



Tanári kézikönyv

Szirányi Borbála

Kreatív énekes-játékok ritmikus mozgással

Aktív zenetanulás
énekléssel és mozgással
1. modell

Szirányi Borbála

Tanári kézikönyv

**Aktív zenetanulás
énekléssel és mozgással**

1. modell

**Kreatív énekes-játékok
ritmikus mozgással**

A könyv az „Aktív zenetanulás énekléssel és mozgással – módszerek és hatásvizsgálatuk” című projekt keretében készült. A kutatásokat a Magyar Tudományos Akadémia Tantárgypedagógiai Kutatási Programja támogatta.

ISBN 978-615-6316-09-7

Copyright © 2021 Támogatott Kutatócsoportok Irodája, Liszt Ferenc Zeneművészeti Egyetem,
Szirányi Borbála

Minden jog fenntartva a könyv mozgóképi mellékleteire is vonatkozóan.

Felelős kiadó: Támogatott Kutatócsoportok Irodája, 1052 Budapest, Piarista utca 4.
Felelős szerkesztő: Nemes László Norbert, LFZE Kodály Zoltán Zenepedagógiai Intézet,
az MTA-LFZE Aktív Zenetanulás Kutatócsoport vezetője

Olasószerkesztő: Tóth Teréz

Technikai szerkesztők: Deszpot Gabriella és Patakiné Sztana Ágnes

Tartalom

Bevezető	3
Inspiráció – mozgás alkalmazása a magyar kodályi zenepedagógiában és annak egyik angolszász adaptációjában	4
Kreatív énekes-játékok típusai a résztvevők száma és az alkalmazott mozgás- és térformák tükrében	6
Alkalmazott mozgáskoreográfiák típusai a résztvevők száma szerint	6
Egyéni kreatív énekes-játékok.....	6
Párban végezhető kreatív énekes-játékok.....	8
Csoportos kreatív énekes-játékok	9
Alkalmazott mozgáskoreográfiák típusai a használt mozdulatok, térformák és mozgásirányok szerint	12
Alkalmazott mozdulatfajták	12
Alkalmazott térformák és mozgásirányok	17
Javaslat a bemutatott térformák és mozgásirányok alkalmazására évfolyamok szerinti bontásban.....	24
Kreatív énekes-játékok integrálásának lehetőségei az egyes készségfejlesztési és zenei ismeretszerzési területeken.....	30
Mérőérzék fejlesztése	31
Metrumérzék fejlesztése	32
Formaérzék fejlesztése	36
Új ritmusképlet tanítása	40
Testritmus alkalmazása	45
A testritmus rendszer kialakításának motivációja és a szisztéma bemutatása	45
Alkalmazott ritmusértékek és testritmus mozdulataik	46
Tapasztalatok a testritmus tanórai alkalmazásáról	53
Új dallamhang, dallami reláció tanítása	56
Többszólamú készség fejlesztése.....	59
Irányított zenehallgatás egyszerű mozdulatok integrálásával.....	65
A mozgással társított zenehallgatási gyakorlatok közös didaktikai lépései	67
Alkalmazott mozgásfajták és gyakorlattípusok zenehallgatásnál.....	68
Felhasznált szakirodalom	70
Táblázatjegyzék	70
Videójegyzék.....	70

A Magyar Tudományos Akadémia 2016-ban kiírt szakmódszertani fejlesztésre irányuló pályázata kiváló lehetőséget biztosított számunkra arra, hogy a több, mint két évtizedes zenepedagógiai munkánk során bennünk megfogalmazódott újító zenepedagógiai ötleteinket egy kutatás részeként próbálhassuk ki. Az „Aktív zenetanulás énekléssel és mozgással – módszerek és hatásvizsgálatuk” elnevezésű kutatás interdiszciplináris kutatócsoportja egyik munkacsoportjaként dolgoztuk ki az 1. módszertani modellt, Kreatív énekes-játékok ritmikus mozgással címmel.¹

Módszertani fejlesztésünk létrehozását az a felismerés motiválta, hogy amíg a kisgyerekek (6-10 éves korosztály) életkoruknál fogva is állandó mozgásra, aktív bevonódásra, élményközpontú, kreatív, az önkifejezésre is alkalmat adó tevékenységekre fogékonyak és ezekre vágnak, addig a mai magyar zenepedagógia többnyire passzív és statikus módon, sokszor az elmélet oldaláról, illetve annak túlhangsúlyozásával közelíti meg az ének-zene oktatását.

Módszertani modellünk fő sajátossága a mozgás domináns jelenléte egyrészt a zenei ismeretek elsajátításának szekvenciájában, másrészt a különböző zenei készségek fejlesztésének gyakorlatában, harmadrészt, a zenei reprodukció mellett, a zenei befogadás készségének kialakításában és gyakorlatában. Zenepedagógiai fejlesztésünkben arra törekszünk, hogy a zenei ismeretek elsajátításának háromszakaszos, a hagyományos magyar zenepedagógiában elősorban az éneklés által szerzett hallási tapasztalatokra építő tanítási folyamatát a mozgás bevonásával gazdagítsuk. Meglátásunk szerint, míg a hagyományos, „csupán” éneklésre alapozó zenetanítás a zenei ismeretszerzést döntően a zenei hallás oldaláról közelíti meg, addig a mozgás tudatos integrálásával ezek, a tanulók hallásába beépülő ismeretek kinesztetikus, azaz testi és sok esetben ezzel párhuzamosan vizuális tapasztalatokkal is kiegészülnek. A hallás – látás – testi átélés hármas egységével az eltérő ismeretszerzési stratégiákkal bíró gyerekeket egyszerre tudjuk megszólítani. Célunk, hogy a mozgás ne csak az alsó tagozatos képzés első két évében, hanem annak teljes spektrumában megjelenjen, és a zenei készségeken túl mindig igazodjon az adott évfolyam koordinációs és összpontosítási képességéhez.

Mozgásgyakorlatainkban a társított mozdulatok mindig az adott zene egy vagy több meghatározott aspektusát követik, azaz tudatosan kontrollált, irányított, a hangzó zenével korreláló mozgáskoreográfiákat hozunk létre. Az alkalmazott zenei anyag lehet a feladatban résztvevők által énekelt dallam vagy akár felvételtől hangzó zenehallgatási példa is. Szakmódszertani fejlesztésünkben fontosnak tartjuk, hogy az egyes készségfejlesztési, illetve zenei ismeretszerzési területekhez különböző típusú mozgáslehetőségeket, mozgáskoreográfiákat kínáljunk és lehetőleg sokféle mozdulatot és térbeli alakzatot alkalmazzunk.

Szakmódszertani kutatásunk első három évében általános iskolai környezetben próbálhattuk ki elképzeléseinket a budapesti Városmajori Kós Károly Általános Iskola két, párhuzamos osztályában.

¹ Az 1. modell kidolgozására szerveződött munkacsoport tagjai: *Barabás Edina* (Városmajori Kós Károly Általános Iskola – Budapest, Liszt Ferenc Zeneművészeti Egyetem Kodály Intézet, Kecskeméti Református Általános Iskola) ének-zene tanár, karnagy, szolfézstanár; *Nagy Melinda* (Tóth Aladár Zeneiskola, Városmajori Kós Károly Általános Iskola) ének-zenetanár, szolfézstanár; *Szirányi Borbála* (Liszt Ferenc Zeneművészeti Egyetem Kodály Intézet, Városmajori Kós Károly Általános Iskola, Kecskeméti Református Általános Iskola) művésztanár, ének-zene tanár, módszertan oktató, karnagy.

Az egyik résztvevő osztály egy zenei szempontból alaptantervű, az indulás tanévében, 2016/2017-ben 32 fős osztály volt, melynek fiú-lány aránya meglehetősen sajátságosan alakult, hisz 23 fiú és csupán 9 lány képezte a közösséget. A kutatás második évétől már csak 30 fő járt az osztályba (22 fiú és 8 lány). A résztvevő másik osztály emelt szintű zenei képzésben részesült. Létszámuk a teljes experimentális tanítási időszakban 31 fő volt, melyet 12 fiú és 19 lány alkotott. Munkánkat nagyban segítette az az egyáltalán nem általános körülmény, hogy tanóráink jelentős részét egy dupla méretű tanteremben tarthattuk. A terem egyik része hagyományos módon volt berendezve tanuló padokkal és táblával, míg másik része tágas, szabad térrel rendelkezett, ahol könnyen lehetett bármilyen térformát kialakítani, még akár 30 gyerek számára is. Ez a kettősség jó lehetőséget kínált arra, hogy mozgásgyakorlatainkat szűkebb és tágabb térben egyaránt kipróbálhassuk, illetve alternatívákat keressünk a rendelkezésre álló tér függvényében.

Inspiráció – mozgás alkalmazása a magyar kodályi zenepedagógiában és annak egyik angolszász adaptációjában

„A gyermek ösztönszerű, természetes nyelve a dal, s minél fiatalabb, annál inkább kívánja mellé a mozgást. A mai iskolának egyik főbaja, hogy nem engedi eleget énekelni és mozogni a gyermeket. A zene és testmozgás szerves kapcsolata: énekes játék a szabad ég alatt, ősidők óta a gyermek életének legfőbb öröme.” fogalmaz Kodály 1937-ben az *Énekes játékok* című írásában².

Ma már mindannyiunk számára természetes, hogy Magyarországon az óvodai zenei nevelés gerincét a népi énekesjátékok adják. Forrai Katalin az *Ének az óvodában* című, meglátásunk szerint alapművében rámutat, az énekesjátékok nemcsak a zenei készségek, hanem a gyermek teljes személyiségfejlődése szempontjából meghatározóak. A játéknak folyamata, sorrendje, szabályai vannak, melyekhez tartanunk kell magunkat, s melyek révén rengeteg szociális kompetenciát is elsajátíthatunk. De szerintünk épp ilyen fontos, hogy a játék élményt, örömet ad. Az énekesjátékok által a gyerekek megszeretik az éneklést, átélik a játék előidézte drámai feszültséget és oldást, s ennek újbóli átélésére vágnak. Ha a mozgás aspektusából közelítünk, akkor elmondható, a magyar népi gyermekjátékok többségében az énekléshez valamilyen egyszerű mozgás, pl. járás, tapsolás, forgás stb. társul, melyek legtöbbször az egyenletes lüktetést követik. Azaz általuk bármely zenei tevékenység alapja, a tempótartás készsége fejleszthető. Ha pőrén, csak a zenetanítás szemszögéből vizsgáljuk a népi énekesjátékok alkalmazásának előnyeit, akkor az egyenletes lüktetés fejlesztése mellett az örömteli, ismétlődő éneklések lehetőségét emelnénk ki, amely ugyan bújtatott formában, de több zenei készség fejlesztését is magában hordozza, gondoljunk itt az éneklési készségre, az intonációra, a zenei hallásra, a ritmuskészségre vagy akár az osztott figyelem készségére.

Általános iskolai zenei képzésünk is a gyerekdalokkal és a hozzájuk kapcsolódó népi gyermekjátékokkal indul, hisz az első két osztály zenei anyagát többségében ezek alkotják. Így itt is

² Kodály Z. (1964). Visszatekintés I. Zeneműkiadó Vállalat, Budapest. 62.

adott a lehetőség a mozgás és játék adta öröm énekórai becsempészésére – már ha a zenét tanító pedagógus lelkesedése és hite legyőzi a sokszor nem igazán szerencsés tantermi feltételeket. Azonban legkésőbb harmadik osztálytól kezdve a tananyag már döntően a népdalok világából merít, és bár a mozgásra továbbra is lenne lehetőség a különböző néptánc típusok és jellegzetes lépéseik bevonásával, de talán érthető módon – legfőképp az ezen irányú szakképzés hiánya okán – erre kevés ének-zenét tanító kolléga vállalkozik. Így az ének-zene órák harmadiktól többnyire már csak ülő helyzetben végzett tevékenységekből állnak, kevéssé építenek a zenével szimbiózisban létező mozdulatok, mozgáskoreográfiák adta játékoság és öröm lehetőségére.

„A huszadik században semminek sem volt akkora hatása a zenei nevelésre, mint a Kodály Zoltán nevével fémjelzett pedagógiának.” Lois Choksy amerikai zenetanár 1973-ban megfogalmazott gondolata jól érzékelteti, hogy a külföldi zenepedagógus társadalom egy részét elbűvölte és magával ragadta a magyar módszer, melynek eredményeit 1964-ben a Nemzetközi Zenei Nevelési Társaság (ISME) Budapesten megrendezett konferenciáján láthatták először, sőt melyet ugyanezen társaság 6 évvel később minden tagállamának bevezetésre ajánlott. A világban azóta igen sok adaptáció született és a mai napig töretlen az érdeklődés a módszer iránt, amit többek között bizonyít azon külföldi zenetanárok vagy leendő zenetanárok nagy létszáma is, akik több hónapot, sokszor éveket töltenek Magyarországon a kecskeméti Kodály Intézetben, hogy a koncepciót az eredeti forrásból ismerhessék meg, és sajátíthassák el.

De vajon tanulhatunk-e mi, magyar zenepedagógusok, akik beleszülettünk a módszerbe, akik számára természetes az énekes alapú zenetanulás, a zenei írás-olvasás elsajátításának igénye, az értékes zenei repertoár használata ezekből a külföldi adaptációkból? Meglátásunk szerint mindenképp, de természetesen sosem tévesztve szem előtt a kodályi filozófia által kijelölt utat. A 2010-es évek elején kerültünk munkakapcsolatba Lucinda Geoghegan skót zenepedagógussal - a Royal Conservatoire of Scotland oktatója, valamint a British Kodály Academy tanára -, aki játékos lényéből fakadóan gyerekekkel való munkája során folyamatosan azt kereste, és keresi a mai napig, miként lehetne mozgásos játékokkal társítani az énekes tevékenységeket. Az általa kigondolt és alkalmazott játékok egy része azt a funkciót igyekszik betölteni, amit a magyar oktatásban a népi gyermekjátékok biztosítanak, lévén az angolszász autentikus gyermekdalanyag híján van ezeknek. Másik részük olyan, alapvetően tapsolásra épülő mozdulatsorokkal operál, melyek az adott dal ritmikai, formai, metrikai vagy dallami sajátosságait emelik ki, vagy éppen azok ellenében állnak. Külső szemlélőként úgy tűnhet, Lucinda Geoghegan számára az egyik legfontosabb pedagógiai cél az „engaging and enjoyable activities”, azaz a vonzó és élvezetes tevékenységek megteremtése a zenei foglalkozásokon, ami maximálisan érthető, hisz minden eredményes tanulás és ismeretsajátítás alapja az, hogy örömmel leljük az adott tevékenységben, hogy pozitív érzeteket társítunk hozzá. Módszertani fejlesztésünkben ezt a játékos, mozgásos szemléletet igyekszünk a napi zenepedagógiai gyakorlatunkkal minél harmonikusabban összeházasítani oly módon, hogy mind az élményszerzés, mind az ismeretátadás és készségfejlesztés támasztotta igényeket kiszolgáljuk.

Kreatív énekes-játékok típusai a résztvevők száma és az alkalmazott mozgás- és térformák tükrében

Modellünkben kreatív énekes-játéknak nevezünk minden olyan tevékenységet, amely valamiféle mozgást, mozdulatot társít az énekléshez. Ezen koreográfiák egy része inkább zenei gyakorlatnak, míg többsége valóban játéknak tekinthető. Munkánk során tudatosan törekedtünk arra, hogy sokféle és változatos énekes-játékot alkossunk, így bátran kísérleteztünk a játékokban résztvevők számával éppúgy, mint az alkalmazott térformákkal. Módszertani fejlesztésünkénél nagyon fontos szempont volt, hogy figyeljük, a gyerekek milyen komplexitású koreográfiákat és mozdulatokat képesek könnyen és örömmel elsajátítani, illetve a gyakorlatok és a használt mozdulatok összetettsége hogyan változhat a gyerekek zenei fejlődésével és életkori változásával. Itt szeretnénk megjegyezni, hogy mivel a kutatás, ahogy a bevezetőben is említettük, csak egy alaptantervű és egy zenei emelt szintű osztály bevonását és munkájuk, reakcióik megfigyelését tette lehetővé, így a következőkben megosztásra kerülő javaslatok nem tekinthetők reprezentatívnak, csupán kiindulási referenciának.

Az alábbiakban különböző szempontok szerinti csoportosításban mutatjuk be munkánkat, melyen keresztül egyúttal egy kis bepillantás igyekszünk adni módszertani gondolkodás-módunkba. Hogy elképzeléseinket jobban megvilágítsuk, ebben a fejezetben nemcsak általános leírást adunk a gyakorlatok típusairól, hanem ahol lehetséges, ott egy-egy kreatív énekes-játék pontos leírását is közreadjuk. Ezeket a játékokat mozgóképes felvételen is meg lehet nézni az Oktatási segédanyagunk részeként.

Alkalmazott mozgáskoreográfiák típusai a résztvevők száma szerint

Egyéni kreatív énekes-játékok

Olyan gyakorlatsor, amit minden gyerek önállóan, azaz egyedül végez. Ezek egy része előre megadott mintát követ, a gyerekek a tanár által mutatott mozdulatsort utánozzák. Ezek a típusú játékok nagyon jól beváltak egy-egy új zenei ismeret (pl. dallamhang, ritmusérték, metrum) előkészítésénél, hiszen a tanár által kitalált mozdulatsor mindig az új zenei elem sajátosságait emeli ki, és érzékelteti. Oktatási segédanyagunk egyik példája erre a *Csett Pápara* kezdetű dal dallamrajzát kifejező gyakorlat, melyben a szó-lá-szó-mi motívumot helyezük a testünkre oly módon, hogy a dallamhangok közötti hangközlépések, azaz a lépés (szekund) és az ugrás (terc) különbsége kinesztetikusan és vizuálisan is megtapasztalhatóvá válik.

Csett Pápára – a gyakorlat leírása

1. motívum (Csett Pápára)

- 1. mérő – szó-hang:** jobb kézzel a bal vállunkat érintjük
- 2. mérő – lá-hang:** jobb kézzel a fejtetőnket érintjük
- 3. mérő – szó-hang:** jobb kézzel a jobb vállunkat érintjük
- 4. mérő – mi-hang:** jobb kézzel a jobb csípőnket érintjük

3. motívum (bugyrot kötök)

ugyanaz a mozgás, mint az 1. motívumnál

5. motívum (Csett, csett, csett)

- 1. mérő – szó-hang:** mindkét kézzel vállmagasságban csettintünk
- 2. mérő – mi-hang:** mindkét kézzel csípőmagasságban csettintünk
- 3. mérő – szó-hang:** mindkét kézzel vállmagasságban csettintünk

2. motívum (ló hátára)

- 1. mérő – szó-hang:** bal kézzel a jobb vállunkat érintjük
- 2. mérő – lá-hang:** bal kézzel a fejtetőnket érintjük
- 3. mérő – szó-hang:** bal kézzel a bal vállunkat érintjük
- 4. mérő – mi-hang:** bal kézzel a bal csípőnket érintjük

4. motívum (a hátára)

ugyanaz a mozgás, mint a 2. motívumnál

Ahogy látható, a gyakorlat során az egyes motívumokat mindig másik kézzel kezdjük – első motívumot jobb kézzel mutatjuk, és balról jobbra haladunk, míg a másodikat bal kézzel mutatjuk és jobbról balra haladunk stb. –, ezáltal a dal motivikus felépítése is érzékelhetővé válik, azaz tudat alatt a gyerekek formaérzéke is fejlődik. A mozgássort kezdetben a tanár végig (tükörben) mutatja az osztállyal, de az ismétlések során érdemes fokozatosan elhagyni a tanári mintát, bátorítva a gyerekeket az önálló feladatvégzésre.

Az egyéni kreatív énekes-játékok másik típusát alkotják azok a gyakorlatok, melyekben a gyerekek továbbra is egyedül, társas interakció nélkül végzik a feladatot, de a mozdulatokat saját maguk választják, azaz nem egy előre rögzített sémát követnek. Az ilyen típusú játékok, melyek az egyéni kreativitást is serkentik, az adott zenei ismeret elsajátításának gyakorló fázisában alkalmazhatóak elsősorban, hiszen a gyerekek mozgásukkal már tudatosan reagálnak egy adott zenei jelenségre. Az Oktatási segédanyag 1. évfolyamos gyakorlatai közül most emeljük ki a *Miss, miss* kezdetű angol dalt példának, ahol a negyed szünet helyét kell mozdulattal jelezni.

Miss, miss – a gyakorlat leírása

A gyerekek szabadon állnak a térben a tanterem adottságait kihasználva. Fontos, hogy mindenkinek legyen megfelelő helye a mozdulatok kivitelezéséhez. A játék egyfajta szoborjáték, amelyben csak a szünetre szabad mozdulni. Minden szünet alatt új mozdulatot kell felvenni, amit a következő szünetig meg kell tartani úgy, hogy közben énekeljük a dalt.

Mivel az egyéni feladatvégzés általában amúgy is dominál az ének-zene órákon – hiszen, bár többnyire az osztály közösen éneklie a dalokat, de a ritmust általában már minden gyerek egyedül tapsolja társal vagy társakkal való interakció nélkül, a kézjeleket egyedül mutatja stb. -, így munkánk során, ezt ellensúlyozandó aránylag kevés egyéni kreatív énekes-játékot alkalmaztunk. Az egyéni játékok, egyéni mozgásos tevékenységek azonban jelentős hangsúlyt kaptak a mozdulatokkal

társított zenehallgatási gyakorlatainkban. Ezek között is akad egy-két mozdulat-improvizációra épülő példa – ld. Antonio Vivaldi: *A négy évszak Ősz I. tétel* elejéhez kigondolt feladat, melyben a hangos-halk dinamikai váltakozását kell saját mozdulatokkal megjeleníteni –, de a többség itt inkább a tanári példát vagy egy közösen kigondolt mozgást követő gyakorlat, pl. Leopold Mozart: *Gyermekszimfónia* - II. tétel eleje vagy Nyikolaj Andrejevics Rimszkij-Korszakov: *A dongó* részlete.

Párban végezhető kreatív énekes-játékok

Ide tartoznak azok a gyakorlatsorok, amelyeket egy társsal lehet közösen végezni. Könnyen belátható, hogy sokkal izgalmasabb, motiválóbb valakivel együttműködve tevékenykedni, különösen, ha a másik felet mi magunk választhatjuk ki, esetleg ő a barátunk. De természetesen a párosokat más pedagógiai megfontolás alapján is összeállíthatjuk, hisz adott esetben fontos lehet, hogy egy gyengébb zenei adottságú nebulót egy ügyesebb társával állítsuk párba, ezáltal próbálva biztosítani az egyéni fejlesztést. A kutatási periódus során a párban végezhető koreográfiákat elsősorban a dallamhangok tanításának előkészítő szakaszában alkalmaztuk. Példaként említenénk az *Éliás, Tóbiás* kezdetű dalhoz készített játékot, melyet a dó-hang tanításának előkészítő szakaszában játszottunk. Úgy tapasztaltuk, sokat segített abban, hogy a gyerekek megfigyeljék a dal hangkészletét, az új dallamhang elhelyezkedését és relációját a korábban tanult dallamhangokhoz képest.

