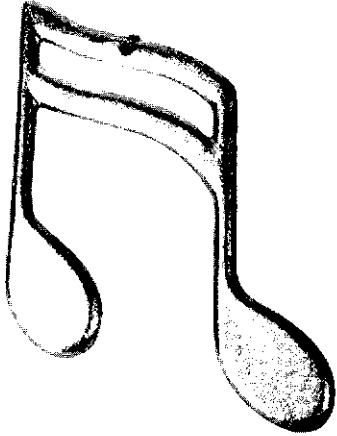




نویسنده:
ری پیکا
ترجمه:
مهمسن ملاجی

این که چرا بچه‌ها باید از تجربه‌های فراوان و متنوعی در زمینه‌ی موسیقی برخوردار باشند، دلایل بسیاری دارد. از جمله، بچه‌هایی که برایشان موسیقی پخش می‌شود، انگیزش بیش‌تری برای ارتباط با دنیا پیدا می‌کنند. زیرا موسیقی یکی از نخستین ابزارهایی است که کودک از طریق آن با هویت فرهنگی‌اش و غنای فرهنگ جامعه‌ی خود آشنا می‌شود. علت در این نکته‌ی ظریف نهفته است که موسیقی شکلی از ارتباط غیرکلامی است، بنابراین پلی است بین مردم با فرهنگ‌های مختلف. موسیقی، زبانی جهانی و بخشی از

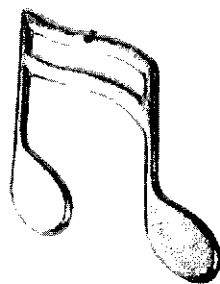
هویت فرهنگی ملت‌هاست. تصور کنید، مراسم آغاز سال نو بدون سرودهای شب‌عید، جشن تولد بدون ترانه‌ی سنتی (تولدت مبارک) و یا جشنواره‌های ملی که در خیابان‌ها برگزار می‌شوند، خالی از هرگونه صدای گروه موسیقی باشند. و نیز دشوار است تصور کنیم، برای دسته‌های نظامی که در حال رژه رفتن مقابل جایگاه ویژه هستند، هیچ‌گونه مارشی نواخته نشود و... موسیقی برای تکامل مهارت‌های



نقش موسیقی در تدریس تربیت بدنی و آموزش حرکتی



موسیقی، ابزاری برای کمک به درک زیبایی‌های محیط توسط کودک و نیز تسهیل یادگیری او به ویژه در زمینه‌ی مهارت‌های حرکتی است



است.

از سوی دیگر، اگر زندگی کودکان سرشار از تجربه‌های توأم با موسیقی شود، قطعاً فرصت‌های بیش‌تری برای گوش سپردن، آواز خواندن، بازی کردن، ابداع کردن و از همه مهم‌تر حرکت کردن خواهد یافت.

زمانی که کودک همراه با پخش موزیکی ملایم روی پنجه‌های پای خود به نرمی حرکت می‌کند و با تند شدن موسیقی، حرکات خود را تندتر می‌کند، در حال تجربه‌ی موسیقی در حالت‌های متفاوت است. در این شرایط، او نه تنها گوش می‌دهد، بلکه از جسم، فکر و روح خود برای بیان حالت‌ها و نمایش توانایی ابداع حرکات بهره می‌گیرد. در این شرایط، چون از یک رویکرد چندوجهی استفاده می‌کند (یعنی از حواس بیش‌تری بهره می‌برد)، آنچه را که یاد می‌گیرد ماندنی‌تر خواهد بود.

موسیقی و تربیت بدنی

به عنوان معلم تربیت بدنی یا کارشناس حرکات ورزشی ممکن است با این موضوع موافق باشید که موسیقی ابزار مفیدی در آموزش تربیت بدنی و مهارت‌های حرکتی است. اما نگرانی این است که چگونه باید از آن استفاده کرد. آیا موسیقیدان‌ها نباید این موضوع را مدنظر قرار دهند؟! همچنان که یکی از هدف‌های ما تهیه‌ی طرح درس جامع است، ترکیب و هماهنگ کردن موسیقی و حرکات بدنی باید به عنوان اصلی بیدیهی و

از خود نشان دادند. پژوهشگران نشان داده‌اند، مهارت‌های فضایی نقش مهمی در موفقیت آینده‌ی کودک در فیزیک و حساب ایفا می‌کند.

کالتر (۱۹۹۵) معتقد است آوازها، حرکات و بازی‌های موزیکال که «تمرینات عصب‌شناختی شاد» نام دارند، برای رشد و تکامل هوش ضروری هستند. او اظهار می‌دارد، با تلفیق حرکات موزون با بیان و آواز، خردسالان فرصت خوبی برای رشد و تکامل فکری و ذهنی‌شان به ویژه در زمینه‌ی «صحبت‌درونی» و «کنترل هیال» که سهم مهمی در تکامل زبان، خودگردانی و مهارت‌های اجتماعی آنان دارند، پیدا می‌کنند.

