

Domowe Bębenki

Dziś potrzebne nam będą zwykłe pałeczki do sushi oraz różnego rodzaju miski, pojemniki plastikowe lub pudełka np. po butach lub innych przedmiotach. Wybierzmy kilka różnej wielkości, z różnego tworzywa.

1. Eksperymenty dźwiękowe – stymulacja polisensoryczna:
Wybieramy różne pojemniki np.: miskę plastikową, miskę z grubego szkła, tekturowe pudełko. Ustawiamy je dnem do góry. Tworzymy swobodne improwizacje, uderzamy dowolną ilość razy, słuchając dźwięków, które one wydają. Rodzic może też podnieść miskę do góry i zagrać dziecku blisko ucha, najpierw jednego, potem drugiego, aby posłuchać różnych brzmień z bliska i daleka. Grajmy jedną ręką, potem oburącz na każdym instrumencie, aby zapamiętać jego brzmienie. Stwórzmy dowolny akompaniament do ulubionego utworu (najlepiej instrumentalnego). Rodzice mogą wspierać dziecko poprzez prowadzenie jego rąk.
2. Zabawy słuchowo – werbalne. Przyporządkujmy naszym instrumentom (początkowo mogą być dwa) proste odgłosy. Nazwijmy je np.: pierwszy instrument „bum”, drugi „pam.”.
 - Grając proste sekwencje wypowiadamy odgłosy (dobrze, aby były to odgłosy możliwe do wypowiedzenia przez dziecko). Mówiąc bum, uderzamy w jeden „bęben” mówiąc pam uderzamy w drugi. Dziecko gra razem z nami włączając się w werbalizację.
 - Kiedy wiemy już, który bęben jak gra tworzymy proste rytmy, werbalizując je np.:
 - bum, bum, pam; - pam, pam, bum; - pam, bum, pam.
3. Utwór „Szybko – wolno” muz. K. Kulikowska – Utwór znajdziecie Państwo na YouTube na płycie „Gimnastyczne figle muzyczne” poz 17. Płyta wydana przez Wydawnictwo” Muzyczny Domek” dostępna jest w całości.
Utwór składa się z dwóch części:
Cz. 1 A – na $\frac{3}{4}$ - ma wolny charakter walczyka
Cz. 2B – na $\frac{2}{4}$ – wyraźnie rytmicznie przyspiesza
Części pojawiają się naprzemiennie 3x. Cały utwór ma więc budowę ABABAB
- Ilustracja ruchowa w pozycji stojącej lub siedzącej:
Część A – Stoimy w parze naprzeciwko, trzymamy się za ręce, bujamy się rytmicznie przenosząc ciężar ciała z nogi na nogę.
Część B – biegamy na palcach lub tańczymy w parze dookoła ze zmianą kierunku poruszania się w połowie części.
W pozycji siedzącej:
Część A – Siedzimy naprzeciwko dziecka, trzymając je za szeroko rozłożone ręce, Przechylamy się rytmicznie w obie strony lub trzymamy dłonie dziecka rytmicznie łącząc je ze sobą i szeroko rozkładając je na boki.
Część B – Szybko rytmicznie uderzamy dłońmi o uda równolegle lub naprzemiennie.
- Tworzenie akompaniamentu do muzyki, rozwijanie koordynacji słuchowo-ruchowej oraz koordynacji oko- ręka.
Gramy dwoma pałeczkami na dwóch dowolnie wybranych „bębenkach”
Część A – wolno uderzamy naprzemiennie: 1. pałeczka o pałeczkę 2. oburącz jednocześnie w bębenki.

Część B – szybko 1. Stukamy pałeczką o pałeczkę do połowy części, 2. stukamy oburącz naprzemiennie pałeczkami w „bębenki” do końca części (W początkowej fazie ćwiczeń możemy zachować jeden ruch w całej części).

4. Wykorzystując nasze pałeczki i „bębenki” powtórzmy w wolnym czasie poznane wcześniej piosenki: „Ładnie gram”, „Z pałeczkami idę sobie”, „Koniki”.
5. Nie zapomnijmy o odpoczynku przy muzyce relaksacyjnej. Dziś proponuję posłuchać „Medytacji” Juliusza Masseneta.

Życzę miłej pracy. Ewa Rybarczyk - muzykoterapeuta