



PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

MENINIO UGDYMO METODINĖ MEDŽIAGA

MUZIKA

(I - IV KLASIŲ MOKINIAMS)

KAUNAS 2011

Negaišk laiko patyčioms! Tu gali KURTI



PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

Meninė veikla - tai universali vaiko visuminio ugdymo priemonė. Ji atveria plačias galimybes pajauti ir stebėti grožį, žadinti poreikį bendrauti su menu ir jį kurti.

Meninis ugdymas – tai neatskiriama bendrojo kultūrinio ir socialinio ugdymo dalis, tolesnio moksleivių mokymosi, gyvenimo bei darbo dabarties bei ateities visuomenėje kokybės ir sėkmės prielaida.

„Menas – užpildo bet kokios talpos indą, perima visą žmogaus sielą, jo sąmonę, taip suteikdamas sielai sparnus į neribotą laisvę ir siekius.“

Viktor E. Frankl



PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

Meninio ugdymo (*MUZIKOS*) metodika ruošiama siekiant produktyvaus kultūros įstaigų ir bendrojo lavinimo mokyklų bendradarbiavimo.

Ši *MUZIKOS* metodika bus taikoma mokiniams. Ji paruošta I - XII klasių moksleiviams, segmentuojant juos pagal 3 klasių grupes: **I-IV**, V-VIII ir IX-XII klasių mokiniams.

Metodinę medžiagą parengė:

Druskininkų M. K. Čiurlionio meno mokyklos muzikologė - metodininkė Rasa Kaušiūtė,
Asociacijos „Teisėtvarka“ muzikologas – metodininkas Petras Jucevičius,
Asociacijos „Teisėtvarka“ metodininkė Edita Tamulevičiūtė.

PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

TURINYS

Įvadas	6
Metodinės medžiagos pagrindimas	7
Metodinės medžiagos tikslas	8
Metodinės medžiagos uždaviniai	8
Bendroji dalis	9
Kas yra kūrybiškumas	9
Kaip išlaisvinti kūrybiškumą?	10
Kaip ir kada kurti?	11
Kūrybiškumo ugdymas. Saviraiškos svarba žmogaus gyvenime	12
Kūrybiškumo rūšys	13
Kūnas kaip instrumentas. Kūno laisvė	14
Laikysena	15
Kūno atpalaidavimas, paruošimas darbui	16
Kvėpavimas	17
Kvėpavimo pratimai	18
Vokalas	19
Ritmo įtaka muzikai	21
Ritminių darinių pažinimas	22
Imitacija, atkartojimas, improvizacija	23
Imitacija, atkartojimas	23
Improvizacija – kūno emocijos išraiška	24
Melodija	26
Nuotaika	29
Intervalų nuotaika. Jų įtaka kūrinio nuotakai	31
Dermė	32

Ritminė melodinė improvizacija	33
Tekstas	34
Teksto gimimas	35
Tiesioginė ir perkeltinė teksto prasmė	37
Kalba kaip simbolis. Jaustukai. Išiktukai.....	38
Instrumentai	38
Improvizuok kurdamas	38
Literatūros sąrašas.....	39
Vaizdo medžiaga.....	40
Meninio ugdymo - Muzikos metodikos dalomoji medžiaga	41

PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

Įvadas

Meninė veikla - tai gebėjimas įsivaizduoti, pajusti, kurti, grožėtis. Tai vaiko atvirumas estetiniams išpūdžiams, jautrumas gamtos, vaiką supančios aplinkos bei meno kūrybinių grožiui. Tai poreikis išreikšti save meno kalba: spalvomis ir linijomis, muzikos garsais ir judesiais, raiškiu žodžiu ir vaidyba. Gebėjimas tyrinėti įvairias meninės raiškos priemones, spontaniškai išreikšti savo nuotaiką, jausmus, mintis, santykį su pasauliu, atrasti individualų, savitą raiškos stilių, gebėjimas kurti vaizduojant, muzikuojant, vaidinant, šokant, žaidžiant.

Vaiko meninė kompetencija apima šias meninės raiškos ir kultūros pažinimo sritis: dailė, muzika, teatras, šokis. Visos šios sritys turi ugdomąją vertę ir yra labai svarbios vaiko intelekto raidai, jo meninių, pažintinių, komunikacinių bei socialinių gebėjimų sklaidai. Dėl savo įvairumo ir universalumo meninė veikla yra savita ir nepamainoma pažinimo forma. Tai universali vaiko visuminio ugdymo priemonė. Ji atveria plačias galimybes pajauti ir stebėti grožį, žadinti poreikį bendrauti su menu ir jį kurti.

Meniniai projektai suteikia galimybę vaikams visapusiškai tyrinėti meno pasaulį, patiems aktyviai veikti, numatyti, ieškoti ir atrasti, spręsti problemas. Viena meninės veiklos sritis praturtina kitą, padeda susidaryti vientisus meninius vaizdinius, vienu metu išbandyti ir derinti saviraišką bei kūrybą vaizdu, žodžiu, judesiu, garsu, balsu.

Meninis vaikų ugdymas pasižymi veiklos rūšių įvairove. Jis apima ir meninę raišką, ir gamtos bei meno reiškinių pažinimą. Meno projektai gali būti siejami su vaikų ugdymo sritimis: etnokultūra, gamta, ekologija, sveikata, kalba, žaidimais... Tuo būdu meninis ugdymas natūraliai tenkina vaiko įgimtus psichologinius saviraiškos ir pažinimo poreikius. Kūryba atveria savitą ir turtingą prasmų bei vertybių pasaulį, kurio pažinimas yra toks pat reikšmingas, kaip ir mokslinis, matematinis, religinis ir kt. pažinimas.

Meninė veikla sustiprina teigiamą savęs vertinimą, kūrybinių galių pajautimą, laisvą kalbėjimą geriau suvokiant savo išgyvenimus, svajones ir nuotaikas. Ji padeda vaikui pažinti ir išreikšti save, lavina kūrybines galias, padeda ugdytis ir atsiskleisti gabumams, turtina emocinę patirtį, turi lemiamos įtakos intelekto raidai.

Meninė raiška yra puiki priemonė ugdyti ir plėtoti vaiko socialinius ir komunikacinius gebėjimus. Meninio ugdymo procese veiksmingai ir harmoningai ugdoma visa žmogaus asmenybė – kūrybinės, intelektinės, emocinės, fizinės jo galios, verbalinės ir neverbalinės raiškos gebėjimai, vertybinių nuostatų sistema.

Meninė ir estetinė moksleivių bei visos visuomenės kompetencija, sąmoningas požiūris į dabarties meno, tikrovės estetinę raišką turi padėti laiduoti kultūros tęstinumą, esminės žmogiškosios patirties, žinių ir vertybių perdavimą iš kartos į kartą.



PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

Metodinės medžiagos pagrindimas

Meninis ugdymas - tai neatskiriama bendrojo kultūrinio ir socialinio ugdymo dalis, tolesnio moksleivių mokymosi, gyvenimo bei darbo dabarties bei ateities visuomenėje kokybės ir sėkmės prielaida. Meninis ugdymas reikalingas kiekvienam žmogui.

Menas laikomas tam tikra kalba ir komunikacijos priemone, kuriai suprasti bei vartoti reikia meninės ir estetiškos kompetencijos.

Asmeniui gebančiam stebėti, išgyventi ir suvokti meno kūrinius, tenkinamas jo meninio pažinimo interesas, didinamas sąmoningumas, išplečiamos objektyviojo ir ypač subjektyviojo pasaulio pažinimo ribos.

Ši metodinė medžiaga prisidės prie moksleivių estetinio suvokimo gebėjimų ugdymo, suteiks galimybę vaikams patiems aktyviai veikti meninėje veikloje, numatyti, ieškoti sprendimų, juos atradus – panaudoti, sprendžiant iškilusias problemas.

Prisidės prie moksleivių meninių gebėjimų ugdymo, kartu plėtojant ir jų estetinio suvokimo galias. Kad estetiškas suvokimas, interpretavimas bei vertinimas būtų gilesni, pagrįstesni, įvairiapusiškesni, moksleiviams suteikiama *MUZIKINIŲ* žinių.

Meninio ugdymo pagalba galima iš esmės padidinti asmens dalyvavimo įvairioje socialinėje bei kultūrinėje veikloje galimybes.

Metodinė medžiaga prisidės prie moksleivių kultūrinės aplinkos kūrimo, jos pertvarkymo, meninės raiškos gebėjimo, savęs atradimo, pasaulėžiūros plėtimo, kasdienės ir neįprastos patirties raiškos, savistovio kūrybos darbų rengimo.

Metodinės medžiagos tikslas

Kiekvienas vaikas yra unikali ir nepakartojama asmenybė. Visa veikla, kurioje dalyvauja vaikas, skirta jo asmenybės tobulėjimui bei plėtotei, yra svarbi savęs atskleidimui ir saviraiškai.

Meninio ugdymo (*MUZIKOS*) metodikos tikslas – suteikti vaikams žinių (pagrindų) muzikos srityje, paruošiant juos savarankiškam kūrybinės užduoties (Dainos sukūrimo) atlikimui. Ugdyti kuriančią asmenybę, brandinti kūrybiškai, laisvai mąstantį žmogų, pasitikintį savo kūrybine jėga ir talentais. Ugdyti meno žinovą, kultūros puoselėtoją.

Metodinės medžiagos uždaviniai

- Suteikiant *MUZIKINIŲ* - vokalinių, ritminių, instrumentinių žinių pradmenis - paruošti moksleivius savarankiškai kūrybai;
- Atskleisti moksleivių meninės raiškos gebėjimus kuriant;
- Praplėsti vaikų pasaulėžiūrą, suteikiant nekasdienės patirties, sudarant sąlygas vaikams atsiskleisti, atsikratyti kompleksų. Kaupiant dailės raiškos ir kūrybos, regimos aplinkos pajautimo ir pažinimo patirtį, lavinti estetinę nuovoką;
- Lavinti vaikų tikslingą veiksmo motyvaciją, mąstymą, - abstraktų ir konkretų, sisteminamąjį ir detalizuojamąjį, loginį ir asociatyvųjį. Ugdyti intelektą įvairiomis pažinimo formomis.
- Ugdyti emocinį suvokimą ir jausmų kontrolę. Mokyti intuityviai mąstyti, „skaityti tarp eilučių“, derinti pasąmoningą kūrybą, nuojautą ir raciją. Padėti harmoningai bręsti jaunai individualybei.
- Atliekant komandines užduotis tobulinti bendravimą tarp visų tikslinių grupių: mokinys – mokinys, mokinys – mokytojas, mokinys - tėvai;
- Vaikų kūrybai ir saviraiškai taikyti tiek žinomas, tiek ir naujas meno priemones;
- Siekti sukurti kultūrinę aplinką sąlygojančią patyčių ir diskriminavimo mažėjimą;

Bendroji dalis

Kas yra kūrybiškumas?

Kodėl kurti yra naudinga ir prasminga?

„Kūrybingas gali būti (ir yra) kiekvienas žmogus, kad ir kokia jo profesija, amžius ar socialinis statusas“ – teigia psichologė Laura Rimkutė straipsnyje „Kiekviena diena - meno kūrinys“.

„Būti kūrybingam labai naudinga! Pasirodo, tai gerina mūsų fizinę ir psichinę sveikatą, imuninę sistemą ir suteikia didesnę pasitenkinimą gyvenimu“.

Manoma, kad kūryba, jei ji neslopinama, o skatinama, gali turėti ir gydomąjį poveikį.

E.P.Torrance (1965) tvirtina, kad beveik visų psichoterapijos kryptių tikslas - siekti, kad asmenys taptų kūrybiškesni ir galėtų įveikti įvairius stresus.

„Kūrybinė veikla - tarsi kaminas, išleidžiantis dūmus, kad jų neprisikaupytų namuose“.

Buvo tirti jauni aktoriai. Rezultatai parodė, kad šie žmonės daug geriau jaučiasi vaidindami negu po spektaklio (*F. Barron*, 1972). Pasak jų, įsijautimas į vaidmenį padeda geriau suprasti save ir kitus žmones.

