, a kto odpowie.
3. Pokazuje sekwencję grupie i kończy wspólnym ukłonem.

Łatwiej: Wykonajcie gesty jednocześnie.



086. Trzy nieruchome obrazy

Czas: 8 min • **Materiały:** brak
Cel: porządkowanie prostej historii.

1. Wybierzcie historię o sadzeniu kwiatu.
2. Pokażcie trzy pozy: sadzenie, podlewanie i radość.
3. Zmieniajcie obrazy na spokojny sygnał.

Łatwiej: Przygotujcie dwa obrazy.



Pierwsze występy

Wiek: 3–6 lat

087. Miejsce dla narratora

Czas: 7 min • **Materiały:** brak
Cel: podział zadań w scenie.

1. Prowadzący opowiada o spacerze kota.
2. Dziecko pokazuje zdarzenia ruchem.
3. Zatrzymaj opowieść, gdy dziecko potrzebuje czasu.

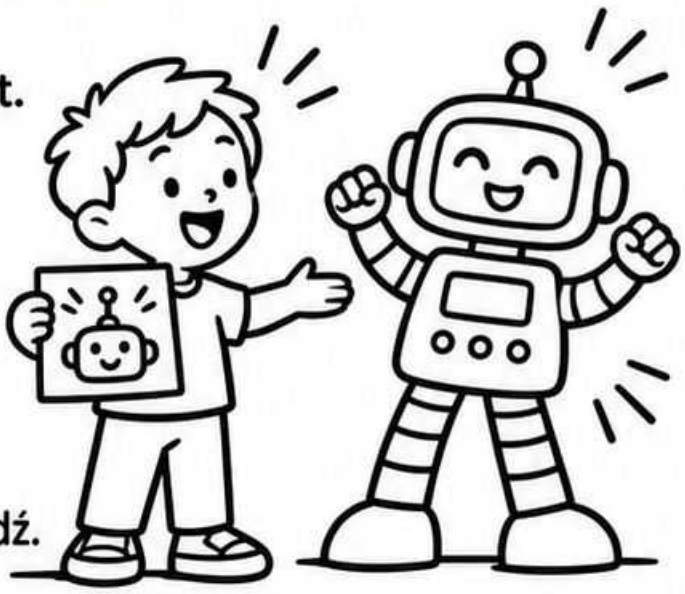


Łatwiej: Pokazuj tylko jedno zdarzenie.

088. Zapowiedź występu

Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: wprowadzanie widzów w temat.

1. Wybierzcie krótki pokaz, na przykład robot budzi się.
2. Zapowiadający mówi tytuł lub pokazuje obrazek.
3. Wykonawca pokazuje ruch i dziękuje widowni.



Łatwiej: Dorosły wypowiada zapowiedź.

Pierwsze występy

Wiek: 3–6 lat

089. Własne tempo

Czas: 6 min • **Materiały:** dwie karty

Cel: wybieranie gotowości do występu.

1. Pokaż karty obserwuję oraz dołączam.
2. Dzieci wybierają miejsce bez uzasadniania.
3. Zapraszaj do zmiany decyzji w dowolnym momencie.

Łatwiej: Prowadzący siedzi obok obserwatora.



090. Rekwizyt na scenie

Czas: 7 min • **Materiały:** lekki kapelusz

Cel: wykorzystywanie przedmiotu.

1. Dziecko ogląda kapelusz i wybiera jego rolę.
2. Pokazuje krótkie działanie, na przykład witanie gości.
3. Odkłada rekwizyt i wraca do widowni.

Łatwiej: Pokaż samo założenie kapelusza.



Pierwsze występy

Wiek: 3–6 lat

091. Scena na trzy osoby

Czas: 8 min • **Materiały:** brak

Cel: współtworzenie prostego zdarzenia.

1. Ustalcie role: drzewo, ptak i ogrodnik.
2. Każda osoba wybiera jeden ruch.
3. Połączcie ruchy w krótkie spotkanie w ogrodzie.



Łatwiej: Prowadzący prowadzi kolejność.

092. Zaczynamy od końca

Czas: 7 min • **Materiały:** brak

Cel: rozumienie zakończenia.

1. Wymyślcie finał: grupa znajduje zgubioną czapkę.
2. Pokażcie wspólną radość i ukłon.
3. Dodajcie przed finałem krótkie szukanie.



Łatwiej: Zagrajcie tylko znalezienie i radość.

Pierwsze występy

Wiek: 3–6 lat

093. Oklaski na wybór

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: dostosowanie reakcji widowni.

1. Pokaż zwykłe oraz bezgłośne oklaski dłońmi w powietrzu.
2. Wykonawca wybiera wygodny rodzaj.
3. Widownia stosuje wybór po krótkim pokazie.

Łatwiej: Wybierz ciche machanie.



094. Co zobaczyliśmy?

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: opisywanie konkretnego działania.

1. Po pokazie zapytaj, jaki ruch widzowie zauważyli.
2. Przyjmij opisy bez porównywania wykonawców.
3. Wykonawca może dopowiedzieć swój pomysł.

Łatwiej: Wskaż zauważony ruch gestem.



Pierwsze występy

Wiek: 3–6 lat

095. Powtórka z pomysłem

Czas: 7 min • **Materiały:** brak

Cel: rozwijanie własnej prezentacji.

1. Dziecko pokazuje krótkie powitanie.
2. Wybiera jeden szczegół do zmiany, na przykład tempo.
3. Pokazuje drugą wersję bez oceniania, która lepsza.

Łatwiej: Zmień tylko ułożenie dłoni.



096. Kurtyna z dłoni

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: sygnalizowanie początku i końca.

1. Prowadzący rozsuwa dłonie jak kurtynę.
2. Dziecko rozpoczyna umówiony gest.
3. Po zakończeniu dłonie spokojnie zamykają scenę.

Łatwiej: Dorosły zapowiada oba sygnały.



Pierwsze występy

Wiek: 3–6 lat

097. Przedstawienie dla sąsiada

Czas: 7 min • **Materiały:** brak
Cel: prezentacja w małej grupie.

1. Dobierzcie pary i wybierzcie prosty ruch.
2. Jedna osoba pokazuje, druga uważnie ogląda.
3. Zamieńcie role i podziękujcie sobie gestem.

Łatwiej: Pokazujcie ruch razem.



098. Zgubiony bilet

Czas: 8 min • **Materiały:** duży papierowy bilet
Cel: budowanie scenki z problemem.

1. Widz szuka biletu przed wejściem do teatru.
2. Bileter pomaga gestem sprawdzić kieszeń na niby.
3. Po znalezieniu biletu oboje witają się i rozchodzą.

Łatwiej: Dorosły gra pomocnego biletera.



Pierwsze występy

Wiek: 3–6 lat

099. Nasza mała premiera

Czas: 10 min • **Materiały:** wybrany duży rekwizyt

Cel: łączenie poznanych umiejętności.

1. Ustalcie wejście, dwa ruchy i zakończenie.
2. Przećwiczcie sekwencję w małej grupie.
3. Pokażcie ją pozostałym, pozwalając obserwatorom dołączyć później.

Łatwiej: Skróć pokaz do jednego gestu.



100. Krąg po występie

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: rozpoznawanie własnego doświadczenia.

1. Usiądźcie po pokazie w kole.
2. Każde może pokazać gestem, jak się czuje.
3. Zakończcie wspólnym znakiem grupy bez oceniania odpowiedzi.

Łatwiej: Wskaż gest spośród dwóch propozycji.



Moduł 2

Głos, dykcja i oddech

Mówimy swobodnie i wyraźnie.



Odkrywamy intonację i krótkie dialogi.

Robimy pauzy i dbamy o wygodę głosu.

Możesz wybrać rolę bez mówienia lub obserwować.

Spokojny oddech i pauza

Wiek: 3–6 lat

101. Balonik w dłoniach

Czas: 4 min • **Materiały:** brak
Cel: zauważanie spokojnego oddechu.

1. Ułóż dłonie jak mały balon.
2. Przy naturalnym wdechu lekko oddal dłonie.
3. Przy swobodnym wydechu zbliż je i odpocznij.

Łatwiej: Obserwuj ruch prowadzącego.



102. Wąchamy kwiat

Czas: 4 min • **Materiały:** papierowy kwiat
Cel: spokojne rozpoczęcie wypowiedzi.

1. Pokaż wyobrażony zapach kwiatu krótkim wdechem nosem.
2. Po przerwie powiedz dzień dobry wygodnym głosem.
3. Zróbcie przerwę i zamieńcie mówiącego.

Łatwiej: Pokaż tylko gest wąchania.



Spokojny oddech i pauza

Wiek: 3–6 lat

103. Ciepła dłoń

Czas: 4 min • Materiały: brak

Cel: odczuwanie łagodnego wydechu.

1. Trzymaj własną dłoń przed ustami bez dotykania.
2. Wypuść krótko powietrze jak przy ogrzewaniu dłoni.
3. Opuść dłoń i wróć do zwykłego oddechu.

Łatwiej: Pokaż sam gest ogrzewania.



104. Wiatr dla drzewa

Czas: 5 min • Materiały: brak

Cel: łączenie wydechu z ruchem.

1. Pokaż drzewo nieruchomymi dłońmi.
2. Na krótkim swobodnym wydechu porusz palcami jak liśćmi.
3. Odpocznij i pozwól partnerowi poprowadzić wiatr.

Łatwiej: Poruszaj palcami bez dmuchania.



Spokojny oddech i pauza

Wiek: 3–6 lat

105. Łódka odpoczywa

Czas: 5 min • **Materiały:** rysunek łódki
Cel: przeplatanie działania pauzą.

1. Pokaż łódkę dłonią na spokojnym jeziorze.
2. Powiedz krótkie hu i zatrzymaj łódkę.
3. Zrób zwykłą pauzę i dodaj następny ruch.

Łatwiej: Pokaż tylko ruch łódki.



106. Piórko na obrazku

Czas: 4 min • **Materiały:** rysunek piórka
Cel: kierowanie łagodnego wydechu.

1. Trzymaj rysunek daleko od ust.
2. Pokaż krótki podmuch w jego stronę bez mocnego dmuchania.
3. Opuść kartę i odpocznij między próbami.

Łatwiej: Unieś kartę samą dłonią.



Spokojny oddech i pauza

Wiek: 3–6 lat

107. Para nad herbatą



Czas: 4 min • **Materiały:** brak
Cel: rozluźnienie przed słowem.

1. Ułóż dłonie jak kubek z napojem na niby.
2. Wypuść krótko powietrze i powiedz ciepło.
3. Odłóż umowny kubek przed następną osobą.

Łatwiej: Powiedz ciepło zwykłym głosem.

108. Pauza podróżnika



Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: dostosowanie długości wypowiedzi.

1. Powiedz idę do lasu spokojnie jednym krótkim zdaniem.
2. Zrób przerwę i pokaż oglądanie drzewa.
3. Dodaj tu odpocznę bez pośpiechu.

Łatwiej: Powiedz tylko idę i odpoczywam.

Spokojny oddech i pauza

Wiek: 3–6 lat

109. Słowo po oddechu

Czas: 4 min • **Materiały:** brak
Cel: łagodne rozpoczynanie głosu.

1. Usiądź wygodnie i zrób zwykły oddech.
2. Powiedz krótko *oto ja* bez napinania szyi.
3. Partner odpowiada własnym głosem po swojej pauzie.

Łatwiej: Odpowiedz samym gestem.

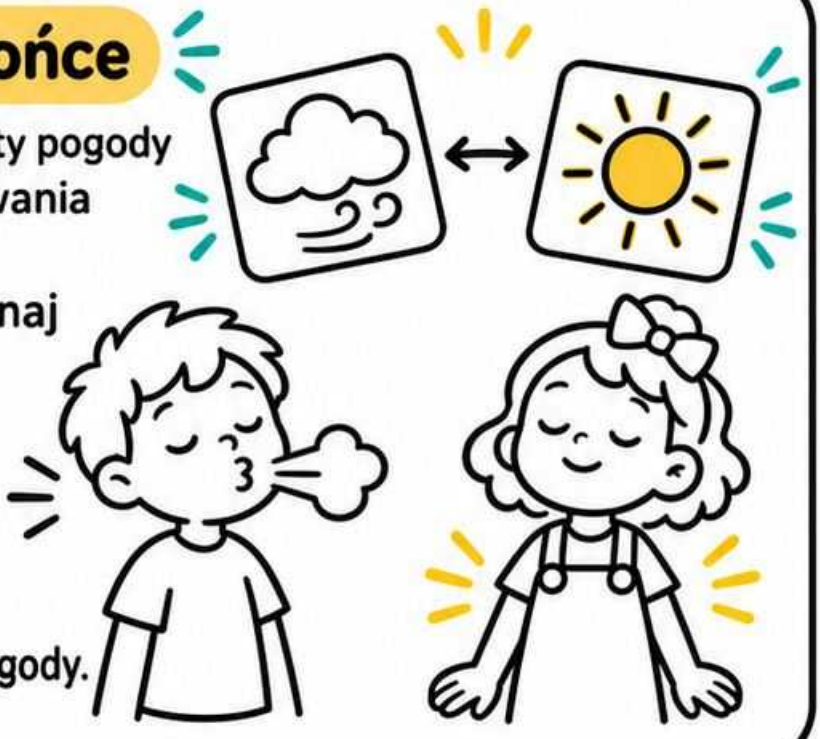


110. Chmurka i słońce

Czas: 5 min • **Materiały:** dwie karty pogody
Cel: odróżnianie ruchu od forsowania oddechu.

1. Pokaż chmurę gestem i wykonaj jeden krótki podmuch.
2. Przy słońcu odpocznij z opuszczonymi dłońmi.
3. Dzieci wybierają kolejność dwóch obrazków.

Łatwiej: Wykonuj tylko gesty pogody.



Spokojny oddech i pauza

Wiek: 3–6 lat

111. Fala głosu

Czas: 4 min • **Materiały:** brak

Cel: łączenie krótkiego dźwięku z gestem.

1. Pokaż dłonią małą falę.
2. Powiedz łagodnie **o** podczas jednego ruchu.
3. Zatrzymaj dłoń i pozwól głosowi odpocząć.

Łatwiej: Pokaż falę bez dźwięku.



112. Zapach lasu

Czas: 5 min • **Materiały:** rysunek lasu

Cel: naturalny oddech w roli.

1. Wyobraź sobie spacer przy drzewach.
2. Weź spokojny zwykły wdech i powiedz pachnie lasem.
3. Zatrzymajcie spacer i posłuchajcie partnera.

Łatwiej: Powiedz samo las.



Spokojny oddech i pauza

Wiek: 3–6 lat

113. Dmuchawiec na niby

Czas: 4 min • Materiały: brak
Cel: kontrolowanie siły wydechu.

1. Pokaż dłonią wyobrażony dmuchawiec.
2. Wypuść krótko i łagodnie powietrze.
3. Drugą dłonią pokaż lot nasion i odpocznij.

Łatwiej: Pokaż sam lot nasion.



114. Małe zdanie, wielka pauza

Czas: 5 min • Materiały: brak
Cel: planowanie wypowiedzi.

1. Powiedz to *mój dom* i zatrzymaj głos.
2. W pauzie pokaż drzwi umownego domu.
3. Partner dopowiada zapraszam cię i pokazuje wejście.

Łatwiej: Powtarzaj zdanie po dorosłym.



Spokojny oddech i pauza

Wiek: 3–6 lat

115. Pociąg rusza spokojnie

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: krótka emisja bez przeciążenia.

1. Pokaż koła pociągu małym ruchem dłoni.
2. Powiedz raz *ciuch* i zatrzymaj ruch.
3. Następna osoba po pauzie dodaje swoje ciuch.

Łatwiej: Użyj tylko gestu koła.



116. Przerwa dla głosu

Czas: 4 min • **Materiały:** karta dłoni
Cel: rozpoznawanie momentu odpoczynku.

1. Powiedz krótkie powitanie wygodnym głosem.
2. Na widok karty dłoni zastąp słowo machaniem.
3. Porównajcie, kiedy głos działał, a kiedy odpoczywał.

Łatwiej: Przez całą rundę wybieraj gest.



Spokojny oddech i pauza

Wiek: 3–6 lat

117. Otwieramy okno

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: łączenie spokojnego ruchu i mowy.

1. Pokaż powolne otwarcie wyobrażonego okna.
2. Powiedz witaj dniu bez nabierania nadmiaru powietrza.
3. Zamknij okno gestem i oddaj kolej partnerowi.

Łatwiej: Powiedz tylko witaj.



118. Słowo na spacerze

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: mówienie bez pośpiechu.

1. Zrób dwa spokojne kroki i zatrzymaj się.
2. Wypowiedz krótkie słowo wybrane przez dziecko.
3. Posłuchaj odpowiedzi partnera przed dalszym spacerem.

Łatwiej: Ćwicz na siedząco.



Spokojny oddech i pauza

Wiek: 3–6 lat

119. Sygnał zmęczenia



Czas: 4 min • **Materiały:** brak

Cel: komunikowanie potrzeby przerwy.

1. Ustal gest dłoni oznaczający odpoczynek.
2. Po krótkiej zabawie głosem zapytaj, czy grupa chce przerwy.
3. Przyjmij każdy sygnał i przejdź do cichego gestu.

Łatwiej: Od początku wybierz obserwowanie.

120. Oddech bohatera



Czas: 5 min • **Materiały:** obrazek postaci

Cel: dobór krótkiej kwestii.

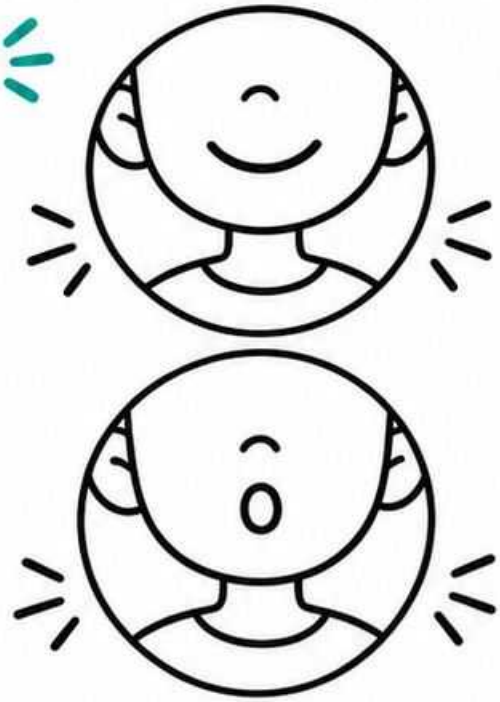
1. Wybierz bohatera i jego krótkie powitanie.
2. Powiedz je swobodnie, bez wydłużania dźwięków.
3. W pauzie pokaż ruch bohatera i zamieńcie role.

Łatwiej: Powiedz jedno słowo.

Wyraźne słowa i sylaby

Wiek: 3–6 lat

121. Uśmiech i okienko



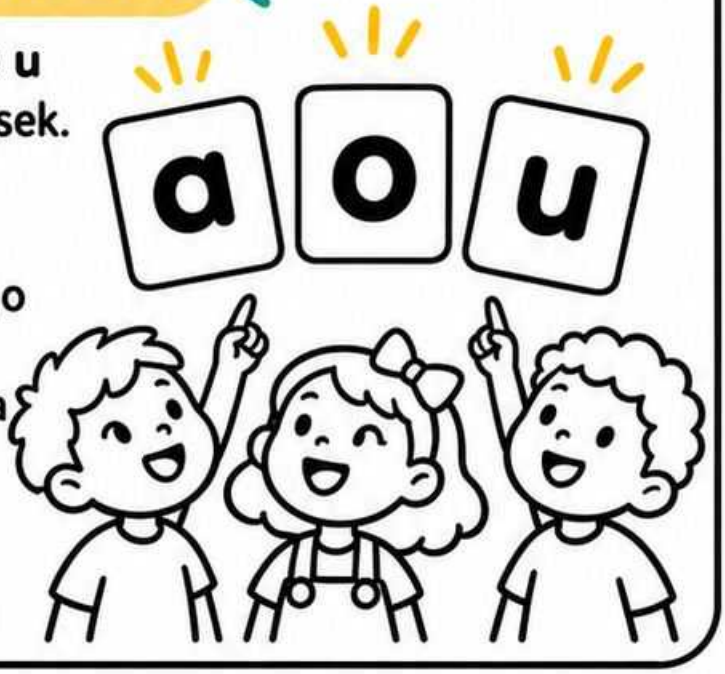
Czas: 4 min • **Materiały:** brak

Cel: świadome zmienianie ułożenia ust.

1. Pokaż lekki uśmiech, potem usta jak małe **o**.
2. Powiedz krótko **i** oraz **o**, bez przesadnego rozciągania.
3. Partner wybiera kolejność dwóch dźwięków.

Łatwiej: Naśladuj tylko jeden kształt.

122. Samogłoski na kartach



Czas: 5 min • **Materiały:** karty **a o u**

Cel: rozróżnianie brzmienia samogłosek.

1. Pokaż po kolei **a, o i u** zwykłym głosem.
2. Dzieci wskazują kartę usłyszanego dźwięku.
3. Chętne dziecko mówi dźwięk, a grupa wybiera kartę.

Łatwiej: Użyj dwóch samogłosek.

Wyraźne słowa i sylaby

Wiek: 3–6 lat

123. Echo sylab

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: uważne powtarzanie krótkich sylab.

1. Powiedz wolno ma, pa i ba, robiąc pauzy.
2. Grupa odpowiada po każdej sylabie.
3. Dziecko wybiera sylabę do następnej rundy.

Łatwiej: Zostań przy jednej sylabie.

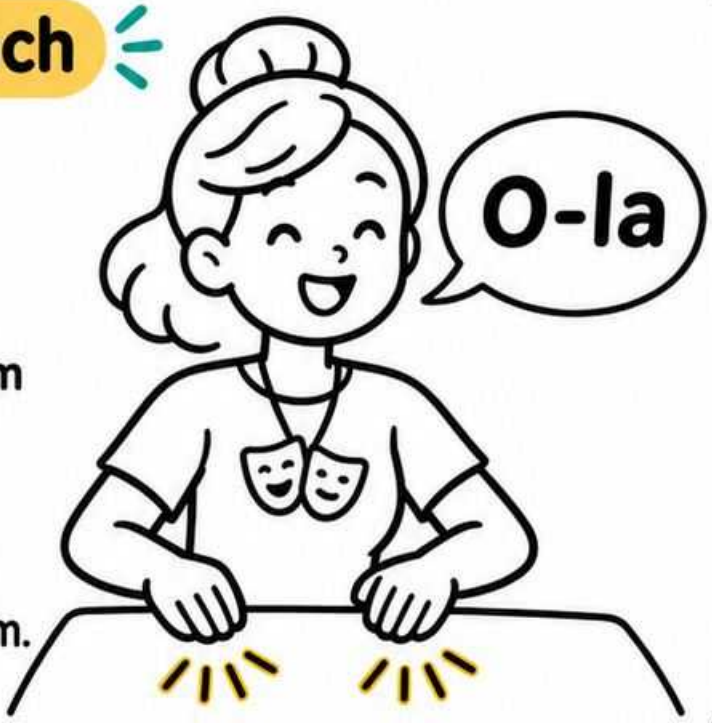


124. Imię w kawałkach

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: zauważanie rytmu słowa.

1. Powiedz imię Oli i lekko wystukaj O-la.
2. Dzieci powtarzają w wygodnym tempie.
3. Każde chętne wybiera rytm swojego imienia.

Łatwiej: Mów razem z prowadzącym.



Wyraźne słowa i sylaby

Wiek: 3–6 lat

125. Kropla i kamień

Czas: 5 min • **Materiały:** rysunek kropli i kamienia
Cel: wyraźne wypowiadanie kontrastujących sylab.

1. Przy kropli powiedz **kap**, przy kamieniu **stuk**.
2. Dzieci dobierają słowo do pokazanego obrazka.
3. Ułóżcie krótką sekwencję **kap, stuk, kap**.

