

# Judesio panaudojimas mokant muzikos jaunesniojo mokyklinio amžiaus vaikus

Žmogui būdinga viskas, kas natūralu: graži laikysena, eisena, stovėseną, grakštūs rankų ir kojų mostai, laisvi judesiai ir, žinoma, sveikata" (Vitėnas, 2004, p. 19). Judėjimas yra gyvybės, veiklumo ir aktyvumo požymis. Jis yra neišsenkanti saviraiškos, savirealizacijos ir supančio pasaulio pažinimo priemonė. Judėjimas prasideda pirmaisiais kūdikio judesiais, pirmaisiais netvirtais žingsneliais, pirmuoju patirtu judėjimo džiaugsmu; tai neišsenkantis nuotykių, savižinos ir fizinių bei psichinių potyrių versmė.

Mokymosi pagrindą sudaro protas, kūnas ir judesys. Ugdymo procese tam skiriama vis mažiau dėmesio, o tai prieštarauja vaikų prigimčiai (Rimkutė, 2008). Vaikystėje formuojasi dauguma vaiko psichofizinių ir fizinių ypatybių, susidaro įvairių judėjimo įgūdžių pagrindai, didėja, tobulėja funkcinės organizmo galimybės. Fizinis krūvis, judėjimas yra svarbus ir būtinas vaiko kūno vystimuisi (Vitėnas, 2004). Tačiau mokytojai neskiria pakankamai dėmesio fizinei veiklai. Pedagogai turėtų sutelkti jėgas į „gilesnę judesio prigimties analizę, kūno pažinimą, judėjimo erdvėje ir laike galimybių tyrimą, natūralių žmogaus judesių, koordinacijos lavinimą" (Banevičiūtė, 2009, p. 30).

Vaikas vystosi judėdamas, lytėdamas, tirdamas pasaulį, tad nereikėtų riboti, stabdyti vaikų fizinio aktyvumo pamokose. Fizinis aktyvumas apima ne tik judesius, bet ir jų atlikimo prasmę, lavina laisvo kūno raišką, koordinaciją. Įvairiapusė aktyvi veikla žadina ir stiprina teigiamas emocijas, kurios svarbios vaiko pažintiniams, kūrybiniais, bendradarbiavimo ir bendravimo gebėjimams ugdytis, vertybinėms nuostatoms formotis. Vaikams judant lavinama vaizduotė, kūrybiškumas, jie gali išreikšti savo individualumą, ugdytis pasitikėjimą savimi, perteikti savo požiūrį, idėjas. Kūno judesys yra perduodamos informacijos nešėjas, tad per judesį mes perteikiame emociją būseną, išgyvenimus. Mūsų kūnas sudaro sąlygas išreikšti save, sąveikauti su kitais.

Muzikos pamokose sprendžiami įvairūs ugdomieji uždaviniai. Vienas iš jų – psichofiziniai: ugdyti muzikinę klausą, vokalinę raišką ir kvėpavimo įgūdžius, lavinti judesius, smulkiąją pirštų motoriką, kūno ir erdvės pojūtį, ritmo pojūtį, lankstumą, vikrumą, koordinaciją (Velička, 2007). Judesys buvo ir yra dažnai naudojamas kaip prigimtinė, logiška jaunesniojo amžiaus vaikų muzikinių veiksenų dalis. Mokant ir mokantis muzikos būtinas išgyvenimų ir intuicijos inspiruotas judėjimas pagal muziką, pavyzdžiui, didaktiniai žaidimai, vaidyba, kūno plastika ir kt. (Rinkevičiaus, 2005). Mokiniai turi pažinti savo kūną taip, kaip ir mintis. Tam, kad suprastų mus supantį pasaulį ir įgytų patirties.

Kiekvienoje muzikinėje veiksenoje gali būti integruotas judesys, kurio uždaviniai įvairūs: dainuojant – parodyti melodijos vingius, garso aukštumo santykius, nuotaiką, charakterį, taisyklingą kvėpavimą ir kt.; ritmuojant – pajusti visu kūnu ilgus, trumpus garsus, metrą, tempą ir kt.; solfedžiuojant – rankų ženklai, pirštų penklinė, kūno solfedžio padeda tvirčiau įsisavinti natų aukščio santykius; grojant – siekti natūralaus, laisvo muzikavimo; klausantis muzikos – lavinti smulkiąją motoriką, erdvės, svorio, laiko suvokimą ir kt.; kuriant – siekti išraiškumo, kūrybiškumo, panaudojant savo visą kūną ir kt.

Muzikuoti galima ne tik muzikos instrumentais, bet ir kūno dalimis. Vienas iš universaliausių instrumentų – kūno perkusija (plojimas, trepsėjimas, spragsėjimas, pliaukšėjimas ir pan.). Vaikui judant ar atliekant skambiuosius judesius, kūnas tampa savotišku instrumentu. Tai padeda atpažinti muzikos pasikeitimus, įgalina į juos atitinkamai reaguoti (Burrell, 2010). Kūno perkusija pradinėje mokykloje naudojama ritmui mokytis, ritmo kanonams atlikti, pačių vaikų atliekamoms dainoms akompanuoti, padeda

vaikams geriau pajusti kūrinio ritminį pulsą ir metrą, lavina jų koordinacijos gebėjimus, parengia groti įvairiais mušamaisiais instrumentais ir kt. (Velička, 2007).

