



Poszły panny konopki rwać

*Poszły panny [dzieci] konopki rwać, konopki rwać
małe snopki wiązać
Ej nas, mało nas
Chodź do nas!*

*Poszły panny [dzieci] konopki rwać, konopki rwać
duże snopki wiązać
Ej nas, dużo nas
Idź od nas!*

PRZEBIEG ZABAWY

W opisie G. Dąbrowskiej dwójka uczestników zabawy tworzy dwuosobowe kółko, do którego doбира kolejne osoby, wymieniając ich imiona. L. Michalikowa proponuje wariant z ustawieniem gwiaździstym — pierwsza dwójka trzyma się za jedną dłoń i krąży wokół wspólnej osi, wywoływane dzieci przyłączają się kładąc dłonie na ich splecionych dłoniach. Następne, chwytając się wolnych dłoni, przyłączają się do ramion „gwiazdy”, przedłużając je.

W praktyce edukatorek tworzących projekt zabawa najczęściej stosowana jest w formie korowodu, gdzie pierwsza osoba doбира następną, wywołując ją po imieniu w tekście piosenki. W ostatniej fazie zabawy pływający korowód może zamienić się w koło.

Zabawa ma także wariant wyłączenia osób z grupy (zasygnalizowany w tekście powyżej). Odłączeni uczestnicy mogą stworzyć własne wirujące koło.

źródło

- Dąbrowska G., *Tańcujże dobrze*, Warszawa 1991
- Gorzechowska J., Kaczurbina M., *Mało nas, mało nas. Polskie dziecięce zabawy ludowe*, Warszawa 1986
- Michalikowa L., *Tradycyjne zabawy ludowe*, Warszawa 1981

region

powszechna; tu: Mazowsze, Kurpie Zielone — Ruda Skrodzka (podała: Pisarek M., 1971), występuje w wielu wariantach melodycznych w całej Polsce

nagrania dostępne w internecie	<ul style="list-style-type: none"> • Laboratorium Zabaw Tradycyjnych https://soundcloud.com/muzykatradycyjnapl/konopki https://youtu.be/pT7yAXMMrms • Mały Kolberg, Podlasie, wyk. Kapela Batareja • https://www.youtube.com/watch?v=DOvPyTgplRc
kategoria	dobieranka, ruchowa, w korowodzie / w kole / w ustawieniu gwiazdzistym
grupa docelowa	grupy; dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym, młodzież, rodziny, dorośli

WARIANTY ZABAWY

- *Bawiliśmy się w konopki*
Mały Kolberg, Lubelszczyzna, wyk. Szkoła Suki Biłgorajskiej
<https://www.youtube.com/watch?v=8cL-FGKrDGO>
- *Mało nas, mało nas, do pieczenia chleba*
Mały Kolberg, Lubelszczyzna, wyk. Szkoła Suki Biłgorajskiej
<https://www.youtube.com/watch?v=8cL-FGKrDGO>
- *Mało nas, mało nas, do pieczenia chleba*
Mały Kolberg, Beskid Żywiecki, wyk. Karolina Barańczuk
<https://www.youtube.com/watch?v=MviCFSrbIOE>
- *Bawiliśmy się w konopki – wersja w rytmie na ¾*
Piasecki E., *Zabawy i gry ruchowe dzieci i młodzieży: ze źródeł dziejowych i ludoznawczych, przeważnie rodzimych i z tradycji ustnej*, Lwów 1919
- *Bawmy się w konopki*
Gorzechowska J., Kaczurbina M., *Mało nas, mało nas. Polskie dziecięce zabawy ludowe*, Warszawa 1978
- *Pan Zelman*
 - Mały Kolberg, Dolny Śląsk, wyk. Fundacja Ważka
<https://www.youtube.com/watch?v=gBAMSXZSOvE>
 - Mały Kolberg, Warszawa, wyk. Grzegorz Ajdacki
https://www.youtube.com/watch?v=i_3h5ja-nmY
 - Mały Kolberg, Dolny Śląsk – przesiedleńcy z terenów byłej Jugosławii, wyk. Fundacja Ważka
<https://www.youtube.com/watch?v=HK0oaGql8B4>
- *Pójdziem owsa żąć ...*
Krzyżaniak B., Pawlak A., Bielawski L. (red.), *Warmia i Mazury. Pieśni rodzinne i taneczne*, Warszawa 2002

opracowanie Marta Domachowska, Marta Urban-Burdalska

Korzyści z zastosowania zabawy z perspektywy pedagoga przedszkolnej pracującej metodą Montessori

Anna Meina

- Zabawa odpowiednia dla każdej grupy wiekowej w przedszkolu;
- jest świetnym sposobem do zwołania grupy i sprawnego zgromadzenia dzieci, np. przy powrocie z placu zabaw lub przed rozpoczęciem zajęć oraz zgrupowania dzieci w krąg.

