

# Terapie prin muzică pentru copii cu dificultăți de învățare

## Activități Muzicale

Pachet de resurse pentru studenți aflați în programul de învățare la distanță:  
Terapie prin muzica pentru copii cu dificultăți de învățare



Resursă realizată de:



music as therapy  
international

Registered Charity No. 1070760

Music as Therapy International (Reg. Charity No.1070760)

Tradus de: Maria-Monika Szabo (psiholog, CSEI Nr.1, Oradea)

**Terapia prin muzică** constă în folosirea muzicii și sunetelor într-un cadru structurat pentru a promova bunăstarea mentală, fizică, emoțională și socială a unui individ.

Terapia prin muzică nu este educație muzicală și în timp ce copiii/adulții este posibil să deprindă abilități muzicale de bază precum să cânte la un instrument, acesta nu este scopul acestei activități. Când se folosește meloterapia, muzica este utilizată inițial pentru a stabili un punct de contact cu un copil sau un adult și apoi ca o modalitate de adresare în cadrul unui mediu în siguranță indiferent de dificultățile copilului/adultului. Spre exemplu, terapia prin muzică poate fi folosită cu copii care sunt retrași sau apatici pentru a-i atrage în activități muzicale. Poate fi folosită de asemenea, pentru a canaliza – într-un mod constructiv și pozitiv – energiile unui individ foarte activ. Munca în grup poate fi folosită pentru a îmbunătăți și pune în practică deprinderi sociale precum conștientizarea și aprecierea celorlalți membri ai grupului, ascultarea, așteptarea rândului și abilitățile de lider.

## Mulțumiri

Activitățile muzicale din acest material provin direct din experiența acumulată de-a lungul anilor de către Music as Therapy International. Suntem recunoscători în special Comisiei Consultative a Terapeuților prin Muzică și Emmei Penketh.

Activitățile muzicale descrise aici sunt meritul Ameliei Oldfield și lui John Bean (Oldfield & Bean, 1991, 2001) respectiv a lui Elaine Streeter (Streeter 1979, 1980, 2002). Ele sunt descrise de către autori și reflectă abordarea proprie a muncii lor cu copiii sub 5 ani. Suntem recunoscători pentru permisiunea lor de a include activitățile dezvoltate în scrierile lor, activități care au devenit azi, parte integrală a practicii contemporane a meloterapiei.

Oldfield, A. & Bean, J. (1991) *Pied Piper: Musical Activities to Develop Basic Skills*, Oxford University Press.

Oldfield, A. & Bean, J. (2001) *Pied Piper: Musical Activities to Develop Basic Skills*, Jessica Kingsley Publications. London.

Streeter, E. (1979) 'A Theoretical Background to the Interpretation of Rhythmic Skills, with Particular Reference to the Use of Music Therapy as an Aid to the Clinical Assessment of Pre-School Children.' MA Thesis University of York

Streeter, E. (1980) *Making Music with the Young Child with Special Needs a Guide for Parents*, Music Therapy Publications. London.

Streeter, E. (2002) *Making Music with the Young Child with Special Needs a Guide for Parents*, Jessica Kingsley Publications. London.

De asemenea, suntem recunoscători lui Sarah Hadley și tuturor celor care au contribuit la Pachetul de Resurse Muzicale destinat Cursului de Muzică Interactivă pentru Practică: Lucrând cu Copiii sub 5 ani.

Hadley, S. and Quin, A. (2010) *Interactive Music-Making: Musical Activities for the Under 5's* London: Greenwich

Music as Therapy International *Programul de învățare la distanță: Terapie prin muzică pentru copii cu dificultăți de învățare* London  
© 2011 Music as Therapy International

All rights reserved. No part of this Resource may be reproduced or transmitted in any form or by any means, including photocopy, without permission in writing from Music as Therapy International.

Music as Therapy International (Reg. Charity No. 1070760), The Co-op Centre, 11 Mowll Street, London, SW9 0DA.

www.musicasterapy.org

# Cuprins

Introducere	4
Începutul și sfârșitul sesiunilor de grup și individuale	5
Comunicarea prin Muzică	7
Activități de așteptare a rândului	9
Activități de alegere	12
Dând mai departe instrumente și sunete	14
Jocuri de conducere	16
Hai să ne mișcăm!	19
Utilizarea cântecelor cunoscute	22
Improvizația	25
Cooperarea în grup	28
Note și idei	30

## Introducere

Aceste activități muzicale au fost puse laolaltă pentru studenți în scopul realizării acestui curs de învățare la distanță, a “Terapiei prin muzică pentru copii cu dificultăți de învățare”. Utilizate flexibil, în cadrul unor sesiuni muzicale structurate, acestea sunt activități care pot fi folosite, pentru necesitățile copiilor cu dificultăți de învățare.

Nu este necesar să pornești de la început în munca ta să lucrezi prin aceste activități incluse aici. Nici să te ții mot-a mot de activitățile descrise. Gândește cu grijă asupra obiectivelor muncii tale cu cazurile particulare și alege acele activități prin care poți să focusezi asupra atingerii acestor obiective și prin care îi poți atrage pe copiii cu care tocmai lucrezi. Nimic altceva nu-i motivează mai mult pe copii decât să se joace și să se distreze.

Dacă o activitate pare că nu merge din prima, nu te lăsa. Probabil copiii cu care lucrezi au nevoie de timp pentru a se obișnui cu o nouă activitate, iar procesul de implicare și încercare a acestei activități un anumit timp, un număr de săptămâni, va fi benefic în sine. Probabil să găsești că va fi nevoie să modifice ideea centrală, probabil copiii au nevoie de mai puține feluri de instrumente, sau vor avea nevoie să se miște în timpul jocului. Lasă-te condus de copii și nu-ți fie teamă să încerci noi lucruri, să fii creativ.

Acest material nu este unul definitiv. Suntem siguri că vei începe să inventezi propriile tale activități iar copiii vor aduce ideile lor proprii care pot fi incluse în sesiunile tale.

În cazul în care nu ești sigur, compară planul sesiunii tale cu obiectivele pentru munca ta cu cazuri individuale sau cu grupuri de copii: activitățile alese se adresează acestor obiective sau poți găsi o activitate nouă care poate să fie mai potrivită?

Mult succes!

## Începutul și sfârșitul sesiunilor de grup și individuale

În fiecare sesiune individuală sau de grup e bine să deschizi sesiunea cu cântecul de „Salut” și să închei cu un cântec de „La revedere”. Este util să faceți la fel în fiecare săptămână; acest lucru ajută să orienteze copilul la începutul sesiunii și să se pregătească de sfârșitul sesiunii.

Cântecul „Salut” și „La revedere” nu trebuie să fie complexe. Poate fi folosită o melodie simplă pe care să o cântați copilului (în sesiunile individuale) sau fiecărui copil (în sesiunile de grup), acompaniată de instrument cum ar fi xilofonul sau metalofonul, tamburina sau toba, sau doar să bateți la tamburină sau la tobă și să cântați „Salut” sau „La revedere” copilului, folosindu-i numele.