Éliás, Tóbiás – a gyakorlat leírása

A párosok szemben állnak egymással és összeillesztik a bal kézhátukat. (A és B játékos is picit előre nyújtja a bal kezét és úgy illesztik össze a kezüket, hogy a kézfejük találkozzon.) Ezután a jobb karjukat is picit előre nyújtják úgy, hogy a jobb tenyerük befelé nézzen (a saját „összeillesztett” bal tenyerük irányába). A dal dallamjárását és ritmusát követve, jobb kezükkel tapsolnak össze a párjukkal úgy, hogy a szó-hangokon az összeillesztett bal tenyerük fölött ütnék össze, a mi-hangokon a saját bal tenyerükbe ütnék bele, míg a dó-hangokon az összeillesztett bal tenyerük alatt ütnék össze.

Az Oktatási segédanyagban található olyan példa is, melyben a párosan végzett gyakorlat a motivikai egységeket érzékelteti. Párban végezhető koreográfiát alkalmaztunk új ritmuselem tanításának előkészítő fázisa részeként is, bár itt a páros interakció nem önállóan jelenik meg, hanem csoportos kreatív énekes-játék meghatározó elemeként. Zenehallgatási gyakorlatainkban elenyésző a páros játékok száma annak ellenére, hogy bizonyos formai jellegzetességek – pl. variáció, zenei kérdés-válasz – mozgásos leképezéséhez talán jól illene ez a típus is. Mi többek között a hangszínhallás fejlesztésére alkalmazott feladatoknál használtunk párosan végezhető gyakorlatot, ld. Dohnányi Ernő: *Op. 25. Variációk egy gyermekdalra, 4. variáció*. A különböző, egyénileg végzett előkészítő lépéseket követően ezen zenehallgatási gyakorlat záró lépéseként a gyerekek párban állva, párjukkal szembe fordulva hallgatták a variációt oly módon, hogy egyikük csak a fagott, míg másikuk a fuvola játéka alatt mozoghatott szabadon választva meg mozdulataikat.

Csoportos kreatív énekes-játékok

Minden olyan gyakorlatsort, amiben a teljes közösség együttesen vesz részt, csoportos kreatív énekes-játéknak nevezzük. Ezekre a koreográfiákra általában jellemző, hogy párban társakkal, sokszor dalon belüli párcserével, nagyon gyakran kör formában játsszuk. Az alkalmazott mozdulatok és mozgásirányok, illetve azok változtatásai mindig az adott dal valamely zenei jellemzőjét vagy jellemzőit követik, így a szimultán éneklés és mozgás által a résztvevők többféle érzeten keresztül tapasztalják meg ugyanazt a zenei jelenséget. Meglátásunk szerint a csoportos kreatív énekes-játékok alkalmazásának egyik pozitív hozadéka, hogy a gyerekek a tulajdonképpeni zenei feladatot közösségi játékként és élményként élik meg. Olyan játékként, amelyben a közösség minden egyes tagja fontos, hisz a játék csak akkor sikerül, ha mindenki odafigyel, és a tőle telhető legtöbbet adja. Mindebből talán levonható az a következtetés, hogy ezek a gyakorlatok fejlesztik a koncentrációt. Tapasztalatunk szerint más pozitív hozadéka is van annak, ha zenei munkánkba időről-időre becsempészünk csoportos kreatív énekes-játékokat. Egyrészt ezek gyakorlása során a gyerekek megtapasztalhatják a felelősség szerepét, hiszen az egyén hibája a többiek erőfeszítését is rombolja. Átélik a támogatás és segítség örömeit azáltal, hogy a párosokban az ügyesebb gyerek mozgásával vezetheti az esetleg ügyetlenebbet. És lehetőségük nyílik az elfogadás erényének gyakorlására is, hisz a párcsere következtében esetleg olyan társsal kell a mozgássort végezni, akit talán nem is kedvelünk.

Csoportos kreatív énekes-játékokat egyaránt alkalmaztunk egy új zenei ismeret – legyen az egy új ritmusképlet, dallamhang, metrum vagy akár formai jelenség – tanításának előkészítő és gyakorló szakaszában, ez utóbbiban talán nagyobb számban. Az előkészítés során a mozgás célja az volt, hogy a mozdulatok valamiképpen az új elem jelenlétét és sajátosságát emeljék ki, míg a gyakorlásnál sokszor a módszertani cél már inkább az volt, hogy a gyerekek tudatosan észleljék az új elem helyét az adott zenében, vagy az új elemet akár többszólamú gyakorlatban is megfelelően tudják alkalmazni. Példaként említeném a szinkópa tanításának két gyakorlatát. Az elsőt az előkészítés során játszottuk a *Hej, Dunáról fúj a szél* kezdetű dalra. A dalritmust és a mérőt ötvöző mozgás igyekszik a párváltások és a mozdulatrendszer által érzékeltetni a dallamsorok azonos és eltérő motívumait, míg az új ritmusképletnél, a szinkópánál, annak testritmus mozdulatait alkalmazza. A játékot dallambújtatással is játszottuk, ezáltal még jobban ki lehetett emelni az új ritmusképletet.

Hej, Dunáról fúj a szél – a gyakorlat leírása

A gyerekek két koncentrikus körben állnak, a belső kör kifelé, a külső kör befelé néz, és mindenki szemben áll a másik körbeli párjával. A játék során az oldalazó lépéseknél mindkét kör egyszerre mozog, de ellentéres irányban és így kerülünk mindig új párral szembe. Fontos, hogy mindenki mindig a jobb lábával kezdi az oldallépést.

A mozgássor a következő:

1. motívum (Hej, Dunáról fúj a szél)

Tá Tá ti – ti Tá
Ljo Lz T T tjb

2. motívum (Szegény embert mindig ér)

ugyanaz a mozgás, mint az 1. motívumnál

3. motívum (Dunáról fúj a szél)

szin-kó - pa ti – ti Tá
csj mj csb T T tjb

4., 5. és 6. motívum

pontosan ugyanaz a mozgássor, mint az előző három motívumnál

Ljo: oldallépés jobb lábbal

Lz: bal láb zár

T: taps (saját tenyerek összeütése)

tjb: mindkét tenyerünket összeütjük a társunk tenyerével (pacsizunk)

csj: csettintés jobb kézzel

mj: mellkas megütése jobb kézzel

csb: csettintés bal kézzel

A szinkópa tanulásának gyakorló fázisában viszont olyan, labdagurítós körjátékot játszottunk, amelyben a gyerekeknek már tudatosan, előre kellett gondolkodniuk és készülniük a ritmusképlet megjelenésére, ld. *Itt ül egy kis kosárba'*.

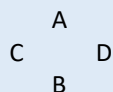
Itt ül egy kis kosárba' – a gyakorlat leírása

A gyerekek körben ülnek vagy térdelnek a földön és közösen éneklik a dalt, egyikük kezében egy puha labda van. Daléneklés közben ezt a labdát kell átgurítani a körív bármely húrján egy másik gyereknek, de azt csak a szinkópa alatt szabad gurítani.

A csoportos játékok döntő többségét nagy létszámú csoportban, többnyire a teljes osztály (kb. 30 fő), vagy fél osztály részvételével játszottuk, azonban a harmadik évfolyamtól kipróbáltunk néhány ún. kiscsoportos kreatív énekes-játék koreográfiát is. Az önálló nyolcad és szünetének (ti szü) tanítása során alkalmazott gyakorlatban a gyerekek két-két pár alkotta négyes csoportokban dolgoztak, s úgy tapasztaltuk, nagyon élvezték ezt a típusú elrendezést is, ld. *Két szál deszka megy a vízben*. Véleményünk szerint a felsőbb évfolyamokban érdemes lehet több ehhez hasonló, kisebb létszámú csoporttal operáló gyakorlatot alkalmazni.

Két szál deszka megy a vízén – a gyakorlat leírása

A gyerekek párokba rendeződnek (pl. A-B, C-D), majd a párok négyes csoportokat alkotnak úgy, hogy mindenki a saját párjával áll szemben:



Daléneklés közben az alábbi mozgást végzik:

1. dallamsor (Két szál deszka megy a vízén, csita, csita, csitt)

C-D páros helyben áll, nem mozog csak énekel;

A-B páros az első 4 mérőérték alatt egymás felé lépeget négy lépéssel:

Lj – Lb – Lj – Lz

majd a dal ritmusát követő mozgássort végezz:

ti – ti ti – ti ti – szü szün

T tj T tb jcs bv jbv

2. dallamsor (Árpa Tibor ül a végén, csita, csita, csitt)

A-B páros négy lépéssel hátrafelé halad a kiinduló pozícióba, majd ott helyben áll;

C-D páros az első 4 mérőérték alatt egymás felé lépeget négy lépéssel:

Lj – Lb – Lj – Lz

majd a dal ritmusát követő mozgássort végezz:

ti – ti ti – ti ti – szü szün

T tj T tb jcs bv jbv

Lj: jobb lábbal lépünk előre/hátra

Lb: bal lábbal lépünk előre/hátra

Lz: bal láb mellézár

T: taps (saját tenyerek összeütése)

tj: jobb tenyerünkkel belecsapunk a társunk jobb tenyerébe (keresztmozdulat)

tb: bal tenyerünkkel belecsapunk a társunk bal tenyerébe (keresztmozdulat)

jcs: jobb kézzel csettintünk

bv: bal kézzel megérintjük a bal vállunkat

jbv: mindkét vállunkat megérintjük

A dal többi versszakánál ugyanezt a mozgást végezzük oly módon, hogy az a páros, aki épp közelebb van egymáshoz és a tapsolós mozdulatokat végezte az hátrafelé, míg aki távolabb van egymástól, és eddig állt, az befelé lépeget a dallamsorok első négy mérőütése alatt.

Alkalmazott mozgáskoreográfiák típusai a használt mozdulatok, térformák és mozgásirányok szerint

Mozgásos gyakorlataink megalkotása során tudatosan törekedtünk a teljes test bevonására igyekezve a napi zenei gyakorlatban jellemzően alkalmazott tapsolás mellett minél többféle mozdulattípust integrálni a játékokba. Fontos volt számunkra, hogy a szimmetrikusan végzett mozdulatok mellett többször megjelenjenek a keresztmozdulatok is. A gyakorlati munka során megtapasztaltuk, a mozdulatok elsajátításának tempója és kivitelezésének sikeressége nagyon sok egyéni eltérést mutat. Voltak olyan növendékeink, akik az adott mozgássort azonnal képesek voltak a tanári minta alapján leutánozni, majd megfelelően kivitelezni, míg mások számára ez még egyéni tanári segítség mellett is kihívásnak bizonyult. Ennek ellenére az összbenyomásunk az, hogy a gyerekek örömmel és többnyire nagy koncentrációval vettek részt ezekben a gyakorlatokban. Mindegyikük a tőle telhető legnagyobb igyekezettel próbálta elsajátítani és véghez vinni az éppen aktuális gyakorlatot, és miután törekedtünk arra, hogy az adott mozgástípus újra és újra felbukkanjon a tanórák során – esetleg már egy másik koreográfia részeként -, így mindenki önmagához képest rengeteget fejlődött, és egyre magabiztosabban végezte a mozdulatot.

Az alábbiakban összefoglalás-szerűen közreadjuk az első három évfolyamon használt mozdulatok listáját és rövid leírását, majd az 1-4. táblázatokba rendezve azt is, mi a magunk gyakorlatában melyik évfolyamon melyik mozdulattípusokat használtuk. Természetesen, ahogy erre korábban már utaltunk, mindez csak iránymutatásnak tekintendő és érdemes mindenkinek a saját gyakorlatában kitapasztalni a mozdulatok bevezetésének sorrendjét és idejét, ami meglátásunk szerint nagyban függ az adott csoport egyéni adottságaitól is.

Alkalmazott mozdulatfajták

- **Taps:**
 - saját tenyerek összeütése.
- **„Taps-variációk”:**
 - a. bal tenyerünkbe ütünk merőlegesen a jobb ököllel – a kisujj felőli része érintse a tenyeret (vagy fordítva: jobb tenyerünkbe ütünk a bal ököllel);
 - b. Két öklünket ütjük össze váltogatva úgy, hogy először a jobb, majd a bal van felül;
 - c. Bal tenyerünkbe ütünk a jobb kéz összehúzott mutató- és középső ujjával (vagy fordítva);
 - d. Bal kézfejünket érintjük meg a jobb kéz összehúzott mutató- és középső ujjával (vagy fordítva);
 - e. Bal tenyerünkbe ütünk a jobb kéz összehúzott mutató- és középső ujjával, de azokat megfordítva, azaz az ujjaink „háta” néz lefelé (vagy fordítva).
- **Pacsizás, azaz a társsal tenyerek összeütése:**
 - a. Jobb tenyérrel keresztbe;
 - b. Bal tenyérrel keresztbe;
 - c. Mindkét tenyérrel szembe összeütve;

- d. Mindkét tenyérrel oldalra ütve (ezáltal a mellettünk álló jobb- és baloldali szomszédunk egy-egy tenyerével pacsizva).
- **Kézhátak összeütése:**
 - a. Saját kézfejek kézhátának összeérintése;
 - b. Társsal mindkét kézfej kézhátát szembe összeérinteni.
 - **Ellentétes irányú pacsizás:**

Társsal a tenyereink összeütése oly módon, hogy először a bal tenyér lefele néz és lefele üt, míg a jobb tenyér felfele néz és felfele üt, majd ugyanez fordítva, tehát a bal tenyér felfele néz, és felfele üt, míg a jobb tenyér lefele néz és lefele üt.
 - **Csettintés:**
 - a. Jobb kézzel;
 - b. Bal kézzel;
 - c. Mindkét kézzel.
 - **Fejtető megérintése:**
 - a. Jobb kézzel;
 - b. Bal kézzel;
 - c. Mindkét kézzel.
 - **Vállak megérintése:**
 - a. Jobb kézzel a saját jobb váll;
 - b. Bal kézzel a saját bal váll;
 - c. Mindkét kézzel saját vállak megérintése;
 - d. Keresztfogással a saját vállak megérintése, azaz jobb kézzel a bal vállat, míg bal kézzel a jobb vállat;
 - e. Mindkét kézzel a szemben álló társ vállainak megérintése.
 - **Könyök megérintése:**
 - a. Jobb kézzel;
 - b. Bal kézzel.
 - **Csípő megérintése:**
 - a. Jobb kézzel;
 - b. Bal kézzel;
 - c. Mindkét kézzel.
 - **Comb megérintése:**
 - a. Jobb kézzel;
 - b. Bal kézzel;
 - c. Mindkét kézzel.
 - **Térd megérintése:**
 - a. Jobb kézzel;
 - b. Bal kézzel;
 - c. Mindkét kézzel.

- **Simító mozdulat tenyértől a váll irányába:**
Jobb kézzel beleütünk a bal tenyerünkbe, majd folytatólagos mozdulattal jobb kezünkkel végigsimítjuk a bal karunkat tenyértől a váll irányába.
- **Simító mozdulat a válltól a tenyér irányába:**
 - a. Bal vállunkat megérintjük a jobb kezünkkel, majd végig simítjuk azt a tenyerünk irányába;
 - b. Keresztfogással megérintjük mindkét vállunkat (jobb kézzel a bal vállat és bal kézzel a jobb vállat), majd végig simítunk a karjainkon (jobb kézzel a bal karon és bal kézzel a jobb karon).
- **Simító mozdulat combokon:**
 - a. Hátra lendítés közben jobb kinyújtott kar tenyere simítja a jobb comb külső oldalát, majd visszafelé (előre) is;
 - b. Hátra lendítés közben bal kinyújtott kar tenyere simítja a bal comb külső oldalát, majd visszafelé is;
 - c. Mindkét tenyérrel egyszerre hátra – előre.
- **Dobbantás:**
 - a. Jobb lábbal;
 - b. Bal lábbal.
- **Lépés:**
 - a. Helyben;
 - b. Oldalazva;
 - c. Előre;
 - d. Hátra;
 - e. Teljes talppal;
 - f. Lábujjhegyen.
- **Ugrás:**
 - a. Helyben;
 - b. 90 vagy 180 fokos fordulattal helyben;
 - c. Oldal irányban új emberhez érkező.

1. Táblázat Mozdulattípusok összegzése: 1-3. évfolyam - csettintő és érintő mozdulatok

Mozdulattípus	1.évfolyam	2.évfolyam	3.évfolyam
csettintés „a”		❖	❖
csettintés „b”		❖	❖
csettintés „c”		❖	❖
fejtető megérintése „a”	❖	❖	❖
fejtető megérintése „b”	❖	❖	❖
fejtető megérintése „c”	❖	❖	❖
vállak megérintése „a”			❖
vállak megérintése „b”			❖
vállak megérintése „c”	❖	❖	❖
vállak megérintése „d”			❖
vállak megérintése „e”	❖	❖	❖
könyök megérintése „a”	❖	❖	❖
könyök megérintése „b”	❖	❖	❖
csípő megérintése „a”	❖	❖	❖
csípő megérintése „b”	❖	❖	❖
csípő megérintése „c”	❖	❖	❖
comb megérintése „a”	❖	❖	❖
comb megérintése „b”	❖	❖	❖
comb megérintése „c”	❖	❖	❖
térd megérintése „a”	❖	❖	❖
térd megérintése „b”	❖	❖	❖
térd megérintése „c”	❖	❖	❖

2. Táblázat Mozdulattípusok összegzése: 1-3. évfolyam - tapsolós mozdulatok

Mozdulattípus	1.évfolyam	2.évfolyam	3.évfolyam
taps	❖	❖	❖
taps-variáció „a”	❖	❖	❖
taps-variáció „b”	❖	❖	❖
taps-variáció „c”	❖	❖	❖
taps-variáció „d”		❖	❖
taps-variáció „e”		❖	❖
pacsizás „a”		❖	❖
pacsizás „b”		❖	❖
pacsizás „c”	❖	❖	❖
pacsizás „d”	❖	❖	❖
ellentétes irányú pacsizás			❖
kézhátak összeütése „a”			❖
kézhátak összeütése „b”		❖	❖

3. Táblázat Mozdulattípusok összegzése: 1-3. évfolyam - simító mozdulatok

Mozdulattípus	1.évfolyam	2.évfolyam	3.évfolyam
simító mozdulat tenyértől a váll irányába		❖	❖
simító mozdulat a válltól a tenyér irányába „a”			❖
simító mozdulat a válltól a tenyér irányába „b”			❖
simító mozdulat combokon „a”			❖
simító mozdulat combokon „b”			❖
simító mozdulat combokon „c”			❖

4. Táblázat Mozdulattípusok összegzése: 1-3. évfolyam - lábbal végzett mozgások

Mozdulattípus	1.évfolyam	2.évfolyam	3.évfolyam
dobbantás „a”	❖	❖	❖
dobbantás „b”	❖	❖	❖
lépés „a”	❖	❖	❖
lépés „b”	❖	❖	❖
lépés „c”			❖
lépés „d”	❖	❖	❖
lépés „e”			❖
lépés „f”			❖
ugrás „a”	❖	❖	❖
ugrás „b”	❖	❖	❖
ugrás „c”			❖

Alkalmazott térformák és mozgásirányok

A mozdulatípusok sokféleségének használata mellett nagy hangsúlyt fektettünk arra is, hogy többféle térformát és változatos típusú párcseréket alkalmazzunk, illetve ezek között legyenek olyanok, amelyeket egy zsúfoltabb, padokkal, székekkel teli osztályteremben is könnyen meg lehet valósítani. A gyakorlatok között azonban szép számban vannak szabad teret igénylők is. A következőkben sorba vesszük az eddigi pedagógiai munkánk során kipróbált és bevált csoportos kreatív énekes-játék koreográfia-típusokat. Mivel célunk, hogy a kollégák minél több ötletet kapjanak saját játékaik kitalálásához, ezért ebbe a felsorolásba olyan térformák is bekerültek, melyeket nem a kutatásban részt vevő osztályokkal próbáltunk ki. Ott, ahol lehetett, az adott térformához példát is hozunk az Oktatási segédanyag repertoárjából.

- **Sorjátékok**

Azokat a koreográfiákat soroltuk ide, amelyeket sor vagy oszlop formában lehet játszani. Van olyan gyakorlat, ami csak lépegetésre és irányváltásra épül, de olyan is, ahol ezeken kívül egyéb interakció is történik a játékosok között.

- a. A gyerekek a padsorok között oszlopban állva előre, majd 180 fokos fordulással az ellentétes irányba lépkednek a zenei egységek szerint, esetleg a lépések méretével a metrum vagy metrumok súlyviszonyát is kifejezve.
- b. A gyerekek a padsorok között oszlopban állva előre és hátrafele lépkednek a zenei egységek szerint, esetleg a lépések méretével a metrum vagy metrumok súlyviszonyát is kifejezve.
- c. A gyerekek a padsorok között oszlopokba rendeződve állnak az egyes oszlopokban párosával egymás felé fordulva. Zenei egységek szerint a párosok tagjai 180 fokos fordulatot téve a másik oldali szomszédjukhoz fordulnak. Ld. *Anyám, édesanyám*

Anyám, édesanyám – a gyakorlat leírása

A gyerekek oszlopokba rendeződve állnak, az egyes oszlopokban párosával egymás felé fordulva. A dal ritmusa végig:
ti-ti ti-ti Ta Ta

Ennek ellenritmusát hangoztatják a játék során: **Ta Ta ti-ti ti-ti** az alábbi mozdulatokkal:

1. mérő: Ta = saját tenyerek összeütésével taps

2. mérő: Ta = a szemben álló társ mindkét tenyerébe beleütni (jobb kézzel a bal tenyérbe, bal kézzel a jobb tenyérbe)

3-4. mérő: ti-ti ti-ti = a nyolcadokat követő lépésekkel átfordulni a másik oldali szomszédunkhoz (aki eddig a hátunk mögött állt)

- d. A gyerekek két egymással szemben elhelyezkedő sorba állnak fel úgy, hogy a két sor egymással szemben lévő tagjai párt alkotnak. A zenei egységek szerint a párosok tagjai helyet cserélnek.
- e. A gyerekek két egymással szemben elhelyezkedő sorba állnak fel úgy, hogy a két sor egymással szemben lévő tagjai párt alkotnak. A zene adott egysége alatt az első pár tagjai a két sor között vagy a két sor külső oldalán a saját sorának másik végére megy.