سرانجام این که مک دونالد و سیمونز (۱۹۸۹) بر این باورند که مهم‌ترین نقش موسیقی در آموزش کودکان از نظر هنری و زیبایی‌شناختی، احتمالاً این است که در مسیر تکامل حسی، احساسات، برداشت‌ها و نیز تصورات، به وسیله‌ی موسیقی قابل فهم و انتقال هستند. موسیقی از طریق تقویت حس زیبایی‌شناسی کودکان، قطعاً می‌تواند نقش انکارناپذیری در غنی‌سازی زندگی آنان ایفا کند.

به عبارت دیگر، موسیقی، ابزاری برای کمک به درک زیبایی‌های محیط توسط کودک و نیز تسهیل یادگیری او به ویژه در زمینه‌ی مهارت‌های حرکتی

زبانی و شنیداری حیاتی است. موسیقی و هنرهای زبانی هر دو شامل مجموعه‌ای از نشانه‌ها هستند که وقتی با یکدیگر تلفیق می‌شوند، درک مفاهیم انتزاعی ساده می‌شود و در واقع بین مفاهیم نظری، توازن و هماهنگی برقرار می‌سازند. فراتر از این، موسیقی به افزایش مدت زمان توجه و تمرکز و نیز گستره‌ی لغات فرد کمک می‌کند (بای‌لیس و رام‌سی، ۱۹۹۱).

بسیاری از تحقیقات اخیر، به بررسی جدی سهم موسیقی و نقش مؤثر آن در تکامل کودک پرداخته‌اند. از جمله‌ی این تحقیقات می‌توان به تحقیق فیزیولوژیستی به نام فران راجر و فیزیكدانی به نام گوردون شاو که به منظور کشف ارتباط بین موسیقی و سطوح بالای مهارت‌های علمی و ریاضیات در سال ۱۹۹۴ صورت گرفته است، اشاره کرد.

در این بررسی پس از هشت ماه، هوش فضایی هر کودکی که در برنامه‌ی تمرین موسیقی شرکت کرده بود (چه آن‌هایی که در برنامه‌ی آوازخوانی شرکت کرده بودند و چه آن‌هایی که به تمرین هفتگی با ارگ پرداخته بودند)، به طور متوسط ۴۶ درصد ترقی پیدا کرده بود. همچنین، کودکان محروم رشد قابل توجهی در هنرهای نمایشی

اجتناب ناپذیر در آن مدنظر قرار گیرد. کودکان به سادگی قادر به تشخیص تفاوت ماهیت موسیقی و حرکت نیستند. از نظر آن‌ها، تجربه‌ی موسیقی محدود به حس شنوایی نیست. بر اساس یافته‌ای تحقیقاتی، حتی خردسالان نیز با تمام بدن به موسیقی پاسخ می‌دهند.

اما همچنین دلایل مهم دیگری نیز وجود دارند که می‌توانند پاسخی باشند برای این سؤال که چرا موسیقی باید به طور اختصاصی بخشی از برنامه‌ی تربیت بدنی، به ویژه در دوران خردسالی باشد.

از همه‌ی این‌ها گذشته، موسیقی شادی بخش است و از این رو منبع الهام بخش ایده‌های نو. موسیقی به

کودکان کمک می‌کند، مفاهیم ذهنی و انتزاعی مانند کندی و تندی، ضعف و قوت، و آزادی و محدودیت را درک کنند. با نواختن موسیقی با ضرب آهنگ‌های متنوع، بچه‌ها هماهنگ با به‌خاطر سپردن ضرب آهنگ، حرکت خاص آن را نیز انجام می‌دهند. مثلاً نواختن ضرب آهنگ حرکت چهارنعل و اجرای آن، یادگیری این حرکت را آسان می‌کند به طوری که کودکان در آینده فقط با نواختن ریتم چهارنعل آن را انجام می‌دهند. موسیقی می‌تواند به بچه‌ها کمک کند تا تفاوت بین لی‌لی کردن و پریدن و یا تفاوت بین بی‌حرکتی و حفظ یک حرکت را درک کنند.

موسیقی، همچنین خلق و خوهای

متفاوتی را ایجاد می‌کند. اگر شما نیاز داشته باشید که بچه‌ها در شرایطی آرام به انجام تمرینات روزانه بپردازند و از آن لذت ببرند، یا اگر قصد دارید، انرژی بیش‌تری را در قسمتی از برنامه‌ی بازی یا تمرین به خرج دهید، موسیقی کلید کار شماست.

از این گذشته، بسیاری از عناصر موسیقی همگام و هماهنگ با عناصر حرکتی به پیش می‌روند. همان‌طور که در مثال‌ها آورده شد، زمانی که کودک با شنیدن آهنگی ملایم روی پنجه‌های پاهایش راه می‌رود و با شنیدن آهنگی تند و بلند، پاها را بر زمین می‌کوبد، نه تنها در حال تجربه‌ی عنصر حجم صداست، بلکه توأمأ عنصر نیروی حرکت را نیز تجربه می‌کند.