Când cântați „Salut” și „La revedere” copilului, puteți să cântați și să răspundeți felului de exprimare al copilului- de exemplu, repede, lent, puternic sau încet. Acest lucru îi face să înțeleagă că îl ascultați de la început; le va da sentimentul că sunt importanți și li se răspunde ca individ. Acest lucru le crește încrederea în sine și îi motivează să fie cu voi în sesiuni.

**Idee:** Fii sigur că încerci să te conectezi cu fiecare membru al grupului, fă-ți timp pentru a focusa ușor asupra lor când le vine rândul.

### Scopuri:

- Pentru a indica clar începutul și sfârșitul unei sesiuni
- Conștientizarea grupului
- Încurajează ascultarea și așteptarea

### Cântece de început și sfârșit:

#### Suntem Aici Pentru Muzică

Sun-tem ai-ci pen-tru mu-zi-că,  
Sa-lut toa-tă lu-me-a,  
Sa-lut Bogdan\_ Bogdan\_ Bogdan ,  
Sa-lut Bogdan, sa-lut.

#### Mâ Numesc...

Mâ nu-mesc Elena, mâ nu-mesc Elena,  
Mâ nu-mesc Elena, cum te nu-mesti?  
Te nu-mești Mi-hai, te nu-mesti Mi-hai,  
Te nu-mești Mi-hai, ce mai faci?

#### Cântăm la Revedere

Cân-tăm la re-ve-de-re, cân-tăm la re-ve-de-re,  
Mihaela, Mihaela, la revedere,  
Mihaela, Mihaela, la revedere.

### Cântecul de Bun Venit (folositor pentru munca în grup):

În timp ce fiecare bate din palme un ritm uniform, în același timp, liderul merge în jurul cercului scandând sau cântând: “Bună Maria, Bună Maria, Bună Maria, Ce mai faci?” Așteaptă răspunsul copilului și numai după aceea treci la următorul, repetând acțiunea pentru fiecare membru din cadrul grupului.

**Folosind xilofonul:** Acompaniază-te în timp ce cânti cântecul de bun venit sau cântecul de sfârșit.

**Saluturi cu Tamburina:** Grupul stă în cerc cu o tamburină. La început liderul cântă 'Salut' pentru fiecare copil, dând tamburina copilului pe care îl salută. Liderul începe cântecul din nou, dând tamburina altui copil. Fiecare copil din grup știe acum că începe muzica și că au cântat individual.

**Folosind Toba Ocean:** Mergi pe rând la fiecare, oferindu-i instrumentul muzical pentru a cânta la acesta. Potrivește modul în care copilul cântă la instrument cu vocea ta - cântând un cântec cunoscut sau cântând fără cuvinte. Marchează încheierea jocului fiecărui membru mulțumindu-i pentru participare, înainte să treci la membrul următor al grupului.

## Comunicarea prin Muzică

Unii copii au dificultăți în utilizarea limbajului verbal astfel încât să se facă înțeleși. Unii vor găsi că e greu să înțeleagă ceea ce li se spune. Alții nu pot să tacă! Pentru toți acești copii activitățile care explorează comunicarea nonverbală prin utilizarea instrumentelor muzicale pot oferi oportunitatea de a-și dezvolta deprinderi pe care le utilizăm cu toții în contact cu alți oameni pentru a relaționa cu aceștia. Procesul de a realiza acest aspect poate stimula încrederea în sine și stima de sine a copilului.

### Scopuri:

- Ascultarea interpretării celorlalți
- Conștientizarea celorlalți
- Interacțiunea individuală cu alți membri ai grupei
- Creșterea contactului vizual
- Concentrarea
- Deprinderi sociale: - cântatul pe rând, imitarea, folosirea aceluiași instrument
- Încurajarea cooperării în grup

**Utilizarea instrumentelor mari (de ex. toba, xilofonul):** Doi membri ai grupului – sau un copil și conducătorul sesiunii - folosesc împreună un instrument și au o 'conversație' muzicală, cântând cu rândul unul altuia și ascultând cu atenție ceea ce 'spune' partenerul.

**Privește și joacă:** Fiecare membru al grupului alege un instrument. Conducătorul sesiunii alege și el un instrument. Conducătorul invită cu ajutorul contactului vizual fiecare membru pe rând, să aibă o conversație muzicală cu el. Când conducătorul își mută privirea spre alt membru, e timpul acestuia să vină la rând. Jocul continuă până când toți copiii au reușit să converseze cu liderul.

**Idee:** Când lucrezi cu copii mai capabili, poți invita pe unul dintre ei să fie liderul, să converseze, să înceapă și să încheie conversația muzicală cu fiecare dintre membrii grupului.

**Conversații Bongo:** Grupul stă într-un cerc. Liderul cântă la toba bongo și invită copilul care stă în dreapta lui să cânte cu el. Când această pereche a terminat de cântat, toba ajunge la următorul copil din dreapta – o nouă pereche începe să cânte. Faceți acest lucru până când toți copiii au cântat.

**Conversație la xilofon:** Sunt aleși doi membri ai grupului pentru a avea un dialog cântând la xilofon într-un fel din care să rezulte o conversație (de exemplu, o ceartă, o discuție plină de entuziasm).

**Oglindirea:** Doi membri ai grupului – sau un copil și conducătorul sesiunii - stând față în față, cântă simultan la xilofon. Un membru al grupului cântă în mod liber iar ceilalți îl imită. Rolurile sunt apoi inversate.

**Te rog, întrerupe!** Roagă pe fiecare membru al grupului să aleagă un instrument din cele pe care le au la dispoziție. O persoană trebuie să se ofere (sau e aleasă) să înceapă activitatea. Această persoană

cântă singură până când persoana din dreapta o întrerupe începând să cânte și ea.

Imediat ce prima persoană e întreruptă, ea (el) trebuie să se oprească și să permită celeilalte persoane să cânte. A doua persoană continuă să cânte până când persoana următoare o întrerupe și așa mai departe.

*Nu uitati: Liderul poate fi nevoit să incurajeze grupul să permită unii altora să cânte mai mult fără să fie întrerupți.*

*Dezvoltarea:* membrii grupului se pot intrerupe la întâmplare, în loc să se meargă în cerc. Acest lucru poate fi realizat prin plasarea cinelului în mijlocul cercului, iar membrii grupului îl pot bate cu bățul sau cu mâna și 'întrerupe' pe cel care cântă.



## Activități de așteptare a rândului

Multe din activitățile prezentate în acest material vor cere copiilor să-și aștepte rândul. Această secțiune este dedicată activităților scurte, structurate, care permit liderului sesiunii să focuseze asupra unui singur membru al grupului la un timp dat.

### 1) *Saluta Gongul*

#### *Scopuri:*

- Pentru a încuraja așteptarea rândului
- Pentru îmbunătățirea contactului vizual și a coordonării
- Pentru energizare

Grupul stă într-un cerc și fiecare copii ține un băț. Liderul ține gongul și îl duce la fiecare pentru a-l lovi. Liderul trece de la un copil la altul în interiorul cercului format.

