

# TECHNIKI DRAMOWE W PRACY EDUKACYJNEJ

**ZESTAW UNIWERSALNYCH ĆWICZEŃ DRAMOWYCH, KTÓRE  
MOGĄ BYĆ WYKORZYSTYWANE W PRACY NAUCZYCIELI I  
TERAPEUTÓW PODCZAS ZAJĘĆ EDUKACYJNYCH DLA DZIECI,  
MŁODZIEŻY I OSÓB DOROSŁYCH.**



## **Praca zbiorowa**

Opracowanie i skład: Monika Górecka-Grzywacz, Aleksandra Duda  
Współautorki: Ewa Lipiec, Dorota Krajewska, Małgorzata Siembor, Agata Sawicka,  
Ewa Żaczek, Agnieszka Stępień

# Spis treści

<b>Część I</b>	03
Słowo wstępu i słów kilka o dramie	
<b>Część II</b>	08
Ćwiczenia z wykorzystaniem dramy	
<b>Część III</b>	14
Karty pracy do wykorzystania podczas ćwiczeń	

# Część I

# Słowo wstępne

Niniejsza publikacja powstała jako rezultat projektów ERASMUS+ dofinansowanych przez Unię Europejską realizowanych przez Stowarzyszenie na rzecz wspierania rodzin „Nowe Perspektywy” oraz Publiczną Szkołę Podstawową nr 17 im. Jana Kochanowskiego w Radomiu. Projekty te miały na celu podnoszenie kompetencji zawodowych i osobistych pracowników, a przez to podnoszenie jakości pracy obu instytucji.

Publikacja zawiera zestaw uniwersalnych, prostych ćwiczeń dramowych, które mogą być wykorzystywane oraz modyfikowane w pracy nauczycieli i terapeutów jako wstęp, uzupełnienie czy też urozmaicenie zajęć edukacyjnych.

Pracownicy instytucji wzięli udział w kursie doskonalącym dla edukatorów "Techniki dramowe jako skuteczne narzędzia dla włączenia społecznego", które odbyło się w mieście Trogir w Chorwacji. Szkolenie dotyczyło technik dramowych i ich wykorzystania w pracy edukacyjnej, zwłaszcza z osobami zagrożonymi wykluczeniem społecznym.

Podczas zajęć pracownicy Stowarzyszenia oraz szkoły mieli okazję poznać nowe uniwersalne techniki, które można wykorzystać zarówno w pracy z dziećmi jak i z osobami dorosłymi i seniorami. Uczestnicy rozwinęli również umiejętności językowe, gdyż całe szkolenie odbywało się w języku angielskim.

Projekty ERASMUS+ Akcja KA1

nr 2021-1-PL01-KA122-ADU-000020040 realizowany przez Stowarzyszenie na rzecz wspierania rodzin „Nowe Perspektywy” w latach 2021-2022

nr 2021-1-PL01-KA121-SCH-000016133 realizowany przez Publiczną Szkołę Podstawową nr 17 im. Jana Kochanowskiego w Radomiu w latach 2021-2022



# Drama i jej rola w edukacji

Słowo drama pochodzi od greckiego drao - działam, usiłuję. Jest to metoda stosowana w edukacji, która polega na rozwiązywaniu trudności poprzez działanie w roli. Drama wykorzystuje ekspresję człowieka oraz skłonność do zabawy i naśladowstwa. Jako metoda pracy sprzyja wszechstronnemu rozwojowi podopiecznych oraz przygotowuje ich do pełnienia ról społecznych. Drama, pobudzając i rozwijając naturalne skłonności człowieka, związane z jego umiejętnością wchodzenia w rolę ma na celu wykształcenie samodzielności w myśleniu i działaniu oraz otwartej i aktywnej postawy, poszerzenie skali jego emocjonalnych odczuć, wzbogacenie wyobraźni. Ponadto drama jest metodą rozwijania, odkrywania i kształcenia uzdolnień artystycznych.

Techniki dramowe pomagają w wyrażaniu emocji i usprawnianiu komunikacji. Różnorodność form i technik dramowych umożliwia ich wszechstronne zastosowanie w edukacji.

W obecnych czasach niezwykle istotne jest uczenie kontaktów interpersonalnych. W dramie uczymy się zrozumieć co to znaczy być sobą w grupie, uczymy się wyrażania siebie w sposób ekspresyjny, by później móc zastosować doświadczenia grupowe bezpośrednio w szerszym środowisku społecznym.





