

Ritmikai fejlesztőprogram
Játékgyűjtemény

1. A program bemutatása

A három hónapos fejlesztőprogramunk során az énekórákon nagyobb súlyt szeretnénk fektetni a ritmikai fejlesztésre. Elképzeléseink szerint az ajánlott ritmikai játékok a már tanult dalanyaghoz kapcsolva, tetszés szerint kiválogatva, minden órán 10-15 percben kerülhetnének felhasználásra. A legfontosabb, távolabbi célunk, hogy a gyerekek számára ezek az órák élvezetesebbé, játékosabbá váljanak. Örömmel, aktívan vegyenek részt a feladatokban és az énekórákon szabadon, kreatívan, élvezettel alkothassanak. A játékok újfajta zenei élményt adnak, rajtuk keresztül a diákok képességei sokoldalúan fejleszthetőek. A zenei képességek fejlődése mellett a zenetanulás lehetséges transzferhatásait is elő szeretnénk segíteni. A program épp ezért a tanulók végrehajtó funkcióinak és a zenei képességeinek fejlettségi szintjének mérését követően indul, majd három hónap elteltével ugyanezen tesztek felvételét követően a fejlesztés hatásainak kimutatása történik meg.

2. A ritmikai fejlesztés alapelvei

Ritmikai fejlesztőprogramunk olyan tartalomhoz kötött fejlesztés, mely az ének-zene tanórákba beépülve motivációbeli és teljesítménybeli növekedést szeretne előidézni. Ezen változásoktól a három hónapos fejlesztés során különböző transzferhatások megjelenését is várjuk, melyek elsősorban a pszichomotoros készségek, a hallási készségek és a figyelem területét érintik. A választott korcsoport, az általános iskola 1. évfolyama optimális mind a zenei képességek, mind az iskolai képességek kialakulásának szenzitív időszakát illetően. Emellett a fejlesztés ilyen korai életkorban való megkezdése is annak hatékonyságát segíti elő.

A program célja, hogy a ritmikai készségeket játékos formában, ritmikai játékokon keresztül fejlesszük, elősegítve a feladatokban előforduló ritmusképletek tudatosítását, hozzájáruljunk a ritmus írás és olvasás fejlődéséhez. A játékokban elsősorban a testhangszerekre - csettintés, taps, mellkasütés, combütés, dobbantás - építünk, de emellett lehetőség van arra is, hogy a gyerekek felfedezzék, mi mindenben lakozik még "zene", a környezetük tárgyai milyen hangot adnak ki. A játékokban kisebb ritmushangszerek – tikfa, cintányér, csörgők, dobok - is felhasználhatóak.

- A testhangszerek, kisebb ritmushangszerek megszólaltatása, a pontos mozdulatok elsajátítása fejleszti mozgási képességeiket (nagy- és finommotorika).

Ezen készségek tanulása során először a gyerekek utánozzák a tanító mozdulatait, kontrollálják saját tevékenységüket, később a gyakorlásnak köszönhetően mozdulataik letisztultakká, automatikusakká válnak.

- A fejlesztésben szereplő játékokat úgy állítottuk össze, hogy a gyermekek pszichomotoros, kognitív és affektív készségeinek fejlődését egyaránt elősegíthessük.
- A játékok során figyelmük, koncentrációjuk fejlődik.
- A tanítóval, a társakkal való együttműködés, játék segíti a szociális képességeik fejlődését.
- A megismert ritmusokkal a játékok során alkalom nyílik önálló improvizációra

A program összeállításánál szem előtt tartottuk, hogy a feladatok újszerűek, élményt adóak legyenek, együttműködésre, alkotásra készítsenek. Az egyes játékoknál arra is törekedtünk, hogy több, egyre nehezebb variációt is leírjunk, így az egyes készségek, képességek fokozatosan fejleszthetőek. Célunk, hogy ezek a feladatok felkeltsék a tanulók érdeklődését és újabb zenei ismeretek szerzésére motiválják őket. Az összeállítás fő szempontjai:

- cselekvés-orientáltság
- újszerűség
- fokozatosság
- élményközpontúság
- attitűdök formálása
- motiválásra törekvés

Az affektív terület pozitív irányú változása szolgál a minél hatékonyabb fejlesztés, a kitűzött célok megvalósításának alapjául. A különböző affektív feltételek közül a következőkre szeretnénk építeni:

- külső és belső motiváció
- teljesítménymotiváció
- elsajátítási motiváció
- szorongás csökkentése
- önbizalom elősegítése
- érdeklődés
- pozitív attitűdök kialakítása, megerősítése.