Tikima, kad kūrybos procesas stimuliuoja smegenų kankorėžinę liauką, aktyvinančią visą endokrininę sistemą, kūrybinės veiklos metu „nuleidžiamas“ susikaupęs nerimas, labiau atsiskleidžia „savasis aš“ (*E. P. Torrance*, 1978).

D.Heatho (1980) nuomone, gebėjimas išsakyti žodžiais, skaičiais, piešinius, muzikos garsais, gestais pagerina adaptaciją, kadangi iš karto galima pamatyti savo praeitį, dabarties akimirką, numatyti ateities veiklos padarinius. Kūrybiškumą žadinantys pratimai didina toleranciją ir tarpusavio supratimą.

„Dažnai nė nepastebime, kad esame kūrybingi kasdieniniame gyvenime. Pvz., vartojame žodžius ir sakinius, kurių nesame sakę anksčiau, išreiškiame savo mintis vis kitaip. Tiesiog niekada nesusimąstome, kiek kūrybiškumo yra mūsų kalboje. Mes, žmonės, kasdien lanksčiai improvizuojame, pritaikome naujas žinias ar kuriame“ (Laura Rimkutė)

Kaip išlaisvinti kūrybiškumą?

Psichologė Laura Rimkutė pataria:

„Pirmas žingsnis - tai tikėjimas, kad ir jūs galite būti kūrybingas. Didžiausia kliūtis šiame kelyje - įsitikinimas, kad neturite reikiamų savybių, kad kūrybiškumas - ne jums. Net jei niekas nėra pavadinęs jūsų originaliu, be galo svarbu suvokti, kad galimybių kurti turi kiekvienas. Kūrybingumas, kaip ir kiti mūsų sugebėjimai, gali ir turėtų būti lavinamas. Leidimas sau žaismingai eksperimentuoti, noras mokytis iš savo klaidų ir atkaklumas – tai raktai, padėsiantys išlaisvinti jūsų galbūt jau seniai slopinamas kūrybines galias. Atsipalaiduokite ir leiskite sau tiesiog būti savimi. Nesmerkite savęs ir nevertinkite kritiškai to, ką darote. Nelaukite ypatingo įkvėpimo. Tiesiog imkitės veiklos. Nesureikšminkite proceso. Ramiai darykite tai, ką norite daryti, ir leiskite mūzai aplankyti jus. Jei užsiimate mėgstama veikla, tuo, kas artima širdžiai, įkvėpimas būtinais ateis. Tik svarbu nepasilikti darbų paskutinei minutei, nedaryti jų įsitempus. Malonumas, patiriamas iš to, ką darote, suteiks visas galimybes pasireikšti kūrybai.“

Kaip ir kada kurti?

„Pasitikėsite savimi, pasistenkite, kad kūryba taptų jūsų įpročiu. Kiekvieną dieną pagalvokite apie tai, ką galite padaryti originalaus ar kitaip nei jums įprasta. Džiaukitės kiekvienu, kad ir menkiausiu, savo kūrybingumo pasireiškimu. Jei nuolat skubate, vieną dieną pabandykite viską daryti lėtai. Jei mėgstate kasdien dėvėti puošnius drabužius, vieną rytą apsirenkite ką nors paprasto. Stebėkite savo savijautą, kai darote ką nors naujo. Nebijokite eksperimentuoti. Jie ką tik išbandyta veikla nepatiks, visada galėsite grįžti prie mėgstamos ar išbandyti dar begalę kitų.

Siekiant ugdyti kūrybiškumą, verta išnaudoti rytines valandas. Kol esame užsimiegoję, mūsų racionalusis protas dar ne taip stipriai kontroliuoja tai, kas vyksta, todėl yra didesnė galimybė iš pasąmonės išlįsti ten slypinčioms mūsų kūrybinėms galioms“.

Šis psichologės siūlymas naudingas dar ir tuo atveju, kai kūrybiškumas bandomas sužadinti natūraliai, per kasdienes situacijas.

Kadangi mūsų objektas yra poetinio teksto bei muzikos sukūrimas, bus naudojama įvairiausių priemonių, kūrybinių užduočių, taip pat psicho-fiziniai pratimai, ypatingai stimuliuojantys kūrybines galias, bei išmokantys atsipalaiduoti bei „prigesinti“ mūsų kritiškąjį racionalųjį protą, kartais taip trukdantį „pamatyti“, „išgirsti“ ir t.t.

Manoma, kad kūrybinį procesą sudaro keturi etapai:

- pasiruošimas,
- inkubacinis periodas,
- išryškėjimas ir
- patikrinimas.

Pirmiausia mes pagalvojame, ką norėsime daryti. Tada renkame tam reikalingą informaciją. Vėliau tas žinias „apvirškiname“. Galiausiai įgyvendiname savo sumanymą ir patikriname gautą rezultatą.

Kūrybiškumo ugdymas Saviraiškos svarba žmogaus gyvenime

Išugdyti kūrybišką asmenybę geriausiai padeda ugdymas pasitelkus meną. Tai svarbu ne todėl, kad išugdytume kuo daugiau menininkų, bet tam, kad vaikai taptų geresniais žmonėmis. Ugdymas padedant menui galėtų tapti viso mokymo (netgi aritmetikos, skaitymo ir rašymo) pamatu.

Ugdymas menu - tai geriausias būdas asmenybės kūrybiškumui atskleisti. Tai padėtų asmenybei tapti kitokia - sugebančia džiaugtis pasikeitimais, improvizuoti, pasitikėti savo jėgomis, stipria ir drąsia, sugebančia veikti visai naujomis aplinkybėmis.

Kiekvienas mūsų turėtų keistis ir tapti asmenybe. Tokia, kuri pasitiki savimi, sugeba elgtis kūrybiškai net ir naujomis, netikėtomis aplinkybėmis.

Kūrybiškumas būdingas kiekvienam žmogui ir yra susijęs su psichine sveikata.

Kūrybiškumo rūšys

Svarbiausia improvizacija ir įkvėpimas, o ne užbaigtas darbas ar pasiektas rezultatas.

Skiriamos trys kūrybiškumo rūšys:

- pirminis,
- antrinis ir
- integruojantis.

Pirminis kūrybiškumas - įkvėpimo fazė, kuri turi būti atskirta nuo kruopštaus darbo ir idėjos įgyvendinimo. Kūrybiškumas čia pasireiškia be didelių pastangų kaip spontaniška vientisos asmenybės išraiška.

Pirminis kūrybiškumas būdingas vaikams, kurių išradingumas ir spontaniška kūryba yra lygiai tokia pat reikšminga ir svarbi, nors tai, kas sukurta ir neatitinka įprasto kūrybos produkto apibrėžimo (nėra reikšminga ir nauja visuomenei). Mažo vaiko atrasti kūrybos dėsniai gali būti pati aukščiausia kūrybos viršūnė ir nuostabiausio įkvėpimo pavyzdys.

Antrinis kūrybiškumas - tai intensyvus, nuolatinis ir sunkus darbas, įgūdžių tobulinimas bei medžiagos kaupimas. Kartais tai trunka pusę gyvenimo, kol pasiekiami norimi įvairių sričių rezultatai - kuriant namus, tiltus, automobilius, atliekant mokslinius eksperimentus.

„*Radau tik vieną bendrą bruožą, būdingą kūrybiškiems žmonėms - tai troškimas sunkiai ir ilgai dirbti*“ (J.P.Guilford).

Integruojantis kūrybiškumas apima *pirminį* ir *antrinį*.

Iš jo kyla žymiausi meno ir filosofijos mokslo darbai.

Kūnas kaip instrumentas Kūno laisvė

Daugiau kaip 5000 metų tao meistrai tyrė ir vystė įvairiausius metodus, kurie padėtų kiekvienam žmogui pasiekti taip norimo ilgaamžiškumo bei laimės. Ilgų paieškų metu ieškant neriboto energijos šaltinio taosistai atkreipė dėmesį į savo vidų, į paslaptis gaubiančias jų gyvybinę jėgą. Šių paieškų metu jie atskleidė, kad žmogaus viduje egzistuoja ištisa Visata, identiška mus supančiai Visatai. Jie sužinojo, kad mus supanti Visata turi milžiniškus energijos išteklius, ir ta energija, jėga galėtų atnešti naudą mūsų vidinei visatai, žmogaus mikrokosmosui, jeigu tarp šių Visatų galima būtų sutvirtinti ryšį.

Tao meistrai padarė išvadą, kad tam, kad susijungti su išorine, mus supančia Visata, žmogui pirmiausia reikia išmokti kontroliuoti savo vidinę Visatą. Šią vidinę Visatą jie jautė kaip energijos, arba Či, tekėjimą kūne. Tao meistrai atrado, kad Mikrokosminė Orbita, einanti aukštyne stuburu, o po to besileidžianti priekine kūno dalimi, yra kelias, kuriuo teka ši švari energija. Mikrokosminė Orbita sujungia tris žmogaus kūnus: fizinį, energetinį bei dvasinį. Galutiniam rezultate juos sujungia į vieną nemirtingą kūną.

Mūsų fizinis bei dvasinis kūnas labai susiję. Jei tam tikri blokai mūsų kūne trukdys laisvai cirkuliuoti gyvybinei energijai, tai bus įveržtas tiek kūnas, tiek dvasia.

Darant tam tikrus pratimus, galima sureguliuoti viso kūno, organizmo energiją, vystyti ar sugrąžinti prarastą kūrybiškumą.

Taigi kūno pratybos neišvengiamai veikia mūsų protines, dvasines galias ir atvirkščiai, atpalaiduodami mąstymą, jausmus, mes tuo pačiu atpalaiduojame ir kūną.

Mūsų tikslas - ugdyti laisvą bei kūrybišką asmenybę, gebančią kurti, veikiant tiek fizinį, tiek dvasinį kūną tam tikrų pratimų, žaidimų, kūrybinių užduočių pagalba, „stiprinant stuburą“ tiek tiesiogine, tiek perkeltine prasme, suvokiant save kaip unikalų bei nepakartojamą kūrinį, skatinant vaiką, jaunuolį, vadovautis gėrio, grožio sąvokomis, stiprinti pozityviają kuriančią energiją, taip stiprinant vienovę su mus supančia visata.

Laikysena

„Kūno kalba atspindi vidinę žmonių būseną. Tačiau galimas ir atvirkštinis variantas - kūno pozos gali keisti žmonių elgesį ir savijautą“, - teigia psichologai.

Mūsų stuburas - mūsų kūno ašis, atsakingas už taisyklingą energijos tekėjimą. Tam, kad gautume daugiau energijos, labiau pasitikėtume savo jėgomis, reikia stuburą laikyti tiesiai, nesikūprinti.

Richard Pretty atliko įdomų eksperimentą. Tiriamieji, sėdintys išsitiesę arba susikūprinę, turėjo užrašyti tris teigiamas arba neigiamas savo, kaip būsimojo darbuotojo, savybes. Vėliau jie turėjo įvertinti savo galimybes gauti darbą. Kaip parodė rezultatai, tiesia nugara sėdėję tiriamieji buvo labiau įtikėję savo parašytais žodžiais - jei jie rašė teigiamas savybes, save vertino teigiamiau, jei neigiamas - neigiamiau.

Taisyklinga laikysena

Norint nustatyti taisyklingą laikyseną, reikalingą dainavimui ar kvėpavimui, pirmiausia reikia pradėti nuo patogiai aukštos krūtinės pozicijos. Atpalaiduoti keliai (nesurakinti), taosistai rekomenduoja juos net truputį sulenkti, pėdos pečių plotyje, nugara tiesi.

Rekomenduojama pradžioje netgi stovėti šalia veidrodžio ir stebėti laikyseną.

Galimos klaidos: pečiai per daug atlošti, krūtinė nuleista.

Kūno atpalaidavimas, paruošimas darbui

Sąmoningas kvėpavimas gali nedelsdamas atpalaiduoti kūną ir protą. Kai kvėpavimas sulėtėja, antinksčiai gauna pranešimus „*viskas gerai*“ ir slopina stresą.

