***AKTYWNOŚĆ MUZYCZNA I RUCHOWA DZIECI W WIEKU PRZEDSZKOLNYM***

***Muzykowanie jest rodzajem kontaktu z muzyką i formą wychowania mającą najdawniejsze i zarazem najpiękniejsze tradycje.***

***Muzyka oddziałuje na dziecko wszechstronnie i przynosi wiele wychowawczych korzyści.***

***Z punktu widzenia rozwoju intelektualnego przyczynia się ona do rozwoju procesów poznawczych, ucząc dzieci słyszenia i słuchania.***

 ***Kontakt z muzyką wpływa na rozwój jego uczuć i wrażliwość, daje mu możliwość uzewnętrzniania swoich nastrojów i wewnętrznych odczuć, może być przyczyną wielu estetycznych przeżyć i wzruszeń.***

 ***Zaś z punktu widzenia wychowania zdrowotnego muzyka i ruch przy niej są źródłem radości i odprężenia, dają możliwość wyładowania nadmiaru energii lub odreagowania stresu.***

***„Upodobanie do muzyki – według R. Glotona i C. Clero – jest u dzieci czymś naturalnym. Lubią one śpiewać, słuchać muzyki, podobnie jak lubią słuchać szmeru wody płynącej ze źródła czy też śpiewu ptaków”. Zresztą dzieci nie tylko lubią słuchać muzyki, ale również żywo na nią reagują.***

***Obcowanie z muzyką może mieć różny charakter.***

1. ***Po pierwsze muzykę można tworzyć, a to jest czynnością dość trudną i wymaga wszechstronnego wykształcenia muzycznego.***
2. ***Po drugie muzykę można odtwarzać – śpiewać lub grać na instrumentach indywidualnie lub w zespole.***
3. ***Po trzecie muzyki można słuchać. I chociaż słuchając nie uprawiamy jej aktywnie, to jednak możemy rozumieć jej wartość, przeżywać i oceniać jej piękno.***

 ***W procesie rozwijania muzykalności dzieci wyróżniamy kilka podstawowych form wychowania muzycznego.***

1. ***D. Malko wymienia następujące formy:***

***- śpiew i ćwiczenia mowy,***

***- ruch przy muzyce,***

***- gra na instrumentach,***

***- aktywne słuchanie muzyki.***

 ***2. A. Dasiewicz – Tobiasz wymienia również tzw. „malowanie muzyki”, czyli aktywność plastyczną związaną z przeżyciem muzyczny,***

 ***3. B. Podolska mówi jeszcze o tworzeniu muzyki.***

***Swobodna improwizacja wokalna czyli śpiew, jest spontaniczną wypowiedzią dziecka nie ograniczoną żadnymi nakazami i zakazami. Jest również środkiem, dzięki któremu, można wyrażać swoje myśli, nastroje, obserwacje, zaangażowanie. Tworząc utwór muzyczny dzieci nieświadomie pokonują nieśmiałość, a wymyślając tematy piosenek czy też opowiadając akcję utworu muzycznego rozwijają one swoją wyobraźnię. Śpiewając opowiadają o sobie i swoich przeżyciach, o tym, co w danej chwili jest dla nich ważne – śpiewają z własnej wewnętrznej potrzeby wyrażania siebie. Mimo tego, że dzieci często nie przestrzegają ustalonych prawideł i form muzycznych, to jednak w ich twórczości uderza śmiałość i pełna fantazji swoboda.***

***Drugim przejawem dziecięcej ekspresji muzycznej jest improwizacja instrumentalna. Każde zetknięcie się dzieci z instrumentami wywołuje ich radość, entuzjazm, i wzmożoną aktywność. Dzięki instrumentom można rozwijać wrażliwość dziecka na barwę, kształtować poczucie rytmu. Gra na instrumentach rozwija wyobraźnię muzyczną i inwencję twórczą, wpływa na koncentrację uwagi i zdyscyplinowanie. Jest także doskonałym sposobem rozwijania sprawności manualnych.***

