

Název ilustrace: *Tělo mluví, ale co říká?*

Anotace: Žáci objevují, jak emoce ovlivňují naše tělo a jak se můžeme rozhodnout je vyjádřit nebo skrýt. Cílem je nejen rozvoj divadelních dovedností, ale i sebepoznání a pochopení, jak lidé reagují na různé situace a jakým způsobem se jejich pocity projevují v tělesném projevu. Tento proces pomáhá žákům porozumět emocím a jejich vlivu na chování.

Zadání / popis situace, činnosti žáka:

1. Vyjádření emocí tělem: Žáci si vyberou emoci (např. smutek, radost, zklamání) a vyjádří ji pouze pohybem a mimikou. Zkouší ukázat, jak se jejich tělo mění podle pocitů, aniž by použili slova. Sledují, jak různé emoce ovlivňují jejich držení těla, pohyby a výraz obličeje.

2. Předvedení emocí ve scéně: Žáci si připraví krátkou scénu, ve které se budou nacházet v konkrétní situaci (např. dostanou dárek, který je nepotěší, nebo prohrají v nějaké hře). Bez použití slov ukáží, jak se postava cítí – jaké emoce prožívá a jak se to odráží v jejím těle. Ostatní žáci se budou snažit rozpoznat, jak se postava skutečně cítí na základě tělesného projevu a mimiky.

3. Příklady situací pro scénu:

- Dostal jsi překvapivý dárek, který tě nepotěší, ale musíš se tvářit, že tě potěšil.
- Prohrál(a) jsi v důležité soutěži, ale tváříš se, že to vůbec neovlivnilo tvou náladu.
- Získal(a) jsi vynikající známku, ale chceš zůstat skromný(á), aby to nikdo nepoznal.
- Tvůj oblíbený tým prohrál zápas a ty jsi zklamaný(á), ale nechceš ukázat, jak tě to mrzí.
- Zúčastnil(a) jsi se konkurzu a dostal(a) se do užšího výběru, ale chceš zůstat klidný(á) a neukázat nadšení.
- Dostal(a) jsi špatnou zprávu, která tě překvapila, ale nechceš, aby ostatní viděli, jak tě to zasáhlo.

4. Reflexe a rozpoznání skutečných emocí: Po předvedení scén žáci diskutují, jaké emoce byly ve scéně skutečně prožívány. Zkoumají, jestli bylo možné rozpoznat skutečné pocity postavy pouze podle jejího těla a jak se to lišilo od toho, co postava případně tvrdila slovy. Tato reflexe pomáhá žákům uvědomit si, jak se emoce projevují v tělesné komunikaci a jak mohou být někdy skryté za slovy, i když naše tělo prozrazuje něco jiného.

Způsob ověřování / hodnocení učitelem: Učitel sleduje, jak žáci reagují na emoce a jak pracují s tělem jako nástrojem pro vyjádření pocitů. Hodnotí, zda žáci dokážou vyjádřit emoci přirozeně a jemně, bez přehnaného projevu. Dále učitel sleduje, jak se žáci snaží skrýt své pocity v tělesném projevu a zda si uvědomují, jak tělo a emoce vzájemně komunikují. Reflexe po aktivitách slouží k ověření, jak žáci vnímají rozdíl mezi skutečnými pocity a jejich vnějšími projevy.

Autor/ka: Silva Macková

