

Η ύλη:

Ασκήσεις 1-4: Τρεις δράκοι ...άστα να πάνε! (Δημιουργία Ομάδας)

1. Όταν παίζει η μουσική (κι όταν ...δεν παίζει): Αύξηση εγρήγορσης.
2. Φαταούλας: Αύξηση συσπείρωσης και παρατηρητικότητας.
3. Φαφλατούφλας: Αύξηση δημιουργικότητας, εκφραστικότητας και φαντασίας.
4. Μουγκοσούτ: Γνωριμία με τα ρυθμικά κρουστά και εκμάθηση του πρώτου μας τραγουδιού σε πεντάφθογγη κλίμακα. (Π)

Ασκήσεις 5-8: Σε κινώ, με κινείς, συν-κινούμαστε. (Από την κίνηση στο χορό)

5. Μαριονέτες: Συνεργασία σε дуάδες.
6. Ντόμινο: Συνεργασία σε μικρές ομάδες.
7. Λούλι ο τεσσαροχάφτης: Έννοια Ρυθμού-μέτρου-μοτίβου-Ρυθμικής κίνησης.
8. Χορός στον κύκλο: Συνεργασία όλης της ομάδας. (Π)

Ασκήσεις 9-12: Η μουσική που τα πάντα κινεί. (Εκμάθηση των βασικών μουσικών εννοιών)

9. Τρένο ρε-ντο-ρε: Ομαδική ρυθμική κίνηση. (Επιτάχυνση-επιβράδυνση του ρυθμού)
10. Το τρένο ντο-ρε-ντο: Γνωριμία με την ένταση και τα μελωδικά κρουστά. (Π)
11. Η αρκούδα: Διάρκεια και αξίες.
12. Οι επτά αδελφές: Ύψος και μελωδική κλίμακα. (Π)

Ασκήσεις 13-16: Αυτοσχεδιασμός, η μεγάλη πρόκληση (Θεατρικό παιχνίδι)

13. Ο ελέφαντας και το ποντίκι (Ομαδικός καθοδηγούμενος αυτοσχεδιασμός).
14. Γλύπτες και αγάλματα (Καθοδηγούμενος αυτοσχεδιασμός σε дуάδες).
15. Δυο για το παιχνίδι (Ελεύθερος αυτοσχεδιασμός σε дуάδες).
16. Βρες τι είμαι και τι κάνω (Ελεύθερος ατομικός αυτοσχεδιασμός).

Ασκήσεις 17-20: Εικόνες που ηχούν, εικόνες που μιλούν, εικόνες που χορεύουν.

17. Ζωγραφιστή παρτιτούρα (Μία εικόνα ηχεί). (Π)
18. Η καταιγίδα (Μία εικόνα μιλάει-ηχοϊστορία). (Π)
19. Ο ποντικούλης (Απεικόνιση τραγουδιού). (Π)
20. Ο τοίχος των ήχων (Εικαστική παρέμβαση). (Π)

Ασκήσεις 21-24: Τέσσερα τραγούδια

21. Ένα ντιν κι ένα νταν-Το σαπιοκάραβο (διαδραστικό) (Π)
22. Έλα κι εσύ στη γιορτή μας (διαδραστικό) (Π)
23. Χόρεψε (μουσικοκινητικό) (Π)
24. Τζαζάκι αναμένω... (Εκπληξη) (Π)

Ασκήσεις 25-28: Τέσσερις χοροί

25. Ο κριματισμένος (ζωνανάδικος) (Π)

26. Το Μαργούδι και ο Αλεξανδρής (μαντηλάτος) (Π)
27. Έρει πάλαι (συρτός Β.Α.Αιγαίου) (Π)
28. Ποντικός καραβοκύρης (Καλαματιανός) (Π)