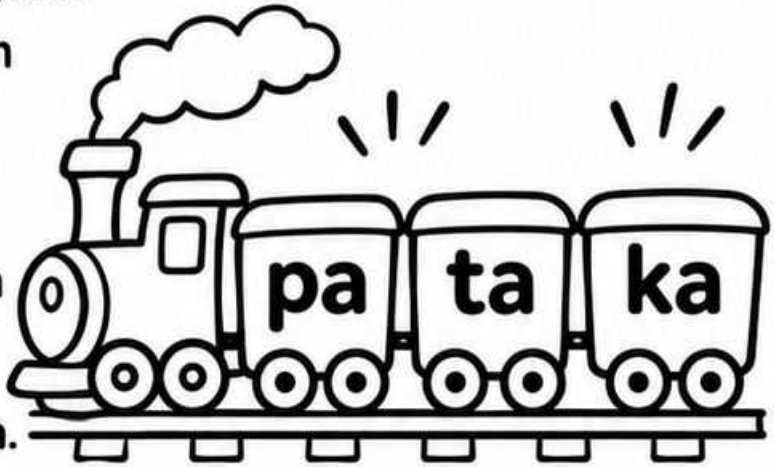


Łatwiej: Pokaż tylko jeden obrazek.

126. Pociąg sylabowy

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: utrzymywanie kolejności sylab.

1. Powiedz **pa, ta** w spokojnym rytmie.
2. Grupa powtarza oba człony po pauzie.
3. Dodaj na końcu **ka**, jeśli grupa chce spróbować.



Łatwiej: Zachowaj tylko **pa, ta**.

Wyraźne słowa i sylaby

Wiek: 3–6 lat

127. Pukamy do drzwi

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: wyraźny początek krótkiego słowa.

1. Powiedz puk i pokaż pukanie w powietrzu.
2. Partner odpowiada kto tam zwykłym głosem.
3. Zmieńcie role bez przyspieszania dialogu.

Łatwiej: Powiedz tylko puk.



128. Zupa na niby

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: wyraźne powtarzanie podobnych sylab.

1. Pokaż mieszanie zupy i powiedz mu, ma, mo.
2. Dzieci powtarzają wybraną parę sylab.
3. Wymyślcie krótkie hasło kucharza z tych dźwięków.

Łatwiej: Wybierz mu i ma.



Wyraźne słowa i sylaby

Wiek: 3–6 lat

129. Głos w telefonie

Czas: 5 min • **Materiały:** papierowy telefon

Cel: uważne przekazywanie słowa.

1. Powiedz do telefonu krótkie słowo kot.
2. Partner powtarza i pokazuje kota.
3. Zamieńcie mówiącego i słowo bez szeptania do ucha.



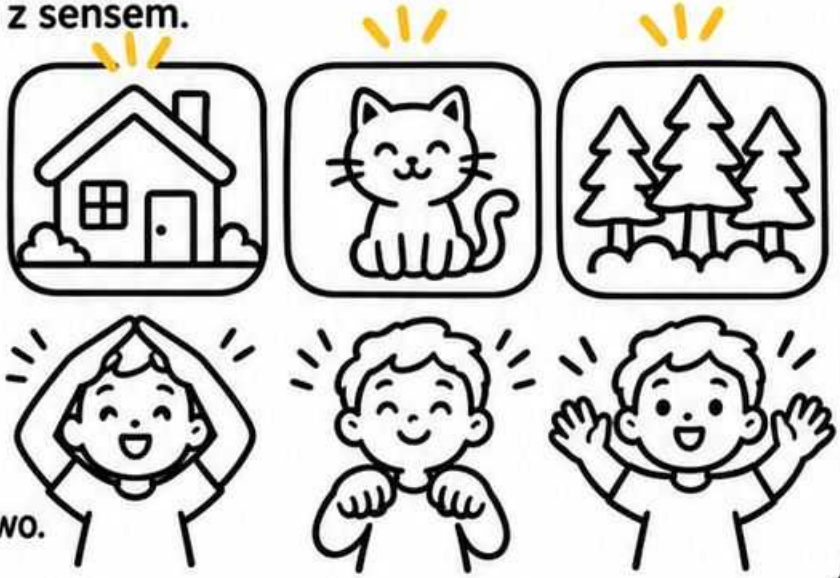
Łatwiej: Dodaj pokaz obrazka.

130. Słowo i obraz

Czas: 5 min • **Materiały:** obrazki domu kota lasu

Cel: łączenie wyraźnego słowa z sensem.

1. Pokaż obrazek i nazwij go powoli.
2. Dzieci powtarzają, a następnie pokazują jego znaczenie gestem.
3. Dziecko wybiera kolejny obrazek dla grupy.



Łatwiej: Wybierz znane krótkie słowo.

Wyraźne słowa i sylaby

Wiek: 3–6 lat

131. Końcówka też ważna

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: uważne słuchanie całego słowa.

1. Powiedz wyraźnie dom i dłońmi pokaż zamknięcie dachu.
2. Grupa powtarza słowo do końca bez przedłużania.
3. Dodaj słowa kot i las z osobnymi gestami.

Łatwiej: Ćwicz jedno słowo.



132. Kto woła z ogrodu

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: wyraźna wymiana krótkich imion.

1. Wymyślcie postacie Ala i Ola.
2. Jedna osoba mówi Ala, druga odpowiada Ola.
3. Dodajcie krótkie pytanie gdzie jesteś i pokażcie miejsce.

Łatwiej: Odpowiadaj tylko imieniem.



Wyraźne słowa i sylaby

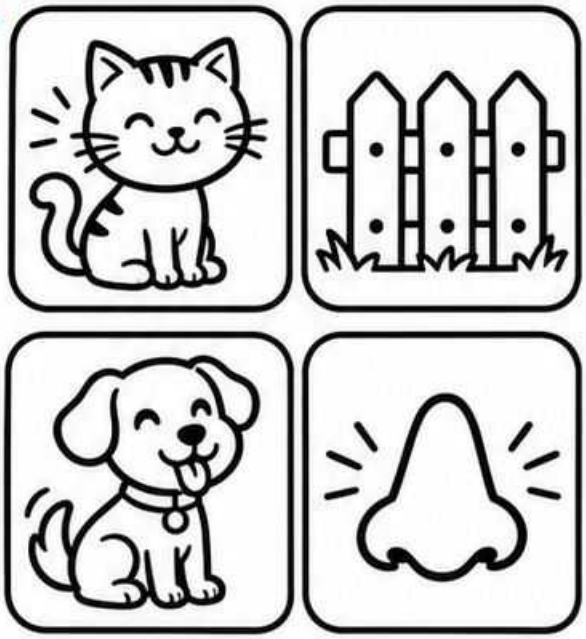
Wiek: 3–6 lat

133. Rymujące pary

Czas: 6 min • **Materiały:** obrazki kota płotu psa nosa
Cel: rozpoznawanie podobieństwa brzmienia.

1. Powiedz kot i płot oraz pokaż dwa obrazki.
2. Dzieci powtarzają parę w spokojnym tempie.
3. Dodaj pies i nos jako parę, która nie rymuję się; porównajcie.

Łatwiej: Pozostań przy kot i płot.



134. Wyraźny listonosz

Czas: 6 min • **Materiały:** duża koperta
Cel: czytelne wypowiadanie informacji.

1. Listonosz mówi list do Oli, trzymając kopertę.
2. Odbiorca odpowiada dziękuję i odbiera ją.
3. Zmieńcie imię oraz role, zachowując spokojne tempo.

Łatwiej: Dorosły podpowiada po jednym słowie.



Wyraźne słowa i sylaby

Wiek: 3–6 lat

135. Trzy słowa do sceny

Czas: 6 min • **Materiały:** trzy obrazki
Cel: czytelność krótkiej wypowiedzi.

1. Pokaż dom, okno i kota.
2. Dzieci wypowiadają każde słowo z osobną pauzą.
3. Połączcie je w zdanie kot patrzy przez okno.

Łatwiej: Powtórz dwa słowa.



136. Słowa na wagony

Czas: 6 min • **Materiały:** trzy kartki
Cel: dzielenie wypowiedzi na sensowne części.

1. Ułóż trzy kartki jako wagony zdania.
2. Powiedz dziś, gramy, razem i wskaż kolejne kartki.
3. Dzieci zmieniają pierwsze słowo, zachowując sens zdania.

Łatwiej: Wskaż kartki, gdy mówi dorosły.



Wyraźne słowa i sylaby

Wiek: 3–6 lat

137. Smok mówi spokojnie

Czas: 5 min • **Materiały:** rysunek smoka
Cel: wyraźna mowa w fantastycznej roli.

1. Smok chce powiedzieć proszę i dziękuję.
2. Dzieci powtarzają słowa zwykłym głosem, dodając smoczy gest.
3. Pary wymieniają rekwizyt na niby z tymi słowami.

Łatwiej: Wybierz jedno słowo.



138. Zdanie do lalki

Czas: 6 min • **Materiały:** lalka
Cel: dostosowanie tempa do słuchacza.

1. Powiedz lalce usiądź tutaj i wskaż miejsce.
2. Grupa powtarza polecenie bez pośpiechu.
3. Dzieci proponują inne krótkie zaproszenia.

Łatwiej: Powiedz samo tutaj.



Wyraźne słowa i sylaby

Wiek: 3–6 lat

139. Dokończ powitanie

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: uważne uzupełnianie wypowiedzi.



1. Powiedz dzień i zrób pauzę.
2. Dzieci dodają dobry, gdy są gotowe.
3. Zmieńcie kolejność: dziecko zaczyna, grupa kończy.

Łatwiej: Powiedzcie oba słowa wspólnie.

140. Własne zdanie aktora

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: samodzielne wyraźne wypowiadanie kwestii.



1. Dziecko wybiera krótkie zdanie do postaci.
2. Powtarza je w wygodnym tempie z gestem.
3. Partner mówi, jakie słowa usłyszał, bez oceniania wymowy.

Łatwiej: Wypowiedz kwestię razem z dorosłym.

Intonacja i znaczenie

Wiek: 3–6 lat

141. Pytanie czy wiadomość

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: rozróżnianie intonacji.

1. Powiedz to twój dom jako wiadomość, potem jako pytanie.
2. Dzieci wskazują, kiedy czekały na odpowiedź.
3. Pary wymieniają pytanie i odpowiedź.

Łatwiej: Użyj słowa tak jako odpowiedzi.



142. Zdziwione dzień dobry

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: wyrażanie intencji głosem.

1. Powiedz dzień dobry zwyczajnie i ze zdziwieniem.
2. Grupa wybiera jedną wersję do powtórzenia.
3. Partner odpowiada, jakby spotkał dawno niewidzianą postać.

Łatwiej: Dodaj zdziwioną minę.



Intonacja i znaczenie

Wiek: 3–6 lat

143. Zaproszenie z uśmiechem

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: czytelne zapraszanie partnera.

1. Powiedz chodź tutaj jako życzliwe zaproszenie.
2. Dodaj otwartą dłoń i pokaż wolne miejsce.
3. Partner odpowiada przyjdę albo wybiera gest.

Łatwiej: Powiedz samo chodź.



144. Niepewny podróżnik

Czas: 6 min • **Materiały:** papierowa mapa
Cel: różnicowanie pewności wypowiedzi.

1. Powiedz to chyba ta droga i obejrzyj mapę.
2. Druga postać odpowiada sprawdźmy razem spokojnym głosem.
3. Zamieńcie role i pokażcie wspólną decyzję.

Łatwiej: Powtórz krótkie chyba tutaj.



Intonacja i znaczenie

Wiek: 3–6 lat

145. Radosne odkrycie



Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: zaznaczanie ważnego słowa.

1. Powiedz znalazłem klucz i wskaż wyobrażony klucz.
2. Powtórz zdanie, podkreślając głosem słowo klucz.
3. Dzieci proponują inny znaleziony przedmiot.

Łatwiej: Powiedz tylko znalazłem.

146. Smutna postać



Czas: 5 min • **Materiały:** rysunek postaci
Cel: odgrywanie emocji bez osobistych zwierzeń.

1. Wymyśl bohatera, który zgubił kapelusz.
2. Powiedz nie widzę go głosem tej postaci bez wymuszania płaczu.
3. Partner proponuje pomoc i inną kwestię.

Łatwiej: Pokaż samą minę postaci.

Intonacja i znaczenie

Wiek: 3–6 lat

147. Spokojny strażnik

Czas: 5 min • Materiały: brak
Cel: wyrażanie granicy bez krzyku.

1. Powiedz proszę zaczekać spokojnie i wyraźnie.
2. Dodaj otwartą dłoń oznaczającą zatrzymanie.
3. Partner zatrzymuje krok i pyta kiedy mogę wejść.

Łatwiej: Użyj słowa *stop* i gestu.



148. Zdanie z tajemnicą

Czas: 6 min • Materiały: pudełko
Cel: budowanie zaciekawienia głosem.

1. Powiedz w pudełku coś jest wygodnym cichym głosem.
2. Dodaj pauzę przed nazwą wymyślonego przedmiotu.
3. Partner odgaduje, a potem proponuje własną tajemnicę.

Łatwiej: Dorosły rozpoczyna zdanie.



Intonacja i znaczenie

Wiek: 3–6 lat

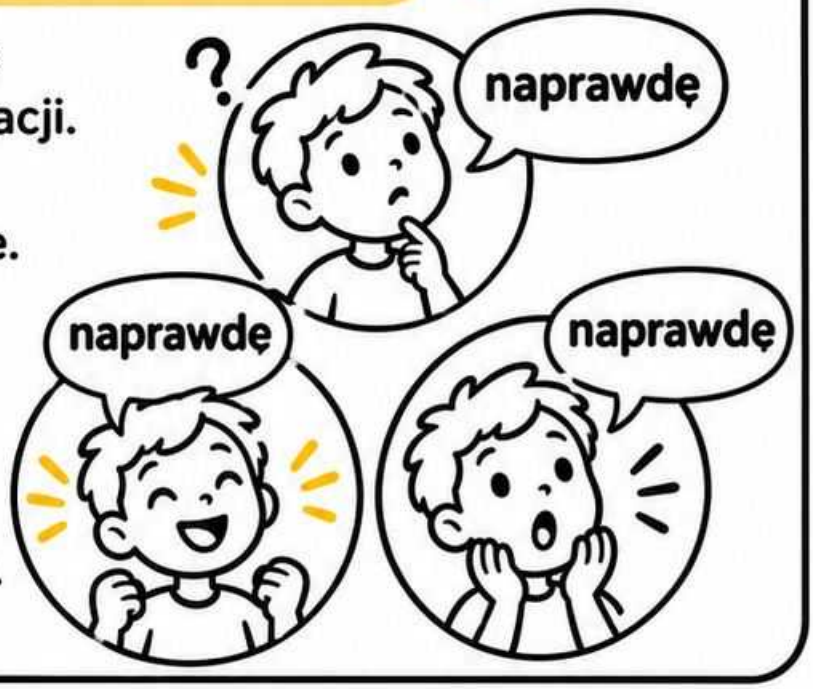
149. To samo inne znaczenie

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: zauważanie wpływu intonacji.

1. Powiedz naprawdę jako pytanie, radość i zdziwienie.
2. Dzieci wybierają wersję i dodają gest.
3. Partner opisuje możliwą intencję bohatera.

Łatwiej: Wybierz dwie wersje.



150. Prośba o pomoc

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: czytelne kierowanie wypowiedzi do partnera.

1. Powiedz pomożesz mi i pokaż umowne zadanie.
2. Partner odpowiada pomogę i dołącza gestem.
3. Zmieńcie zadanie oraz role.

Łatwiej: Powiedz tylko pomóż.



Intonacja i znaczenie

Wiek: 3–6 lat

151. Zgoda z pomysłem

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: wyrażanie przyjęcia propozycji.

1. Jedna postać proponuje zbudujmy dom.
2. Druga mówi dobry pomysł i pokazuje pierwszy ruch budowania.
3. Zamieńcie role, dodając własną propozycję.

Łatwiej: Odpowiedz tak i gestem.



152. Wątpliwość bohatera

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: łączenie pytania z emocją.

1. Powiedz czy to na pewno tutaj, rozglądając się.
2. Partner odpowiada widzę znak i wskazuje kierunek.
3. Dodajcie krótką pauzę przed wspólnym krokiem.

Łatwiej: Użyj pytania tutaj.



Intonacja i znaczenie

Wiek: 3–6 lat

153. Ważne słowo

Czas: 6 min • Materiały: brak
Cel: zmiana akcentu zdaniowego.

1. Powiedz ja znalazłem mapę i podkreśl ja.
2. Powtórz, podkreślając słowo mapę, bez zwiększania głośności.
3. Dzieci pokazują, na co zwróciły uwagę.

Łatwiej: Porównaj tylko dwie wypowiedzi.



154. Dwa powitania jednej roli

Czas: 6 min • Materiały: korona
Cel: wybór intencji scenicznej.

1. Król mówi witam was najpierw uroczyście.
2. Potem wita przyjaciela zwyczajnie i ciepło.
3. Grupa wskazuje różnicę w brzmieniu oraz geście.

Łatwiej: Powtórz jedną wybraną wersję.



Intonacja i znaczenie

Wiek: 3–6 lat

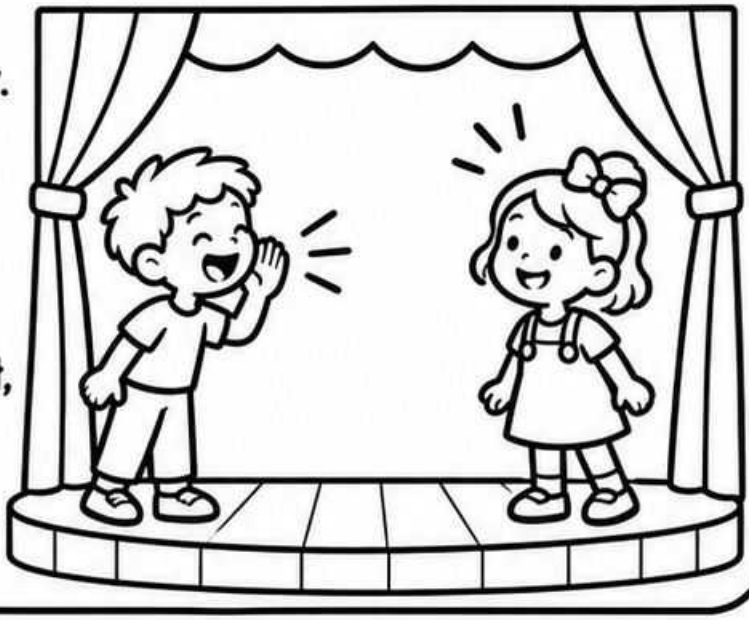
155. Zawołanie przez scenę

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: kierowanie głosu do odbiorcy.

1. Stań w wygodnej odległości od partnera.
2. Powiedz tu jestem wyraźnie, bez krzyku.
3. Partner potwierdza, czy usłyszał, i odpowiada.

Łatwiej: Skróć odległość.



156. Odpowiedź po pauzie

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: budowanie naturalnego dialogu.

1. Zapytaj postać co znalazłaś.
2. Partner najpierw pokazuje przedmiot, potem odpowiada.
3. Zamieńcie role, zostawiając czas na namysł.

Łatwiej: Podaj dwa przedmioty do wyboru.



Intonacja i znaczenie

Wiek: 3–6 lat

157. Życzenie bohatera

Czas: 5 min • **Materiały:** papierowa gwiazda

Cel: dobór melodii wypowiedzi.

1. Bohater patrzy na gwiazdę i mówi chciałbym podróżować.
2. Dzieci wybierają krótkie życzenie wymyślonej postaci.
3. Partner odpowiada pytaniem dokąd, zachowując spokojny ton.

Łatwiej: Powiedz jedno miejsce.



158. Ostrzeżenie bez straszenia

Czas: 5 min • **Materiały:** papierowy znak

Cel: zrozumiałe przekazanie ostrzeżenia.

1. Pokaż umowny znak kałuży.
2. Powiedz uwaga kałuża spokojnie, ale wyraźnie.
3. Partner pokazuje ominięcie i odpowiada dziękuję.

Łatwiej: Użyj samego gestu ostrzeżenia.



Intonacja i znaczenie

Wiek: 3–6 lat

159. Finałowe zdanie

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: wyraźne zamknięcie sceny.

1. Wymyślcie krótkie zakończenie przygody.
2. Powiedz *udało się* i dodaj gest ulgi.
3. Zróbcie pauzę, by widzowie rozpoznali koniec.

Łatwiej: Powiedz koniec z ukłonem.



160. Wybór dla widza

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: świadome powtórzenie intencji.

1. Dziecko wybiera radość lub zdziwienie dla zdania *oto on*.
2. Pokazuje wersję głosem i gestem.
3. Widz opisuje, co usłyszał; wykonawca może ujawnić wybór.

Łatwiej: Wybierz gest zamiast mowy.



Wygodny głos dla słuchacza

Wiek: 3–6 lat

161. Skala wygodnego głosu

Czas: 5 min • **Materiały:** trzy karty
Cel: dobór głośności do odległości.

1. Ustal trzy możliwości: gest, cichy głos, zwykły głos.
2. Pokaż kartę i powiedz krótkie witaj w wybrany sposób.
3. Zapytaj, która wersja była wygodna dla grupy.



Łatwiej: Wybierz gest i zwykły głos.

162. Rozmowa przy stoliku

Czas: 5 min • **Materiały:** stolik
Cel: mówienie do bliskiego odbiorcy.

1. Usiądźcie naprzeciw siebie przy stoliku.
2. Jedna osoba mówi mam pomysł wygodnvm głosem.
3. Druga odpowiada słucham i czeka na dalszą część.



Łatwiej: Powiedz tylko pomysł.

Wygodny głos dla słuchacza

Wiek: 3–6 lat

163. Powitanie dla grupy

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: wyraźne mówienie do kilku osób.

1. Stań zwrócony do małej grupy.
2. Powiedz witajcie wyraźnie, bez forsowania głosu.
3. Zapytaj, czy wszyscy usłyszeli; w razie potrzeby podejdź bliżej.

Łatwiej: Powiedz razem z dorosłym.

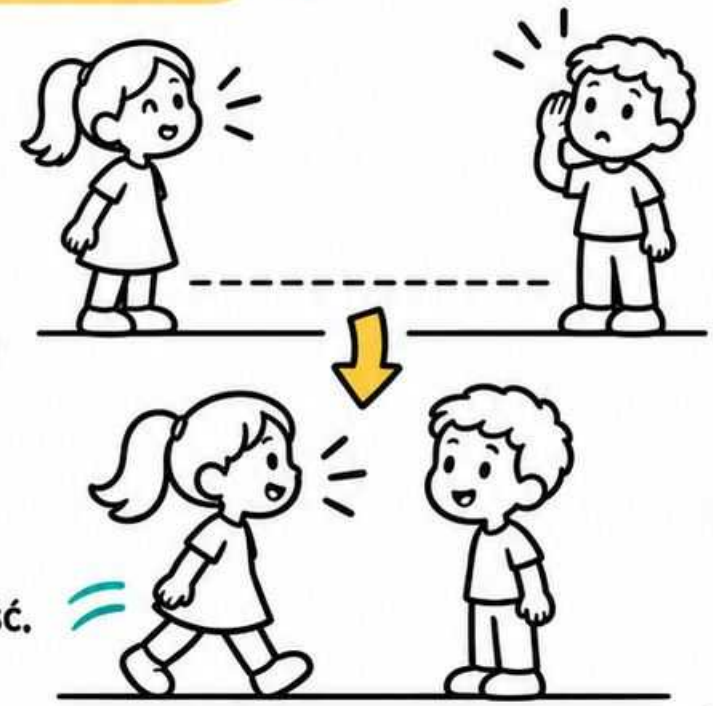


164. Odległość zamiast krzyku

Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: wybór skutecznego sposobu komunikacji.