# Część II

# Przywitaj się jak...

## Cele:

- Rozwijanie umiejętności komunikowania się
- Przełamanie barier w kontaktach
- Rozwijanie wyobraźni i kreatywności
- Powtórzenie słownictwa
- Integracja

## Potrzebne materiały:

- Wcześniej przygotowane zadania (polecenia)
- Przestrzeń

## Czas trwania:

10 - 15 minut



## Opis:

- Uczestnicy chodzą swobodnie po sali.
- Zadaniem uczestników jest przywitać się z napotkaną osobą w sposób wskazany przez prowadzącego.
- Przykładowe sposoby przywitania:
  - Przywitajcie się jak żołnierze
  - Przywitajcie się jak Japończycy
  - Przywitajcie się jak nastolatki
  - Przywitajcie się jak dobrzy przyjaciele
  - Przywitajcie się jak psy
  - Przywitajcie się jak roboty
  - Itp.

# Gra emocjami

## Cele:

- Integracja grupy
- Zapoznanie się z emocjami i nauka ich wyrażania
- Ćwiczenie umiejętności gry aktorskiej

## Potrzebne materiały:

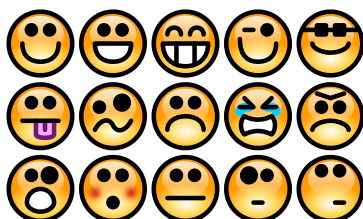
- Karteczki z wypisanymi emocjami (jedna karteczka = jedna emocja)
- Teksty do czytania (np. bajki)

## Czas trwania:

10 - 15 minut

## Opis:

- Uczestnik losuje karteczkę z emocjami (WAŻNE! - nikomu nie mówi co wylosował) - przykładowe karteczki z emocjami znajdziesz w kartach pracy s. 19
- Prowadzący wręcza tej osobie tekst do przeczytania.
- Instrukcja: *Twoim zadaniem jest przeczytanie tekstu wyrażając emocję, którą wylosowałeś. Zadaniem grupy jest odgadnięcie wylosowanej emocji.*





# Uczucia

## Cele:

- Uświadomienie sobie swoich uczuć
- Rozpoznawanie i akceptowanie uczuć przeżywanych przez inne osoby
- Utrwalenie umiejętności konstruowania ustnych wypowiedzi

## Techniki i metody:

- Rozmowa
- Scenki improwizowane
- Odgrywanie ról społecznych

## Potrzebne materiały:

- Ilustracje/zdjęcia osób wyrażające różne uczucia - przykładowe karteczki z emocjami znajdziesz w kartach pracy s. 19
- Krótkie, tematyczne opowiadania o uczuciach

## Czas trwania:

15 - 30 minut

## Opis:

- Uczestnicy siadają w kręgu i słuchają krótkiego opowiadania dotyczącego danego uczucia, następnie rozmawiają na jego temat.
- Prowadzący dzieli grupę na mniejsze grupki.
- Uczestnicy każdej grup losują karteczkę z daną emocją.
- Zadaniem uczestników jest przygotowanie i odegranie scenki przedstawiającej dane uczucie.



# Emocjonalne zdania niedokończone

## Cele:

- Zwiększenie swojej samoświadomości
- Zapoznanie się z odczuwanymi przez siebie emocjami
- Akceptowanie odczuwanych przez siebie emocji

## Potrzebne materiały:

- Zdania niedokończone dotyczące emocji - przykładowe zdania znajdziesz w kartach pracy s. 20
- Długopis

## Czas trwania:

10 - 15 minut

## Opis:

- Prowadzący pyta uczestników: *Jak się dziś czujecie?*
- Po uzyskaniu odpowiedzi na pytanie mówi: *Każdemu z nas w różnych chwilach towarzyszą różne emocje, ale czy zastanawialiście się kiedyś co czujecie w konkretnych chwilach?*
- Prowadzący rozdaje kartki ze zdaniami niedokończonymi lub czyta je na głos i prosi, żeby uczestnicy je uzupełnili.



# Wspólna historia

## Cele:

- Wzbogacenie słownictwa
- Integracja grupy
- Ćwiczenie koncentracji i uwagi

## Czas trwania:

10 - 15 minut

## Opis:

- Uczestnicy siadają w kręgu wraz z prowadzącym.
- Prowadzący informuje uczestników, że teraz spróbują wspólnie opowiedzieć historię.
- Zadaniem każdego uczestnika jest dopowiedzenie kolejnego zdania do zdania poprzednika tak, aby utworzyć wspólną historię.
- Prowadzący zaczyna słowami: *Dawno, dawno temu.../Pewnego razu...*
- Teraz uczestnicy kolejno dopowiadają swoje zdania tworząc jedną wielką historię.



