

SŐNFELD MÁTYÁS

A ZENEATYU ÉLMÉNYPROGRAM AZ ÓVODÁBAN ÉS AZ 1-2. OSZTÁLYBAN (1. RÉSZ)

BEVEZETÉS

A kisgyermekoktatásban és nevelésében kiemelt szerepe van a zenének, mely nem csupán pedagógiailag fontos (a bal agyféltekét a ritmus, a jobbat a dallam fejleszti), de éppúgy hat a gyerekek kommunikációs, szociális, empátias készségeire is – gondoljunk csak az összehangolódásra, a harmonikus kapcsolatokra, a zene közösségteremtő erejére. A következő cikk a Zeneatyu Élményprogramot hivatott bemutatni, amely rendhagyó eszközökkel hozza közel a hangszerek világát a gyerekekhez, még hozzá – többek közt – az ökohangszer-készítés művészetén keresztül. Buzdítom az éppen ezt olvasót, hogy bátran vesse bele magát a hangszerkészítés rejtelmeibe akár gyermekével, akár az óvodában, iskolában.

MAGAMRÓL

Zene és élmény. E kettő közös metszete vonzott a zenei általános iskolába, mely mellett 10 évig tanultam klasszikus gitárt, majd gitárzenekarban és együttesekben is zenéltem, az ÖKO-Játék kft. tagjaként pedig – a cég alapítójával karöltve – több mint 10 éve bábos mesékkel járjuk az országot, melyek dalait magam írtam és adom elő. Gyógy pedagógus és zeneterapeuta végzettséggel 14 évig tanítottam ének-zenét és tartottam zeneterápiás foglalkozásokat egy budapesti EGYMI-ben, 9 évig zenéltem gyerekkórházakban (számukra készítettem a vászon-zeneatyumot, a program névadóját), 5 évig voltam a Bátor Tábor zeneszakértője, 3 évig a Magyar Zeneterápiás Egyesület elnöke, 4 évig pedig zeneterápiás oktató az ELTE BGGYK-n. A felsoroltak közül életem minden egyes állomásaért rendkívül hálás vagyok, mert így vagy úgy mindegyik alakította kicsit a 2011-ben megalapított Zeneatyu Élményprogram arcvonalát.

A PROGRAMRÓL

Eleinte csupán az úgynevezett ökohangszereimet mutattam meg az osztályoknak, ahol tanítottam, majd más óvodákban, iskolákban is elkezdtek érdeklődni – nem minden nap lát az ember mankóból fuvolát, kesztyűből skót dudát, lampionból tangóharmonikát. Miután újra és újra kérdezték, van-e még valami a tarsolyomban, leültem, és átgondoltam, mit tudok még nyújtani. Már akkor számos hangszerrel rendelkeztem, így kidolgoztam egy 10 alkalmas programot. A célom az volt, hogy az újrahasznosított hangszerek mellett az eredeti hangszer is szerepet kaphasson, mindezt úgy, hogy az elméleti háttér is megjelenjen emészthető formában.

Minden elméleti részt tapasztalaton, gyakorlatban bemutatott helyzeteken keresztül tanulunk meg (szívószáhangszer, ökohangszer-bemutató, csináld magad, zenekíséret), melyeket dinamikus gyakorlatok szakítanak meg a figyelem fenntartása, vagy éppen a felgyülemlett energiák levezetése érdekében (mozgással egybekötött hangszervers, energiser, nyílik a zeneatyu, zárul a zeneatyu). Emellett lehetőség nyílik a közös zenés élményre, a zenés interakcióra, az önmegvalósításra. Az egyetlen kivétel a „Csináld magad” programont, mely az otthoni vagy egy későbbi alkalommal való hangszerkészítésre tesz javaslatot. A Zeneatyu fő üzenete – az élmény, a zene szeretete és a hangszerismeret játékos, élményszerű bővítése mellett – a környezettudatosság, az újrahasznosítás, újrafelhasználás hirdetése. Már egy alkalom után látható, ahogy a gyerekek máshogy néznek az eddig értéktelennek, kidobandónak tűnő flakonra, tojástartóra vagy épp joghurtos pohárra. Érdekes a szülőket is bevonni a szemléletformálásba, és buzdítani őket alkalomról alkalomra a „Csináld magad” hangszerek alapanyagainak gyűjtésére. Az egyik óvodában, ahol hetente megfordul a batyu, egy kihelyezett láda várja a gyűjtendő anyagokat, így a program túlnőhet az intézmény falain.