MTA-SZTE ÉNEK-ZENE SZAKMÓDSZERTANI KUTATÓCSOPORT

Ennek érdekében fontos a tanulók tevékenységére irányuló folyamatos visszajelzés, mely egyben az aktuális állapot mellett az elérendő célhoz vezető utat is megnevezi.

3. Játékok a ritmikai fejlesztéshez

1. Mi lehet hangszer? Kísérletezés testhangszerrel


Instrukciók a gyerekeknek: Csukd be a szemed és hallgasd a környezeted hangjait! (néhány perc csend) Milyen hangokat hallottál, nevezd meg! Ezek a hangok is lehetnek zenei hangok. Keress olyan tárgyakat a teremben, amiket tudunk hangszerként használni. Most próbáld ki a saját testedet, melyik testrészed, milyen hangot ad ki?

Közös játék: Kövess! Ott játssz te is, ahol én! A tanár gyors ritmusokat játszik a testén, a gyerekek lekövetik. Akkor lehet más testrészre továbbhaladni, ha már mindenki ugyanott játszik, ahol a tanár. Testrészek: fejtető, arc, mellkas, has, comb, láb ütése két kézzel.

Variációk: gyors váltás a testrészek között, hangerő figyelembe vétele (ha halkán ütöm, a gyerekeknek is halkán kell, ha hangosan, a gyerekeknek is hangosan)

Ritmuspéldák:

1.7 1.8

$\frac{2}{4}$   ||

ti - ti *ti - ti* *tá* *tá* *ti - ti* *ti - ti* *ti - ti* *tá*

további ajánlott ritmusok: 1.1, 1.4, 1.10, 1.13

2. Érezd a lüktetést! (Később Stop játék)

A gyerekek mérőérzetének javítására szolgáló játék. Különböző módokon és fokozatokban erősítjük a készségeiket:

- Játszunk katonásat!* Én számolok úgy, hogy 1-2-3-4, nektek ütemre kell járni. Ki tudná bemutatni? Rajta! 1-2-3-4! Most az egész osztály! 1-2-3-4-1-2-3-4...
Addig érdemes játszani, amíg mindenki belejön és egyszerre lépnek. Később gyerek is számolhat a többieknek. Variáció: a tempót lehet változtatni.
- Zenére járás:* Hallgassátok a zenét, vegyük fel az induló tempóját (először mindenképpen tanári segítséggel, pl taps)
Zenei anyag például: Star Wars: Imperial March
Variáció: Ha hangos a zene, a gyerekek menetelnek, ha halk, abbahagyják. A tanító változtatja a hangerőt (stop játék).

3. *Ének mérővel:* A gyerekek éneklük az órán tanult dalt, közben menetelnek, mérőt tapsolnak.

Variáció: mint az előzőnél, halk ének esetén nincs mérő, hangos ének esetén van. A tanító a kezével jelzi a hangerőt.

Nehezítés: teljesen néma az ének, de fejben tovább énekelnek, a mérő marad. Jelre visszatér a dal (dallambújtatás, belső hallás).

Ritmuspéldák:



A számolás 1-2, vagy a négy hangot egy ütemben értelmezve 1-2-3-4.

3. Utánzós játék

A tanár eltapsol egy 2 ütemes ritmust, amit a gyerekek visszaismételnék szintén tapssal.

Variációk: hosszabb ritmusok (4 ütem), illetve mikor nem taps, hanem a test különböző pontjain szólal meg a ritmussor (lásd 1. feladat). Ehhez kiválasztunk egy gyereket, aki játszik a többieknek. Például a tanár tapsolhat, a gyerekek az asztalt üthetik, a tanár egy dobon ütheti a ritmust stb.

A ritmusok esetén fontos a fokozatosság betartása.

Ritmuspéldák: lásd Ritmustáblázat 1.1-1.15, 2.1-2.18

Később lehet nem tanult ritmusokat is kipróbálni (tizenhatodok, szinkópa, triola) pusztán az utánzás szintjén, nem kell megnevezni azokat.

