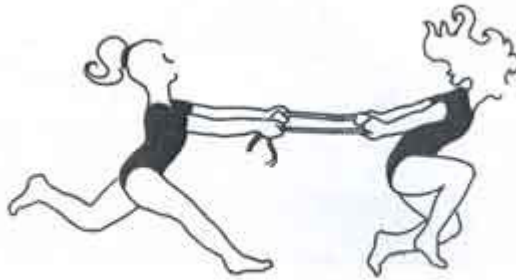


کشش زمانی


بازی های موسیقایی



کشش زمانی یا "دیرند" بیان کننده جنبه محاسباتی ریتم موسیقایی است و در واقع نوعی زمان اندازه گیری شده است.

زمان با شمارش قابل اندازه گیری نیست و در صورت به کار بستن بهترین شیوه شمارش فقط می توان ضربه ها را مشخص کرد و نه گذشت زمان را. به عبارت دیگر به ندرت می توان استفاده از زمان را روش متداول تمرین در دستیابی به ارزش و کشش زمانی دانست. همچنین این روش هیچگونه ارتباطی بین احساس واقعی فرد با زمان را نشان نمی دهد.

ایریتیمیک روش فردی و خلاق است که یادگیری ریتم را از طریق حرکت ایجاد می کند. می دانیم که بدن توانایی اندازه گیری زمان را به شکل علمی ندارد اما تجربه عضلانی و ماهیچه ای درک قابل اعتمادتری از زمان نسبت به تجربه شنیداری و دیداری در فرد ایجاد می کند. در واقع کشش زمانی هنگامی معنای واقعی خود را پیدا می کند که با یک تجربه همراه شده باشد. مفاهیم پایه ای ضرب در تقسیمات

کوچکتری از زمان تعریف می شوند. اجرای کشش هایی مانند () برای کودکان خردسال آسان است زیرا کشش های کوتاه و سریع با طبیعت درونی کودکان نزدیک است.

مقاله حاضر توصیه هایی را در زمینه ترکیب استکاتو و لگاتو با تمپو و دینامیک های متفاوت به مربیان داده است. اصطلاحات ایتالیایی برای این گروه از مفاهیم که با حرکت همراه شده است. عبارتند از:

لنتو، پیانو، لگاتو راه رفتن با سرعت کم، آهسته، پیوسته

آندانته، فورته، استکاتو راه رفتن، قوی، مقطع

آلگرو، متسو فورته، لگاتو راه رفتن سریع، قدرت متوسط، پیوسته

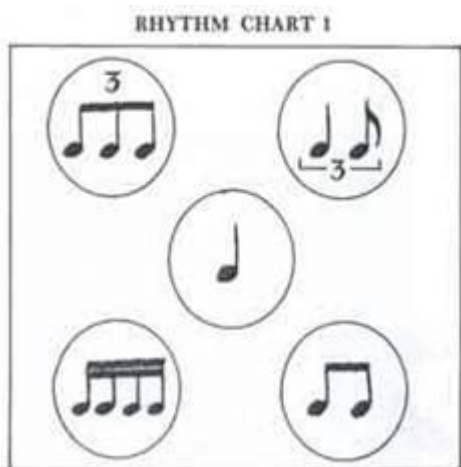
پرست، پیانو، استکاتو راه رفتن تند، آرام، مقطع

فعالیت های پیشنهادی

۱- کودکان در همراهی با مربی درحالی که روی کیبورد یا طبل می نوازند با کشش سیاه قدم می زنند. به محض آنکه موسیقی به کشش چنگ تغییر می کند می ایستند و دست می زنند. مجدداً با ریتم قبلی کودکان به سرعت قدم زدن را از سر می گیرند. همچنین می توان از ریتم های تریوله، دولاچنگ استفاده کرد و جهیدن را به منزله علامتی برای ایستادن و دست زدن در نظر گرفت. اگر محیطی مناسب برای حرکت کودکان ندارید از آنان بخواهید روی صندلی بنشینند و به جای قدم زدن دست بزنند.