Kvėpavimo būdai (dreinant kvėpavimą ir judesį) taikomi greitam kūno atpalaidavimui.

1. Pakeliame rankas aukštyn, tiesdami jas per šonus, išsitiesdami, (krūtinė į priekį) tarsi pasiražydami. Rankos pakyla į viršų, pirštų galiukais „stiebiames“ į dangų. Rankose jaučiame malonų ramenų tempimą, visas kūnas tarsi kyla aukštyn. Nesistiebiame kojomis, pėdos pilnai padėtos ant žemės! Tuo pat metu, kai pradedame kelti rankas, ramiai įkvepiame per nosį, įsivaizduodami, kad kvėpavimas eina nuo pirštų galiukų ir kai keliamo rankas aukštyn, kvėpavimą irgi „keliamo“ iki viršugalvio. Iškvepiant ilgu garsu „ch.....“, rankas nuleidžame prie šonų.

Šis pratimas atpalaiduoja įsitempusius raumenis, išlaisvinama energija.

2. Kadangi dažniausiai mokinių nugara būna įtempta o krūtinė „surakinta“ – pratimas atpalaiduosiantis visą korpusą.

Rankas sulenkiamo per alkūnes, laikome prieš save, sugniaužiame į kumščius (lengvai), alkūnės sudaro statų kampą, einantį nuo pečių į viršų. Pabandome įsivaizduoti esantys sporto salėje, treniruojant krūtinės raumenis. Rankas sulenktomis alkūnėmis „atidarome“ į šalis, tuo pat metu įkvepiant orą pro nosį į krūtinės ląstą, ją išplečiant, atpalaiduojant. Iškvepiant pro burną garsu „ch...“, rankas vėl „uždarome“.

Šis pratimas gražina mums gebėjimą „kvėpuoti laisva krūtine“, kitaip tariant, pasijusti pilnavertėmis, laisvomis asmenybėmis.

3. Šiek tiek sunkesnis pratimas kūno laisvei bei koordinacijai vystyti.

Pradžia daroma kaip pirmojo pratimo, įkvėpimas, pasiražymas, rankos kyla aukštyn, „pasistiebiame“. Iškvepiant garsu „ch...“, rankas „metame“ per šonus, patys „krentame“ žemyn per liemenį. Rankos kabo laisvai, galva laisvai nusvirusi. Pabandome iš šios pozicijos lėtai įkvepiant per nosį, visą kūną tarsi „išvynioti“, pirmiausia kyla rankos, tiesiname kūną, įsivaizduojame, kad kūno centras yra liemens srityje, per jį keliamas visas kūnas, vėl tarsi pasiražome, paskiausiai iškeliamo galvą, rankomis vėl „stiebiamės“ aukštyn. ir t.t. Baigę pratimą lėtai atsistojame į pradinę padėtį.

Pirmas ir trečias pratimas panašūs į „Saulės pasveikinimo“ pratimą jogoje, kuriuo pasveikinamas rytas, saulė, prasidedanti diena bei darbai.

Pasiruošiant darbui, pirmiausia reikia paruošti savo instrumentą - kūną, sureguliuoti jį ir sustyguoti, kad tinkamai derėtų bei skambėtų.

Kvėpavimas

„Tavo balsas, tavo visos gyvybinės galios glūdi kvėpavime...“

(Iš mokytojos Teodoros ir mokinės Aribos pokalbio, „Šilko kelio karalienė“, Agnes Imhof)

Visi profesionalūs dainininkai žino, kad kvėpavimas yra dainavimo pagrindas.

„Jūsų balsas yra pučiamasis instrumentas taigi reikalingas kvėpavimas garso išgavimui. Treniruojant savo kūną ir pasąmonę, kad galėtume valdyti kvėpavimo procesą, mes galėsime išdainuoti ilgas reikiamas frazes, gerai dainuoti aukštas ir žemas natas, geriau valdysime dinamiką“. (Anne Peckham, „Singer's Handbook“)

Taisyklingas kvėpavimas

Atrodytų, visi žino kaip kvėpuoti, juk kvėpuojame be perstojo visas 24 valandas per parą. Deja, dauguma tai daro neteisingai, paviršutiniškai kvėpuodami tik viršutine kūno dalimi, krūtine. Tai dažniausiai pasireiškia moterims, nes vyrams kvėpavimas žemutiniu kvėpavimu yra natūralus.

Pradžioje visi kūdikiai kvėpuoja pilvu, t.y. taisyklingai. Tik augimo, brendimo procese, šie įgūdžiai gerokai susilpnėja, veikiant įvairiems stresams.

Kvėpuojant pilvu mes gauname daugiau energijos, reikalingos įvairiems darbams nuveikti, ne tik kūryboje, nors kūryboje ši energija be galo svarbi. Pagal taoistų mokymą, pilve, šiek tiek žemiau bambos yra žmogaus gyvybinis centras.

Išmokti kvėpuoti pilvu yra ne taip paprasta, ir tai yra tikrai ne vienos dienos darbas, bet bent jau pajusti kaip reikėtų kvėpuoti, vertėtų. Tai yra naudinga ne tik dėl dainavimo. Pajutus savo kūno „centrą“, mes tampame savimi, tarsi įgyjame atramą, kuri neleidžia mumis lengvai manipuliuoti, mes pajėgiame suvokti, kas yra tikra, ir kas ne, žymiai greičiau.

Tai reikalinga proto ir emocijų pusiausvyrai bei koordinacijai reguliuoti. Išmokę kvėpuoti žemutiniu kvėpavimu mes atrandame savo stiprybę.

PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

Kvėpavimo pratimai (Šiuos kvėpavimo pratimus galima naudoti ne visus iš karto, o pvz. derinant su kokia nors veikla ar teorine dalimi)

1. Uždedame rankas ant pilvo, ir bandome pajusti savo „centrą“ energingai iškvėpdami garsus „F“, „Č“ ir „Ch“.

Kūną laikome tiesiai ir laisvai, neįtempdami raumenų. Visas kūno svoris eina į pilvą. Darome ciklą iškvėpimų su garsais, po keturis kartus kiekvienam garsui. Stebime, kuris garsas yra aktyviausias, kuris silpniausias.

2. Įkvepiame per nosį, lengvai, tarsi uostydami kvapnią gėlę. Ir vėl darome aktyvius iškvėpimus su anksčiau paminėtais garsais.

3. Uždedame rankas ant pilvo ir tarsi „pučiame balioną“, įkvėpiant orą. Kai „pripučiame balioną“, tada įsivaizduojame, kad jis pradurtas ir oras lėtai eina iš jo garsu „ssss..“

4. Uždedame rankas ant liemens, įkvepiame keturis energingus trumpus įkvėpimus pro nosį, iškvėpiame su garsu „ch...“ per burną, keturis iškvėpimus, po to įkvėpiame tris kartus per nosį, iškvėpiame tris kartus per burną, įkvėpiame du kartus per nosį, iškvėpiame du kartus per burną, įkvėpiame vieną kartą per nosį, iškvėpiame vieną kartą per burną.

5. Pratimas energijos sužadinimui.

Atsistojame, padarydami kuprą, du kumščius įremiame į pilvą, į „centrą“. Galva nuleista, kojos truputį sulenktos, pečių plotyje. Įkvepiame per nosį, iškvėpiame energingu garsu „Pch!“, pakeldami galvą, „atidarydami“ krūtinę, įsivaizduojame, kad su garsu „Pch!“ paleidžiame galingą energijos pliūpsnį tiesiai prieš save.

6. Norėdami labiau pajusti kaip kvėpuojame pilvu, žaidžiame žaidimą poromis „Virvės traukimas“.

Atsistojame vienas prieš kitą, vienas „trauks“ įsivaizduojamą virvę, kuri aprišta aplink porininko pilvą. Kitas bando pajusti „virvės“ traukimą, kitaip tariant savo kūno centrą, ir atitinkamai reaguoja kūnu.

7. Šuniuko lekavimas.

Kad būtų vaizdžiau galima įsijausti, kad esate šuo ir iškišęs liežuvį lekuojate karštą vasaros dieną. (kvėpuojama per burną).

8. Įpykusios katės šnypštimas išleidžiant nagus tariant garsą „kššš..“

Tarti labai energingai, su emocija.

9. Pasijuokiamo iš pilvo „cha, cha, cha“.

Vokalas

Žmogaus balsas yra sudėtingas ir unikalus instrumentas, galintis išreikšti menkiausią sielos virpesį. Žmogaus balsas, jo spalva gali kisti, priklausomai nuo aplinkybių.

Galima būtų teigti, kad balsas - sielos dienoraštis.

Balso tonas mus veikia labai stipriai. Ta pati frazė pasakyta maloniu balsu, arba grubiai mus gali veikti labai nevienodai. Balsu mes išreiškiame tam tikrą energiją. Visada malonu klausyti balso, skambančio harmoningai, sklindančio iš pačių sielos gelmių, ir niekam nemalonu klausytis, susierzinusio, pikto, rėksmingo balso.

Balso klostės gali įsitempti ir atsipalaiduoti, keisti savo storį, oras gali būti iškvepiamas per jas įvairiu slėgiu, liežuviu, lūpų ir dantų padėtis gali koreguoti garsą, krūtinės ir gerklų forma bei įvairių raumenų įtempimas taip pat gali pakeisti balsą.

Kiekvienas iš šių veikslių atitinkamai keičia balso aukštį, tembrą, garsumą ar toną.

Muzikoje dainininko balsai gali būti suskirstyti į tam tikras kategorijas pagal tai, koku būdu išgaunamas garsas. Kiekviena kategorija yra pavadinta pagal tai, kurioje kūno vietoje sukuriama didžiausias rezonansas, taigi, labiausiai formuojamas balsas. Kiekvienas iš jų pasižymi tam tikromis unikaliomis savybėmis.

Balso skambesys priklauso nuo daug ko. Net nuo dantų skaičiaus ir jų kreivumo.

Žymusis Fredis Mercuris turėjo atsikišusius dantis, kurių gėdijosi. Bet operacijos nedarė, bijodamas prarasti savo nepakartojamo balso skambesį.

Yra septyni balso tipai:

- bosas,
- baritonas,
- tenoras,
- mecosopranas,
- sopranas,
- altas ir
- diskantas.

Balsą reikia tausoti bei saugoti.



PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

Praradus balsą jaučiamasi tarsi praradus ryšį su pasauliu. Visam gyvenimui balso galima netekti jį vergiškai išnaudojant arba užsispyrus laikyti egzamina, kai yra išsiderinusi bent viena styga.

Pervargęs balsas „linguoja“, virpa.

Ritmo įtaka muzikai

Muzikiniai garsai, sudarantys muzikinį kūrinį, paklūsta tam tikram ritmui.

Kiekvienas žmogus irgi turi tam tikrą savo gyvenimo ritmą, pagal kurį jis gyvena. Vienas galbūt gerai jausis viską darydamas lėtai, apgalvodamas, o kitas - pasišokinėdamas, klupdamas, nespėdamas. Tam tikra situacija, būseną, nuotaiką irgi diktuoja savo ritmą.

Žinomi ritmai: 4/4, 2/4, 3/4, 6/8 ... tiesiogiai atitinkantys žmogaus gyvybinių procesų ritmams.

Nustatyta, kad tam tikra muzika, ritmai, gali gydyti žmogų, bet gali ir ardyti.

Ar žinote, kad:

Kai kuriuose kalėjimuose kalinius kankina garsu? Pvz.: paleisdami vieną ir tą pačią melodiją skambėti labai ilgai. Kai kurie kaliniai išeina iš proto.

Muzikos ritmas gali priversti žmogaus širdį plakti greičiau, ir atitinkamai, jei lėtesnis tempas – lėčiau.

Jei muzika, jos ritmas atitinka mūsų nuotaiką bei būseną, tai didelė tikimybė, kad muzika mums patiks, o jei absoliučiai nesutampa su mūsų dabartine būseną, gyvenimo ritmu, ar tiesiog neatitinka temperamento - greičiausiai tokia muzika mums nesukels susižavėjimo.