***Równocześnie z rozwojem ekspresji muzycznej idzie w parze rozwój ekspresji ruchowej. Ruch przy muzyce pozwala nie tylko kształtować dyspozycje muzyczne dziecka, ale w zasadniczy sposób przyczynia się do jego ogólnego rozwoju. Improwizacje ruchowe dostarczają dzieciom wiele radości, pobudzają ich wyobraźnię, dają im możliwość ruchowego wyżycia się i dlatego są one bardzo lubiane przez dzieci. Ekspresja ruchowa u dzieci może wyrażać się w różnorodny sposób: swobodnych ruchów przy muzyce, zabaw ilustracyjnych i inscenizowanych, zabaw rytmicznych i zabaw tanecznych***

***Kolejnym sposobem wyrażania ekspresji ruchowej jest taniec, który jest niczym innym jak naturalnymi ruchami ciała, oddającymi charakter tanecznej muzyki. Wymaga on świadomego wykonywania w tym samym czasie dwóch lub trzech rodzajów czynności z idealną rytmiczną dokładnością i precyzją ruchu. Taniec więc wyrabia u dziecka umiejętność podejmowania szybkiej decyzji, kształci uwagę oraz pewne zautomatyzowanie i uniezależnienie ruchów. Dziecko tańczy to co czuje, a odczuwa to co niesie mu wraz z muzyką jego wyobraźnia.***

***Ważną rolę w rozwoju muzycznym dzieci pełni słuchanie muzyki, którego celem jest przysporzenie małym słuchaczom nowych doświadczeń słuchowych, stanowiących sposób kształcenia pamięci i wyobraźni muzycznej.***

***Słuchanie muzyki służy również przekazywaniu wiadomości o muzyce i kulturze muzycznej, bo jak zauważa J. Uchyła – Zroski: „im dziecko ma więcej doświadczeń słuchowych, im więcej czynności muzycznych wykonuje, bądź z różnorodniejszym materiałem się styka, tym jego wyobraźnia muzyczna staje się bogatsza i sprawniejsza***

***Szczególnie widoczne to jest podczas tzw. „malowania muzyki”, kiedy dzieci za pomocą rysunku plastycznego próbują wyrazić swoje przeżycia i wzruszenia odczuwane podczas słuchania wybranego utworu muzycznego. Ta forma ekspresji uczy aktywnego stosunku do odbieranej sztuki, pobudza wyobraźnię, wdraża do skupienia się i emocjonalnego wczucia się w słuchaną muzykę.***

***Jeśli więc w tym wieku muzyka stanie się czymś atrakcyjnym, bliskim i interesującym, prawdopodobnie pozostanie taką w dalszym życiu. Aby była jednak atrakcyjna, musi być świetną zabawą – a stanie się nią zarówno poprzez śpiewanie piosenek, swobodne improwizowanie, przez słuchanie interesującej muzyki jak i ruch przy niej”.***

***Na podstawie artykułu Bogusławy Żabińskiej opracowała Jolanta Sajdak***

Dzieci uwielbiają [zabawy z rytmem](https://parenting.pl/portal/zabawy-taneczne-dla-dzieci), który wpływa niezwykle stymulująco na wiele aspektów rozwoju. Świadomość ciała i przestrzeni rozwija się intensywnie w okresie wczesnego dzieciństwa, aby w dojrzałej formie stać się podstawą kształtowania się złożonych czynności psychoruchowych, takich jak [mowa](https://parenting.pl/portal/mowa-dwulatka), [czytanie](https://parenting.pl/portal/czytanie-dzieciom-bajek), [pisanie](https://parenting.pl/portal/nauka-pisania-dla-dzieci), [liczenie](https://parenting.pl/portal/nauka-liczenia-dla-dzieci). Jak wiadomo, kompetencje te decydują o postępach w nauce szkolnej. Dlatego warto poświęcić trochę czasu na to, aby wspomóc rozwój psychoruchowy swojego dziecka.