۲- کلاس را به دو گروه تقسیم کنید. در حالی که ریتم مربوط به هر دو گروه نواخته می شود. گروه اول به ریتم راه رفتن پاسخ می دهد و گروه دیگر به ریتم دویدن.

۳- کودکان درحالی که تریوله می دوند و اندکی به راست و چپ خم می شوند، به ضرب اول آکسان



می دهند. با توجه به اینکه حرکت تریوله از ریتم های دیگر دشوارتر است زمان طولانی تری را در آموزش صرف خواهد کرد. به محض افزایش هماهنگی کودکان می توان دست زدن را به حرکات اضافه کرد. لازم به یاد آوری است که تریوله آخرین ریتمی است که در " جدول آموزشی ریتم " آموزش داده می شود.

۴- مربی رو به روی جدول ریتم می ایستند و یکی از ریتم ها را نشان می دهد و شاگردان ریتم مورد نظر را با دست زدن نشان می دهند. از یکی از کودکان می خواهیم که بایستد و ضرب پایه را با دست

زدن اجرا کند و بقیه شاگردان کلاس ریتم انتخاب شده جدول را با دست زدن اجرا کنند. به علاوه هریک از دانش آموزان می توانند نقش معلم را بازی کنند. بهتر است این فعالیت تا وقتی که همه ریتم های "جدول آموزشی ریتم" خوب یاد گرفته نشده انجام نشود .

۵- کودکان با کشش نت سفید در حالی که زانوهای خود را بالا می برند مثل یک غول به جلو حرکت می کنند .

۶- کودکان با کشش نت سفید در حالی که دست های خود را به اطراف تاب می دهند در طول اتاق با گام های بلند حرکت می کنند .

۷- کودکان در یک صف می ایستند و به هر یک از آنان شماره ای داده می شود. کودکان به نوبت چهار قدم به جلو برمی دارند(کشش سیاه) و یا با کشش چنگ به سمت جلو می دوند. می توان با همین شیوه با ریتم های سه تایی یا شش تایی حرکات را ادامه داد .

۸- کودکان در حالی که روی پاهای خود نشسته اند این گونه فعالیت ها را انجام می دهند:

- با نواخته شدن نت سیاه راه می روند و روی زانو ضربه می زنند.
- با نت چنگ دست ها را بالای سرشان می برند و دست می زنند.
- با نت سفید دست ها را پشتشان می برند و دست می زنند .
- با نت گرد همگی روی زمین ضربه می زنند.

۹- کودکان به دسته های دو، سه و چهارتایی تقسیم می شوند. مربی کشش چنگ،تریوله و دولاچنگ را می نوازد و گروه ها این نت های مورد نظر را نمایش می دهند.

۱۰- کودکان مانند قطار در سه ردیف قرار می گیرند . اولین قطار، قطار باربری است که با کشش سفید حرکت می کند. قطار دوم ، قطار محلی با کشش سیاه و قطار سوم قطار سریع السیر است که با کشش چنگ حرکت می کند.



۱۱- شاگردان کلاس با تمپو آرام (با کشش سفید) راه می روند و زانوهای خود را در نیمه دوم ضرب بالا می برند (حرکت پا همواره باید به طور متوالی صورت بگیرد). بعد اینکه کودکان به درجه ای از

هماهنگی رسیدند می توانند به آرامی روی پاهای خود ضرب بگیرند. مربی باید سرعت خود را با ظرفیت کلاس تنظیم کند. پس از آن که راه رفتن آرام توسط کودکان با موفقیت انجام شد مربی از آنان می خواهد که سرعت خود را در راه رفتن کمتر و کمتر کنند.

۱۲- کودکان در حال راه رفتن بلافاصله پس از شنیدن دو کشش چنگ می ایستند. سپس با شنیدن دو کشش چنگ راه رفتن را از سر می گیرند. با توجه به اینکه فعالیت مورد نظر نیازمند شنیدن فعال است لذا ممکن است کودکان بزرگتر به طور دقیق بازی فوق را انجام دهند .