# Gra słów

## Cele:

- Integracja grupy
- Ćwiczenie koncentracji i uwagi
- Wzbogacanie słownictwa
- Kształtowanie pozytywnej atmosfery

## Potrzebne materiały:

Karteczki z hasłami do pokazania

## Czas trwania:

15 - 20 minut

## Opis:

- Jeden z uczestników losuje hasło (nikomu nie mówi co wylosował).
- Zadaniem tej osoby jest pokazać za pomocą gestów i mimiki twarzy co wylosował.
- Zadaniem grupy jest odgadnięcie hasła.
- Osoba, która odgadnie hasło zajmuje miejsce osoby pokazującej, teraz ona losuje hasło, które będzie pokazywać grupie.



# Trudne sprawy

## Cele:

- Zwiększenie świadomości o własnym bezpieczeństwie
- Wzbudzenie chęci szukania rozwiązania problemu
- Ćwiczenie budowania wypowiedzi
- Integracja grupy

## Potrzebne materiały:

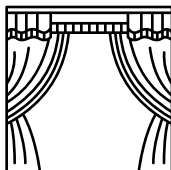
Opisy trudnych sytuacji (przykładowe opisy sytuacji znajdziesz w kartach pracy s. 21)

## Czas trwania:

20 - 30 minut

## Opis:

- Prowadzący dzieli pomieszczenie na scenę i widownię.
- Prowadzący wybiera dwóch uczestników, których zadaniem jest stworzyć scenkę przedstawiającą określony problem.
- W odpowiednim momencie prowadzący przerywa scenkę hasłem "Stopklatka".
- Teraz jeden z uczestników widowni dołącza do scenki z propozycją rozwiązania problemu.
- Sytuacja powtarza się póki problem nie zostanie rozwiązany.



# Czujące twarze

## Cele:

- Wzbogacenie wrażliwości emocjonalnej
- Rozwijanie kreatywności
- Ćwiczenie pamięci
- Kształtowanie pozytywnej atmosfery

## Potrzebne materiały:

- Wiersz
- Papier
- Flamastry
- Kredki
- Papierowe talerze
- Gumki lub tasiemki do wiązania maski
- Nożyczki
- Klej



## Czas trwania:

20 - 30 minut

## Opis:

- Uczestnicy wysłuchują wiersz czytany przez prowadzącego.
- Zadaniem uczestników jest zapamiętać, a następnie wyliczyć jak najwięcej uczuć wspomnianych w tekście.
- Po wyliczeniu uczuć zadaniem uczestników jest wykonać maskę, która pokazuje jedną z wymienionych emocji (można ją wykonać np. z papierowego talerza).

## Cele:

- Rozwój komunikacji niewerbalnej
- Utrwalenie umiejętności przyporządkowania zmysłu do doznania
- Rozpoznawanie i nazywanie zmysłów oraz części ciała z nimi związanych

## Potrzebne materiały:

- Przedmioty o różnym kształcie, fakturze, zapachu
- Produkty spożywcze: słone, kwaśne, gorzkie, słodkie
- Instrumenty muzyczne
- Opaski na oczy
- Małe karteczki z nazwą zmysłu i wybraną cechą/rzeczą do pokazywania przez uczestników (przykładowe karteczki znajdują się w kartach pracy s. 22)

## Czas trwania:

20 - 30 minut



## Opis:

- Prowadzący opowiada uczestnikom o ludzkich zmysłach.
- Prowadzący zakłada uczestnikom opaski na oczy.
- Zadaniem uczestników jest rozpoznać za pomocą różnych zmysłów rozpoznać czego dotykają/smakują/słuchają itd.
- Po rozpoznaniu wszystkich przedmiotów uczestnicy losują karteczki z cechą/rzeczą dla wybranego zmysłu i pokazują za pomocą ciała co wylosowali.
- Zadaniem grupy jest odgadnięcie co pokazuje dana osoba.

# Pory roku

## Cele:

- Integracja grupy
- Kształtowanie uważnego słuchania tekstu i szybkiej reakcji na wyznaczone słowa
- Rozwijanie umiejętności improwizacji ruchowej
- Rozwijanie muzykalności

## Potrzebne materiały:

- Kolorowe wstążki
- Pianino

## Czas trwania:

10 - 15 minut

## Opis:

- Grupa siada w kręgu i każdy z uczestników otrzymuje wstążkę.
- Prowadzący śpiewa piosenkę pt. "Pory roku" (tekst piosenki znajdziesz w kartach pracy s. 23), akompaniując na pianinie.
- Uczestnicy reagują ruchem improwizowanym na tekst - gdy usłyszą nazwę koloru swojej wstążki wstają i poruszają się w środku koła.
- Na zakończenie prowadzący zaprasza wszystkich do wspólnej improwizacji z rekwizytami.