Când conduceți activitatea fiți creativi în mișcări, de ex.: răsuciți-vă și țineți gongul în diferite poziții, făcând jocul mai provocator și distractiv pentru copii. Lăsați gongul să răsunet pentru a fi auzit de copii.

### 2) *Cinele Zburătoare!*

#### *Scopuri:*

- Pentru a încuraja așteptarea rândului
- Practicarea deprinderilor motorii și a coordonării
- Concentrarea

Veți avea nevoie de un cinel cu o curea sau de o coardă și atâtea bețe câți membrii sunt. Membrii grupului trebuie să stea la aproximativ 2 metri distanță unul de altul, fiecare ținând un băț. Liderul se mișcă printre membrii grupului făcând cinelele „să zboare” ca o farfurie zburătoare când va ajunge la el, copilul ar trebui să lovească cinelele cu bățul. Atunci liderul grupului ar trebui să lase cinelele „să zboare” între lovituri astfel încât membrii grupului să se poată bucura de sunet.

### 3) *Tamburina care doarme*

#### *Scopuri:*

- Pentru a încuraja așteptarea rândului
- Dezvoltarea abilităților motorii
- Dezvoltarea autocontrolului
- Dezvoltarea cooperării în grup

Grupul stă într-un cerc. Conducătorul ridică tamburina cu grijă și explică grupului că aceasta a adormit și nu trebuie trezită. Acesta dă tamburina cu foarte mare grijă la o persoană vecină fără a scoate vreun sunet. Membrii grupului dau la persoanele din cerc tamburina în

așa fel încât să nu se audă nici un sunet.

#### **4) Regele si Regina Clopoteilor**

*Scopuri:*

- Încurajarea noțiunii de grup
- Încurajarea noțiunii de sine
- Creșterea încrederii de sine

O persoană dă clopoței la următorul membru al grupului în timp ce cântă sau spune: "Carmen îi dă clopoței lui Lili; Lili, îi dă clopoței lui Ciprian; Ciprian, dă-i clopoței Mihaelei; Mihaelei...".

După aceasta, conducătorul alege un membru al grupului ca rege/regina a clopoțeiilor. Această persoană va ține clopoței pentru un timp scurt, când grupul va cânta sau va spune: "Elena este regina clopoțeiilor astăzi, Elena este regina clopoțeiilor astăzi, Elena este regina clopoțeiilor astăzi, Bateți din palme pentru Elena."

Copii încep să dea clopoței din mână în mână din nou, repetând activitatea până când fiecare membru al grupului a avut șansa să fie regele/regina clopoțeiilor.

#### **5) Mișcarea Inversă**

*Scopuri:*

- Abilități sociale – încurajează datul mai departe, împărtășirea cântecelor/instrumentelor
- Încurajarea ascultării și așteptării
- Încurajarea toleranței celorlalți membri ai grupului

Grupul stă într-un cerc. Două instrumente sunt date la două persoane care stau una lângă alta. Aceste două persoane cântă împreună pentru un timp scurt, apoi pasează instrumentele în direcții opuse, la persoanele de lângă ei. Această activitate continuă până când fiecare membru al grupului a avut șansa să cânte.

#### **7) Trece Maracas mai departe și cântă singur!**

*Scopuri:*

- Pentru încurajarea așteptării rândului și a împărtășirii cu ceilalți
- Pentru dezvoltarea conștientizării ritmului
- Pentru creșterea încrederii în sine
- Pentru îmbunătățirea abilității de ascultare

Grupul stă în cerc. Un lucrător manevrează CD-ul.

Copiii sunt încurajați să paseze o maraca din mână în mână, în cerc, în ritmul muzicii de la casetofon. Când muzica se oprește, persoana la care a ajuns maracas se ridică în picioare și cântă singură (aceasta poate include și dansul!).

Când persoana încetează să mai cânte, se pornește din nou muzica înregistrată și se

continuă trecerea instrumentului în cerc, până când muzica se oprește din nou, și așa mai departe.

Când copiii se obișnuiesc cu această activitate, putem schimba, încurajându-i să joace o singură bătaie cu maracas, repetând un ritm simplu.

## Activități de alegere

De fiecare dată când facem o alegere, ne exprimăm pe sine. Este la fel și pentru copiii cu care lucrăm. Făcând alegeri, alimentăm încrederea lor în sine și autonomia lor. Uneori este necesar să fim creativi pentru a găsi calea optimă prin care îi putem permite să facă alegeri. De exemplu, un copil poate indica preferința sa printr-o expresie facială sau cu privirea. Uneori îi ajută dacă ascultă prima dată sunetul instrumentului folosit de lider. Să reținem că ei pot face față mai multor nivele de alegere. Un copil poate la început să aleagă între două instrumente. Aceasta abilitate poate fi dezvoltată mai departe, astfel ca în viitor să facă o alegere între trei sau mai multe instrumente. Unii copii pot să facă o alegere având mai multe instrumente în față, alții pot fi suprastimulați și distrași dacă sunt prea multe instrumente la vedere.

Odată ce ți-ai format o idee asupra modului în care copilul știe să aleagă, poți adapta următoarele activități structurate pentru a exersa această deprindere:

### Scopuri:

- Să încurajeze ascultarea și așteptarea
- Să inițieze explorarea sunetelor
- Să exerseze deprinderea de a alege
- Să formeze încrederea
- Să încurajeze toleranța celorlalți membri ai grupului
- Să ofere copiilor oportunitatea de "a vorbi" și de a fi ascultați.

### 1) Alegerea instrumentelor dintr-o cutie

- a) Liderul cântă un cântec simplu prin care îi invită pe fiecare copil pe rând să aleagă un instrument dintr-o cutie. Copilului care a ales instrumentul i se dă timp să cânte pentru grup. Apoi pune instrumentul la loc. Cântecul e repetat și copilul următor este invitat să aleagă un instrument.
- b) Dacă copilul care a ales instrumentul are nevoie de suportul liderului pentru a cânta, acesta poate să cânte și el, acompaniindu-l.

**Idee:** Să cântați "cântecul de alegere" în timp ce copilul alege instrumentul, altfel așteptarea poate să fie mai lungă iar tăcerea va face pe copii să-și piardă interesul pentru activitate. Este important ca la toate activitățile care oferă un timp pentru cântatul solo, să participe tot grupul, ascultând cu interes.

### 2) Plimbându-te în jurul cercului

Un membru al grupului se plimbă în jurul cercului creat de ceilalți copii, în timp ce liderul improvizează un cântec pe tema: "Plimbându-te în jurul cercului". La sfârșitul cântecului copilul alege un instrument și se întoarce la locul său, cântând la acel instrument.

### 3) Alegând unul pentru altul

Membrii grupului aleg diferite instrumente unii pentru alții. Această activitate poate să nu fie acompaniată culminând apoi cu cântatul liber simultan al întregului grup la instrument. De asemenea, activitatea poate culmina în mod structurat cu cântatul unui cântec

cunoscut.

