

UPORABA GIBANJA PRI POUKU GLASBE

- **Gibalne aktivnosti povečajo sposobnosti predstav in vodijo k višji ravni razumevanja glasbe.**
- **S pomočjo gibanja učenci lahko raziskujejo koherentnost glasbe in gibanja ter se v večji meri poglobijo v glasbene elemente in strukturo glasbe.**
- **Z glasbenimi deli se lažje identificirajo in ob njih sproščeni uživajo.**

- Filozofske **ideje Maurice Merleau-Ponty-a** (1908-1961) - fenomenologija percepcije. “Telo je primarni način spoznanj in tisto, kar je spoznano skozi telesno izkušnjo, je razumljeno na globlji ravni.”
- **Howard Gardner** - Teorija multiple inteligence. Glasba, gibanje in vizualne predstave so specifične poti spoznanja, enakovredne in edinstvene kot lingvistično in matematično razumevanje. S pomočjo interdisciplinarnih zvez je mogoče pojasniti nerazumljeno ali pa poglobiti razumevanje. Tako npr. lahko eno predmetno področje (npr. gibanje) pojasni ali obogati drugo (npr. glasbo).

Pionir glasbenega poučevanja in učenja s pomočjo gibanja telesa je bil švicarski glasbeni pedagog, skladatelj, dirigent in pisec **Emile Jaques-Dalcroze** (1865-1950). »Glasba brez izkušenj pridobljenih z gibanjem telesa je mehanično predstavljena, brez čustev in ekspresivnosti.« Telesna izkušnja je pot do glasbenega znanja.

Njegova evritmija razvija otroka celostno, kar pomeni razvoj na psihičnem področju, kontrolo mišic, zavedanje socialne komponente, emocionalnega zdravja kot tudi razumevanja in vrednotenja glasbe.

Njegova metoda obsega ritmično gibanje, slušni trening in improvizacijo. Ritmični odgovor telesa na glasbo, ki se danes uporablja v številnih šolah, je del Dalcrozeove strategije poučevanja glasbe. Učenci reagirajo na glasbo z enostavnimi gibanji nog, rok in telesa. Verjel je, da otroci, ki predstavljajo glasbo s pomočjo mišic in teles, postanejo bolj muzikalni kot tisti, ki mirno sedijo med učenjem glasbe.

Dobro slišanje je za Jacques-Dalcrozea ena najpomembnejših kvalitiet glasbenika. Pri njegovih vajah sta telo in uho dinamična partnerja. Gibanje telesa je uporabljeno za poglobitev glasbene izkušnje in potrditev glasbenega slišanja.

Pri vajah so učenci spoznavali dur z razširitvijo rok in mol s prekrižanimi rokami na prsih. Vključitev gibanja telesa omogoča učencem telesno reakcijo. Telesna reakcija daje možnost koncentrirane dejavnosti, istočasno pa razjasni in poglobi poslušanje in razumevanje glasbenega fenomena. Na tak način učitelj vidi odgovore vseh učencev istočasno.

Glasbeni trening naj bi razvil notranji posluh, ki omogoča glasbene predstave, ki so osnova za branje in pisanje glasbe.

Misli in ekspresije so prenesene v telesno govorico. Gre za integracijo mišljenja in delovanja.

GIBANJE PRI POUKU GLASBE UPORABLJAMO ZA:

- SPOZNAVANJE GLASBENIH FENOMENOV (METRUM, RITEM, MELODIJA,...);
- ZA GIBALNO SPREMLJANJE GLASBENIH VSEBIN in
- PLES OB GLASBI.

Ples je že tisočletja del človeške kulture in ga poznajo vse znane kulture na svetu.

Ples predstavlja neverbalno govorico, ki s številnimi kretnjami in gibi, telesnimi držami in položaji, gibanji, mimiko obraza in izrazov oči sporoča misli, zaznavanja, čustva, občutenja, doživetja, nagnjenja, hrepenenja in razumevanja.

V sebi nosi kulturno poslanstvo, možnost za stik z umetnostjo, kot tudi razvedrilno poslanstvo. Je del splošne izobrazbe ljudi.