# Muzyczne dialogi

## Cele:

- Integracja grupy
- Wyrażanie emocji poprzez granie na instrumentach muzycznych
- Otwieranie się na drugą osobę
- Rozwijanie kreatywności



## Potrzebne materiały:

Różne instrumenty muzyczne takie jak: bębny, tamburyn, grzechotki, cymbałki, dzwonki itd.

## Czas trwania:

15 - 20 minut



## Opis:

- Grupa siada w kółku.
- Prowadzący rozdaje instrumenty (po jednym na każdego uczestnika).
- Prowadzący daje polecenie: *Teraz zadaniem każdego z was będzie zagrać na przydzielonym wam instrumencie emocje które odczuwacie. Zadaniem pozostałej części grupy jest odgadnięcie jaka to emocja.*
- Gdy każdy z uczestników wykona zadanie dobierają się w pary.
- Zadaniem każdej pary jest przedstawienie dialogu muzycznego (nie używając słów, tylko instrumentów) o wybranej tematyce. Prowadzący mówi: *Porozmawiajcie ze sobą jak: kochankowie/kłócący się ludzie/byście się czegoś wstydzili itp.*



# Część III

**Radość**



**Smutek**



**Zachwyć**



**Nieśmiałość**



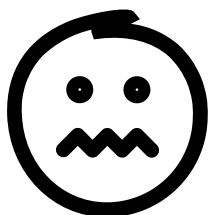
**Złość**



**Zdziwienie**



**Strach**



**Zakochanie**



**Znudzenie**



**Zmęczenie**



**Duma**



**Nadzieja**



# Emocjonalne zdania niedokończone

Najczęściej cieszę się gdy .....

.....

Najbardziej boję się .....

.....

Smucę się gdy .....

.....

Jestem zdziwiony gdy .....

.....

Jestem dumny z .....

.....

Lubię gdy .....

.....

# Trudne sprawy

## Sytuacja I

Przez przypadek słyszysz jak grupa koleżanek i kolegów śmieje się z ciebie.

## Sytuacja II

Jesteś zaproszony na herbatę do Pałacu Buckingham. Posadzono Cię naprzeciwko królowej Elżbiety i podano filiżankę z herbatą. Zauważasz, że w Twojej filiżance pływa włos.

## Sytuacja III

Koleżanka pożyczyła od ciebie książkę i już długo jej nie oddaje. Kiedy prosisz ją o zwrot mówi, że nic od ciebie nie pożyczała.

## Sytuacja IV

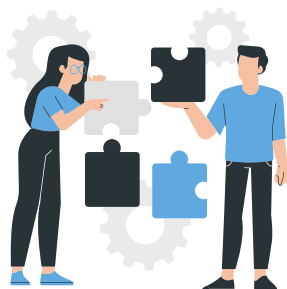
Po wyjściu ze sklepu zauważasz, że pani pracująca w sklepie nie dała ci ciastek, za które zapłaciłeś.

## Sytuacja V

Niechący zepsułeś nowy głośnik, który pożyczył ci kolega.

## Sytuacja VI

Zostałeś okrzyknięty za coś czego nie zrobiłeś.



**DOTYK**  
---  
**SZORSTKA**

**DOTYK**  
---  
**AKSAMITNY  
MATERIAŁ**

**WZROK**  
---  
**JASKRAWE  
SŁOŃCE**

**WZROK**  
---  
**CIEMNOŚĆ**

**ZAPACH**  
---  
**SMRÓD**

**ZAPACH**  
---  
**KWIATY**

**SMAK**  
---  
**CYTRYNA**

**SMAK**  
---  
**CZEKOLADA**

**SMAK**  
---  
**PAPRYKA  
CHILI**

**SŁUCH**  
---  
**GRZMOT**

**SŁUCH**  
---  
**WALC**

**SŁUCH**  
---  
**GITARA**

# Pory roku

Pani Jesień kolorowa  
do tańca dzisiaj woła.  
Tańczą wstążki po kole  
czerwone i brązowe.

Pani Zima roześmiana  
lepi z nami dziś bałwana.  
Tańczą wstążki po kole  
niebieskie i fioletowe.

Tańczy Wiosna na paluszkach  
tańczy pięknie niczym wróżka.  
Tańczą wstążki po kole  
zielone i różowe.

Pani Lato roztańczona  
słonkiem pięknie opalona.  
Tańczą wstążki po kole  
żółte i pomarańczowe.