- f. A gyerekek két egymással szemben lévő sorba rendeződnek úgy, hogy a két sor egymással szemben lévő tagjai párt alkotnak. Zenei egységek szerint lépegetnek előre és hátra, azaz egymáshoz közeledve és távolodva. Ld. *Komatálat hoztam*

Komatálat hoztam – a gyakorlat leírása

A játék pontosan a dalritmust követi. A gyerekek két sorba állnak egymással szemben, mindenkinek van egy párja a másik sorból. Az első és a harmadik motívum alatt hátrafelé járják a nyolcadokat és oldalra ütik a motívum utolsó negyedét, míg a második és negyedik motívumnál előrefelé járják a nyolcadokat, és párjukkal szembe ütik a motívum utolsó negyedét. A játék mozgása a következő:

1. motívum (Komatálat hoztam)

ti - ti ti - ti Ta Ta
jL bL jL bL T jB T oldalra

2. motívum (meg is aranyoztam)

ti - ti ti - ti Ta Ta
jL bL jL bL T jB T

3. motívum (ha nem tetszik komának)

ti - ti ti - ti ti - ti Ta
jL bL jL bL T T jB T oldalra

4. motívum (küldje vissza komának)

ti - ti ti - ti ti - ti Ta
jL bL jL bL T T jB T

Használt rövidítések:

jL = jobb lábbal lép

bL = bal lábbal lép

T = taps (saját tenyerek összeütése)

jB T = szemben álló párral pacsizunk, azaz összeütjük vele a jobb és bal tenyerünket

jB T oldalra = mellettünk álló két szomszédunkkal pacsizunk, azaz összeütjük a tenyereinket oly módon, hogy a jobb tenyerünket a jobb oldali szomszédunk bal tenyerével, míg bal tenyerünket a bal oldali szomszédunk jobb tenyerével ütjük össze

- **Körjátékok**

A körjátékok többsége valamiféle „tapsolós”, illetve egyéb mozdulatot is alkalmazó mozgássorral van kombinálva. Találhatóak közöttük egy körben és két koncentrikus körben játszott gyakorlatok is, melyek egy része párcserére is épít.

Egy körben játszott játékok

- a. A gyerekek körben állnak és a kör középpontja felé nézve befelé-kifelé lépkednek a zenei egységek szerint. Ld. *Kodály: Járjunk táncot*

Kodály Zoltán: Járjunk táncot – a gyakorlat leírása

A gyerekek nagy körben állnak kézfogással, és az alábbi mozgást végzik:

1. motívum (Járjunk táncot)

Négy mérőlépéssel a kör középe felé lépnek, miközben fokozatosan felemelik a szomszéd társakkal összefogott kezeiket.

2. motívum (ripegő-ropogót)

ti-ti Ta = Saját tenyereiket összeütve tapsolnak a fejük felett.

ti-ti Ta = A két szomszédjukkal oldalra tapsolva ütik össze a tenyerüket a magasban, majd az utolsó taps után már nem engedik el a szomszédjaik kezét.

3. motívum (Pergő forgó)

Négy mérőlépéssel a körből kifele haladva hátrafelé lépkednek, miközben fokozatosan leeresztik a szomszéd társakkal összefogott kezeiket.

4. motívum (libegő-lobogót)

ti-ti Ta = Saját combjaikat ütik meg mindkét kézzel.

ti-ti Ta = A két szomszédjukkal oldalra tapsolva ütik össze a tenyerüket a térdük magasságában.

- b. A gyerekek körben állnak, és a köríven lépkednek az óra járásával egyező és ellentétes irányban - tehát irányváltáskor 180 fokos fordulatot tesznek -, a zenei egységek szerint.
- c. A gyerekek körben állnak, és a köríven lépkednek az óra járásával ellentétes irányban előre és hátrafelé a zenei egységek szerint. (Itt nem tesznek 180 fokos fordulatot, az arcuk mindig az óra járásával ellentétes irányba néz.)
- d. A gyerekek egy nagy körben a köríven párosával egymás felé fordulva állnak. A párosok egymással, majd bizonyos zenei egységeknél 180 fokkal megfordulva a köríven mellettük lévő másik párjukkal kerülnek interakcióba. Ld. *Kiszáradt a diófa*

Kiszáradt a diófa – a gyakorlat leírása

A gyerekek körív mentén párosával egymás felé fordulnak, és a dalritmust pontosan követő mozgást végeznek, amelyben minden dallammotívumban az első négy nyolcad alatt 180 fokos fordulatot téve a másik oldali szomszédjukhoz fordulnak, és az összetapsolást már az új párjukkal végzik. A játék mozgássora a következő:

ti - ti ti - ti ti - ti Ta

jL bL jL bL T T jBT

Használt rövidítések:

jL = jobb lábban lép

bL = bal lábbal lép

T = taps (saját tenyerek összeütése)

jBT = szemben álló párral összeütni a jobb és bal tenyerünket (pacsit adni)

- e. A gyerekek egy nagy körben, a köríven párosával egymás felé fordulva állnak. A párosok először egymással kerülnek interakcióba, majd bizonyos zenei egységeknél jobb vagy bal válluk mentén elhagyva egymást új emberhez lépnek. Ld. *Én Istenem minek élek*

Én Istenem minek élek – a gyakorlat leírása

A gyerekek egy nagy körben állnak párosával úgy, hogy a párosok egymással szemben állnak a köríven. A daléneklés alatt egy nyolc mérőnyi ritmusosztinátót hangoztatnak – **Ta Ta Ta Ta ti-ti ti-ti Ta Ta** ritmussal - az alábbi koreográfia szerint:

Az osztinátó első felében a párosok az alábbi módon elhagyják az első párjukat, és egy új társhoz kerülnek (a mozgást a párosok mindkét tagja egyszerre végzi):

1. mérő: Jobb lábbal jobbra kilép a szemben álló, eredeti párja irányába (majdnem mellé).

2. mérő: Bal lábával a jobb mellé zár.

3. mérő: Bal lábbal az eredeti párja mögé lép, de a menetirányt (óra járásával megegyező) nem változtatja meg, azaz most az eredeti párja a háta mögött áll, míg ő egy új társsal kerül szembe.

4. mérő: Jobb lábával a bal mellé zár.

5. mérő: Két nyolcad ritmusértékben (ti-ti) az új párosok összeütik mindkét tenyerüket.

6. mérő: Két nyolcad ritmusértékben (ti-ti) első nyolcadra a kézhátukat ütik össze (megfordítva a kézfejükét), majd a második nyolcadra a tenyerüket.

7. mérő: Csettintés jobb kézzel.

8. mérő: Csettintés bal kézzel.

A gyerekek ezt a mozgást végzik a teljes dal alatt.

- f. A gyerekek egy nagy körben, a köríven párosával egymás felé fordulva állnak. A párosok először egymással kerülnek interakcióba, majd bizonyos zenei egységeknél jobb kezükkel összefogódzva jobb válluk mentén hagyják el egymást, miközben bal kezüket már a szemből érkező új társuk felé nyújtják. Vele bal kézzel fogódnak össze, és bal válluk mentén hagyják el egymást. Ez a szlalomozó párelhagyás a zenei egységeknek megfelelően folytatódik. Ld. *Orff: Ding-dong*

Carl Orff: Ding-dong – a gyakorlat leírása

A gyerekek párosával, párjukkal szembe fordulva állnak egy köríven. Ha a gyerekeket számozzuk, akkor 1,2,1,2,1,2,1,2 módjára állnak, ahol 1 és 2 egy párt alkot, 1 az óra járásával megegyező, míg 2, azzal ellentétes irányba áll, és majd mozog. Daléneklés közben mindenki egyszerre mozog az alábbiak szerint (a mozdulatsor egy egyszerű osztinátót követ):

Tá Tá Tá Tá / Tá Tá ti-ti Tá):

1. mérő: (Tá) Jó magasan mindkét tenyerünket összeütjük a társunk tenyerével (pacsizunk).

2. mérő: (Tá) Taps (saját tenyerek összeütése).

3. mérő: (Tá) Megfogjuk az első, velünk szemben álló párunk jobb kezét és jobb lábbal, „kvázi keresztbe” előre lépünk (jobb vállak mentén hagyjuk el egymást).

4. mérő: (Tá) Bal lábbal is előre lépünk (nem csupán zárunk a jobb mellé, hanem haladó lépést teszünk), miközben még tartjuk az első párunk jobb kezét, és előre nyújtjuk a bal kezünket.

5. mérő: (Tá) Megfogjuk a velünk szembe érkező második párunk bal kezét, miközben elengedjük az első párunk jobbját, bal vállaink mentén teszünk egy haladó lépést jobb lábbal.

6. mérő: (Tá) Bal lábbal haladó lépést teszünk, és ezzel megérkezünk a harmadik párunkkal szembe (a mozdulatsor végén elengedjük a második párunk bal kezét).

7. mérő: (ti-ti) Első nyolcadon megütjük jobb kézzel a jobb combunkat második nyolcadon megütjük bal kézzel a bal combunkat.

8. mérő: (Tá) Taps (saját tenyerek összeütése).

9-16. mérő

Ugyanazt a mozgássort végezzük, mint 1-8. mérő alatt.

- g. A gyerekek egy körben állnak. Bizonyos zenei egységeknél a köríven lépkednek, míg másoknál elhagyják a kört, és szabadon járnak a térben, majd egy előre meghatározott zenei egységre visszaérkeznek a körbe.

Két koncentrikus körben játszott játékok

- a. A gyerekek két koncentrikus körben állnak. A belső kör kifelé, a külső befelé néz, és minden gyereknek van egy párja a másik körből, akivel szemben áll. Bizonyos zenei egységeknél a párosok egymással kerülnek interakcióba, míg más zenei egységeknél a belső körben álló ember helyben lépeget, a külső ember pedig oldalazó lépésekkel új emberhez megy. Ez természetesen úgy is alakítható, hogy a külső körben álló ember lépeget helyben, és a belső körben álló halad oldalazó lépésekkel.
- b. Az előző koreográfia változata, melyben a „pár-elhagyó” résznél mindkét ember új partnerhez lépeget oldalirányban, a belső kör az óra járásával megegyező, a külső az óra járásával ellentétes irányban, azaz mindenki a jobb lábával oldalaz először. Ld. *Hej, Dunáról fúj a szél – 8.oldal*
- c. A gyerekek két koncentrikus körben állnak. A belső kör kifelé, a külső befelé néz, és minden gyereknek van egy párja a másik körből, akivel szemben áll. Bizonyos zenei egységeknél a párosok ún. do-si-do tánclépéssel kerülnek meg egymást. Ez egy olyan tánc-koreográfia, amelyben a táncos arcával mindig ugyanazt a „falat” nézi, tehát a mozgássor alatt saját tengelye körül nem fordul meg. A lépéssor állhat nyolc lépésből, mindig váltott lábbal lépve (jobb-bal-jobb-bal stb.). A kiindulásnál a páros két tagja egymással szemben áll, majd mindketten jobb lábukkal lépnek először kicsit oldalazva előre. A második lépésnél már egymás mellett állnak, bal válluk „találkozik”. A harmadik és negyedik lépésnél egymás háta mögé érnek, azaz mindkét táncos háta „találkozik”. A negyedik és ötödik lépésnél ismét egymás mellé érkeznek, de most a jobb válluk „találkozik”. Majd a hatodik és hetedik lépés során visszaérkeznek a kiinduló pozícióba, azaz ismét egymással szembe kerülnek.

• **Térben, kötött formák nélküli szabad mozgásra épülő játékok**

- a. A gyerekek szabadon helyezkednek el az adott térben. Bizonyos zenei egységeknél bármilyen irányba és módon lépkednek, míg más zenei egységeknél meg kell állniuk.
- b. A gyerekek szabadon járkálnak az adott térben, de irányt kell váltaniuk minden új zenei egység kezdetén. Az irányváltáskor lehet jobbra vagy balra fordulva folytatni a járást, vagy előre hátra váltani, vagy 180 fokal fordulatot téve menni tovább.

• **Eszközös játékok**

Eszközös csoportos kreatív énekes-játékokat legtöbbször kör formában játszunk. Az általunk leggyakrabban használt eszközök: nagy méretű kendő, puha anyagból készült labda, tenyérben könnyen elférő babzsák, műanyag pohár, dobverők vagy hosszabb fából készült rudak, különböző, kézben könnyen tartható ütőhangszerek.

Eszközzel tevékenykedő játékok

- a. Nagy-kendős játékok, melyben a gyerekek nagy körben állnak, és egy rugalmas anyagból készült hatalmas kendőt fognak közösen. A kendőt ringathatják a mérő löktetése szerint, vagy emelgethetik azt a dallamjárást követve.
- b. Labdadobós vagy -pattintós játékok, melyben a gyerekek nagy körben állnak, és a labda dobásával és elkapásával érzékeltetik az adott metrum súlyviszonyát. Ld. *Ámdámdémusz*

Ámdámdémusz – a gyakorlat leírása

A gyerekek körben állnak, a tanár áll a kör közepén kezében egy puha labdát tartva. A daléneklés alatt mindig a soron következő gyerek dobja az ütemsúlyon a labdát a tanárnak, aki azt a súlytalan mérőütésen a köríven következő gyerek kezébe dobja vissza.

- c. Labdagurítós játékok, melyben a gyerekek körben ülnek, vagy térdelnek, és egy megbeszélte zenei jelenség szerint (pl. motívumok elején; adott ritmusértéknél; adott dallamhangnál stb.) a labdát átgurítják a kör szabadon választott húrján egy másik társuknak. Ld. *Keresd meg a tűt*

Keresd meg a tűt – a gyakorlat leírása

A gyerekek egy nagy körben ülnek a földön. Daléneklés közben egymásnak gurítják a labdát – tetszőlegesen választva azt a társat, akinek gurítják -, de a labdát csak a félkotta alatt szabad elgurítani. Törekedni kell arra, hogy a labda pont a félkotta végére érjen a kiválasztott játékoshoz.

- d. Poharas vagy dobverős játékok, melyek adott ritmusosztinátó hangoztatását teszik izgalmassá az eszközhasználat által. A társított osztinátó kezdetben egyszerűbb, majd egyre komplexebbé válhat. Az osztinátót hangoztathatjuk egyénileg, párban, de haladó fokon akár körformában vagy négyzet alakzatban párcserével is.

Eszközt átadó játékok

- a. Nagyméretű tárgy, pl. labda, átadására épülő játék, melyben a gyerekek körben állnak, és az egyenletes löktetés szerint adják körbe a tárgyat. A gyakorlatot érdemes mindkét irányba játszani, azaz először balra adogatjuk, majd később jobbra adogatjuk a tárgyat. Ld. *Miss, miss*

Miss, miss – a gyakorlat leírása

A gyerekek körben állnak, és daléneklés mellett adogatják egymásnak a labdát az egyenletes löktetést követve.

- b. Nagyméretű tárgy, pl. labda, átadására épülő játék, melyben a gyerekek körben állnak, és minden új zenei egység – motívum, dallamsor, népdalsor - kezdetén adják tovább

a tárgyat a mellettük állónak. A gyakorlatot érdemes mindkét irányba játszani, azaz először balra adogatjuk, majd később jobbra adogatjuk a tárgyat. Ld. *Sötétes az erdő és Csip, csip csóka*

Sötétes az erdő – a gyakorlat leírása

A gyerekek körben állnak, és karjaik fel-le történő ringatásával az egyenletes lüktetést fejezik ki úgy, hogy közben minden motívum kezdetekor tapsolnak egyet. Ha így már jól érzik a motívumok tagolódását, akkor az egyik gyerekeknek egy puha labdát adunk, aki az első motívum kezdetén átadja azt a szomszédjának. Most ez a második gyerek tartja a labdát, majd a második motívum kezdetén átadja azt a következő szomszédjának, és a játék így folytatódik addig, amíg szeretnénk.

- c. Postás-játék, melynek során a gyerekek körben állnak. Egy nagyméretű tárgyat kell átvinni a körben valamelyik társnak úgy, hogy lehetőség szerint pontosan a dallamsor végére érjünk oda a kiválasztott emberhez, és adjuk át neki a küldeményt. A gyakorlat zsúfoltabb tantermi környezetben úgy is játszható, hogy a gyerekek a székük mögött állnak és a „postás” közöttük jár szabadon, majd a küldemény átadása után beáll annak a társának a helyére, akinek azt átadta. Ld. *Lementem a pincébe* és Kodály: *Jön a kocsi*

Lementem a pincébe – a gyakorlat leírása

A gyerekek körben állnak, és egyikük kezében egy nagy, puha labda van. A mondóka közös szavalása közben a labdát tartó gyerek a mérőjárást követő lépésekkel átmegegy egy másik, általa szabadon választott gyerekhez, és a szövegsor végén átadja neki a labdát. A következő szövegegységénél ez az újonnan választott gyerek viszi át a labdát egy újabb, immáron általa választott társának, miközben az előző 'postás' beáll az ő helyére. A játék így folytatódik tovább törekedve arra, hogy a labda folyamatos mozgásban legyen. A gyakorlatot végezhetjük úgy is, hogy mindig csak az mondja hangosan a mondókát, aki éppen a postás szerepét tölti be, tehát akinél a labda van.

- d. Kisebb méretű tárgy - pl. babzsák, pohár, dobverő – átadására épülő játék, melyben a gyerekek szorosán körben ülnek, vagy térdelnek. Mindenki előtt van egy babzsák. A játék során mindig egy kézzel dolgozunk, ha jobb irányba adogatunk, akkor jobb kézzel, ha bal irányba akkor bal kézzel, miközben a másik kezünket érdemes eleinte a hátunk mögé tenni. A játék során a babzsákokat úgy adogatjuk körbe, hogy a mozgássor az adott metrum súlyviszonyát fejezze ki. Pl. kettes ütem esetén a mozdulat az alábbi: EGY = AD, azaz, ha jobbra adogatunk, akkor jobb kézzel letesszük az előttünk levő babzsákot a mellettünk jobbra ülő társunk elé, majd KÉT = VESZ, azaz, jobb kézzel felvesszük az elénk került új babzsákot. Hármass ütem esetén pedig így alakulhat a mozgás: EGY = AD, azaz, ha jobbra adogatunk, akkor jobb kézzel letesszük az előttünk levő babzsákot a mellettünk jobbra ülő társunk elé, majd KÉT = FOG, azaz jobb kézzel megragadjuk az elénk került új babzsákot, de még nem emeljük föl (esetleg a földön tartva húzunk rajta egy picit a mérő lüktetése szerint), majd HÁR = VESZ, azaz, jobb kézzel felvesszük az elénk került új babzsákot.

A gyakorlat remekül használható a váltakozó ütemek gyakorlására, de akár formai jellegzetességet is kifejezhetünk a játék során az irányváltás alkalmazása által. Pl. kvintváltós dalnál a magasan járó dallamsoroknál jobb kézzel jobbra adogatjuk a babzsákokat, míg a mélyen járóknál bal kézzel balra. Ld. *Megismerni a kanászt*

Megismerni a kanászt – a gyakorlat leírása

A gyerekek körben ülnek, vagy térdelnek a földön. Mindenki jobb kezében van egy babzsák. Ütemsúlyra (egyre) a babzsákokat jobb kézzel átadjuk/letesszük a jobb oldali szomszédunk elé. Súlytalan ütemrészen (kettőre) az előttünk lévő babzsákokat felvesszük jobb kézzel.

A gyakorlatot bal kézzel is érdemes végezni, ebben az esetben mindig a bal oldali szomszédunk adjuk át a babzsákokat.

- e. Hasonló adogatós játékot alkothatunk úgy is, hogy az adogatóst különböző mozdulatokkal – tapsolás, pacsizás, csettintés, testrészek megérintése stb. - kombináljuk. Pl. hármass ütem kifejezésére: EGY = AD, azaz, ha jobbra adogatunk, akkor jobb kézzel letesszük az előttünk levő babzsákokat a mellettünk jobbra ülő társunk elé, majd KÉT = PACSI OLDARA, azaz mindkét tenyérrel oldalra ütünk, majd HÁR = VESZ, azaz jobb kézzel felvesszük az elénk került új babzsákokat.
- f. Az ilyen típusú adogatós játékok egy idő után akár egy megadott ritmusosztinátót is követhetnek. Ekkor a különböző ritmusértékeket vagy magával a tárggyal hangoztatjuk – pl. pohár szájával kopogva a földön az adott ritmust, vagy a szájával lefelé fordított pohár alján ütve stb. -, vagy ezt kombináljuk különböző test-zörejekkel.

Javaslat a bemutatott térformák és mozgásirányok alkalmazására évfolyamok szerinti bontásban

Zenepedagógiai munkánk során a játékok betanításánál mindig figyeltük, hogyan reagálnak a gyerekek az adott koreográfiára, mennyi koncentrációt és időt követel tőlük annak elsajátítása, illetve a befektetett munka megtérül-e a játék nyújtotta élményben. Könnyen belátható, hogy az tekinthető jó gyakorlatnak, amit a gyerekek aránylag gyorsan, egy-két bemutatás után már képesek maguk is csinálni, és amit sokszor, örömmel ismételnék meg. Természetesen ahhoz, hogy ilyen játékokat tudjunk létrehozni, fontos, hogy ismerjük az adott korosztály szociális és koordinációs jellemzőit. A következőkben a saját, nem tudományos igényű, megfigyeléseink alapján kirajzolódott szekvenciát osztjuk meg az olvasóval. Habár a kutatási periódus csak három évfolyam munkáját ölelte fel, de saját pedagógiai gyakorlatunk alapján a következőkben néhány megfigyelést teszünk a magasabb évfolyamok vonatkozásában is. A fejezet végén lévő két táblázatban a bemutatott térformák és mozgásirányok alkalmazását lehet összevetni évfolyamonkénti bontásban.

A korcsoportnál megfigyelt szociális és koordinációs jellemzők

- Szeretnek társakkal interakcióba kerülni;
- Többnyire nem zavarja őket a testi kontaktus (pl. másik gyerek kezének a megérintése);
- Egyszerre csak egy-két mozgásfélére tudnak figyelni, ezért a mozdulatokat nem érdemes gyakran és kiszámíthatatlanul változtatni;
- Gyakorlaton belül lehetőleg kétféle mozdulatfajtánál több ne szerepeljen;
- A kezekkel végzett mozgásokat még nehezen tudják gyakorlaton belül átváltani a léptekkel végzett mozgásokra, így érdemes ezt elkerülni;
- Kisebb méretű tárgyak adogatása még sok erőfeszítést igényel tőlük, viszont egy nagyobb méretű eszközzel ügyesen tevékenykednek;
- Jól átlátható, egyszerűbb térformákban igazodnak el könnyen.