1. Dwie postacie stoją tak daleko, że trudno się usłyszeć.
2. Jedna spokojnie podchodzi bliżej i powtarza krótką wiadomość.
3. Porównajcie, co pomogło bez podnoszenia głosu.

Łatwiej: Od początku skróć odległość.



Wygodny głos dla słuchacza

Wiek: 3–6 lat

165. Cisza słucha sceny

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: zauważanie warunków słuchania.

1. Dwie osoby rozpoczynają krótką rozmowę.
2. Widownia na znak dorosłego zatrzymuje własne odgłosy.
3. Zapytaj, co ułatwiło usłyszenie słów.

Łatwiej: Ćwicz w grupie czterech osób.



166. Mały głos dużej postaci

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: oddzielenie wielkości ruchu od głośności.

1. Pokaż szeroki gest olbrzyma.
2. Powiedz dzień dobry zwykłym wygodnym głosem.
3. Partner odpowiada małym gestem, zachowując tę samą głośność.

Łatwiej: Wykonaj gest na siedząco.



Wygodny głos dla słuchacza

Wiek: 3–6 lat

167. Głos zza drzwi

Czas: 6 min • **Materiały:** papierowa rama

Cel: dopasowanie wypowiedzi do sytuacji.

1. Jedna postać puka do umownych drzwi.
2. Druga odpowiada już otwieram i zbliża się do rozmówcy.
3. Zagrajcie spotkanie bez nawoływania z daleka.

Łatwiej: Pomiń ramę i użyj gestu.



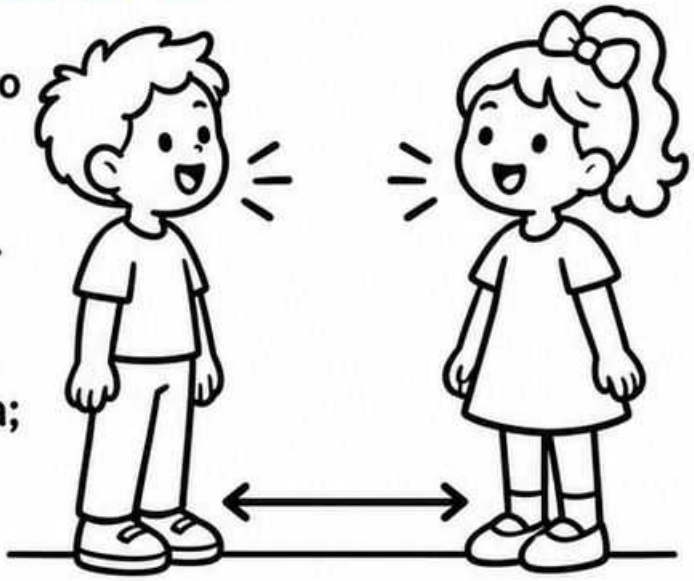
168. Cicha wiadomość

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: mówienie cicho bez wymuszonego szeptu.

1. Powiedz mam niespodziankę delikatnym dźwięcznym głosem.
2. Partner powtarza w wygodny dla siebie sposób.
3. Dodajcie gest trzymania pudełka; bez szeptania do ucha.

Łatwiej: Użyj zwykłego głosu.



Wygodny głos dla słuchacza

Wiek: 3–6 lat

169. Widownia daje sygnał



Czas: 6 min • **Materiały:** karta ucha

Cel: przyjmowanie informacji o słyszalności.

1. Dziecko mówi krótki tytuł sceny.
2. Widownia podnosi kartę ucha, jeśli chce powtórzenia.
3. Wykonawca podchodzi bliżej i spokojnie powtarza.

Łatwiej: Dorosły mówi wspólnie z dzieckiem.

170. Pauza zamiast przekrzykiwania



Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: czekanie na swoją kolej w mowie.

1. Dwie postacie mają wiadomość do przekazania.
2. Ustalcie, że pierwsza mówi, a druga odpowiada po pauzie.
3. Zamieńcie kolejność, zachowując gest słuchania.

Łatwiej: Użyj jednego słowa na osobę.

Wygodny głos dla słuchacza

Wiek: 3–6 lat

171. Leśna narada

Czas: 6 min • **Materiały:** obrazki zwierząt
Cel: wspólna wygodna głośność.

1. Każde dziecko wybiera leśną postać.
2. Zwierzęta kolejno mówią spotkajmy się przy drzewie.
3. Grupa odpowiada dobrze, dostosowując głos do sali.

Łatwiej: Odpowiedz ruchem postaci.



172. Mikrofon na niby

Czas: 5 min • **Materiały:** papierowy mikrofon
Cel: świadomość kierunku wypowiedzi.

1. Trzymaj rekwizyt poniżej ust bez dotykania twarzy.
2. Powiedz tytuł wybranej zabawy do małej widowni.
3. Przekaż mikrofon następnej osobie po jej zgodzie.

Łatwiej: Wypowiedz tytuł razem z dorosłym.



Wygodny głos dla słuchacza

Wiek: 3–6 lat

173. Zdanie dla sąsiada

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: rozmowa przy naturalnej głośności.

1. Powiedz do partnera widzę zielony liść.
2. Partner powtarza usłyszaną informację.
3. Dodajcie inną obserwację bez zbliżania ust do ucha.

Łatwiej: Wskaż przedmiot i nazwij go.



174. Gest przejmuje głos

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: zastępowanie mowy ruchem.

1. Bohater mówi zapraszam cię i pokazuje otwartą dłoń.
2. Powtórzcie scenę samym gestem.
3. Zapytaj widzów, czy intencja pozostała czytelna.

Łatwiej: Pokażcie gest wspólnie.



Wygodny głos dla słuchacza

Wiek: 3–6 lat

175. Głośność przy pacynce

Czas: 5 min • **Materiały:** pacynka
Cel: dostosowanie działania do komfortu.

1. Pacynka prosi o spokojne powitanie.
2. Dzieci wybierają słowo lub gest bez presji mówienia.
3. Pacynka odpowiada tej samej osobie i robi pauzę.

Łatwiej: Pomachaj pacynce.



176. Słyszę i odpowiadam

Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: sprawdzanie zrozumienia.

1. Jedna postać mówi proszę o mapę.
2. Partner odpowiada podaję mapę, pokazując przedmiot na niby.
3. Jeśli nie usłyszy, może poprosić powtórz proszę.

Łatwiej: Dorosły modeluje obie kwestie.



Wygodny głos dla słuchacza

Wiek: 3–6 lat

177. Głos w małej scenie

Czas: 6 min • **Materiały:** dwa krzesła
Cel: dopasowanie tempa i siły głosu.

1. Ustaw małą widownię blisko miejsca gry.
2. Pary grają spotkanie z powitaniem i pożegnaniem.
3. Po scenie zapytaj, czy tempo pozwoliło zrozumieć słowa.

Łatwiej: Ogranicz scenę do powitania.



178. Koniec hałasu

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: rozpoczynanie mowy po wyciszeniu.

1. Pokaż dłoń oznaczającą wspólną pauzę.
2. Poczekaj, aż grupa będzie gotowa słuchać.
3. Dopiero potem zapowiedz tytuł sceny i zaproś wykonawców.

Łatwiej: Zastosuj małą grupę.



Wygodny głos dla słuchacza

Wiek: 3–6 lat

179. Wygodna próba



Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: wybór komfortowego sposobu mówienia.

1. Dziecko wybiera krótką kwestię postaci.
2. Próbuje jej przy bliskim partnerze, potem przy małej grupie.
3. Wybiera wygodniejsze ustawienie do prezentacji.

Łatwiej: Pozostań w parze.

180. Odpoczywa narrator

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: planowanie przerw w opowieści.

1. Narrator mówi jedno zdanie o spacerze.
2. W pauzie grupa pokazuje opisany ruch.
3. Następne zdanie zaczyna dopiero po zakończeniu ruchu.

Łatwiej: Dorosły prowadzi narrację.



Słowa w krótkiej scenie

Wiek: 3–6 lat

181. Zdanie i działanie

Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: łączenie kwestii z czynnością.

1. Powiedz otwieram okno i pokaż działanie.
2. Partner mówi widzę ogród i dodaje patrzenie.
3. Połączcie oba zdania w krótką scenę.

Łatwiej: Wybierz jedno zdanie.



182. Dialog z dwóch słów

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: budowanie prostej wymiany.

1. Jedna postać mówi witaj, druga odpowiada cześć.
2. Dodajcie gesty postaci i krótką pauzę.
3. Zmieńcie intencję na radość spotkania.

Łatwiej: Powtarzaj po dorosłym.



Słowa w krótkiej scenie

Wiek: 3–6 lat

183. Narrator i echo

Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: słuchanie wskazówki słownej.

1. Narrator mówi kot się budzi.
2. Grupa powtarza budzi i pokazuje przeciąganie dłoni.
3. Dziecko proponuje następne zdarzenie.

Łatwiej: Pokaż ruch bez powtarzania.

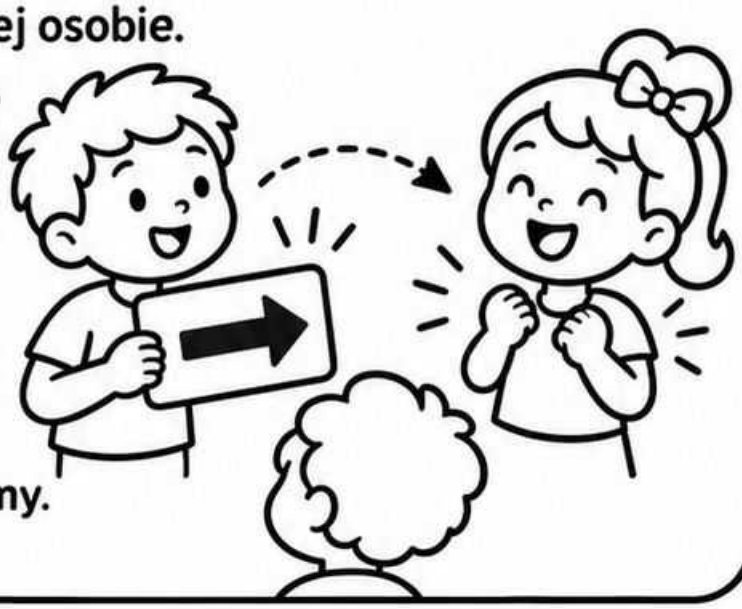


184. Zdanie wędruje

Czas: 6 min • **Materiały:** duża karta ze strzałką
Cel: przekazywanie kwestii kolejnej osobie.

1. Powiedz zaczynamy przygodę i wskaż strzałką partnera.
2. Partner powtarza zdanie i dodaje gest.
3. Kolejna osoba otrzymuje głos po pauzie.

Łatwiej: Użyj krótszego zaczynamy.



Słowa w krótkiej scenie

Wiek: 3–6 lat

185. Kwestia z rekwizytem

Czas: 6 min • **Materiały:** kapelusz

Cel: uzasadnianie wypowiedzi przedmiotem.

1. Postać podnosi kapelusz i mówi znalazłem go.
2. Partner odpowiada szukałem tego kapelusza.
3. Oddajcie przedmiot i zmieńcie role.

Łatwiej: Użyj słów znalazłem i dziękuję.



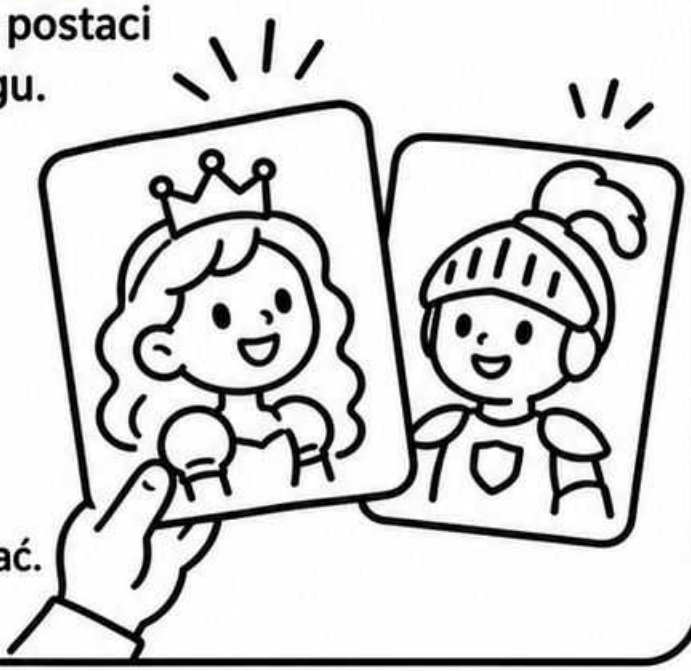
186. Kto mówi teraz

Czas: 6 min • **Materiały:** dwie karty postaci

Cel: rozpoznawanie kolejności dialogu.

1. Pokaż kartę bohatera, który chce mówić.
2. Dziecko wypowiada krótką kwestię tej postaci.
3. Po pauzie pokaż drugą kartę i wysłuchaj odpowiedzi.

Łatwiej: Dorosły odgrywa jedną postać.



Słowa w krótkiej scenie

Wiek: 3–6 lat

187. Pytanie narratora

Czas: 6 min • **Materiały:** obrazek domu
Cel: odpowiadanie zgodnie ze sceną.

1. Narrator pyta kto mieszka w domu.
2. Dziecko wybiera postać i mówi swoje imię sceniczne.
3. Grupa zaprasza ją krótkim witaj.

Łatwiej: Wskaż postać na obrazku.



188. Zdanie na zakończenie

Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: domykanie krótkiej historii słowem.

1. Zagrajcie znalezienie zgubionej rzeczy.
2. Każde dziecko proponuje krótkie ostatnie zdanie.
3. Wybierzcie jedno i połączcie je z ukłonem.

Łatwiej: Powiedzcie wspólnie udało się.



Słowa w krótkiej scenie

Wiek: 3–6 lat

189. Kwestia w parze

Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: dzielenie wypowiedzi między wykonawców.

1. Ustalcie zdanie razem zbudujemy most.
2. Pierwsza osoba mówi razem, druga resztę zdania.
3. Dodajcie wspólny gest budowania i zamieńcie części.



Łatwiej: Mówcie całe zdanie wspólnie.

190. Dwa różne zakończenia

Czas: 7 min • **Materiały:** brak
Cel: zmiana sensu ostatniego zdania.

1. Zagrajcie bohatera szukającego drzwi.
2. W pierwszej wersji powiedz tu jest mój dom.
3. W drugiej zapytaj czy to mój dom i porównajcie finały.



Łatwiej: Dorosły czyta zakończenia.

Słowa w krótkiej scenie

Wiek: 3–6 lat

191. Głos przed ruchem

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: słowne zapowiadanie działania.

1. Postać mówi teraz posadzę kwiat.
2. Dopiero potem pokazuje sadzenie.
3. Partner zapowiada własny następny ruch.

Łatwiej: Powiedz tylko sadzę.



192. Ruch przed głosem

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: odkrywanie znaczenia gestu.

1. Postać zagląda do pudełka bez słów.
2. Po pauzie mówi tutaj jest mapa.
3. Partner odpowiada i kontynuuje działanie.

Łatwiej: Nazwij jeden przedmiot.



Słowa w krótkiej scenie

Wiek: 3–6 lat

193. Opowieść z refrenem

Czas: 7 min • **Materiały:** brak
Cel: wspólne powtarzanie krótkiej kwestii.

1. Narrator zaczyna wyprawę do lasu.
2. Po każdym zdarzeniu grupa mówi idziemy razem.
3. Dzieci dodają po jednym prostym zdarzeniu i wspólny refren.

Łatwiej: Dorosły podaje wszystkie zdarzenia.



194. Słowa bohatera w obrazach

Czas: 7 min • **Materiały:** trzy obrazki
Cel: dobór krótkiej kwestii do sytuacji.

1. Pokaż postać witającą gościa, szukającą i żegnającą.
2. Dzieci proponują po jednym zdaniu do każdego obrazka.
3. Zagrajcie trzy obrazy z ustalonymi kwestiami.

Łatwiej: Wybierz jeden obrazek.



Słowa w krótkiej scenie

Wiek: 3–6 lat

195. Dialog z pauzą na myśl

Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: nieprzerywanie partnerowi.

1. Jedna postać pyta dokąd idziemy.
2. Partner pokazuje namysł przed odpowiedzią.
3. Dopiero po odpowiedzi pierwsza osoba dodaje własny pomysł.

Łatwiej: Dorosły prowadzi pierwszą parę.



196. Słowo zmienia rolę

Czas: 6 min • **Materiały:** papierowa korona
Cel: rozróżnianie słów postaci i wykonawcy.

1. Załóż koronę i powiedz witam w królestwie.
2. Odłóż ją i powiedz teraz odpoczywam.
3. Dzieci wybierają, kiedy są w roli, a kiedy poza nią.

Łatwiej: Użyj samego gestu założenia korony.



Słowa w krótkiej scenie

Wiek: 3–6 lat

197. Chór i solista

Czas: 7 min • **Materiały:** brak
Cel: naprzemienne mówienie w grupie.

1. Solista mówi kto jest gotowy, bez wymagania głośności.
2. Grupa odpowiada zaczynamy wspólnie.
3. Zmieniajcie solistę po jednej rundzie na zasadzie dobrowolności.

Łatwiej: Solistą zostaje dorosły.



198. Własna zapowiedź

Czas: 6 min • **Materiały:** rysunek sceny
Cel: krótkie przedstawienie tematu.

1. Dziecko wybiera rysunek i mówi tytuł swojej sceny.
2. Dodaje zobaczycie i jedno słowo o bohaterze.
3. Grupa powtarza tytuł, a dziecko zaczyna ruch.

Łatwiej: Dorosły zapowiada wraz z dzieckiem.



Słowa w krótkiej scenie

Wiek: 3–6 lat

199. Głos pamięta partnera

Czas: 7 min • **Materiały:** brak

Cel: reagowanie na ostatnią kwestię.

1. Postać mówi szukam czerwonego kwiatu.
2. Partner odpowiada na tę prośbę zamiast zmieniać temat.
3. Dodajcie jedną kolejną wymianę i zakończenie.



Łatwiej: Ustalcie odpowiedzi przed próbą.

200. Nasza scena słowna

Czas: 8 min • **Materiały:** jeden wybrany rekwizyt

Cel: łączenie wyraźnej mowy i współpracy.

1. Ustalcie powitanie, pytanie i odpowiedź dwóch postaci.
2. Przećwiczcie dialog z pauzami oraz ruchem rekwizytu.
3. Pokażcie go małej widowni i zapytajcie, jakie słowa usłyszała.



Łatwiej: Zastąp jedną kwestię gestem.

Moduł 3

Ruch, mimika i emocje

Wybieramy gest, tempo i wyraz twarzy.



Pokazujemy emocje fikcyjnych postaci.
Tworzymy znaczenia bez słów.

Możesz wybrać rolę bez mówienia lub obserwować.

Świadome ciało

Wiek: 3–6 lat

201. Palce witają scenę

Czas: 4 min • **Materiały:** brak
Cel: świadome rozpoczynanie drobnego ruchu.

1. Ułóż dłonie na kolanach.
2. Unoś kolejno palce jak postacie witające widza.
3. Zakończ wspólnym spokojnym machnięciem.

Łatwiej: Porusz całą dłonią.



202. Ramiona jak brama

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: zmiana kształtu ciała.

1. Pokaż ramionami otwartą bramę w wygodnym zakresie.
2. Zamknij ją, zbliżając własne dłonie.
3. Partner wybiera moment otwarcia ruchem głowy.

Łatwiej: Ćwicz samymi dłońmi.



Świadome ciało

Wiek: 3–6 lat

203. Głowa nasłuchuje



Czas: 4 min • **Materiały:** brak

Cel: kierowanie uwagi przez ustawienie głowy.

1. Pokaż postać, która słyszy odgłos z boku.
2. Obróć głowę łagodnie, bez mocnego odchylania.
3. Partner odgaduje kierunek i pokazuje własny.

Łatwiej: Porusz tylko oczami.

204. Plecy odpoczywają



Czas: 4 min • **Materiały:** krzesło

Cel: rozpoznawanie wygodnej postawy.

1. Usiądź wygodnie i oprzyj stopy.
2. Pokaż bohatera słuchającego opowieści przez ustawienie dłoni.
3. Zmień gest bez wymuszania wyprostu ani napięcia.

Łatwiej: Pozostań w wybranej pozycji.

Świadome ciało

Wiek: 3–6 lat

205. Stopy pytają o drogę

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: świadome rozpoczynanie kroku.

1. Stań stabilnie i wybierz kierunek.
2. Zrób jeden wygodny krok, potem pauzę.
3. Partner odpowiada własnym krokiem z odstępem.

Łatwiej: Wskaż kierunek dłonią.



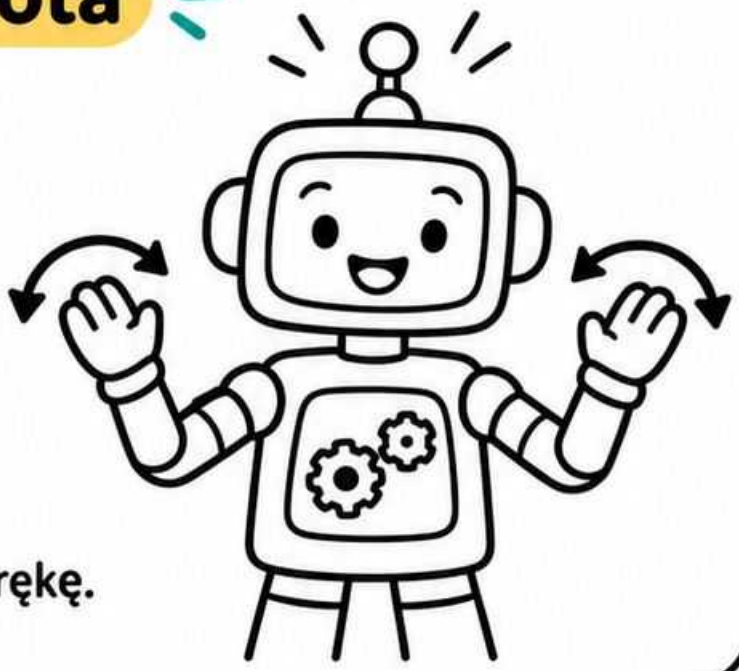
206. Łokcie robota

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: izolowanie części ruchu.

1. Pokaż zgięcie łokci robota bez szarpania.
2. Dodaj spokojny obrót dłoni.
3. Zatrzymaj całą postać na wspólny znak.

Łatwiej: Uruchom tylko jedną rękę.



Świadome ciało

Wiek: 3–6 lat

207. Twarz patrzy w okno

Czas: 5 min • **Materiały:** papierowa rama

Cel: kierowanie twarzy do widza.

1. Postaw ramę jako znak okna.
2. Pokaż ciekawość przez spojrzenie i łagodną zmianę ustawienia twarzy.
3. Partner opisuje, co mogła zobaczyć postać.

Łatwiej: Użyj samego spojrzenia.



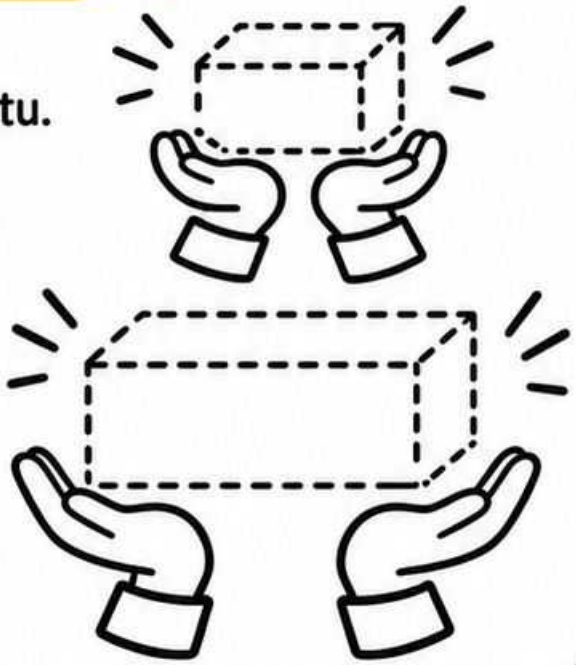
208. Dłonie niosą pudełko

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: pokazywanie wielkości bez przedmiotu.