ÁLLANDÓ ELEMELK

Nem beszélhetünk hosszútávú hatásokról, ha nem folyamatban gondolkodunk. Ebben a cikkben a programsorozat egyik alkalmát mutatom most be, de minden program az *előző esemény felidézésével és átismétlésével* kezdődik. Emellett az utolsó előtti pont, a hangszerosztás fontos eleme a *hosszútávú memória megtornáztatása* is, így elsőként felhívom a figyelmet arra, hogy mindenki jegyezze meg azt a hangszert, amit kivett a batyuból, mert a dalok közt lesz majd cserebere, a végén viszont *vissza* kell cserélni az eredeti hangszeredet, és visszatenni oda, ahol találták. Egy másik fontos szabály (a konfliktusok elkerülése végett), hogy sosem *kötelező* a hangszercsere, csak ajánlott, közös megegyezéssel. Végül a búcsúdál előtt az *aznapi aktuális program* elemeit, összefüggéseit, tanulságait is átismétljük.

PROGRAMPONTOK

Szívószáhangszer

Elámultam, mikor tudomást szereztem a szívószálduda létezéséről 2010-ben, egy zeneterápiás képzésen. Prof. Buzási Miklós mutatta meg a két egyszerű lépést: 1. Lelapósítjuk a szívószálat, 2. Levágjuk a két sarkát. Ha ezután a szánkba vesszük a szívószál ceruzahegyre hasonlító végét és erősen megfújjuk, megszólal! Fontos hangsúlyoznom, hogy gyógy-pedagógusként ezen meghatározó élmény előtt is gyártottam már hangszereket diákjaimmal, ám ezek általában ritmus-hangszerek voltak, dobok, csörgők, shakerek. Az, hogy egy olyan egyszerű tárgy, mint a szívószál, zenei hangot adjon,

alapjaiban változtatta meg a hangszerekhez való hozzáállásomat, és ezt a hangszerkészítési szenvedélyt azóta is próbálom átadni a környezetemnek, ahogy a kedves olvasónak is. A szívószál még a Zenebatyu logójában is megjelenik. Azóta nincs alkalom szívószálhangszer nélkül – a kicsiknek elég, ha nagyokat nevetnek a hangján, de a nagyobbaknak már érdemes elmondani, hogy a duda fújás közben rezeg, azaz nagyon gyorsan mozog, ez adja a hangját. (A szívószálduda elkészítési módja megtalálható a www.zenebatyu.hu honlap videó fül alatt.)

Autentikus hangszer

Minden alkalom egy úgynevezett autentikus hangszer köré épül, melyekről – ha nem állnak rendelkezésre – képet és videót is mutathatunk a gyerekeknek. Meséljünk a hangszer nevééről, eredetéről, különleges tulajdonságairól (a Wikipedia a barátunk). Jelen esetben az ukulele neve ismerősen cseng, hawaii gitárnak is nevezik, annak ellenére, hogy gitárnak éppen aprócska lenne (erre a mondatra a hangszerversnél még visszatérünk). Neve nyersfordításban ugróbolhát jelent, a gitártól főként méretében és húrjainak számában tér el. Amennyiben rendelkezünk gitárral, össze is hasonlíthatjuk, végigszámlálhatjuk a húrok vagy a hangolókulcsok számát. Itt érdemes kitérni a hangolókulcs szerepére: ha megfeszítjük a húrt, az vékonyodni kezd, tehát „kisebb” lesz, gyorsabban fog mozogni, azaz rezegni, így magasabb hangot ad. Így hangolják a húros hangszereket, hogy szép, tiszta, egymással egybecsengő hangon szóljanak. A teste pedig nem véletlenül üreges, így jobban fel tudja hangosítani a húrok rezgését, mint egy tömör test.