Mokantis atlikti dainą ar kitokio žanro muzikos kūrinį, pirmiausia reikia atkreipti dėmesį į kūrinio ritmą, jį išanalizuoti.

Ritminių darinių pažinimas

Ritminių darinių pažinimas per meninę veiklą

Visa mūsų kalba, kiekvienas žodis turi savo tempą bei ritmą.

Naudojamas pratimas:

Sustojame ratu. Visi prisistato, pasakydami savo vardą plojant ritmą. Po to pabandome užrašyti lentoje gautą ritminį darinį.

Pvz.: prisistato mokytojas: „*mano vardas Rasa*“, - vadinant ketvirtines natas „*ta*“, o aštuntines „*ti*“. Ritminis darinys būtų: „*ti-ti-ti-ti-ta-ta*“. Užrašome tai lentoje.

Vardą galima sakyti su tam tikromis intonacijomis, nuotaika. Ritmiškai prisistato kiekvienas mokinys.

Mokytojas klausia - „*koks tavo vardas?*“ („*ta-ti-ti-ta-ta*“) . Pasakęs mokinys savo vardą, klausia to paties savo kaimyno.

Toliau kiekvienas sugalvoja atsakymą į klausimą – „*ką jis mėgsta*“.

Mokinys turi atsakyti labai aiškiai ir garsiai, o visa grupė turi paploti to sakinio ritmą. Išsiaiškiname, kokie tai buvo ritminiai dariniai. Pvz.: „*Aš mėgstu kavą*“ („*ta -ti-ti -ta-ta*“).

Kiekvienas sugalvoja sakinį, kuris atspindėtų, ko mokinys nemėgsta. Mokinys tai pasako, visa grupė paploja ritmą. Pvz.: „*Aš nemėgstu marmelado*“ („*ti-ti-ti-ti-ti-ti-ti*“).

Imitacija, atkartojimas, improvizacija

Imitacija, atkartojimas

Ugdant kūrybišką asmenybę, imitacijos momentas labai svarbus.

Tam, kad mokinys galėtų gerai atkartoti kokį nors procesą, jis visų pirma turi labai išsilinti į siūlomą imituoti objektą, perprasti jo savybes, tarsi susitapatinti su objektu kaip aktorius, „perleisti“ tas savybes per savo suvokimą, o tada atkartoti, arba imituoti.

Darant imitacijos pratimus vystoma analizė, gilus suvokimo įgūdžiai, pašamoninės galios, intuícija.

Pvz: Mokytojas ploja ritminį pratimą, o mokiniai jį atkartoja. Analizuojame kada yra lengviau atkartoti ritminį darinį: ar kai mokinys mato tai atliekantį mokytoją, ar kai nemato.

Pvz.: vieną kartą plojamas ritminis darinys kai mokiniai yra atsisukę į mokytoją, o kitą kartą, kitą darinį, kai jie yra nūsukę.

Aiškinames, kodėl taip skiriasi užduoties atlikimas.

Pagalvokime: Ar mėgstame mėgdžioti kitus žmones, jų elgesį, kalbą? Kada mes tai darome negalvodami, o kada - specialiai?

Kas klasėje pasižymi ypatingu sugebėjimu pamėgdžioti kitus žmones, jų elgesį?

Ar tai juokinga? Ar neižeidžia kitų? Kada tai žeidžia?

Kas svarbiausia imituojant, mėgdžiojant, į ką atkreipiamas dėmesys?

Ar tai judesiai, ar balsas, ar kalbėjimo maniera, ar tam tikri dažnai pasitaikantys žodeliai, posakiai, o gal viskas kartu?

Naudojamas žaidimas „Ižymybės“

Improvizacija – kūno emocijos išraiška

Improvizacija - kūrybinis veiksmas, procesas, iš anksto tam nepasiruošus.

Tai spontaniškas, laisvas kūrybinės energijos ir galios įliejimas, pritaikymas bei panaudojimas konkrečioje duotoje situacijoje ar aplinkybėse.

Vis naujos, iki šiol nepatirtos aplinkybės užduoties atlikimo metu, skatina ir moko mokinių kūrybiškai mąstyti, ieškoti naujų, jam tinkamiausių išėjties taškų ir sprendimų variantų ne tik užsiėmimų metu, bet ir gyvenimo aplinkybėse.

Šiuo atveju improvizacija tiesiogiai siejama ir derinama su savianalize ir savęs pažinimu, stiprina pasitikėjimą savimi.

Improvizuodamas žmogus ugdo jausmingumą, žaismingumą, originalumą, fantaziją. Čia nesiekama išbaigtumo, rezultato. Todėl pradiniam etape svarbiau yra pats kūrybinis procesas, būvimo „čia ir dabar“ pojūtis, vedinas intuicijos, nei rezultatas.

Kūno emocijos išraiška

Mūsų kūnas ir emocijos tampriai susiję. Tik tada kai kūno emocinė išraiška (veido mimika, kūno pozicija, plastika) atitinka mūsų vidinę būseną, kiti žmonės gali mumis patikėti.

Tai ypač svarbu atlikimo mene.

Naudojamas užsiėmimas - analizuojame žinomus atlikėjus, kodėl vienus mes priimame rimtai, o kiti mums kelia šypsena? Kodėl vienais „tikime“, kitais ne?

Taigi susikūrę stiprų vidinį įvaizdį, atitinkamai tai perteikiame ir kūnu. Bet dirbtinai to siekti nereikėtų. Kitaip tariant, vidinio susikurto įvaizdžio turtingumas turėtų natūraliai persiduoti per kūno emocinę išraišką.

Žinias perteikime pratimų pagalba

1. Mokytojas ploja ritminį darinį, ratu stovintys mokiniai jį atkartoja, taip pat balsu įvardindami aštuntines natas kaip „*ti*“, ketvirtines kaip „*ta*“, pusines kaip „*ta-a*“, šešioliktines kaip „*ri*“ (imitacinė technika).

PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

2. Mokytojas ploja ritminius darinius, o vaikai nususukę bando atkartoti, ką išgirdo. Palyginame rezultatus. Kai kuriuos ritminius darinius galima užrašyti ant lentos -vystoma klausą, pasikartojama ritminių natų rašyba.

3. Mokiniai sugalvoja savo ritminį darinį atitinkantį šios dienos būseną arba ką jie norėtų išreikšti, pasakyti.

Ritminės natos išreiškiamos, sakant „*ta*“, „*ti*“, ir t.t., taip pat pridėdama balso intonacija, kuria išreiškiama tam tikra emocija. Šią ritminę emociją mokinys perduoda kaimynui, kaimynas ploja savo ritminį darinį kitam šalia stovinčiam mokiniui - vystomas improvizaciškumas, mokomasi laisvai reikšti emocijas, tarsi grandininis pokalbis.

4. Mokiniai gauna užduotį išvystyti ritminį pratimą. Mokytojas paploja trumpų ritminių darinį. Kiekvieno mokinio tikslas - vis praturtinti šį darinį naujomis spalvomis, pridėdant po nedidelę dalelę ritmo, vis papildant.

Svarbu, kad tarp mokinių atlikimo nesusidarytų per ilgą pauzį. Jei nesugalvojama, kaip praturtinti ritmą, galima tiesiog pakartoti, kas ką tik girdėta. Jei neatsimenama ką tik skambėjusio ritmo, galima tiesiog ploti panašiai, taip savotiškai perdirbant ritmą, improvizuojant. Svarbu, kad ritmo dinaminė linija išaugtų galutiniame rezultate.

Galimas vystymas taip pat pridėdant balsą, rečitatyvinio būdu, emocionaliai tariant „*ta*“, „*ti*“, „*ri*“, ar „*taa*“.

5. Mokytojas sudaro ritminę grupę - orkestrą, suskirstydamas klasę į 2-3 grupes. Pirma grupė muša ritmą „*ta -ta -ta -ta*“. Girdėdami šį besikartojantį ritmą muzikoje, galima pabrėžti antrą ir ketvirtą takto dalį. Pvz. mušant su delnais į suolą, kairė ranka muš silpniau, o dešinė – stipriau (kairė-dešinė-kairė-dešinė).

Antra grupė pradeda ploti į antrą takto dalį visą laiką, kai tik prasideda dainavimas: pauzė-„*ta*“, pauzė – „*ta*“.

Trečia grupė „įstoja“ kai prasideda priedainis:

su delnais į suolą „*ti-ti*“ (kairė-dešinė ranka), suplojam delnais „*ta*“, ir vėl – „*ti-ti-ta*“.

Visi pabandome padainuoti priedainį muzikuojant (prieš tai mokytojas išdalina žodžius)

Kūrinys: Eglės Sirvydaitės: „Mano namai“

<http://www.youtube.com/watch?v=8UPKaY11IAQ>

Melodija

Melodija - tai tam tikra garsų seka išreikšta muzikinė mintis.

Melodinių linijų gali būti įvairių - lygiai plaukiančių, kapoto ritmo, su daugybe pauzių (šiuolaikinė muzika).

Kitai tariant, melodija priklauso nuo ją kuriančiojo minties, vidinės būsenos, nuotaikos, taigi ir tam tikro ritmo, padiktuoto tam tikros nuotaikos.

Daugeliui iš mūsų, melodija asocijuojasi su lygia, plaukiančia muzikine linija, ilgomis frazėmis, legato atlikimu. Galbūt todėl, kad tokią melodija mums labiau priimtina, ją lengviau atsiminti, nei ekspresyvią, sudėtingo ritmo, sudėliotą iš trumpų frazių.

Ypatinga reikšmė melodijai buvo skiriama 19 a. Kompozitorių romantikų kūryboje.

Lyrinės melodijos ir šiais laikais vertinamos daugelio romantiškų žmonių (o juk mes visi nors kažkiek esame romantikai, visada mūsų slypi gražių dalykų ilgesys, todėl ir gražios melodijos su nesudėtingu, lygiu, ramiu ritmu mums nesvetimos).

Klausome nuostabaus romantizmo pavyzdžio („Gulbė“ iš K.Sen -Sanso „Žvėrių Karnavalo“)

<http://www.youtube.com/watch?v=L9LHyko-WYE>

Galima nupiešti, kokios emocijos aplanko klausantis šio kūrinio, kokie vaizdiniai?

Palyginame su kitu romantinio kūrinio pavyzdžiu, tik jau mūsų laikų, žanras-daina:

<http://www.youtube.com/watch?v=qHm9MG9xw1o&feature=share>

Aktorių trio, live, „Paukščiai“

Kuris kūrinys artimesnis šiuo metu?

Kuo šie kūriniai panašūs?

Kuo skiriasi?

Kaip veikia mus pirmasis ir antrasis pavyzdys?

Kokius jausmus sukelia?

Kokias mokiniai žino pačias gražiausias jiems melodijas?

Ar gali jas paniūniuoti?



PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

Ar gali pasakyti, kuo sužavėjo jus būtent ta melodija?

Kodėl ji jiems tokia svarbi?

Jei pieštų paveikslą pagal šią melodiją, kokios ten spalvos vyrautų?

Klausome dar vienos dainos:

<http://www.youtube.com/watch?v=EeDZMMCUN9I&feature=related> (Tele bim bam -Pupa)

Kieno nuotaiką klasėje ji atitinka?

Melodijos gimsta įvairiai.

Kiekvienas kompozitorius, kūrėjas turi savo paslaptis. Svarbiausia sąlyga - kad turėtume ką pasakyti, kad kalbėtume apie tai, kas mums iš tikrųjų aktualu.

Dažniausiai noras išsakyti kyla po tam tikrų dvasinių sukrėtimų, didelių pergyvenimų. Svarbiausia - būti nuoširdžiam ir nebijoti išreikšti savo jausmų.

Kai kurių melodijų tolimesnę eiga nesunkiai galima nuspėti, išgirdus pradžią.

Panagrinėsime bliuzo slinktis, kurios yra ypač populiarios amerikiečių muzikoje. Šios slinktys sutinkamos bliuzo, jazz'o, rock'o muzikoje bei populiariojoje pop muzikoje. Jos plačiai naudojamos melodinėje improvizacijoje.

Įsivaizduojame, kaip dainuoja juodaodžiai - plačiai ir giliai atremdami garsą. Dainuojame įvairius ritminius - melodinius darinius.

