KARTA ZABAWY

Laboratorium Zabaw Tradycyjnych

Ciuciubabka

A ta nasza ciuciubabka
Czujne uszko, czujna łapka
Po omacku chodzi i rączkami wodzi
Łap nas, ciuciubabko, łap!

— Babko, babko, na czym stoicie?
— Na beczce!
— A co w tej beczce?
— Kapusta i kwas!
— Babko, łapcie nas!

PRZEBIEG ZABAWY

Ciuciubabka kręci się w kole z zakrytymi oczami podczas śpiewanej zwrotki. Potem uczestnicy zabawy prowadzą z nią dialog zamieszczony wyżej. Następnie ciuciubabka łapie. Osoba złapana jest następną ciuciubabką.

źródło	• Cieślikowski J., *Wielka zabawa. Folklor dziecięcy, wyobraźnia dziecka, wiersze dla dzieci*, Wrocław 1985 • Gorzechowska J., *Polski roczek. Dziecięce zabawy, tańce i pieśni ludowe*, Warszawa 1964
region	powszechna
nagrania dostępne w internecie	• Laboratorium Zabaw Tradycyjnych https://soundcloud.com/muzykatradycyjnapl/ciuciubabka https://youtu.be/gg3N-ezC0-M • Mały Kolberg, Dolny Śląsk, wyk. Joanna Skowrońska, Joanna Kasper, Marta Derejczyk https://www.youtube.com/watch?v=Sd_hHqY4zkY

kategoria	w kręgu, ze śpiewem, wyłączanie zmysłu
grupa docelowa	grupy; dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym, młodzież, rodziny, dorośli

WARIANTY ZABAWY

- *Ciuciubabka* z wykorzystaniem wyliczanki
  Mały Kolberg, Lubelszczyzna, wyk. Szkoła Suki Biłgorajskiej
  https://www.youtube.com/watch?v=6EK1q6daaAU
- *Ciuciubabka* śpiewana w rytmie ¾
  Gorzechowska J., Kaczurbina M., *Mało nas, mało nas. Polskie dziecięce zabawy ludowe*, Warszawa 1978
- *Derkacz*
  Mały Kolberg, Warszawa, wyk. Grupa Jaworowi Ludzie
  https://www.youtube.com/watch?v=5TEsGmWHreM

opracowanie	Marta Urban-Burdalska

Ciuciubabka

Korzyści z zastosowania zabawy z perspektywy pedagożki przedszkolnej pracującej metodą Montessori

Anna Meina

— Zabawa odpowiednia dla dzieci 5-letnich i 6-letnich;
— z udziałem dzieci młodszych zabawa dobrze sprawdza się w przedszkolnej grupie różnowiekowej;

Obszar podstawy programowej wychowania przedszkolnego i treści programowe

— Wychowanie przez sztukę — muzyka i śpiew, pląsy i taniec;
— Wychowanie zdrowotne i kształtowanie sprawności fizycznej dzieci;
— 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;

Cele ogólne

— Integracja grupy;
— Rozwijanie inicjatywy i aktywności w zabawie;
— Współdziałanie 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 zapamiętać i przestrzegać zasad zabawy;
— Potrafi zapamiętać i powtórzyć melodię i tekst piosenki;
— Potrafi zapamiętać i powtórzyć tekst zabawy;
— Dostrzega zmiany dynamiki, tempa i wysokości dźwięku utworu muzycznego, wyraża je w ruchu;
— 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;
— Uczestniczy w zajęciach ruchowych;
— Ma zaufanie do siebie i innych;
— Buduje więź z grupą i nauczycielem;
— Poznaje swoje ciało, uczy się kontrolować jego ruchy;
— Obdarza uwagą inne dzieci i osoby dorosłe;
— Doskonali umiejętności współdziałania w grupie;
— Porusza się rytmicznie do muzyki;
— Potrafi czekać na własną kolej;
— Rozwija swoją naturalną ruchliwość;
— Rozwija zdolności artykulacyjne i wokalne.

Ciuciubabka
Korzyści z zastosowania zabawy z perspektywy logopedki, mioterapeutki, terapeutki mowy

Jolanta Kosicka

Przebieg zabawy: zawiązujemy oczy pacjentowi, delikatnie okręcamy go wokół własnej osi i cicho śpiewając bądź podając inne bodźce słuchowe (gwizdanie, cmokanie, klaskanie, tupanie), naprowadzamy na nasz „trop". Można także delikatnie dotknąć ramienia/ręki z różnych stron (wariant przy większej liczbie osób).