Hangszervers

Ideális esetben egy hangszer nevét (pl. gitár) rögtön megjegyzi a gyerekek. Az ukulele már nehezebben előhívható elnevezés. A hangszer nevének és tulajdonságainak bevésséhez nagy segítség egy négysoros mondóka, melyet mozgással kísérvé könnyedén megtaníthatunk: *Négy húrja van* (itt 4-et mutatunk), *és üreges teste* (üreget mutatunk), *gitárnak éppen* (gitározunk a kezünkkel) *aprócska lenne* (a gitár nagyságából kezdve közelítjük a kezeinket egy ukulele méretéig), *hullámos* (hullámot mutatunk), *mégsem puputeve* (mutatóujjunkt jobbra-balra ingatjuk), *Ez a hangszer az UKULELE!* (tapso-lunk). A versikét soronként többször ismételve, majd egyben is elmondhatjuk, utoljára pedig úgy, hogy az utolsó szót, a hangszer nevét mi felnőttek már nem mondjuk, csak a gyerekeket buzdítjuk arra, hogy hangosan kimondják helyettünk is. Közismert ugyanis, ha a gyerekek olvasás, hallás, látás, felmondás és cselekvés útján *egyszerre* tanulnak meg valamit, ily módon marad meg az információ a legnagyobb eséllyel.

Energiser

Nincs olyan 15 percnél hosszabb foglalkozás, melyet mozgás nélkül kibírnának a kicsik. Az úgynevezett „energiser” egy céges kifejezés, melyet hosszú meetingek során alkalmaznak, pár perces test- és hangmegmozgató gyakorlat, felfrissülés céljából. Jelen példánkban medvevadászatra indulunk, melyhez három dologra van szükség: 1. A törökülésben ülő gyerekek minket utánozva egyenletesen üssék a ritmust a combjukon. 2. Visszhangozzák a szavakat, melyeket mondunk. 3. Utánozzák a változatos mozdulatokat. Combütés közben mondjuk: *Menjünk medvét vadászni* (ezentúl ütemre minden mondatot visszhangozzanak a gyerekek: *Menjünk medvét vadászni*). Nini. Ollálá. Mit látok? Hiszen ez egy folyó! Ússzunk át rajta! (úszásmozdulatok, szintén ütemre). Átértünk. *Menjünk tovább!* (itt újra indul a combütés és a szöveg, egy újabb helyszínt bemutatva) *Menjünk medvét vadászni!* Nini. Ollálá. Mit látok? Hiszen ez egy... híd! *Keljünk át rajta* (mellkast dőngetünk)! *Nádas!* *Keljünk át rajta* (képzeltbeli nádszálakat lökünk félre)! *Mocsár!* *Keljünk át rajta* (cuppogunk és a kezünkkel lépkedünk a mocsárban)! *Hegy!* *Másszunk fel rajta* (ülve hegyet mászunk)! *Barlang!* *Menjünk be!* (itt megáll az ütemes lépkedés, de folytatódik a mondatonkénti visszhang). *Jaj! Sötét van!* *Mi ez?* *Szörös a füle.* *Hosszú a foga.* *Mély a gyomra.* *Büdös a lába.* Hiszen ez a medve! **FUTÁS!** (itt gyorsan ütjük a combunkat, és visszafelé „végigszaladunk” az eddigi állomásokon). *Le a hegyről!* *Át a mocsáron!* *Át a nádason!* *Át a hídon!* *Át a folyón!* *Megmenekültünk* (letöröljük az izzadságot a homlokunkról). A levezetett energia után újra a figyelemé a terep.