Ritmuspéldák: lásd Ritmustáblázat 3.1-3.9

4. Utánzás körben

Alapja az előző játék, csak ezúttal körbe ülünk. A tanár kezdi egy kétütemes ritmus eltapsolásával, a gyerekek megismétlik. Majd a tőle balra levő gyerek játszik egy kétütemes ritmust, a gyerekek közösen azt is megismétlik. És így tovább, amíg vissza nem ér a sor a tanárra. Ha a gyerekek nem kétszer két ütemes ritmust játszottak, javítsuk ki.

Ritmuspéldák: lásd Ritmustáblázat 1.1-1.15, 2.1-2.18

5. Ritmustelefon

A gyerekeket úgy osztjuk el, hogy három vagy négy csoportot alkossanak, egyenlő számú csoporttagokkal. Az egy csoportba tartozó gyerekeket egymás mögé ültetjük. A leghátsó gyermek hátán leütök egy négyütemes ritmust, ugyanezt megismétlem a többi csoport leghátul ülő tagjának hátán. Amint megkapta az üzenetet, továbbítania kell a neki háttal ülő legközelebbi csapattársának hátára, és így tovább. Tilos megismételteni a ritmust, ha nem értette pontosan, akkor azt adja tovább, amit kiértett. Némán játszunk, tehát tilos kimondani közben a ritmusneveket. Amikor az utolsó, vagyis a sorban legelöl ülő gyerek megkapta az „üzenetet”, egy papírra írja le a ritmussort. A végén összehasonlítjuk a kapott ritmusokat. Aki a legpontosabban adta vissza a kapott ritmust, az a csapat győz.

Ritmuspéldák: lásd Ritmustáblázat 1.1-1.15, 2.1-2.18 (két példát 4 ütemessé összefűzve)

6. Nyolcadfordulós játék (Sáry László: Kreatív zenei gyakorlatok)

Körben ülünk. A tanár kezdi, egy negyedét játszik tapsolva, utána a tőle balra ülő gyermek, és így tovább, halad a kör egyenletes negyedek lüktetésével. Ha valamelyik gyerek negyed helyett nyolcadpárt játszik, fordul a kör, a folyamat megfordul és visszafele halad.

Kiesés: ha megfordult kör esetén az előző gyerek nem veszi észre, hogy ő következik, vagy a nyolcadpárt ütő gyerek után következő véletlenül beletapsol. Egészen addig lehet játszani, még kettő gyermek nem marad. Igyekezzünk a negyedek lüktetésével egy egyenletes tempót elérni.

Nehezítés: gyorsabb tempót adunk meg, vagy:

nyolcadfordulós kézkeresztezéssel: a gyerekek a jobb kezüket a tőlük jobb oldalt ülő gyerek combjára rakják, bal kezüket a bal oldalt ülő combjára. Így a kezek sorrendje összekeveredik, nagy koncentrációt igényel. Szabályok ugyanazok, mint a fent leírtak.

Ritmus:



7. Lüktetés körben

Körben ülünk. Négyes ütem számolásával kezdjük. A tanár kimondja az „egy” szót, a tőle balra levő gyerek a „kettőt”, utána „három”, végül „négy”. A következő gyerek kezdi előlről: „egy” és így tovább. Később az „egy” szót meghangsúlyozzuk, hangosan mondjuk ki, míg a többit hangsúlytalanul, halkan. Ezután a számolás közben tapsolhatunk a kezünkkel, csak az, aki éppen a számot mondja ki. A tapsra ugyanaz érvényes, mint a számolásra: „egy” hangos, a többi halk”. A végén elhagyhatjuk a hangos számolást, csak a taps marad, a gyerekeknek ekkor is hangsúlyozni kell, az „egy” a hangsúlyos, a többi hangsúlytalan.

Nehezítés: Az „egyet” nem tapsolja, hanem a combján üti, a többi marad tenyéren.

Összevonható iskolás mondókákkal, pl.:

An-tan-té-nusz Szó-raka-té-nusz, Szó-raka-tiki-taka-ala**-bala-bam-busz-**ka**!**

1 - 2 - 3 - 4 – 1 - 2 - 3 - 4 – stb.

8. Páros Játék

A gyerekek egymással szemben párba rendeződnek. Egy tanult dal ritmusát egymás tenyerébe ütve játsszák, a dal éneklése közben. Variációk:

- Nem a ritmust ütik, hanem az egyenletes mérőt.
- Az egyenletes mérőt felváltva ütik, egyet a saját tenyerébe, egyet a másikéba.
- Egymás vállára helyezik a kezüket, a ritmust játsszák a másik vállát ütve.