Alkalmazott térformák és mozgásirányok

- Nagy-kendős játék körformában játszva a mérő és a dallamjárás érzékeltetésére.
- Nagyméretű tárgy, pl. labda, átadására épülő játék, melyben a gyerekek körben állnak, és az egyenletes lüktetés szerint adják körbe a tárgyat. A gyakorlatot érdemes mindkét irányba játszani, azaz először balra adogatjuk, majd később jobbra adogatjuk a tárgyat.
- Nagyméretű tárgy, pl. labda, átadására épülő játék, melyben a gyerekek körben állnak, és minden új zenei egység – motívum, dallamsor, népdalsor - kezdetén adják tovább a tárgyat a mellettük állónak. A gyakorlatot érdemes mindkét irányba játszani, azaz először balra adogatjuk, majd később jobbra adogatjuk a tárgyat.
- Kapuzós körjáték, melyben a gyerekek kézfogással állnak egymás mellett, és vagy bizonyos ritmusértékre, pl. szünet, vagy zenei egyégre, pl. motívum, emelik fel, vagy eresztik le a karjaikat.
- Sorjáték, melyben a gyerekek a padosok között oszlopokba rendeződve állnak, az egyes oszlopokban párosával egymás felé fordulva. Zenei egységek szerint a párosok tagjai 180 fokos fordulatot téve a másik oldali szomszédjukhoz fordulnak.
- Sorjáték, melyben a gyerekek két egymással szemben lévő sorba rendeződnek úgy, hogy a két sor egymással szemben lévő tagjai párt alkotnak. Zenei egységek szerint lépegetnek előre és hátra, azaz egymáshoz közeledve és távolodva.
- Egy körben játszott játék, melyben a gyerekek a kör középpontja felé nézve befelé-kifelé lépkednek a zenei egységek szerint.
- Egy körben játszott játék, melyben a gyerekek a köríven lépkednek az óra járásával egyező és ellentétes irányban - tehát irányváltáskor 180 fokos fordulatot tesznek - a zenei egységek szerint.
- Egy körben játszott játék, melyben a gyerekek a köríven párosával egymás felé fordulva állnak. A párosok egymással, majd bizonyos zenei egységeknél 180 fokos fordulatot téve a köríven mellettük lévő másik párjukkal kerülnek interakcióba.

A korcsoportnál megfigyelt szociális és koordinációs jellemzők

- Szeretnek társakkal interakcióba kerülni.
- Többnyire nem zavarja őket a testi kontaktus (pl. másik gyerek kezének a megérintése).
- Már képesek egy játékon belül többféle mozgástípust váltogatni, de a mozdulatokat még érdemes egymás után többször ismételni a változtatás előtt.
- A kezekkel végzett mozgásokat még nehezen tudják gyakorlaton belül átváltani a léptekkel végzett mozgásokra, így érdemes ezt elkerülni.
- Kisebb méretű tárgyak adogatása még sok erőfeszítést igényel tőlük, viszont egy nagyobb méretű eszközzel ügyesen manipulálnak.
- Jól átlátható, egyszerűbb térformákban igazodnak el könnyen, de már képesek bonyolultabb párelhagyó mozgássorokat is kivitelezni.

Alkalmazott térformák és mozgásirányok

- Sorjáték, melyben a gyerekek a padosorok között oszlopban állva előre, majd 180 fokos fordulással az ellentétes irányba lépkednek a zenei egységek szerint, esetleg a lépések méretével a metrum vagy metrumok súlyviszonyát is kifejezve.
- Sorjáték, melyben a gyerekek a padosorok között oszlopban állva előre és hátrafele lépkednek a zenei egységek szerint, esetleg a lépések méretével a metrum vagy metrumok súlyviszonyát is kifejezve.
- Egy körben játszott játék, melyben a gyerekek a köríven lépkednek az óra járásával ellentétes irányban előre és hátrafelé a zenei egységek szerint. (Nem tesznek 180 fokos fordulatot, az arcuk mindig az óra járásával ellentétes irányba néz.).
- Egy körben játszott játék, melyben a gyerekek a köríven párosával egymás felé fordulva állnak. A párosok először egymással kerülnek interakcióba, majd bizonyos zenei egységeknél jobb vagy bal válluk mentén elhagyva egymást új emberhez lépnek.
- Két, koncentrikus körben játszott játék. A belső kör kifelé, a külső befelé néz és minden gyereknek van egy párja a másik körből, akivel szemben áll. Bizonyos zenei egységeknél a párosok egymással kerülnek interakcióba, míg más zenei egységeknél a belső körben álló ember helyben lépeget, a külső ember pedig oldalazó lépésekkel új emberhez megy. Ez természetesen úgy is alakítható, hogy a külső körben álló ember lépeget helyben, és a belső körben álló halad oldalazó lépésekkel.
- A gyerekek szabadon helyezkednek el az adott térben. Bizonyos zenei egységeknél bármilyen irányba és módon lépkednek, míg más zenei egységeknél meg kell állniuk.
- Labdadobós játék, melyben a gyerekek nagy körben állnak, és a labda dobásával és elkapásával érzékeltetik a kettes ütem súlyviszonyát.
- Labdagurítós játék melyben a gyerekek körben ülnek, vagy térdelnek és egy megbeszélte zenei jelenség szerint (pl. motívumok elején; adott ritmusértéknél; adott dallamhangnál stb.) a labdát átgurítják a kör szabadon választott húrján egy másik társuknak.

- Postás-játék, melynek során a gyerekek körben állnak. Egy nagyméretű tárgyat kell átvinni a körben valamelyik társnak úgy, hogy lehetőség szerint pontosan a dallamsor végére érjünk oda a kiválasztott emberhez, és adjuk át neki a küldeményt. A gyakorlat zsúfoltabb tantermi környezetben úgy is játszható, hogy a gyerekek a székük mögött állnak, és a „postás” közöttük jár szabadon, majd a küldemény átadása után beáll annak a társának a helyére, akinek azt átadta.

HARMADIK ÉVFOLYAM

A korcsoportnál megfigyelt szociális és koordinációs jellemzők

- Szeretnek társakkal interakcióba kerülni.
- Többnyire nem zavarja őket a testi kontaktus (pl. másik gyerek kezének a megérintése).
- Többféle mozgásfajtára is képesek összpontosítani egyszerre, így a gyakorlatok mozdulatai változatosabbak lehetnek.
- A kezekkel végzett mozgásokat már egyszerű, léptekkel végzett mozgásokkal is képesek gyakorlaton belül kombinálni.
- A térben jobban tájékozódnak, így a bonyolultabb térformájú játékokat is képesek megoldani.
- Egyszerűbb adogatós játékokat is meg tudnak csinálni.

Alkalmazott térformák és mozgásirányok

- Sorjáték, melyben a gyerekek két egymással szemben elhelyezkedő sorba állnak fel úgy, hogy a két sor egymással szemben lévő tagjai párt alkotnak. A zene adott egysége alatt az első pár tagjai a két sor között vagy a két sor külső oldalán a saját sorának másik végére megy.
- Egy körben játszott játék, melyben a gyerekek a köríven párosával egymás felé fordulva állnak. A párosok először egymással kerülnek interakcióba, majd bizonyos zenei egységeknél jobb kezükkel összefogódzva jobb válluk mentén hagyják el egymást, miközben bal kezüket már a szemből érkező új társuk felé nyújtják. Vele bal kézzel fogódnak össze, és bal válluk mentén hagyják el egymást. Ez a szlalomozó párelhagyás a zenei egységeknek megfelelően folytatódik.
- Egy körben játszott játék, melyben a gyerekek bizonyos zenei egységeknél a köríven lépkednek, míg másoknál elhagyják a kört, és szabadon járnak a térben, majd egy előre meghatározott zenei egységre visszaérkeznek a körbe.
- Két, koncentrikus körben játszott játék. A belső kör kifelé, a külső befelé néz és minden gyereknek van egy párja a másik körből, akivel szemben áll. Bizonyos zenei egységeknél a párosok egymással kerülnek interakcióba, míg más zenei egységeknél a párosok mindkét tagja új partnerhez lépeget oldalirányban, a belső kör az óra járásával megegyező, a külső az óra járásával ellentétes irányban, azaz mindenki a jobb lábával oldalaz először.
- A gyerekek szabadon járkálnak az adott térben, de irányt kell váltaniuk minden új zenei egység kezdetén. Az irányváltás lehet jobbra vagy balra fordulva folytatni a járást, vagy előre hátra váltani, vagy 180 fokos fordulatot téve menni tovább.

- Kisebb méretű tárgy - pl. babzsák, pohár, dobverő – átadására épülő játék, melyben a gyerekek szorosan körben ülnek, vagy térdelnek. Mindenki előtt van egy babzsák. A játék során mindig egy kézzel dolgozunk, ha jobb irányba adogatunk, akkor jobb kézzel, ha bal irányba akkor bal kézzel, miközben a másik kezünket érdemes eleinte a hátunk mögé tenni. A játék során a babzsákokat úgy adogatjuk körbe, hogy a mozgássor az adott metrum súlyviszonyát fejezze ki. Pl. kettes ütem esetén a mozdulat az alábbi: EGY = AD, azaz, ha jobbra adogatunk, akkor jobb kézzel letesszük az előttünk levő babzsákokat a mellettünk jobbra ülő társunk elé, majd KÉT = VESZ, azaz, jobb kézzel felvesszük az elénk került új babzsákokat. Hármass ütem esetén pedig így alakulhat a mozgás: EGY = AD, azaz, ha jobbra adogatunk, akkor jobb kézzel letesszük az előttünk levő babzsákokat a mellettünk jobbra ülő társunk elé, majd KÉT = VESZ, azaz jobb kézzel megragadjuk az elénk került új babzsákokat, de még nem emeljük föl (esetleg a földön tartva húzunk rajta egy picit a mérő lüktetése szerint), majd HÁR = VESZ, azaz, jobb kézzel felvesszük az elénk került új babzsákokat.

NEGYEDIK, ÖTÖDIK ÉVFOLYAM

A korcsoportnál megfigyelt szociális és koordinációs jellemzők

- Kevésbé szeretnek társakkal fizikai kontaktusba kerülni.
- Jobban kedvelik a bonyolultabb, matematikai gondolkodást is igénylő feladatokat.
- Körjátékok helyett egyre inkább a kisebb létszámú páros vagy négyzetalakban játszott dupla-páros játékokat preferálják.
- Bonyolultabb adogatós játékokban is ügyesek.
- Nagyon kedvelik az eszközökkel végzett, ritmusosztinátóra épülő gyakorlatokat.

Alkalmazott térformák és mozgásirányok

- A gyerekek két egymással szemben elhelyezkedő sorba állnak fel úgy, hogy a két sor egymással szemben lévő tagjai párt alkotnak. A zenei egységek szerint a párosok tagjai helyet cserélnek.
- Két, koncentrikus körben játszott játék. A belső kör kifelé, a külső befelé néz, és minden gyereknek van egy párja a másik körből, akivel szemben áll. Bizonyos zenei egységeknél a párosok irányváltás nélkül kerülnek meg egymást, ún. do-si-do tánclépéssel.
- Poharas vagy dobverős játékok, melyek adott ritmusosztinátó hangoztatását teszik izgalmassá az eszközhasználat által. A társított osztinátó kezdetben egyszerűbb, majd egyre komplexebbé válhat. Az osztinátót hangoztathatjuk egyénileg, párban, de haladó fokon akár körformában vagy négyzet alakzatban párcserével is.
- Adogatós játékok, melyben az adogatást különböző mozdulatokkal – tapsolás, pacsizás, csettintés, testrészek megérintése stb. -kombináljuk. A mozgássor akár egy osztinátót is követhet.

5. Táblázat Térformatípusok összegzése: 1-5. évfolyam – mozgásos gyakorlatok

Térforma	1. évfolyam	2. évfolyam	3. évfolyam	4-5. évfolyam
sor-játékok „a”		❖	❖	
sor-játékok „b”		❖	❖	
sor-játékok „c”	❖	❖		
sor-játékok „d”				❖
sor-játékok „e”			❖	❖
sor-játékok „f”	❖			
egy-körben játszott játékok „a”	❖	❖	❖	
egy-körben játszott játékok „b”	❖			
egy-körben játszott játékok „c”		❖		
egy-körben játszott játékok „d”	❖			
egy-körben játszott játékok „e”		❖	❖	❖
egy-körben játszott játékok „f”			❖	❖
egy-körben játszott játékok „g”			❖	❖
két, koncentrikus körben játszott játékok „a”		❖		
két, koncentrikus körben játszott játékok „b”			❖	❖
két, koncentrikus körben játszott játékok „c”				❖
térbeli, szabad mozgásra épülő játékok „a”		❖		
térbeli, szabad mozgásra épülő játékok „b”			❖	❖

6. Táblázat Térformatípusok összegzése: 1-5. évfolyam - eszközös gyakorlatok

Térforma	1. évfolyam	2. évfolyam	3. évfolyam	4-5. évfolyam
eszközzel tevékenykedő játékok „a”	❖			
eszközzel tevékenykedő játékok „b”		❖		
eszközzel tevékenykedő játékok „c”		❖	❖	❖
eszközzel tevékenykedő játékok „d”				❖
eszközt átadó játékok „a”	❖			
eszközt átadó játékok „b”	❖			
eszközt átadó játékok „c”		❖	❖	❖
eszközt átadó játékok „d”			❖	❖
eszközt átadó játékok „e”				❖
eszközt átadó játékok „f”				❖

Kreatív énekes-játékok integrálásának lehetőségei az egyes készségfejlesztési és zenei ismeretszerzési területeken

A három évet átölelő kutatási időszak módszertani fejlesztésének talán egyik legizgalmasabb feladata volt annak kitapasztalása, hogyan illeszthetők ezek a mozgásos gyakorlatok a mindennapi zenei munkába. A magyar zenepedagógia kétségkívül egyik meghatározó sajátossága, hogy az ismeretszerzést a valós gyakorlat és nem az elmélet oldaláról közelíti meg. Ahogy Kodály Zoltán 1937-ben a *Bicinia Hungarica I.* kötetéhez írt utószavában megfogalmazta: „A gyermek ne fogalmakat, definíciókat gyűjtsön, hanem zenekincset. Annak számbavételére, rendező áttekintésére ráér később.” (Kodály: *Visszatekintés I. 67. oldal*). Nem véletlen tehát, hogy az ének-zene tanítása során módszertani munkánk alapvetően egy háromlépcsős folyamatot követ. Ennek első szakasza, az ún. előkészítés periódusa, amely az „öszönös” tapasztalatszerzést szolgálja. A gyerekek ebben a fázisban több olyan dalt is megtanulnak hallás után, amely az új zenei elemet is tartalmazza, és ezen dalok éneklése által hallási benyomásokat szereznek az új zenei elemről, elsősorban annak relációjáról a többi, már ismert zenei elemmel. Ennek a szakasznak hasznos kiegészítői lehetnek azok a kreatív énekes-játék típusok, amelyekben az alkalmazott mozdulatok kinesztetikusan és adott esetben egyúttal vizuálisan is megtapasztalhatóvá teszik ezeket a relációkat. A tanítási szekvencia második lépcsője a tudatosítás, az új zenei elem nevének és jelképeinek bemutatása. Ennek során az előkészítés szakaszában még csak tudat alatt megismert és ösztönösen használt zenei elem a tudatos ismeretek közé kerül. Mivel ennek a fázisnak az elméleti ismeret átadása a fő célja, így külön mozgásos gyakorlat társítása nem jellemző, fontos hangsúlyozni azonban, hogy az elméleti ismeret bemutatása előtt érdemes bevezetésként egy-két, az előkészítés során gyakorolt játékot feleleveníteni. A tanulási szekvencia harmadik és talán leghosszabb periódusa a gyakorlás. Itt már a gyerekek tudatosan használják a megismert zenei elemet, így a mozgásos feladatok egyre komplexebbé és/vagy az új zenei elemet tudatosan követővé válhatnak.

A következőkben összefoglaljuk, milyen típusú gyakorlatokat használtunk az egyes új ismeretszerzési területek előkészítő és gyakorló szakaszában. A gyakorlat típusokat igyekeztünk nehezedő sorrendbe rendezve bemutatni, de alapvetően az a meglátásunk, hogy valós nehézségi változás az előkészítés és a gyakorlás során alkalmazott játékok között jelenik meg, semmint az azonos tanítási szakaszon belül használtaknál. A gyakorlatok általános bemutatása mellett megpróbáltuk megosztani az olvasóval a betanítás és alkalmazás során szerzett tapasztalatainkat és meglátásainkat is.

Mérőérzék fejlesztése

Bármely zenei tevékenységünk alapja az a képességünk, hogy a zene lüktetését megfelelően érzékeljük, át tudjuk venni, és a szükséges ideig pontosan meg tudjuk tartani. Habár az egyenletes lüktetést a legtöbb kisgyerek iskolás korára már aránylag megbízhatóan képes felismerni és megtartani az énekelt dalokban, mégis alapvetőnek tartjuk, hogy az iskolai zenei képzés ezen készség felmérésével és szükség szerinti fejlesztésével induljon. A fokozatosság elvét, valamint a korosztály általános koordinációs készségeit szem előtt tartva az első osztályos képzés első szakaszában az egyenletes lüktetést egyénileg, aránylag nagyméretű, helyben végzett mozdulatokat társítva érzékeltetjük, és ezekben az egyszerű, utánzásra épülő játékokban igyekszünk kiaknázni a gyerekek ösztönös kreativitását. Később manipulációra építő adogatós játékokkal, illetve az egyenletes mérőt pontosan követő, különböző térformákban és alakzatokban való járással igyekszünk fejleszteni ezt a zenei készséget. Tapasztalatunk azt mutatja, hogy a mérőérzék fejlesztésén folyamatosan kell dolgozni, de természetesen az alkalmazott mozdulattípusoknak és a gyakorlatoknak mindig az adott korcsoport fejlettségéhez kell igazodnia.

ELŐKÉSZÍTÉS SZAKASZA – MÉRŐÉRTÉK

Karmester játék

Daléneklés közben a tanár, aki szemben áll az osztállyal, ismétlődő mozdulatokat végez az egyenletes lüktetés szerint, amit a gyerekek tükörben utánoznak. Később a tanár szerepét egy-egy gyerek veszi át.

Megjegyzés

Az egyenletes lüktetés érzetének kialakításához és biztos megtartásához eleinte olyan gyakorlatokat érdemes végezni, melyeket helyben, nagy mozdulatokkal lehet kivitelezni. Ez a gyakorlat erre épít, miközben teret ad a gyerekek egyéni mozdulat-improvizációihoz.

GYAKORLÁS SZAKASZA – MÉRŐÉRTÉK

Eszközt átadó játék

Daléneklés közben a gyerekek körben állnak és egy puha, nagyobb méretű labdát vagy később kisebb méretű babzsákokat adnak körbe az egyenletes lüktetés szerint.

Megjegyzés

Az átadást eleinte segíti, ha a gyakorlat során mindenki – függetlenül attól, hogy éppen nála van-e a labda vagy sem – az egyenletes lüktetés szerint ringatja a kezeit fel és le úgy, mintha a labdát tartaná.

A koordináció fejlesztése szempontjából lényeges, hogy az adogatós játékokat mindkét irányba gyakoroljuk, azaz legyen olyan, amikor balra adogatjuk a tárgyat, majd a következő alkalommal jobbra adogassuk azt.

Mérő transzformálása járássá

Daléneklés közben a gyerekek különböző alakzatokban járnak az egyenletes lüktetés szerint.

Megjegyzés

Mint a magyar népi gyermekjátékok szerves része, az éneklés alatti járás gyakran felbukkan az énekórai gyakorlatok között. Érdeemes kipróbálni, hogy a körforma mellett egyéb térformákat is kövessen a járás, pl. szabadon kanyargó, csigavonalat követő, hirtelen irányt váltó stb. De a lépések „minőségével” is lehet játszani az adott dal karaktere szerint megválasztva azt, pl. masírozás teli talppal; lágy, kecses lépkedés lábujjhegyen stb.

Metrumérzék fejlesztése

Stílusos és kifejező zenei előadás igazán akkor tud megszületni, ha az előadó érzi a hangok/ritmusok közötti súlyviszonyt, és ezt énekében vagy hangszerjátékában finoman, de mégis észlelhetően képes kifejezni. Ennek a tanulási folyamatnak az első lépése az, amikor az adott ütemfajta belüli súlyrendet éreztetjük meg a gyerekekkel. Meglátásunk szerint ezek az első tapasztalatok még nagyobb, gyakoribb és hangsúlyosabb megjelenítést kívánnak, mint ahogy majd a későbbiekben az ütemszúlyt éreztetni indokolt.

ELŐKÉSZÍTÉS SZAKASZA – METRUMÉRZÉK

Karmester játék a súlyviszony kifejezésével

Daléneklés közben az osztály a tanár vagy később egy kiválasztott gyermek súlyviszonyt kifejező és az egyenletes lüktetést követő mozdulatait utánozza.

Megjegyzés

A mérőérzet fejlesztésénél már alkalmazott gyakorlat haladóbb változata. Fontos, hogy a választott mozdulatok megfelelően képezzék le a zenei súlyviszonyt, azaz a súlyra eső mozdulat lejjebb legyen és lefele tartó legyen, mint a súlytalanra eső. Például a kettes ütem súlyviszonyának kifejezésére a comb-váll mozdulatpár az irányokat tekintve megfelelő, míg a váll-comb már a zenei érzet ellenébe megy, így inkább kerülendő.

A gyakorlat kisebb csoportban vagy párban, tükörjátékként is végezhető.

Labdadobálás körjáték a súlyviszony kifejezésével

A gyerekek körben, a tanár pedig a kör közepén áll, az egyik gyerek kezében egy puha labda van. Daléneklés alatt mindig a soron következő gyerek dobja ütemszólyon a labdát a tanárnak, aki azt a súlytalan mérőütésen a köríven következő gyerek kezébe dobja vissza.

Megjegyzés

Kezdetben könnyebb, ha mindig a gyerekek dobják ütemszólyon a labdát, de amikor ez már jól megy, akkor kipróbálhatjuk a játékot ellenkező módon is, azaz úgy, hogy a gyerekek a súlytalan helyen dobnak.

Labdadobálás körjátékot nem csak a kettes ütem súlyviszonyának megérettetésére lehet alkalmazni, hanem bármely más ütemfajta is. Ekkor azonban érdemes már jól pattanó, közepes méretű gumilabdát használni. Hármass ütem esetén a gyakorlat alakulhat például így:

EGY: lepattintva átküldjük a labdát a másik embernek;

KÉT: az érkező labdát megfogja a másik ember;

HÁR: a második ember visszadobja a labdát az elsőnek.

Ezt a mozgássort játszhatjuk egyaránt párosával vagy nagy körformában is.

Metrumot egyéni mozgássorral kifejező játék

Daléneklés közben a gyerekek olyan, egyéni kivitelezhető mozgássort végeznek, melyben az ütem minden egyes mérőütése más mozdulattal van társítva.

Például egy mozgássor a kettes ütem előkészítésére:

ütemszóly: bal tenyerünkbe ütünk merőlegesen a jobb ököllel – a kisujj felőli része érintse a tenyeret

ütem súlytalan mérőütése: jobb mutató- és középső ujjal érintjük a bal tenyerünket

A gyakorlatot úgy is alakíthatjuk, hogy a kettes metrumon kívül a motivikus egységeket is érzékeltessük:

- 1. mérőütés:** jobb ököllel érintjük a bal tenyeret;
- 2. mérőütés:** jobb mutató- és középső ujjal érintjük a bal tenyeret;
- 3. mérő:** bal ököllel érintjük a jobb tenyeret;
- 4. mérő:** bal mutató- és középső ujjal érintjük a jobb tenyeret.