1. Ułóż dłonie jak pod pustym lekkim pudełkiem.
2. Zmień gest, jakby pudełko było większe, bez napinania ciała.
3. Partner odgaduje różnicę wielkości.

Łatwiej: Pokaż tylko dwa rozmiary.



Świadome ciało

Wiek: 3–6 lat

209. Kolana sprężynują



Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: łagodna zmiana poziomu.

1. Stań z wolnym miejscem dookoła.
2. Lekko ugnij kolana i wróć do wygodnej pozycji.
3. Dodaj gest postaci zaglądającej za płot.

Łatwiej: Ćwicz gest dłonią na siedząco.

210. Ruch zaczyna dłoń



Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: rozpoznawanie początku sekwencji.

1. Dłoń pokazuje kierunek wędrówki postaci.
2. Dopiero potem ramiona i stopy podążają za gestem.
3. Zatrzymaj sekwencję i oddaj prowadzenie partnerowi.

Łatwiej: Połącz dłoń tylko ze spojrzeniem.

Świadome ciało

Wiek: 3–6 lat

211. Ruch zaczyna spojrzenie

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: budowanie czytelnej intencji.

1. Postać dostrzega wyobrażony przedmiot na stole.
2. Spójrz, wskaż, potem pokaż podniesienie.
3. Partner nazywa kolejność działań.

Łatwiej: Pokaż dwa etapy.



212. Skrzydła z nadgarstków

Czas: 4 min • **Materiały:** brak

Cel: dobór wygodnego zakresu ruchu.

1. Porusz dłońmi jak małymi skrzydłami.
2. Wybierz wolny albo nieco szybszy ruch bez szarpania.
3. Zakończ lądowaniem dłoni na kolanach.

Łatwiej: Porusz jednym nadgarstkiem.



Świadome ciało

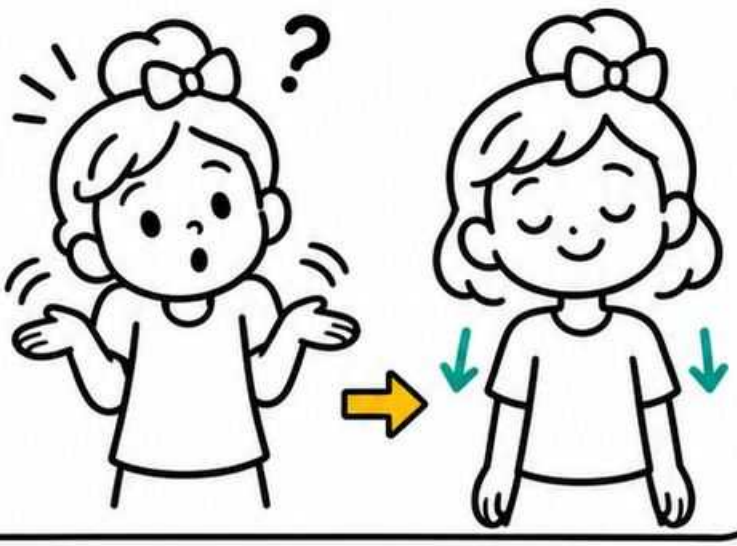
Wiek: 3–6 lat

213. Łopatki bez napięcia

Czas: 4 min • **Materiały:** brak
Cel: swobodny gest postaci.

1. Pokaż małe wzruszenie ramion jak postać mówiąca nie wiem.
2. Opuść ramiona i odpocznij.
3. Połącz gest z miną zdziwienia.

Łatwiej: Pokaż samą minę.

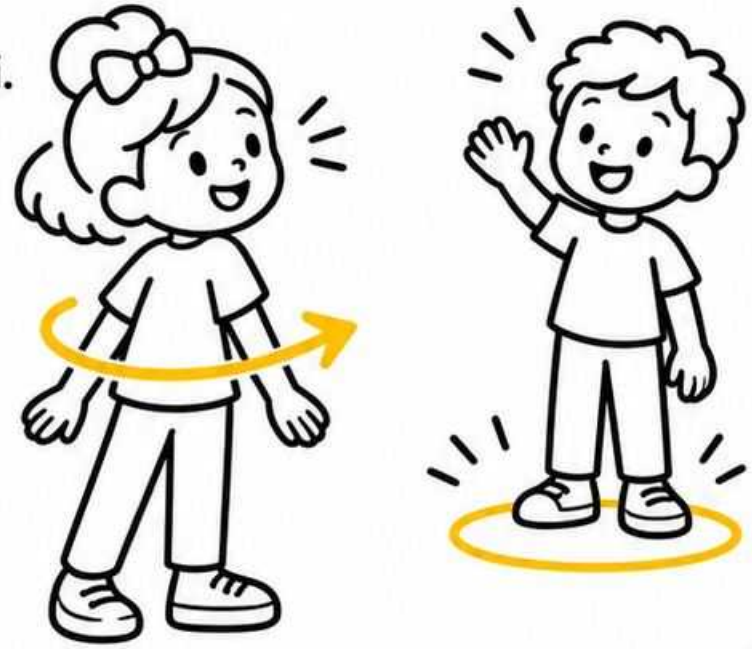


214. Całe ciało wskazuje

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: zwracanie się ku partnerowi.

1. Wybierz punkt spotkania na scenie.
2. Zwróć w jego stronę twarz i tułów w wygodny sposób.
3. Partner pojawia się w tym miejscu i wita gestem.

Łatwiej: Wskaż punkt dłonią.



Świadome ciało

Wiek: 3–6 lat

215. Mała i duża sylwetka

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: zmiana rozmiaru gestu.

1. Pokaż małą postać drobnymi ruchami dłoni.
2. Rozszerz gest do większego bohatera, zachowując odstęp.
3. Partner wybiera rozmiar do wspólnej sceny.



Łatwiej: Zmieniaj tylko rozstaw dłoni.

216. Ręce tworzą dach

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: wspólne budowanie kształtu.

1. Ułóż własne dłonie jak dach domu.
2. Dodaj okno i drzwi innym gestem.
3. Partner rozpoznaje elementy i tworzy swój dom.



Łatwiej: Pokaż jeden element.

Świadome ciało

Wiek: 3–6 lat

217. Stopy w miejscu

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: utrzymywanie pozycji podczas gestu.

1. Wyznacz własne miejsce bez śliskich znaczników.
2. Pokaż podróż postaci samymi ramionami.
3. Zatrzymaj ruch, pozostawiając stopy stabilnie.

Łatwiej: Wykonaj zadanie na siedząco.



218. Niewidzialny sznurek

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: łączenie gestów bez dotykania.

1. Wyobraź sobie delikatną linię między własnymi dłońmi.
2. Jedna dłoń porusza się, a druga podąża za nią.
3. Zmień prowadzącą dłoń po pauzie.

Łatwiej: Użyj dwóch prostych kierunków.



Świadome ciało

Wiek: 3–6 lat

219. Figura z trzech gestów

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: zapamiętywanie układu ciała.

1. Wybierz ustawienie dłoni, ramion i głowy.
2. Połącz je w wygodną postać.
3. Partner odtwarza wybrane elementy bez poprawiania ciała drugiej osoby.

Łatwiej: Wybierz dwa elementy.



220. Mapa ruchu bohatera

Czas: 6 min • **Materiały:** rysunek postaci

Cel: świadome wybieranie części ciała.

1. Wskaż na rysunku dłoń, twarz albo stopę.
2. Pokaż, jak ta część ciała rozpoczyna działanie.
3. Połącz dwa wybrane ruchy w powitanie.

Łatwiej: Zostań przy jednej części.



Tempo, kierunek i poziom

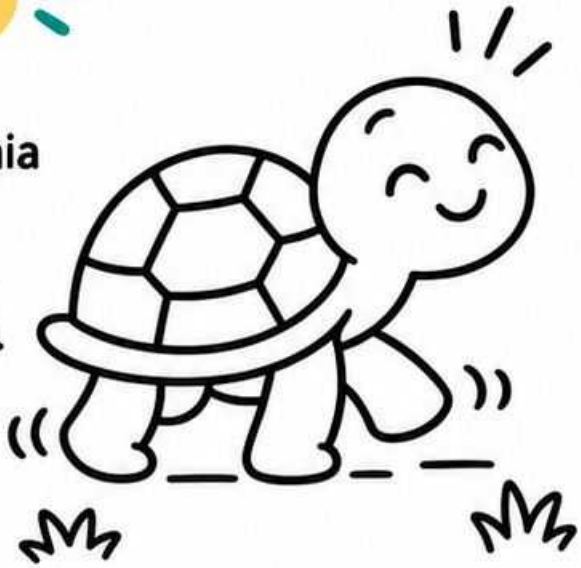
Wiek: 3–6 lat

221. Spacer żółwia

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: zwalnianie ruchu bez zatrzymywania oddechu.

1. Pokaż spokojne krótkie kroki żółwia.
2. Przejdź niewielki odcinek z odstępem.
3. Zakończ odpoczynkiem w wygodnej pozycji.

Łatwiej: Pokaż żółwia samą dłonią.



222. Pospieszny list na niby

Czas: 5 min • **Materiały:** duża koperta
Cel: przyspieszanie gestu bez biegania.

1. Listonosz zauważa kopertę i porusza dłońmi energiczniej.
2. Stopy pozostają w miejscu podczas przygotowania przesyłki.
3. Zakończ spokojnym podaniem koperty partnerowi.

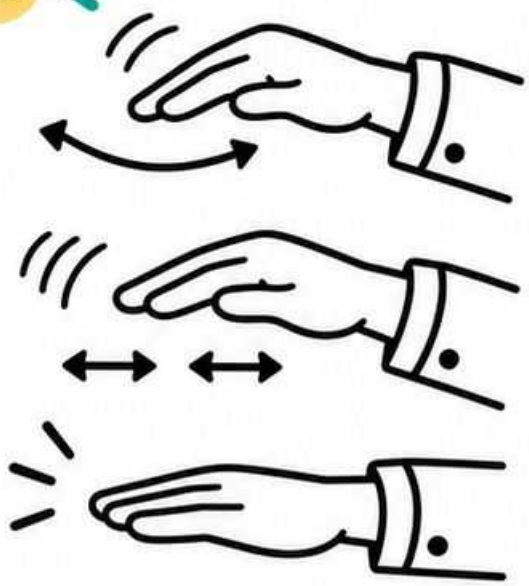
Łatwiej: Zmieniaj tylko tempo rąk.



Tempo, kierunek i poziom

Wiek: 3–6 lat

223. Muzyka bez dźwięku

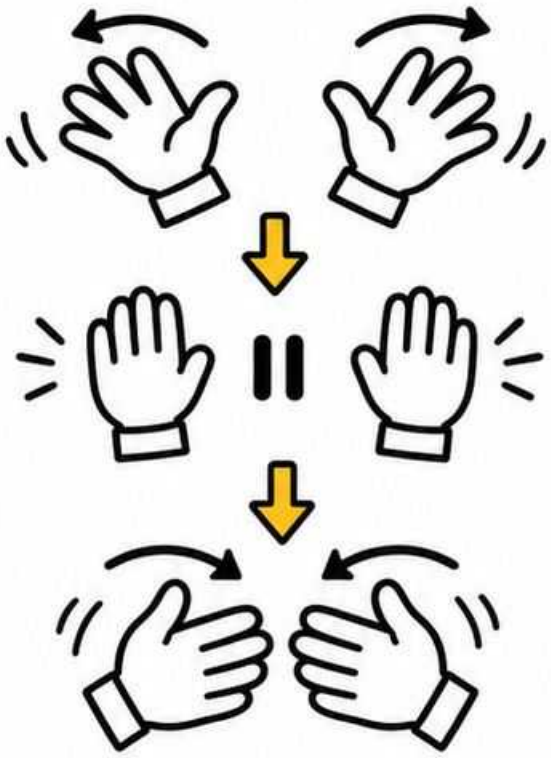


Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: zmiana rytmu na gest.

1. Prowadzący pokazuje powolne poruszanie dłoni.
2. Na drugi znak dzieci zmieniają rytm na nieco szybszy.
3. Po trzecim znaku zatrzymują ruch.

Łatwiej: Użyj dwóch znaków.

224. Ruch z pauzą



Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: rozpoznawanie zatrzymania w sekwencji.

1. Pokaż dwa ruchy rąk i pauzę.
2. Dzieci odtwarzają układ w swoich miejscach.
3. Chętne dziecko wybiera długość wygodnej pauzy.

Łatwiej: Wykonaj jeden ruch i pauzę.

Tempo, kierunek i poziom

Wiek: 3–6 lat

225. Liść opada

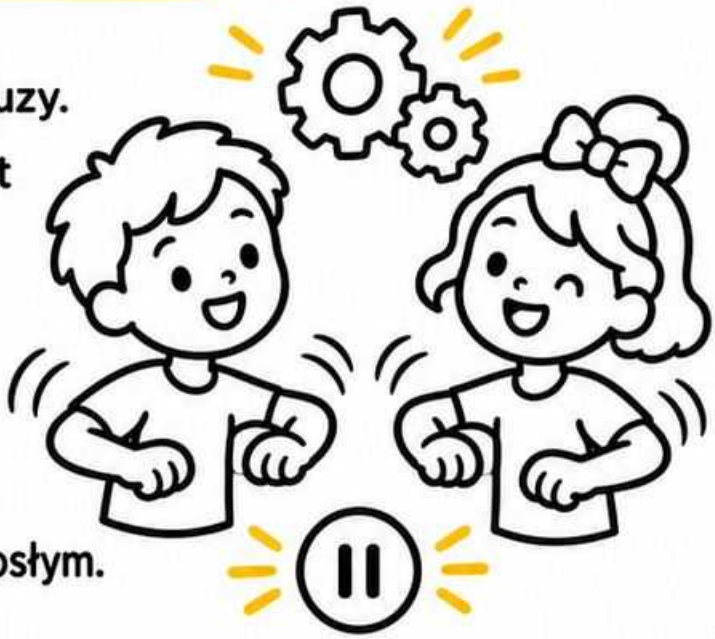


Czas: 5 min • **Materiały:** papierowy liść
Cel: prowadzenie płynnego ruchu.

1. Dorosły powoli opuszcza liść dłonią.
2. Dzieci pokazują jego drogę własnymi dłońmi.
3. Dodajcie lekki zakręt, bez obracania całego ciała.

Łatwiej: Obserwuj i wskaż koniec drogi.

226. Maszyna z przystankiem



Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: łączenie regularnego ruchu i pauzy.

1. Wybierz powtarzalny prosty gest maszyny.
2. Po trzech powtórzeniach pokaż odpoczynek urządzenia.
3. Zespół dołącza drugi ruch w tym samym rytmie.

Łatwiej: Powtarzaj jeden ruch z dorosłym.

Tempo, kierunek i poziom

Wiek: 3–6 lat

227. Powolne otwarcie drzwi

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: utrzymanie tempa konkretnej czynności.

1. Pokaż znalezienie klamki w powietrzu.
2. Otwórz wyobrażone drzwi powoli i zajrzyj do środka.
3. Partner powtarza czynność z innym tempem.

Łatwiej: Odtwórz tylko ruch klamki.



228. Krótki gest długa droga

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: kontrast długości działania.

1. Pokaż szybkie machnięcie powitalne.
2. Dodaj dłuższy gest wskazywania drogi.
3. Partner odtwarza oba działania w tej samej kolejności.

Łatwiej: Pokaż tylko jeden kontrast.



Tempo, kierunek i poziom

Wiek: 3–6 lat

229. Wysoka chmura niska kałuża

Czas: 5 min • **Materiały:** karty pogody

Cel: dobór poziomu gestu do obrazu.

1. Przy chmurze pokaż dłonie wyżej, w wygodnym zakresie.
2. Przy kałuży skieruj dłonie niżej, bez głębokiego schylania.
3. Połącz dwa obrazy w spacer postaci.







Łatwiej: Zmieniaj poziom dłoni na siedząco.

230. Zygzak palcem

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: zmiana kierunku małego ruchu.

1. Narysuj palcem prostą linię w powietrzu.
2. Dodaj trzy łagodne zakręty.
3. Partner śledzi drogę własnym palcem bez dotyku.



Łatwiej: Wybierz jeden zakręt.

Tempo, kierunek i poziom

Wiek: 3–6 lat

231. Koło w powietrzu

Czas: 4 min • **Materiały:** brak

Cel: prowadzenie ciągłego ruchu.

1. Narysuj dłonią niewielkie koło przed sobą.
2. Zmień wielkość koła bez przeciążania ramienia.
3. Zakończ w wybranym punkcie i odpocznij.

Łatwiej: Rysuj koło jednym palcem.



232. Ruch ciężkiego kamienia

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: pokazanie ciężaru przez tempo.

1. Dłońmi pokaż podnoszenie kamienia na niby.
2. Poruszaj się wolniej, bez prawdziwego napinania i dźwigania.
3. Odłóż umowny kamień i rozluźnij ręce.

Łatwiej: Pokaż tylko oglądanie kamienia.



Tempo, kierunek i poziom

Wiek: 3–6 lat

233. Lekki balon

Czas: 5 min • Materiały: brak
Cel: pokazanie lekkości gestem.

1. Ułóż dłonie pod wyobrażonym balonem.
2. Podążaj za nim wzrokiem i dłonią w niewielkim zakresie.
3. Pozwól mu odlecieć gestem, pozostając na miejscu.

Łatwiej: Pokaż balon samym palcem.



234. Sekwencja na wybór

Czas: 6 min • Materiały: trzy karty ruchu
Cel: planowanie własnego rytmu.

1. Wybierz karty machnięcia, otwarcia dłoni i pauzy.
2. Ułóż ich kolejność na stoliku.
3. Pokaż układ partnerowi, który może go powtórzyć.

Łatwiej: Użyj dwóch kart.



Tempo, kierunek i poziom

Wiek: 3–6 lat

235. Kroki opowieści

Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: dopasowanie tempa do zdarzenia.

1. Postać spokojnie spaceruje po krótkiej trasie.
2. Po dostrzeżeniu kwiatu zatrzymuje się i pokazuje zachwyt.
3. Wraca kilkoma zwykłymi krokami bez biegania.

Łatwiej: Zagraj wszystko w miejscu.



236. Przejście zmienia postać

Czas: 6 min • **Materiały:** dwa znaki miejsc
Cel: zmiana sposobu poruszania.

1. Przed znakiem domu pokaż zwykły krok.
2. Za znakiem lasu zmień go na ostrożne stawianie stóp.
3. Partner opisuje zmianę, nie oceniając wykonawcy.

Łatwiej: Pokaż zmianę dłońmi.



Tempo, kierunek i poziom

Wiek: 3–6 lat

237. Rzeka z ramion

Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: płynny ruch w małym zespole.

1. Każda osoba pokazuje falę we własnym miejscu.
2. Przekażcie początek fali wzrokiem lub gestem.
3. Zatrzymajcie rzekę na wspólny znak.



Łatwiej: Fala płynie samymi dłońmi.

238. Powrót do punktu

Czas: 5 min • **Materiały:** krzesło jako punkt orientacyjny
Cel: porządkowanie kierunku ruchu.

1. Obejrzyj bezpieczną krótką trasę obok krzesła.
2. Przejdź nią spokojnie i wróć do początku.
3. Dodaj gest pożegnania przed powrotem.



Łatwiej: Wskaż trasę bez chodzenia.

Tempo, kierunek i poziom

Wiek: 3–6 lat

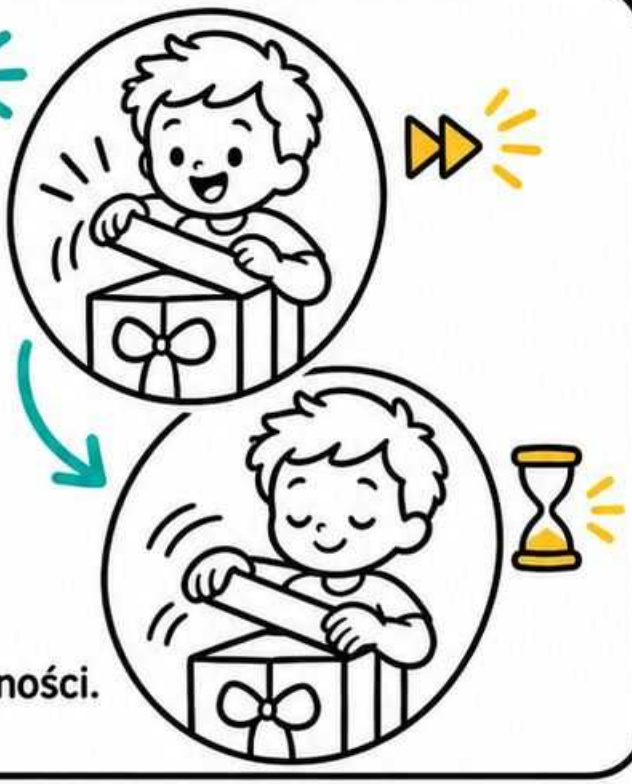
239. Scena zwalnia

Czas: 6 min • Materiały: brak

Cel: wspólna zmiana tempa sceny.

1. Pary pokazują otwieranie wyobrażonego prezentu.
2. Na znak prowadzącego zwalniają ruchy.
3. Kończą scenę w zwykłym tempie i opisują różnicę.

Łatwiej: Zmień tempo tylko jednej czynności.



240. Rytm własnej postaci

Czas: 6 min • Materiały: brak

Cel: samodzielny dobór tempa.

1. Wymyśl bohatera i jego charakterystyczny ruch.
2. Wybierz wygodne tempo powitania tej postaci.
3. Partner dołącza własnym ruchem bez naśladowania na siłę.

Łatwiej: Wybierz spośród dwóch pokazów.



Twarz opowiada

Wiek: 3–6 lat

241. Brwi pytają

Czas: 4 min • Materiały: brak

Cel: czytelne pokazywanie zdziwienia.

1. Pokaż łagodne uniesienie brwi jak przy niespodziance.
2. Dodaj spojrzenie na wyobrażony przedmiot.
3. Partner odgaduje, co mogło zdziwić bohatera.

Łatwiej: Pokaż gest otwartych dłoni.



242. Uśmiech postaci

Czas: 4 min • Materiały: brak

Cel: świadome tworzenie wyrazu twarzy.

1. Wymyśl postać, która spotyka przyjaciela.
2. Pokaż jej łagodny uśmiech bez wymuszania.
3. Dodaj gest powitania i pozwól partnerowi odpowiedzieć.

Łatwiej: Wybierz samo machnięcie.



Twarz opowiada

Wiek: 3–6 lat

243. Zamyślony bohater

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: pokazywanie namysłu bez słów.

1. Postać nie wie, którą drogę wybrać.
2. Pokaż zastanawianie miną i dłonią.
3. Po pauzie wybierz kierunek i pokaż decyzję.

Łatwiej: Wskaż dwie drogi palcami.



244. Patrzę daleko

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: kierowanie spojrzenia w scenie.

1. Pokaż postać wypatrującą umownej wyspy.
2. Przesuń spojrzenie z bliskiego punktu ku dalszemu.
3. Partner rozpoznaje moment odkrycia po zmianie twarzy.