Zabawa ma pomóc pacjentowi w koncentracji na bodźcach słuchowych, mających ułatwić dotarcie do celu, umożliwić rozeznanie się w przestrzeni (orientacja przestrzenna). Zabawa jest przydatna przy trudnościach w różnicowaniu dźwięków, wybiórczości słuchowej, trudnościach w rozumieniu komunikatów przy dużej ilości bodźców słuchowych i innych dystraktorów (szkoła, klasa), problemach w orientowaniu się w przestrzeni, zaburzeniach natury sensorycznej (odczuwanie dotyku, umiejscowienie go, określenie siły nacisku). Wspomaga skupienie na odbieraniu bodźców „niesłuchowych", na wyczuwaniu drgań, na odbieraniu dotyku bez udziału zmysłu wzroku.

Podczas zabawy dzieci (5—7 lat) początkowo celowo mocno bodźcowały ciuciubabkę, wzmagając jej poczucie bezradności, zagubienia, nawet zagrożenia. Czując się bezpiecznie jako uczestnicy z pełnią funkcji poznawczych, celowo chcieli utrudnić ciuciubabce złapanie innej osoby. Po rozmowie z grupą i zaproponowaniu dzieciom wariantu „Pomocników" (celowe naprowadzanie ciuciubabki na grupę, pomoc, akceptacja tej „niepełnosprawności" i wsparcie), bodźcowanie wyraźnie uległo zmianie. Dzieci zaczęły pomagać ciuciubabce zorientować się w przestrzeni, zaczepki i dotyk stały się mniej gwałtowne i agresywne. Pojawiły się: uważność, empatia, działanie zespołowe.

Ta zabawa jest świetną okazją do przeprowadzenia z dziećmi rozmowy o różnych rodzajach niepełnosprawności. Postawienie się na miejscu osoby niewidzącej może pomóc w zrozumieniu trudności, z jakimi mierzy się ona każdego dnia. Pokazując jakimi innymi zmysłami można odbierać świat, wskazujemy inne ścieżki radzenia sobie w świecie. Tworzą się nowe połączenia neuronalne,

otwieramy się na nowe zastosowanie zmysłów w codzienności, zmieniamy przyzwyczajenia, rozwijamy empatię, pozbywamy się rutyny (choć nie każda jest zła), stymulujemy procesy myślowe. Taka próba dla osoby z zawiązanymi oczami mogła pokazać jej i nam sposób radzenia sobie ze stresem, z odrzuceniem grupy, z sytuacją zagrożenia. Pewne wzorce ruchowe wynikające z napięcia ciała spowodowane niekomfortową sytuacją, mogą nam pokazać tendencje „ratunkowe" ciała pojawiające się w pierwszej kolejności. Napięcie żwaczy, odcinka szyjnego kręgosłupa i mięśni podpotylicznych zmieni pozycję spoczynkową języka, a więc i oddech, okluzję, dykcję oraz sposób przełykania śliny (jeśli będzie kompensacyjny, to 500—2000 razy w ciągu dnia wzmocnimy te napięcia, ponieważ tyle razy przełykamy ślinę). Napięcie klatki piersiowej, ramion i brzucha wpłynie na nasz oddech, na ustawienie głowy względem szyi, na napięcie mięśni podpotylicznych, a od nich już „po sąsiedzku" do mięśnia środkowego zwieracza gardła zaczepionego o kość gnykową, do której to między innymi przyczepiony jest nasz język... Biorąc pod uwagę siatkę tych powiązań, można pokusić się o stwierdzenie, że uważność na ciało jest bazą każdej terapii logopedycznej. Warto więc znać swoje „najpierwsze" koła ratunkowe, ponieważ w terapii głosu te miejsca będą potrzebować szczególnego zaopiekowania.

Oprócz ćwiczenia różnicowania dźwięków i orientacji w przestrzeni, które to kwestie są dla terapii logopedycznej najbardziej oczywiste i logiczne, warto też zwrócić uwagę na społeczny aspekt tej zabawy oraz na kwestię zmiany naszych nawyków i naszego zachowania w sytuacji zagrożenia.

