

Abilitati Muzicale

CUPRINS:

Folosirea vocii

Folosirea instrumentelor de percutie

Folosirea xilofonului/metalofonului

Folosirea Vocii

Vocea este considerata de multe culturi antice un instrument primar si o expresie adevarata a sufletului omenesc. Este dreptul din nastere al oricarei fiinte umane si poate fi considerata un instrument puternic atat pentru clienti cat si pentru practicieni. Toate sunetele vocale sunt unice fiecarui individ si povestea vietii lor se reflecta in voce. Din aceste motive nu putem spune ca un anumit mod de a canta este gresit, intrucat fiecare voce este individuala si distinctiva.

Activitati care cresc increderea in propria voce

Incalzire

Jocul numelor: fiecare persoana isi spune numele pe patru batai - exemplu: Cathy, Cathy, click, click - preluand randul de la fiecare participant care sta in cerc.

Cantatul in timp ce tropaim cu picioarele: sa ne imaginam ca suntem elefanti, pasind greoi in jur si simtind greutatea picioarelor noastre.

Haideti sa 'Mergem Caraghios' - mergand doar pe calcaie, doar pe varfuri, doar pe exteriorul talpilor, doar pe interiorul talpilor.

Incalzirea corpului

Dezmortirea corpurilor prin:

Rotirea pelvisului si imaginandu-ne ca suntem campioni la rotitul cercului pe solduri

Miscarea coastelor ca un acordeon

Scuturarea ca un catelus

Ridicarea din umeri in mod repetitiv

Dansul limbii (Inercarea de a desena numarul 8 cu limba, sau crearea de forme infinite)

Incalzirea vocii

Dansul limbii si incercarea de a ne spune adresa sau o poezioara cu limba scoasa. Intindem buzele in afara precum un calut. Murmuram intr-o limba straina. Pretindem ca suntem pisici. Cantam despre ceea ce am facut in ziua respectiva.

Crearea unui sunet de grup

Fiecare persoana pe rand in jurul cercului isi spune numele intr-un mod dramatic si adauga si miscare. Dupa randul fiecaruia, grupul intreg copiaza sunetul si miscarea.

La fel ca mai sus, cu exceptia faptului ca fiecare persoana copiaza sunetul persoanei de dinaintea, iar apoi spune sunetul/numele propriu.

Trimiterea unui fir de sunet in jurul cercului: Fiecare persoana contribuie cu un sunet si il transmite persoanei urmatoare, care il preia si adauga la acesta un sunet propriu, in asa fel incat un sunet vocal neintrerupt este transmis in jurul intregului cerc.

Folosirea instrumentelor de percutie

Multi practicieni folosesc multe instrumente de percutie in munca lor pentru ca sunt accesibile tuturor; nu trebuie sa fi instruit in domeniul muzical pentru a crea sunete de percutie. De asemenea este posibil sa creezi sunete folosind foarte putine miscari sau atingeri. Instrumentele de percutie au o efect larg; ele pot fi puternice sau silentioase si pot reflecta un spectru larg de emotii.

Exemple de folosire a percutiei in lucrul terapeutic prin muzica:

- Pentru a structura activitati
- Pentru a reflecta anxietatea si frustrarea (ex: baterea la toba)
- Pentru a oferi stimulare senzoriala prin sunete si atingeri
- Pentru a crea un puls ritmic (ex: cu maracas)
- Pentru a oferi armonie si a reflecta o stare (ex: cu metalofonul - vezi 'folosirea metalofonului)
- Pentru a exprima calmul (ex: cu clopotei)

FOLOSIREA Xilofonului/Metalofonului – cateva sugestii

1) Amintirea

- Pentru a urmari copiii si ce fac ei, incercati sa nu va uitati prea mult la xilofon.
- Nu cantati la xilofon inainte de a incepe sesiunea.
- Cand ati ajuns la sfarsitul sesiunii, nu incepeti sa cantata inca odata la xilofon.
- Xilofonul are un amortizor. Ar trebui folosit cand acompaniati muzica unui copil. Pot fi cateva exceptii: de exemplu, poate vreti mai multa rezonanta pentru un copil surd.

2) Notele individuale pot fi folosite pentru a-l ajuta pe un copil sa cante.

3) Doua note pot fi cantate impreuna pentru a crea armonie.

4) Diferite feluri de armonie pot fi folosite in functie de starea copilului si modul in care canta la un instrument muzical.

- **PENTATONIC**

Scoateti de la xilofon toate barele "E" si "B". Notele ramase fac parte din muzica chimezeasca. Notele suna intotdeauna "Corect" cand cantati in Pentatonic. Deci bucarati-va sa cantati oricum vreti! Armonia este deschisa si are un ton cald.

- **DIATONIC**

Aceasta gama este de la "C" (Do) la "C" (Do minor) la xilofon, deci scoateti de la instrumentul toate barele mai sus de "C" de sus pentru crearea acestei game. Puteti sa creati armonia diatonica cand cantati "C" de jos in mod repetat cu batul de stanga, si orice alte note cu batul de dreapta. In aceasta gama "C" (Do) poate fi folosit sa inchida cantarea intr-un mod muzical. Armonia este mai deschisa si are un ton bucuros.

- **MODAL (DORIAN)**

Aceasta gama este de la "D" (Re) pana la "D" (Re minor) la xilofon, deci scoateti de la instrument "C" de jos si toate barele mai sus de "D" de sus pentru crearea acestei game. Puteti sa creati armonia modala cand cantati "D" de jos in mod repetat cu batul de stanga, si orice alte note cu batul de dreapta. Re="D" in aceasta gama si poate fi folosit sa inchida cantarea intr-un mod muzical. Armonia este puternica si are un ton mai serios.

Va rugam sa va simtiti bine cand explorati xilofonul. Acestea sunt doar cateva sugestii, dar voi veti gasi, lucrând cu copiii, propriile voastre feluri de a canta.