

TĚLO PRO LÁSKU

SILUETA NA PLÁTNĚ

Tělesnost: návrh a rozhovor

Naši společnou cestu začínáme aktivitou zaměřenou na vnímání těla. Požádáme děti, aby se postavily na místo, které se jim líbí, a pokud chceme, můžeme pustit hezkou hudbu v pozadí. Postupně jim pak navrhneme několik pohybů a postojů, které děti mohou samy vyzkoušet:

- ▶ Vestoje zavřete oči a pohybujte rameny, nejprve dozadu a pak dopředu.
- ▶ Se zavřenýma očima se nadechněte a vydechněte břichem a poslouchajte svůj dech.
- ▶ Otevřete oči, projděte se a rozhlédněte se kolem sebe.
- ▶ Zastavte se a poskočte na místě.
- ▶ Znovu udělejte několik kroků, a udělejte pažemi pohyb do stran, nahoru a dopředu.
- ▶ Posadte se na podlahu, zkřížte nohy a opřete se o ruce.
- ▶ Vsedě pohybujte rty.
- ▶ Vsedě si zacpěte uši, abyste alespoň 10 vteřin nic neslyšeli.
- ▶ Lehněte si na podlahu.
- ▶ Při ležení nejprve vnímejte prsty na nohou a pohybujte jimi, pak vnímejte své nohy a pohybujte jimi a pak podobně záda, ramena a hlavu.
- ▶ Nakonec zavřete oči a zůstaňte potichu.
- ▶ Postavte se na nohy.

Po skončení celé aktivity se dětí zeptáme, jestli o sobě něco zjistily, jak se při pohybech cítily; poté se postavíme do kruhu a navrhneme, aby se každý zamyslel nad ranami na svém těle (jizvy, strupy) a něco o nich řekl.

Vysvětlíme, že Ježíš se s námi chce setkat v celém našem těle, dokonce (a především) i s našimi ranami a místy, za které se stydíme.

Obrys

Připravíme velký kus látky (např. staré prostěradlo) nebo balící papír a barvy (na látky nebo tempery). Požádáme jedno dítě, aby si na tuto podložku lehlo; ostatní jeho tělo obkreslí. Nakreslená lidská silueta bude symbolem našich setkání a pokaždé ji doplníme symboly toho, co jsme společně prožili.

