

OINEZ ELKARREKIN

Honako proposamen honek talde-lanean ari garenean kontuan hartu beharreko alderdiak hausnartzeko balioko digu. Horretarako, gorputza erabiliz ariketa egingo da, eta, ondoren, ariketan konturatutakoari buruzko hausnarketarako tarteak izango dira.

Ariketa hasteko, ikasle bakoitzari gelan zehar oinez ibiltzeko esango diegu. Horrela, oinez dabilatzala, alde batera eta bestera, askatasunaz jabetuko dira.

Musika jarriko dugu eta ikasleak musikaren erritmoan ibiltzen hasiko dira. Denbora-tarte batez oinez ibili ondoren, askatasuna sentituko dute.

Oinez dabilatzan bitartean, zenbait ikasleri lokarri bat emango diegu. Kontuan izan ikasle-kopurua, ondoren, soka duenak soka ez duenarekin elkartu beharko baitu. Ikasle-kopurua bakoitia bada, irakasleak hartu dezake parte bikote gabe geratzen den ikaslearekin, edota hiruko talde bat egitea proposatu ahal diegu.

Lokarriak banatu ostean, esan bezala, lokarria duen ikasleak lokarria ez duen beste batekin elkartu beharko du, eta orkatila parean bi oinak lotuko dituzte.

Musika berriro jarriko da eta bikoteak, oinak lotuta dituztela, ibiliko dira. Binaka ibiltzea gehiago kostako zaie. Horrela, denbora-tarte batez ibili daitezela.

Orain, beste batzuei ere lokarri bat emango diegu.

Binaka ibiltzearen sentsazioa gorputzu dutenean, lokarria dutenek lokarririk gabeko bikote bat topatuko dute, eta oraingoan launaka ibili beharko dute.

Talde bakoitzak erritmo ezberdina hartu dezake, batzuk saltoka, beste batzuk pausoak markatuz edota beste zenbait oinak arrastaka eramanez...

Launaka ibili ostean, aukera bat litzateke gela osoa elkarrekin ibiltzea. Horretarako, denak ilara batean jar daitezke oinak lotuta dituztela, eta falta direnei lokarria eman geniezaieke denak lotuta egon daitezen. Guztiei aurrerantz batera ibiltzeko proposamena egingo diegu.

Helburua denak batera ibiltzea da. Ez du balio ilararen alde bat aurrean egoteak, bestea atzean egoteak... Elkarrekin joan beharko dute.

Gorputzaren bidez ariketa egin ostean, honako galdera hauek proposa daitezke, hausnarketa modura:

- Zer aldatu da banaka ibiltzetik binaka ibiltzean?
- Zer behar da binaka ibiltzeko? Zer hartu behar da kontuan (koordinazioa, elkarri entzutea, gidaritza, bakoitzak elkarrekin joateko bere ekarpena...)?
- Eta zer behar da launaka ibiltzeko?
- Zer da talde-lanean presente egotea?
- Zer eskaini diezaioke zuetako bakoitzak taldeari talde-lanean ari zaretenean? Zein dira zuen indarguneak? "Gorputzaren ataleko indarguneak eta ahulguneak" ariketa birpasatu.

Goian aipatutako galderak gorputz-mugimendua landu ondoren egin daitezke, edo ariketak egin bitartean.