**Idee:** Liderul poate să simtă nevoia de a restricționa alegerea instrumentelor oferite grupului.

#### 4) Ce dorești să cânti?

a) Toți stau în cerc având cu instrumentele în mijlocul cercului. Copiii lovesc genunchii cu mâinile sau aplaudă împreună. Când ajung ca toți să bată deodată (mai mult sau mai puțin) liderul cântă: “Ce dorește să cânte... (inserezi numele copilului...)?” invitându-l să aleagă un instrument situat la mijlocul cercului. În timp ce copilul cântă la instrumentul ales, liderul poate să-l acompanieze cântând: “(inserezi numele copilului...) cântă la (inserezi numele instrumentului...)” emițând onomatopee pentru instrumentul ales de copil: de ex. tap-tap pentru o tamburină. După acesta, copilul care a terminat cântatul, pune instrumentul la loc. (uneori poate este necesar să-l pregătim să încheie cântându-i “Gata, mulțumim, oprește-te”). Lovirea genunchilor sau bătaia din palme continuă în timp ce un alt copil este invitat să aleagă. Activitatea se termină când toți copiii au venit la rând să aleagă și să cânte.

**Idee:** Dacă utilizezi același număr redus de instrumente în fiecare săptămână, copiii vor începe să asocieze onomatopeea, respectiv efectul sonor al instrumentelor, cu instrumentul și vor emite și ei aceste sunetele potrivite cu instrumentul la care tocmai cântă copilul din mijlocul cercului.

b) Se așează în fața fiecărui copil un set de două instrumente: un shaker și o tamburină. Liderul invită pe unul dintre copii să aleagă unul dintre instrumente cu care vrea să joace. După un scurt solo al acestuia, - care poate fi acompaniat de lider cu un metalofon de exemplu- restul grupului este invitat să joace împreună cu copilul, la același instrument pe care acesta l-a ales.

**Idee:** Dacă e nevoie să-l oprești pe copil poți cânta: “Și acum oprește-te”. De asemenea poți utiliza gesturi clare de oprire, ridicând mâna, sau oferindu-i model, lăsând instrumentul sau bățul pe care îl ai tu în mână, jos, în fața ta...

## Dând mai departe instrumente și sunete

### Scopuri:

- Formarea relațiilor dintre copii și a conștiinței de grup
- Încurajarea împărțirii instrumentelor și al așteptării rândului
- Dezvoltarea deprinderilor motorii
- Dezvoltarea concentrării atenției

### 1) Pasează tamburul

Liderul aflat în mijloc, ține un tambur și oferă fiecărui copil ocazia de a o lovi o singură dată. Încearcă să menții factorul surpriză, oferind instrumentul în mod randomizat. Acesta poate fi repetat de câteva ori, formând un sens al anticipării între membrii grupului.

### 2) Pasează cinelul

La fel ca la jocul anterior, doar că se utilizează un cinel. Fiecare copil va primi un băț înainte de joc, cu care va putea să bată.

### 3) Pasează mingeal

a) Liderul trimite mingea la unul din membrii grupului, cântându-l numele. Copilul trimite mingea înapoi. Se trimite mingea fiecărui copil din grup, ei ascultând cu interes al cui nume va fi auzit.

b) Membrii grupului pot fi invitați să aleagă ei cui să paseze mingea, și în timp ce o pasează, să cânte numele destinatarului. (Dacă e necesar, copilul poate fi ajutat).

### 4) Schimbați cu toții!

Toți membrii grupului sunt invitați să aleagă un instrument și să joace la acesta – cât timp și liderul joacă la instrumental său. Când liderul se oprește din cântat, copiii trebuie să se oprească și ei. Apoi pasează instrumentul următoarei persoane.

### 5) Pasează instrumentul

Un instrument umblă din mână în mână jur împrejur, în timp ce se aude o melodie – înregistrată sau improvizată de lider. Când muzica se termină, persoana care rămâne cu instrumentul trebuie să joace solo.

### 6) Ascultă clopotele

Grupul cântă 'Ascultă clopotele' în timp ce clopotele indian e dat din mână în mână. Fiecare copil are în mână clopotele timp de un vers.

### 7) Pasează toba ocean

Toba ocean este dată jur împrejur în grup, fiecare jucând la toba liber. Jocul este acompaniat de lider care cântă cu vocea sau cântă la un instrument.

### 8) Pasează ursulețul

Grupul stă în cerc și cântă "Pasează ursulețul". La sfârșitul melodiei, liderul dă ursulețul unuia dintre copii. Cântecele este repetat și apoi ursul e oferit altui copil. Ursulețul poate fi pasat celui de lângă sau copilul poate alege cui să i-l dea.

**Idee** : Nu la toți copiii le plac plușurile, astfel, putem să folosim în acest caz o păpușă, rescriind cântecele.

### 9) Pasează sunetul

a) Fiecare membru din grup alege un instrument și cântă la acesta când îi vine rândul.

b) Fiecare membru din grup alege un instrument. Unul din ei va juca cântându-și numele. Când termină, el poate alege un alt membru să-și cânte numele.

**Idee**: Liderul poate găsi un cântec pe care să-l cânte în timpul pasării instrumentului pentru a da mai multă structură grupului și să ghideze membrii. Poți observa ce se întâmplă atunci când acest cântec lipsește și copilul caută să descifreze când trebuie să participe și când trebuie să se oprească!

### 10) Pasează Bongo

Liderul are o tobă mare și un băț. Un membru al grupului ține bongo. Când liderul începe să cânte un ritm continuu la tobă, bongo e pasat jur împrejur. Se poate că cei mici vor avea nevoie de ajutor. Când liderul se oprește din cântat, bongo e oprit. Copilul care are bongo în mână poate să joace liber la bongo, fiind acompaniat de liderul care cântă la tobă. Activitatea continuă, prin stabilirea unui nou ritm continuu la tobă.

## Jocuri de Conducere

Multe grupuri au atât lideri cât și persoane care mai puțin probabil că vor ajunge lideri. Aceste activități oferă oportunitate fiecăruia să fie lider, să controleze ceea ce se întâmplă, - un lucru care încurajează încrederea în sine. Ascultarea și privirea modului în care ceilalți te urmează, oferă o experiență concretă a potențialului de care dispui în a influența pe alții și a impactului pe care comportamentul tău îl are asupra celorlalți. Poți găsi un copil mai timid, care să încerce să joace mai tare și cu mai multă încredere urmând un lider care joacă tare.

În fiecare dintre aceste activități copiii pot fi invitați să fie lideri. E bine să oferim întotdeauna ocazia fiecărui membru din grup de a fi lider. Copilul poate refuza să fie lider.