Treści i obszary programowe z podstawy wychowania przedszkolnego

- Uczestniczenie w ćwiczeniach gimnastycznych z wykorzystaniem metod twórczych;
- Uczestniczenie we wspólnych zabawach;
- Utrwalenie orientacji w schemacie własnego ciała i ciała drugiej osoby;
- Zacieśnianie kontaktów interpersonalnych z grupą poprzez wspólne organizowanie zabaw ruchowych;
- Poruszanie się w rytm muzyki: marsz, podskoki, poruszanie się na palcach;
- Śpiewanie łatwych piosenek ludowych;
- Eksperymentowanie z rytmem, głosem, dźwiękami i ruchem, rozwijające wyobraźnię muzyczną;
- Pobudzanie kreatywności i inwencji twórczej;
- Stosowanie technik i metod pozwalających na przezwyciężenie negatywnych emocji powstałych w wyniku przeżytych porażek i sytuacji stresowych, np. śpiew, taniec;
- Wychowanie przez sztukę — muzyka i śpiew, pląsy i taniec;
- Wychowanie zdrowotne i kształtowanie sprawności fizycznej dzieci;

Cele ogólne

- Integracja grupy;
- Rozwijanie inicjatywy i aktywności w zabawie;
- Pobudzanie zainteresowań muzycznych na drodze obcowania z dźwiękiem i rytmem;
- Wchodzenie w interakcje z innymi uczestnikami zabawy;
- Rozwijanie świadomości własnego ciała, przestrzeni oraz działania w niej;
- Wyzwalanie pozytywnych uczuć i emocji;
- Kształtowanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach problemowych;
- Doznawanie przyjemności i radości ze wspólnego kontaktu dzieci z rówieśnikami;
- Ćwiczenie sprawności ciała i koordynacji;
- Uświadamianie korzyści dla organizmu wynikających z zabaw ruchowych;
- Wyrabianie umiejętności łączenia ruchu z muzyką.

Cele szczegółowe (dziecko)

- Potrafi wymienić imiona swoich koleżanek i kolegów z grupy;
- Wykazuje inicjatywę i jest aktywne w zabawie;
- Ma poczucie siły i własnej wartości;
- Akceptuje samego siebie;
- Jest rozluźnione, zrelaksowane, rozładowuje napięcie;
- Ma orientację w schemacie własnego ciała i ciała drugiej osoby;
- Ma zaufanie do siebie i innych;

- Buduje więź z grupą i nauczycielem;
- Poznaje swoje ciało, uczy się kontrolować jego ruchy;
- Obdarza uwagę inne dzieci i osoby dorosłe;
- Doskonali umiejętności współdziałania w grupie;
- Porusza się rytmicznie do muzyki;
- Potrafi czekać na własną kolej;
- Rozwija swoją naturalną ruchliwość;
- Wykonuje ćwiczenia ruchowe przy muzyce;
- Wykonuje lub rozpoznaje melodię i piosenkę;
- Rozwija zdolności artykulacyjne i wokalne.

Poszły panny konopki rwać

Korzyści z zastosowania zabawy z perspektywy muzykoterapeutki pracującej w podejściu Nordoff-Robbins

Dominika Dopierała

Zabawa sprawdziła się jako sposób na rozpoczęcie sesji terapii, podkreślający obecność poszczególnych osób w grupie. Pomimo różnych obszarów sprawności ruchowej i intelektualnej uczestniczących, prosta budowa i przejrzysty układ ruchowy pozwoliły chętnym osobom dołączyć do zabawy w komfortowy dla nich sposób. Przejrzysta forma aktywności poddaje się modyfikacjom, które okazały się niezbędne w odpowiedzi na różne obszary sprawności grających.

