

KRYSTYNA ŻUCHELKOWSKA

WSP w Bydgoszczy

WPŁYW GIMNASTYKI RYTMICZNEJ ALFREDA I MARII KNISSÓW NA ROZWÓJ ZDOLNOŚCI MUZYCZNYCH U DZIECI 6-LETNICH

Wprowadzenie

Rozwój zdolności muzycznych jest integralnie związany z ogólnym rozwojem dziecka. Stąd też zdolności muzycznych nie można traktować oddzielnie od zintegrowanego procesu rozwojowego obejmującego fizyczną i psychiczną sferę dziecka.

Wiek przedszkolny jest okresem, w którym kształtują się liczne składniki zdolności muzycznych. Wyraźnie zaznacza się ich różnorodność, a także kompensacyjny rozwój tych stron muzykalności, które uzupełniają braki zaznaczające się u dziecka¹.

Przez zdolności muzyczne rozumie się „...całokształt warunków pomyślnego zajmowania się muzyką włączając w jej zakres wszystkie zdolności i cechy zarówno specjalne (słuchowe, techniczne), jak i ogólne (inteligencja, uwaga, pamięć)”². Do podstawowych zdolności muzycznych zalicza się: 1) poczucie wysokości dźwięku (słuch melodyczny), 2) wrażliwość na barwę dźwięku, 3) wrażliwość na dynamikę dźwięku (słuch dynamiczny), 4) poczucie rytmu, 5) wyobraźnię muzyczną³.

Ważną rolę w rozwijaniu zdolności muzycznych u dzieci w wieku przedszkolnym odgrywają metody twórcze, do których można zaliczyć gimnastykę rytmiczną Alfreda i Marii Kniessów. Umożliwia ona dziecku samodzielnie gromadzić doświadczenia muzyczno-ruchowe, stwarza korzystne warunki do uprawiania z dzieckiem muzyki i tym samym rozwija jego zdolności muzyczne.

1. Istota gimnastyki rytmicznej Alfreda i Marii Kniessów

Gimnastyka rytmiczna Alfreda i Marii Kniessów jest gimnastyką twórczą utanczoną, która polega na poszukiwaniu nowych form ruchu połączonego z rytmem, muzyką i wykorzystaniem nietypowych przyborów, takich, jak: obustronny bijak, dzwoneczki, grzechotka, łuski orzecha kokosowego, kolorowe wstęgi.

Metoda ta eksponuje naturalne formy ruchu i eliminuje ścisłe, nie stosuje baletu i technik sportowych, jednak dopuszczalna jest ich interpretacja w formach taneczno-rytmicznych. Istotą gimnastyki rytmicznej jest ekspresja ruchowa i bardzo duża aktywność ćwiczących oparta na pozytywnej motywacji, jak również to, że ćwiczący nie tylko odwzorowują ruchy osoby prowadzącej (nauczyciela), ale także wprowadzają wiele elementów

twórczych. Charakterystyczne jest, że nauczyciel początkowo jest osobą wiodącą, która demonstruje określone ruchy i pokazuje, w jaki sposób wykonać ćwiczenie ruchowe. W miarę zaawansowania ruchowego dzieci zostawia im całkowitą swobodę i dlatego też w ćwiczeniach jest wiele miejsca na improwizację, indywidualną interpretację muzyki, rytmu oraz sposobów użycia nietypowych przyborów. Jak już wcześniej zaznaczono, gimnastyka rytmiczna Alfreda i Marii Kniessów oparta została na trzech podstawowych elementach, do których zalicza się: ruch, rytm, muzykę, nietypowe przybory.

Ruch u dzieci w wieku przedszkolnym manifestuje się w postaci motoryczności totalnej (angażującej całe ciało), ekspresyjnej (wyrażanie ruchem stanów wewnętrznych), naśladowczej lub twórczej oraz w specyficznej fantazyjności ruchowej. Rytmiczny ruch powinien odznaczać się płynnością i cykliczną zmiennością polegającą na przechodzeniu od napięcia i koncentracji do refleksji i odprężenia.

Rytm inspirowanie improwizację lub akompaniament własnym ciałem (tupanie, klaskanie, pstrykanie, kołysanie się).

Muzyka jest kolejnym elementem gimnastyki rytmicznej. Motywuje ona dzieci do podejmowania określonej działalności ruchowej. Poza tym muzyka stanowi bodziec tworzący przyjemną atmosferę podczas wykonywanych ćwiczeń ruchowych i układów tanecznych.

