

SHA SAMURAI

GAME

et, consecet u adia sang elit, sed do eiusmod tempor
lore magna aliqua. Quis ipsum suspendisse ultrices
viverra maecenas accumsan lacus vel facilisis.

Educație experiențială



8 - 40
persoane



Outdoor | Indoor



Dinamica de grup



30 min

SCOP

DINAMICA DE GRUP

- să se cunoască
- exprimarea furiei și agresivității
- distracție și energizare

MATERIALE

Nimic

PREGĂTIRE

- Căutați o suprafață plană suficient de mare pentru a forma un cerc cu participanții (în interior sau în aer liber)
- Pentru siguranța emoțională a participanților, la început facilitatorul este cel care ține regulile (mai târziu, acesta poate fi alocat participanților) și trebuie să îi încurajeze pe cei care sunt mai timizi. În general, sunt încurajate participarea și lupta „onestă”, corectă, dar și spiritul competitiv.

INTRODUCERE

Această activitate este una dintre preferatele noastre, o folosim frecvent pentru a stimula energia sau doar pentru distracția de a acționa ca samurai. Există anumite mișcări și sunete care trebuie repetate în momente specifice.

PASI

1. Facilitatorul formează un cerc cu participanții și le cere să stea la max. jumătate de metru distanță unul de celălalt. Apoi le spune că de acum încolo toată lumea este un samurai din Japonia antică și ar trebui să se comporte ca unul: fără zâmbet, puternici și onești. În acest moment facilitatorul introduce regulile jocului. Jocul este o „luptă aeriană” care are o secvență rapidă de mișcări:
a Cineva începe cu un „atac” către o „victimă” aleasă luând poziția „brațul-sabie” (brațele drepte și palmele laolaltă deasupra capului), pune un picior înaintea în direcția victimei și mișcă rapid sabia în jos în timp ce strigă puternic „SHA!” cu intenție, voce, aspect și corp foarte clare, astfel încât devine evident pentru victimă.
b Imediat după aceea, victima se protejează folosind „brațul-sabie”, făcând o mișcare rapidă de jos în sus, în direcția atacatorului, în timp ce striga puternic „SHA!”
c Imediat după aceea, ambii vecini ai victimei, în același timp, își folosesc „brațul-sabie” lateral spre burta victimei, strigând în același timp „SHA!”, fiind foarte atenți să nu atingă efectiv persoana.
d După aceasta, persoana atacată anterior („victimă”) devine noul samurai atacat: alege pe cineva din cerc și începe să atace prin aceeași secvență de mișcări. Dacă cineva uită să folosească sunetul SHA! în timp ce acționează, sau este prea lent, sau folosește o mișcare greșită, atunci această persoană pică din joc. Deci, din ce în ce mai puțini oameni vor fi în cerc. Lupta este din ce în ce mai intensă și în cele din urmă se luptă doar 3 samurai: unul va pierde, astfel încât 2 vor fi câștigătorii.
2. Este recomandat să rulați câteva „runde demo” (2-3) până când toată lumea se obișnuiește cu regulile, înainte de a începe jocul, unde participanți pică.
3. Apoi, începe un adevărat joc de samurai până când vor rămâne doar cei 2 câștigători.
4. În cele din urmă, facilitatorul reunește toți participanții într-un cerc pentru a împărtăși și a reflecta asupra experienței.

REFLECȚIE

- Cum te-ai simțit acționând ca un samurai? Acest sentiment a fost diferit în interiorul și în afara cercului?
- Ce resurse ai descoperit în timpul activității?
- Cum crezi că această activitate și metafora samurailor te poate sprijini în construirea rezilienței?

OBSERVAȚII

- Această activitate este un joc de cerc competitiv foarte clasic, cu toate acestea, în practica de învățare experimentală în aer liber, evităm astfel de activități.
- Dacă grupul dvs. este foarte sensibil la eșec, este recomandat să formați un alt cerc în care sunt adunați cei care au făcut o „greșeală” și astfel cele două cercuri pot găzdui migrația constantă a oamenilor.