- poskakovanje in rajanje otrok,
 - ples širokih ljudskih množic,
 - vrhunski umetniški ples (balet) in športni ples.
-
- Uživamo lahko tako, da ples izvajamo sami, ali pa ga občudujemo z gledanjem estetske dovršenosti gibov. Že majhni otroci uživajo v ritmičnem gibanju telesa, v vrtenju in pozibavanju. Pri tem spontano izražajo svoja čustva. *Njihova vztrajnost je pri plesu dolgotrajnejša kot pri drugih, statičnih dejavnostih.* Otroci si ob plesu in petju pesmi razvijajo tudi ritmični oz. metrični posluš in spoznavajo strukturne ter oblikovne značilnosti glasbe.
-
- Pri plesu torej ne gre le za delovanje mišičja, temveč za **koordinacijo gibov, zaznavanje ritma glasbe ter usklajenost med gibom, prožnostjo telesa, čustvom, mišljenjem, ritmom in zvokom.**

- Ljudje so se v preteklosti več družili in njihova druženja pri različnih opravilih in praznikih sta zelo pogosto spremljala ljudska pesem in ples. Pogosto so plesali ob petju, včasih pa ob instrumentalni spremljavi godcev, včasih tudi brez petja in igre godcev.
- Slovenski ljudski ples ima po koreografskih značilnostih in funkciji na slovenskem prostoru razmeroma enotno podobo. Zanj je značilno, da od plesalcev ne zahteva posebnih spretnosti in plesne tehnike. Njegovi gibalni elementi, kot **hoja**, **tek** in **poskakovanje**, se med seboj poljubno prepletajo. Plesalci plešejo sami zase, nevezano (korant) ali v večji skupini (gibanje pustnih maškar). Med plesi najstarejšega izročila prevladujejo skupinski plesi.

- **Najstarejši je *kačo zvijat*.**
- **Kadar plešejo plesalci in plesalke v sklenjenem krogu, pravimo plesu *kolo*. Pogosto je to ples z izbiranjem *pojštertanc (povštertanc)* in *ples z metlo*.**
- **Močno razširjena je bila tudi mostna igra *kovtre šivat* - pod obokom visoko dvignjenih sklenjenih rok dveh plesalcev plešejo pari eden za drugim.**

Starejše plese so sredi 19. stoletja močno izrinili parni plesi. Med njimi se na slovenskem največ plešeta *polka* in *valček*.

Med otroci so zelo priljubljene rajalne igre. Zanje je značilna krožna prostorska oblika (*rej*), eden od otrok pa ima posebno vlogo, ki mu določa drugačno gibanje, npr. vrtenje v sredini kroga, hoja okrog kroga idr., npr. Rdeče češnje, Ringa raja, Bela lilija, Ob bistrem potoku je mlin. Pri njih sta petje in ples nedeljiva celota.

PLESI, ki jih učenci spoznajo oz. se jih naučijov prvem VIO:

- Kačo zviijat (Diradi čindara, Pesek, Glasba 1. št.9);
- Polka (Pesek, Glasba 2, št. 31);
- Valček (Pesek, Glasba 2, št. 33).

V 4. in 5. razredu:

- Zibenšrit oz. sedmorka ali sedemkorak (Pesek, Glasba 4, št.2, Drobljanc - Psiček nima repa več, Zajček al' se ne bojiš);
- Šamarjanka (Pesek, Glasba 4, št.22);
- Kovtre šivat (Pesek, Glasba 4, št. 33, Jaz pa pojdem na Gorenjsko);
- Štajeriš (Pesek, Glasba 5, št. 28, Ta luštna z Gorenjske);
- Stu ledi – ples;
- Ob bistrem potoku je mlin (rajalna igra) (Pesek, Glasba 5, št. 12, kmečki valček);
- Kolo (Pesek, Glasba 5, št. 21, Tribučko kolo);
- Šuštar polka (Pesek, Glasba 5, št. 17, Vleci, vleci, dreito);
- Točak (Pesek, Glasba 5, št. 39, Trzinka).

- Učitelj predstavi ples (sam zapleše ali uporabi video posnetek).
- Z besedami opiše in demonstrira krajše zaključene plesne fraze ter ob njihovi izvedbi šteje. Nato sledi imitacija učencev ob štetju, ki ga ob naslednji ponovitvi nadomestimo s petjem pesmi, kadar gre za ples k pesmi.
- Če ima ples več slik oz. plesnih fraz, najprej naučimo prvo, nato drugo in obe združimo, itd.