9. Hangszerpakolás

Hasonló a lüktetés körben játékhoz. A gyerekek körben helyezkednek el, szétosztunk közöttük csörgő hangot adó ritmushangszereket (shaker, rumbatök, csörgő, csengő, kisharang stb.), amit számolás közben (1-2-3-4) „egyre” a másik ölébe kell rakni, ezzel hangot keltve. Így a hangsúly mindig az „egyen” lesz. Lehet kettes ütemekben is gondolkodni, így kétszer olyan gyorsan vált gazdát a hangszer.

Variáció: valamelyik tanult dal lüktetésére igazítani a játékot.

10. Osztinató (makacsul ismétlődő ritmus)

1. verzió: A tanár folyamatosan tapsolja ugyanazt a ritmust, amit átvesz az osztály is, míg végül együtt játszanak (pl. tá tá titi tá). Ha egyenletes, mindenki pontosan játssza, a tanár vált (tempón belül), az osztály pedig próbálja átvenni az új ritmussort. Ezt ismétljük el többször

egymás után. Nehezíthető, ha nem csak ritmussort változtatunk, hanem testhangszert is (pl. taps helyett combon kezdjük ütni a következő ritmussort). Célszerű a gyerekeknek csak két ujjal tapsolni, ezzel az ő hangerejük csendesebb lesz.

2. *verzió*: Csoportokat alakítunk. Különböző szólamokat osztunk ki, egy csoport egy szólam. Építkezve egy komplett zenei darabot játszunk el (a csoportok egymás után lépnek be), a tempót tartva.

Például:

<p>1. szólam: 2.6 (padot üt)</p>	<p>3. szólam: 1.10 (comb)</p>
<p>2. szólam: 1.9 (kéttujjas taps)</p>	<p>4. szólam 1.4 (kopogás asztalon egy kézzel)</p>

Kiegészítés:

A ritmushangoztatás lehetőségei testen:

- taps (tenyérrel, 2 vagy 3 ujjal)
- koppantás (3. ujjal, ujjbeggyel)
- csettintés
- lépés, járás, dobbantás, ugrás
- fejtető ütése
- arcbőr ütése (száj nyitogatásával változtatható a hangmagasság)
- mellkas ütése
- has ütése
- combütés
- térdütés
- lábszárütés

A ritmikai fejlesztésben felsorolt játékok kapcsolódhatnak a Nemzeti Alaptantervben meghatározott kulcskompetenciaterületekhez, annak kiemelt fejlesztési feladataihoz, valamint a tantárgyi fejlesztési szükségletekre is kiterjedhetnek.

RITMUSTÁBLÁZAT

1. Negyed-nyolcad variációk

1.1 1.2 1.3

$\frac{2}{4}$ ||

1.4 1.5 1.6

$\frac{2}{4}$ ||

1.7 1.8 1.9

$\frac{2}{4}$ ||

1.10 1.11 1.12

$\frac{2}{4}$ ||

1.13 1.14 1.15

$\frac{2}{4}$ ||

2. Negyed-nyolcad variációk szünettel

2.1 $\frac{2}{4}$ tá tá tá szün

2.2 tá ti - ti tá szün

2.3 ti - ti tá tá szün

2.4 $\frac{2}{4}$ ti - ti ti - ti tá szün

2.5 tá szün tá szün

2.6 tá szün szün szün

2.7 $\frac{2}{4}$ ti - ti szün tá szün

2.8 ti - ti tá ti - ti szün

2.9 ti - ti szün ti - ti szün

2.10 $\frac{2}{4}$ ti - ti ti - ti ti - ti szün

2.11 tá tá ti - ti szün

2.12 tá ti - ti ti - ti szün

2.13 $\frac{2}{4}$ ti - ti szün szün tá

2.14 ti - ti tá szün tá

2.15 tá ti - ti szün tá

2.16 $\frac{2}{4}$ tá tá szün tá

2.17 tá szün szün tá

2.18 szün ti - ti szün tá

3. Példák utánzásos feladatokhoz

3.1  3.2  3.3 

3.4  3.5  3.6 

3.7  3.8  3.9 