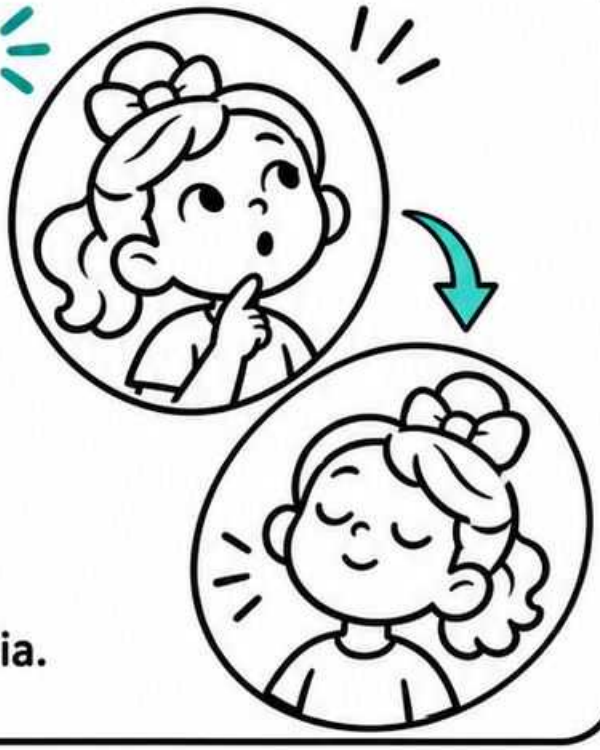
Łatwiej: Wskaż miejsce dłonią.



Twarz opowiada

Wiek: 3–6 lat

245. Twarz na pauzę



Czas: 4 min • **Materiały:** brak

Cel: utrzymywanie krótkiego wyrazu postaci.

1. Wybierz minę ciekawej postaci.
2. Zatrzymaj ją tylko na wygodną krótką chwilę.
3. Rozluźnij twarz i oddaj kolej partnerowi.

Łatwiej: Pokaż minę bez zatrzymywania.

246. Słucham opowieści



Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: reakcja twarzą na zdarzenie.

1. Dorosły opowiada, że bohater znalazł wielki kwiat.
2. Dzieci pokazują możliwą reakcję twarzą.
3. Dodaj inne zdarzenie i przyjmij różne reakcje.

Łatwiej: Połącz minę z gestem.

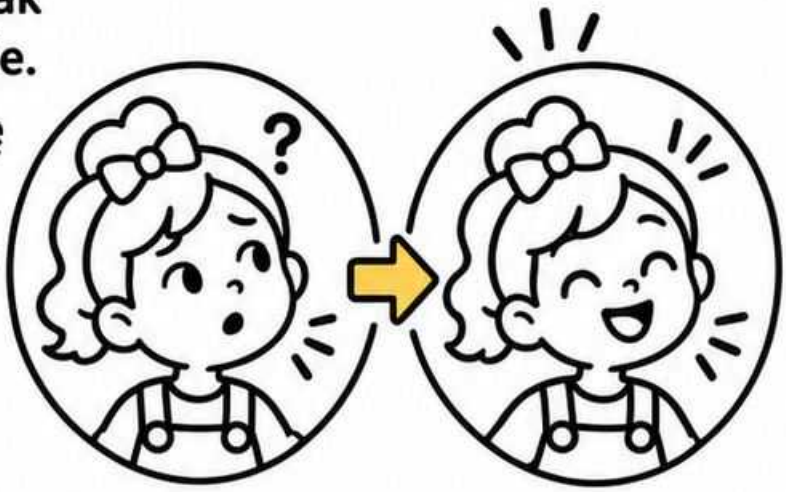
Twarz opowiada

Wiek: 3–6 lat

247. Dwie miny jednego spotkania

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: zmiana ekspresji w czasie.

1. Postać najpierw rozgląda się niepewnie.
2. Gdy rozpoznaje znajomego, zmienia minę na radosną.
3. Partner wskazuje moment zmiany.



Łatwiej: Dorosły pokazuje oba etapy.

248. Twarz i dłoń razem

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: wzmacnianie znaczenia gestem.

1. Pokaż zdziwienie twarzą.
2. Dodaj otwarte dłonie bez dotykania innych.
3. Partner pokazuje własny sposób zdziwienia.



Łatwiej: Użyj tylko dłoni.

Twarz opowiada

Wiek: 3–6 lat

249. Co widzi postać

Czas: 6 min • **Materiały:** trzy obrazki

Cel: uzasadnianie ekspresji sytuacją.

1. Wybierz obrazek pustego pudełka, kwiatu albo kota.
2. Pokaż minę bohatera patrzącego na obrazek.
3. Widz proponuje możliwy powód tej reakcji.

Łatwiej: Pokaż obrazek przed miną.



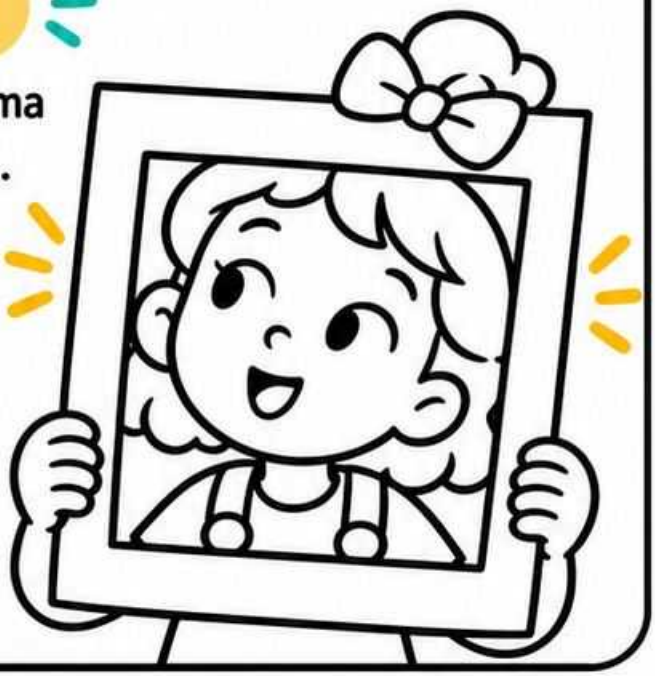
250. Mina za oknem

Czas: 5 min • **Materiały:** papierowa rama

Cel: tworzenie obrazu twarzy w ramie.

1. Trzymaj ramę z dala od twarzy.
2. Pokaż postać, która z ciekawością wygląda przez okno.
3. Dodaj nową reakcję po usłyszeniu głosu partnera.

Łatwiej: Pomiń ramę.



Twarz opowiada

Wiek: 3–6 lat

251. Spokojne spojrzenie

Czas: 4 min • **Materiały:** brak

Cel: odróżnianie spokoju od bezruchu.

1. Usiądź wygodnie jako postać odpoczywająca.
2. Pokaż spokojną twarz bez wymuszania zamykania oczu.
3. Dodaj drobny ruch dłoni świadczący o słuchaniu.

Łatwiej: Wybierz własną wygodną pozę.



252. Twarz przy tajemnicy

Czas: 5 min • **Materiały:** pudełko

Cel: budowanie zaciekawienia.

1. Bohater zagląda do pudełka, którego zawartości nie znamy.
2. Pokaż reakcję twarzą bez ujawniania przedmiotu.
3. Partner wymyśla, co mogło być w środku.

Łatwiej: Dodaj krótki gest.



Twarz opowiada

Wiek: 3–6 lat

253. Zgoda i odmowa

Czas: 5 min • Materiały: brak

Cel: komunikowanie wyboru mimiką i gestem.

1. Pokaż postaci propozycję wspólnego spaceru.
2. Postać odpowiada skinieniem albo gestem odmowy w wygodny sposób.
3. Partner przyjmuje wybór bez namawiania.

Łatwiej: Użyj otwartej dłoni.



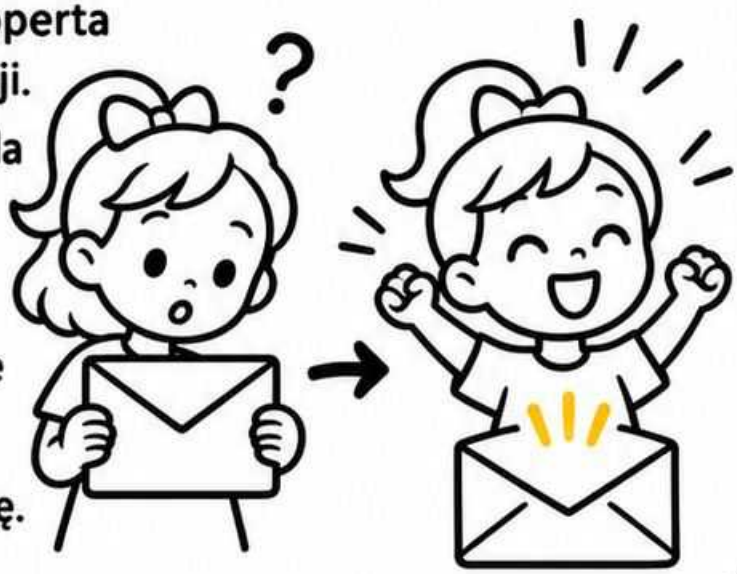
254. Rozpoznana niespodzianka

Czas: 5 min • Materiały: duża koperta

Cel: łączenie obserwacji i ekspresji.

1. Postać otrzymuje kopertę i ogląda ją z ciekawością.
2. Po otwarciu na niby pokazuje radość z wiadomości.
3. Partner opisuje dwie zauważone reakcje.

Łatwiej: Pokaż tylko jedną reakcję.



Twarz opowiada

Wiek: 3–6 lat

255. Mina w parze

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: odpowiadanie na ekspresję partnera.

1. Jedna osoba pokazuje minę wymyślonej postaci.
2. Druga odpowiada własną miną pasującą do spotkania.
3. Zamieńcie role bez wyśmiewania wyglądu.



Łatwiej: Dorosły rozpoczyna wymianę.

256. Od pytania do odkrycia

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: zmiana wyrazu twarzy po informacji.

1. Postać pyta gestem, gdzie jest kapelusz.
2. Partner wskazuje wyobrażone miejsce.
3. Pierwsza osoba pokazuje rozpoznanie i ulgę.



Łatwiej: Pokaż tylko ulgę po wskazaniu.

Twarz opowiada

Wiek: 3–6 lat

257. Twarz opowiada początek

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: wprowadzanie intencji postaci.

1. Wybierz, czy bohater czegoś szuka, czy na coś czeka.
2. Pokaż tę intencję twarzą przed rozpoczęciem ruchu.
3. Widzowie opisują możliwy początek historii.

Łatwiej: Dodaj pomocniczy gest.



258. Reakcja widza w scenie

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: pokazywanie odbioru działania.

1. Jedna postać wykonuje krótki magiczny gest na niby.
2. Druga pokazuje reakcję ciekawego widza.
3. Zmieńcie reakcję na zdziwienie i porównajcie.

Łatwiej: Wybierz jedną reakcję.



Twarz opowiada

Wiek: 3–6 lat

259. Bez lustra bez ocen

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: opisywanie ekspresji zamiast wyglądu.

1. Dziecko pokazuje wybraną minę postaci.
2. Partner mówi widziałem uniesione brwi albo uśmiech.
3. Zamieńcie role bez słów o urodzie i poprawności twarzy.

Łatwiej: Partner wskazuje zauważony ruch gestem.



260. Własny znak emocji

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: samodzielny wybór ekspresji.

1. Wybierz emocję fikcyjnego bohatera.
2. Pokaż ją miną albo gestem według własnego pomysłu.
3. Porównajcie różne sposoby bez wskazywania jednego wzorca.

Łatwiej: Wybierz radość lub spokój.



Emocje fikcyjnego bohatera

Wiek: 3–6 lat

261. Radość z odkrycia

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: wyrażanie radości w działaniu.

1. Bohater odnajduje wyobrażony skarb.
2. Pokaż radość twarzą i wygodnym gestem bez skakania.
3. Partner dodaje reakcję współuczestnika.

Łatwiej: Pokaż sam uśmiech.



262. Smutek po stracie rekwizytu

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: odgrywanie fikcyjnej emocji.

1. Bohater zauważa brak wyobrażonej czapki.
2. Pokaż jego smutek gestem i miną bez wymuszania płaczu.
3. Partner proponuje pomoc i scena idzie dalej.

Łatwiej: Dorosły gra bohatera.



Emocje fikcyjnego bohatera

Wiek: 3–6 lat

263. Złość ma granice

Czas: 5 min • Materiały: brak

Cel: pokazywanie złości bez agresji.

1. Wymyśl bohatera, któremu nie udała się budowa.
2. Pokaż złość nieruchomą pozą i gestem własnych dłoni.
3. Po pauzie pokaż prośbę o pomoc bez uderzania ani krzyku.

Łatwiej: Użyj samej miny.



264. Niepewność przy wejściu

Czas: 6 min • Materiały: brak

Cel: rozpoznawanie potrzeby wsparcia.

1. Bohater przychodzi do nowego miejsca i zatrzymuje się.
2. Partner pokazuje wolne miejsce oraz gest zaproszenia.
3. Pierwsza postać wybiera wejście albo dalsze obserwowanie.

Łatwiej: Zagraj z dorosłym.



Emocje fikcyjnego bohatera

Wiek: 3–6 lat

265. Ulga po odnalezieniu

Czas: 5 min • Materiały: brak

Cel: pokazywanie zmiany emocji.

1. Postać rozgląda się za umownym kluczem.
2. Gdy partner go wskazuje, pokaż ulgę przez zmianę gestu.
3. Zakończcie podziękowaniem bez słów.

Łatwiej: Pokaż tylko moment znalezienia



266. Duma z próby

Czas: 5 min • Materiały: brak

Cel: docenianie własnego działania postaci.

1. Bohater po raz pierwszy pokazuje mały ukłon.
2. Dodaje gest zadowolenia z podjętej próby.
3. Partner odpowiada życzliwym machnięciem bez porównywania.

Łatwiej: Wykonajcie ukłon wspólnie.



Emocje fikcyjnego bohatera

Wiek: 3–6 lat

267. Ciekawość za drzwiami

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: wyrażanie zainteresowania.

1. Pokaż postać dostrzegającą umowne drzwi.
2. Zbliż się spokojnie i pokaż chęć poznania tego miejsca.
3. Partner staje się mieszkańcem i odpowiada powitaniem.

Łatwiej: Zagraj samą dłonią.



268. Rozczarowanie zmienia plan

Czas: 6 min • **Materiały:** puste pudełko
Cel: kontynuowanie sceny po trudności.

1. Bohater zagląda do pustego pudełka po prezencie.
2. Pokazuje rozczarowanie, potem szuka nowego pomysłu.
3. Partner proponuje wspólną zabawę jako prezent.

Łatwiej: Dorosły podpowiada rozwiązanie.



Emocje fikcyjnego bohatera

Wiek: 3–6 lat

269. Spokój po podróży

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: łagodne zamykanie działania.

1. Pokaż powrót bohatera z długiej podróży na niby.
2. Bohater wybiera wygodną pozycję odpoczynku.
3. Partner spokojnie odkłada wyobrażony bagaż.

Łatwiej: Pozostań na siedząco.



270. Wdzięczność bez dotyku

Czas: 5 min • **Materiały:** brak
Cel: wyrażanie podziękowania gestem.

1. Partner pomaga znaleźć wyobrażony przedmiot.
2. Postać odpowiada gestem podziękowania bez uścisku.
3. Wymyślcie drugą wersję podziękowania.

Łatwiej: Wybierz skinienie głowy.



Emocje fikcyjnego bohatera

Wiek: 3–6 lat

271. Zaskoczenie dobrym gestem

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: reakcja na niespodziewaną pomoc.

1. Bohater próbuje sam otworzyć umowne ciężkie drzwi.
2. Partner proponuje pomoc gestem, nie dotykając drugiej osoby.
3. Pierwsza postać pokazuje zdziwienie i zgodę na wspólne działanie.

Łatwiej: Zagrajcie mniejsze drzwi.



272. Oczekiwanie na gościa

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: utrzymanie emocji w krótkiej scenie.

1. Postać przygotowuje miejsce dla umownego gościa.
2. Pokaż oczekiwanie spojrzeniem i drobnym ruchem dłoni.
3. Partner przychodzi, a postać zmienia reakcję.

Łatwiej: Skróć oczekiwanie do chwili.



Emocje fikcyjnego bohatera

Wiek: 3–6 lat

273. Niepokój fikcyjnego bohatera

Czas: 6 min • Materiały: brak
Cel: szukanie wsparcia w scenie.

1. Wymyśl postać, która nie zna drogi.
2. Pokaż niepokój bez straszenia i głośnych dźwięków.
3. Partner wskazuje spokojne miejsce lub pomocną osobę.

Łatwiej: Dorosły gra osobę wspierającą.



274. Zadowolenie z odpoczynku

Czas: 5 min • Materiały: poduszka
Cel: pokazanie potrzeby postaci.

1. Postać po spacerze wybiera miejsce obok poduszki.
2. Pokaż zadowolenie miną i rozluźnionymi dłońmi.
3. Partner przyjmuje, że bohater chce chwilę spokoju.

Łatwiej: Pokaż tylko gest odpoczynku.



Emocje fikcyjnego bohatera

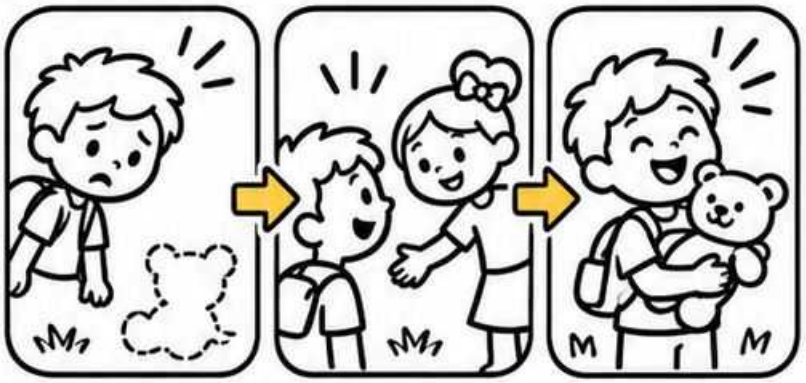
Wiek: 3–6 lat

275. Emocje w trzech obrazach

Czas: 7 min • **Materiały:** brak

Cel: dostrzeganie zmiany w historii.

1. Wybierz historię: zguba, pomoc, odnalezienie.
2. Zespoły pokazują po jednej emocji w każdym obrazie.
3. Widzowie opisują możliwe uczucia bohatera.



Łatwiej: Użyj dwóch obrazów.

276. Różne reakcje na deszcz

Czas: 6 min • **Materiały:** rysunek deszczu

Cel: przyjmowanie wielu interpretacji.

1. Pokaż deszcz padający w wymyślonej historii.
2. Każda postać wybiera własną reakcję: radość, zdziwienie albo niechęć.
3. Porównajcie gesty bez przypisywania jednej właściwej emocji.



Łatwiej: Wybierz spośród dwóch gestów.

Emocje fikcyjnego bohatera

Wiek: 3–6 lat

277. Emocja i potrzeba

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: łączenie ekspresji z działaniem.

1. Bohater pokazuje zmęczenie po podróży na niby.
2. Partner proponuje przerwę, miejsce albo rozmowę.
3. Bohater wybiera i pokazuje, co mu pomaga.

Łatwiej: Dorosły proponuje dwie możliwości.



278. Pomoc nie zawsze taka sama

Czas: 7 min • **Materiały:** brak

Cel: odpowiadanie na wybór partnera.

1. Postać pokazuje smutek z powodu pustego ogrodu.
2. Partner proponuje zabawę, a postać może odmówić.
3. Znajdźcie inny wspólny sposób pomocy, na przykład posadzenie kwiatu.

Łatwiej: Dorosły prowadzi rozmowę gestami.



Emocje fikcyjnego bohatera

Wiek: 3–6 lat

279. Uczucie widoczne w kroku

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: łączenie emocji i sposobu poruszania.

1. Postać idzie na spotkanie z ciekawością.
2. Po drodze dostrzega umowny prezent i zmienia gest.
3. Partner opisuje zmianę tempa lub ustawienia dłoni.



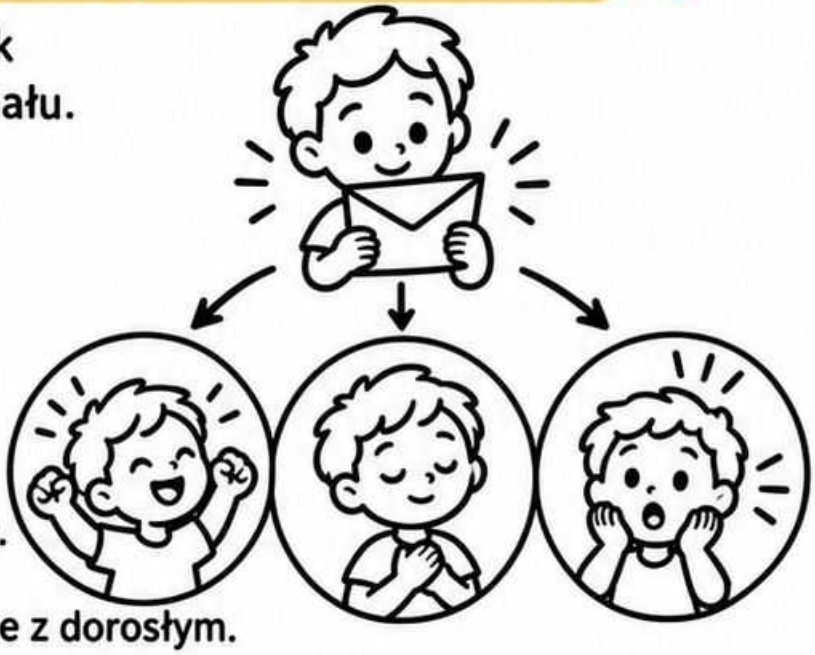
Łatwiej: Pokaż działanie w miejscu.

280. Zakończenie z wyborem emocji

Czas: 7 min • **Materiały:** brak

Cel: samodzielne tworzenie finału.

1. Zagrajcie historię znalezienia tajemniczego listu.
2. Dzieci wybierają, czy bohater kończy z radością, spokojem czy zdziwieniem.
3. Pokażcie różne wersje i nazwijcie widoczne działania.



Łatwiej: Przygotuj dwie wersje z dorosłym.

Pantomima i przedmioty

Wiek: 3–6 lat

281. Niewidzialna ściana

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: pokazanie płaszczyzny w pantomimie.

1. Wyobraź sobie pionową ścianę przed sobą.
2. Dotknij jej dłońmi na niby w dwóch miejscach.
3. Zatrzymaj dłonie w tej samej umownej odległości.

Łatwiej: Użyj jednej dłoni.



282. Otwieramy parasol

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: czytelna kolejność czynności.

1. Pokaż trzymanie zamkniętego parasola na niby.
2. Otwórz go gestem i sprawdź nad głową bez odchylania szyi.
3. Złóż parasol i odłóż obok siebie.

Łatwiej: Pokaż dwa etapy.



Pantomima i przedmioty

Wiek: 3–6 lat

283. Niesiemy tacę

Czas: 5 min • Materiały: brak
Cel: utrzymywanie wyobrażonego przedmiotu.

1. Ułóż dłonie jak pod lekką tacą.
2. Przejdź dwa spokojne kroki, zachowując jej poziom.
3. Odłóż tacę na umowny stolik.

Łatwiej: Ćwicz bez chodzenia.



284. Niewidzialny plecak

Czas: 6 min • Materiały: brak
Cel: pokazywanie przedmiotu bez kostiumu.

1. Pokaż zakładanie lekkiego plecaka na niby.
2. Zajrzyj do jego kieszeni i wyjmij mapę.
3. Zamknij plecak gestem i przygotuj podróż.

Łatwiej: Pokaż tylko wyjmowanie mapy.



Pantomima i przedmioty

Wiek: 3–6 lat

285. Czytamy wielką księgę

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: pokazywanie rozmiaru i faktury.

1. Dłońmi określ wielkość wyobrażonej książki.
2. Otwórz ją i przewróć jedną grubą stronę.
3. Pokaż reakcję na niezwykły rysunek.



