

W tym artykule przybliżymy Państwu kolejne zajęcia dodatkowe realizowane w ramach projektu „Efektywna Fachowa Skuteczna edukacja przedszkolna w Jaworzu” współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego. Tym razem są to **zajęcia z rytmiki**, które skierowane są do tej samej grupy dzieci, o których wspominałyśmy we wcześniejszych artykułach. Z oferty tej korzystają dzieci w Publicznym Przedszkolu Samorządowym Nr 1 w Jaworzu – tj. 39 osób oraz dzieci w Publicznym Przedszkolu Samorządowym Nr 2 w Jaworzu – tj. 47 osób. W roku szkolnym 2013/2014 zostało zrealizowanych 160 godzin zajęć w układzie: po jednej godzinie w czterech grupach. Ponadto w projekcie zaplanowano zakup materiałów, pomocy niezbędnych do prowadzenia zajęć /płyty, drobne instrumenty muzyczne – cymbalki, flety itp./.

Zajęcia z rytmiki wywierają korzystny wpływ na wszystkie sfery rozwoju dziecka: intelektualną, ruchową, emocjonalną oraz społeczną, sprzyjając prawidłowemu kształtowaniu osobowości. W programie zajęć poprzez swobodną zabawę muzyczną, dzieci otaczane są śpiewem, rytmem, tańcem. Kształtujemy nie tylko ucho i wrażliwość, ale prowokujemy do naturalnej ekspresji twórczej małego dziecka. Rytmika prowadzona dla dzieci już od najwcześniejszych, przedszkolnych lat nie tylko pomaga stymulować ich prawidłowy rozwój, ale z czasem może stać się podłożem dla rozwoju życiowej pasji. Powszechnie znany jest wpływ aktywności fizycznej na prawidłowy rozwój ruchowy dziecka, jednak połączenie ćwiczeń z muzyką przyniesie jeszcze więcej korzyści. Oprócz tego, że ćwiczenia rytmiczne wzmacniają mięśnie dziecka, jego koordynację i równowagę, korzystnie wpływają na postawę, kształtują w dziecku poczucie rytmu, nadają jego ruchom precyzję, sprężystość i płynność, nie powodując przy tym nadmiernego zmęczenia. Lekcje rytmiki są także okazją do kształtowania prawidłowej dykcji, słuchu muzycznego i wyobraźni oraz nauki grania na prostych instrumentach muzycznych (takich jak tamburyna, bębenki, dzwonki). Ćwiczenia muzyczne i taneczne, poprzez naukę piosenek, wierszyków, czy konieczność wykonywania odpowiednich sekwencji ruchów, rozwijają pamięć wzrokową, słuchową i ruchową dziecka, poprawiają koncentrację, spostrzegawczość, pobudzają inwencję twórczą (poprzez improwizacje ruchowe, śpiewane oraz grane). Sprzyja temu obecność muzyki i zabaw ruchowych, dzięki czemu dziecko uczy się i zdobywa ważne umiejętności z przyjemnością oraz bez większego wysiłku. Przez taniec, którego elementy są wprowadzane na lekcjach rytmiki, dzieci uczą się przeżywania i wyrażania emocji. Może być on formą wyzycia się, odreagowania napięć lub sposobem na odprężenie, zabawę, oderwanie od codzienności. Jeżeli uczucia te są przeżywane wspólnie podczas tańca grupowego, dzieci uczą się dzielenia swoimi odczuciami, poczucia wspólnoty, wzajemnego zaufania, współpracy, współdziałania oraz współodpowiedzialności. Gdy dziecko jest nieśmiałe, pełne zahamowań, poprzez wspólnie z innymi wykonywane ćwiczenia rytmiczne, śpiewanie, taniec może pozbyć się kompleksów, zahamowań, wzmocnić wiarę we własne siły, lepiej zintegrować się z rówieśnikami. Ponadto taniec uczy dzieci cierpliwości, dyscypliny, samokontroli, akceptacji samego siebie i innych, a także szacunku dla słabszych fizycznie rówieśników. Poprzez harmonijnie i rytmicznie wykonywane ruchy może również łagodzić zaburzenia w zachowaniu dziecka. Widać więc, że systematyczny udział w zajęciach z rytmiki wpływa korzystnie na rozwój emocjonalny i osobowościowy dziecka oraz przyczynia się do jego lepszego funkcjonowania w społeczeństwie. Wymienione tematy to niektóre wybrane zagadnienia z realizowanej całej gamy ćwiczeń. Wszystkie dzieci bardzo chętnie korzystają z tych zajęć, z wielkim entuzjazmem w nich uczestniczą. **Ćwiczenia rytmiczne i zagadki słuchowe:** rozpoznawanie odgłosów dochodzących z otoczeniem oraz głosów kolegów, rozpoznawanie dźwięków niskich, wysokich granych na pianinie, odróżnianie kontrastowego tempa i dynamiki, wykorzystywanie rytmów w różny sposób – klaskaniem, krokami, stukaniem, gestami oraz na instrumentach, nauka „alfabetu muzycznego”, oraz zapoznanie z długością trwania dźwięków, rozpoznawanie brzmienia dzwonek, trójkąta, kołatki, grzechotki, bębenka, klaskanie fragmentów i całych przebiegów rytmicznych piosenek, stosowanie zmian rejestrów przy zagadkach melodycznych, zagadki słuchowe, polegające na

