

Krúžok „Rozvoj osobnosti pomocou muzikoterapeutických nástrojov“



Názov krúžku: Rozvoj osobnosti pomocou muzikoterapeutických nástrojov

Školský rok: 2024/2025

Vedúci krúžku: Mgr. Zsuzsanna Sütő

Čas stretnutí: Pondelok 12.40 – 14.40

Miesto stretnutí: ŠZŠ Štúrovo, trieda I.C

Členovia krúžku:

P.č.	Meno žiaka	Trieda	Ročník/Variant
1.	Balázs Bálint	II.C	1/AU
2.	Farkas Maxim	II.C	4/AU
3.	Péter Szabolcs	II.C	3/AU
4.	Fábri Áron	III.C	3/AU
5.	Komžáková Natália	III.C	4/AU
6.	Weiss Péter	III.C	3/AU
7.	Dutkiewicz Ladislav	IV.C	7/AU
8.	Farkas Sebastian	IV.C	8/AU
9.	Góra Orsolya	IV.C	9/AU
10.	Sulci Balázs	IV.C	9/AU

Cieľ krúžku:

Muzikoterapia alebo hudobná terapia je založená na liečení hudbou. Je to spôsob, ktorý podporuje navodenie zmien v správaní či konaní človeka. Využívajú sa pritom informácie, ktoré nám hudba sprostredkúva, ako aj samotná melódia, rytmus či tempo. Ponúka široké možnosti symbolického, neverbálneho vyjadrenia pocitov.

Cieľom krúžku je zlepšenie kvality života, kvality medziľudských vzťahov, podnecovanie osobnostného rozvoja, rozvoj sociálnych interakcií a komunikácie, seberealizácia, sebavyjadrovanie, zvládanie stresu, motivácia. Hudba poskytuje veľa možností na prežívanie radosti, pozitívnych pocitov, ale aj na vyjadrenie negatívnych pocitov, slúži k naplneniu emocionálnych, sociálnych, kognitívnych, telesných či spirituálnych potrieb jedincov. Muzikoterapeutická skúsenosť obvykle vyvoláva pozitívne zmeny vo všetkých rozmeroch organizmu.

Muzikoterapia má dve oblasti:

- **aktívna oblasť** – je to prejav inštrumentálneho, pohybovo-dramatického, vokálneho zamerania, vyvíjanie vlastnej hudobnej aktivity - spievanie, hra na hudobný nástroj alebo rytmizácia na rôzne hudobné nástroje, ale aj maľovanie podľa hudby
- **receptívna oblasť** – počúvanie hudby, hudobnej produkcie

Rozpísaný plán krúžku je zameraný na tieto dve oblasti.

Tematický plán stretnutí v školskom roku 2024/25:

Október	1. Úvodná hodina – oboznámenie sa s muzikoterapeutickými metódami, voľná hra s hudbou 2. Riekanky sprevádzané potleskom 3. Riekanky sprevádzané jednoduchými rytmickými nástrojmi 4. Rozvíjanie sluchové vnímanie pomocou rytmických nástrojov
November	1. Hry s tempom hudby 2. Hry s hlasitosťou hudby 3. Hry s tónom hudby 4. Vyjadrenie emócií pomocou tempa, hlasitosti a tóny hudby
December	1. Dramatické hry pomocou melódie 2. Výlet do obchodu s hudobnými nástrojmi 3. Výroba rytmického nástroja
Január	1. Rytmické hudobné nástroje - ORFFOVE NÁSTROJE 2. Bubon + nácvik pesničky: <i>Szélről legeljetek</i> 3. Gitara a ukulele + nácvik pesničky: <i>Hóembernek se keze se lába</i>
Február	1. Xylofon + nácvik pedničky: <i>Lencsi lány</i> 2. Sintetizátor + nácvik pesničky: <i>Este jó, este jó</i> 3. Kolektívna hra na hudobných nástrojoch, vyjadrenie emócií prostredníctvom hudobných nástrojov

Marec	1. Kreslenie na hudbu 2. Maľovanie na hudbu 3. Vyjadrenie emócií pomocou rytmických nástrojov 4. Modelovanie na hudbu 5. Spoločná výtvarná práca pomocou hudby
Apríl	1. Spoločná výtvarná práca pomocou hudby 2. Vyjadrenie emócií pomocou výtvarného umenia 3. Spoločná improvizácia s hudobnými nástrojmi
Máj	1. Tanečné cvičenia 2. Cvičenia s loptou pomocou hudby 3. Vyjadrenie emócií pohybom 4. Dramatické hry pomocou rytmických nástrojov
Jún	1. Relaxačné cvičenia pomocou hudby 2. Veselé naháňačky s hudbou 3. Účasť na hudobnom predstavení 4. Spoločná hudobná improvizácia