### 1) Urmează Liderul

Scopuri:

- Concentrare și ascultare
- Conștientizarea volumului cu care cântă
- Creșterea încrederii în sine –în special în situații de conducere
- Jocul la instrument ca membru al grupului

a) Fiecare copil are un instrument mic ei fiind așezați în cerc. Liderul cântă și grupul copiază. Când liderul termină de cântat, punând instrumentul în fața sa, grupul se oprește din cântat. Va fi un moment de liniște înainte ca activitatea să fie reîncepută. Diferiți copii pot fi lideri pe rând.

b) Fiecare își alege un instrument și începe să cânte. Conducătorul, folosind gesturile sau un semnal muzical (de ex. două bătăi de tobă) arată că grupa trebuie să înceteze să cânte invitând o persoană să cânte singură. După o perioadă, restul grupului este invitat să se alătore din nou. Fiecare membru este invitat de conducător să interpreteze un solo în timpul melodiei.

c) Fiecare membru al grupului alege un instrument. Liderul începe să cânte. Fiecare membru alege un instrument. Liderul cheamă copiii să cânte la fel ca el. De exemplu, dacă liderul cântă bătând tare la tobă, copiii să facă la fel. Dacă el cântă încet, copiii să cânte încet. Dacă liderul scutură încet instrumentul, copiii să cânte încet, încercând să potrivească modul lor de a cânta cu cel al liderului. Pot fi utilizate vocea sau diferite mișcări.

d) Împrăștie câteva instrumente în sală (astfel încât fiecare copil să poată avea câte un instrument). Invită fiecare copil să ia un instrument și să aștepte semnalul de start al liderului. Când liderul cântă, și copiii pot cânta. Și pot încerca să-l imite pe lider. Când liderul se oprește, copiii trebuie să se oprească și ei. Apoi ei pot schimba instrumentele și jocul se reia.

**Idee:** Poți să schimbi sunetele produse și să urmărești cât de mult timp este necesar pentru ca grupul să se adapteze stilului tău de a cânta.

### 2) Dirijorul

Cereți un voluntar sau alegeți o persoană din grup să fie dirijorul. Rugați restul grupului să aleagă câte un instrument din gama de instrumente pe care le au la dispoziție. Rugați pe cei care 'fac' muzica să se așeze într-un cerc mare în jurul dirijorului care stă în picioare.

Dirijorul le face semne clare cu mâna pentru a dirija cântatul. Ex: Ridicatul degetului arătător = pornire, O mână ridicată = oprire, Măinile ridicate în aer = tare. Odată ce toți cei



care cântă au înțeles aceste semne, dirijorul poate începe muzica.

*Nu uitați: O dată ce a început muzica, nu mai pot fi date indicații verbale. Mai mult de o persoană poate cânta dacă dirijorul arată spre două persoane în mod simultan.*

### 3) *Oh, putem cânta la toba mare!*

*Scopuri:*

- Dezvoltarea atenției și a deprinderii de a asculta
- Dezvoltarea capacității de conștientizare a celorlalți
- Exersarea deprinderilor motoriiși de coordonare
- Încurajarea copiilor la participare activă
- Încurajarea expresivității în cadrul grupului

Orice poate fi utilizat drept toba în acest exercițiu. Toți copiii trebuie încurajați să joace împreună cât timp liderul cântă un cântec – utilizând probabil cuvinte ca:

“Oh putem cânta la toba mare, la toba mare, la toba mare  
Oh putem cânta la toba mare- uite, uite-așa!”

Apoi liderul alege unul dintre copii să conducă jocul. Ceilalți copii pot fi încurajați să copieze stilul liderului, în timp ce acesta cântă:

“Oh putem cânta ca (...se spune numele copilului care e tocmai lider)  
Oh putem cânta ca (...numele copilului care e lider)  
Uite uite-așa!”

**Idee:** Poți începe jocul punând toba într-un loc și observând ce se întâmplă între membrii grupului. Poți spune: adunați-vă lângă toba și la un moment dat să dai comanda: Porniți!. Poate fi interesant să vezi cine conduce, cine are rețineri, înainte să intervii. Poți introduce apoi cântecul și să vezi cine contribuie și cum la cântat respectiv să îndemni pe cei mai timizi să participe activ.

### 4) *Conduce-I pe lider!*

*Scopuri:*

- Să experimenteze conducerea și a fi condus
- Să dezvolte atenția și deprinderea de a asculta
- Să formeze încrederea în sine
- Să exerseze deprinderi motorii și de coordonare
- Să stimuleze conștientța corporală

Alege trei instrumente contrastante și situează-le la mijlocul grupului. (de exemplu, un maracas, un clopoțel și o toba). Decide asupra unei mișcări a corpului pentru fiecare instrument. (pentru clopot: legănarea capului, pentru toba: tropăitul și pentru maracas: mișcarea brațelor). Invită un voluntar să se joace cu instrumentele. Ori de câte ori acesta va alege un instrument la care să cânte, liderul va răspunde cu mișcarea stabilită pentru acel

instrument. Poate să participe și restul grupului. Când voluntarul schimbă instrumentul, liderul se va mișca cu mișcarea stabilită pentru instrumentul respectiv.

**Idee:** Se poate ca voluntarul să dorească să schimbe frecvent instrumentul și va face dificilă urmărirea acestui schimb prin mișcările corespunzătoare de către grup. Liderul se focusează asupra voluntarului și va putea să ofere model grupului prin mișcările sale. Cu timpul se pot introduce noi instrumente iar copiii pot găsi noi mișcări asociate cu acestea.

## 5) Oglindirea

*Scopuri:*

- Încurajează conducerea și urmărirea
- Încurajează concentrarea
- Încurajează ascultarea și urmărirea cu privirea
- Încurajează imitația și interacțiunea

Doi membri ai grupului stau față în față și au instrumente similare (de ex. 2 perechi de maracas; o toba gato și un xilofon). Apoi hotărâsc cine este liderul. Liderul cântă la instrumentul său și cealaltă persoană cântă ce a cântat liderul. Acest lucru poate fi făcut pe rând sau simultan. Rolurile pot fi schimbate. Această activitate este potrivită pentru grupuri mai mici.

## Hai să ne mișcăm!

### Scopuri:

- Conștientizarea de sine în relație cu grupul (conștiența socială)
- Exersarea conștientizării vizuale
- Încurajarea rolului de conducător
- Dezvoltarea deprinderilor motorii și de coordonare
- Creșterea încrederii în sine și a conștiinței de sine
- Canalizarea energiei fizice

### 1) *Urmărește liderul*

Se alege un lider iar ceilalți copiază acțiunile acestuia. Se poate lucra cu sau fără instrument. (Am observat că cel mai bine se poate juca dacă se utilizează maracas).

### 2) *Devenim uriași*

Improvizează un cântec prin care să încurajezi membrii grupului “să crească” – la început stând ghemuit și ridicându-se încet cu brațele ridicate până ajung la cer.

### 3) *Devenim lași*

O variațiune al exercițiului precedent.

