

Cieszymy się, że nasz list dotarł do Ciebie!!!
Zatytułowaliśmy go

W KRĘGU

Jesteś gotowy/-a do zabawy? No to zaczynamy!

*Niebo jest okrągłe i słyszałem, że Ziemia jest okrągła jak piłka
i wszystkie gwiazdy. Wiatr w swych najsilniejszych porywach wiruje.
Ptaki budują gniazda w kształcie kręgów (...)
Nawet pory roku tworzą powtarzający się cykl zmian.*

Te słowa wypowiedział **Czarny Łoś**,
Szaman Siuksów Oglala

(Szaman to osoba, która pełni ważną rolę w indiańskim plemieniu, gdyż posiada umiejętność kontaktowania się z przodkami, duchami, a także ma wielkie moce uzdrowicielskie.)

▶ **A czy Ty wymienisz z prędkością strzały 10 okrągłych rzeczy?**
To taka szybka gimnastyka pamięci!

▶ **Teraz znajdź 10 okrągłych rzeczy w domu.**
Wykonane? Świetnie!

Ale wróćmy do koła, do kręgu. Pamiętaj jak w spektaklu Wojownicy Serca wraz ze sprzymierzeńcami zasiadają w kręgu i rozmawiają? Wiedz, że Ty również możesz zbudować swój krąg i zaprosić do niego całą rodzinę, ale zanim to zrobisz, rozgrzejmy się:

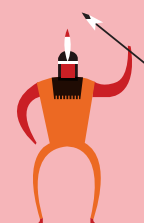
▶ **Poszukaj w swoim ciele 5 okrągłych części.**

▶ **Wykonaj 5 różnych okrągłych ruchów ciałem lub poszczególnymi jego częściami.**

▶ **Weź kartkę papieru i kredkę.**

Kiedy będziesz gotowy/-a zacznij! Przez 30 sekund rysuj swobodnie koła. (Poproś kogoś o odliczanie.) Gdy skończysz, przypatrz się swojemu obrazowi i zobacz, jak dużo w nim życia, energii i...
czego jeszcze?

Powiedz na głos, co jeszcze tam widzisz?



▶ **Stwórz mały taniec wykorzystujący koliste ruchy i nazwij go, a następnie zaproś do niego innych.**

No dobrze, to teraz jesteś gotowy/-a do głównego zadania!

▶ **Zbuduj swój krąg.**

Znajdź różne przedmioty/zabawki, z których chcesz zbudować krąg. Jego wielkość zależy tylko od Ciebie. Gdy będzie on już gotowy, to wiedz, że w środku kręgu - według wierzeń Indian - zasiada Wielki Duch WAKAN TANKA (to dobry duch siły, dobrej energii).

▶ **Zaproś do kręgu swoich bliskich.**

▶ **Już czas, abyście nadali sobie plemienne imiona.**

Pamiętasz imiona Wojowników Serca ze spektaklu?

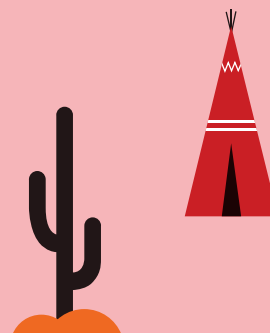
Przypomnimy Ci kilka imion z naszego plemienia:

Ta, która pokonała ciemność nocy

Chodząca swoimi ścieżkami

Ta, która ma łagodny głos

Niosący słońce



Aby zapytać o imię w języku gestów Indian należy:

1. Podnieść dłoń do góry i nią potrząsnąć kilka razy.
2. Następnie palec wskazujący (czyli drugi) skierować w dół.
3. I z dołu skierować go na inną osobę.

Wykonując ten gest, wypowiadasz: - **JAK NA CIEBIE WOŁAJĄ?**
Poćwicz to kilka razy.

A odpowiedź brzmi:

1. Zwijamy dłoń w pięść, odstaje tylko kciuk, który przyciskamy do klatki piersiowej.
2. Odpowiadamy: - **WOŁAJĄ NA MNIE...**



No właśnie. Jak?

Pierwsza osoba zasiada w środku kręgu i zamyka oczy.

Reszta rodziny wymyśla jej imię.

Nadając imię pomyśl, z czym Ci się ta osoba kojarzy, albo zastanów się, co jest jej mocną stroną. Można wymyślić kilka imion i potem wspólnie wybrać jedno.

Następnie osoba w środku przyjmuje nowe imię i wychodzi z kręgu.

Do środka wchodzi kolejna osoba.

Kiedy już cała Wasza rodzina otrzyma nowe imiona możecie poćwiczyć zapytanie z odpowiedzią. Pamiętajcie o indiańskich gestach!

Rodzinna narada

Już wiecie, że kiedy Indianie mają problem zasiadają w kręgu i rozmawiają.
Każdy ma prawo głosu, każdy może się wypowiedzieć!
Czy jest coś, co chcielibyście wspólnie omówić?
Każdy może wnieść jedną ważną dla siebie sprawę do plemiennej
tzn. rodzinnej narady.

Howgh!!!

(to indiańskie pozdrowienie)

- **Wojownicy Serca z Teatru 21**



PS

Jeśli chcesz, możesz przyłączyć się do naszego Plemienia Wojowników Serca. Jak to można zrobić? Kieruj się słowami naszej pieśni:

→ → → → →
→ → → → →
→ → → → →

**ZIEMIA MOIM CIAŁEM
WODA MOJĄ KRWIĄ
POWIETRZE ODDECHEM
OGIEŃ SIŁĄ MĄ**

← ← ← ← ←
← ← ← ← ←
← ← ← ← ←