Példa a hármass lüktetés érzékeltetésére:

Egy (ütemszóly): bal tenyerünkbe ütünk a jobb öklünkkel, kézfejjel lefelé nézve (úgy, mintha öklöbe zárt ujjakkal tapsolnánk a bal nyitott tenyérbe);

KÉT (súlytalan): jobb öklünk ujjait kinyújtjuk, úgy, hogy közben a csuklóinknál a két tenyerünket végig összetapasztjuk - ezáltal a mozdulat végére a két tenyerünk össze lesz illesztve;

HÁR (súlytalan): jobb kezünk ujjbegyeit merőlegesén hozzáérintjük a bal tenyerünkhöz – mintha a sportban használatos időmérő T betűt formáznánk.

Megjegyzés

Ilyen típusú mozgássorokat eleinte a tanár állíthat össze, de hasonlókat - már a gyakorlás részeként – a gyerekek is kitalálhatnak.

Metrumot olyan mozgássorral kifejező játék, amit párban lehet végezni

Daléneklés közben a gyerekek párban állnak, és a párjukkal olyan, többnyire tapsolással kivitelezett mozgássort végeznek, amely a mozdulatok irányával és erejével kifejezi az ütemszúlyt.

Példaként álljon itt egy mozgássor a négyes ütem előkészítésére:

A gyerekek párosával állnak, párjukkal szembe fordulva és az alábbi mozdulatokat végzik:

Egy (ütemszúly): taps, azaz saját tenyerek összeütése;

KÉT (súlytalan): társsal jobb tenyér összeütése (pacsizás jobb tenyérrel keresztbe);

HÁR (súlytalan): társsal bal tenyér összeütése (pacsizás bal tenyérrel keresztbe);

NÉGY (súlytalan): társsal mindkét tenyér összeütése szembe.

Megjegyzés

Betanuláskor először érdemes a gyakorlatot egyénileg végezni úgy, hogy a tanár az osztállyal szemben áll, és az ő mozdulatait utánozzák a gyerekek egyénileg. Kisebbeknek könnyebb, ha a tanár tükörben mutatja a mozgást, tehát amikor a gyerekeknek jobb kézzel kell keresztbe tapsolni, akkor a tanár a bal kezével mutatja a tapsolást.

GYAKORLÁS SZAKASZA

Metrumot kifejező, súlyviszonyos járást alkalmazó gyakorlat

Daléneklés közben az egyenletes lüktetés szerint járunk körbe vagy akár szabadon a térben. A súlyos ütemrészre mindig teli talppal lépünk, míg a súlytalan ütésekkel lábujjhegyen járjuk.

Megjegyzés

A gyakorlat a formaegységek érzékeltetésére is alkalmazható, ha minden új zenei egység kezdetét irányváltással jelezzük.

Eszközt vagy „tapsot” átadó játék

Daléneklés közben egy babzsákot, esetleg egy műanyag poharat vagy a „tapsot” adjuk úgy tovább, hogy a mozdulatsor az adott metrum súlyviszonyát érzékeltesse. Példák:

- **Kettes ütem** esetén babzsákokat adogathatunk körbe az alábbi módon:

A gyerekek körben ülnek vagy térdelnek. Mindenki előtt vagy egy babzsák, amit a játék

során jobb kézzel ütemszóra átad a jobb szomszédjának, azaz leteszi a jobb szomszédja elé a földre, majd a súlytalan második ütésnél jobb kézzel felveszi a hozzá érkezett, új babzsákot. Ha ez a változat már jól megy, akkor érdemes kipróbálni bal kézzel is.

- **Hármas lüktetésnél** egy tikfát adhatunk körbe úgy, hogy a súlyos első ütésnél összeütjük a fákát, majd a két súlytalannál mérő szerint a mellettünk álló jobb, majd bal kezébe helyezük azokat. Az átadásnál próbáljuk meg elkerülni a keresztbe adást, azaz a bal kezünkben lévő tikfát adjuk át a társunk jobb kezébe és fordítva.

- **Négyes lüktetésnél** a tapsot adhatjuk tovább az alábbi módon:

A gyerekek körben állnak és mindkét karjukat oldalra emelve, tenyerüket felfelé fordítva tartják. A jobb kezüket behelyezik a jobb oldali szomszédjuk bal tenyerébe (a saját tenyerük (is) felfelé néz!), míg a bal kezüket tenyérrel felfelé csak oldalt tartják (abba a bal oldali szomszédjuk helyezi az ő jobb kezét, tenyérrel felfelé). A daléneklés közben az alábbi, a négyes metrumot érzékeltető mozgást végezzük (a bal tenyér végig mozdulatlan, csak a jobb kéz dolgozik):

1. mérő: jobb tenyeret lefelé fordítjuk és beleütünk a jobb oldali szomszéd bal tenyerébe;

2. mérő: jobb tenyérrel megérintjük a jobb combunkat;

3. mérő: jobb tenyérrel megérintjük a bal combunkat;

4. mérő: jobb tenyérrel puhán megérintjük a bal tenyerünket.

Ha a mozgássor jól megy, akkor mindig csak egy gyerek végzi azt, így az utolsó mérőt nem a saját, hanem a bal oldali szomszédjának jobb tenyerébe helyezi – hisz az addig azt nem mozdítja onnan el –, így adva át a mérőt a szomszédjának. A következő ütemet már ez az új játékos végzi.

Megjegyzés

Érdemes a valós adogatás elkezdése előtt magát az adogató mozdulatot kipróbálni egymás után többször, még csak imitálva az adott eszköz átadását. Ha a gyakorlatban csak az egyik kézzel kell manipulálni – pl. babzsákok adogatása a kettes ütem érzékeltetésére –, akkor sokat segít, ha a másik kezét a gyakorlat alatt eleinte a hátunk mögé tesszük. A koordináció fejlesztése szempontjából nagyon fontos, hogy az adogatást ne csak az egyik irányba gyakoroljuk. Amikor már mindkét irányba ügyesen tudják végezni a mozdulatsort a gyerekek, akkor meg lehet próbálni azt is, hogy a daléneklés alatt váltjuk az irányt, például az első versszak alatt jobbra, míg a második alatt balra adogatunk.

Formaérvék fejlesztése

Ahogy Dobszay László a *Hangok Világa* sorozat 2. kötetéhez írt útmutatójában fogalmaz: „Ritmus, ütem, forma. A három látszólag elkülöníthető részterület összetartozik: a ritmus csak akkor lehet tökéletes, ha a növendék érzi azt a keretet, amelybe az illető ritmus beletartozik, akár a kisebb keretre gondolunk (ütem, frázis), akár a nagyobbra (formai egységek, ízek tagok). Tulajdonképpen egyetlen készség kifejlesztéséről van itt szó: a zenei időarányok helyes kezelése, elosztása, kivárása.” (Útmutató II. 14. oldal)

Ezen gondolatot szem előtt tartva munkánk során már a kezdetektől fogva nagy hangsúlyt helyeztünk a formaegységek – kezdetben csak motívumok, majd később már dallamsorok - mozgásos kifejezésére. Olykor más zenei ismeret (pl. mérőérzet, ütemsúlyok, ritmusképletek) gyakorlásának részeként, azt kiegészítve jelent meg az adott gyakorlatban a motivikus egységek mozgásos leképezése.

ELŐKÉSZÍTÉS SZAKASZA – FORMAÉRVÉK

Tanári mintát követő, helyben végzett, nagymozgásos gyakorlat, melyekben a mozdulatok a formaegységek terjedelmét követik.

Daléneklés közben az osztály a tanár, a motivikus egységeket eltérő mozdulattal kifejező és a mérőt követő mozgását utánozza tükörben. Például az első motívum alatt a mérőt puhán a vállán lükteti, majd a második motívum alatt a combján, a harmadik alatt a jobb lábfejjel stb.

Megjegyzés

Eleinte az osztály a tanár mozdulatait utánozza. Később meg lehet próbálni úgy is, hogy egy gyerek áll az osztály elé és ő próbálja meg mozgásával érzékeltetni a dallamegységek terjedelmét. Kezdetben érdemes izopódikus és négy-mérőegységnyi terjedelmű motívumokból építkező dalokat választani a feladathoz. Majd nehezíteni a feladatot azáltal, hogy már hat-mérőegységnyi sorokból álló dalokat választunk. Végül meg lehet próbálni a feladatot heteropódikus dalokkal is.

Labdaátadó játék a dallamegységek terjedelmének követésével

Daléneklés közben a gyerekek körben állnak, egyikük kezében egy puha labdát tart. Ezt adogatják körbe úgy, hogy mindig az új motívum vagy dallamsor első mérőütésén kell azt továbbadni a szomszéd társnak. A gyakorlás során a motívumok (dallamsorok) terjedelmét fokozatosan növeljük (2-3-4 ütemes motívumok), sőt izo- és heteropódikus dalokkal is játszunk.

Megjegyzés

A labda valós adogatását érdemes megelőzni egy olyan gyakorlattal, amiben a daléneklés alatt a csoport közösen, tapsolással jelzi a dallamegységek kezdetét.

Ügyes csoport akár több labdával is játszhatja.

Postás játék

A gyerekek körben állnak, egyikük kezében egy puha labdát tart. Daléneklés közben ezt a labdát kell átvinni egy tetszőlegesen kiválasztott társnak mérőjárással úgy, hogy a postás a labdával pontosan az adott dallamegység végére érjen oda és adja át azt az új "labdavivőnek". Ezután az új ember indul tovább a labdával, míg az előző beáll az ő helyére. Érdeemes a választott dalt egymás után többször is elénekelni megállás nélkül, hogy minél több gyereknek legyen lehetősége a postás szerepét kipróbálni.

Megjegyzés

A labda átadásánál figyelni kell, hogy az éneklésben az „átadó” mozdulattal együtt a záróhang ne kapjon hangsúlyt. Esetleg meg lehet próbálni a gyakorlatot úgy is, hogy az átadás nem az adott dallamegység utolsó mérőegységén, hanem az új dallamegység kezdősúlyán történjen. Ez zeneileg kedvezőbb, viszont a tapasztalatunk az, hogy picit megnehezíti a helycserét és az új ember tovább indulását. Érdeemes kísérletezni a legmegfelelőbb megoldásért!

A gyakorlatot játszhatjuk úgy, hogy az egész osztály énekel, de nagyon ajánljuk úgy is, hogy csak az énekeljen hangosan, aki a labdát viszi. A játék jól bevált a tanult dalok szolmizáló éneklésének elmélyítésénél, ebben az esetben a dalt nem szöveggel, hanem szolmizálva énekeltük.

„Szivárványt-rajzoló” karívhúzás

Daléneklés vagy új dal hallgatása közben a gyerekek váltott kézzel szivárványokat rajzolnak a levegőbe jobbról balra, majd balról jobbra úgy, hogy a karjuk mozgásával pontosan az adott dallamegység terjedelmét követi.

Megjegyzés

Tapasztalatunk szerint a szivárvány rajzolása ének-technikailag is segíti a gyerekeket, jobban megérik, mennyi levegőre van szükségük az adott zenei egység megszólaltatásához, illetve, hogy hol kell levegőt venni a következő frázis megfelelő elindításához. Fontos, hogy ebben a gyakorlatban a karmozdulat egy szivárványt imitáló félkört és nem a dallamjárást írja le.

Hangszert zenei formaegységek szerint átadó játék

A gyerekek két sorban állnak (A és B) egymással szemben és mindkét sor egy-egy eltérő hangszínű hangszert adogat majd tovább (pl. dob – csörgő). Daléneklés közben az „A” sor első játékosa hangoztatja a mérőt a dobon a dal első zenei egysége (motívum / dallamsor / népdalsor) alatt, míg a „B” sor hangszere „néma”. A dal második zenei egysége alatt a „B” sor első játékosa hangoztatja a mérőt a csörgőn, mialatt az „A” sor első játékosa átadja a dobot a szomszédjának.

A dal harmadik zenei egysége alatt ismét az „A” sor hangszerén – dob – szól a mérő, de most a második játékos hangoztatja, miközben a „B” sor első játékosa átadja a csörgőt a szomszédjának stb.

Megjegyzés

Általános tapasztalat, hogy bármely, hangszerrel való tevékenységet nagyon szeretik a gyerekek. Ezt a játékot is nagyon élvezték és azáltal, hogy a hangszert mindig más szólaltatja meg, sokkal több gyereknek van lehetősége a hangszeren játszani. A gyakorlat szintén jó lehetőséget kínál arra, hogy az adott dalt minél többször énekeljük el egymás után ezáltal begyakorolva annak intonációját, fordulatait.

Formaegységek terjedelmét vagy egymáshoz való viszonyát is kifejező csoportos kreatív énekes-játék

Daléneklés közben irányváltásokkal fejezzük ki a különböző formaegységeket. Az irányváltás lehet körben állva befelé és kifelé lépkedés, körív mentén órajárással megegyező vagy ellentétes irányban való lépkedés, illetve a körív mentén előre és hátrafelé járás. A játék során akár párcserével vagy a párral való interakciók irányával is érzékeltethetjük a formaegységeket vagy azok egymáshoz való viszonyát. Például a kérdés-válasz reláció megjeleníthető úgy, hogy a zenei kérdés zárásánál a párosok fejük fölé emelt kézzel ütik össze a tenyerüket a mérő vagy a dalritmus szerint, míg a zenei válasznál a testük előtt tartják a kezüket az összetapsoláskor.

Megjegyzés

Hasonló játékot a gyakorlás szakaszában is használhatunk, és ott már ki lehet próbálni a gyakorlatot úgy is, hogy a gyerekek nem egy adott térformát követve lépegetnek, hanem szabadon a térben irányváltással vagy ehhez párosítva a formát is kifejező mozdulatsorral.

GYAKORLÁS SZAKASZA - FORMAÉRZÉK

Karmester játék a forma kifejezésével

Daléneklés közben az osztály egy kiválasztott gyermek a formát pontosan kifejező mozgását utánozza. A gyakorlat során egyaránt választható az egyenletes lüktetést, vagy akár egy folyamatos ívet leíró, szabad mozdulat is.

Megjegyzés

Megfigyelésünk szerint érdemes a gyerekeket arra is buzdítani, hogy mozdulataikat az adott dal karakterének megfelelően igyekezzenek megválasztani megérezve azt, hol esik jobban csak szabadon egy ívet rajzolni a levegőbe, és hol kívánja a zene lüktetése, hogy inkább a mérő lüktetését kövessék a mozdulatok. A gyakorlatnál fontos, hogy az azonos-különböző-hasonló reláció a dallamsorokhoz választott mozdulatokban is minél erőteljesebben megjelenjen. Például ha a karunkkal ívet rajzolva követjük az „A” dallamsort, akkor a „B”-nél próbáljunk ettől markánsan különböző mozdulatot választani, mondjuk a jobb lábfejükkel puhán lüktessük a mérőt stb.

Párban végzett tükörjáték a zenei egységek terjedelmének kifejezésével

A gyerekek párban állnak, és összetapasztják a tenyerüket a velük szemben álló párjukéval. Előre megbeszélik, melyikük lesz az irányító, akinek a mozgása a zenei egységeket követi, azok kezdetén mindig új irányban folytatja a kézmozdulatot, amit a páros másik tagjának úgy kell követnie, hogy a tenyereiknek végig illeszkednie kell egymáshoz.

Megjegyzés

A gyakorlat akár zenehallgatáshoz is alkalmazható, például Pachelbel: *Kánon D-dúrban* című művének szekvenciára épülő basszusmenetére épülő variáció remek választás ehhez. (Az ötlet Mihalovics Csillától származik.)

Párban végzett tükörjáték a forma kifejezésével

Daléneklés közben a gyerekek egymással szemben, párban állnak és egyikük a dal pontos formája szerint improvizál mozdulatokat, amit a másik tükörben utánoz.

Megjegyzés

Ld. a „karmester játék a forma kifejezésével” gyakorlatnál szereplő megjegyzést.

Új ritmusképlet tanítása

Módszertani szempontból bármely új ritmusképlet megtanításának előkészítő szakaszában két főbb célunk van. Egyrészt képessé tenni a gyerekeket az új ritmusképlet megfelelő reprodukálására mind vokálisan, mind kinesztetikusan, másrészt rávezetni őket az új ritmuselem sajátosságaira a mérő és a dalritmus együttes hangoztatása és esetleg ezek relációjának valamiféle vizuális megjelenítése által. Az előkészítés szakaszában ezért olyan gyakorlatokat alkalmazunk, melyek vagy pontosan a dalritmust követik, vagy a mérőt és az dalritmust ötvözik.

ELŐKÉSZÍTÉS SZAKASZA – RITMUSÉRZÉK

Dalritmust testritmussal követő, egyénileg végezhető játék

Szöveges daléneklés közben a gyerekek tanári mintát követve a dal ritmusát helyezik a testükre a megfelelő test-ritmus mozdulatokat alkalmazva.

Megjegyzés

A testritmus rendszerének bemutatása és alkalmazásának várt előnyeiről szóló írás a gyakorlati szakasz után található.

Dalritmust vagy dalritmust és mérőt együttesen kifejező, párban végezhető játék

Daléneklés közben a párosok olyan dalritmust követő, de nem feltétlenül a testritmust alkalmazó mozgássort végeznek, amelyben a páros két tagja többször is interakcióba kerül egymással.

Jellegzetes mozdulatok:

- tenyér/tenyerek összeütése szembe vagy kereszt mozdulattal;
- társ vállának megérintése;
- társ vállának megérintése, majd karjának végig simítása a csukló irányába (hosszú hangérték kifejezésére).

Megjegyzés

A mozgás betanításakor először érdemes egyénileg végeztetni a mozdulatokat, tanári mintát követve, majd, ha így már biztosan megy a koreográfia, akkor állítani párba a gyerekeket. A gyakorlás során fontosnak véljük, hogy a gyerekek más társukkal is kipróbálhassák a mozgássort (pl. először az egyik padoszomszédjukkal, majd a másikkal). Ha már jól megy a mozdulatsor, akkor a pár-váltás akár motívikus egységként is történhet, ezáltal fejlesztve a formaérzékét is.

Dalritmust pontosan lekövető, vagy dalritmust és mérőt együttesen kifejező, körjáték jellegű, többnyire párcserés, csoportos kreatív énekes-játék

Daléneklés közben az osztály olyan kreatív énekes-játékot játszik, melyben az énekelt dal ritmusa szólal meg az egyéni és a párral közösen kivitelezett mozdulatok által, miközben a játék során irányváltással, vagy a partner "elhagyásával" és új partnerhez menéssel a formaegységek is kifejezésre kerülnek. Természetesen olyan koreográfia is alkalmazható, melyben az énekelt dal ritmusa és az egyenletes lüktetés váltakozva vagy akár együttesen kerül kifejezésre a mozgásformák során.

A mozgás-koreográfia nem, vagy nem feltétlenül követi az ún. testritmus mozdulatait.

Megjegyzés

Ezek a gyakorlatok nagyon jól alkalmazhatóak a belső hallás fejlesztésére is, hisz a dallambújtatás helyét az egyes irányváltások, esetleg maga a párcsere, vagy egy jellegzetes mozdulatsor is jól jelezheti. Amennyiben a dallambújtatás pontos helyét például az új társsal való interakció kezdetéhez kötjük, akkor a játék során a gyerekeket arra is ösztönözzük, hogy gondolatban előrébb járjanak a tényleges cselekvésüknél annak érdekében, hogy a dallamelvonást pontosan és időben tudják megvalósítani.

Dalritmust és a mérőt együttesen kifejező, párban végezhető játék

Daléneklés közben a páros egyik tagja a dalritmust hangoztatja testritmussal, míg a másik tag a mérőt érzékelteti társa vállán.

Megjegyzés

Bármely új ritmuselem hosszúságának megtapasztalásához nélkülözhetetlen a dalritmus és a mérő összevetése. Ez a gyakorlat jól alkalmazható abban az esetben, ha a gyerekek még nem vagy többségük még nem képes arra, hogy a dalritmust és a mérőt egymaga szólaltassa meg egyszerre.

Dalritmust és mérőt együttesen kifejező, egyéni gyakorlat

Daléneklés közben a gyerekek az egyenletes mérő lüktetését követve járnak helyben erőteljes jobbra-balra dőléssel, miközben a dalritmust tapsolják szintén a "mérő-dőlésének" megfelelően.

Megjegyzés

Az egyénileg kivitelezett, szimultán megvalósuló mérőjárás és dalritmus-tapsolás fontos lépés bármely új ritmusképlet tanításának előkészítő szakaszában. Ebben a változatban a határozott oldalváltásoknak köszönhetően a gyerekek könnyebben érzik meg a mérő és az adott ritmusérték

egymáshoz való viszonyát, hisz a kinesztetikus érzeten felül a dőlésnek köszönhetően vizuális tapasztalatot is szereznek az új relációról. Ez a típusú gyakorlat az első két évfolyamon vált be igazán a legegyszerűbb ritmusértékek tanításánál.

Dalritmust és mérőt együttesen kifejező, kiscsoportos gyakorlat

A gyakorlat kezdetén előre kiválasztunk négy gyereket, akik egymás mellett állnak, szemben az osztállyal. Ők jelképezik a mérőütéseket (azaz minden gyerek egy mérőt 'ér'). Az osztály egy tanult dal négymérőnyi terjedelmű motívumát éneklő szöveggel, és tapsolja annak ritmusát, miközben a kint álló gyerekek megjelenítik ezt a ritmusmotívumot oly módon, hogy annyi karjukat emelik, és tartják a magasba, ahány ritmustaps az ő mérőütésükre esik.

Megjegyzés

Ebben a gyakorlatban a mérő és a dalritmus együttes ábrázolása a gyerekek által remekül érzékelteti vizuálisan a ritmusértékek és a mérő viszonyát. Ez a gyakorlat is az első két évfolyamon vált be igazán, a legegyszerűbb ritmusértékek tanításánál.

Az újonnan elsajátított ritmusérték gyakorló periódusában módszertanilag már az a célunk, hogy egyre nehezebb és komplexebb helyzetekben is alkalmazzuk az új ismeretet. Természetesen ebben a fázisban is játszhatunk a dalritmust pontosan lekövető vagy a mérőt és dalritmust ötvöző kreatív énekes-játékokat akár párban, akár csoportos formában, de ezeknél megpróbálhatjuk az alkalmazott térforma vagy a 'pár-elhagyás' módjával nehezíteni a gyakorlatot. Meglátásunk szerint azonban ebben a tanulási szakaszban már sokkal izgalmasabbak és fejlesztőbbek azok a gyakorlatok, amelyekben vagy az újonnan elsajátított ritmuselem helyét kell a játékban pontosan jelezni, vagy egy, a dalritmustól eltérő ritmussort kell a mozgáskoreográfiában megvalósítani.