### 4) *Dansul Bucatii de Material*

Grupul stă în cerc, ținând de mână câte un colț al unui material. Se ascultă muzică înregistrată, de relaxare. Se explorează trăgând, ridicând, răsucind etc. bucată de material. La sfârșit, materialul se împătorește și se pune la loc.

La început, liderul va conduce activitatea. În cazul în care copiii nu arată nici un entuziasm, să se încerce să se folosească tot ceea ce ne oferă copiii prin mișcările lor. De exemplu, dacă un copil începe să tragă de material înspre el, să urmărim această mișcare și să încurajăm și ceilalți copii să facă la fel.

Dacă fondurile ne permit, de ce să nu încercăm să avem câte o bucată de material pentru fiecare copil și să introducem noi activități prin care ei să poată să exploreze și să se miște independent?

### 5) *Cântă și Dansează*

Un membru al grupului cântă singur la tobă/cinel, acest lucru indică factual că ceilalți membri ai grupului trebuie să se miște sau să danseze. Pentru copii cu dificultăți de mobilitate, poate însemna doar o mișcare a degetelor, a brațelor sau a picioarelor. Când muzica se oprește, grupul trebuie să se oprească și să stea nemișcați. Când muzica începe din nou, grupul începe să danseze. Membrii grupului fac cu rândul la cântatul tobei/cinelului.

## 6) Mergi ca Mine

Se ascultă muzică înregistrată veselă, cu un ritm bun. Liderul va merge de la un capăt la altul al sălii în diferite feluri: cu pași mari, cu pași mici, alergând, mergând foarte încet, mergând normal, pe vine, sărind, în pas de marș, în patru labe, etc. Grupul încearcă să imite diferite stiluri de mers.

**Notă:** Din cauza dizabilităților, pentru unii dintre copii va fi dificil să meargă repede sau să facă mișcări mai complexe, cum ar fi săritul. Adaptați exercițiul astfel încât să folosiți și feluri de mers mai ușoare/lente pe lângă cele provocatoare.

## 7) Dansează și Oprește-te!

a) Atunci când pornim muzica înregistrată, toată lumea trebuie să danseze iar când e oprită toți trebuie să stea nemișcați și tăcuți. Observă cât timp grupul poate păstra tăcerea! Poți face această activitate și folosind instrumentele.

b) Folosind muzica înregistrată, fiecare își alege un instrument și cântă în timp ce dansează pe muzică. Atunci când muzica se oprește, fiecare se întoarce către persoana cea mai apropiată și cântă puțin. Atunci când începe muzica din nou, se schimbă instrumentele și se repetă jocul.

## 8) Dans in Doi

*Scopuri:*

- Pentru îmbunătățirea contactului vizual
- Pentru dezvoltarea și creșterea duratei de concentrare
- Pentru dezvoltarea imitării și, de aici, a abilităților de învățare
- Pentru dezvoltarea gamei de mișcări
- Pentru încurajarea copilului de a iniția mișcări.

Ascultați muzica înregistrată puțin mai ritmată. Împărțiți copiii în perechi. Și lucrătorii să formeze perechi cu copiii și să schimbe partenerii pe parcursul activității. Perechile între ele, să-și imite mișcările.

**Notă:** Să fiți conștienți că unii copii pot fi mai capabili să formeze perechi între ei, dar unii vor avea nevoie să lucreze cu un lucrător. De asemenea, să țineți cont că această activitate implică multă apropiere și pentru unii copii, s-ar putea să fie prea mult la început. Puteți încerca doar să dansați cu ei și să-i ajutați să facă anumite mișcări (de ex.: cu mâinile voastre să ridicați în aer mâinile lor sau să-i rotiți în jurul vostru).

## 9) Cântă și Aleargă

*Scopuri:*

- Încurajează activitatea fizică
- Reacții mai rapide
- Eliberează energia

Liderul poziționează instrumentele mari in diferite colțuri ale camerei, lăsând un spațiu mare între instrumente. Când liderul începe să cânte, fiecare participant găsește un instrument și începe să cânte. Când liderul se oprește din cântat, toți aleargă la un alt instrument și așteaptă până când liderul începe să cânte din nou.

## Utilizarea cântecelor cunoscute

Cântecele familiare copiilor sunt o resursă importantă în activitățile de meloterapie în grup. Aceste cântece sunt deja cunoscute de către copii și pot fi cântate cu încredere de către ei. Cântecele pot oferi experiențe de comunicare cu ajutorul vocii, de audiție, fiind o importantă resursă pentru atingerea diferitelor scopuri ale activității.

**Rețineți:** Există un suport pentru utilizarea acestor activități în Tutorialul Online nr. 5

Cântecul	Obiectivul
<b>Sunetele animalelor</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Stimularea participării și ascultării</li><li>• Încurajarea deprinderii vocale (pot ei să producă onomatopee asemănătoare cu glasul animalelor?)</li><li>• Formarea deprinderilor motrice fine (dacă se utilizează animale de jucărie care fac zgomot, încurajând copilul să le încerce)</li><li>• Anticiparea</li></ul>
<i>Idei:</i> Un copil alege un animal (dintre niște jucării sau imagini cu animale selectate prealabil) sau le scoate dintr-o cutie. Liderul cântă versul corespunzător din cântec încurajând copilul să emită onomatopea respectivă, sau chiar să cânte tot cântecul.	
<b>Bat din palme</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Activități de coordonare bimanuală<sup>1</sup></li><li>• Conștientizarea axului central<sup>2</sup></li><li>• Coordonarea</li><li>• Stimularea ascultării</li><li>• Exersarea autocontrolului</li><li>• Participarea întregului grup</li></ul>
<i>Idei:</i> Liderul introduce cântecul bătând din palme și tropăind la versurile corespunzătoare. Pot fi introduse și alte mișcări simple. Cântați mai încet, astfel încât copiii să poată participa în ritmul lor propriu.	
<b>Câte unul pe cărare</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Promovarea participării active și a ascultării</li><li>• Dezvoltarea imaginației</li><li>• Dezvoltarea concentrării atenției</li></ul>

<sup>1</sup> Coordonarea bimanuală este abilitatea prin care copiii utilizează ambele mâini care să se miște în mod diferit. (de exemplu, să țină toba cu o mână și să o lovească cu alta. Este dovedit că prin utilizarea ambelor emisfere cerebrale se formează echilibrul dintre membrul stâng și cel drept. Aceasta va conduce ulterior la capacitatea de a merge.

<sup>2</sup> Conștientizarea axului central constă în identificarea de către copil a faptului că au un centru. Acțiunile nu se realizează doar lateral și central. De exemplu nou născutul întoarce capul încercând să atingă bijectele din jur lateral Acest pas în dezvoltare este cheia pentru toate formele de învățare subsecvențială.