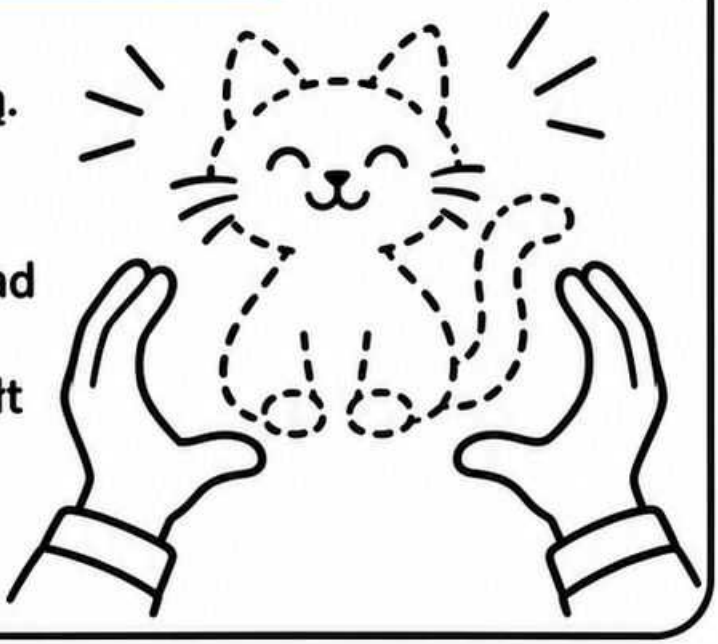
Łatwiej: Użyj małej prawdziwej książki.

286. Rzeźba z powietrza

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: tworzenie kształtu pantomimą.

1. Dłońmi formuj umowną bryłę w powietrzu.
2. Dodaj jeden szczegół, na przykład uszy kota.
3. Partner odgaduje możliwy kształt bez oceniania.



Łatwiej: Uformuj prostą kulę.

Pantomima i przedmioty

Wiek: 3–6 lat

287. Szukamy okularów



Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: budowanie czytelnego poszukiwania.

1. Postać sprawdza umowny stolik i kieszeń.
2. Znajduje okulary na niby w wybranym miejscu.
3. Zakłada je gestem i pokazuje ulgę.

Łatwiej: Przygotuj dwa miejsca poszukiwań.

288. Przyklejony but na niby



Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: bezpieczne pokazywanie przeszkody.

1. Stań stabilnie bez prawdziwego przyklejania obuwia.
2. Pokaż zdziwienie, jakby but nie chciał ruszyć.
3. Rozwiąż problem drobnym krokiem, bez szarpania i tracenia równowagi.

Łatwiej: Zagraj przyklejoną dłoń w powietrzu.

Pantomima i przedmioty

Wiek: 3–6 lat

289. Paczka dla przyjaciela

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: uzasadnianie gestu intencją.

1. Pokaż przygotowanie wyobrażonego pudełka.
2. Zapakuj do niego gestem miękki szalik.
3. Podaj partnerowi, zachowując rozmiar paczki.

Łatwiej: Pokaż samo wręczenie.



290. Myjemy okno na niby

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: powtarzalny ruch z celem.

1. Wyznacz dłońmi małe umowne okno.
2. Pokaż przecieranie jego środka, potem brzegów.
3. Sprawdź efekt przez spojrzenie na widza.

Łatwiej: Zagraj jeden fragment okna.



Pantomima i przedmioty

Wiek: 3–6 lat

291. Niewidzialne szerokie drzwi

Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: planowanie drogi w pantomimie.

1. Zaznacz wyobraźnią szerokie przejście przed sobą.
2. Pokaż łagodne odsuwanie drzwi bez wirowania.
3. Przejdź zwykłym krokiem i zatrzymaj się.

Łatwiej: Pokaż drzwi samą dłonią.



292. Zbieramy jabłka na niby

Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: różnicowanie wysokości gestu.

1. Pokaż jabłko w zasięgu wygodnie wyciągniętej dłoni.
2. Zerwij je na niby i włóż do kosza.
3. Dodaj jabłko niżej, bez wspinania i głębokiego skłonu.

Łatwiej: Zbieraj na wysokości klatki piersiowej.



Pantomima i przedmioty

Wiek: 3–6 lat

293. Rzeka bez wody

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: tworzenie miejsca samym ruchem.

1. Dwoje dzieci w swoich miejscach pokazuje fale dłońmi.
2. Trzecia postać ogląda rzekę i wskazuje drogę obok.
3. Zmieńcie role bez skakania nad osobami.

Łatwiej: Zagraj rzekę jedną dłonią.



294. Niewidzialna lina w dłoniach

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: pokazywanie długości bez siłowania.

1. Pokaż trzymanie umownej lekkiej liny przed sobą.
2. Przesuwaj dłonie kolejno, jak przy zwijaniu.
3. Odłóż zwoje bez ciągnięcia partnera.

Łatwiej: Zwijaj krótki odcinek.



Pantomima i przedmioty

Wiek: 3–6 lat

295. Lot papierowego samolotu

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: śledzenie wyobrażonego ruchu.

1. Pokaż złożenie samolotu na niby.
2. Wyślij go gestem w wolną przestrzeń, pozostając na miejscu.
3. Wzrokiem i dłonią pokaż łagodne lądowanie.

Łatwiej: Pokaż tylko lot palcem.



296. Łowimy pomysł

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: pokazanie niespodzianki w pantomimie.

1. Pokaż wyobrażoną wędkę bez prawdziwego sznurka.
2. Wyciągnij na niby niezwykły przedmiot, na przykład kapelusz.
3. Zareaguj miną i pokaż go partnerowi.

Łatwiej: Dorosły podpowiada przedmiot.



Pantomima i przedmioty

Wiek: 3–6 lat

297. Zegar z ciała

Czas: 6 min • Materiały: brak

Cel: symboliczne przedstawianie przedmiotu.

1. Wybierz wygodny ruch dłoni jako wskazówkę zegara.
2. Dodaj regularną małą zmianę ustawienia.
3. Partner pokazuje chwilę zatrzymania i ponownego ruszenia.



Łatwiej: Użyj jednego palca.

298. Most z dłoni

Czas: 6 min • Materiały: brak

Cel: wspólne tworzenie znaku miejsca.

1. Każda osoba tworzy własnymi dłońmi łuk mostu.
2. Ustawcie się w odstępie jako krajobraz, bez przechodzenia pod ciałami.
3. Partner pokazuje podróż palcem obok mostów.



Łatwiej: Zagraj całość na stoliku.

Pantomima i przedmioty

Wiek: 3–6 lat

299. Trzy przedmioty bez przedmiotów

Czas: 7 min • Materiały: brak
Cel: czytelne różnicowanie gestu.

1. Pokaż trzymanie filiżanki, książki i dużego pudełka.
2. Partner rozpoznaje przedmiot po układzie dłoni.
3. Zamieńcie role i ułóżcie krótką scenę z dwoma gestami.



Łatwiej: Wybierz dwa kontrastujące rozmiary.

300. Nasza niema etiuda

Czas: 8 min • Materiały: brak
Cel: łączenie ruchu mimiki i intencji.

1. Pary wybierają cel postaci, na przykład znalezienie miejsca odpoczynku.
2. Pokazują szukanie, spotkanie i rozwiązanie bez słów.
3. Widzowie opisują zauważone gesty oraz zmianę twarzy.



Łatwiej: Dorosły zapowiada trzy etapy.

Moduł 4

Improwizacja i tworzenie scenek

Wymyślamy bohaterów i miejsca.



Słuchamy pomysłów partnera.
Łączymy początek, zmianę i zakończenie.

Możesz wybrać rolę bez mówienia lub obserwować.

Tworzymy postacie

Wiek: 3–6 lat

301. Postać wybiera imię



Czas: 6 min • Materiały: brak
Cel: tworzenie podstawowej tożsamości bohatera.

1. Wymyśl imię fikcyjnej postaci.
2. Dodaj jeden gest, po którym można ją rozpoznać.
3. Partner wita postać i pyta, dokąd idzie.

Łatwiej: Dorosły podaje dwa imiona do wyboru.

302. Co nosi bohater



Czas: 6 min • Materiały: brak
Cel: budowanie roli przez wyobrażony przedmiot.

1. Postać wybiera przedmiot noszony na niby, na przykład wielką książkę.
2. Pokazuje sposób jego trzymania i poruszania się.
3. Partner pyta, do czego przedmiot będzie potrzebny.

Łatwiej: Wybierz przedmiot z obrazka.

Tworzymy postacie

Wiek: 3–6 lat

303. Sekretne zajęcie

Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: pokazywanie zainteresowania postaci.

1. Wymyśl, co bohater lubi robić w wolnym czasie.
2. Pokaż tę czynność bez słów.
3. Partner odgaduje i proponuje wspólne działanie.

Łatwiej: Pokaż znaną czynność codzienną.



304. Postać ma zwyczaj

Czas: 7 min • **Materiały:** brak
Cel: utrzymywanie charakterystycznego działania.

1. Wybierz nawyk bohatera, na przykład poprawianie umownego kapelusza.
2. Pokaż wejście i powitanie z tym gestem.
3. Partner spotyka postać drugi raz i rozpoznaje zwyczaj.

Łatwiej: Użyj jednego krótkiego gestu.



Tworzymy postacie

Wiek: 3–6 lat

305. Bohater czegoś chce

Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: czytelne określenie celu postaci.

1. Wymyśl, czego bohater szuka, na przykład miejsca dla kwiatu.
2. Pokaż oglądanie dwóch możliwych miejsc.
3. Partner proponuje trzecie miejsce i bohater wybiera.

Łatwiej: Wybierz spośród dwóch miejsc.



306. Dwie cechy jednej postaci

Czas: 7 min • **Materiały:** brak
Cel: łączenie ruchu i intencji.

1. Wymyśl spokojnego odkrywcę, który jest bardzo ciekawy.
2. Pokaż powolny krok i uważne oglądanie śladu.
3. Partner pokazuje własną wersję tej postaci.

Łatwiej: Wybierz tylko jedną cechę.



Tworzymy postacie

Wiek: 3–6 lat

307. Zmiana roli po znaku

Czas: 6 min • **Materiały:** dwie karty ról
Cel: świadome wchodzenie w postać.

1. Przy karcie ogrodnika pokaż sadzenie.
2. Przy karcie listonosza pokaż doręczenie wiadomości.
3. Dziecko wybiera moment zamiany po zakończeniu czynności.

Łatwiej: Zmieniaj dwie znane czynności.



308. Bohater i pomocnik

Czas: 7 min • **Materiały:** brak
Cel: odróżnianie zadań postaci.

1. Jedna postać chce znaleźć wyobrażoną latarnię.
2. Druga wybiera, jak pomóc przez wskazanie lub wspólne szukanie.
3. Zamieńcie role po odnalezieniu miejsca.

Łatwiej: Dorosły jest pomocnikiem.



Tworzymy postacie

Wiek: 3–6 lat

309. Gość z innego świata

Czas: 7 min • **Materiały:** brak

Cel: reagowanie na niezwykły sposób działania.

1. Wymyśl gościa, który wita się ruchem łokcia bez dotykania.
2. Gospodarz próbuje zrozumieć gest i odpowiada własnym.
3. Oboje ustalają wspólne powitanie.



Łatwiej: Prowadzący pokazuje pierwszą wymianę.

310. Własny głos postaci

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: łączenie brzmienia i roli.

1. Wymyśl postać i krótkie zdanie, które mówi.
2. Wybierz wygodną barwę lub intonację bez forsowania głosu.
3. Partner odpowiada na znaczenie zdania.



Łatwiej: Powiedz zwykłym głosem i dodaj gest.

Tworzymy postacie

Wiek: 3–6 lat

311. Co bohater potrafi

Czas: 7 min • **Materiały:** brak

Cel: nadawanie roli konkretnej umiejętności.

1. Wymyśl bohatera, który potrafi odnajdywać zagubione rzeczy.
2. Pokaż jego sposób oglądania otoczenia.
3. Partner prosi go o znalezienie umownego klucza.

Łatwiej: Dorosły podaje zadanie.



312. Postać czegoś się uczy

Czas: 7 min • **Materiały:** brak

Cel: pokazywanie zmiany w działaniu.

1. Bohater próbuje powitania nieznanym gestem.
2. Partner spokojnie pokazuje przykład.
3. Zagrajcie drugą próbę z własną wersją gestu.

Łatwiej: Wykonajcie gest wspólnie.



Tworzymy postacie

Wiek: 3–6 lat

313. Bohater wybiera miejsce

Czas: 7 min • **Materiały:** trzy obrazki miejsc
Cel: uzasadnianie roli otoczeniem.

1. Wybierz dom, las albo port dla swojej postaci.
2. Pokaż czynność, która pasuje do tego miejsca.
3. Partner odwiedza bohatera i pyta, co robi.



Łatwiej: Wybierz spośród dwóch obrazków.

314. Mały przedmiot wielki plan

Czas: 7 min • **Materiały:** duża papierowa gwiazda
Cel: tworzenie celu przez rekwizyt.

1. Postać znajduje gwiazdę i wymyśla dla niej zastosowanie.
2. Partner proponuje inny pomysł bez odbierania przedmiotu.
3. Wybierzcie wspólny cel i pokażcie pierwsze działanie.



Łatwiej: Dorosły podaje dwa zastosowania.

Tworzymy postacie

Wiek: 3–6 lat

315. Kto przychodzi drugi

Czas: 7 min • **Materiały:** brak

Cel: dopasowanie postaci do sceny partnera.

1. Pierwsza osoba rozpoczyna podlewanie ogrodu na niby.
2. Druga wybiera postać, która może dołączyć do tej sytuacji.
3. Oboje ustalają wspólne zadanie przez gest albo zdanie.

Łatwiej: Dorosły proponuje pomocnika ogrodnika.



316. Bohater zmienia zdanie

Czas: 7 min • **Materiały:** brak

Cel: pokazywanie decyzji w scenie.

1. Postać zamierza udać się do lasu.
2. Po spotkaniu partnera dowiaduje się o ogrodzie.
3. Pokazuje decyzję, czy zmienia plan, i uzasadnia ją krótkim gestem.

Łatwiej: Wybierz spośród dwóch zakończeń.



Tworzymy postacie

Wiek: 3–6 lat

317. Postać z jednego gestu

Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: rozwijanie prostego impulsu.

1. Wybierz gest zaglądania przez okno.
2. Wymyśl, kto go wykonuje i na kogo czeka.
3. Partner pojawia się jako oczekiwana postać.



Łatwiej: Prowadzący podaje miejsce.

318. Bohater bez kostiumu

Czas: 6 min • **Materiały:** brak
Cel: czytelne granie roli ciałem.

1. Wybierz rolę ogrodnika, króla albo podróżnika.
2. Pokaż ją bez rekwizytów i nazw.
3. Widzowie opisują gesty, które pomogły rozpoznać postać.



Łatwiej: Dodaj jedno krótkie zdanie.

Tworzymy postacie

Wiek: 3–6 lat

319. Para z różnymi celami

Czas: 8 min • **Materiały:** brak

Cel: uzgadnianie współpracy w scenie.

1. Jedna postać szuka ciszy, druga miejsca do rozmowy.
2. Pokażcie spotkanie i zauważcie różne potrzeby.
3. Wymyślcie rozwiązanie wygodne dla obu postaci.

Łatwiej: Dorosły podaje pomysł dwóch miejsc.



320. Portret bohatera w trzech krokach

Czas: 8 min • **Materiały:** brak

Cel: łączenie cech w krótką prezentację.

1. Wymyśl imię, charakterystyczny gest i cel postaci.
2. Pokaż jej wejście, działanie i zakończenie.
3. Partner opisuje, co zrozumiał o bohaterze.

Łatwiej: Zagraj tylko wejście i cel.



Miejsce akcji

Wiek: 3–6 lat

321. Miejsce z jednego znaku

Czas: 6 min • **Materiały:** rysunek drzewa
Cel: tworzenie umownej przestrzeni.

1. Postaw rysunek poza drogą dzieci jako znak lasu.
2. Pokaż czynność, która pozwala rozpoznać miejsce.
3. Partner dodaje własny element lasu ruchem.



Łatwiej: Dorosły pokazuje słuchanie ptaków.

322. Przystanek autobusowy

Czas: 7 min • **Materiały:** dwa stabilne krzesła
Cel: odgrywanie spotkania w przestrzeni publicznej.

1. Oznacz miejsce czekania obok krzeseł.
2. Jedna postać pyta, czy tutaj przyjedzie autobus.
3. Druga odpowiada i wspólnie pokazują spokojne wejście na niby.



Łatwiej: Pozostańcie na siedząco.

Miejsce akcji

Wiek: 3–6 lat

323. Mała biblioteka

Czas: 7 min • **Materiały:** dwie duże książki
Cel: utrzymywanie sensu miejsca w dialogu.

1. Bibliotekarz układa książki na niskim stoliku.
2. Gość prosi o historię o zwierzętach.
3. Razem wybierają książkę i pokazują zaciekawienie ilustracją.

Łatwiej: Użyj samego gestu wyboru.



324. Port na końcu sali

Czas: 7 min • **Materiały:** brak
Cel: budowanie miejsca przez wspólne działania.

1. Dwie osoby pokazują fale dłońmi w swoich miejscach.
2. Trzecia postać rozgląda się za łódką na niby.
3. Grupa dodaje gest spokojnego zacumowania bez lin.

Łatwiej: Zagrajcie wszystko na siedząco.



Miejsce akcji

Wiek: 3–6 lat

325. Targ niezwykłych rzeczy

Czas: 8 min • **Materiały:** duże papierowe przedmioty

Cel: wyjaśnianie znaczenia przedmiotu.

1. Sprzedawca wybiera papierowy klucz i wymyśla jego niezwykłą funkcję.
2. Klient pyta, do czego służy.
3. Sprzedawca pokazuje zastosowanie, a klient decyduje, czy chce go użyć.

Łatwiej: Dorosły podpowiada funkcję.



326. Warsztat na niby

Czas: 7 min • **Materiały:** brak

Cel: współdziałanie przy jednym zadaniu.

1. Postać pokazuje naprawianie wyobrażonego koła bez narzędzi.
2. Pomocnik pyta, jak może się przydać.
3. Wspólnie sprawdzają, czy koło już się obraca.

Łatwiej: Dorosły gra pomocnika.



Miejsce akcji

Wiek: 3–6 lat

327. Dom dla przybysza

Czas: 8 min • **Materiały:** karton jako znak domu
Cel: tworzenie miejsca z uwzględnieniem postaci.

1. Gość mówi lub pokazuje, że szuka spokojnego miejsca.
2. Gospodarz wskazuje wejście i miejsce odpoczynku.
3. Gość wybiera, gdzie chce zostać, i dziękuje.

Łatwiej: Zagrajcie z dorosłym.



328. Ogród po deszczu

Czas: 7 min • **Materiały:** papierowy kwiat
Cel: budowanie sceny przez obserwację.

1. Postać zauważa kwiat, który pochylił się po deszczu.
2. Partner proponuje podparcie go gestem bez prawdziwych patyków.
3. Wspólnie pokazują odnowiony ogród.

Łatwiej: Dorosły opowiada początek.



Miejsce akcji

Wiek: 3–6 lat

329. Muzeum jednego przedmiotu

Czas: 7 min • **Materiały:** duży bezpieczny rekwizyt

Cel: kierowanie uwagą widza.

1. Przewodnik pokazuje rekwizyt i wymyśla jego historię.
2. Zwiedzający zadaje jedno krótkie pytanie.
3. Przewodnik odpowiada i prezentuje działanie przedmiotu na niby.

Łatwiej: Dorosły pomaga wymyślić historię.



330. Stacja kosmiczna

Czas: 8 min • **Materiały:** brak

Cel: uzgadnianie zasad fikcyjnego miejsca.

1. Wymyślcie gest otwierania drzwi stacji bez skakania.
2. Gość pyta, jak wejść do środka.
3. Gospodarz pokazuje dwa kroki przygotowania i zaprasza.

Łatwiej: Ustal tylko jeden gest.



Miejsce akcji

Wiek: 3–6 lat

331. Pusty plac staje się sceną

Czas: 7 min • **Materiały:** brak

Cel: tworzenie przestrzeni przez aktorów.

1. Jedna postać pokazuje **drzewo** we własnym miejscu.
2. Druga dodaje ławkę gestem, bez podtrzymywania osób.
3. Trzecia spaceruje obok znaków i odkrywa park.

Łatwiej: Dorosły opisuje znaki.



332. Sklep z pogodą

Czas: 8 min • **Materiały:** karty słońca deszczu wiatru

Cel: tworzenie fantastycznej umowy.

1. Sprzedawca pokazuje karty pogody.
2. Klient wybiera pogodę do wymyślonej przygody i mówi dlaczego.
3. Razem pokazują pierwszą scenę tej przygody.

Łatwiej: Dorosły podaje dwa cele.



Miejsce akcji

Wiek: 3–6 lat

333. Teatr w pudełku

Czas: 8 min • Materiały: duże pudełko poza przejściem

Cel: wybór znaków scenografii.

1. Zdecydujcie, czy pudełko oznacza dom, statek czy scenę.
2. Pokażcie jedno działanie pasujące do wybranej funkcji.
3. Zmieńcie znaczenie pudełka i dodajcie nową postać.

Łatwiej: Wybierz dwie funkcje.



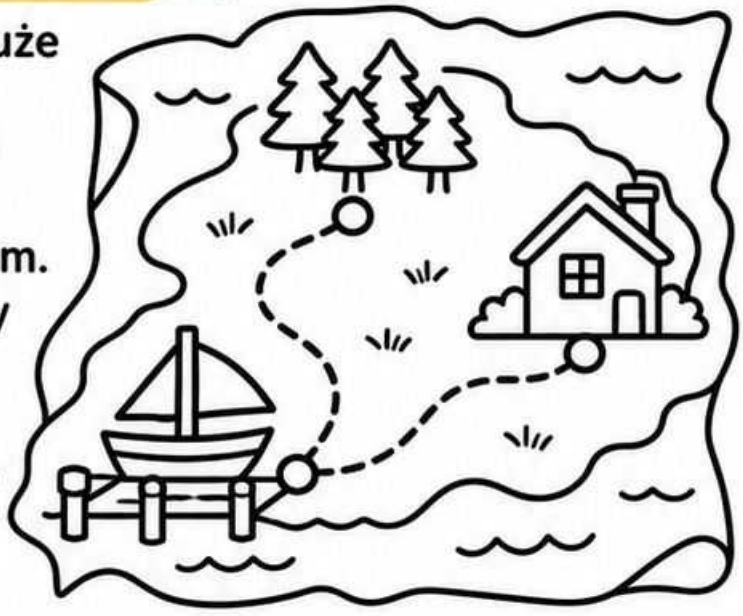
334. Wyspa trzech miejsc

Czas: 8 min • Materiały: trzy duże obrazki

Cel: porządkowanie przestrzeni opowieści.

1. Oznacz na ścianie port, las i dom.
2. Bohater wybiera drogę między dwoma miejscami.
3. Partner spotyka go w trzecim miejscu z propozycją pomocy.

Łatwiej: Użyj dwóch punktów.



Miejsce akcji

Wiek: 3–6 lat

335. Kawiarnia dla bajkowych gości

Czas: 8 min • **Materiały:** brak
Cel: dialog związany z miejscem.

1. Gospodarz zaprasza do stolika na niby.
2. Gość zamawia wyobrażony napój i opisuje jego kolor.
3. Gospodarz podaje go gestem, a gość dziękuje.

Łatwiej: Wybierz samo podanie i podziękowanie.



336. Biuro zagubionych rzeczy

Czas: 8 min • **Materiały:** trzy duże rekwizyty
Cel: łączenie opisu z poszukiwaniem.

1. Gość opisuje jeden zgubiony przedmiot bez pokazywania.
2. Pracownik wybiera pasujący rekwizyt.
3. Gość potwierdza lub dodaje informację, a oboje kończą spotkanie.

Łatwiej: Dorosły pomaga w opisie.