Taip pat puiki mokymo(si) priemonė muzikos pamokoje gali būti ir šokis (lavinant ritmą, pažįstant pasaulio kultūrų skirtumus, lietuvių liaudies žaidimus, dainas ir pan.). Muzikos pamokoje šokis suteikia daug galimybių – susipažinti su skirtingais metrais, galima vizualizuoti muziką, mokyti skirtingų stilių muziką ir kt. (McCarthy, 2000).

Į muzikines veiksenas integruotas šokis yra tarsi judesio kalba, kuri turi stipriai užkoduotą simbolinę reikšmę. Kūnas, laisvi jo judesiai vaikams padeda integruoti žinias, emocijas ir bendravimą, padeda suprasti aplinkinį pasaulį, pajusti sąsają tarp savęs ir kitų, susigaudyti jausmų ir idėjų realybėje. „Šokdami jie pradeda pažinti savo kūną, o judesį gali naudoti kaip komunikacijos priemonę. Jie pradeda suprasti, kad judesio kokybė priklauso nuo jų emocijų ir jausmų, be to, tai labai susiję su erdvės pojūčiu, muzika, ritmu ir galiausiai su aplinkiniais“ (Gonte, Lagomaggiore, 2009, p. 80). Galimybė visiems dalyvauti ir bendravimas per šokį, gali būti svarbus argumentas šokį integruoti į muzikinę veiklą (Banevičiūtė, 2008).

Įtraukdami šokį į muzikos pamokas, padedame vaikams „priartėti“ prie praktinių patyrimų, kuriais remdamiesi galime lavinti ritmo pojūtį, supažindinti juos su pasaulio kultūrų skirtumais ir panašumais, lietuvių liaudies žaidimais, dainomis, tradicijomis, muzikinėmis struktūromis bei formomis ir pan. Muzikinis ugdymas glaudžiai susijęs su kūno judesių pažinimu, šokiu, jo kūrybinės potencijos panaudojimu. Kai vaikai suvokia savo kūno judėjimo galimybes, ateina noras ir galimybės kurti, atrasti, komponuoti iš savo patirties, kurią įgauna tiesiog dalyvaudamas mokymo(si) procese, o ne stebint ar kartojant, imituojant mokytoją (Banevičiūtė, 2008).

Judesio panaudojimas pamokose yra ne vien fizinių kūno savybių gerinimas. Judesio pagalba galima lengviau ir greičiau atpažinti muzikos elementus (ritmas, tempas, dinamika, melodija, harmonija ir pan.), suvokti ir pažinti muzikos stilius ir išraiškos priemones. Vaikui judant ar atliekant skambiuosius judesius, kūnas tampa savotišku instrumentu. Tai padeda atpažinti muzikos vyksmo pasikeitimus, išgyvenamas emocijas. Kūno plastika, judesiai gali inspiruoti, iššaukti, atskleisti muzikos sukeltus išgyvenimus, emocijas, jausmus. Judesiu muzikos pamokoje siekiama plėtoti vaiko spontaniškos kūrybos, muzikos suvokimo gebėjimus. Svarbu, kad kūrybinės judesio raiškos užduotys atitiktų vaiko psichofizinę raidą, formuotų taisyklingą laikyseną, koordinaciją, darytų įtaką judesių laisvumui ir sklandumui, sietųsi su muzikos dalyko mokomąja medžiaga bei muzikinio ugdymo tikslais.

Judesio panaudojimo svarbą jaunesniojo mokyklinio amžiaus vaikų muzikos pamokose akcentavo tokie užsienio pedagogai, kompozitoriai, muzikai: C. Orff, E. Dalcroze, Z. Kodaly, R. Laban, E. Gordon. Vaikų muzikinę pajautą galima pažadinti per fizinį judesį. E. Dalcroze sukurta sistema padeda vaikams, panaudojant plastinius judesius, suprasti muziką, pajauti ir perteikti sužadintą emociją, muzikos charakterį. Vienas pagrindinių E. Dalcroze mokymo principų yra tas, kad garsas gali būti transformuotas į judesį, o judesys į garsą. Tuo tarpu C. Orff muzikinės ugdymo sistemos pagrindas yra veiklos rūšių sinkretiškumas ir meniškumas. Šios muzikinio ugdymo sistemos esmė – tai tarsi muzikinis teatras, kur kūno judėjimas, pantomima, žodis, improvizacija, ritmas sudaro vientisą „masę“, papildo vienas kitą. C. Orff sistema remiasi pačiu natūraliausiu vaiko poreikiu judėti (žygiuoti, bėgti, linguoti, spragsėti), improvizuoti, ritmuoti kūno judesiais. R. Laban analizavo pagrindinius judesio elementus: kūną, formą, erdvę ir pastangas. Choreografas išskyrė keturias pagrindines judesio intencijas: laiką, svorį, erdvę ir tėkmę.