Mokytojas dainuoja bliuzinius motyvus - frazes garsais „a“, „o“, atakomis „hey“, mokiniai atkartoja (imituoja).

Patys drąsiausieji gali pabandyti kurti savo melodiją iš girdėtų darinių.

Imituojame mokytojo melodinius darinius nebūtinai prie pianino-galime ir tiesiog visi sustoję ratu, po kvėpavimo, ritminių pratimų.

Atsipalaidavę mes kartais mėgstame kurti savo melodiją „paukščių kalba“, tai yra kitiems nesuprantamais skiemenimis. Patys mažiausieji vaikai, dar gulėdami lopšelyje, improvizuoja „čiauškdami“. Kiekviename mūsų slypi kūrėjas, tik reikia tinkamos jaukios atpalaiduojančios aplinkos.

Susipažįstame su scat dainavimu:

Jane Monhein

<http://www.youtube.com/watch?v=dha7XDwvgOc&feature=related>

Negaišk laiko patyčioms! Tu gali KURTI



PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

Ellos Fitcerald „Pokalbis“:

<http://www.youtube.com/watch?v=OFclKdniaDk&feature=related>

Išrenkami drąsiausi 2-3 mokiniai, kurie galėtų suimprovizuoti muzikinį „pokalbį“. Geriausia, kad tai būtų draugai, gerai pažįstantys vienas kitą ir nebijantys atsiskleisti. Jei „kalbasi“ du mokiniai, prieš tai mintyse jie turėtų pagalvoti apie ką jie „kalbės“ ir koks bus jo kalbos charakteris, nuotaika.

Be to, mokiniai turi stengtis suprasti, ką sako jo draugas, sureaguoti į tai ir „atsakyti“. Improvizuojama ilgai nesvarstant, pilnai įsijaučiant į vaidmenį.

Jei tai būtų 3 mokiniai, galima pasiūlyti susigalvoti vaidmenis, charakterį, pvz. „neklusnus mokiny“, „griežtas mokytojas“, „geraširdis tėvas“ ar pan. (Dramos elementai).

Pastaba:

Improvizuojama be žodžių, tik tam tikrais garsais, būdingais bliuzui, jazz'o muzikai bei pačių sugalvotais.

Improvizacinis pratimas - žaidimas, skatinantis greitai reaguoti į pasikeitusias situacijas:

Išrenkame drąsiausius tris mokinius, kurie nebijotų kurti. Vienas bus „poetas iš svečios šalies“, pvz: japonas, atvykęs paskaityti savo kūrybą. Kitas - lietuvis, vertėjas, kuris „vers“, ką „skaito poetas“, trečias - žymus šiuolaikinio šokio atstovas. Taigi japonas poetas „skaitys savo kūrybą“ (improvizuodamas sakys su emocija savo sugalvotus žodžius „japoniškai“). Antrasis, vertėjas, „čia ir dabar“ „vers“ į lietuvių kalbą tai, ką pasakė „japonas“, o trečiasis, šokėjas sušoks tai, ką „išvertė“ lietuvių vertėjas.

Pastaba:

Pageidautina, kad būtų aiški pradžia, vystymas, kulminacija, bei aiški pabaiga. Publika (visa klasė) įvertina „artistus“ plovimais.

Paanalizuojame, kokių sąlygų reikia, kad įvyktų sėkminga improvizacija?

PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

Nuotaika

Dainos nuotaiką ne visuomet pavyksta iš karto tiksliai nustatyti, nes dažnai mus suklaidina aranžuotė ar ritmas.

Atrodytų, jei daina skamba šviesiai, net linksmokai, dainos nuotaika turėtų būti irgi linksmas, giedras. Bet visuomet reikėtų labai įsigilinti į tekstą. Galbūt autorius tiesiog nenorėjo tiesiogiai, paprastai perteikti nuotaikos, juk ir mūsų gyvenime pasitaiko, kad būna tuo pačiu ne viena nuotaika, o tarkim 2 persipynusios. Todėl bandant apibūdinti dainos nuotaiką reikėtų labiau įsigilinti, neapsiriboti tik visiems žinomais apibūdinimais: „Linksmas“ arba „liūdna“. Vertėtų paieškoti daugiau epitetų, galinčių apibūdinti tiek dainos nuotaiką, tiek žodžių, galinčių atspindėti žmogaus būseną.

Klausome įvairių dainų ir bandome nustatyti jų nuotaiką.

Pagalbinės priemonės jaunesnėms (1-4 klasėms) - lapeliai su užrašytais nuotaikomis, iš kurių reikia išsirinkti tą, kuri mokinių manymu, labiausiai atitinka dainos nuotaiką:

Pvz.: „Švelniai liūdna“, „Skausmingai liūdna“, „Ilgesinga“, „Džiaugsminga“, „Pakili“, „Šventiška“, „Dramatiška“, „Niūri“ ir t.t..

Žaidimas „Nuotaikos“ (tinkamas visoms klasėms)

Mokytojas išrenka 5-6 savanorius, kurie sudarys nuotaikų „orkestrą“.

Šie savanoriai ištraukia lapelius su užrašytais charakterių apibūdinimais, pvz.: „Pašėlusiai linksmas“, „Beviltiškai nusivylęs“, „Įkyriai reikalaujantis dėmesio“, „Verksmingai liūdnas“, „Beprotiškai įsimylėjęs“, „Labai įtarus“. Visi „aktoriai“ perskaito savo „charakteristiką“ tyliai sau, bando įsijausti.

Mokytojas sustato „orkestrą į eilę“, prieš „publiką“ (klasę), ir pasako, kad jis „diriguos“ ne visiems iš karto, o pvz. kokiam vienam parodys „įstojimą“, kaip dirigentas orkestre. Tada tas mokinytis turi pradėti „groti“, t.y. vaidinti savo emociją. Galima panaudoti ir balsą, kad būtų dar įdomiau.

Pradžioje mokytojas padaro aktorių „apšilimą“: naudojami kvėpavimo pratimai su garsu „pch!“, „saulės pasveikinimas“ (žr. aukščiau nurodytoje skiltyje prie kvėpavimo pratimų).

Kai „aktoriams“ pravedamas trenžas, mokytojas pradeda „diriguoti“, parodydamas įstojimą tai vienam, tai kitam mokiniui. Mokiniui, kuriam parodytas „įstojimas“, tęsia savo pasirodymą, kurį nutraukti gali tik jei parodomas „nuėmimas“. „Orkestras“ reaguoja ir į „dirigento“ dinaminis niuansus: rodomus su ranka veiksmo, garsų augimą, ar silpnėjimą. „Dirigentas“ diriguoja tol, kol išvysto pasirodymo kulminaciją, „instrumentų“ tutti.



PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

„Publikos“ (klasės) paklausama, kokius charakterius kuris mokinys atspindėjo, kas jiems labiausiai šiame procese patiko ir kodėl?

Žaidimas: „Žinomų dainininkų charakterių atskleidimas“

Visi žinome, kad žinomi dainininkai artistai dažniausiai turi ryškų charakterį, su niekuo nesupainiojamą įvaizdį, balsą ir pan. Remiantis tuo, vieni mokiniai turės suvaidinti žinomą dainininką, kiti - atspėti, kas tai.

Keli savanoriai (5-6) traukia lapelius su vardais ir ruošiasi, lapelių niekam nerodo.

Pvz. lapeliuose gali būti užrašyta „Violeta Riaubiškytė“, „Rytis Cicinas“, „Mia“, „Jurga Šeduikytė“, „Marijonas Mikutavičius“, „A.Mamontovas“ ir pan.

Intervalų nuotaika. Jų įtaka kūrinio nuotakai.

Nuo to, kokiais intervalais, melodinėmis slinktimis bus užpildyta melodinė linija, priklausys ir pačios melodijos bendra nuotaika, charakteris.

Nors kuriant muziką nereikėtų iš anksto galvoti, kokius naudosime intervalus, mes intuityviai pasirenkame melodiją, tinkamiausią išreikšti tam, ką mes norime išreikšti.

Svarbiausia sąlyga - atvirumas bei nuoširdumas.

Išsiaiškiname kokius mokiniai žino intervalus? (sekunda, tercija, kvarta, kvinta, seksta, septima, oktava)

Klausome jų skambėjimo, mokytojui grojant juos pianinu.

Tam tikri skambesiai mūsų ausiai yra disonansiniai (tarsi besipjaunantys tarpusavyje), sukeltantys mūsų viduje nemalonų pojūtį, disharmoniją, liūdesį. Tokiais laikoma **sekunda** ir **septima**. Klausomės jų skambesio, skambant melodiškai bei harmoniškai.

Mažosios sekundos intervalas plačiai taikomas melodijoje, norint išreikšti skausmą, neviltį, dejonę.

Tercijos bei sekstos intervalai yra konsonansiniai, dainingi, suteikiantys klausančiajam harmonijos, išbaigtumo pojūtį. Nors tercijos bei sekstos intervalai gali skambėti ir minoriškai (mažoji tercija ar seksta) ir mažoriškai.

Kvartos, kvintos, oktavos intervalai, grojami harmoniškai, skamba tarsi „tuščiai“, nesukeldami emocijų. Kartu jie nuo seno buvo laikomi labai „švariais“ intervalais, plačiai naudojami grigališkame chorale, kuris buvo giedamas šlovinant Dievą.

Kvartos, kvintos intervalai, atliekami melodiškai, skamba iškilmingai. Iki šiol naudojami įvairių tautų himnuose, taip pat ir lietuviškojoje Tautinėje giesmėje (prisiminkime mūsų himno pradžia).

PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

Dermė

Europinės muzikos pagrindą sudaro diatoninės dermės. Standartinės mažorinė ir minorinė dermės yra diatoninės, lygiai kaip ir visos vadinamosios bažnytinės dermės (joninė, dorinė, fryginė, miksolydinė, lydinė, eolinė ir lokrinė). Septynis diatoninės dermės garsus, nuosekliai asikartojančius kiekviename oktavoje, atitinka balti fortepijono klavišai. Iš esmės, visos šiuolaikinės muzikos instrumentų klaviatūros yra diatoninės, o juodųjų klavišų grupavimas po du ir po tris padeda lengviau jose orientotis. Tai sumažina galimų klaidų tikimybę tiek muzikantui, tiek kompozitoriui, palyginus su baltų ir juodų klavišų išdėstymu pakaitomis ar kitokiais būdais.

Palyginkime kaip skamba mažorinė ir minorinė dermė. Mokytojui grojant pianinu, padainuojame ir vieną ir kitą. Kuri šiuo metu mokiniams yra artimesnė, labiau atitinkanti jų būseną?

Ritmas

Ritmas apsprendžia, koks bus melodijos *temperamentas* - ramus, veržlus ar ekspresyvus. Ritmas gali būti lygus, ramus arba sinkopuotas, tarsi šuoliuojantis, pertrauktas daugybe pauzių (tai simbolizuoja neramią būseną, tarsi mums trūktų oro).

Palyginsime, kokius žinome žmonių temperamentus? Kas jiems būdinga?

Ritminė melodinė improvizacija

Dažniausiai tam, kad galėtume improvizuoti melodiją, turime turėti besikartojantį ritminį pagrindą (ypatingai tai sutinkame jazz'o muzikoje). Kitaip tariant, reikalingas atspirties taškas. Šiuo atveju ritmas tarsi diktuoja, kokia turėtų būti melodija. Suteikia šiai improvizacijai organizuotumą bei tvarką.

Pvz., grojant jazz'o kvartetui, nebūna taip, kad improvizuoja visi muzikantai iš karto. Improvizuojama iš eilės melodiniais instrumentais: pvz.: pianino improvizacija, saksofono improvizacija, bosinės gitaros improvizacija, vokalo improvizacija.

Šioms melodinėms improvizacijoms visada pagrindą suteikia ritmo grupė ar būgnai. Tiesiog vystant melodiją, ritminį piešinį taip pat galima daryti intensyvesnį, dinamiškesnį. Todėl grupėje labai svarbus būgnininko vaidmuo, nes nuo jo priklauso bendra grupės pulsacija.