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coordonarea</li> <li>• Realizarea unei succesiuni de mișcări motorii grosiere</li> <li>• Dezvoltarea derpinderilor vocale</li> </ul>
<p><b>Idee:</b> Cântecul poate fi utilizat pentru copii cu diferite grade de abilitate și liderul poate decide cât de complicate pot fi mișcările pe care să le facă copiii. Nu uita să cânti încet, să poți fi urmărit de copii. Poate că e destul dacă introduci doar ridicarea brațelor, în timpul refrenului, sau doar să vă plimbați prin sală în timpul cântecului.</p>	
<b>Iepuraș Coconăș</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conștientizarea de sine în relație cu grupul (conștiența socială)</li> <li>• Formarea încrederii în sine</li> <li>• Exersarea anticipării și al autocontrolului</li> </ul>
<p><b>Idei:</b> Un copil ține iepurașul de jucărie la prima strofă. La strofa a doua, copilul pune jucăria la mijlocul cercului iar liderul o acoperă cu o haină verde (ascunzându-l). La sfârșitul strofei 2 liderul descoperă iepurașul iar copilul îl poate lua din nou în brațe.</p>	
<b>Alunelu</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coordonare și echilibru</li> <li>• Întinderea membrelor superioare</li> <li>• Realizarea unei succesiuni de mișcări motorii grosiere (tropăit, ridicarea brațelor, lăsarea în jos)</li> <li>• Conștientizarea mediului</li> </ul>
<p><b>Idei:</b> Copiii dansează liber în sală (sau în scaunele lor) ascultă cântecul până la versurile: "Cine-n horă o să joace, Mare, mare se va face." La aceste versuri, ei sunt încurajați să ridice brațele. La versurile: "Cine n-o juca de fel să rămână mititel", ei sunt invitați să se ghemuiască sau să se facă mici acolo unde stau.</p>	
<b>Fluturaș Nu Mai Ai Aripioare</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participarea întregului grup</li> <li>• Dezvoltarea deprinderilor motorii și de coordonare</li> <li>• Formarea încrederii în sine</li> <li>• Încurajarea muncii în echipă și a deprinderilor de conducere</li> <li>• Stimularea ascultării</li> <li>• Stimularea autocontrolului</li> </ul>
<p><b>Idei:</b> Copiii stau în cerc și prind câte un colț al unui material. Liderul începe activitatea invitând un copil, după ce numără până la trei, să spună: "flutură! flutură" -în timp ce flutură materialul. Liderul spune "Stop!" și așteaptă până când toți se opresc și tac. Jocul poate fi repetat de mai multe ori iar copilul poate fi încurajat să</p>	

spună și el Stop!.Liderul poate cânta cântecul **Fluturaș Nu Mai Ai Aripioare**, în timp ce copiii țin de material și-l flutură. Copiii sunt încurajați să cânte în timpul mișcării.

**Idee:** Activitatea e foarte bună pentru copiii timizi care participă mai ușor dacă țin de un material în timpul jocului, decât de un instrument.



## Improvizația

Majoritatea activităților din acest material conțin un element de improvizație muzicală și în Tutorialul Online nr. 5 există o lecție specifică despre aceasta. Această secțiune se focusează în special pe folosirea improvizației muzicale în activitatea în sine, respectiv pe modalități de stimulare a improvizației muzicale prin alte activități.

### 1) *Improvizație de Grup*

#### *Scopuri:*

- Să permită grupului o libertate de alegere: de a cânta sau nu, respectiv de a alege din mai multe instrumente.
- Să exerseze autoreglarea.
- Să ofere ocazie pentru autoexprimare.
- Să permită fiecăruia să se simtă ca făcând parte din grup, având posibilitatea de a vedea impactul pe care-l are comportamentul lor (de exemplu utilizarea unui instrument sau pasivitatea) asupra altora.
- Să ofere ocazie liderului să observe modul în care membrii grupului relaționează unii cu alții. Acesta poate fi un bun indicator pentru felul în care ei socializează în general.
- Liderul are ocazia să observe modul de funcționare al grupului per ansamblu, gradul de coeziune al grupului, preferințele sociometrice, dorința unora de a aparține grupului sau de a ieși din grup.

Este interesant și distractiv să vezi pe copii cum explorează liber instrumentele și cum se joacă cu acestea fără să fie nevoiți să se gândească la reguli impuse. Improvizația de grup ne dă această posibilitate. De asemenea, include toți membrii grupului, inclusiv pe lider, în producerea spontană, simultană a muzicii.

Se oferă o posibilitate largă de alegere a instrumentelor, puse în centrul camerei și jur împrejur. Liderul va oferi un răspuns muzical grupului, încercând să răspundă fiecăruia. Poate fi mai dificil, poate că va fi nevoie să se plimbe prin cameră, pentru a întâlni fiecare copil în parte. Liderul va răspunde la tot ce e nou, sau va răspunde la muzica produsă de întregul grup.

#### *Idei:*

- Fiecare persoană este important să aibă un spațiu de explorare a lumii sunetelor.
- Fii pregătit pentru un anumit nivel de caos în timpul improvizației libere!
- Cum lucrează grupul împreună? Se ascultă unii pe alții? Observi că există încercări de a răspunde între ei la ideile muzicale ale celuilalt, de exemplu imitând volumul sau intensitatea cu care cântă celălalt?
- Dezvoltând apartenența la grup, prin improvizația muzicală activă, va crește toleranța și abilitatea de acceptare a celuilalt – o deprindere valoroasă în diferite situații sociale.
- Și tu ca lider ești un participant activ. Nu trebuie doar să stai și să privești ! Alături-te grupului!
- Poți utiliza cântatul la instrument pentru a oferi holding, susținere, pentru a încuraja non verbal copiii retrași care refuză participarea activă.

- Cântând lângă un copil care este total absorbit de muzica tare pe care o produce, poți să-i oferi un feedback reflectând exuberanța acestuia, sau încercând să stabilești contact vizual cu el, pentru a-i aminti, a-l face conștient de faptul că în sală există și alte persoane.
- Dacă copiii par a fi suprastimulați, sau dacă gradul lor de excitare sau energia pe care o descarcă poate pune în pericol instrumentele, trebuie să introduci mai multă structură. Caută printre activitățile pachetului de resurse pentru activități muzicale o activitate care să permită copilului să joace liber, fără să se piardă în această experiență.

## 2) Atenție unu la unu în cadrul grupului

### Scopuri:

- Oferirea unei șanse egale pentru fiecare de a beneficia de atenție individuală
- Încurajarea așteptării rândului
- Exersarea autocontrolului
- Conștientizarea necesităților pe care le au ceilalți în cadrul grupului
- Observarea de către lider a modului în care membrii grupului răspund, oferind atenție specială celuilalt.

Activitatea constă în improvizație muzicală liberă, dar de această dată, cu fiecare membru pe rând. Liderul improvizează muzical, luând la rând fiecare copil. Înainte să începi, focusează asupra copilului cu care vei lucra și așteaptă să vezi ce produce el. Producția ta muzicală va fi un răspuns la producția lui. A răspunde înseamnă a utiliza orice face copilul. El poate că va bate o singură dată, foarte slab la toabă. Prin așteptarea cu sensibilitate și prin răspunsul tău fin, în manieră similară cu producția sa, el se va simți că i se dă importanță, că este ascultat, că îi acorzi atenție.