rozpoznawaniu dźwięków instrumentów, melodii piosenek, oraz odgłosów zwierząt domowych, zabawy jesienne przy muzyce, zabawy z udziałem instrumentów muzycznych, utrwalenie nazw poszczególnych instrumentów i granie na nich, wprowadzenie i utrwalenie nowego określenia „średnio wysoko” „średnio szybko” „średnio głośno”, zagadki polegające na dopasowaniu odpowiedniego ruchu do słyszanej muzyki, zagadki słuchowe wykonywane przez dzieci, „Muzyka kieruje ruchem” - dzieci kierują się wyłącznie muzyką, objaśnienia słowne do minimum, zagadki muzyczne do poszczególnych dni tygodnia, ćwiczenia uwrażliwiające dzieci na zmiany rytmu, tempa, dynamiki, rejestru, wprowadzenie prostych określeń charakteru muzyki i próby dostosowania ich do rodzajów piosenek, obserwacja odgłosów dobiegających z otoczenia, zabawy wiosenne przy muzyce, utrwalanie określeń „nisko, średnio, wysoko” przez recytację słów, wyliczanek, przysłów w trzech rejestrach głosu, słuchanie i próby rozpoznawania głosów ptaków, kształtowanie słuchu z zastosowaniem zabaw tematycznych związanych z nadejściem nowej pory roku, ćwiczenia i zagadki słuchowe, rozpoznawanie i określanie rejestrów, tempa, dynamiki i słyszanej muzyki. **Nauka piosenek:** „Piosenka na powitanie”, „Nutka okrągłutka”, „Przyszła kwaczka do przedszkola”, „Poznaj z kwaczką swoje przedszkole”, „Owocowy taniec”, „Zajączki”, „Ruda wiewiórka”, „Ja przyjaciela mam”, „Zajęcia rytmiki”, „Zabawa w ubieranie choinki”, „Zabawa w lepienie pierogów”, „Bo piosenka jest dobra na wszystko”, „Piosenki związane z dniem Babci i Dziadka”, „Rosną szybko dzieci”, „Karuzela”, „Co to za dzień”, „Witaj wiosno”, „Bal w lesie”, „Dziś dzień mamy”, „Mój tata”, „Jest taki dzień w czerwcu”, „Po łące biega lato”.

**Gry i zabawy:** formowanie koła, rzędu, par, dwóch i więcej kólek, ustawianie „w rozsypce”, zabawa w „Wesołego węża” i „Taniec kwaka”, zabawy i ćwiczenia organizacyjno-orientacyjne – reakcja na kilka różnych sygnałów wywołujących określone czynności, nauka „Cwału po kole”, hamowanie i pobudzanie ruchu na określone sygnały słowne, dźwiękowe i wzrokowe, zabawy oparte na obserwacji otoczenia (jesień, liście, deszcz), zabawa „Cztery rogi żadnej nogi”, ćwiczenie sprawności ruchowej rąk przez stosowanie piłek, obręczy, woreczków, wykonywanie rękami ruchów naśladowujących malowanie różnych wzorów, wkręcanie śrubek, nakręcanie zabawek, sprawne ustawianie się na sygnał słowny i dźwiękowy, utrwalanie umiejętności poruszania się cwałem bocznym w ustawieniu swobodnym, kole wiązanim i w parach, zabawy w „echo rytmiczne”, imitowanie ruchem zabaw zimowych oraz zabaw świątecznych, ćwiczenia rozwijające sprawność rąk; stosowanie pomocy i rekwizytów, tańce i zabawy związane z okresem karnawału, ćwiczenia gimnastyczne, rozwijające poszczególne grupy mięśni, czworakowanie, skoki, przeskoki, wprowadzenie nowego elementu przestrzennego – nauka przejścia parami przez środek sali, wyrabianie umiejętności improwizacyjnych, „Wszystkim Paniom” - zabawa muzyczno-ruchowa przy piosence, nauka szybkiego hamowania ruchu i próby utrzymania ciała w całkowitym bezruchu trwające kilka sekund, zabawy związane z Wielkanocą, ćwiczenia emisyjne i oddechowe, improwizacja ruchowa polegająca na swobodnym naśladowaniu różnych czynności, na przykład: kopania ziemi, podlewania ogródka, pomocy w domu, poruszania się różnych zwierząt, ćwiczenia gimnastyczne rozwijające różne grupy mięśni, zabawy muzyczno-ruchowe - „Mama to skarb”, „Kwiaty dla mamy”, zabawy związane z wakacjami i wypoczynkiem letnim.



Jolanta Bajorek  
Czesława Cybulka