Zastosowanie zabawy — analiza

Zabawa została wykonana podczas plenerowej sesji muzykoterapii z osobami dorosłymi z dziecięcym porażeniem mózgowym, ich opiekunami oraz terapeutkami. W grupie znaleźli się dorośli poruszający się na wózkach, osoby potrzebujące wsparcia w chodzeniu oraz osoby poruszające się samodzielnie. Jednym z celów pracy w grupie osób z ograniczeniami ruchu, mowy i wyzwaniem poznawczymi było stworzenie przestrzeni, w której mogą uczestniczyć w aktywnościach samodzielnie. Istotne było zatem improwizacyjne podejście do formy aktywności. Dzięki improwizacji muzykoterapeutka mogła ująć różne sposoby uczestnictwa w zabawie i potraktować je jako nowy sposób na wykonanie aktywności. Improwizacja możliwa była dzięki bieżącemu dostosowaniu takich elementów utworu jak: tempo, forma, głośność, melodia czy słowa.

Terapeutka, pchając osobę poruszającą się na wózku, zaznaczyła początek korowodu, do którego dołączały kolejne osoby. Wymieniając imiona grających, terapeutka starała się rozpocząć od osób najbardziej wytrzymałych i samodzielnych fizycznie. Następnie zaprosiła osoby poruszające się na wózkach z towarzyszeniem asystentek, kończąc na osobach poruszających się bez wózka, ale ze znacznym wsparciem osoby towarzyszącej. Ze względu na dużą liczbę grających, podczas zabawy pojawiło się nowe rozwiązanie: włączanie kolejnych osób do tańca w środkowej części korowodu. Dzięki temu osoby z ograniczeniami ruchu mogły dołączyć do aktywności bez potrzeby poszukiwania końca korowodu, wybierając najkrótszą możliwą drogę. W przypadku zmęczenia podejmowano decyzję o powrocie na miejsce siedzące przed zakończeniem zabawy. Każda osoba została włączona do aktywności, jednak brała w niej udział na miarę swoich możliwości.

Zastosowanie zabawy — wnioski

Prostota zabawy pozwoliła osobom uczestniczącym dołączyć lub odłączyć się od grających na swój sposób i w swoim czasie. Korowód był wizualnym, słyszalnym i namacalnym podkreśleniem obecności każdej osoby. Dawał poczucie bycia uwzględnionym i zaproszonym do zespołowej gry. Dla osób, które na co dzień podejmują szczególny wysiłek w poszukiwaniu własnej sprawczości zabawa może być ważnym sposobem na podkreślenie ich obecności w grupie. Powtarzalność melodii śpiewanej przy zapraszaniu kolejnych grających sprawiła, że w niedługim czasie większość grupy dołączyła do wspólnego śpiewu. W grupie znalazły się także osoby posługujące się mniejszym zasobem słów, śpiewające części zdań (np. „do nas”) lub wokalizujące bez użycia słów. Biorąc pod uwagę żywe zaangażowanie grających w zabawę, można przypuszczać, że jej prostota „zapraszała” do aktywnego ruchu i śpiewu, nie infantylizując dorosłych osób biorących w niej udział. Po kilkunastu powtórzeniach zwrotki zabawa wydała się nabierać pewnego rodzaju „transowości”. Nieustannie powtarzający się motyw zachęcał do aktywności i śpiewu. Stał się niejako siłą napędową udziału poszczególnych członków i członkiń grupy. Można było odnieść wrażenie, że synchroniczny ruch i śpiew dawał grupie poczucie zespołowości pomimo dużej różnorodności osób grających. Prostota i przystępność zabawy pozwalały osobom uczestniczącym na aktywny udział, niezależnie od ich obszaru sprawności. Improwizacyjne podejście do zabawy pozwalało grającym wpłynąć na jej porządek i tworzyć nowe zasady jej wykonywania inspirowane odmiennymi sposobami włączania się do aktywności.

Bibliografia

- Nordoff-Robbins: <https://nordoff-robbins.pl/jak-dzialamuzyka/> [dostęp: 15.10.2023 r.].
- Nordoff P., Robbins C., *Terapia muzyką w pracy z dziećmi niepełnosprawnymi. Historia, metoda, praktyka*, Kraków 2008.
- Dopierała D., *Świat udomowiony – rozważania na temat kreatywności w ujęciu muzykoterapii Nordoff Robbins*, w: Janicka-Olejnik E., Strzelecki W. (red.), *Kreatywność w Arteterapii*, Łódź 2019.

Konopki

Korzyści z zastosowania zabawy z perspektywy metodyczki oraz nauczycielki rytmiki i kształcenia słuchu

Joanna Tomkowska

Konopki to zabawa korowodowa z dołączaniem kolejnych osób, połączona ze śpiewem. Poprzez prostą melodię i stale powtarzany tekst, może być wykorzystywana zarówno w grupie dzieci 7-letnich, jak i 3-letnich. W nowej grupie spełnia rolę integracyjną, a dzięki urozmaiconym liniom korowodu, tworzonym przez prowadzącego, jest bardzo atrakcyjna dla dzieci.