Ritmas visuomet būdavo labai svarbus žmonijai, manoma, kad pirmiausia žmonės pradėjo groti ritminiais, mušamaisiais instrumentais, naudodavo tai ritualinėse, religinėse apeigose. Tam tikrose tautose mušant būgną netgi varomi „demonai, apsėdę žmogaus kūną“. Tai gali būti pvz. kokias nors liga ar pan.

Pradedant improvizuoti, pradžioje reikia išmokti tam tikrą ritminį darinį ir imant jį „už pagrindą“, t.y. jam nuolat besikartojant, vystyti melodinę liniją.

Melodijos vystymas

Standartiniame melodijos vystyme pradinis motyvas, frazė turėtų skambėti gan žemame, patogiam registre. (Registas - tam tikra balso ar instrumento diapazono dalis. Diapazonas - visa balso ar instrumento natų apimtis, nuo žemiausios galimos atlikti natos iki aukščiausios. Registas yra žemas, vidurinis, ir aukštas.) Melodijai vystantis, ji po truputį kyla, plečiasi, pasiekia kulminaciją (dažniausiai tai būna priedainis, dainos žanre). Vystant melodiją palaipsniui, derėtų iš pat pradžių vengti gana didelių melodinių šuolių, intervalų, ar pradėti melodiją gan aukštame registre.

Kūryba yra laisvės išraiška. Pasitaiko visokių kūrybinių bei kūrybos būdų. Kas žino, gal kartais nežinodami taisyklių, kurios varžys mūsų kūrybinį mąstymą, mums lengviau bus pasiekti savo kūrybinio užmanymo realizavimą?

Melodijos vystymuisi padeda ir ritminio piešinio suaktyvėjimas, intensyvėjimas, dinaminis augimas, papildomų instrumentų įvedimas į aranžuotą tirštinant skambesį.

Julija Jačėnaitė „Lyja“

<http://www.youtube.com/watch?v=s6mx13fwWH8>

PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

Tekstas

Dainų kūrėjai dainas kuria dvejopai. Vieni, pirmiausia sukuria ar panaudoja sukurta poetinį tekstą, tada pritaiko jam melodiją. Kiti - pradžioje užrašo gimusią muzikinę mintį, melodiją, o tada ieško poetinių žodžių, kurdami tekstą, atitinkantį melodijos būseną.

Taigi melodija ir dainos tekstas turi būti kaip seserys, papildančios viena kitą, bet jokių būdu neprieštaraujančios viena kitai.

Teksto reikšmė dainai - didžiulė. Jis suteikia dainai prasmę, o melodija padaro tą prasmę išraiškingesnę.

Jei pradėdame kurti dainą nuo teksto, tai neišvengiamai šis tekstas padiktuoja savo melodiją, nuotaiką, netgi struktūrą. Tekstas diktuoja ir muzikinę aranžuotę, instrumentų parinkimą. Kiekvienas žodis turi savo energetinę - informacinę struktūrą, todėl tekstas yra labai svarbus.

Nustatyta, kad žodžiai veikia ne tik žmones, bet ir augalus, gyvūnus, vandenį.

Teksto svarba priklauso ir nuo dainos stiliaus. Pvz. tekstas ypatingai bus svarbus bardų dainose. Ne tiek svarbus šokių muzikoje, tiksliau jis, be abejo bus svarbus, bet teksto prasmė bus ne tokia gili.

Perskaičius tekstą reikėtų pirmiausia suvokti, ką norėjo autorius pasakyti, kokia to teksto nuotaika, kokiais žodžiais tai išreikšta. Jei tekstas paprastutis, greičiausiai iš jo gims pop stiliaus daina, jei skausmingas, dramatiškas - gali turėti bliuzo motyvų ar rock'o užtaisą. Jei tekstas kalbės apie aktualias visuomenės problemas, bus ironiškas - tai greičiausiai gims rep'o, hip-hop'o daina.

Teksto gimimas

Melodija ir tekstas gimsta tada, kai tikrai turime ką pasakyti. Dažnai - po įvairiausių emocinių sukrėtimų, pergyvenimų arba patyrus kai ką itin gražaus, nekasdieniško.

Pirmutinė sąlyga kūrybai - tam tikra šoko būseną, ypatinga reakcija į tam tikrus reiškinius. Jei nieko ypatingo gyvenime neįvyko, niekas nesužavėjo, „nepalietė“ iš vidaus, tokiu atveju mėginimas kažką parašyti greičiausiai bus tik laiko gaišimas ir popieriaus gadinimas.

Galimas kitas variantas - žmogus labai daug patyrė, bet jam sunku atsiskleisti. Tuomet reikia drąsos ir daug pratybių, kitaip tariant stengtis rašyti kiekvieną dieną, bet ką. Labai naudingi yra dienoraščiai. Jie „atlaisvina“ emocijas.

Dainos tekstas yra taip pat savotiška dienoraščio forma, atskleidžianti tam tikrą dvasinę būseną.

Būsena

Žmogaus būsenų gali būti labai įvairių (žaidimas „Nuotaikos“). Gali būti pakylėta būsena, prislėgta, gali jaustis laimingu, džiugiu, niūriu, piktu, įsižeidusiu, įsimylėjusiu ir t.t.

Aptariame su mokiniais kokios dar gali būti būsenos? Tam, kad įvardintume savo būseną, visų pirma reikia save gerai pažinti, analizuoti, suprasti ir tada išreikšti (kalbant su draugu, rašant dienoraštį, kuriant).

Kad žmogus galėtų save išreikšti, jis turi jaustis laisvai - nebijoti kritikos, pasitikėti savimi, pasitikėti savo gebėjimais, išmokti atsiriboti nuo neigiamų minčių, ieškoti grožio bei įkvėpimo supančioje aplinkoje.

Atsipalaidavimui padeda įvarūs kvėpavimo pratimai, bendravimas su pozityviais, kūrybingais žmonėmis.

Melodija (melodijos charakteris)

Melodija, jos charakteris priklausys nuo kuriančiojo būsenos, taip pat nuo poetinio teksto.

Jei kankina skausmas, tai melodinė linija gali būti trūkčiojanti, sudaryta iš trumpų frazių, su daug pauzių, tarsi žmogaus gerklę spaustų gumulas ir trukdytų išsikalbėti.

Jie skausmas atlėgęs ir mes kalbame apie ką nors su apgailestavimu, bet taip pat išvelgdami begalo daug grožio tame, melodija įgauna skaidrumo, ilgesingumo, šviesos.



PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

Jei būsena džiaugsminga, pakylėta, sukursite mažoriškai skambantį kūrinį.

Įdomiausia, kad analizuojant dainų tekstus, mažokai radama išties teigiamų būsenų padiktuotų tekstų. Dažniausiai tekste slypi skausmas, ilgesys, nuoskauda, kartais pyktis. Galbūt todėl, kad vidinio konflikto įtakotame tekste yra daugiau dramos, kovos su savimi ir tai labai aktualu daugumai klausytojų. Klausydamiesi kitų išgyvenimų, jie per tai atranda patys save, labiau supranta savo problemas.

Tarp muzikantų egzistuoja nuomonė, kad sukurti mažoriškai, džiaugsmingą kūrinį, kuris būtų nebanalus yra gerokai sunkiau, nei sukurti liūdną dainą.

Tiesioginė ir perkeltinė teksto prasmė

Kalba kaip simbolis. Jaustukai. Ištiktukai.

Egzistuoja žodžių tiesioginė ir perkeltinė prasmė.

Tiesioginė teksto prasmė labai populiari Pop muzikoje.

Perkeltinė prasmė, kur reikia gerokai pamąstyti, ką autorius norėjo pasakyti, daro tekstą labiau paslaptinę, tarsi užkoduotą tam tikrais simboliais. Teksto perkeltinė prasmė skatina labiau mąstyti bei įsigilinti, sukelia tam tikrą intrigą. Todėl perkeltinės prasmės tekstas galbūt yra įdomesnis meninės vertės požiūriu. (Pvz. *Jurgos Šeduikytės tekstai*)

Tačiau, reikėtų siekti natūralumo, bei savo asmenybės vientisumo. Reikia suprasti kas esi ir nesistengti kažko daryti vien tam, kad tai atrodo „kiečiau“. Tokiu atveju tai iš karto bus pasmerkta nesėkmei, nes muzikoje, kaip ir visoje kūryboje, didžiausia vertybė yra būti nuoširdžiam ir pačiam savimi.

Tam tikrais atvejais, įvairūs jaustukai, ištiktukai labai pagyvina tekstą, kuris atstovautų „buitiškesnei“, realistiškesnei teksto rūšiai. Tokie jaustukai, ištiktukai sutinkami rep'o, hip-hop'o muzikoje, taip pat soul, ritmenbliuzo stiliaus dainose, kur atvirai kalbama apie savo jausmus bei išgyvenimus (tiesioginė teksto prasmė).

Alicia Keys, soul muzikos atstovės, „gyvo“ koncertinio atlikimo nuostabus pavyzdys. Čia ryškiai girdimi jaustukai, ištiktukai, bendravimas su publika

<http://www.youtube.com/watch?v=jFZz1i51XqU&feature=related>

Instrumentai

Instrumentų pažinimui klausome ištraukų iš K. Sen-Sanso „Žvėrių karnavalo“ arba muzikinės S. Prokopjevo pasakos „Petia ir vilkas“.

Įdomu tai, kad Sergejus Prokopjevas pradėjo kurti būdamas 5 metų. Tačiau dar tuo metu nemokėjo rašyti natų, todėl natas užrašyti paprašydavo mamos. O būdamas 8 metų amžiaus jau sukūrė savo pirmąją operą.

Po kiekvienos ištraukos analizuojame, kokie instrumentai skambėjo. Kodėl kompozitoriai pasirinko būtent juos tam tikro charakterio atskleidimui.

Instrumentų nuotaikos

Padiskutuojame, kokią tembro spalvą turi kiekvienas mums žinomas instrumentas, kokiai nuotakai, būsenai perteikti labiausiai yra tinkamas vienas ar kitas instrumentas.

Pvz. smuikai perteikia menkiausius žmogaus sielos virpesius, violončelė tarsi kalba maloniu žmogaus tembrui artimu balsu ir pan.

Rasa Kaušiuūtė „It was you“ arba Julijos Jačėnaitės „Lyja“

<http://www.frype.lt/rasakausiute>

<http://www.youtube.com/watch?v=s6mx13fwWH8>

Improvizuok kurdamas

Labai naudinga būtų susikurti ritminių instrumentų - įvairiausių barškučių, ar lazdelių.

Pvz.: pripildyti nedidelį buteliuką ar tuščią indelį nuo kremo akmenukų, ar monetų, ar dar ko nors, skambančio ir dusliai, ir aštriai.

Literatūros sąrašas:

- Daiva Grakauskaitė - Karkockienė „Kūrybos psichologija“
- Anne Peckham „Singer's Handbook“
- „Psichologija Tau“ (2011)
- Jill Henry „Asmeninis energijos šaltinis“
- Mantak Chia „Cigun. Penkių stichijų susiliejimas“
- Bob Klein „Magijos judėjimas“

Vaizdo medžiaga:

- <http://www.frype.lt/rasakausiute>
- <http://www.youtube.com/watch?v=s6mx13fwWH8>
- <http://www.youtube.com/watch?v=8UPKaY11IAQ>
- <http://www.youtube.com/watch?v=L9LHyko-WYE>
- <http://www.youtube.com/watch?v=qHm9MG9xw1o&feature=share>
- <http://www.youtube.com/watch?v=EeDZMMCUN9I&feature=related> (Tele bim bam -Pupa)
- <http://www.youtube.com/watch?v=dha7XDwvgOc&feature=related>
- <http://www.youtube.com/watch?v=OFclKdniaDk&feature=related>
- <http://www.youtube.com/watch?v=jFZz1i51XqU&feature=related>



PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

MENINIO UGDYMO – MUZIKOS METODIKOS DALOMOJI MEDŽIAGA

Tikslinė grupė: I-IV klasių mokiniai

*Bendraukime socialiniame tinkle www.facebook.com,
projekto „Negaišk laiko patyčioms! Tu gali kurti“ Sienoje!!!*



Negaišk laiko patyčioms! Tu gali KURTI

Kaip išlaisvinti kūrybiškumą?