Radzenie sobie w sytuacji dużego dyskomfortu w grupie, w sytuacji sztucznie wytworzonej (zabawa), może pomóc pacjentom w zmianie wzorców ruchowych i oddechowych, jakie zwykli w takowej przybierać. Podobnie jak podczas morsowania: wchodząc do lodowatej wody, aktywizujemy nasz układ współczulny „uciekaj albo walcz". Jaki wówczas odzywa się w nas głos? „Wyłaź stąd jak najszybciej!". Skupiając się natomiast na spokojnym oddechu przez nos (!), niejako programujemy się na inną niż ucieczka reakcję organizmu w sytuacji stresowej. Nie jest to ani proste, ani efekty nie przychodzą od razu, natomiast stopniowo uczymy się na nowo radzić sobie z trudnościami. Tak jak w zabawie wszyscy wiemy, łącznie z ciuciubabką, że w każdej chwili można przywrócić sobie wzrok, odzyskać kontrolę i poczucie bezpieczeństwa, tak podczas morsowania jesteśmy świadomi temperatury wody, w której chcemy się zanurzyć. Przynajmniej w teorii.

W terapii logopedycznej, czy mioterapeutycznej ogromną rolę odgrywa zmiana codziennych nawyków oraz uważność na sygnały płynące z ciała; na oddech, na postawę podczas wykonywania najprostszych codziennych czynności. Im częściej to praktykujemy i świadomie przyglądamy się swoim napięciom, tym częściej wprowadzamy nowe, dobre nawyki. Poprawa jakości snu nie ma szans bez pracy nad oddechem. Oddech — bez rozluźniania mięśni międzyżebrowych, rozciągania ciała i pracy nad pozycją spoczynkową języka — nie ulegnie zmianie. Praca nad dykcją i głosem — bez wzmocnienia mięśni posturalnych, świadomego oddychania podczas fonacji i pracy manualnej z mięśniami narządu żucia — będzie o wiele mniej efektywna. Co ma do tego wszystkiego zabawa „Ciuciubabka"? Uważność na siebie. Na swoje zachowanie, na poczucie sprawstwa, na czucie ciała w przestrzeni.

Nawiązując do aspektu społecznego, akceptacja swoich braków, trudności, niepełnosprawności, jest o wiele łatwiejsza, kiedy mamy poczucie wsparcia grupy. W tym wypadku mówię głównie o siostrzeństwie, kobiecej lojalności i ogólnoludzkiej bliskości.

Przy zaburzeniach fonacji, niepłynności mówienia, jąkaniu, słyszalnych wadach wymowy, wstyd i niepewność towarzyszą pacjentom każdego dnia. Wyśmiewanie, utrudnianie mówienia, brak cierpliwości, pospieszanie, mówienie za nas, dopowiadanie, przerywanie — nie pomagają. Głos

cichnie, słabnie, nie czujemy jego mocy, a przecież to on jest naszym narzędziem wyrażania siebie, swojego zdania! Nim określamy swoje granice, nim komunikujemy myśli, opinie, emocje. Trudności w głośnym i wyraźnym wyrażaniu siebie dostrzegam w znacznej mierze podczas pracy z kobietami, w terapii ich głosu. Nie akceptując barwy, intonacji, impostacji czy brzmienia głosu, trudno wypowiadać się na jakikolwiek temat, o zabieraniu głosu w ważnych dla nas kwestiach nie wspominając.

Symptomy początkowo są pozornie niegroźne: brak kontroli nad głosem, jego męczliwość, częste chrypki bądź utraty głosu, problemy ze stawem skroniowo-żuchwowym, bolesne miesiączki i stosunki. Nikt nas nie uczy łączenia takich objawów w jeden spójny obraz. Jesteśmy przyzwyczajone do normalizacji bólu, do habituacji dyskomfortowego bodźca. Przestajemy słuchać siebie i swojego ciała. Przestaje nam się podobać nasz własny głos, a nie czujemy, że przestał on być nasz własny.

„Ciuciubabka", zabawa pozornie przeznaczona dla dzieci, może się okazać zbawienna dla odzyskiwania czucia swojego ciała i odzyskiwania własnego głosu. Jestem w nieznanym, więc ufam sobie, swoim odczuciom, swojej intuicji, a mając wsparcie w grupie, poczucie bezpieczeństwa i akceptację, pracuję nad wartością siebie jako jednostki, ufam swoim decyzjom — zarówno ruchowym, jak i orientacyjno-przestrzennym.