۱۳- کودکان با کشش سیاه قدم می زنند و با کشش چنگ روی طبل های خود می نوازند بلعکس با فرمان مربی حرکات خود را معکوس می کنند و با کشش چنگ می دوند در حالی که با کشش سیاه روی طبل می نوازند. با دستیابی به هماهنگی لازم در این فعالیت مربی می تواند ترکیبات ریتمیک دیگری را اضافه کند. لازم به یادآوری است که تا دستیابی کامل کودک به "جدول آموزشی ریتم " به طور انفرادی این فعالیت ارائه نشود.

۱۴- کودکان درحالی که چشمهایشان بسته است رو به روی پیانو می نشینند سپس از آنان بخواهید تا با شنیدن صدای نت بم با دست چپ ضرب بزنند و با شنیدن نت زیرتر با دست راست خود ضرب بزنند .

۱۵- از کودکان خواسته می شود که وقتی مربی سازی را با دست چپ می نوازد راه بروند و وقتی با دست راست ساز دیگر را می نوازد دست بزنند. مربی باید صرفاً ریتم های "جدول آموزشی ریتم " را درآغاز بزند. همچنان که کودک با ریتم های فوق سازگار شد مربی آنان را با ریتم های ساده ای نظیر  یا  آشنا کند .

۱۶- کودکان در دو صف قرار می گیرند. صف اول نماینده نت زیر است و صف دوم نماینده نت بم تر. رهبر هر گروه انتخاب می شود و کودکان در هر صف دست های یکدیگر را می گیرند. رهبر هر گروه

با در نظرگرفتن صدای نواخته شده هر صف را آزادانه به اطراف هدایت می کند. می توان ترکیبی از ریتم های "جدول آموزشی ریتم" برای این بازی انتخاب کرد.

۱۷- کودکان با چهار ضرب راه می روند ، می دوند و یا می پرند. سپس می ایستند و چهار ضرب را با ریتمی ثابت دست می زنند .

۱۸- کودکان با چهار ضرب راه می روند ، می دوند و یا می پرند سپس می ایستند با ریتمی ثابت چهار ضرب سکوت می کنند .

۱۹- دانش آموزان کلاس در سه گروه دایره وار می ایستند. دایره یک راه می رود ، دایره دو می دود و دایره سه می پرد. با دستور مربی ریتم هر دایره تغییر می کند . اگر طبل هایی با زیروبمی متفاوت در دسترس باشد مربی می تواند در هماهنگی با حرکات کودکان از آنها استفاده کند .

۲۰- کلاس در سه گروه یک ، دو و سه ترکیب می شود. گروه یک و سه زانو می زنند و به اندازه نت سیاه دست می زنند. در حالی که گروه دو بین آن ها راه می رود و یا می پرد. با فرمان مربی وضعیت گروه عوض می شود و گروه یک و سه راه می رود و یا می پرد و گروه دو زانو می زند و دست می زند.

۲۱- کودکان می نشینند و با کشش چنگ دست می زنند. مربی شماره ۲، ۱ و ۴ را می خواند . این شماره ها علامت آن است که کودکان دو کشش چنگ ، یک تریوله و چهار دولاچنگ را در یک ضرب دست بزنند . با فرمان مربی کودکان ضرب زدن درکشش چنگ را از سر می گیرند. با چیرگی در این فعالیت مربی می تواند از آنان بخواهد فقط یک بار کشش های اجرا شده را با تقسیمات کوچکتر انجام دهند. با توجه به اینکه این تمرین بسیار دشوار است بهتر است گروه کودکان سنین بالاتر آن را اجرا کنند. به علاوه، فقط هنگامی که ریتم های "جدول آموزشی ریتم" را با موفقیت به اتمام رساندند .

۲۲- طبل های کوچک را روی زمین پخش کنید و به کودکان اجازه بدهید با ریتم ۱۶/۸ آزادانه در اطراف طبل ها بدونند . در پایان شانزدهمین ضرب هر کودک زانو می زند و نت سیاه و سفید را روی

یک طبل اول با دست چپ و بعد با دست راست می نوازند و در آخر به همان اندازه کف می زنند و دوباره دویدن از سر گرفته می شود. برای اینکه بازی را سرگرم کننده شود هربار یک طبل را حذف می کنیم.

