









Η γλώσσα του σώματος

	<u>Χρονικό πλαίσιο:</u> περίπου 15 λεπτά
	<u>Χώρος:</u> εσωτερικός ή εξωτερικός
	<u>Συμμετέχοντες :</u> 6 – 12
	<u>Υλικά :-</u>
	<p><u>Διαδικασία:</u></p> <p>Οι συμμετέχοντες περπατούν μέσα στο δωμάτιο. Ο εκπαιδευτής δίνει οδηγίες για χειρονομίες και στάσεις και όλοι οι συμμετέχοντες επαναλαμβάνουν αυτές τις χειρονομίες.</p> <p>Ο εκπαιδευτής ζητά από ένα άτομο να «παγώσει» την χειρονομία, η ομάδα κοιτάζει την παγωμένη χειρονομία και συζητά για τα χαρακτηριστικά της.</p> <p>Πιθανές χειρονομίες και θέσεις είναι:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Σταματήστε να κινήστε, διπλώστε τα χέρια και προσηλώστε το βλέμμα αυστηρά σε κάποιον άλλον. - Περπατήστε τριγύρω με μεγάλα βήματα, κουνώντας τα χέρια πέρα δώθε. - Περπατήστε τριγύρω με μικρά, γρήγορα βήματα, σαν να βιάζεστε. - Περπατήστε αργά με κρεμασμένα χέρια , ώμους και κεφάλι. - Κοιτάτε κάτω στο πάτωμα και σταθείτε πότε στο ένα πόδι και πότε στο άλλο.
	<p><u>Στόχος / σκοπός:</u></p> <p>Η σημασία της γλώσσας του σώματος και η συνειδητοποίηση και ταυτοποίηση της.</p>
	<p><u>Ερωτήσεις για συζήτηση:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Τι περιγράφει η “παγωμένη” έκφραση για την διάθεση του ατόμου; - Πώς νοιώθουν οι “παγωμένοι” άνθρωποι;
	<p><u>Πηγή:</u></p> <p>Βασισμένο στο Jugert, Rehder, Notz & Petermann (2006). Fit for life. Module und Arbeitsblätter zum Training sozialer Kompetenz für Jugendliche. Weinheim: Juventa</p>