Dalritmust pontosan lekövető, vagy dalritmust és mérőt együttesen kifejező, körjáték jellegű, többnyire párcserés, csoportos kreatív énekes- játék

Az előkészítésnél bemutatott gyakorlattípus.

Megjegyzés

Esetleg komplexebb mozdulatokkal, vagy pár-elhagyó mozgással lehet változatosabbá és nehezebbé tenni koordinációs szempontból a gyakorlatot.

Az újonnan elsajátított ritmusérték helyét labdagurítással vagy -átadással jelző csoportos kreatív énekes-játék

A gyerekek körben állnak, vagy ülnek és daléneklés közben az új ritmusérték megjelenésekor átadják, vagy átgurítják a labdát egy másik gyereknek. A gurítós verzióban nehezítésként azt is meg lehet próbálni, hogy a labdát olyan erővel gurítsuk el, hogy az pontosan az adott ritmusérték végére érkezzon meg az új gyerekhez.

Megjegyzés

Ez a gyakorlat arra ösztönzi a gyerekeket, hogy előre gondolkodjanak a zenében, hiszen csak akkor lesznek képesek a megfelelő pillanatban továbbadni a labdát, ha már előzetesen megfigyelték, és tudták az új ritmusérték helyét, valamint a daléneklés közben készültek rá. A gyakorlatot eleinte lehet ritmusneves éneklés mellett játszani, de később sokkal izgalmasabb szöveges énekléssel végezni.

Az újonnan elsajátított ritmusértéket osztinátó jellegűen felhasználó egyénileg végezhető kreatív énekes-játék

Daléneklés közben először tanári mintát követve, majd már önállóan kivitelezve, a testritmus mozdulatok alkalmazásával hangoztatnak a gyerekek osztinátót.

Megjegyzés

Tapasztalatunk, hogy már az első osztály második félévétől érdemes egyszerű formában ilyen többszólamú feladatot végeztetni a gyerekekkel. A testritmus alkalmazásának egyik előnye, hogy magát az osztinátót akár úgy is be lehet mutatni, és meg lehet taníttatni a gyerekeknek, hogy ők közben a dalt éneklik, azaz az osztinátó ritmusmotívumát nem szükséges előre felírni a táblára.

A magunk gyakorlatában legtöbbször úgy végeztük ezt a feladatot, hogy először az osztály énekelte a választott dalt szöveggel, miközben a tanár testritmussal hangoztatta az osztinátót, amit a gyerekeknek éneklés közben kellett megfigyelniük és megjegyezniük. Ezzel a megközelítéssel a

gyerekeket arra készítettük, hogy figyelmüket megosszák, illetve, hogy hozzászokjanak ahhoz, éneklés közben másra is lehet/kell fülelni, figyelni. (Ezen képesség alapvető minden többszólamú zenei gyakorlatban.) Mivel a testritmussal nemcsak hangzási, hanem egyben vizuális információkat is kaptak a gyerekek, így könnyen képesek voltak dekódolni az osztinátó ritmusát. A gyakorlat második lépéseként a gyerekek hangoztatták testritmussal az osztinátót, míg a tanár énekelte a dalt. Végül, mindenféle csoportbontás nélkül, azonnal egyénileg dolgozva, egyszerre szólaltatták meg az osztinátót és a dalt.

Az újonnan elsajátított ritmusértéket osztinátó jellegűen felhasználó párban végezhető kreatív énekes-játék

Daléneklés közben a gyerekek párjukkal olykor interakcióba kerülve hangoztatják a ritmusosztinátót.

Megjegyzés

Az együttesen kivitelezett osztinátó-hangoztatás – hiszen ebben a verzióban az a lényeg, hogy az adott osztinátó bizonyos ritmusértékeit a gyerekek tenyereik egymással való összeütésével szólaltatják meg -, lehetőséget ad arra, hogy esetleg egy ügyetlenebb gyerek is sikeresen valósítsa meg a feladatot, hisz ügyesebb társa mozgása segítheti őt. A mozgássor betanításakor érdemes először egyénileg dolgozni, a tanár mozdulatait tükörben utánozva, és csak ezt követően kipróbálni a gyakorlatot párokba rendeződve. Ennél a változatnál a mozdulatok nem feltétlenül a testritmus mozdulatait követik.

Az újonnan elsajátított ritmusértéket osztinátó jellegűen felhasználó párcserés, csoportos kreatív énekes-játék

Köríven párban, párcserével, vagy két koncentrikus körben - külső kör befelé, belső kifelé néz, így létrehozva a párokat - párcserével játszott játékok, melyben az osztinátó hangoztatása mellett a dal formai jellegzetességei is kiemelhetők.

Megjegyzés

A betanítás során itt is érdemes a fokozatosság elvét betartani. Azaz először a mozgássort egyénileg végeztetni, majd már párban, de még párcsere nélkül, és csak ezután kipróbálni a teljes, komplett verziót.


Testritmus alkalmazása

A testritmus rendszer kialakításának motivációja és a szisztéma bemutatása

Korábbi zenepedagógiai munkánkban, amely egyrészt gyökerezik saját gyermekkori énekórai, másrészt a tanárképzésben eltöltött tanulóévek során szerzett tapasztalatokban, a ritmushangoztatás többnyire tapsolással vagy tenyérrel, ceruzával való dobolással történt. És bár nem végeztünk erre irányuló kutatást, de az a sejtésünk, hogy a legtöbb magyar zenepedagógus munkájában ezen hangoztatási formák dominálnak a mai napig. Pedig annyi egyéb lehetőség lenne, és itt most a ritmushangszereket vagy egyéb, ritmus-hangoztatásra alkalmas eszközöket még nem is vesszük számításba, amelyekkel még izgalmasabbá és változatosabbá tehetnénk a ritmusgyakorlatokat, sőt koordinációs szempontból is új kihívást jelenthetnek a gyerekeknek, miközben általuk sokféle testérzeten keresztül tapasztalhatják meg a ritmusértékek egymáshoz való relációját.

Ezen felismerés nyomán saját tanári gyakorlatunkban a kutatás során folyamatosan arra törekedtünk, hogy minél változatosabb módon, sokféle mozdulatot használjunk a ritmussorok hangoztatására. Legegyszerűbbnek a különböző testrészek megérintései, vagy a csettintés, koppintás, dobbantás bizonyultak, de megpróbálkoztunk az eltérő hangszínt létrehozó tapsolásokkal (pl. kézhátak vagy kézhát és tenyér összeütése) és a ritmussorok kilépésével is, amely ennél a „kis” alsó tagozatos korosztálynál talán a legnehezebbnek tűnt.

Mindezek mellett modellünkben kísérletképpen egy új ritmus-hangoztatási rendszert is kidolgoztunk. Ez a „**testritmusnak**” elnevezett szisztéma kvázi mozgásos leképezése a hagyományos zeneoktatásban is alkalmazott ritmusnevek rendszerének, modellünkben együtt alkalmazzuk a két ritmusrendszert. Elgondolásunk lényege, hogy minden egyes ritmusértékhez egy állandó, egymásétól eltérő mozdulatot társítunk. Amennyiben lehetséges, akkor olyan mozdulatot, amely kinesztetikusán is érzékelteti az adott ritmusérték sajátosságát, például a félkottánál annak hosszú mivoltát vagy az egyedülálló nyolcadnál annak rövidegét. Hasonlóan a ritmusnevekhez, melyek alkalmazásának célja a pontosabb ritmus-megszólaltatás mellett a ritmus tudatos reprodukálása – hiszen amikor kimondjuk, hogy tá vagy titi, akkor egyben definiáljuk, hogy negyed érték vagy két nyolcad, amit éppen megszólaltatunk –, a testritmusnál is az a célunk, hogy általa tudatosá tegyük a ritmushangoztatást, csak ezúttal mozdulatok révén. Tehát, miután – kellő gyakorlást követően – a mozdulatok szorosan hozzákapcsolódnak a különböző ritmusértékekhez, a testritmus alkalmazásával a gyerekek a ritmusnevek kimondása nélkül is tudatosan definiálják a hangoztatott értékeket. Másrészt a tanár által testritmussal bemutatott ritmussor – a szolmizációs kézjelekhez hasonlóan – vizuális segítséget is nyújt a gyerekek számára a hallottak dekódolásához például ritmusvisszhanggyakorlat esetén. Fontosnak véljük kiemelni, hogy a tanulás során a gyerekek apránként és folyamatosan sajátítják el az egyes mozdulatokat, hiszen azok bemutatása az adott ritmusérték tanításával egyidejűleg történik. Ez lehetővé teszi azt is, hogy kellő idő álljon rendelkezésre a mozgás begyakorlására, automatizálására, mielőtt a következő ritmusérték és az ahhoz tartozó mozdulat tanítására sor kerülne. Tehát első osztályban először csak a tá és titi mozdulatát ismerik meg, és

ritmusérték	írás mód rövidítés gyakorlatleírásnál	testritmus mozdulat
negyed szünet	 vjb	mindkét kézzel a vállak megérintése

Szólj síp, szólj



Szólj, síp, szólj!



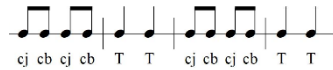
For - ró víz - be tesz - lek, on - nan is kí - vesz - lek.
Ke - rék a - lá tesz - lek, on - nan is kí - vesz - lek.




Szólj, síp, szólj!



T T T vjb




cj cb cj cb T T cj cb cj cb T T

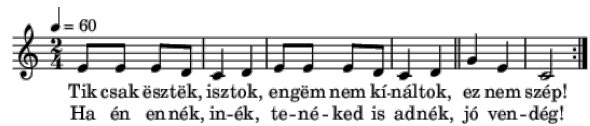


T T T vjb

[2. videópélda: Szólj síp, szólj](#)

ritmusérték	írás mód rövidítés gyakorlatleírásnál	testritmus mozdulat
félkotta	 Thf	jobb kézzel bal tenyérbe ütünk, majd a félkotta ideje alatt a jobb kezünkkel a bal karunkat vállig végigsimítjuk

Tik csak esztek, isztok

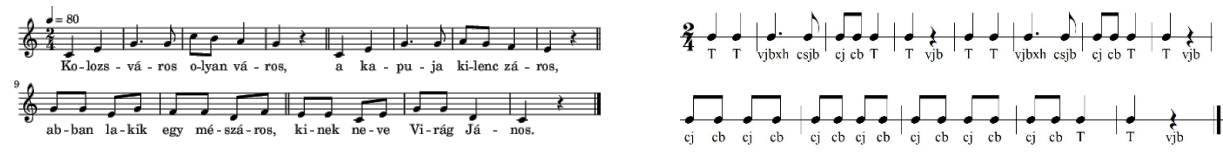





Tik csak esztek, isztok, engem nem kí-náltok, ez nem szép!
Ha én ennék, in-ék, te-né- ked is adnék, jó ven-dég!

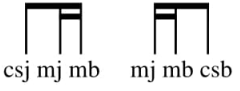


cj cb cj cb T T cj cb cj cb T T T T Thf

[3. videópélda: Tik csak esztek, isztok](#)

ritmusérték	írásmód rövidítés gyakorlatleírásnál	testritmus mozdulat
nyújtott ritmus	 vjb ^x h  csjb	karok keresztezett összefogása vállnál, majd simító mozdulattal mindkét kezet végig húzzuk lefelé a karunkon a pontozott negyed értéke alatt, végül a nyolcadot mindkét kézzel csettintjük
Kolozsváros olyan város		
		
8. videópélda: Kolozsváros olyan város		

ritmusérték	írásmód rövidítés gyakorlatleírásnál	testritmus mozdulat
éles ritmus	 csjb  kjb ^x h	mindkét kézzel csettintünk, majd karjainkkal keresztfogással megérintjük a könyökeinket és simító mozdulattal mindkét kezet végig húzzuk lefelé az alkarunkon a pontozott negyed értéke alatt
Megyen már a hajnalcsillag lefelé		
		
9. videópélda: Megyen már a hajnalcsillag lefelé		


ritmusérték	írásmód rövidítés gyakorlatleírásnál	testritmus mozdulat
nyolcad és két tizenhatod kombinációja		a nyolcad csettintése, majd a tizenhatodok alatt a mellkas ütögetése váltott kézzel (a képlet bármely kézzel indítható, a képen szereplő verzió csak egy lehetőség a sok közül)

Hídló végén

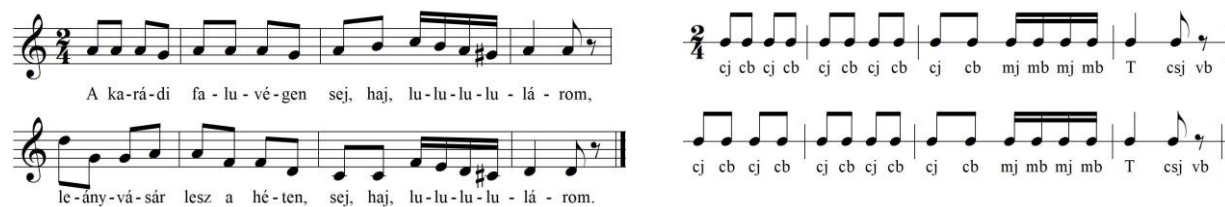
Allegro (gyorsan)



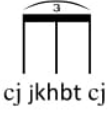
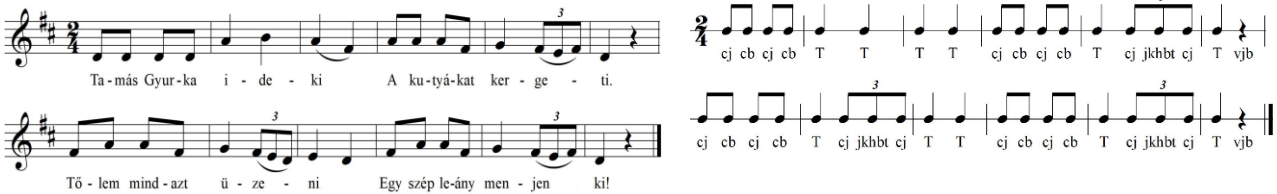
[10. videópélda: Hídló végén](#)

ritmusérték	írásmód rövidítés gyakorlatleírásnál	testritmus mozdulat
tizenhatodok		mellkas ütögetése váltott kézzel

A karádi faluvégén



[11. videópélda: A karádi faluvégén](#)

ritmusérték	írás mód rövidítés gyakorlatleírásnál	testritmus mozdulat
triola		<p>jobb tenyérrel a jobb combot érintjük, majd a jobb kézháttal megütjük az odatartott bal tenyerünket, végül ismét jobb kézzel megérintjük a jobb combunkat</p>
<p>Tamás Gyurka ideki</p> 		
<p>12. videópélda: Tamás Gyurka ideki</p>		

Tapasztalatok a testritmus tanórai alkalmazásáról

A kutatási időszak tapasztalatai alapján elmondhatjuk, hogy a testritmus alkalmazásának nagyon sok pozitív hozadéka volt. Egyrészt érzésünk szerint a gyerekek élvezték azt, hogy a tapsolást kiegészíti egy komplexebb mozgásforma. Úgy láttuk, motiváltabbak és koncentráltabbak voltak akkor, amikor testükön kellett megszólaltatni a ritmust. A testritmust tanítási gyakorlatunkban utóritmizálási, ritmusolvasási, ritmusvisszhang és ritmusosztinató gyakorlatokban alkalmaztuk az alábbi metódusok szerint.

Utóritmizálás alatt azt a zenei tevékenységet értjük, amikor egy korábban hallás után elsajátított dal ritmusát a tanulók kotta nélkül, csak hallási érzeteikre támaszkodva fejtenek meg. Először a dal ritmusát tapsolva szólaltatják meg, és ennek segítségével dekódolják a gyerekek a különböző ritmusértékeket, a megfelelő észlelést a helyes ritmus-gyakorlónevek kimondásával bizonyítva. Majd második lépésként társítják a testritmus-mozdulatokat, először ritmus-gyakorlóneves éneklés mellé, majd akár azt elvonva is.

Utóritmizálás általunk alkalmazott lépései:

1. dal szöveges éneklése emlékezetből és ritmusának tapsolása;
2. dal ritmus-gyakorlóneves éneklése emlékezetből és ritmusának tapsolása;
3. dal ritmus-gyakorlóneves éneklése emlékezetből és ritmusának testritmussal való hangoztatása.

Lehetséges további tevékenységek:

4. dal követése belső hallással és ritmusának testritmussal való hangoztatása;
5. dal éneklése szöveggel és ritmusának testritmussal való hangoztatása.

Ritmusolvasási feladatoknál a gyakorlatot kezdetben mindig a ritmussor gyakorlóneves elolvasásával indítottuk az egyenletes mérő puha hangoztatása mellett. Majd ezt követően olvastattuk el a sort úgy, hogy a gyakorlóneves olvasást már a testritmus mozdulataival társították a gyerekek. Csak zárólépésként alkalmaztuk azt a verziót, amelyben az olvasott ritmussort csak testritmussal szólaltatják meg. Természetesen, ahogy fejlődött a tanulók ritmikai készsége, úgy próbáltuk az olvasás megvalósítását nehezíteni az egyes lépések fokozatos elhagyásával, míg végül már a gyerekek bármilyen ritmus-gyakorlóneves előkészület nélkül képesek voltak az új ritmussort egyből testritmussal megszólaltatni.

Ritmusolvasási feladatok általunk alkalmazott lépései:

Adott új ritmusképlet gyakorlásának kezdő fázisában:

1. gyakorlóneves olvasás puha mérőzés mellett;
2. gyakorlóneves olvasás közben a testritmus-mozdulatok hangoztatása;
3. csak a testritmus-mozdulatok hangoztatása.

Adott új ritmusérték gyakorlásának középső fázisában:

1. gyakorlóneves olvasás közben a testritmus-mozdulatok hangoztatása;
2. csak a testritmus-mozdulatok hangoztatása.

Adott új ritmusérték gyakorlásának záró fázisában:

1. azonnal a testritmus-mozdulatok hangoztatása a gyakorlónevek hangos kimondása nélkül.

Ritmusvisszhang gyakorlat alatt azt a feladattípust értjük, amikor a gyerekek a tanár által hangoztatott ritmussorokat hallás után reprodukálják, és dekódozzák. Meglátásunk szerint alapfokú zeneoktatásban a pontos ritmikával és tempóval, szöveggel és ritmus-gyakorlónevekkel egyaránt énekelt dalok mellett ez a gyakorlattípus is nagyon hatékonyan fejleszti, és stabilizálja a tanulók ritmusérzékét. Munkánk során rendszeresen alkalmaztuk bármely újonnan elsajátított ritmusérték tanításának gyakorló periódusában. Eleinte a gyerekek kizárólag testritmussal hangoztatták a hallott és megfajított motívumokat, míg a tanári bemutatás kezdetben a testritmust alkalmazta – ezáltal a gyerekek kvázi „látták” is a ritmussort -, amelyet aztán átváltottunk csak hallási mintát biztosító bemutatási formákra, pl. bizonyos, akár hangszert utánzó szótaggal ('dű', 'tra' stb.) egy hangon énekelt vagy ritmushangszereken (tikfa, dob stb.) játszott bemutatásra. Később igyekeztünk a gyerekek visszhangozási eszköztárát is gazdagítani, így a testritmust váltogattuk a csak tapsolással, padon dobolással – ez utóbbit akár váltott kezekkel végezve – vagy lépegetve kijárással végzett formákkal.

Ritmusvisszhang gyakorlatok általunk alkalmazott lépései:

1. tanár testritmussal hangoztat, gyerekek testritmussal és a ritmus-gyakorlónevek mondásával visszhangozzák;
2. tanár ritmushangszereken vagy hangszert utánzó szótaggal énekelve hangoztat gyerekek testritmussal és a ritmusgyakorlónevek mondásával visszhangozzák;
3. tanár ritmushangszereken vagy hangszert utánzó szótaggal énekelve hangoztat, gyerekek testritmussal de a ritmusgyakorlónevek mondása nélkül visszhangozzák (itt a megfelelő testritmusmozdulat alkalmazásával bizonyítják a ritmusok helyes dekódolását);
4. tanár ritmushangszereken vagy hangszert utánzó szótaggal énekelve hangoztat, gyerekek tapsolással vagy padon dobolással vagy lépve kijárással és a gyakorlónevek hangos mondásával visszhangozzák.

Ritmus-osztinátóra épülő többszólamú gyakorlatokban vált be talán ez az új megközelítés leginkább a saját érzetünk szerint. A többfelé figyelés készségének fejlesztése okán a ritmus-osztinátókat nagyon sokszor úgy mutattuk be – már második osztálytól kezdve -, hogy nem egyszerűen felírtuk az adott ritmussort a táblára, amit aztán végig láttak a gyerekek a feladat során, hanem miközben ők énekeltek a kiválasztott dalt, a tanár mutatta a testritmust használva az osztinátót. Ezzel arra ösztönözve és nevelve a gyerekeket, hogy egyrészt éneklés közben tudatosan figyeljenek az együtt hangzó másik szólamra, másrészt azt a másik szólamot ne csak figyeljék, hanem memorizálják is. Mivel eltérő mozdulatokat láttak, így a memorizálás nem csak az auditív észlelésükre hatott – ahogy ez egy egyszerű tapsolásnál vagy bármilyen ritmushangszereken való megszólaltatásnál történne -, hanem a vizuálisra is. Sőt, mivel nem csak random módon helyeztük testünkre a ritmusértékeket, hanem a gyerekek által jól ismert testritmus-mozdulatokat használtuk, így az éneklés közben a tanár testéről kvázi le tudták olvasni a hangzó ritmussort. Azt figyeltük meg, hogy nagyon motiváltak voltak ezekben a gyakorlatokban. Voltak olyan gyerekek, akik először csak

a mozdulatot tudták visszaidézni, amit aztán második megszólaltatásra már ritmusnevekkel is képesek voltak társítani, ezáltal igazolva az adott ritmussor teljes értését. Míg természetesen akadtak olyan tanulók is, akik rögtön képesek voltak a mozdulatot és a hozzájuk tartozó gyakorlónevet bemutatni. Örömmel tapasztaltuk, hogy az így bemutatott és elsajátított osztinátókat még az alaptantervű képzésben részt vevő gyerekek is képesek voltak meglepően hamar és jól együtt hangoztatni saját énekükkel, azaz multitasking jellegű feladatot teljesítettek.

Ritmoszstinátó gyakorlatok általunk alkalmazott lépései:

1. gyerekek éneklik a jól ismert dalt emlékezetből, miközben a tanár testritmussal hangoztatja az osztinátót;
2. a gyerekek közösen vagy egyénileg bemutatják a megfigyelt osztinátót testritmussal (a tudatos rögzítés végett akár ritmus-gyakorlóneveket is hozzámondva);
3. a gyerekek hangoztatják testritmussal az osztinátót, miközben a tanár éneklie a dalt;
4. a gyerekek éneklie a dalt, és hangoztatják az osztinátót testritmussal (érdeemes az osztinátó hangoztatásával indítani és csak annak második vagy harmadik ismétlődésénél elkezdene az éneklést).