Przybory nietypowe odgrywają ważną rolę w gimnastyce rytmicznej, bowiem mogą być wykorzystywane jako instrumenty perkusyjne. Nietypowym i nieznanym w naszym kraju jest podwójny bijak. Składa się on z dwóch piłek osadzonych na obu końcach bambusowego kija o długości 30-35 cm. Podwójny bijak można toczyć, podrzucać, łapać i wystukiwać rytm. Można w nim ćwiczyć w pozycjach wysokich i niskich.

Określone efekty akustyczne w trakcie wykonywania ćwiczeń dają dwa lub trzy dzwoneczki przymocowane do gumowej taśmy, które zakłada się na palce obu dłoni i na kostki obu stóp.

Zamiast łuski orzecha kokosowego można wykorzystać kręgle zrobione z blachy, drewna, plastiku, które przymocowuje się do gumowej taśmy. Zakłada się je na palce obu dłoni. Poprzez uderzenie jednym kręglem o drugi uzyskuje się określone efekty dźwiękowe. Podczas wykonywania ćwiczeń ruchowych wykorzystuje się też kolorowe wstęgi oprawione na trzonie o długości 40-45 cm.

Każde zajęcie z dziećmi 6-letnimi z wykorzystaniem gimnastyki rytmicznej składa się z trzech części: wstępnej, głównej, końcowej. W części wstępnej szczególną uwagę zwraca się na pokaz i omówienie przyboru, który wykorzystany będzie do wykonywania ćwiczeń. Przeprowadza się także zabawy i ćwiczenia orientacyjno-porządkowe mające na celu „rozgrzanie” organizmu i przygotowanie do intensywniejszego i większego wysiłku. Realizacja tematu występuje w części głównej zajęcia. Dzieci wykonują szereg ćwiczeń z określonym przyborem. Ćwiczenia wykonują przy muzyce o wyraźnym wyeksponowanym rytmie. Nauczycielka pokazuje dzieciom jak należy prawidłowo wykonać poszczególne ćwiczenia z wykorzystaniem przyboru. Ćwiczenia uspokajające i rozwijające własną inwencję twórczą dzieci stanowią część końcową.

A oto przykładowy scenariusz zajęć z wykorzystaniem gimnastyki rytmicznej Alfreda i Marii Kniessów.

a) Część statyczna

Grupa wiekowa: 6-latki

Miejsce ćwiczeń: sala przedszkolna

Metoda: gimnastyka rytmiczna

Zadania: 1) kształtowanie u dzieci poczucia rytmu i zdolności do tworzenia wyobrażeń muzycznych

2) wyrabianie ogólnej sprawności fizycznej

3) rozwijanie pomysłowości i inwencji twórczej dzieci

Przybory: kręgle (po dwa dla każdego dziecka)

Środki dydaktyczne: magnetofon, taśmy magnetofonowe z nagranyymi melodiami o wyraźnie wyeksponowanym rytmie

b) Część dynamiczna

Tok zajęcia	Rodzaj i nazwa ćwiczenia lub zabawy	Pozycja wyjściowa i organizacja	Opis ćwiczenia lub zabawy
Część wstępna	Zabawa orientacyjno-porządkowa	wysoka rozsypka	Dzieci biegają między kręglami w rytm muzyki. Na przerwę w muzyce każde dziecko staje przed kręglem. Zabawę powtarza się 3 razy.
	Ćwicz. tułowia w płaszczyźnie strzałkowej	niska, siad płaski rozkroczny, koło	Skłon tułowia w przód z kręglami w wyprostowanych rękach. Wyprost tułowia, a ręce z kręglami w górze. Siad płaski w kole, a ręce z kręglami w górze.
Część główna	Ćwicz. tułowia w płaszczyźnie czołowej	wysoka, stanie w rozkroku	Dzieci stoją w rozkroku. W rękach trzymają kręgle. Wykonują skłony boczne i próbują dotknąć kręglem w prawej ręce kostki lewej i odwrotnie.
	Ćwicz. tułowia w płaszczyźnie poprzecznej	wysoka, stanie w rozkroku, koło	Dzieci stoją w kole. W rękach trzymają kręgle. Wykonują rozkrok, a następnie skręty tułowia. Próbują dotknąć prawą ręką z kręglem lewej pięty i odwrotnie.