Miejsce akcji

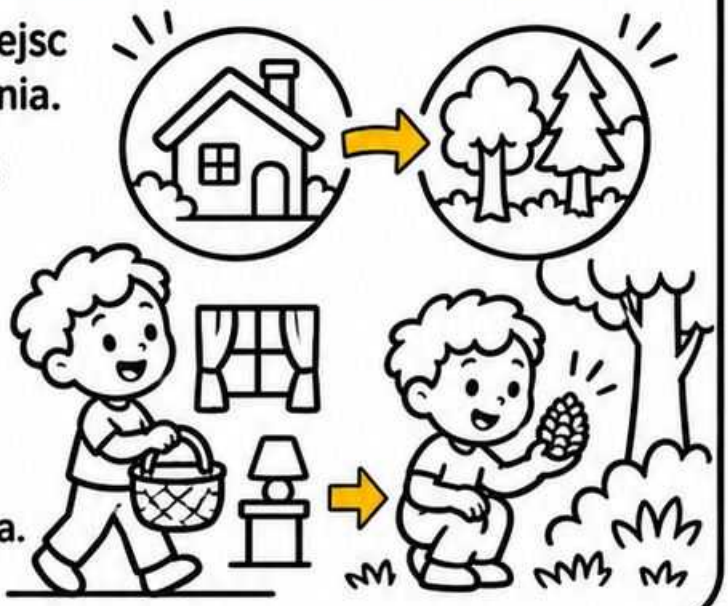
Wiek: 3–6 lat

337. Przestrzeń zmienia zadanie

Czas: 7 min • **Materiały:** dwie karty miejsc
Cel: dopasowanie działania do otoczenia.

1. Postać niesie wyobrażony koszyk w domu.
2. Po zmianie karty trafia do lasu i wybiera inne działanie.
3. Partner opisuje, jak zmieniła się historia.

Łatwiej: Dorosły pokazuje oba miejsca.



338. Wejście do nieznanego ogrodu

Czas: 7 min • **Materiały:** brak
Cel: budowanie ciekawości miejsca.

1. Bohater otwiera wyobrażoną furtkę.
2. Dostrzega niezwykły kwiat i pokazuje reakcję.
3. Ogrodnik wita go i opowiada jedno zdanie o roślinie.

Łatwiej: Dorosły gra ogrodnika.



Miejsce akcji

Wiek: 3–6 lat

339. Miejsce ma swój dźwięk

Czas: 8 min • **Materiały:** papier i karton
Cel: łączenie przestrzeni i odgłosu.

1. Wybierzcie port, las albo dom.
2. Jedna osoba tworzy łagodny odgłos pasujący do miejsca.
3. Pozostali pokazują scenę i wspólnie kończą dźwięk.

Łatwiej: Użyj jednego cichego odgłosu.



340. Własne miejsce opowieści

Czas: 8 min • **Materiały:** dwa wybrane znaki
Cel: samodzielne organizowanie sceny.

1. Zespół wybiera miejsce i dwa znaki, które je pokażą.
2. Ustala wejście bohatera oraz jego pierwszą czynność.
3. Prezentuje krótki obraz, a widzowie opisują rozpoznane miejsce.

Łatwiej: Dorosły pomaga ustawić znaki.



Dialog i partner

Wiek: 3–6 lat

341. Pytanie otwiera scenę

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: rozpoczynanie dialogu z celem.

1. Postać pyta gdzie znajdę ogród.
2. Partner odpowiada krótką wskazówką i gestem.
3. Pierwsza postać dziękuje oraz pokazuje dalszą drogę.

Łatwiej: Dorosły czyta pytanie.



342. Odpowiedź prowadzi dalej

Czas: 7 min • **Materiały:** brak

Cel: rozwijanie propozycji partnera.

1. Jedna postać mówi *znalazłem mapę.*
2. Druga odpowiada *zobaczmy, dokąd prowadzi.*
3. Razem wybierają miejsce i pokazują pierwszy krok wyprawy.

Łatwiej: Dorosły podpowiada odpowiedź.



Dialog i partner

Wiek: 3–6 lat

343. Rozmowa przez okno

Czas: 7 min • **Materiały:** papierowa rama

Cel: utrzymywanie umownej granicy w scenie.

1. Jedna postać wygląda przez umowne okno.
2. Druga wita ją z zewnątrz i pyta o spotkanie.
3. Uzgodnijcie miejsce spotkania bez przechodzenia przez ramę.

Łatwiej: Zagrajcie bez rekwizytu.



344. Prośba i zgoda

Czas: 6 min • **Materiały:** duża koperta

Cel: budowanie wymiany z działaniem.

1. Gość prosi o przekazanie koperty.
2. Partner zgadza się i ustala, komu ją wręczyć.
3. Gość potwierdza odbiorcę, a partner rozpoczyna drogę.

Łatwiej: Użyj jednego imienia odbiorcy.



Dialog i partner

Wiek: 3–6 lat

345. Prośba i inna propozycja

Czas: 7 min • **Materiały:** brak

Cel: odpowiadanie bez przerywania sceny.

1. Postać prosi o wyobrażony rower.
2. Partner mówi nie mam roweru, mogę pokazać drogę pieszo.
3. Oboje wybierają, jak kontynuować podróż.

Łatwiej: Dorosły daje dwie propozycje.



346. Nie dosłyszałem

Czas: 6 min • **Materiały:** brak

Cel: spokojne wyjaśnianie komunikatu.

1. Postać wypowiada krótką wiadomość.
2. Partner może poprosić powtórz proszę bez oceniania mowy.
3. Pierwsza osoba podchodzi bliżej i powtarza wygodnym głosem.

Łatwiej: Ćwiczcie blisko od początku.



Dialog i partner

Wiek: 3–6 lat

347. Co masz w koszyku

Czas: 7 min • Materiały: brak
Cel: utrzymywanie tematu dialogu.

1. Jedna postać niesie koszyk na niby.
2. Partner pyta o zawartość, a postać wybiera jeden przedmiot.
3. Partner dodaje pytanie o zastosowanie tego przedmiotu.

Łatwiej: Dorosły proponuje przedmiot.



348. Zdanie z gestem zamiast odpowiedzi

Czas: 6 min • Materiały: brak
Cel: przyjmowanie różnych sposobów komunikacji.

1. Postać pyta, czy partner chce wejść do ogrodu.
2. Partner odpowiada ruchem bez słów.
3. Pierwsza postać potwierdza rozumienie i zostawia możliwość zmiany.

Łatwiej: Użyjcie ustalonego znaku tak i nie.



Dialog i partner

Wiek: 3–6 lat

349. Spotkanie po latach na niby

Czas: 7 min • **Materiały:** brak

Cel: budowanie relacji fikcyjnych postaci.

1. Dwie wymyślone postacie rozpoznają się po geście.
2. Witają się i przypominają wspólną przygodę jednym zdaniem.
3. Uzgadniają nowy pomysł na spotkanie.

Łatwiej: Dorosły podaje wspólne wspomnienie postaci.



350. Krótki wywiad z bohaterem

Czas: 8 min • **Materiały:** papierowy mikrofon

Cel: zadawanie pytań dotyczących roli.

1. Reporter pyta bohatera, co właśnie robi.
2. Bohater odpowiada zgodnie z wybranym zadaniem.
3. Reporter pyta o następny krok, nie o prywatne sprawy dziecka.

Łatwiej: Dorosły jest reporterem.



Dialog i partner

Wiek: 3–6 lat

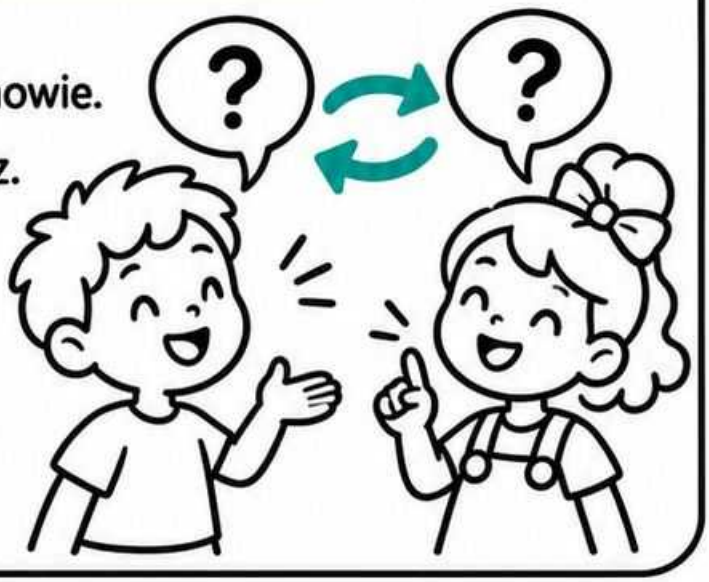
351. Zmieniamy pytającego

Czas: 7 min • **Materiały:** brak

Cel: przekazywanie inicjatywy w rozmowie.

1. Pierwsza postać pyta dokąd idziesz.
2. Po odpowiedzi druga pyta o cel pierwszej.
3. Postacie znajdują wspólny fragment drogi.

Łatwiej: Wybierzcie ten sam cel.



352. Zaproszenie i znak rozpoczęcia

Czas: 7 min • **Materiały:** brak

Cel: dodawanie użytecznej informacji.

1. Postać zaprasza partnera na mały pokaz.
2. Partner pyta, po jakim znaku zacznie się występ.
3. Oboje ustalają widoczny gest rozpoczęcia.

Łatwiej: Dorosły podpowiada znak.



Dialog i partner

Wiek: 3–6 lat

353. Tajemnicza wiadomość

Czas: 8 min • **Materiały:** duża koperta
Cel: stopniowe ujawnianie informacji.

1. Posłaniec mówi mam wiadomość o ogrodzie.
2. Odbiorca pyta, co się zmieniło.
3. Posłaniec wymyśla jedno zdarzenie, a oboje planują odpowiedź.

Łatwiej: Dorosły podaje zdarzenie.



354. Pytanie do widza

Czas: 8 min • **Materiały:** dwie karty miejsc
Cel: włączanie publiczności w decyzję.

1. Bohater pyta widzów, czy pójść do lasu czy do portu.
2. Widzowie wskazują kartę bez przekrzykiwania.
3. Bohater przyjmuje wybór i pokazuje następne działanie.

Łatwiej: Dorosły zbiera odpowiedzi.



Dialog i partner

Wiek: 3–6 lat

355. Rozmowa z przedmiotem

Czas: 7 min • **Materiały:** duża drewniana łyżka
Cel: nadawanie głosu rekwizytowi.

1. Dorosły porusza łyżką jako postacią.
2. Dziecko pyta, czego postać szuka.
3. Łyżka odpowiada, a dziecko proponuje pomoc.

Łatwiej: Użyj pytania i gestu.



356. Dwie kwestie jedna zmiana

Czas: 7 min • **Materiały:** brak
Cel: budowanie krótkiego zwrotu akcji.

1. Pierwsza postać mówi tutaj jest mój dom.
2. Druga odpowiada dziś ten dom jest statkiem na niby.
3. Obie pokazują, jak przyjmują nowe znaczenie miejsca.

Łatwiej: Dorosły zapowiada zmianę.



Dialog i partner

Wiek: 3–6 lat

357. Głos narratora pomaga

Czas: 8 min • **Materiały:** brak

Cel: łączenie dialogu i opowiadania.

1. Narrator mówi, że dwie postacie spotkały się przy drzewie.
2. Postacie wymieniają pytanie i odpowiedź.
3. Narrator dopowiada, dokąd poszły, a postacie pokazują ruch.

Łatwiej: Dorosły jest narratorem.



358. Rozmowa bez gotowych kwestii

Czas: 8 min • **Materiały:** jeden rekwizyt

Cel: samodzielne dobieranie słów.

1. Ustalcie tylko miejsce oraz cel obu postaci.
2. Rozpocznijcie spotkanie własnymi krótkimi zdaniami.
3. Po chwili zakończcie gestem pożegnania.

Łatwiej: Dorosły podaje pierwszą kwestię.



Dialog i partner

Wiek: 3–6 lat

359. Słucham zanim dodam

Czas: 7 min • **Materiały:** brak

Cel: odnoszenie odpowiedzi do partnera.

1. Jedna postać opisuje znaleziony ślad.
2. Druga czeka do końca i zadaje pytanie o ten ślad.
3. Razem pokazują sprawdzanie wybranego miejsca.

Łatwiej: Dorosły przypomina pauzę.



360. Nasza mała rozmowa sceniczna

Czas: 8 min • **Materiały:** brak

Cel: łączenie celu dialogu i zakończenia.

1. Pary wybierają spotkanie: gość i gospodarz albo podróżnicy.
2. Ustalają powitanie, pytanie oraz wspólną decyzję.
3. Pokazują dialog małej widowni bez wymagania pamięciowego tekstu.

Łatwiej: Dorosły podpowiada kolejne etapy.



Problem i rozwiązanie

Wiek: 3–6 lat

361. Zgubiona mapa

Czas: 7 min • **Materiały:** brak

Cel: tworzenie problemu i rozwiązania.

1. Podróżnik zauważa brak mapy na niby.
2. Partner proponuje szukanie w dwóch miejscach.
3. Wybierzcie znalezienie mapy albo pomoc przewodnika.

Łatwiej: Dorosły podaje oba miejsca.



362. Zamknięta furtka

Czas: 7 min • **Materiały:** brak

Cel: szukanie alternatywy w scenie.

1. Bohater chce wejść do ogrodu, ale furtka na niby jest zamknięta.
2. Nie szarpie jej, tylko prosi o pomoc.
3. Partner pokazuje umowny dzwonek albo inną spokojną drogę.

Łatwiej: Zagrajcie dwa gesty.



Problem i rozwiązanie

Wiek: 3–6 lat

363. Za małe pudełko

Czas: 7 min • **Materiały:** pudełko
Cel: przyjmowanie ograniczenia w historii.

1. Postać chce spakować wyobrażony wielki kapelusz.
2. Odkrywa, że pudełko jest za małe.
3. Partner proponuje inną funkcję pudełka lub inny sposób przenoszenia.

Łatwiej: Dorosły pokazuje różnicę rozmiaru.



364. Most wymaga pomysłu

Czas: 8 min • **Materiały:** brak
Cel: wspólne rozwiązywanie fikcyjnej trudności.

1. Podróżnicy dostrzegają umowną rzekę.
2. Wymyślają przejście obok niej albo budowę mostu gestami.
3. Pokazują rozwiązanie bez skakania i podnoszenia osób.

Łatwiej: Dorosły wskazuje bezpieczny kierunek.



Problem i rozwiązanie

Wiek: 3–6 lat

365. Gość nie zna powitania

Czas: 7 min • **Materiały:** brak
Cel: uczenie się zasad przez spotkanie.

1. Gość pokazuje nieznany gest powitalny.
2. Gospodarz pyta o jego znaczenie.
3. Obie postacie tworzą gest wspólny dla nowego spotkania.

Łatwiej: Dorosły odgrywa gospodarza.



366. Deszcz zmienia piknik

Czas: 8 min • **Materiały:** karty pogody
Cel: elastyczne kontynuowanie sceny.

1. Bohaterowie rozkładają piknik na niby.
2. Prowadzący pokazuje kartę deszczu.
3. Zespół wybiera przeniesienie zabawy do umownego domu albo inną aktywność.

Łatwiej: Dorosły podaje dwa rozwiązania.



Problem i rozwiązanie

Wiek: 3–6 lat

367. Ktoś potrzebuje przerwy

Czas: 7 min • **Materiały:** brak

Cel: uwzględnianie potrzeby partnera.

1. Dwie postacie przygotowują ogród na niby.
2. Jedna pokazuje umówiony gest odpoczynku.
3. Druga proponuje miejsce i wspólnie ustalają dalszy plan.

Łatwiej: Dorosły przypomina gest pauzy.



368. Pomyłka listonosza

Czas: 8 min • **Materiały:** duża koperta

Cel: wyjaśnianie nieporozumienia.

1. Listonosz wręcza kopertę innej postaci niż zamierzał.
2. Odbiorca spokojnie wyjaśnia pomyłkę.
3. Oboje ustalają właściwego adresata i drogę przekazania.

Łatwiej: Ustalcie adresata wcześniej.



Problem i rozwiązanie

Wiek: 3–6 lat

369. Nie działa magiczny klucz

Czas: 8 min • **Materiały:** papierowy klucz
Cel: tworzenie drugiej próby.

1. Bohater próbuje otworzyć umowne drzwi papierowym kluczem.
2. Kiedy to nie działa, zatrzymuje się i ogląda znak na drzwiach.
3. Partner proponuje nowe hasło albo prośbę do gospodarza.



Łatwiej: Dorosły daje wskazówkę obrazkiem.

370. Zaginiony tytuł

Czas: 7 min • **Materiały:** pusta duża kartka
Cel: wspólne podejmowanie decyzji.

1. Zespół przygotowuje pokaz, ale na afiszu nie ma tytułu.
2. Każda osoba podaje słowo pasujące do historii.
3. Grupa łączy dwa słowa i zapowiada scenę.



Łatwiej: Wybierzcie spośród dwóch propozycji.

Problem i rozwiązanie

Wiek: 3–6 lat

371. Statek nie zna portu

Czas: 8 min • **Materiały:** brak

Cel: łączenie wskazówek w rozwiązanie.

1. Kapitan na niby szuka miejsca odpoczynku.
2. Dwie postacie podają po jednej wskazówce: drzewo i dom.
3. Wspólnie wybierają umowny port pasujący do znaków.

Łatwiej: Dorosły pokazuje dwa obrazki.



372. Zbyt wiele prezentów

Czas: 8 min • **Materiały:** brak

Cel: ustalanie priorytetu w scenie.

1. Bohaterowie przygotowują na niby wiele prezentów dla gościa.
2. Zauważają, że nie mogą zabrać wszystkich naraz.
3. Wybierają jeden przedmiot albo prezent w postaci wspólnej zabawy.

Łatwiej: Dorosły podaje dwa wybory.



Problem i rozwiązanie

Wiek: 3–6 lat

373. Pęknięty plan na niby

Czas: 8 min • **Materiały:** rysunek trasy
Cel: rozwijanie historii po zmianie.

1. Prowadzący zakrywa fragment umownej trasy dłonią.
2. Podróżnicy planują obejście na rysunku, bez prawdziwych przeszkód.
3. Pokazują nową drogę w krótkiej scenie.

Łatwiej: Wskażcie obejście palcem.



374. Pomocnik ma własny pomysł

Czas: 8 min • **Materiały:** brak
Cel: przyjmowanie propozycji partnera.

1. Bohater chce znaleźć czapkę pod umowną ławką.
2. Pomocnik proponuje sprawdzenie innego miejsca.
3. Bohater przyjmuje próbę i dodaje własne działanie.

Łatwiej: Dorosły gra pomocnika.



Problem i rozwiązanie

Wiek: 3–6 lat

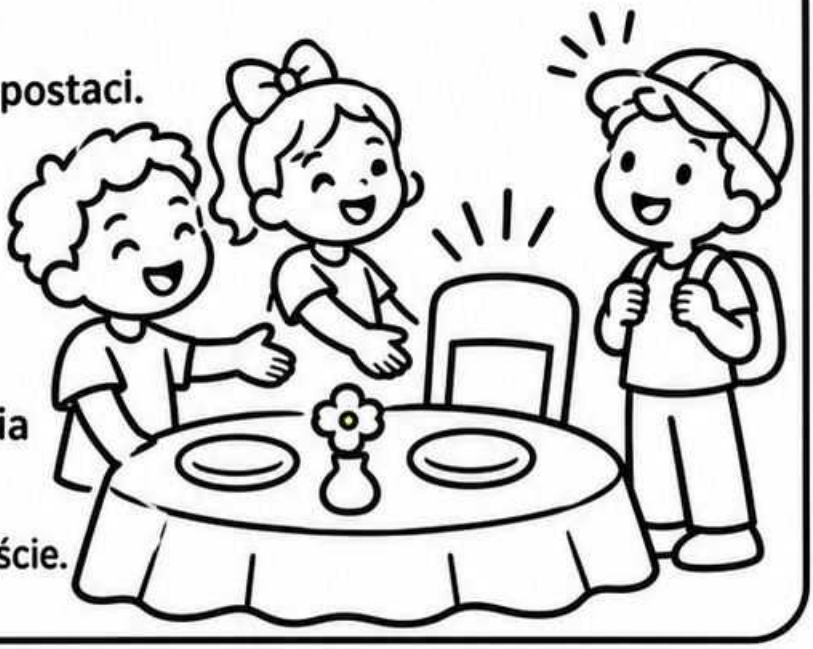
375. Niespodziewany gość

Czas: 8 min • **Materiały:** brak

Cel: dopasowanie sceny do nowej postaci.

1. Dwie postacie przygotowują stół na niby.
2. Trzecia przychodzi jako nieoczekiwany gość.
3. Grupa wymyśla, jak zrobić dla niego miejsce bez dotykania osób.

Łatwiej: Dorosły zapowiada przyjście.



376. Zniknął kolor ogrodu

Czas: 8 min • **Materiały:** cztery kolorowe karty

Cel: fantastyczny problem bez straszenia.

1. Prowadzący odkłada jedną kartę, jakby kolor zniknął z ogrodu.
2. Postacie wybierają gesty, które mogą go przywołać.
3. Pokazują wspólne działanie i umowne przywrócenie koloru.

Łatwiej: Użyj dwóch kolorów.



Problem i rozwiązanie

Wiek: 3–6 lat

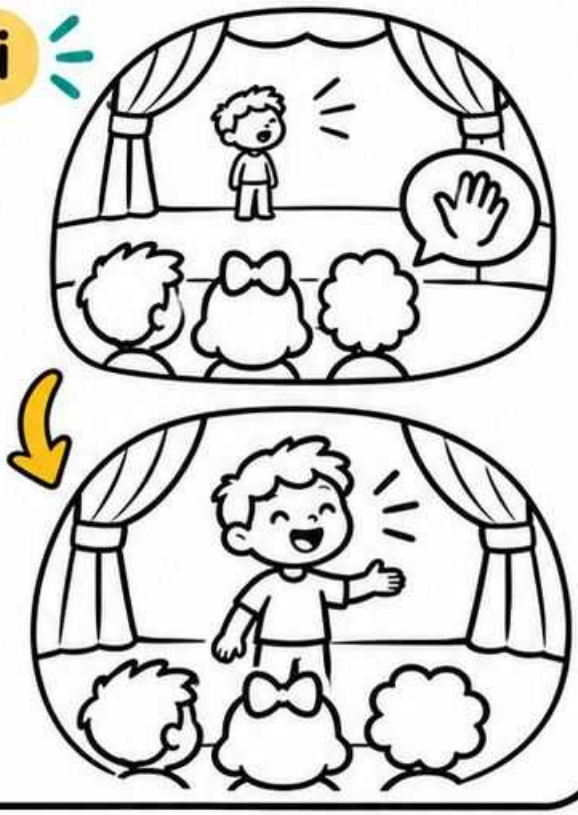
377. Nie słychać zapowiedzi

Czas: 7 min • Materiały: brak

Cel: szukanie praktycznego rozwiązania scenicznego.

1. Zapowiadający mówi tytuł w zbyt dalekim miejscu.
2. Widownia daje umówiony znak prośby o powtórzenie.
3. Postać podchodzi bliżej i zapowiada wygodnym głosem bez krzyku.

Łatwiej: Dorosły pokazuje rozwiązanie.



378. Rekwizyt zmienia znaczenie

Czas: 8 min • Materiały: chusta

Cel: wykorzystanie pomyłki jako pomysłu.

1. Bohater chciał mapę, ale otrzymał chustę.
2. Wymyśla, jak chusta może pomóc w podróży, bez owijania szyi.
3. Partner dodaje scenę z jej nową funkcją.

Łatwiej: Dorosły proponuje chustę jako rzekę.



Problem i rozwiązanie

Wiek: 3–6 lat

379. Trzy rozwiązania jednej trudności

Czas: 9 min • **Materiały:** brak

Cel: porównywanie pomysłów bez rywalizacji.