„Kūrybinė veikla - tarsi kaminas, išleidžiantis dūmus, kad jų neprisikaupytų namuose“.

„Pirma - tikėk, kad ir TU gali būti kūrybingas. TU turi visas tam reikiamas savybes. Kūrybiškumas – būtent TAU. Net jei niekas nėra pavadinęs TAVEŠ originaliu, žinok - galimybių kurti turi kiekvienas. Kūrybingumą turi lavinti. Kaip? Ogi leisk sau žaismingai eksperimentuoti, mokytis iš savo klaidų ir būk atkaklus. Atsipalaiduok ir tiesiog būk savimi. Nesmerk savęs ir nevertink kritiškai to, ką darai. Ir nelauk ypatingo įkvėpimo. Tiesiog kažką veik. Nesvarbu ką. Ramiai daryk tai, ką nori daryti, ir leisk mūzai aplankyti TAVE.(Mūza tai tokia kūrybos deivė, kuri aplanko kiekvieną, kuris tik jos šaukiasi). Užsiimk mėgstama veikla, daryk tai, kas Tau patinka, kas artima Tavo širdžiai ir įkvėpimas būtinai ateis. Tik svarbu nepasilikti darbų paskutinei minutei, nedaryk jų įsitempus. Malonumas, patiriamas iš to, ką darai, suteiks visas galimybes pasireikšti kūrybai.“

Kaip ir kada kurti?

„Pasitikėk savimi, pasistenk, kad kūryba taptų TAVO įpročiu. Kiekvieną dieną pagalvok apie tai, ką gali padaryti originalaus. Ką tai reikškia? Ogi kitaip, viskai kitaip nei TAU įprasta. Džiaukis kiekvienu, nors ir mažu, savo kūrybingumo pasireiškimu. Jei nuolat skubi, vieną dieną pabandyk viską daryti lėtai. Jei mėgsti kasdien dėti puošnius drabužius, vieną rytą apsirenk ką nors paprasto. Kai darai ką nors naujo stebėk save. Kaip jautiesi? Gerai? O gal tiesiog puikiai? Nebijok eksperimentuoti. Jei tai ką išbandei TAU nepatiko, visada gali grįžti prie mėgstamos veiklos. Arba gali išbandyti begalę kitų.

Kūrybiškumą galima ugdyti. Išnaudok rytines valandas. Kol mūsų protas dar užsimiegojęs jis ne taip stipriai kontroliuoja tai, kas vyksta. Tuomet mūsų kūrybinės galios gali daug lengviau pasireikšti.“

Visą kūrybinį procesą sudaro keturi etapai:

PIRMA sugalvojame, ką norime daryti.(šauna mintis sukonstruoti namą)

ANTRA susirenkam tam reikalingą informaciją. (imam ieškoti tinkančių kaladėlių, renkames spalvas, formas)

TREČIA tas žinias „apvirškiname“. (jei netinka mėlynos kaladėlės jas pakeičiam žaliomis)

KETVIRTA įgyvendiname savo sumanymą ir patikriname gautą rezultatą.(konstruojame namą ir žiūrime kas pavyko. Per aukštas? Negrąžiai dera spalvos? O gal viskas pavyko tobulai?)

Kūrybiškumo ugdymas. Saviraiškos svarba žmogaus gyvenime.

Visi norime būti įdomūs, vieninteliai ir išskirtiniai. Galima kažką nukopijuoti t.y. padaryti taip pat, kaip padarė klasės draugas. Bet galima padaryti savaip. Taip, kaip gali tik TU. Tai ir yra KŪRYBIŠKUMAS. Nori būti kūrybiškas? Pasitiek visas meno rūšis – piešk, dainuok, šok, grok, konstruok. Ir daryk tai taip, kaip tau atrodo gražu ir teisinga. Po kiek laiko pastebėsi, kad nebijai suklysti, nes pasitiki savo jėgomis. Pajusi, kad tavęs nežeidžia draugų kritika, nes esi stiprus ir drąsus. Džiaugsiesi įvairiausiais pasikeitimais, o naujos užduotys TAU bus galimybė SAVE išmėginti.

Ar pastebėjai, kad viskas aplink mus nuolat keičiasi ir juda. Stovintis vanduo sugenda – pažaliuoja ir tampa nenaudingas. (Gali namuose atlikti šį eksperimentą. Pripilk į indą vandens ir palik jį. Po kiek laiko jis taps negyvas – pažaliuos. Tuo tarpu čiurlenantis upeliukas įteka į upę, ši į jūrą, kurioje moudaisi kiekvieną vasarą.)

Keistis gali ne tik gamta, bet ir žmonės. Pasikeitimai suteikia daug džiaugsmo. TAU ir KITIEMS. Kiekvienas iš mūsų galime keistis. T.y būti tuo čiurlenčiu upeliuku, įtekančiu į jūrą. Tuomet būsime drąsūs ir jokios naujos užduotys TAVĘS neišgąsdins.

ATMINK! Kūrybiškas gali būti kiekvienas žmogus!

„Jei nori nupiešti paukštį, tu privalai tapti paukščiu“...

Kūnas kaip instrumentas. Kūno laisvė

Kad galėtume kažką kurti, turime būti ne tik sveiki bet ir drąsūs. O tai nėra lengva. Kartais net nedrąsu kalbėti prieš visą klasę. Tačiau darant tam tikrus pratimus, galima stiprinti ne tik kūną, bet ir organizmo energiją. Tai kaip mankšta, kuri vysto ar sugražina prarastą kūrybiškumą. Pratimai, žaidimai, kūrybinės užduotys padės, „stiprinant stuburą“ tiek tiesiogine, tiek perkeltine prasme, suvokti save kaip unikalų ir nepakartojamą kūrinį.

Kūno pratybos veikia ne tik mūsų protą, bet ir dvasią. Atpalaiduodami mąstymą ir jausmus, mes tuo pačiu atpalaiduojame ir kūną.

Laikysena

Mūsų stuburas tai mūsų kūno ašis, pagrindinė mūsų atrama. Jis atsakingas už taisyklingą energijos tekėjimą. Tam, kad gautume daugiau energijos, labiau pasitikėtume savo jėgomis, reikia stuburą laikyti tiesiai, nesikūprinti.

PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

Taisyklinga laikysena

Norint nustatyti taisyklingą laikyseną, reikalingą dainavimui ar kvėpavimui, pirmiausia reikia pradėti nuo patogiai aukštos krūtinės pozicijos. Atpalaiduok kelius (kad jie nebūtų lyg surakinti), truputį juos sulenk, pėdos pastatyk pečių plotyje, nugara turi būti tiesi.

Rekomenduojama: pradžioje gali stovėti šalia veidrodžio ir stebėti savo laikyseną.

Galimos klaidos: pečiai per daug atlošti, krūtinė nuleista.

Kūno atpalaidavimas, paruošimas darbui

Pasiruošiant darbui, pirmiausia reikia paruošti savo kūną - instrumentą, sureguliuoti jį ir sustyguoti, kad tinkamai derėtų bei skambėtų.

Kvėpavimo būdai (derinant kvėpavimą ir judesį) taikomi greitam kūno atpalaidavimui.

1. Pakeliame rankas aukštyn, tiesdami jas per šonus, išsitiesdami, (krūtinė į priekį) tarsi pasiražydami. Rankos pakyla į viršų, pirštų galiukais „stiebiames“ į dangų. Rankose jaučiame malonų ramenų tempimą, visas kūnas tarsi kyla aukštyn. Nesistiebiame kojomis, pėdos pilnai padėtos ant žemės! Tuo pat metu, kai pradedame kelti rankas, ramiai įkvepiame per nosį, įsivaizduodami, kad kvėpavimas eina nuo pirštų galiukų ir kai keliamo rankas aukštyn, kvėpavimą irgi „keliamo“ iki viršugalvio. Iškvėpiant ilgu garsu „ch....“, rankas nuleidžame prie šonų.

Šis pratimas atpalaiduoja įsitempusius raumenis, išlaisvinama energija.

2. Kadangi dažniausiai visų mokinių nugara būna įtempta, o krūtinė „surakinta“ – pratimas kuris padės atpalaiduoti visą korpusą.

Rankas sulenkiamo per alkūnes, laikome prieš save, sugniaužiame į kumščius (lengvai), alkūnės sudaro statų kampą, einantį nuo pečių į viršų. Pabandome įsivaizduoti esantys sporto salėje, treniruojant krūtinės raumenis. Rankas sulenktomis alkūnėmis „atidarome“ į šalis, tuo pat metu įkvepiant orą pro nosį į krūtinės ląstą, ją išplečiant, atpalaiduojant. Iškvėpiant pro burną garsu „ch...“, rankas vėl „uždarome“.

Šis pratimas gražina gebėjimą „kvėpuoti laisva krūtine“, kitaip tariant, pasijusti pilnavertėmis, laisvomis asmenybėmis.

Kvėpavimas

„Tavo balsas, tavo visos gyvybinės galios glūdi kvėpavime...“

Taisyklingas kvėpavimas. Sąmoningas kvėpavimas gali nedelsdamas atpalaiduoti kūną ir protą.

Atrodytų, visi žino kaip kvėpuoti, juk kvėpuojame be perstojo visas 24 valandas per parą. Deja, dauguma tai daro neteisingai, paviršutiniškai kvėpuodami tik viršutine kūno dalimi, krūtine.

Pradžioje visi kūdikiai kvėpuoja pilvu, t.y. taisyklingai. Tik augdami prarandame šiuos įgūdžius.

Kvėpuojant pilvu mes gauname daugiau energijos, reikalingos įvairiems darbams nuveikti, ne tik kūryboje, nors kūryboje ši energija be galo svarbi.

Kvėpavimo pratimai (Šiuos kvėpavimo pratimus galima naudoti ne visus iš karto, o pvz. derinant su kokia nors veikla ar teorine dalimi)

1. Uždedame rankas ant pilvo, ir bandome pajusti savo „centrą“ energingai iškvėpdami garsus „F“, „Č“ ir „Ch“.

Kūną laikome tiesiai ir laisvai, neįtempdami raumenų. Visas kūno svoris eina į pilvą. Darome ciklą iškvėpimų su garsais, po keturis kartus kiekvienam garsui. Stebime, kuris garsas yra aktyviausias, kuris silpniausias.

2. Įkvepiame per nosį, lengvai, tarsi uostydami kvapnią gėlę. Ir vėl darome aktyvius iškvėpimus su anksčiau paminėtais garsais.

3. Uždedame rankas ant pilvo ir tarsi „pučiame balioną“, įkvėpiant orą. Kai „pripučiame balioną“, tada įsivaizduojame, kad jis pradurtas ir oras lėtai eina iš jo garsu „ssss..“

4. Uždedame rankas ant liemens, įkvepiame keturis energingus trumpus įkvėpimus pro nosį, iškvėpiame su garsu „ch...“ per burną, keturis iškvėpimus, po to įkvėpiame tris kartus per nosį, iškvėpiame tris kartus per burną, įkvėpiame du kartus per nosį, iškvėpiame du kartus per burną, įkvėpiame vieną kartą per nosį, iškvėpiame vieną kartą per burną.

5. Pratimas energijos sužadimui.

Atsistojame, padarydami kuprą, du kumščius įremiame į pilvą, į „centrą“. Galva nuleista, kojos truputį sulenktos, pečių plotyje. Įkvepiame per nosį, iškvėpiame energingu garsu „Pch!“, pakeldami galvą, „atidarydami“ krūtinę, įsivaizduojame, kad su garsu „Pch!“ paleidžiame galingą energijos plūpsnį tiesiai prieš save.

PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

6. Norėdami labiau pajusti kaip kvėpuojame pilvu, žaidžiame žaidimą poromis „Virvės traukimas“.

Atsistojame vienas prieš kitą, vienas „trauks“ įsivaizduojamą virvę, kuri aprišta aplink porininko pilvą. Kitas bando pajusti „virvės“ traukimą, kitaip tariant savo kūno centrą, ir atitinkamai reaguoja kūnu.