Tok zajęcia	Rodzaj i nazwa ćwiczenia lub zabawy	Pozycja wyjściowa i organizacja	Opis ćwiczenia lub zabawy
Część końcowa	Ćwicz. z elementami równowagi	wysoka, stanie w kole na jednej nodze	Dzieci stoją w kole. W rękach trzymają kręgle. Stają raz na prawej raz na lewej nodze. Ręce z Kręglami wyprostowane przed sobą.
	Ćwicz. bieżne	wysoka, koło	Dzieci biegają dookoła koła i wysoko unoszą kolana i równocześnie kręglami uderzają o uda. Bieg dookoła koła z równoczesnym uderzaniem kolanami o kręgle.
	Ćwicz. mięśni grzbietu	niska, leżenie przodem, koło	Dzieci w kole leżą na plecach. Wznoszą tułów w górę i uderzają kręglami o własne ciało.
	Ćwicz. wyprostne	niska, klęk prosty koło	W kole dzieci wykonują klęk prosty. W klęku na słowa: „raz – dwa” uderzają kręglami nad głową. Na słowa: „trzy – cztery” uderzają kręglami o podłogę.
	Ćwicz. o małym napięciu ruchu	wysoka, koło	Dzieci stoją w kole. Ugięcie prawej nogi i uderzenie kręglem pod kolaniem trzy razy. Powrót do postawy zasadniczej i uderzanie kręglami przed sobą.
	Ćwicz. dowolne		
	Ćwicz. rytmizujące	wysoka, koło	Dzieci maszerują dookoła koła zgodnie z rytmem melodii odtwarzanej z taśmy magnetofonowej i odkładają kręgle do koszyka.

Uwaga! Wszystkie ćwiczenia dzieci wykonują zgodnie z rytmem melodii odtwarzanej z taśmy magnetofonowej.

2. Metodologiczne podstawy badań

Celem badań eksperymentalnych było określenie wpływu gimnastyki rytmicznej Alfreda i Marii Kniessów na rozwój zdolności muzycznych u dzieci 6–letnich.

Problem główny sformułowano następująco: Jaki jest wpływ gimnastyki rytmicznej Alfreda i Marii Kniessów na rozwój zdolności muzycznych u dzieci 6–letnich? Założono, że gimnastyka rytmiczna Alfreda i Marii Kniessów w sposób istotny wpływa na rozwój zdolności muzycznych u dzieci 6–letnich. W tychże badaniach gimnastyka rytmiczna stanowiła zmienną niezależną, a zdolności muzyczne – zmienną zależną.

Podstawową metodą badawczą był eksperyment pedagogiczny przeprowadzony w oparciu o technikę dwóch grup równoległych. Badania przeprowadzono w roku szkolnym 1991/92 i objęto nimi 55 dzieci 6–letnich uczęszczających do dwóch państwowych przedszkoli w Bydgoszczy. Przed przystąpieniem do eksperymentu przeprowadzono badania wstępne, które umożliwiły wyodrębnić grupę eksperymentalną i kontrolną. Dzieci 6–letnie (28 osób), które w badaniach wstępnych uzyskały gorsze wyniki stanowiły grupę eksperymentalną. Natomiast grupę kontrolną (27 osób) utworzyły 6–latki, które w badaniach wstępnych uzyskały nieco lepsze wyniki. Chodziło bowiem o to, by zadziałać na niekorzyść eksperymentu. Zajęcia w grupie eksperymentalnej prowadzono z wykorzystaniem gimnastyki rytmicznej, a w grupie kontrolnej w sposób konwencjonalny. Po zakończeniu eksperymentu przeprowadzono badania końcowe w porównywanych grupach. Należy przy tym podkreślić, że badania wstępne i końcowe przeprowadzono w oparciu o test sprawdzający zdolności muzyczne 6–latków. Składał się on z pięciu części. W pierwszej części testu znajdowały się zadania badające poczucie rytmu. Zadania stanowiące drugą część testu sprawdzającego badały słuch melodyczny dziecka 6–letniego. Zdolność do tworzenia wyobrażeń słuchowych badano poprzez zadania zawarte w trzeciej części testu. W czwartej części testu znajdowały się zadania badające słuch dynamiczny, a w piątej części zamieszczono zadania badające wrażliwość na barwę dźwięku. Zadania te były odpowiednio punktowane. Przyjęto punktację „zero–jedynekową”, dla której charakterystyczne jest to, że za poprawnie rozwiązane zadanie dziecko otrzymywało jeden punkt. Natomiast za odpowiedź częściowo poprawną lub odpowiedź błędną nie przydzielano punktów, a więc dziecko nie otrzymywało punktów. Za prawidłowe rozwiązanie wszystkich zadań w teście sprawdzającym dziecko mogło uzyskać maksymalnie 25 punktów.