Lehetséges egyéb lépések:

5. az osztály egyik fele éneklie a dalt, miközben a másik az osztinátót hangoztatja testritmussal, majd megcserélik a szerepeket.

Fontosnak véljük hangsúlyozni, hogy bár a testritmus, ahogy korábban kifejtettük, nagyon sok pozitív hozadékkal bír, de alkalmazását nem érdemes kizárólagosnak tekinteni. Alapvető módszertani célnak azt gondoljuk, hogy a gyerekek a ritmushangoztatás során minél gazdagabb fizikális tapasztalatokat szerezzenek, amelynek egyik lehetőségét a testritmus rendszere jelentheti. De nagyon lekorlátozná a későbbi lehetőségeket, ha csak ezzel a hangoztatási formával ismerkednének meg a tanulók tanulmányaik alapozó időszakában.

Új dallamhang, dallami reláció tanítása

Új dallamhang, dallami reláció tanításának előkészítő szakaszában az első módszertani célunk, hogy megfelelő számú zenei példát sajátítsanak el a gyerekek hallás után az új dallamelemmel, majd ezeket a dalokat minél többször szólaltassák meg megfelelő intonációval. Az ismétlődő éneklések lehetőségét nagy mértékben segíthetik a társított játékok, legyen szó népi gyermekjátékról vagy kreatív énekes-játékról. Ez utóbbiaknál nagyon fontos, hogy a kapcsolódó mozgás minél egyszerűbb legyen, ne vonja el a tanulók figyelmét az éneklésről. Ilyen céllal jól alkalmazható lehet például a formaérzék fejlesztésénél bemutatott postás-játék típus vagy a metrumérzék fejlesztéséhez alkalmazott eszközadogató játékok bármelyike.

Az előkészítés következő meghatározó tevékenysége az új dallamhanggal bíró dalok dallamjárásának kinesztetikus és vizuális megjelenítése éneklés közben, majd amikor ez már biztosan megy, akkor a dallam „titok-hangos” (azaz az új, még ismeretlen dallamhangot csak hűmmögve megszólaltató) szolmizáló éneklése, melynek révén a gyerekek a dallamjárás mutatásának segítségével saját hallási észlelésükre támaszkodva figyelik meg az új dallamhang és a korábban már megtanult dallamhangok viszonyát. Ezen módszertani célt szem előtt tartva az előkészítés során olyan kreatív énekes-játékokat is alkalmaztunk, melyekben a mozgás az énekelt dal dallamjárását követi.

ELŐKÉSZÍTÉS SZAKASZA – DALLAMKÉSZSÉG FEJLESZTÉSE

Dallamjárást végig pontosan követő, egyénileg végezhető kreatív énekes-játék

Szöveges daléneklés közben a testünk előtt két kézzel egyszerre, vertikálisan mutatjuk a dallamjárását.

Dallamjárást végig pontosan követő, egyénileg végezhető kreatív énekes-játék – 2. változat

Szöveges daléneklés közben a testünkön váltott kézzel, horizontálisan mutatjuk a dallamrajzot és az oldalváltás által az összetartozó formaegységeket.

Megjegyzés

Eleinte a tanár is mutatja az osztállyal szemben állva a dallamjárást, de érdemes ezt a mankóként szolgáló modellt minél hamarabb elhagyni, és a gyerekeket arra ösztönözni, hogy valóban saját hallási észlelésükre támaszkodva találják meg a dallamrajzot. Mivel általános, hogy – különösen alaptantervű osztályban – nagyon sokféle képességű gyerekekkel dolgozunk egyidejűleg, így sokszor ezt a 'tanári minta elvevést' úgy oldottuk meg, hogy a gyerekeket arra bátorítottuk, csukott szemmel végezzék a feladatot. Ezzel az egyszerű technikával a már magabiztosabb gyerekek egyedül tudták kivitelezni a feladatot, míg aki bizonytalanabb volt, az továbbra is követhette a tanári mintát.

Dallamjárást végig pontosan követő, a dallamhangokhoz egyedi mozdulatot társító, egyénileg végezhető kreatív énekes-játék

Az adott dal hangkészletének minden egyes hangjához egy-egy mozdulatot társítunk úgy, hogy a mozdulatok iránya és távolsága lehetőleg a hangköz-relációkat jelenítse meg. Például a dó-hangnál mindig összefonjuk a karunkat a mellkasunk előtt, a ré-nél megérintjük a vállainkat, a mi-nél a fejtetőnket. Szöveges éneklés közben ezen mozdulatokkal kísérjük a dalt.

Megjegyzés

A mozgássort itt is tanári mintát utánozva sajátítják el a gyerekek, majd természetesen egyre inkább buzdítjuk őket arra, hogy már e nélkül végezzék azt. A mozdulatok szabadon társíthatóak a dallamhangokhoz, tehát míg az egyik dalban a dó-hangot a mellkasunk előtt összefont karral jelenítjük meg (ld. előző példa a dó-ré-mi hangkészlettel), addig egy másik dalban lehet, hogy a dó-t a csípőnk megérintésével jelezzük (pl. egy szó-mi-dó hangkészletű dal esetén: szó=fejtető érintése, mi=vállak érintése, dó=csípő érintése).

Dallamjárást végig pontosan követő, párban végezhető kreatív énekes-játék

Szöveges daléneklés közben olyan mozgássort végzünk, amely alapvetően az énekelt dal ritmusát követi, de amelyben a mozdulatok – összetapsolás, testrész-megérintés, csettintés stb. – a dallamrajzot, azaz a vonatkozó hangköz-relációkat is kifejezik.

Megjegyzés

Ahogy általában a párban vagy csoportban végezhető játékoknál, érdemes a mozgássort először egyénileg kipróbálni a tanári bemutatást követve, majd, ha így már jól megy, akkor áttérni a páros változatra.

Dallamjárást és dalritmust együttesen, vizuálisan kifejező kiscsoportos gyakorlat

A ritmistanítás során már alkalmazott előkészítő gyakorlat tovább gondolt változata (ld. *dalritmust és mérőt együttesen kifejező, kiscsoportos gyakorlat*). Egy tanult dal motívumának ritmusát állja ki a kiválasztott négy gyerek - minden gyerek a mérőt, felemelt karjaik száma pedig a ritmust fejezi ki -, majd testhelyzetükkel - állás, guggolás, nyújtózkodás - a dallamrajzot is megjelenítik.

Megjegyzés

Ezzel a gyakorlattal nagyon jól és a gyerekek számára játékos módon szemléltethető a zeneoktatásunk első évében tanítandó hangkészletek (szó-mi; lá-szó-m; esetleg szó-mi-dó és m-r-d;) hangjai között lévő hangközreláció (szekund, azaz lépés vagy terc, azaz ugrás).

Az újonnan elsajátított dallamhang, dallami reláció gyakorló periódusában módszertanilag már inkább az a célunk, hogy a kitalált játék által lehetőséget teremtsünk az adott dal sokszori és élvezetes éneklésére akár szolmizálva is, vagy, hogy az újonnan elsajátított dallamhang megjelenését figyeltessük meg a dalban, és a mozdulat által meg is jelenítsük azt. Ebben a szakaszban is alkalmazhatunk olyan játékokat, melyek nem kizárólagosan a dallami tudatosság fejlesztését célozzák, de egyszerű mozgásrendszerük révén jól beválhatnak a tanult dalok szolmizáló éneklésének gyakorlására. Például a korábban már említett, alapvetően a formaérvék fejlesztését szolgáló postás-játék típus vagy a metrumérvék fejlesztéséhez alkalmazott eszközadogató játékok. Ezeket külön nem tüntetjük fel a következő táblázatban.

GYAKORLÁS SZAKASZA – DALLAMKÉSZSÉG FEJLESZTÉSE

Dallamjárást és mérőt ötvöző, párcserés, csoportos kreatív énekes-játékok

Daléneklés közben a gyerekek olyan koreográfiát végeznek, amely a dal formáját párcserével vagy irányváltással kiemeli, és amelynek egyes szakaszai a dallamjárást jelenítik meg, míg mások a mérőt érzékeltetik.

Megjegyzés

Ahogy általában a párban vagy csoportban végezhető játékoknál, érdemes a mozgássort először egyénileg kipróbálni a tanári bemutatást követve, majd, ha így már jól megy, akkor áttérni a csoportos változatra.

Az új dallamhangot mozdulattal vagy eszköz átadással jelző csoportos kreatív énekes-játék

A gyerekek körben állnak, és daléneklés közben akkor tapsolnak, vagy akkor adják tovább a labdát, amikor az újonnan elsajátított dallamhang szerepel a dalban.

Megjegyzés

Ez a gyakorlat remekül rávezeti a gyerekeket arra, hogy a zenében előre gondolkodjanak, hiszen ahhoz, hogy a megfelelő ponton adják tovább a labdát az kell, hogy figyelmükkel ne csupán ott „járjanak”, ahol a dal éppen tart, hanem már egy picit előrébb. A játék természetesen egyszerűbb, ha szolmizálva éneklük a dalt, de érdemes később dúdolással vagy szöveges énekléssel is kipróbálni.

Többszólamú készség fejlesztése

Kodály írásaiban több helyen is olvashatunk a többszólamúságra nevelés fontosságáról. Álljon itt most három rövid idézet ezekből válogatva:

„A kétszólamúságot erőteljesen szorgalmazzuk.”

(Kodály Zoltán: *Utam a zenéhez. Öt beszélgetés Lutz Besch-sel* – 1964-1966) ³

„Semmi akadályát nem látom, hogy már a harmadik, helyenkint a második elemiben, még a hangjegyismeret előtt, kézjelekkel vagy szolmizáló nevekkel megkezdjük a kétszólamúság első gyakorlatait.”

(Kodály Zoltán: *Énekeljünk tisztán! Előszó* – 1941) ⁴

„[...] többszólamú zenét teljesen befogadni csak úgy képes fülünk, ha megtanulunk egy szólamot önállóan, hangszeres támogatás nélkül énekelni úgy, hogy egy másikra figyelünk.”

(Kodály Zoltán: *A következő lépés* – 1949) ⁵

Mindezek ismeretében nem meglepő, hogy a Kodály felkérésére és támogatásával Ádám Jenő által összeállított első ének-zene tankönyvsorozat (1948-1949), az *Énekes könyv* – amely meglátásunk szerint a mai napig releváns és jól használható sorozat -, már az első osztálytól kezdve használ egyszerű többszólamú gyakorlatokat, melyek mennyisége és összetettsége a harmadik osztálytól kezdve erőteljesen megnő, és dominál. Mindez azt a meggyőződést erősíti bennünk, hogy a többszólamúságra nevelésnek nem csak az emelt szintű vagy zenetagozatos képzésben van helye és meghatározó szerepe, de az általános tantervű zeneoktatásban is. És bár egyértelmű, hogy Kodály alapvetően az énekes többszólamúság fejlesztésének fontosságát tekinti prioritásnak, de meglátásunk szerint a zenei képzés során ugyanúgy helye van a „multitasking”, azaz a megosztott figyelem fejlesztésének, mint a ritmikai többszólamúságnak. Tapasztalatunk és meggyőződésünk, hogy az énekes többszólamúság fejlesztésének és egyben a tiszta intonációra nevelésnek a legjobb stúdiuma az, amit Kodály és Ádám kidolgozott, és ajánl, nevezetesen, hogy énekeljük jól ismert dalokat egy kitartott hanghoz; odafigyelő, egymást hallgató környezetben énekeljünk egyszerű hangközmeneteket kézjelekről szólamcserével; énekeljünk egyszerű kánonokat, quodlibeteket stb.

Mindezeket a gyakorlatokat mi magunk is rendszeresen alkalmazzuk a kutatásban résztvevő osztályainkkal, miközben azt is igyekeztünk kitapasztalni, vajon a mozgás társítható-e a többszólamú készség fejlesztésében, és ha igen, milyen módon. Nem meglepő, hogy elsősorban a ritmikai többszólamúságban és a megosztott figyelem készségét célzó gyakorlatokban találtuk meg a helyét a mozgás használatának. De munkánk során azt is megtapasztaltuk, hogy az énekes többszólamúság területén kezdetben éppúgy, ha egyszerű formában is, de segítő lehet a mozgás alkalmazása.

A következőkben álljanak itt az alkalmazott gyakorlattípusok leírásai, azonban az eddigiektől eltérő módon, most nem a tanítási szekvencia alapján besorolva őket, hanem a célzott „többszólamúsági terület” szerint.

³ Kodály Z. (1989). *Visszatekintés III.* Zeneműkiadó Vállalat, Budapest. 560.

⁴ Kodály Z. (1964). *Visszatekintés I.* Zeneműkiadó Vállalat, Budapest. 84.

⁵ Kodály Z. (1964). *Visszatekintés I.* Zeneműkiadó Vállalat, Budapest. 218.

RITMIKAI TÖBBSZÓLAMÚSÁG

Két ismert dal ritmusának hangoztatása egyidejűleg

Két, korábban megtanult, azaz már nagyon jól ismert dal ritmusa szerepel egymás alá írva a táblán. Az osztály egyik fele a felső, míg másik fele az alsó dal ritmusát hangoztatja test-ritmussal.

Megjegyzés

Ez a típusú gyakorlat – azaz, hogy tanult dalok ritmusát hangoztassák a gyerekek egyidejűleg – igen sokszor szerepel az Ádám-Kodály tankönyvsorozat 2. osztályában, míg tapasztalatunk szerint a mai gyakorlatban kevésbé jellemző. Meglátásunk szerint a testritmus alkalmazásával a gyerekek megbízhatóbban képesek végig megtartani a saját szólamukat. Természetesen a gyakorlatot a szólamok külön-külön történő elolvasásával kezdjük, ezt követi a kétszólamú megvalósítás, majd a szólamcserével való hangoztatás. Nagyon hasznos a csoportban végzett előadás után szólópárokban is kipróbálni a gyakorlatot.

Fontosnak véljük kiemelni, hogy bár a kétszólamú ritmushangoztatást testritmus alkalmazásával kezdjük, de ahogy a gyerekek egyre tapasztaltabbakká és ügyesebbé válnak az ilyen típusú feladatokban – azaz már érezhetően nem okoz nehézséget a saját szólam megtartása -, úgy kezdjük el nehezíteni a gyakorlatot azáltal, hogy elvonjuk a testritmust és helyette már csak tapsolást, padon dobolást vagy ritmushangszereket használunk.

Kétszólamú ritmusgyakorlat (ismeretlen, de tanult dalhoz köthető ritmussorokkal)

Egy kétszólamú ritmusgyakorlatot szólaltatnak meg a gyerekek testritmussal. Az osztály egyik fele a felső, míg másik fele az alsó szólamot hangoztatja.

Megjegyzés

Ennél a gyakorlatnál is az imént ismertetett lépéseket követjük, tehát először a szólamokat külön hangoztatjuk testritmussal, és csak ezt követően próbáljuk ki két szólamban. Ha testritmussal ügyesen megvalósították a gyerekek a gyakorlatot, akkor megpróbáljuk más hangoztatási módokon is (ritmushangszerek, tapsolás, dobolás, ceruzával kopogás stb.).

Ritmososztinátó testritmussal, egyéni vagy páros gyakorlat

A gyakorlat párban végzett verziójában a páros egyik tagja a dalt énekli, míg a másik testritmussal hangoztatja a „makacs-ritmust”. A másik, fejlesztőbb, egyéni változatban minden gyerek maga énekli a dalt, és hangoztatja hozzá az osztinátót testritmussal.

Megjegyzés

Ahogy korábban, a testritmus rendszerének ismertetésekor bemutattuk, a testritmus alkalmazása nagyon jól beválk ritmososztinátó alkalmazásakor. A megfigyelt előnyökről és az alkalmazás lehetséges lépéseiről a testritmust bemutató részben lehet bővebben olvasni.

Ritmososztinátóra épülő, csoportosan végzett kreatív énekes-játékok

Daléneklés közben a gyerekek egy ritmososztinátót követő és általában párcserét is alkalmazó koreográfiát végeznek, többnyire körformában. A mozdulatok nem, vagy nem feltétlen a testritmus-mozdulatokat követik. A mozgássor egyaránt tartalmaz lépéseket és kézzel kivitelezett mozdulatokat.

Megjegyzés

Bármely újonnan elsajátított ritmusképlet gyakorlásánál – de akár dallamhang esetén is – jól alkalmazható. Tapasztalatunk az, hogy a gyerekek leginkább a pár-elhagyós koreográfiákat kedvelik, így érdemes az osztinátót úgy kigondolni, hogy erre lehetőség legyen. Szintén fokozza az élményt, ha az osztinátó hangoztatása során a gyerekek között interakciók is létrejönnek, tehát összetapsolásokkal, kézfogásokkal bátran színesíthetjük a mozgássort. Természetesen kezdetben szerencsés, ha az osztinátó terjedelme megegyezik az énekelt dal sorainak terjedelmével. Később azonban a kihívást akár az is jelentheti, hogy a dallamsor és a ritmussor terjedelme eltér (pl. 2 ütemes dallamsorokhoz 3 ütemes osztinátót hangoztatunk).

Dal és annak ritmusa kánonban testritmussal

A gyerekek két körben állnak, az első körben állók éneklik a dalt, míg a másik körben állók kánonban hangoztatják a dal ritmusát testritmussal.

Megjegyzés

A gyakorlat célja, hogy kottakép követése nélkül szólaltassák meg a gyerekek a kánont. Először a dalt érdemes ritmusnevekkel énekelteni miközben már hangoztatják a testritmust is. Majd a következő ismétlésnél már csak a testritmus marad, a dallamot belső hallással követik. Ezután

meg lehet próbálni tanári dalénekléshez hozzátenni a testritmusos kánon-szólamot. Végül az osztály két szólamban szólaltathatja meg a kánont. A körformát azért választottuk, mert ott a két szólam bár egymás mellett áll, de a körnek köszönhetően az azonos szólamot vivő gyerekek látják egymást, így mintegy vezetik is egymás tevékenységét. Természetesen, ha az osztálynak ügyesen megy a feladat, akkor a körformát el is lehet hagyni.

Daléneklés közben attól eltérő ritmussor hangoztatása testritmussal

A gyerekek egy jól ismert dalt énekelnek szöveggel, miközben a tábláról testritmussal hangoztatva olvasnak egy ugyanolyan terjedelmű, de attól eltérő ritmussort.

Megjegyzés

Ez a gyakorlat ismét a megosztott figyelem készségét fejleszti. Először a két szólamot külön-külön próbáljuk ki, tehát a gyerekek közösen eléneklik a dalt, majd testritmussal elolvassák a táblára felírt, azonos terjedelmű ritmussort. Természetesen itt, mivel ismeretlen ritmussorról van szó, ha az osztály készsége ezt szükségessé teszi, akkor először a ritmusneveket is mondják a testritmusos hangoztatás mellé, majd csak ismétléskor szólaltatják meg azt csupán a mozdulatok által. Bár a gyakorlat célja az egyéni megvalósítás, de ha szükséges, akkor egy, ezt megelőző lépésben a két szólamot csoportbontással, majd szólamcserével is meg lehet próbálni. Azonban saját tapasztalatunk az, hogy a testritmusnak köszönhetően nem igazán van szükség erre a köztes lépésre.

Az énekelt dal és annak ellenritmusára épülő csoportos, párcserés kreatív énekes-játékok

A gyerekek kör vagy oszlop alakzatban egy olyan párcserélő koreográfiát végeznek, melynek ritmusa az énekelt dal ritmusának ellentétére épül (azaz amikor a dalban negyed érték szerepel, akkor a mozdulatok nyolcadokat követnek, és fordítva).

Megjegyzés

Ilyen típusú gyakorlatot olyan dalokkal lehet játszani, melyek ritmusa negyedekből és páros nyolcadokból áll. A betanításnál először érdemes a dalt ritmusnevekkel énekelteni, miközben a tanár már helyben mutatja a leendő mozdulatokat, a gyerekeknek pedig fel kell ismerni a ritmikai összefüggést. Ezután tanácsos magát a mozgást kipróbálni egyénileg, majd hozzátéve az éneklést, s amikor így már jól megy, akkor kipróbálni a végső, csoportos változatot.

Quodlibet éneklését segítő, két körben végzett csoportos kreatív énekes-játék

A gyerekek két jól elkülönülő csoportban állnak, például két körben, és két jól ismert dalt énekelnek egyidejűleg. A dalénekléshez olyan egyszerű, a mérőt, a dalritmust vagy a dallamjárást követő mozgást társítanak, ami nem vonja el figyelmüket a daléneklésről, de egyaránt segíti őket saját szólamuk megtartásában, csakúgy, mint a pontos tempótartásban.

Megjegyzés

Mivel a gyakorlat lényege, hogy két különböző dalt énekelnek a gyerekek szimultán, így fontos, hogy a dalokhoz társított mozdulatok is eltérőek legyenek, ezáltal érzékeltetve vizuálisan is, hogy két eltérő zenei anyag együtthangzásáról van szó. A mozgás ennél a gyakorlatnál mindenképpen a saját szólam megtartását és a biztos tempótartást hivatott támogatni – tehát ez esetben nem az egyéni osztott figyelem képességének fejlesztése a cél –, így a gyerekek számára legkönnyebben kivitelezhető mozdulatokat érdemes alkalmazni. Tapasztalatunk, hogy a körben dallamegységenként befelé, majd hátrafelé lépkedés, vagy a köríven való, dallamegységenként irányt váltó járás szinte minden gyerek számára, különösebb nehézség nélkül megvalósítható. Esetleg az adott dal ritmikai sajátosságait is figyelembe véve ezekhez a lépegető mozdulatokhoz, vagy ezeket váltva, egyszerű tapsolós mozgást is lehet társítani. Például a dallamsorokat lezáró titi Tá ritmusképletet megszólaltatni úgy, hogy a nyolcadokat tapsolják, míg a negyeden oldalirányban összeütik a tenyereiket a mellettük álló társaikkal stb.

A betanításnál természetesen először az egész osztály kipróbálja minkét dalt és a hozzá tartozó koreográfiát, majd ezután két csoportba rendeződve indulhat a quodlibet. Ha esetleg nehézséget okoz a két dal együttes indítása, akkor érdemes csak az egyik dalt elkezdeni, majd, amikor az másodszor indul előlről, akkor beléptetni a második csoportot.

Kánon megszólaltatását segítő, egyszerű mozgást alkalmazó csoportos kreatív énekes-játékok

A gyerekek két körben állnak, egy jól ismert dalt énekelnek kánonban, és az éneklésükhöz olyan, egyszerű, mérőt követő mozgást társítanak, ami segíti őket mind szólamuk, mind a tempó pontos megtartásában. A két kör ugyanazt a mozgássort végzi kánonban. Az első kör elkezd a daléneklést és a hozzá társított mozgást, majd a megfelelő helyen a másik körben állók kánonban belépnek, és a daléneklés közben ők is elkezdik ugyanazt a mozgássort.