7. Šuniuko lekavimas.

Kad būtų vaizdžiau galima įsijausti, kad esate šuo ir iškišęs liežuvį lekuojate karštą vasaros dieną. (kvėpuojama per burną).

8. Įpykusios katės šnypštimas išleidžiant nagus tariant garsą „kššš..“

Tarti labai energingai, su emocija.

9. Pasijuokiamo iš pilvo „cha, cha, cha“.

Vokalas

Balso tonas mus veikia labai stipriai. Ta pati frazė pasakyta maloniu balsu, arba grubiai mus gali veikti labai nevienodai. (Juk yra skirtumas - kai kas nors gražiai prašo paduoti knygą, o ne įskamiai tai liepia). Balsu mes išreiškiame tam tikrą emociją. Visada malonu klausyti balso, skambančio harmoningai, sklindančio iš pačių sielos gelmių, ir niekam nemalonu klausytis, susierzinusio, pikto, rėksmingo balso.

Balso skambesys priklauso nuo daug ko. Net nuo dantų skaičiaus ir jų kreivumo.

Žymusis Fredis Mercuris turėjo atsikišusius dantis, kurių gėdijosi. Bet operacijos nedarė, bijodamas prarasti savo nepakartojamo balso skambesį.

Balsą reikia tausoti bei saugoti. Pervargęs balsas „linguoja“, virpa.

Ritmo įtaka muzikai

Muzikiniai garsai, sudarantys muzikinį kūrinį, paklūsta tam tikram ritmui.

Žinomi ritmai: 4/4, 2/4, 3/4, 6/8 ... tiesiogiai atitinkantys žmogaus gyvybinių procesų ritmams.

Kodėl muzika daro didelį poveikį žmogui?

Nustatyta, kad tam tikra muzika, ritmai, gali gydyti žmogų, bet gali ir ardyti.

PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

Ar žinote, kad: Muzikos ritmas gali priversti žmogaus širdį plakti greičiau, ir atitinkamai, jei lėtesnis tempas – lėčiau.

Mokantis atlikti dainą ar kitokio žanro muzikos kūrinį, pirmiausia reikia atkreipti dėmesį į kūrinio ritmą, jį išanalizuoti.

Ritminių darinių pažinimas

Visa mūsų kalba, kiekvienas žodis turi savo tempą bei ritmą.

Naudojamas pratimas: Sustojame ratu. Visi prisistato, pasakydami savo vardą plojant ritmą. Po to pabandome užrašyti lentoje gautą ritminį darinį.

Pvz.: prisistato mokytojas: „*mano vardas Rasa*“, - vadinant ketvirtines natas „*ta*“, o aštuntines „*ti*“. Ritminis darinys būtų: „*ti-ti-ti-ti-ta-ta*“. Užrašome tai lentoje.

Vardą galima sakyti su tam tikromis intonacijomis, nuotaika. Ritmiškai prisistato kiekvienas mokiny.

Mokytojas klausia - „*koks tavo vardas?*“ („*ta-ti-ti-ta-ta*“) . Pasakęs mokiny savo vardą, klausia to paties savo kaimyno.

Improvizacija – kūno emocijos išraiška

Improvizacija . Tai toks kūrybinis veiksmas, procesas, kai kažką atlieki iš anksto tam nepasiruošęs. Darai ilgai negalvojęs ir taip, kaip tau atrodo geriausia. Žinok, jog būtent tada TU esi KŪRYBIŠKIAUSIAS.

Vis naujos, iki šiol nepatirtos aplinkybės užduoties atlikimo metu, skatina ir moko mokinių kūrybiškai mąstyti, ieškoti naujų, jam tinkamiausių išėjties taškų ir sprendimų variantų ne tik užsiėmimų metu, bet ir gyvenimo aplinkybėse.

Improvizuodamas žmogus ugdo jausmingumą, žaismingumą, originalumą, fantaziją.

Kūno emocijos išraiška Žmonių emocijas atpažįstame iš kūno, klausome balso, stebime veidą. Taip suprantame, ką žmogus galvoja, jaučia, o gal meluoja ar nori nuslėpti. **Gestai, mimika, kūno judesiai** papildo vienas kitą ir padeda atskleisti tikrąją žmogaus „Kalbą“

Naudojamas užsiėmimas - analizuojame žinomus atlikėjus, kodėl vienus mes priimame rimtai, o kiti mums kelia šypseną? Kodėl vienais „tikime“, kitais ne?

PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

Melodija

Melodija - tai tam tikra garsų seka išreikšta muzikinė mintis.

Melodinių linijų gali būti įvairių - lygiai plaukiančių, kapoto ritmo, su daugybe pauzių (šiuolaikinė muzika).

Kitais tariant, melodija priklauso nuo ją kuriančiojo minties, vidinės būsenos, nuotaikos, taigi ir tam tikro ritmo, padiktuoto tam tikros nuotaikos.

Melodijai pažinti, klausomės įvairiausių kūrinių ir diskutuojame:

Kuris kūrinys tau artimesnis šiuo metu?

Kuo šie kūriniai panašūs?

Kuo skiriasi?

Kokius jausmus tau jie sukelia?

Kokios tau pačios gražiausios melodijos?

Ar gali jas paniūniuoti?

Ar gali pasakyti, kuo tave sužavėjo būtent ta melodija?

Kodėl ji tau tokia svarbi?

Jei pieštum paveikslą pagal šią melodiją, kokios ten spalvos vyrautų?

Kieno nuotaiką klasėje ji atitinka?

Melodijos gimsta įvairiai.

Svarbiausia sąlyga melodijos ar muzikos gimimui - sakyti tai, ką iš tiesų norime pasakyti. Juk jei norime ledu, neprašome kotletų. ☺ Kalbėk apie tai, kas Tau iš tikrųjų rūpi. Svarbiausia - būk nuoširdus ir nebijok išreikšti savo jausmų.

Ar žinote, kad:

Mokslininkų (tokių protingų dėdžių ir tetų) nustatyta, kad garsiai padėjavus, pasiskundus, net paverkus žymiai pagerėja nuotaika? ☺

Nuotaika

Atrodytų, jei daina skamba šviesiai, net linksmokai, dainos nuotaika turėtų būti irgi linksma, giedra. Bet visuomet reikėtų labai įsigilinti į tekstą. Galbūt autorius tiesiog nenorėjo tiesiogiai, paprastai perteikti nuotaikos, juk ir mūsų gyvenime pasitaiko, kad būna tuo pačiu ne viena nuotaika, o tarkim 2 persipynusios. Todėl bandant apibūdinti dainos nuotaiką reikėtų labiau įsigilinti, neapsiriboti tik visiems žinomais apibūdinimais: „Linksmas“ arba „liūdna“..

PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

Klausome įvairių dainų ir bandome nustatyti jų nuotaiką.

Intervalų nuotaika. Jų įtaka kūrinio nuotakai.

Kuriant muziką nereikėtų iš anksto galvoti, kokius naudosite garsus ar garsų junginius. Beje, tam tikri garsai skambantys vienu metu vadinami INTERVALAIS. Kiekvienas intervalas turi savo nuotaiką. Tačiau jei norite kurti melodiją apie negalvokite. Tiesiog kurkite. Pamatysite, melodija atsiras lyg savaime, jei leisite jai laisvai tekėti. Išreiškite tai, ką norite išreikšti.

Svarbiausia sąlyga - atvirumas bei nuoširdumas. Klausome intervalų skambėjimo, mokytojui grojant juos pianinu.

Ritmas

Sudėtingas tai reikalas. Bet gali žinoti, jog ritmas gali būti lygus, ramus arba sinkopuotas, tarsi šuoliuojantis, pertrauktas daugybe pauzių (tai simbolizuoja neramią būseną, tarsi mums trūktų oro). Ritmas apsprendžia, koks bus melodijos *temperamentas* - ramus, veržlus ar ekspresyvus.

Ritminė melodinė improvizacija

Ritmas visada buvo labai svarbus žmonijai, manoma, kad pirmiausia žmonės pradėjo groti ritminiais, mušamaisiais instrumentais, naudodavo tai ritualinėse, religinėse apeigose. Tam tikrose tautose mušant būgną netgi varomi „velniai, apsėdę žmogaus kūną“. Dažniausiai tam, kad galėtume improvizuoti melodiją, turime turėti besikartojantį ritminį pagrindą.

Pradedant improvizuoti, pradžioje reikia išmokti tam tikra ritminį darinį ir imant jį „už pagrindą“, t.y. jam nuolat besikartojant, vystyti melodinę liniją.

Tekstas

Jei norėtum pamėginti kurti dainas, turėtum žinoti, kad dainų kūrėjai dainas kuria dvejopai. Vieni, pirmiausia sukuria tekstą o tada pritaiko jam melodiją. Kiti - pradžioje užrašo gimusią melodiją, o tada ieško poetinių žodžių. Žodžių, kurie jų manymu tiktų melodijai.

Melodija ir dainos tekstas kaip seserys dvynės. Viena kitą papildo ir viena kitai neprieštarauja.

Kokia daina be žodžių? Tai būtų tik melodija. Taigi tekstas dainai labai svarbus. Jis suteikia prasmę, o melodija padaro tą prasmę išraiškingesne. Dainos žodžiais mes galime pasakyti viską kas guli „ant širdies“. Tai kaip eilėraštis, tik turintis „savo“ melodiją.

PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

Beje, nustatyta, kad žodžiai veikia ne tik žmones, bet ir augalus, gyvūnus, vandenį.

Tiesioginė ir perkeltinė teksto prasmė

Tikriausiai esi pastebėjęs jog yra tiesioginė ir perkeltinė žodžių prasmė. Tiesioginė teksto prasmė labai populiari Pop muzikoje. Perkeltinė prasmė, kur reikia gerokai pamąstyti, ką autorius norėjo pasakyti, daro tekstą labiau paslaptinę, tarsi užkoduotą tam tikrais simboliais. Teksto perkeltinė prasmė skatina labiau mąstyti bei įsigilinti, sukelia tam tikrą intrigą. Todėl perkeltinės prasmės tekstas galbūt yra įdomesnis meninės vertės požiūriu. (Pvz. *Jurgos Šeduikytės tekstai*)

Tačiau, visas siek natūralumo. Suprask kas esi ir nesisteng kažko daryti vien tam, kad tai atrodytų „kiečiau“. Tokiu atveju tai iš karto bus pasmerkta nesėkmei, nes muzikoje, kaip ir visoje kūryboje, didžiausia vertybė yra būti nuoširdžiam ir pačiam savimi.

Melodijos charakteris

Melodijos charakteris priklauso nuo to kaip Tu jautiesi kurdamas, taip pat nuo teksto, kurį pasirinkai.

Jei kankina skausmas, tai melodija gali būti trūkčiojanti, sudaryta iš trumpų frazių, su daug pauzių, tarsi žmogaus gerklę spaustų gumulas ir trukdytų išsikalbėti.

Jie skausmas atlėgęs ir mes kalbame apie tai apgailėstaudami, bet kartu išvelgdami daug grožio, melodija tampa skaidri, ilgesinga, šviesi.

Jei būseną džiaugsminga, pakylėta, sukursite linksmą skambantį kūrinį.

Improvizuok kurdamas

Labai naudinga būtų susikurti ritminių instrumentų - įvairiausių barškučių, ar lazdelių.

Pvz. pripildyti nedidelį buteliuką ar tuščią indelį nuo kremo akmenukų, ar monetų, ar dar ko nors, skambančio ir dusliai, ir aštriai.

Atmink, tavo sukurtas instrumentas gali išgauti melodiją!

Tau pavyks!



Negaišk laiko patyčioms! Tu gali KURTI



PROJEKTAS „NEGAIŠK LAIKO PATYČIOMS! TU GALI KURTI“ NR. VP1-2.2-ŠMM-05-K-01-113

UŽRAŠAMS / PIEŠINIAMS

Negaišk laiko patyčioms! Tu gali KURTI