3. Ocena skuteczności gimnastyki rytmicznej Alfreda i Marii Kniessów w rozwijaniu zdolności muzycznych u dzieci 6–letnich

Badania wykazały, że gimnastyka rytmiczna Alfreda i Marii Kniessów w sposób istotny wpływa na rozwój zdolności muzycznych u dzieci 6–letnich. Okazało się, że skuteczność gimnastyki rytmicznej w rozwijaniu zdolności muzycznych u dzieci 6–letnich wynosi 94,4 % w badaniach końcowych, a zajęć prowadzonych w sposób konwencjonalny

68,6 %. Można zatem powiedzieć, że stosowanie gimnastyki rytmicznej Alfreda i Marii Kniessów daje o 25,8 % lepsze rezultaty aniżeli zajęcia prowadzone w sposób konwencjonalny. Najlepsze rezultaty osiągnęły dzieci w zakresie wrażliwości na barwę dźwięku, poczucia rytmu i słuchu melodycznego. Wszystkie 6-latki z grupy eksperymentalnej spoztrzeżały i odróżniały zjawiska akustyczne w przyrodzie i otoczeniu oraz zapamiętały brzmienie takich instrumentów, jak: flet, fortepian, trąbka, skrzypce. Także wszystkie 6-latki z grupy eksperymentalnej reagowały prawidłowo na zmiany rytmu i poprawnie rytmizowały teksty. Zdecydowana większość 6-latków z grupy eksperymentalnej (96,2 %) wykazała poczucie wysokości dźwięku i poprawnie rozpoznawała melodię. Nieco gorsze rezultaty osiągnęły 6-latki z grupy eksperymentalnej w zakresie słuchu dynamicznego i wyobraźni muzycznej. I tak 88 % dzieci prawidłowo operowało obrazami muzycznymi, a 70,3 % dzieci właściwie reagowało na zmiany dynamiki dźwięków.

W grupie kontrolnej 48,1 % dzieci wykazało poczucie rytmu muzycznego, a 75 % potrafiło spoztrzeżać i rozpoznawać melodię i ją powtórzyć (słuch melodyczny). Zdolność do tworzenia wyobrażeń słuchowych (wyobraźnia muzyczna) wykazało 45 % dzieci z grupy kontrolnej. Potrafiły one powtórzyć usłyszane dźwięki oraz tworzyć muzykę do podanego krótkiego tekstu. Na zmiany dynamiki dźwięków reagowało 75 % dzieci z grupy kontrolnej. Natomiast 62 % 6-latków z grupy kontrolnej wykazało wrażliwość na barwę dźwięków.

Tak więc, zdecydowanie lepsze rezultaty uzyskały dzieci 6-letnie z grupy eksperymentalnej w porównaniu z 6-latkami z grupy kontrolnej. Świadczy to o tym, że gimnastyka rytmiczna Alfreda i Marii Kniessów daje zdecydowanie lepsze wyniki w zakresie rozwijania zdolności muzycznych u dzieci 6-letnich w porównaniu z zajęciami prowadzonymi w sposób konwencjonalny.

PRZYPISY

¹D. Malko: *Metodyka wychowania muzycznego w przedszkolu*. Warszawa WSiP 1989 s. 21.

²I. Wierszyłowski: *Psychologia muzyki*. Warszawa PWN 1979 s. 116.

³E. Lipska, M. Przychodzińska: *Metodyka wychowania muzycznego w klasach I-IV szkoły podstawowej*. Warszawa PZWS 1973 s. 7.

LITERATURA

R. Ławrowska: *Muzyka i ruch*. Warszawa WSiP 1989.

D. Malko: *Metodyka wychowania muzycznego w przedszkolu*. Warszawa WSiP 1989.

K. Przybylska: *Wychowanie muzyczne w przedszkolu*. Warszawa WSiP 1980.

U. Smoczyńska-Nachtman: *Kalendarz muzyczny w przedszkolu*. Warszawa WSiP 1990.