Na zajęciach rytmicznych w przedszkolu warto wykorzystać elementy związane z uprawą konopi. Była to ważna roślina włóknisto-oleista, z której w tradycyjnej kulturze wyrabiano włókna, tkaniny, olej, papier, kadzidła i leki, jak również pokarm w postaci białka. Zazwyczaj jej uprawę i obróbkę zajmowały się kobiety. Jednak dla użytku przedszkolnego i szkolnego wyraz „panny” proponuję zamienić na „dzieci”.

Zbieranie konopi, podobnie jak w przypadku innych upraw, odbywało się metodą ręczną. Gdy rośliny dojrzały, trzeba było je wyrwać, wyrosić, wymłócić dla oddzielenia ziarna, wysuszyć, a następnie wymiędlić i wycesać dla pozyskania włókien do przędzenia nici.

Taniec korowodowy — po każdej zwrotce następuje włączenie kolejnego dziecka.

Można zaproponować zadanie inhibicyjno-incytacyjne¹, improwizację ruchową, zabawy na refleks oraz ćwiczenia rozwijające słuch muzyczny.

W szkole muzycznej dodatkowo warto wykorzystać analizę melodii i rytmu piosenki, a także zwrócić uwagę na jej nieregularną frazę (pierwsza fraza jest pięcioletkowa, a druga czteroletkowa).

Po - szły (pan - ny) ko - nop - ki rwać, ko - nop - ki rwać, ma - te snop - ki wią - zać.
dzie - ci

6

Hej nas, ma - ło nas, chodź Ka - sia do nas!
A - nia
Mo - nika

Zadania

● Inhibicja-incytacja

Dzieci poruszają się swobodnie po całej sali w rytm muzyki. Na przerwę w muzyce zatrzymują się i jak najszybciej reagują na sygnały:

- Jeden — tworzą z ciała ziarenko — kulą się na podłodze;
- Dwa — tworzą z ciała małą roślinkę — siadają w siadzie skrzyżnym;
- Trzy — tworzą dużą roślinę — stają wyprostowane;
- Cztery — tworzą snopek — wszyscy spotykają się na środku (dla dzieci powyżej 5. roku życia).

● Zbierz konopki w snopki!

Prowadzący wybiera jedną osobę z grupy.

Pozostałe dzieci poruszają się po całej sali w rytm muzyki. Na przerwę zatrzymują się w bezruchu. Wówczas wybrana osoba zbiera konopki w snopki — dotyka kolejne osoby, a te przytaczają się i biegną za nią.

Uwaga! W tym czasie prowadzący śpiewa piosenkę o konopkach. Wszystkie snopki powinny zostać zebrane w jak najkrótszym czasie, np. podczas jednego przebiegu piosenki. Gdy wszystkie dzieci — snopki zostaną zebrane, następuje zmiana zbierającego. Ten, kto w najkrótszym czasie zbierze wszystkie snopki, zostaje zwycięzcą.

1 Inhibicja-incytacja to ćwiczenie szybkiego hamowania i pobudzania ruchu. „Ćwiczenia inhibicyjno-incytacyjne stanowią podstawową formę ćwiczeń w metodzie rytmiki Emila Jaques Dalcroze’a; rozwijają reakcje psychomotoryczne, koncentrację uwagi, samokontrolę i samodyscyplinę, kształtując jednocześnie gotowość do działania i radzenia sobie w trudnych sytuacjach. Konieczne w ćwiczeniach sygnały (słowne, muzyczne lub wzrokowe), będące impulsem do ruchu lub jego zatrzymania, powinny być podawane w taki sposób, by zachęcić dziecko do aktywności opartej na naturalnym ruchu, bądź by dziecko świadomie ruch mogło zatrzymać”, cyt. za E. Bogdanowicz, G. Durlow, *Rytmika w terapii dziecka*, „Wartości w muzyce”, T. 4, Katowice 2012, s. 428–433.

- **Improwizacja**

Dzieci, ustawione w rozsypance, imitują ruchem wzrost rośliny:

- kiełkują,
- rosną do słońca,
- rozwijają kwiaty,
- kołyszą się na wietrze,
- tańczą, itp.

Prowadzący kieruje ruchem za pomocą muzyki improwizowanej na pianinie.