**موسیقی می‌تواند به بچه‌ها کمک کند
تا تفاوت بین ریتم لی‌لی کردن و پریدن و یا
تفاوت بین بی‌حرکتی و حفظ یک حرکت را درک کنند**

موسیقی زبانی جهانی و بخشی از هویت فرهنگی ملت هاست

سپردن به موسیقی در اختیار دارند. آن‌ها به صدای موسیقی یا ملودی‌های آسانسورها، مراکز خرید، و اسباب‌بازی‌ها گوش می‌دهند. همچنین، آن‌ها موسیقی‌های گوناگون را در خانه، مدرسه و اتومبیل می‌شنوند و می‌آموزند که چنین صداهایی را تولید کنند.

هاینز و گربر (۱۹۹۲) چنین استدلال می‌کنند که بچه‌ها باید در معرض شنیدن نوای موسیقی خوب و پرمحتوا قرار گیرند، به گونه‌ای که حساسیتشان در برابر هر چیزی که بیداری آن‌ها را تهدید می‌کند، افزایش یابد.

زمانی که مشغول انتخاب یک قطعه موسیقی برای فعالیت‌های حرکتی هستید، به خاطر داشته باشید که تفاوت عمده‌ای بین گوش دادن و شنیدن وجود دارد. گوش دادن مستلزم درک است، در حالی که شنیدن این‌گونه نیست. اگر شما مایلید دانش آموزانتان ضمن حرکت به آهنگی که پخش می‌شود گوش دهند، باید توجه داشته باشید، آنچه که آن‌ها را به گوش کردن فرا می‌خواند، موسیقی است.

دومین عامل مهمی که باید هنگام انتخاب موسیقی به آن دقت داشت، تنوع است. این عامل، هم برای دانش‌آموزان و هم برای معلم حائز اهمیت است. تنوع نه تنها به حفظ علاقه‌مندی کودکان به موسیقی، بلکه به آشنایی آن‌ها با عناصر موسیقی و حرکت که تا کنون با آن‌ها روبه‌رو نشده‌اند، کمک می‌کند.

منبع
pica, R., (1999) "Music and the movement program", Teaching Elementary physical Education journal, July,

انتخاب موسیقی

اغلب معلمان تربیت‌بدنی اظهار می‌دارند، برای یافتن یک قطعه موسیقی مناسب «برای حرکت» دچار مشکل می‌شوند. به عبارت دیگر، آن‌ها نمی‌دانند چه می‌خواهند و کجا باید به دنبال آن بگردند. اما «موسیقی حرکت» پیرامون ما وجود دارد فقط کافی است، چشم و گوشمان را به روی آن باز کنیم.

دو عامل بسیار مهم را باید هنگام انتخاب موسیقی مدنظر قرار داد. اولین عامل «کیفیت» آهنگی است که شما تهیه می‌کنید، چرا که تجربه‌ی شنیدن یک قطعه موسیقی پرمحتوا با توانایی کودکان در تمرکز بر رشد و تکامل مهارت‌های زبانی‌شان مرتبط است. بنابراین، قطعات موسیقی که برای پخش در زمان اجرای فعالیت‌های حرکتی انتخاب می‌شوند، باید بدون خش‌خش و سروصداهای درهم و برهم باشند. چنانچه انتظار می‌رود، دانش‌آموزان هماهنگ با ضرب آهنگ موسیقی حرکت کنند، باید ریتم پخش آن واضح باشد و به راحتی شنیده شود. اگر ترتیب آهنگ‌ها برای شما مهم است و لازم می‌دانید که بچه‌ها متناسب با قطعات موسیقی که پشت سرهم ترتیب یافته‌اند، حرکات متنوع و برنامه‌ریزی شده‌ای را انجام دهند، بهتر است قطعات آهنگ را با وقفه‌های زمانی ضبط کنید تا به طور مجزا پخش شوند. اگر قصد شما این است که بچه‌ها به شعرها یا ترانه‌های یک قطعه موسیقی پاسخ دهند، دقت کنید که کلمات به خوبی پخش شده و قابل شنیدن باشند.

کودکان در سراسر زندگی‌شان فرصت‌های بسیاری را برای گوش

زمانی که کودک از حرکات آهسته شروع می‌کند و به تدریج آن‌ها را سرعت می‌بخشد، عنصر نواخت موسیقی و عنصر حرکتی زمان را تجربه می‌کند. چنانچه او هماهنگ با آفت و خیز و زیر و بم صدا بخشی از بدنش را بالا و پائین ببرد، در حال حرکت در سطوح فضا است.

یک قطعه موسیقی با جریان پیوسته و عمیق و بدون هیچ‌گونه ناپیوستگی قابل توجه بین نت‌ها، کودکان را به سوی کشف حس رهایی و آزادی هدایت می‌کند و زمانی که آن‌ها به یک قطعه موسیقی با جریان گسسته و توأم با ناپیوستگی بین نت‌ها گوش می‌سپارند، حس محدودیت و سودمندی را تجربه می‌کنند.