Dacă unul dintre copii rămâne tăcut, i se poate cânta numele, sugerând faptul că ne bucurăm de prezența sa printre noi. Să nu simți că îi sugerezi că aștepti ceva de la el.

Utilizează-ți intuiția pentru a hotărî cât de mult trebuie să improvizezi cu fiecare membru. Dacă răspunsul inițial al copilului este slab, sau nu există, nu încheia prea repede, pentru a nu da impresia că nu ești interesat de persoana lui sau că nu ești satisfăcut de ceea ce face.

În timpul acestei activități unii membrii ai grupului pot deveni nerăbdători, părăsind scaunul lor, plimbându-se sau dorind să se joace cu alte instrumente. Încearcă să rămâi cât mai nondirectiv posibil. Poți să iei ușor instrumentul din mâna copilului care nu are răbdare să asculte, sau dacă există în grup și alți adulți, ei pot să ajute, să încurajeze copiii să fie atenți, să asculte.

**Idee:** Decât să încurajezi obediența, în activitatea de producere a muzicii, ideal este să încurajezi copilul să-și descopere propria personalitate, inițiind jocul său muzical propriu. Acest lucru poate lua mai mult timp.

Poți facilita improvizația muzicală prin găsirea și susținerea ritmului cântat de grup. Această susținere o poți oferi prin propria producție muzicală. Producția ta muzicală va avea un rol de container, de conținere a producției lor, lăsându-le în același timp libertatea de a se manifesta. Oferind un ritm în acest mod, poți ajuta pe copii să rămână în interacțiune cu grupul. Și nu va fi necesar să intervii directiv, impunând o structură asupra modului în care să dezvolte improvizația.

### 3) *Utilizând toba ocean*

Liderul trece pe la fiecare copil jucând ușor la toba ocean. În acest timp, toba poate fi astfel ținută încât să permită copilului s-o atingă dacă dorește, sau să o ia să se joace cu ea. Fiecare decide pentru sine: să asculte sau să se joace cu instrumentul.

Toba ocean are un sunet specific, care încurajează ascultarea și concentrarea atenției. Când sunetul ei se stinge, se așterne o liniște mai specială. Poate fi interesant de observat dacă membrii grupului continuă să asculte liniștea la fel cum au ascultat sunetele. Această activitate poate să stimuleze conștientizarea celuiilalt, în timp ce ascultă, ei pot asocia sunetele cu persoana care le produce. Toba ocean poate fi înlocuită cu un alt instrument, de exemplu, cu un instrument nou, sau cu unul care nu a fost utilizat de un timp, astfel ca sunetul produs de instrument să aibă un impact anume.

Pe măsură ce grupul dezvoltă încredere, activitatea de mai sus poate fi dezvoltată plasând instrumentul la mijlocul grupului și invitând membrii grupului să vină pe rând în mijloc și să joace la instrument. Acesta încurajează membrii grupului să-și aștepte rândul și să asculte sunetele produse de instrument, respectiv să se asculte unii pe alții.

## Cooperarea in Grup

### 1) Dând instrumentele mai departe

#### Scopuri:

- Abilități sociale - dezvoltarea capacității de așteptare a rândului
- Încurajarea contactului vizual
- Încurajarea cooperării în grup

Fiecare alege un instrument muzical. Cântați un cântec scurt foarte bine știut sau inventați câteva versuri și cântați cu toții. Când cântecul se oprește, se dă instrumentul la persoana din dreapta. Începeți să cântați cântecul la noul instrument. Se repetă acest lucru până când se reîntoarce instrumentul original.

### 2) Cântăm o Temă Muzicală

#### Scopuri:

- Încurajează conștientizarea grupului
- Accentuează creativitatea
- Încurajează exprimarea de sine
- Împărtășirea exprimării unei idei ca și grup
- Încurajează interpretarea senzitivă

Liderul grupului hotărăște o temă (ex. un anotimp, o furtună, o scenă anume), iar grupul creează această temă muzicală prin improvizație liberă. Acest lucru poate fi făcut pe perechi, grupuri mai mici sau de către tot grupul împreună.

Activitatea poate fi dezvoltată ca să includă povești (ex. un instrument anume poate reprezenta un personaj dintr-o poveste) sau stări sufletești (ex. trist, fericit, furios). Două grupuri pot interpreta stări emoționale opuse. Un grup poate ghici ce stare emoțională interpretează celălalt grup.

### 3) La ce vrei să cânti?

#### Scopuri:

- Explorarea sunetului
- Alegerea instrumentelor
- Toleranța față de ceilalți membri ai grupului
- Încurajarea ascultării și așteptării

Toată lumea stă în cerc, cu trei instrumente în mijloc (tu poți alege trei instrumente diferite și să faci sunete care se potrivesc cu instrumental – ex. Pește de lemn cu ondulații = ztsch, castaniete = clap, cabasa cu bile de întors = sshh sshh).

Se stabilește un puls ritmic stabil, prin bătutul genunchilor cu palmele. Fiți atenți: ca fiecare copil să își lovească genunchiul deodată cu ceilalți. Doar după aceea continuați activitatea.

În timp ce copiii își lovesc genunchii, cântați: 'La ce vrei să cânti (lonel)?' Copilul își alege un instrument la care să cânte. Când copilul începe să cânte, lovitul genunchilor continuă și grupul îl sprijină pe cel care cântă, emițând sunete asemănătoare instrumentului la care se cântă. (De exemplu, castanietele ar putea fi imitate cu sunetul: 'Clap, clap, clap'). Atunci când un copil a terminat de cântat (dacă e nevoie, liderul îl poate îndemna să se oprească, cântând 'Și acum fiți gata să vă opriți!'), instrumentul e pus la loc în mijlocul cercului.

Bătăile pe genunchi continuă și un alt membru al grupului este invitat să cânte, activitatea desfășurându-se din nou.

#### 4) *Prietenii și Războinicii*

*Scopuri:*

- Dezvoltă concentrarea și abilitățile de ascultare
- Încurajează cooperarea în grup
- Încurajează interacțiunea în grup
- Dezvoltă discriminarea (diferențierea) auditivă
- Eliberează energie

Participanții își aleg un instrument silențios sau zgomotos. Grupul se împarte în două grupe: grupa silențioasă (prietenii) și grupa gălăgioasă (războinicii). Cele două triburi presupun că sunt pe maluri diferite ale unui râu lat și comunică unul cu celălalt ca și grup pe rând. Fiecare trib trebuie să asculte în timp ce celălalt trib cântă.

- Prietenii ar trebui să cânte foarte silențios ori să folosească liniștea, fără a cânta toți odată.
- Cele două triburi ar trebui încurajate să se asculte unul pe celălalt.

Variații: Fiecare trib poate avea un "șef de trib" care împarte instrumente și semnale tribului când cântatul ar trebui să înceapă sau să se oprească. Jocul poate fi acompaniat de dans lent sau vioi.

## Note și idei

## Note și idei