Megjegyzés

Miután a gyakorlat célja a kánonszerkezet megismerése, így fontos, hogy ez ne csak hallási, de fizikális és egyben vizuális példában is megtapasztalhatóvá váljon a gyerekek számára. A mozgás összetettségének tekintetében a quodlibet-nél leírtakat ajánljuk itt is szem előtt tartani, azaz

érdeemes minél egyszerűbb, végig a mérőt követő és csak a lépkedés vagy tapsolás irányát változtató koreográfiákkal dolgozni.

A gyakorlatot közösen indítsuk, amikor a gyerekek egy nagy körben állva éneklék a dalt, és végzik az egyszerű mozgást. Majd ugyanezt tanácsos már két kisebb körben, egymás mellett állva is kipróbálni. Ha így is jól sikerült, akkor következhet a kánon. Ügyesebb osztályoknál előbb-utóbb ki lehet azt is próbálni, hogy a két kört összeolvasztjuk oly módon, hogy minden első körbe (szólamba) tartozó gyerek mellé egy-egy második körbe (szólamba) tartozó gyerek áll. Számokkal leírva: 121212121212 stb. (1=első kör; 2=második kör). Ha a mozgás gerincét a körben befelé és hátrafelé lépkedés alkotja, akkor ez az összeolvasztott verzió nagyon szépen kirajzolja a két szólam eltérő időben haladó, de azonos mozgását, miközben remekül fejleszti a gyerekek zenei hallását, magabiztosságát és önállóságát – hisz most már közvetlen közletről nem a saját szólamukat hallják.

Kánon éneklését kiegészítő, mozdulat-improvizációra építő egyéni vagy kiscsoportos kreatív énekes-játék

A gyerekek egyénileg vagy kis csoportban mozdulatokat találnak ki a kánondallamhoz. Ez a mozgás követheti a mérőt, vagy akár teljesen szabad mozdulat is lehet, ami a gyerekek érzete szerint illik a dalhoz. Ezután a kis csoport (vagy szólista) egy hasonló létszámú csoporttal szemben állva elkezd énekelni a dalt és mutatni a kigondolt mozdulatokat, amiket a szemben álló másik csoport kánonban utánoz, miközben természetesen kánonban belépve ők is éneklék a dalt.

Megjegyzés

Tapasztalatunk szerint érdemes ennél a játéknál eleinte kiscsoportban dolgozni. A gyerekek nagyon élvezik a közös mozdulat-kitalálást, majd annak bemutatását. Ugyan a végső cél az lenne, hogy előzetes bemutatás nélkül, rögtön a kánonozással ismerjék meg a többiek a mozdulatsort – hisz ekkor fejlődik leginkább az osztott figyelem és a memória –, de természetesen olyan verzió is elképzelhető, amikor először a csoport egyedül bemutatja a kitalált mozgást – természetesen dalénekléssel együtt –, majd ezt követően társul hozzájuk az őket kánonban követő második csoport.

Irányított zenehallgatás egyszerű mozdulatok integrálásával

„Az aktivitás és passzivitás, vagyis a zene előadása és hallgatása között a megfelelő egyensúlyt az egészséges zenei élet biztosítja. Próbáljuk megtanítani az embereket arra, hogy mindkettőt helyesen műveljék. Meglehetősen céltalan dolognak tartom, hogy zeneileg képzetlen embereket szimfonikus koncertekkel túlhalmozzanak.”

(Kodály Zoltán: *A komoly zene népszerűsítése* – 1946)⁶

„Hiába rendeznek ifjúsági hangversenyeket, ha nem tanítják meg az ifjúságot hallani.”

(Kodály Zoltán: *Nyílt levél a pénzügyminiszterhez* -1962)⁷

A fenti két idézet azon kevés Kodály-útmutatás közül való, amelyek, ha érintőlegesen is, de utalást tesznek a zenehallgatásról. És bár tudjuk, hogy Kodály koncepciójának origója az éneklésen keresztüli, aktív zenei reprodukció és befogadás, de kétségtelen, hogy zenepedagógiai munkásságának egyik célkitűzése egy olyan magyar zenekultúra megteremtése, amelyben a közönség igényli az értékes zenét, nyitott a magyar és a világirodalom remekei iránt. Talán fogalmazhatnánk úgy is, hitte, hogy az iskola az aktív részvételt jelentő, vokális alapú zeneoktatáson keresztül képes kinevelni azt a széles hangverseny-látogató közönséget, amely értő befogadója lesz a világhírű magyar zenészképzés nevelte muzsikuskok magasszínvonalú koncertjeinek.

Az 1948/1949-ben megjelent tankönyvcsalád, az Ádám Jenő és Kodály Zoltán jegyezte *Énekes könyv* sorozat mint az első, a kodályi koncepción alapuló módszert követő tankönyv még egyáltalán nem tartalmaz zenehallgatási feladatokat, benne még csak utalást sem találunk erre. Magyarországon az 1962-es Tanterv és utasítás vezette be az általános iskolai énekórákra a zenehallgatást és ettől kezdve már minden tantervben szerepel, mint az ének-zene órák egyik fontos tevékenysége, de sosem homályosítva el az éneklés és általa az aktív részvétel meghatározó vezető szerepét.

Meglátásunk szerint a zenehallgatás majd hat évtizedes énekórai bevezetése óta az elkötelezett zenepedagógus kollégák rendre keresik azokat a technikákat és módszereket, melyekkel zenehallgatás során a gyerekeket nem passzív, hanem aktív befogadójává tudják tenni a választott remekműveknek. A jól bevált és sokak által rendszeresen alkalmazott metódusok – gondolhatunk itt akár Dobszay László vagy Kokas Klára által kidolgozott zenehallgatási megközelítésekre, hogy két teljesen különböző szemléletet említsünk –, közös vonása az ismétlődő hallgatás. Azaz ugyanazon részlet vagy zenemű többszöri meghallgatása és az ismétlődés által újabb és újabb zenei észlelések megtétele akár irányítottan, akár ösztönösen. De már a zenehallgatás 60-as évekbeli bevezetésekor is megfogalmazódott az igény a választott zeneművek ismétlődő hallgatására, nem véletlenül. Hisz mindannyian megtapasztalhattuk már azt a pszichológiai jelenséget, hogy minél többször hallgatunk meg valamit, annál ismerősebbé válik, s minél inkább ismerős valami, annál szívesebben hallgatjuk újra, meg újra. Saját, nem kutatáson alapuló megfigyelésünk, hogy ez az ismétlődő zenehallgatásra törekvő megközelítés sajnos kevés énekzenetanár munkájában valósul meg. Általánosabbnak tűnik az a gyakorlat, amely a választott zenei szemelvény egyszeri, kvázi illusztrációként történő meghallgatását célozza. Bár természetesen ez is hordozhat maradandó élményt, és jól kiegészítheti a remélhetőleg tartós zenetörténeti ismereteket

– különösen felső tagozaton -, de érzésünk szerint kicsi az esélye, hogy olyan mély nyomot hagyjon a tanulóknak, amely majd a hallott mű újbóli, akár otthoni vagy hangversenyen való meghallgatására ösztönöznék őket.

Valljuk – és ezt a NAT előírásai is alátámasztják -, hogy a nyitott és figyelő befogadói attitűd kialakításának, valamint az értő zenehallgatásra nevelésnek már első osztályban el kell kezdődnie, és ezen készségek fejlesztése során elsődleges pedagógiai cél az örömteli és élményt nyújtó tevékenységek megteremtése kell, hogy legyen. Mindezeket szem előtt tartva a kutatás során arra kerestük a választ, hogy az ismétlődésre jó lehetőséget adó irányított zenehallgatás, melynek során megadott szempontok mentén, azokat megfigyelve hallgattatjuk újra és újra az adott zenei részletet, hogyan egészíthető ki mozdulatokkal, esetleg mozgáskoreográfiákkal.

Az ötlet, hogy egyszerű, az adott zene valamely sajátosságát követő és kifejező mozdulatokat társítsunk a zenehallgatáshoz, az ELTE TÓK zenei munkacsoportjának műhelyéből származik. Bánki Veronika, Dr. Kismartony Katalin és Mihalovics Csilla már több éve alkalmazza ezt a zenehallgatási megközelítést az alsó tagozatos korosztálynál, hisz ők is felismerték, hogy ez a korcsoport ösztönösen mozgással reagál a hallgatott zenére, számukra az általában elvárt csendes, figyelő zenehallgatási magatartás meglehetősen idegen és absztrakt tevékenység. Munkájukat megismerve, abból inspirálódva kezdtük mi magunk is mozgással társítani a zenehallgatási óraegységeinket. Néhány esetben a tőlük látott gyakorlatot valósítottuk meg (ezeket az Oktatási segédanyagban külön jelezzük is), de többségében mi magunk találtuk ki a feladatokat.

Gyakorlatainkban a mozdulatok mindig a hallgatott zene valamely „összetevőjét” követik, vagy jelenítik meg. A kutatás kezdetén elképzelésünk az volt, hogy eleinte ezeket a mozdulatokat a tanár kezdeményezi, tehát az ő mozgását követik a gyerekek, majd ráérezve erre a kiválasztott zenei jelenségre az ismétlődő hallgatások során a gyerekek maguk találják ki az adott zenei jelenséget jól leíró vagy követő mozdulatokat. Kezdeti terveink között olyan mozgásos gyakorlat is szerepelt, melyben tanári minta egyáltalán nem szerepel, a gyerekek az első, ismerkedő meghallgatás után azonnal, egyénileg kezdenek el mozogni az előre megadott zenei aspektus szerint. Habár munkánk során bizonyos mértékig sikerült ezen elképzeléseket megvalósítani, de sajnós azt is meg kellett tapasztalnunk, hogy a viszonylag nagy – 30 fős – osztálylétszám nem igazán kedvez ezeknek az egyéni mozdulat-improvizációknak. Nem véletlen, hogy az ELTE TÓK szakemberei gyakorlataikat úgynevezett zenehallgatási foglalkozások során, csak fél osztály jelenlétével valósították meg. Be kell látni, hogy a tér, a rendelkezésre álló időkeret és tanári figyelem behatárolja, mekkora az a gyereklétszám, ami még lehetővé teszi a gyakorlat sikeres megvalósítását. Mindez nem jelenti azt, hogy a mozgás integrálása lehetetlen lenne, csupán azt jelzi, amennyiben a csoportbontás nem megvalósítható, úgy egyes tanári óraszervezés szükséges a gyerekek egyéni ötleteire építő gyakorlatok kivitelezéséhez. Ennek hiányában a társított mozgás inkább csak előre kigondolt, természetesen a gyerekek javaslatait is beépítő koreográfia mentén kivitelezhető, ami persze nem von le az értékéből, de könnyen belátható, hogy hatékonyságát, élményszerűségét tekintve elmarad a gyerekek kreativitását, önkifejezését jobban aktiváló és kiaknázó egyéni improvizációktól.

⁶ Kodály Z. (1964). Visszatekintés I. Zeneműkiadó Vállalat, Budapest. 198.

⁷ Kodály Z. (1964). Visszatekintés I. Zeneműkiadó Vállalat, Budapest. 337.

A mozgással társított zenehallgatási gyakorlatok közös didaktikai lépései

Minden zenehallgatási gyakorlat a kiválasztott szemelvény csendben történő, mozgást teljesen nélkülöző meghallgatásával kezdődik. Ez az első elhangzás, amit természetesen megelőz a tanári felvezetés, „helyzetbe hozás”, történhet úgy, hogy a gyerekek ellazult állapotban, akár a padra hajtva a fejüket, vagy a földre lefekve hallgatják a zenét. De akár asszociációra épülő feladat is társulhat ehhez az első, ismerkedő meghallgatáshoz. Például a táblára kivetített képek közül kell kiválasztani azt, amely az adott gyermek szerint leginkább illik a hallgatott zenéhez. Esetleg címet kell adni a zenének, vagy egy színt, évszakot, helyszínt kell társítani hozzá. De a lehetőségek tárháza kifogyhatatlan. A lényeg, hogy az asszociáció valamiképpen a hallott zene ránk gyakorolt hatását fogja tükrözni. Elképzelhető, hogy az ilyen asszociatív megközelítésű indításnál a gyerekek igénylik a zenei részlet újbóli meghallgatását, amit érdemes teljesíteni és újra meghallgatni a részletet bármiféle további megfigyelési szempont adása nélkül, hisz ezáltal nem csorbul, sőt inkább kiteljesedik a módszertani cél, nevezetesen az adott zenemű minél többszöri meghallgatása. Végtelenül fontos, hogy a gyerekek ötleteit, választásait kivétel nélkül meghallgassuk. Az ilyen asszociációs játékok fantasztikus sajátja, hogy ugyanabból a kiindulásból ahány személyiség, annyiféle megoldás születhet, lehetőséget nyújtva ezzel arra, hogy megtapasztaljuk, a zene absztrakt mivolta miatt minden hallgatóra másként hat, nincs jó vagy rossz válasz, választás.

Az első, bevezető zenehallgatás után következnek a már mozdulatokkal társított, ismétlődő elhangzások. Lehetőség szerint legalább két-három alkalommal hallgattatjuk meg a választott szemelvényt. Gyakorlatunkban arra is volt példa, hogy ugyanazt a zeneművet több alkalommal is felhasználtuk. Ekkor természetesen a második órán nem ugyanazt a zenei jelenséget figyeltettük meg a gyerekekkel, mint az elsőn. Nagyon fontosnak véljük, hogy ezeknek a mozgással társított zenehallgatási gyakorlatoknak a záró lépése a hangversenyszerű meghallgatás legyen. Azaz egy olyan összegző zenehallgatás, amikor már semmilyen mozgást nem végeznek a gyerekek, hanem „csak” hallgatják a zenét. Mivel ezt megelőzően már többször hallották azt, így az ismerős részlet tapasztalatunk szerint örömmel és odafigyelve követik. Ehhez a záró meghallgatáshoz, amennyiben erre van technikai lehetőség, érdemes valamilyen mozgóképes koncertfelvételt választani vagy ha a mű olyan, akkor élő előadásban meghallgatni a tanár vagy hangszeren játszó gyerek(ek) előadásában.

Munkánk során a zenehallgatási feladatok rendszeresen, de nem minden tanórán kerültek sorra, és egy-egy ilyen mozgással kiegészített feladatsor minimum 15, de inkább 20 percet ölelt fel a tanórából. Igyekeztünk minél több zenei korszakból és stílusból válogatni a szemelvényeket, melyek terjedelmét próbáltuk az adott évfolyam koncentrált figyelmének átlagához igazítani.

Alkalmazott mozgásfajták és gyakorlattípusok zenehallgatásnál

Az alábbiakban vázaltszerűen összefoglaljuk a három év során kipróbált gyakorlattípusokat, megadva azt is, milyen zenei jelenség észlelésére és mozgásos követésére alkalmaztuk őket. Ahol lehet, ott megadjuk, mely zenemű kapcsán használtuk az adott játékot. Ezek, általunk ajánlott tanítási lépéseinek leírását, valamint mozgóképes bemutatását az oktatási segédanyag zenehallgatási részében lehet megtalálni.

- **Karmester játék** különböző változatai a kiválasztott zenei jelenség mozgásos kifejezésére (Karmester játéknak nevezzük azt a gyakorlatot, melyben egy kiválasztott ember - kezdetben a tanár, később egy gyermek - mozdulatait utánozza a csoport.).
 - Tempófelismerés és az egyenletes lüktetés követése mozdulatokkal
Pl. Házasodik a tücsök - népzenei felvétel;
 - Metrum kifejezése differenciált mozdulatokkal
Pl. Henry Purcell: Tündérműve – részlet;
 - Dallamegységek terjedelmének követése és kifejezése mozdulatokkal, illetve azok megfelelő váltásával;
 - Dallamsorok azonosságának, különbözőségének vagy hasonlóságának kifejezése mozdulatokkal, illetve azok megfelelő váltásával;
 - Dinamika kifejezése a választott mozdulatok méretével, eltéréssel
Pl. Antonio Vivaldi: A négy évszak - Ősz I. tétel;
 - Tempóváltás érzékeltetése mozgással
Pl. Ungaresca – Édes rózsám szívem kedvese;
 - Hangszínek megkülönböztetése eltérő mozdulatok alkalmazásával
Pl. Wolfgang Amadeus Mozart: Esz-dúr kürt-kvintett (KV. 407) zárótétel – részlet.

- **Tükörjáték** különböző változatai a kiválasztott zenei jelenség mozgásos kifejezésére (Tükörjátéknak nevezzük azt a gyakorlatot, melyben párban állnak a gyerekek, egyikük az irányító, akinek mozgását a másik gyermek tükörben követi).
 - Metrum kifejezése differenciált mozdulatokkal
Pl. Pjotr Iljics Csajkovszkij: Diótörő / Trepak – részlet;
 - Dallamegységek terjedelmének követése és kifejezése mozdulatokkal, illetve azok megfelelő váltásával;
 - Dallamsorok azonosságának, különbözőségének vagy hasonlóságának kifejezése mozdulatokkal, illetve azok megfelelő váltásával.

- **Páros játékok**, melyben párban állnak a gyerekek és mozgásukkal mindketten a hallgatott zene más-más komponensét követik.
 - Hangos – halk kifejezése eltérő mozdulattal (az egyik gyermek csak a hangos résznél mozoghat, míg a másik csak a halk résznél);

- Hangszerek hangszínének kifejezése (mozgásukkal más-más hangszert kell követniük a páros tagjainak)
Pl. Dohnányi Ernő: Op. 25. Variációk egy gyermekdalra - 4. variáció;
 - Szóló – tutti kifejezése (az egyik gyermek csak a solo, míg a másik csak a tutti részekenél mozoghat).
- **Szabad járás a térben**
 - Metrum kifejezése a léptek méretével és „fajtájával” (pl. súlyra teli talppal lépünk, súlytalan ütésre lábujjhegyen)
Pl. Henry Purcell: Tündérr királynő – részlet;
 - Dallamegységek, frázisok kifejezése irányváltással vagy állás-járás ellentétével
Pl. Wolfgang Amadeus Mozart: A-dúr Klarinét kvintett K. 581 – 2. tétel téma;
 - Azonosság – különbözőség kifejezése járás – állás ellentétével;
 - Zenei megállások érzékeltetése járás – állás ellentétével
Pl. Modeszt Petrovics Muszorgszkij: Egy kiállítás képei - Csibék tánca;
 - Tutti – szóló kifejezése járás – állás ellentétével;
 - Tutti – szóló kifejezése a mozgásban résztvevők létszámának változtatásával;
 - Hangos – halk kifejezése a járás méretével és stílusával (pl. hangos = masírozás; halk = lábujjhegyen pipiskedés);
 - Tempóváltások követése az egyenletes lüktetést szigorúan követő járással.
- **Dallamjárás, dallamfordulat vagy ritmusképlet megjelenítése egyszerű mozdulattal**
 - A hallgatott zene teljes dallamának végig követése mozgással
Pl. Kurtág György: Játékok I. – Veszekedés;
 - Kiválasztott dallamfordulat kifejezése mozgással, egyébként mozdulatlan zenehallgatás
Pl. Joseph Haydn: G-dúr (Üstdob) szimfónia, No. 94 – 2. tétel, téma;
 - Kiválasztott ritmusképlet kifejezése mozgással, egyébként mozdulatlan zenehallgatás
Pl. Johannes Brahms: 3. Magyar tánc.
- **Zenei karakter megjelenítése szabad mozgás-koreográfiával**
 - Egyéni improvizációk;
 - Páros vagy akár kisebb csoportos improvizációk, akár a hangszerek hangszínének differenciált követésével együtt.
- **Külön megtanult, a kreatív énekes-játékokéhoz hasonló mozgás-koreográfiák „táncolása” zenehallgatás közben**
 - Jellegzetes formák, metrikai, ritmikai vagy akár dallami jelenségek kiemelése, hangsúlyozása a társított mozgáskoreográfiákban
Pl. Tielman Susato: La Mourisque.

Felhasznált szakirodalom

- Ádám J. (1944). *Módszeres énektanítás*. Az Országos Közoktatási Tanács, Budapest.
- Forrai K. (1974). *Ének az óvodában*. Editio Musica Budapest, Budapest.
- Kiss H. (2013). Zenehallgatás az általános iskolában. In: *Iskolakultúra*. 23. évfolyam, 5-6.szám, 22-32. <https://core.ac.uk/download/pdf/229428446.pdf> (letöltve 2020. november 10.)
- Kocsárné Herboly I. (2002). *Music should belong to everyone Legyen a zene mindenkié*. Nemzetközi Kodály Társaság, Budapest.
- Kodály Z. (1964). *Visszatekintés I-II*. Zeneműkiadó Vállalat, Budapest.
- Kodály Z. (1989). *Visszatekintés III*. Zeneműkiadó Vállalat, Budapest.
- Geoghegan L. (2005). *Singing Games and Rhymes for Middle Years*. National Youth Choir of Scotland, Glasgow.
- Geoghegan L. & Nemes L. N. (2014). *Singing Games and Rhymes for ages 9 to 99*. National Youth Choir of Scotland, Glasgow.
- Szabó Cs. (1980). A Kodály-módszer nemzetközi térhódítása. In: *Parlando*. 2020/2 <http://www.parlando.hu/2020/2020-2/Szabo-Csaba-Kodaly.pdf> (letöltve 2020. november 10.)

Táblázatjegyzék

1. Táblázat Mozdulattípusok összegzése: 1-3. évfolyam - csettintő és érintő mozdulatok.....	15
2. Táblázat Mozdulattípusok összegzése: 1-3. évfolyam - tapsolós mozdulatok	15
3. Táblázat Mozdulattípusok összegzése: 1-3. évfolyam - simító mozdulatok	16
4. Táblázat Mozdulattípusok összegzése: 1-3. évfolyam - lábbal végzett mozgások	16
5. Táblázat Térformatípusok összegzése: 1-5. évfolyam - mozgásos gyakorlatok	29
6. Táblázat Térformatípusok összegzése: 1-5. évfolyam - eszközös gyakorlatok.....	29

Videójegyzék

1. videópélda: Boglya tetején	46
2. videópélda: Szólj síp, szólj	47
3. videópélda: Tik csak esztek, isztok	47
4. videópélda: Volt nekem egy kecském	48
5. videópélda: Hej Dunáról fúj a szél	48
6. videópélda: Fut a kicsi kordé	49
7. videópélda: Szállongó szél	49
8. videópélda: Kolozsváros olyan város	50
9. videópélda: Megyen már a hajnalcsillag lefelé	50
10. videópélda: Hídló végén	51
11. videópélda: A karádi faluvégen	51
12. videópélda: Tamás Gyurka ideki	52