Ökohangszer-bemutató

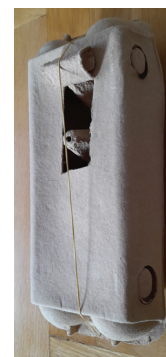
Dudát már készítettünk szívószálból, miért ne lennénk képesek ukulelét is létrehozni valamilyen hétköznapi tárgyból? Mindössze két dologra van szükségünk: 1. Húr, ami rezeg, 2. Üreges test. Ha van egy flakonunk (PET palackunk) és egy kis horgászdamilunk, elkészíthetjük a saját FLAKOLELÉNKET. Meleg tüvel lyukasszuk ki a flakon a legalját és a kupakját. Vágjunk az oldalára egy 3-4 centiméter átmérőjű kört. Fűzzük át a flakont a horgászdamilal, mintha egy óriási, lapos gyöngyöt fűznénk: először az alsó lyukon, majd a palack száján keresztül a kupakon, majd csavarjuk rá a kupakot teljesen a flakonra. Kössünk csomót először alul, majd a kupak tetején úgy, hogy lehetőleg feszes legyen a damil – ez többszöri csomózást is igényelhet. Ha a flakon oldalán található lyukba benyúlva megpengetjük a damilt, megszólal a saját flakolelénk! Készítsünk két flakolelét, egy vékony és egy vastag damilból, erre később szükség lesz.



Csináld magad

Ezt a programpontot otthonra vagy későbbi foglalkozásra szántam, hogy azután is legyen még egy izgalmas alkotnivaló, miután az alkalom véget ért. Éppen ezért mindig olyan hangszer elkészítését javaslom, amit gyakorlatilag elronthatatlan. Érdemes otthon vagy az óvodában, iskolában egy nagy hangszergyűjtő dobozt ajándékozni a gyerekeknek, melybe a saját

készítésű hangszereit gyűjtheti. A flakolele elkészítése igen időigényes, és olyan készségek is szükségesek hozzá, mint a csomókötés vagy a damil lyukon átfűzése. Így a közös bütyköléshez sokkal egyszerűbb tárgyakkal érdemes próbálkozni: tojástartóval és egy befőttes gumival. A tojástartókat előzetesen begyűjtjük, mindegyikre vágunk egy kis nyílást, ami egyrészt üregessé teszi a testet, másrészt az így keletkezett „ajtót” feltekerve emeljük a befőttes gumit a tojástartó testétől, így szabadon rezeghet. A hangszer így pillanatok alatt elkészül, ha pedig pengetés közben lefogjuk a húrját, észrevehetjük, hogy magasabban szól. Hogy miért? A húr lefogásával is „kisebb” lesz a húr azon része, amit pengetünk, és azt már korábban megvitattuk, hogy minél kisebb a húr (most épp nem vékonyabb, hanem rövidebb), annál magasabban szól. A nagyobbaknak a több húros verziót is ajánlom. Ezután a hangszer teste szabadon dekorálható, és bármely ünnepkörhöz is kapcsolható, de természetesen – tojástartó mivoltából fakadóan – a húsvéti időszakban a legaktuálisabb.



Zenekísérlet

Nincs Zenebatyu kísérletezés nélkül. Azt a törvényszerűséget már átbeszéltek, hogyha megrövidítjük a húr rezgő részét, magasabb hangot ad, és azt is átbeszéltek korábban, hogy ugyanez történik, ha megcsavarjuk a hangolókulcsot az ukulelén. Ugyanezt most bemutatathatjuk a flakolelén is, a kupakot megcsavarva a húr megfeszül, vékonyodik, magasabb lesz a hangja. A szemfülesebb gyerekek viszont észrevehetik azt is, hogy az egyik flakon más hangon szól, mint a másik, akkor is, ha mindkét flakon kupakja ki van tekerve. Mi lehet a különbség? Ha megvizsgáljuk, rájövünk, hogy az eleve vékonyabb horgásdamil magasabb hangot ad, és ha a feszítéssel tovább vékonyítjuk, akkor ad még magasabb hangot, míg a vastagabb húr mélyebb hangon szól. Ha ezután megvizsgáljuk az eredeti ukulelét – vagy egy képet, videót róla –, észrevehetjük, hogy bizony ott sem ugyanolyan vastagságúak a húrok!