۲۳- سه کودک ادای خورشید، زمین و ماه را درمی آورند. خورشید، در وسط اتاق به آرامی به اندازه نت سفید می چرخد. زمین با فاصله از خورشید با نت سیاه دور خود می چرخد و به دور خورشید می گردد. ماه درحالی که با نت چنگ به دور خود می چرخد به دور زمین می گردد.

۲۴- یکی از بازی هایی که برای کودکان بسیار سرگرم کننده است بازی " داخل و خارج پنجره " است. در این بازی از آنان بخواهید به شکل یک دایره بسیار بزرگ و با فاصله از یکدیگر بنشینند. در این صورت آنان هریک نقش پنجره را بازی می کنند. سپس یکی از کودکان را انتخاب کنید تا درحالی که راه می رود، می دود، می پرد، می جهد و یا مانند اسب یورتمه می رود از میان پنجره ها وارد و یا خارج شود. همراهی با کودک باید کاملاً^۱ با ریتمی که کودک انتخاب می کند هماهنگ باشد. افرادی که نشسته اند می توانند فعالیت را با تک نواز^۱ گروه با طبل های کوچک و یا کف زدن همراهی کنند.

۲۵- یکی از کودکان در نقش یک پلیس راهنمایی در مرکز دایره قرار می گیرد و با فرمان او دانش آموزان کلاس می ایستند و با کشش سیاه (♩) راه می روند. بدین ترتیب که راه رفتن بزرگسالان با نت سیاه و دویدن کودکان با نت چنگ یا دولاچنگ (♩ یا ♪) انجام می شود. مربی که با این فعالیت همراهی می کند باید به محض ایستادن افراد دست از نواختن بردارد.

۲۶- سه نفر از کودکان را برای این فعالیت انتخاب کنید. کودک شماره ۱ به اندازه بازوان خود جلوتر از نفر ۲ و ۳ قرار می گیرد. دست های خود را کاملاً^۱ باز کرده و دست های کودک ۲ و ۳ را می گیرد. شماره یک با اولین شماره ریتم ۶/۸ (♩ ♩) به سمت جلو می آید و نفر دوم و سوم فقط در

^۱ -Soloist

دومین ضرب به جلو می آیند . با فرمان مربی جاها عوض می شود .نفر اول به اندازه دو ضرب روی



پنجه می ایستد درحالی که نفرات

۲ و ۳ با ریتم ۶/۸ به سمت جلو

می دوند و کودک شماره یک را

می کشند . سپس نفرات ۲ و ۳ با

اولین ضرب جلو می آیند درحالیکه نفر شماره ۱ در ضرب دوم آنان رابه جلو می کشد .

۲۷- دانش آموزان کلاس را دریک صف قرار می دهیم . رهبر صف درحالی که یک پرچم را با موج

بالای سر خود حرکت می دهد بقیه دانش آموزان روی سازه‌های ضربی می نوازند و به دنبال رهبر

دوراتاق راه می روند.در عین حال مربی رهبر گروه را درکشف فضاهای اتاق تشویق می کند .

۲۸- کودکان تظاهر می کنند که عروسک های ایستاده در قفسه های اسباب بازی فروشی

هستند.عروسک ها خوابیده اند تا مربی آن ها را با یک ملودی آرام بیدار کند .هر کودک خود را شبیه

عروسکی می کند که دوست دارد .احتمالاً " پسرها دوست دارند آتش نشان ، پلیس ویا سرباز باشند

درحالی که دخترها خودرا بالرین ، پرستار ویا عروس تصور می کنند . هر نوع از این شخصیت ها

موسیقی خاص خود را می خواهد . نیمه شب ، با زنگ ساعت دوازده عروسک ها با عجله به طرف

قفسه های خود برای خوابیدن برمی گردند و به خواب می روند .