Lietuvoje judesio panaudojimo galimybes muzikinio ugdymo procese tyrinėjo pedagogai V. Krakauskaitė (2010), A. Katinienė (1988), E. Velička (2012), R. Girdzijauskienė (2003), S. Rimkutė-Jankuvienė (2008). Deja, judesio panaudojimo svarbą jaunesniojo mokyklinio amžiaus vaikų muzikinio ugdymo procese supranta tik nedidelė dalis pedagogų. Judėjimo ir žaidimų reikšmė vaiko psichosocialinei raidai dažnai yra pamirštama, pernelyg greitai pereinama prie teoretizuoto mokymo. Tokiu būdu yra slopinamas vaiko prigimtinis poreikis judėti.

Empirinio judesio panaudojimo mokant muzikos jaunesniojo mokyklinio amžiaus vaikus tyrimas atskleidė, kad labiausiai jaunesniojo mokyklinio amžiaus vaikus muzikos pamokų metu motyvuoja judėti hedonistiniai motyvai. Judesys suvokiamas kaip raiškos priemonė, kurios pagalba galima įprasminti muzikos elementus, perteikti nuotaiką, charakterį, pagrindinę mintį, melodinius vingius, ritminius darinius ir pan. Mokiniai išskyrė tokius judesio panaudojimo tikslus kaip sveikatos stiprinimą, kūno lankstumo ir judrumo didinimą. Šio amžiaus mokiniai įžvelgia ir vaidybinius, teatrinis judesio elementus, per kuriuos gali išreikšti save, parodyti savo vaidybinius gebėjimus.

Taip pat tyrimo metu paaiškėjo, kad pradžios mokyklos vaikus mokantys muzikos mokytojai įžvelgia įvairias muzikos ir judesio sąsajas, pripažįsta judesio panaudojimo muzikos pamokoje veiksmingumą. Dažniausiai išskiriami judesio naudojimo mokant muzikos tikslai – patenkinti įgimtą vaiko poreikį judėti, komunikavimo gebėjimų ir muzikinių gabumų ugdymas. Muzikos pamokų metu tyrime dalyvavusios pedagogės judesį taiko visose muzikinėse veiksėnėse, nors ir netolygiai: vieną pamoką didesnis dėmesys skiriamas vienai, kitą pamoką kitai veiksėnei. Daugiausiai dėmesio skiriama judesio panaudojimui dainavimo ir solfedžiavimo veiklose. Informantės pateikė įvairius būdus judesio išraiškingumui pasiekti, tarpe kurių dominuoja vaizdinių pateikimas bei mokinių vertinimas. Respondentės didelių sunkumų taikant judesį muzikos pamokoje neįvardino, bet iš išsakytų nuomonių ryškėja, kad dažniausiai susiduriama su mokinių veiklos organizavimo ir valdymo sunkumais.

## LITERATŪRA

1. Banevičiūtė, B. (2009). Šokio gebėjimų ugdymas ankstyvojoje paauglystėje. Daktaro disertacija. Vilnius: Vilniaus pedagoginio universiteto leidykla.
2. Burrell, M. (2010). Let them move! [interaktyvus], [žiūrėta 2013m. kovo 28d.], prieiga per internetą: <http://ezproxy.biblioteka.ku.lt:2063/ehost/pdfviewer/pdfviewer?sid=8bfb70d1-5f0c-47a8-a3b4-5163131b9545%40sessionmgr12&vid=1&hid=22>.
3. Girdzijauskienė, R. (2003). Vaikas, muzika, kūryba. Vilnius: Gimtasis žodis.
4. Krakauskaitė, V. (2010). Lakštutės. Knyga mokytojui. Vilnius: Mintis.
5. McCarthy, M. (2000). Šokis muzikos programoje. *Gama*, 24, p. 37-39. Vilnius: Muzikos švietimo centras.
6. Rimkutė, S. (2008). Judesio svarba mokymo procese. [interaktyvus], [žiūrėta 2013m. vasario 8d.], prieiga per internetą: <http://www.lmma.ku.lt/straipsniai/Judesio%20svarba%20mokymo%20procese.pdf>.
7. Rinkevičius, Z. (2005). *Muzikos pedagogika*. Klaipėda: Klaipėdos universiteto leidykla.
8. Velička, E. (2007). Mano muzika. *I klasės mokytojo knyga*. Kaunas: Šviesa.
9. Velička, E. (2012). Mano muzika. *IV klasės mokytojo knyga*. Kaunas: Šviesa.
10. Vitėnas, T. (2004). Kūno kultūra ir muziko rengimas. Vilnius: Lietuvos muzikos akademija.

**Rudytė Donata**