***Popularne zabawy muzyczne***

***Świetnym pomysłem, żeby usprawnić dziecko, a przy tym spędzić z nim miło czas, jest takie organizowanie mu aktywności, w trakcie której będzie mogło bawić się przy muzyce. Ciekawe propozycje zabaw muzycznych:***

* Zabawa w figurki polega na tym, że dzieci biegają po sali w rytm puszczonej przez prowadzącego muzyki. Gdy muzyka zostanie zatrzymana, prowadzący mówi „Figurki, figurki zamieńcie się w.....” − tutaj pada nazwa przedmiotu, zwierzęcia lub rośliny, w zależności od wyobraźni. Potem prowadzący liczy głośno do trzech i dzieci muszą zastygnąć bez ruchu, przybierając wymienioną postać. Najładniejsza i co ważne nieruchoma figurka zostaje wybrana i staje przy prowadzącym. Teraz dziecko, które wygrało pierwszą rundę, może poprowadzić dalszą część zabawy aż do momentu, w którym będzie nowa figurka. Warto pamiętać, że młodsze dzieci będą się wzajemnie naśladować i wybór idealnej figurki może być trudny lub niesprawiedliwy z punktu widzenia dzieci. Starsze dzieci wykazują w tej zabawie większą kreatywność.
* Zabawa w kolorowe rytmy. W tej zabawie na podłodze należy umieścić kolorowe chusty lub maty. Ważne jest, aby każda z chust lub mat była w innym, jednolitym kolorze. Dzieci tańczą między kolorowymi matami w rytm wesołej muzyki. Gdy muzyka cichnie, prowadzący prosi dzieci, aby weszły na matę oznaczoną np. kolorem czerwonym i liczy do trzech. Dziecko, które nie zdąży w tym czasie znaleźć się na kolorze, odpada z gry.
* Baba Jaga patrzy to zabawa dość popularna w dzieciństwie dzisiejszych trzydziestoparolatków. Prowadzący przebiera się za Babę Jagę i bierze do ręki koc lub tkaninę tak duże, aby przykryły dziecko w całości. Dzieci biegają swobodnie po sali w rytm muzyki. Gdy muzyka ucichnie, Baba Jaga, która jest tyłem odwrócona do sali wypowiada znane słowa: „raz dwa trzy Baba Jaga patrzy” i odwraca się. W tym czasie dzieci muszą przykucnąć na podłodze i mocno zamknąć oczy. Baba Jaga chodzi po sali i przykrywa jedno z dzieci w całości, gdy to zrobi, prosi, aby dzieci wstały i zgadły, kto znajduje się pod przykryciem.
* Pieczenie chleba to zabawa, którą zaczynają słowa piosenki: „Mało nas, mało nas do pieczenia chleba”. Jest to świetna zabawa dla dzieci od 4 do 6 roku życia. Wszyscy uczestnicy zabawy powinni znać nawzajem swoje imiona, ale można potraktować tę zabawę jako integracyjną. Dlatego jeśli mamy grupę, gdzie nie wszyscy się znają, poprośmy dzieci, aby po kolei przedstawiły się. Następnie wszyscy, łapiąc się za ręce, tworzą duży krąg, do środka którego zapraszamy parę losowo wybranych uczestników. Oba koła, małe i duże, kręcą się w rytm słów piosenki. Gdy dochodzimy do słów „ciebie tu potrzeba”, dziecko znajdujące się w małym kółeczku śpiewa zamiast nich np.: „tylko nam, tylko nam Oli tu potrzeba”. Wówczas Ola znajdująca się w dużym kole przechodzi do małego i w kolejnych słowach piosenki wskazuje następnego uczestnika, który przechodzi do małego koła. Gdy małe koło robi się coraz większe i z trudem mieści się w dużym kole, wówczas dzieci śpiewają drugą zwrotkę piosenki, wymieniając po kolei imię uczestnika, który wraca do dużego koła.
* Opowiadanie muzyczne to rodzaj zabawy naśladowczej. Celem jest rytmiczne poruszanie się w takt muzyki. Tworzymy opowieść, która zawiera w sobie elementy ruchu, które dzieci mogą zilustrować. Na przykład: pewna rodzina słoni udała się na spacer − tata słoń − idzie ciężko − bum, bum, bum, mama – idzie szybko, a słoniątko – najszybciej − lekko i podskakując. Dzieci reagują natychmiast po usłyszeniu opowieści, naśladując opisane ruchy. W dalszej części opowieści można opisać na przykład taką historię: nagle rodzina słoni zobaczyła tygrysa − pauza muzyczna − wszyscy nieruchomo stanęli, tata słoń zatrąbił i tygrys uciekł. Historię powtarzamy od początku, co jakiś czas dodając nowe elementy, żeby zaskoczyć dzieci.

***https://parenting.pl/portal***