Nyílik a Zenebatyu

Készítettem egy kedves barátommal a 2010-es években egy batyut, ami színes, praktikus összecipározható, és amelyben rengeteg hangszer elfér. Ezzel a batyuvál jártam a kórtermeket a gyerekkórházakban, amely egy pillanat alatt bevonta a zenélésbe a beteg gyerekeket. A Zenebatyu program ezen pontján – mintegy megkoronázva az alkalmat – szoktam elővenni a hangszereket, és gitáros kísérettel, a térben körbe járva zenélünk, táncolunk. Amennyiben van az óvodában, iskolában hangszer, érdemes ekkor kiosztani, és ha esetleg nincsen gitár, hangszórón hallható zenére vagy énekszóra közösen mozogni és táncolni. Ugyanitt hasznos, ha a gyerekek egészen eddig egy nagy szivacson vagy szőnyegen ültek, mert elhagyva azt remek viszonyítási pontot ad a körbejáráshoz. Olyan közismert dalokra rázhatják a hangszereiket, mint „Aki nem lép egyszerre” vagy „Sétálunk, sétálunk”, melyeket egy hangszercserélős dallal szoktam összekötni: „Fogd a hangszert, gyere-gyere, indulhat a cserebere”. Mondókaként is mondható, de aki tud szolmizálni, az alábbi dallamra énekelheti (a ritmusa a szöveg prozódíájához hasonul): DRMDRMFF SFMRMRDD. Miután kimozogtuk, kitáncoltuk magunkat, és túl vagyunk a visszacsereberélős állandó programon, átismételjük a program elejétől hallottakat, esetleg válaszolunk az azóta felmerült kérdésekre.



Zárul a Zenebatyu

Idáig nyolc zenés élménnyel gazdagodtak a gyerekek, nem meglepő tehát, hogy zenével zárul az alkalom. Bármilyen saját vagy közismert énekkel elbúcsúozhatunk a gyerekektől, én a Bátor Táborban tanult „Szasztok” dalt alkalmazom erre. „Hát szasztok, hát szasztok, hát helló-helló-helló-helló szasztok. x2” „Jó volt együtt, jó volt együtt, hát helló-helló-helló-helló szasztok. x2” A dal a „ramsamszam” vagy „parampampam” című sokak által ismert energiser/tábortúzi ének dallamára szól. Ezalatt felhívom a gyerekek figyelmét, hogy lehet combot ütni, tapsolni vagy integetni, aki pedig nagyon profi, mindhármat csinálhatja egymás után. Ennek csak annyi a jelentősége, hogy minden gyerek a maga módján búcsúozhat el, van, aki teljes extázisban egyszerre három dolgot csinálva, míg mások csupán mosolyogva és integetve.

ÖSSZEGZÉS

Élmény nélkül nincs tanulás. A zene pedig önmagában is csodálatos élményt nyújt. Ha a zenei hangok, a hangszerek és a közös zenélés világát nem csupán egy teljesítmény elérése érdekében használjuk, hanem felhasználjuk a rácsodálkozás, a kíváncsiság, az alkotás, a lelkesedés és az önmegvalósítás erejét, igazán közel hozhatjuk a zenét a gyerekekhez és felnőttekhez egyaránt. A Zenebatyu Élményprogram mind a 9 eleme ezt a célt tűzte ki magának, és ezidáig ötven kidolgozott programmal büszkélkedhet. Az összefoglaló képen látható, hogy nem csupán a hangokkal, de a szavakkal is szeretek játszani. Így Kodály Zoltán üzenetével zárnám soraimat, melyek minden bekezdés első, vastag betűi közt rejtöztek el.