1. Ustalcie problem: bohater nie wie, gdzie mieszka przyjaciel.
2. Trzy małe zespoły proponują inne rozwiązanie gestem lub zdaniem.
3. Widzowie opisują różnice bez wybierania najlepszego zespołu.



Łatwiej: Dorosły podaje jedno rozwiązanie na początek.

380. Wspólne wyjście z kłopotu

Czas: 9 min • **Materiały:** brak

Cel: łączenie propozycji kilku osób.

1. Zespół wybiera fikcyjną trudność, na przykład brak miejsca na odpoczynek.
2. Każda osoba dodaje jedno możliwe działanie.
3. Połączcie propozycje w scenę z czytelnym zakończeniem.



Łatwiej: Dorosły porządkuje kolejność działań.

Budujemy opowieść

Wiek: 3–6 lat

381. Początek z obrazka

Czas: 7 min • **Materiały:** rysunek drzwi

Cel: rozpoczynanie historii konkretnym zdarzeniem.

1. Pokaż drzwi jako pierwszy obraz historii.
2. Zespół ustala, kto przychodzi i czego chce.
3. Pokażcie wejście oraz pierwsze spotkanie bez dopisywania całej opowieści.

Łatwiej: Dorosły proponuje bohatera.



382. Środek potrzebuje zmiany

Czas: 8 min • **Materiały:** brak

Cel: rozwijanie rozpoczętej opowieści.

1. Ustalcie początek: dwie postacie idą do ogrodu.
2. Dodajcie jedno zdarzenie, na przykład znalezienie wiadomości.
3. Pokażcie, jak zmienia ono ich plan.

Łatwiej: Dorosły podaje wiadomość.



Budujemy opowieść

Wiek: 3–6 lat

383. Finał odpowiada na pytanie

Czas: 8 min • **Materiały:** brak
Cel: zamykanie wątku historii.

1. Na początku bohater pyta, gdzie jest zagubiony kapelusz.
2. Zespół pokazuje jedno miejsce poszukiwań.
3. Zakończcie znalezieniem albo uzyskaniem pomocnej wskazówki.

Łatwiej: Wybierzcie znalezienie.



384. Trzy obrazki jedna historia

Czas: 8 min • **Materiały:** karty domu kwiatu łódki
Cel: łączenie oddzielnych znaków.

1. Ułóżcie karty w wybranej kolejności.
2. Do każdej dodajcie jedno zdarzenie z tym samym bohaterem.
3. Pokażcie historię w trzech obrazach z krótkimi pauzami.

Łatwiej: Użyjcie dwóch kart.



Budujemy opowieść

Wiek: 3–6 lat

385. Historia od zakończenia

Czas: 8 min • **Materiały:** brak
Cel: planowanie przyczyny zdarzenia.

1. Ustalcie finał: przyjaciele wspólnie podziwiają ogród.
2. Wymyślcie, co musieli wcześniej zrobić.
3. Zagrajcie początek i finał, zachowując tę samą postać.



Łatwiej: Dorosły proponuje sadzenie.

386. Jedna historia dwa finały

Czas: 9 min • **Materiały:** brak
Cel: dostrzeganie wpływu decyzji.

1. Zagrajcie bohatera stojącego przy dwóch umownych drogach.
2. Pokażcie wersję, w której wybiera las.
3. Powtórzcie początek i zakończcie podróżą do domu.



Łatwiej: Dorosły wskazuje oba zakończenia.

Budujemy opowieść

Wiek: 3–6 lat

387. Narrator zbiera pomysły

Czas: 8 min • Materiały: brak
Cel: wspólne tworzenie zdarzeń.

1. Narrator rozpoczyna zdaniem pewnego dnia pojawił się gość.
2. Każde chętne dziecko dodaje jedno krótkie zdarzenie.
3. Narrator porządkuje pomysły, a grupa pokazuje wybrany fragment.



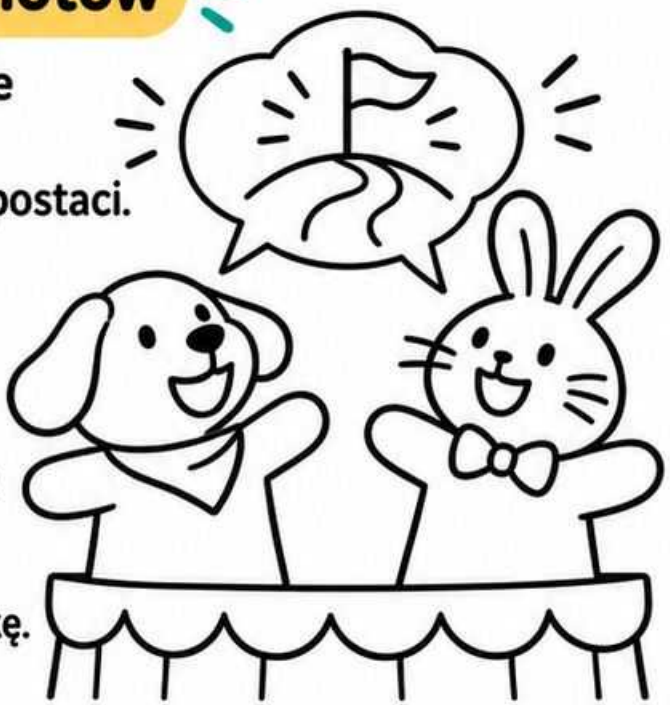
Łatwiej: Dorosły daje dwa zdarzenia do wyboru.

388. Opowieść przedmiotów

Czas: 8 min • Materiały: dwie duże bezpieczne kukiełki

Cel: budowanie ciągłości bez ludzkich postaci.

1. Ustalcie, czego szuka pierwsza kukiełka.
2. Druga pojawia się z propozycją pomocy.
3. Pokażcie wspólną drogę i moment zakończenia.



Łatwiej: Dorosły prowadzi jedną kukiełkę.

Budujemy opowieść

Wiek: 3–6 lat

389. Zmiana narratora

Czas: 8 min • **Materiały:** karta gwiazdy
Cel: kontynuowanie wspólnego wątku.

1. Pierwszy narrator mówi jedno zdanie o podróży.
2. Przekazuje kartę następnemu, który dodaje zdarzenie o tym samym bohaterze.
3. Po trzech zdaniach grupa pokazuje opowieść gestami.

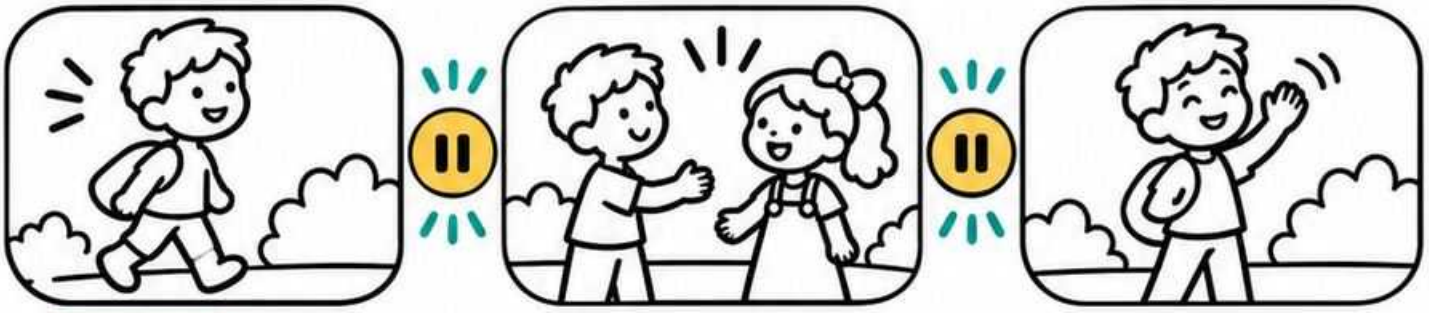


Łatwiej: Dorosły przypomina wcześniejszy fragment.

390. Historia z pauzą dla widza

Czas: 8 min • **Materiały:** brak
Cel: planowanie czytelnych przejść.

1. Zespół układa wejście, spotkanie i pożegnanie.
2. Między obrazami robi wygodne krótkie pauzy.
3. Widzowie mówią, po czym poznali zmianę zdarzenia.



Łatwiej: Dorosły sygnalizuje pauzy.

Budujemy opowieść

Wiek: 3–6 lat

391. Powracający gest

Czas: 8 min • **Materiały:** brak
Cel: łączenie początku i zakończenia.

1. Bohater rozpoczyna historię charakterystycznym powitaniem.
2. Po krótkiej przygodzie powtarza ten gest jako pożegnanie.
3. Widzowie wskazują element łączący oba fragmenty.

Łatwiej: Dorosły prowadzi środkowe zdarzenie.



392. Przygodę opowiada dźwięk

Czas: 9 min • **Materiały:** papier i karton
Cel: łączenie ścieżki dźwiękowej i akcji.

1. Jedna osoba wybiera cichy odgłos kropli lub kroków.
2. Zespół tworzy działanie pasujące do dźwięku.
3. Po pauzie dodaje drugi odgłos i kończy historię.

Łatwiej: Użyjcie tylko jednego odgłosu.



Budujemy opowieść

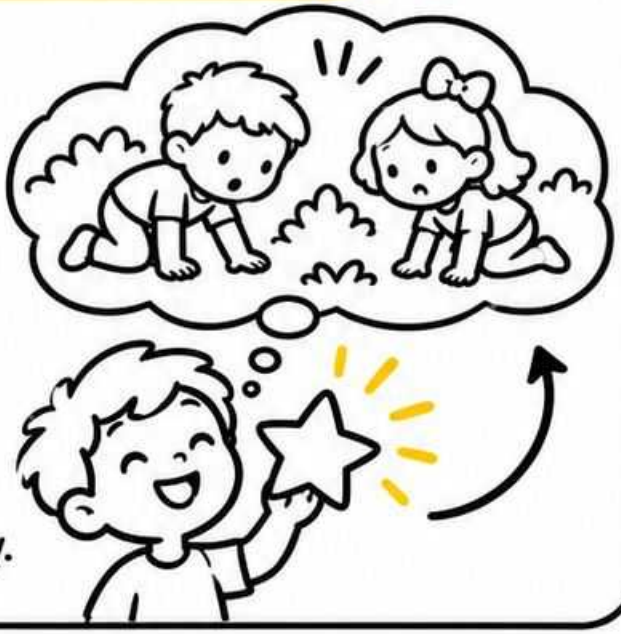
Wiek: 3–6 lat

393. Wspomnienie postaci na niby

Czas: 8 min • **Materiały:** brak
Cel: rozróżnianie teraz i wcześniej.

1. Bohater pokazuje znalezioną papierową gwiazdę na niby.
2. Narrator mówi wcześniej i grupa pokazuje moment szukania.
3. Wróćcie gestem do chwili obecnej i zakończcie opowieść.

Łatwiej: Dorosły prowadzi oba momenty.



394. Opowieść bez narratora

Czas: 9 min • **Materiały:** brak
Cel: przekazywanie sensu samym działaniem.

1. Zespół ustala historię o zagubionym przedmiocie.
2. Pokazuje szukanie, pomoc i znalezienie bez słów.
3. Widzowie opisują zdarzenia, a zespół dopowiada swój zamiar.

Łatwiej: Dorosły zapowiada temat przed pokazem.



Budujemy opowieść

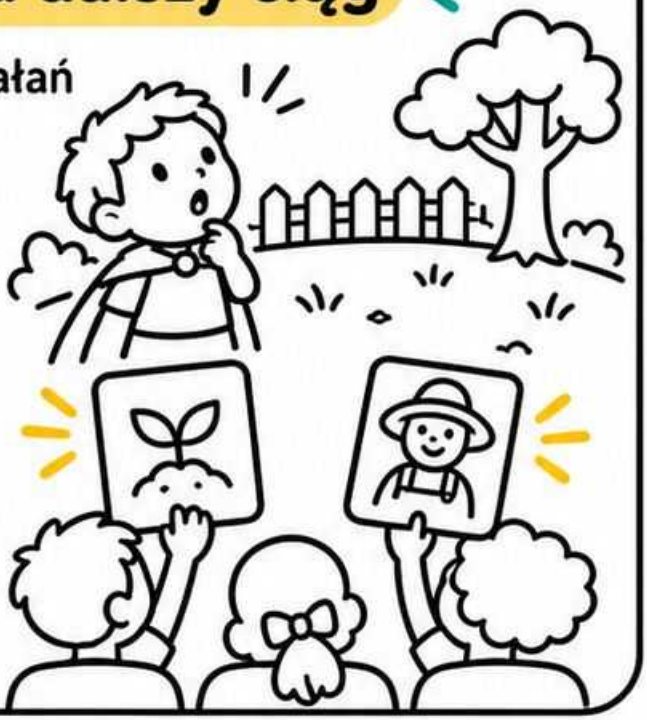
Wiek: 3–6 lat

395. Widownia wybiera dalszy ciąg

Czas: 9 min • **Materiały:** dwie karty działań
Cel: reagowanie na wybór odbiorców.

1. Bohater dociera do pustego ogrodu.
2. Widzowie wybierają kartę sadzenia albo szukania ogrodnika.
3. Zespół przyjmuje wybór i pokazuje zakończenie.

Łatwiej: Dorosły zbiera wybory gestem.



396. Próba jednej zmiany

Czas: 9 min • **Materiały:** brak
Cel: rozwijanie sceny przez świadomą korektę.

1. Pokażcie krótkie spotkanie dwóch postaci.
2. Wybierzcie jeden element do zmiany: miejsce, cel albo rekwizyt.
3. Powtórzcie scenę i opiszcie różnicę bez oceniania wykonawców.

Łatwiej: Dorosły proponuje zmianę miejsca.



Budujemy opowieść

Wiek: 3–6 lat

397. Tytuł po pokazie

Czas: 8 min • **Materiały:** duża kartka

Cel: rozpoznawanie głównego wątku.

1. Zespół pokazuje krótką historię bez tytułu.
2. Widzowie podają słowa dotyczące tego, co zobaczyli.
3. Wykonawcy wybierają tytuł i dorosły zapisuje go na kartce.



Łatwiej: Wybierzcie dwa proponowane słowa.

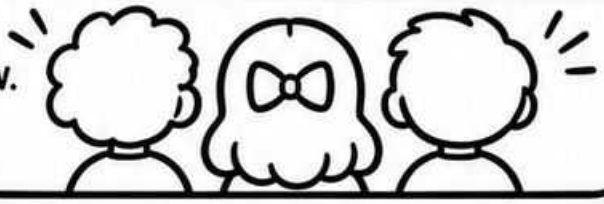
398. Mały spektakl w grupie

Czas: 10 min • **Materiały:** jeden wybrany rekwizyt

Cel: porządkowanie wspólnego występu.

1. Ustalcie początek, zmianę i zakończenie oraz podział ról.
2. Przećwiczcie wejścia i odkładanie rekwizytu.
3. Pokażcie scenę małej widowni z możliwością roli obserwatora.





Łatwiej: Skróćcie pokaz do dwóch obrazów.

Budujemy opowieść

Wiek: 3–6 lat

399. Historia rośnie z partnerem

Czas: 9 min • **Materiały:** brak

Cel: przyjmowanie i rozwijanie propozycji.

1. Pierwsza osoba rozpoczyna prostą czynność, na przykład pakowanie.
2. Partner dodaje pasującą postać i cel wspólnej podróży.
3. Razem wybierają finał wynikający z obu pomysłów.

Łatwiej: Dorosły rozpoczyna pierwszą czynność.



400. Nasz finał teatralny

Czas: 10 min • **Materiały:** wybrane duże rekwizyty

Cel: łączenie poznanych środków ekspresji.

1. Zespół wybiera bohaterów, miejsce i jedno zadanie.
2. Łączy ruch, gest oraz krótkie kwestie w trzy obrazy.
3. Kończy wspólnym znakiem i rozmową o tym, co pomogło współpracować.

Łatwiej: Dorosły wspiera narracją bez narzucania ról.



Połącz ćwiczenia w spotkanie

Krótko, około 15 minut

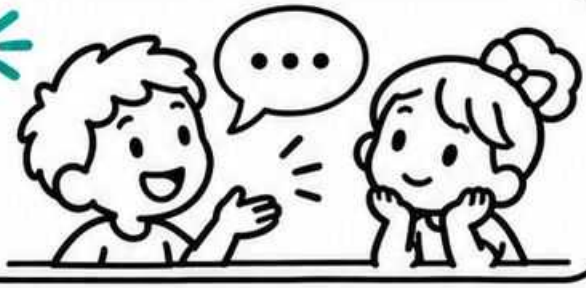
Krótko, około 15 minut

Powitanie: 005. Główna zabawa: 053.
Zakończenie: 100.
Skróć rundy i dobrowolnie wybierz pary.



Głos i dialog, około 20 minut

Pauza: 101. Wyraźne słowo: 127.
Dialog: 182. Zakończenie: 159.



Ruch i opowieść, około 25 minut

Ciało: 201. Miejsce: 321.
Historia: 384. Zakończenie: 081.



Sprawdź przed wyborem



Przeczytaj wszystkie kroki, przygotuj potrzebne materiały i dostosuj liczbę powtórzeń. Podane czasy są orientacyjne.

Po zajęciach zapytaj, co dzieci chcą powtórzyć. Nie trzeba wykorzystywać wszystkich ćwiczeń w jednej kolejności.

Dostosuj bez tracenia sensu zabawy

Mniej miejsca

Zamień przejście przez salę na ruch dłoni albo krok w miejscu. Zachowaj wolne przejścia.



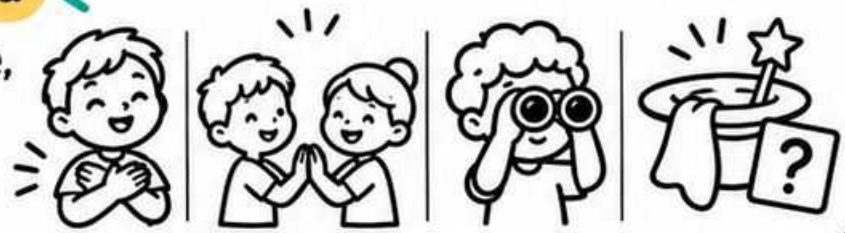
Młodsza grupa

Wybierz jedną regułę, krótki pokaz i wspólne działanie z dorosłym.



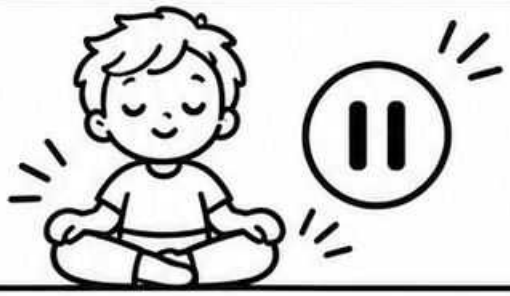
Różne sposoby udziału

Zaproponuj gest, pracę w parze, rolę obserwatora lub pomoc w wyborze rekwizytu.



Gdy pojawia się zmęczenie

Zatrzymaj działanie. Zamiast kolejnej próby wybierz odpoczynek albo spokojne oglądanie.



Gdy głos potrzebuje przerwy

Przejdź do gestu. Nie zachęcaj do krzyku, wymuszonego szeptu, mocnego dmuchania ani wstrzymywania oddechu.



Nie poprawiaj ciała drugiej osoby dotykiem. Pokaż propozycję i pozwól wybrać wygodny wariant.

Źródła i informacje

Ćwiczenia, opisy i układ zbioru: opracowanie autorskie.

Inspiracja metodyczna:
Teatroteka Szkolna — opis działań teatralnych w edukacji przedszkolnej i szkolnej.

teatrotekaszkolna.pl/onas/index



Zbiór służy prowadzeniu zabawy teatralnej. Nie jest programem terapii, diagnozą ani materiałem do oceniania dzieci.



Wiek, czas i stopień trudności są propozycjami. Dobierz działanie do możliwości oraz komfortu konkretnej grupy.



Wszystkie krótkie kwestie w ćwiczeniach są autorskie; możesz je dostosować do wybranych postaci.

Wsparcie | Ostoja | wsparcie@ostoja.online

Szybki indeks ćwiczeń

001–020 • Poznajemy grupę

021–040 • Poznajemy przestrzeń

041–060 • Uwaga i współpraca

061–080 • Pierwsze role

081–100 • Pierwsze występy

101–120 • Spokojny oddech i pauza

121–140 • Wyraźne słowa i sylaby

141–160 • Intonacja i znaczenie

161–180 • Wygodny głos dla słuchacza

181–200 • Słowa w krótkiej scenie

201–220 • Świadome ciało

221–240 • Tempo, kierunek i poziom

241–260 • Twarz opowiada

261–280 • Emocje fikcyjnego bohatera

281–300 • Pantomima i przedmioty

301–320 • Tworzymy postacie

321–340 • Miejsce akcji

341–360 • Dialog i partner

361–380 • Problem i rozwiązanie

381–400 • Budujemy opowieść

Aneks • Strony 213–214

Karta postaci i dwie aktywności do wydruku. To materiały uzupełniające do ćwiczeń, bez zmiany numeracji 001–400.



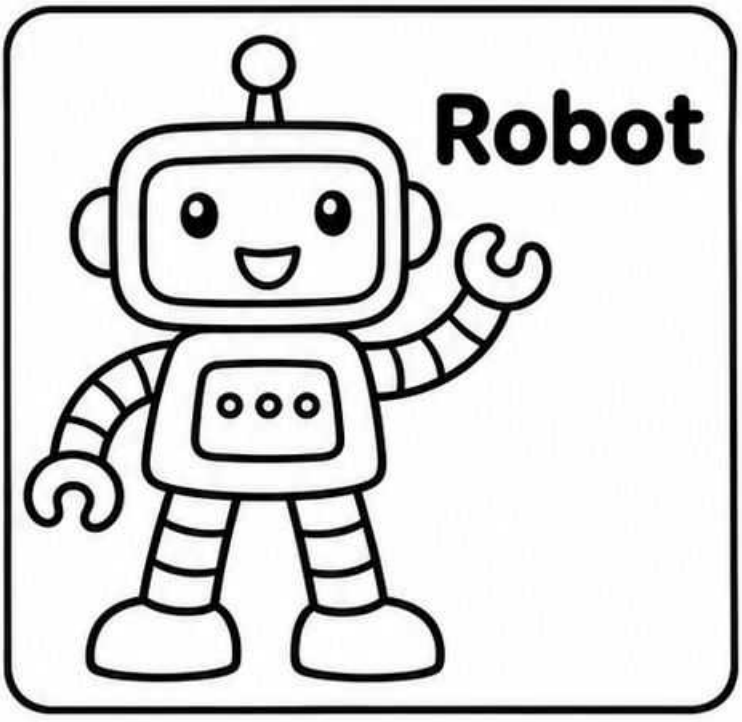
Zagraj swoją postać

Wybierz postać. Pokaż, jak chodzi i jak się wita.









Powiedz jako wybrana postać: „Dzień dobry!"

Dla prowadzącego

Wiek: 3–6 lat • Czas: 5–8 min

Dziecko może zacząć od samego gestu.

Dwa pomysły na początek

Wiek: 3–6 lat • Grupa: 4–20 dzieci

1. Imię i gest

Czas: 5 min • **Materiały:** brak

Cel: poznanie imion i skupienie uwagi.

1. Usiądźcie lub stańcie w kręgu.
2. Powiedz swoje imię i pokaż prosty gest.
3. Grupa powtarza imię i gest. Zaproś kolejną osobę.

Łatwiej: dziecko wybiera tylko gest.



2. Chusta zmienia rolę

Czas: 7 min • **Materiały:** jedna chusta

Cel: rozwijanie wyobraźni i ekspresji ruchowej.

1. Pokaż, jak chusta staje się rzeką lub skrzydłem.
2. Dzieci kolejno pokazują własny pomysł bez słów.
3. Grupa zgaduje. Przyjmij różne odpowiedzi.

Łatwiej: zaproponuj dwa pomysły do wyboru.



Udział jest dobrowolny. Nie owijaj chusty wokół szyi.