- **Ile dźwięków słyszysz?**

Dzieci (konopki) poruszają się swobodnie po całej sali w rytm muzyki. Na przerwę w muzyce zatrzymują się i realizują następujące zadanie:

- gdy usłyszą jeden dźwięk zagrany na pianinie, ustawiają się — każdy osobno,
- gdy usłyszą dwa dźwięki zagrane kolejno lub jednocześnie (wg intencji prowadzącego) — tworzą pary,
- gdy usłyszą trzy dźwięki — ustawiają się w trójkach,
- gdy usłyszą dużo dźwięków (np. klaster) — ustawiają się w kole.

- **Akcent**

Dzieci siedzą na podłodze przy pianinie. Prowadzący gra dowolną muzykę w metrum 2/4, 3/4 lub 4/4, akcentując każdy początek taktu. Dzieci zaznaczają każdy akcent poprzez klaśnięcie lub klepięcie dłońmi o podłogę — imitują młócenie konopi.

- **Jakie to metrum?**

Dzieci (konopki) poruszają się swobodnie po całej sali w rytm muzyki. Na przerwę w muzyce zatrzymują się i realizują następujące zadanie:

- gdy usłyszą metrum 2/4 — tworzą pary,
- gdy usłyszą metrum 3/4 — tworzą trójki,
- gdy usłyszą metrum 4/4 — tworzą czwórki.

- **Trzymaj puls!**

Dzieci podzielone na dwie grupy, otrzymują instrumenty:

- dzieci z grupy A otrzymują bębny,
- dzieci z grupy B otrzymują klawesy.

a) Grupy A i B grają miarowo, na zmianę, zgodnie z pulsem — imitują młócenie konopi;

b) Wszyscy śpiewają piosenkę o konopkach, równocześnie grając na zmianę, jw.

Zadania dla uczniów szkół muzycznych

- **Solfeż**

Uczestnicy śpiewają melodię piosenki solmizacją lub literami z równoczesnym taktowaniem.

- **Rytm**

Uczestnicy wykonują krokami rytm piosenki, jednocześnie taktując dużymi ruchami taktowania.

- **Polirytmia²**

Uczestnicy poruszają się po kole w stałym, określonym rytmie, np. półnutami; jednocześnie klaszczą stałe ostinato rytmiczne, np.: dwie ósemki i jedna ćwierćnuta. Po chwili do rytmów dołączają śpiewanie piosenki.

2 Polirytmia to jednoczesne występowanie różnych struktur rytmicznych w różnych głosach. To ćwiczenie rozwija podzielność uwagi i koordynację.

- Polimetria³

Ćwiczenie rozwijające podzielność uwagi, koordynacji i dysocjacji — uniezależnienia ruchów od siebie. Uczestnicy ustawieni w rozсыпce wykonują ćwiczenie z towarzyszeniem piosenki:

- takty 1–3 — jedna ręka taktuje na 2/4 a druga równocześnie na 3/4,
- takt 4 — obie ręce taktują na 4/4,
- takty 5–7 — jedna ręka taktuje na 2/4 a druga równocześnie na 3/4,
- takt 8 — obie ręce taktują na 2/4.

3 Polimetria to występowanie w jednym utworze metrum różnego rodzaju.



Laboratorium Zabaw Tradycyjnych

Niniejsza karta zabawy i opisy eksperckie są efektem prac Laboratorium Zabaw Tradycyjnych – projektu o charakterze badawczym i edukacyjnym, którego celem jest analiza tradycyjnych zabaw dziecięcych pod kątem możliwości ich wykorzystania wśród dzieci z różnymi potrzebami oraz zbadanie ich właściwości – wpływu na dzieci na polu rozwojowym, terapeutycznym, społecznym i psychologicznym. Tym samym celem projektu jest również promowanie aktywnego korzystania z kultury tradycyjnej w pracy z dziećmi.

Koncepcja i realizacja projektu:

Karolina Ociepka, Marta Urban-Burdalska, Marta Domachowska, Katarzyna Rosik

Opracowanie graficzne i skład:

Katarzyna Rosik

Organizator:

Forum Muzyki Tradycyjnej



Ministerstwo Kultury
i Dziedzictwa Narodowego



NARODOWE
CENTRUM
KULTURY

Dofinansowano ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego
w ramach programu Narodowego Centrum Kultury: EtnoPolska. Edycja 2023

Partnerzy:



Muzeum Etnograficzne
im. Marii Znamierowskiej-Prüfferowej
w Toruniu

Fundacja
Muzyka jest
nieskończona



Patron medialny

