

# Buđenje glasa

Ove aktivnosti imaju za cilj da se pripreme za govor i olakšaju najsravnijim ljudima. Mogu se raditi jedno za drugim ili nezavisno.

## ① Branje jabuka

Stanite u krug sa dovoljno prostora između učesnika. Oni nemaju šta posebno da rade. Samo neka stoje razmaknutih nogu. Udišu kroz nos, a izdišu kroz usta. Ponavljajte ovo disanje nekoliko minuta. Zatim pozovite ljude da zagreju sve delove tela: gornji deo glave, vrat, ramena, ruke, stomak, butine, noge, listove i stopala. Svaka osoba svojim tempom. Predložite učesnicima da prave buku. Ono što je važno je da oni slobodno proizvode zvukove, bez brige za druge, osećajući se slobodnim da dopuste da se čuju njihova tela, njihovi bolovi, zadovoljstvo opuštenih mišića. Nakon nekoliko minuta, ohrabrite učesnike da prave sve veću buku. Na kraju vežbe svi moraju da se protegnu kao da žele da uberu velike crvene jabuke koje vise sa plafona. Zatim, brzo i slobodno protresite gornji deo tela od struka prema gore, a ruke i ruke opuštene i visi u vazduhu. Ostanite u ovom položaju 1 do 2 minuta..

## ② Stimulisanje dijafragme

Stanite u krug. Predložite da svi zajedno proizvode ove različite zvukove kako bi stimulisali dijafragmu:

- - Imitiranje lokomotive: Choo Choo Choo
- - Dunu sveću sa kratkim dahom
- - Juri mačku: pschitt!
- - Reći šuš nekoliko puta zaredom: šuš šuš šuš šuš šuš
- - Smeh: Ah ah ah ah ah
- - Dahtanje šteneta

## ③ Vođeni zvukom

Uparite učesnike/učesnice. Osoba „A“ će biti „vođena“, a „B“ će biti „vodič“. „B“ bira zvuk koji će voditi „A“ kroz prostor. «B» se kreće unaokolo ponavljajući isti zvuk. „A“ pokušava da prati zvuk zatvorenih očiju. „B“ isprobava neke varijacije u njihovom glasu: proizvode zvuk šapatom, vikom, stojeći blizu „A“, a zatim dalje do „A“. Ali „B“ mora pre svega da vodi računa o „A“ i da se postara da putovanje bude bezbedno. Neka parovi eksperimentišu tri minuta. Zatim zamenite uloge. Napravite kratak pregled: Kako ste se osećali? Da li je vežba bila teška? Da li vam je bilo lakše kao „vodič“ ili kao „vođena“ osoba? Kakva vam je buka bila sigurnija da se krećete zatvorenih očiju?

- ④ **Ritam kutija** Spojite se u parove. Naučite sve kako da kažu „1, 2, 3“ na jeziku zemlje domaćina ili na bilo kom drugom jeziku koji možda nije uobičajen. Zatim ih zamolite da broje u krug na ovom jeziku, ali naizmenično: osoba kaže „1“, B kaže „2“, zatim A kaže „3“, B kaže „1“ itd. U drugoj fazi, „1“ se može zameniti pokretom i zvukom, dok 2 i 3 ostaju nepromenjeni. Par tako broji u krug i naizmenično, zamenjujući broj 1. U drugom i trećem koraku, menjaju se i brojevi 2 i 3. Kada savladate različite koreografije, podelite ih sa grupom.
- ⑤ **Teatralno hodanje** Recite učesnicima da prošetaju po prostoriji. Zamolite ih da smisle jednostavan gest. Dok još hodaju, moraju da oponašaju ovaj gest, bez prestanka. Pozovite ih da se igraju ovim gestom: oni mogu preuveličati pokret, učiniti ga što je moguće manjim, itd. Učesnici zatim mogu dodati zvuk. Zatim, mogu imitirati geste drugih ljudi. Za kraj, pokušajte svi zajedno da učinite isti gest.
- ⑥ **Životinjski zvukovi** Svaki učesnik dobija karticu sa imenom životinje. Ime životinje se mora držati u tajnosti. U grupi istu životinju predstavljaju tri učesnika. Moraju da se poklope i pronađu sa identičnim zvukom na signal predavača.
- ⑥ **Orkestar** Svaki učesnik je instrument i stvaraće zvuk svojim telom. Svaka osoba će biti deo orkestra, predlažući zvuk i ritam koji će držati tokom cele vežbe. Učesnici su postavljeni u nekoliko lukova, jedan iza drugog. Oni stoje između, tako da su svi vidljivi predavaču. Prva osoba proizvodi zvuk, zatim druga i tako dalje. Predavač deluje kao dirigent:
- kada podignu ruke, zvukovi se pojačavaju.
  - kada spuste ruke, zvukovi postaju sve manje glasni.
  - kada nekome daju znak kao da mu nešto dobacuju, osoba pušta njihov zvuk u krug
  - kada napravi znak osobi kao da uzima nešto nazad, osoba prestaje da se igra.
- Na kraju zamolite ljude da zauzmu mesto voditelja kao dirigent.
- Varijacija: voditelj postavlja scenu (npr. šumu) u kojoj će svaki učesnik morati da reprodukuje zvuk iz prirode (životinja, vetar, voda ...).