۲۹- این بازی ، بازی روزهای بهاری است روزهای کاشتن دانه زیر خاک . گروهی از کودکان دانه



هایی هستند که وسط اتاق ریخته شده اند و

همگی درحالی که سرهایشان روی زمین خم

شده است روی زانو نشسته اند.خورشید

بافاصله ایستاده است وگروهی نیزمثل باران


درگوشه ای ازاتاق ایستاده اند .خورشید به

آرامی با نت سفید ازوسط اتاق می گذرد و با رفتن خورشید دانه های باران با کشش چنگ دور دانه

ها می بارند . وقتی موسیقی قطع می شود باران نیز تمام می شود . مربی هنگام سردر آوردن دانه ها از خاک یک کرشندو آرام را می نوازد. کودکان می توانند هرگیاهی (نظیر گل ، سبزی ویا درختی که سیب روی آن است) را که دوست دارند نمایش دهند.


۳۰- به کودکان "پاشو پاشو کودک ناز" را آموزش دهید .کودکان درهمه جای اتاق درحالی که تظاهرمی کنند خوابیده اند درجای خود غلت می زنند .یکی از آنان که برای بیدار کردنشان انتخاب شده است با علامت به وسط اتاق می پرد و به آرامی هرکدام را بیدار می کند . هریک با بیدار شدن خود به فردی که آنان را بیدار کرده است می پیوندند تا همگی بیدار و سرپا شوند.

۳۱- یک رهبر انتخاب می شود و گروهی از کودکان به دنبال او به صف می شوند . رهبر درحالی که ریتم های مختلفی نظیر راه رفتن ، دویدن و جهیدن را با الگوهای ساده ریتمیک اجرا می کند آزادانه آنان را دراتاق هدایت می کند. گروه باید دقیقا" از او تقلید کنند. به علاوه ، مربی نیز با استفاده از کی بورد با رهبر همراهی می کند .

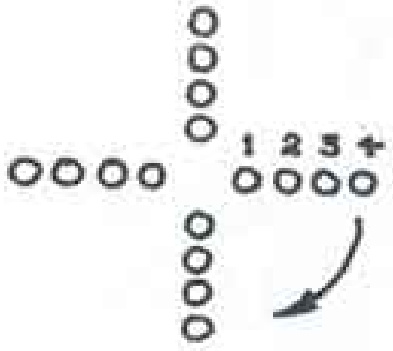
۳۲- کودکان در کلاس شروع به جهیدن می کنند () و با فرمان به اندازه یک ضرب می دوند .

۳۳- در حالی که مربی یک تریوله را می نوازد کودکان درکلاس آزادانه می جهند و به ضرب ها پاسخ می دهند. با توجه به این که فعالیت مورد نظرنیازمند شنیدن فعال و هماهنگی مناسب بدنی است برای کودکان بزرگترطراحی شده است . این روش اجرا با استفاده از "جدول آموزشی ریتم" می تواند گسترده تر شود .



۳۴- کودکان با بلند کردن زانوهای خود مانند اسب یورتمه می روند و با فرمان مربی شروع به پریدن می کنند . مربی باید یک ریتم ۶/۸ برای هر دو فعالیت بنوازد. ریتم یورتمه باید با یک ضرب بالا () و با

قدرت اجرا شود.



۳۵- کودکان همانند شکل مقابل درکنار هم قرار می گیرند .

شماره یک به اندازه نت گرد قدم برمی دارد .

شماره دویه اندازه نت سفید قدم برمی دارد .

شماره سه به اندازه نت سیاه قدم برمی دارد .

شماره چهاربه اندازه نت چنگ قدم برمی دارد.

کودکان با ثابت نگه داشتن طرح اصلی همگی به شکل حرکت ساعت راه می روند . با فرمان مربی گروه شماره ۴ با دویدن صف را ترک می کنند و شکل یک دایره را می سازند . با دومین فرمان گروه شماره ۲ با دویدن به دایره تشکیل شده می پیوندند. به همین منوال شماره سه و چهار نیز به دایره بزرگ تبدیل می شوند . دراین نقطه کودکان می توانند طرح های دیگری را با چهار زمان ارائه شده بسازند .

منبع:

Finadlay, E. (1971).*Rhythm and Movement: Application of Dalcroze Eurhythmics*.Florida: Summy-Birchrd Inc.