Ciuciubabka

Korzyści z zastosowania zabawy z perspektywy pedagożki specjalnej, terapeutki dzieci i młodzieży z całościowymi zaburzeniami rozwoju, zaburzeniami lękowymi i tikami

Magdalena Borek

Gra dziecięca „Ciuciubabka" może być zastosowana w terapii behawioralnej, Treningach Umiejętności Społecznych dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym z ASD (Autistic Spectrum Disorder).

Spektrum autyzmu obejmuje zaburzenia na tle neurologicznym, które mają podobne cechy neurorozwojowe. Funkcjonowanie społeczne i emocjonalne dzieci z ASD jest bardzo zróżnicowane. W obszarze relacji społecznych główne objawy to m.in.: brak dzielenia się zainteresowaniami, ograniczona zdolność odczytywania emocji na podstawie ekspresji mimicznej (lub też wykorzystywania tych informacji w regulacji zachowania), zubożone okazywanie uczuć i brak typowych oznak przywiązania oraz znacznie ograniczone zainteresowanie innymi dziećmi (Rybakowski 2014).

Liczne badania wykazały, że dzieci ze spektrum autyzmu mogą przejawiać różne wzorce zachowań w sytuacjach kontaktu z innymi osobami. Koncepcja autyzmu opracowana przez Baron-Cohena mówi o tym, że osoby z autyzmem mają bardzo słabo rozwinięte zdolności empatyzowania (empathizing), które są konieczne do efektywnego funkcjonowania społecznego, takie jak „czytanie w umyśle" oraz odpowiednie do niego reagowanie (Baron-Cohen 2002). Poprzez użycie działania ruchowego dzieci z ASD nawiązują kontakt społeczny i kształcą umiejętności współpracy w zespole. Zabawa może być stosowana w pracy grupowej dzieci z ASD. Wskazany byłby udział nauczyciela współorganizującego proces kształcenia. Jako forma pracy może być stosowana na warsztatach dzieci z ASD z rodzicami.

Zastosowanie zabawy (sposób zastosowania, warunki konieczne do spełnienia)

Zabawy tradycyjne mogą być zastosowane w terapii dzieci z ASD. Ten rodzaj zabawy może być przyczynkiem do nauki rozwijania kontaktu dzieci z rówieśnikami, odczytywania emocji i wykorzystania informacji w regulacji zachowania podczas Treningów Umiejętności Społecznych czy terapii behawioralnej.

TUS czyli Trening Umiejętności Społecznych jest to grupowa forma pracy z osobami, które doświadczają trudności społecznych. Podczas zajęć uczestnicy uczą się umiejętności społecznych niezbędnych w codziennym funkcjonowaniu. Terapia behawioralna dzieci z autyzmem zakłada naukę podstawowych umiejętności, przydatnych w codziennym życiu, takich jak komunikacja, zdolność do realizacji prostych poleceń czy wskazówek oraz czynności samoobsługowe. Udział w zabawie „Ciuciubabka" wymaga obserwowania i współdziałania w zespole, a także komunikowania swoich potrzeb. Ponadto osoba pełniąca rolę ciuciubabki uczy się prezentacji, występuje w kręgu na środku, co często jest trudne dla wybranych dzieci. Kształci to odporność psychiczną, wzmacnia odwagę. Obserwuje się, że stopniowo dzieci patrząc na zachowania innego dziecka ośmielają się, podejmują próbę wchodzenia w rolę ciuciubabki. Jest to proces, który zachodzi stopniowo lub podczas jednego spotkania. Zawsze w grupie znajdziemy dziecko, które jest bardziej nieśmiałe, a danie mu czasu pozwala na podjęcie przez nie inicjatywy. Niewskazane jest wywieranie nacisku na dziecko. W zabawie dzieci mogą nauczyć się współpracy — wspólnie uciekając przed ciuciubabką, a także wykazać się sprytem oraz kreatywnością. Dzieci uczą się uważności na drugą osobę, żeby np. dziecko będące ciuciubabką nie uderzyło się o coś, nie przewróciło itp. Rozwijają w ten sposób wzajemną troskę o siebie.

Zabawa może być również wykorzystana do rozwijania wrażliwości sensorycznej. Dzieci z ASD często przejawiają zaburzenia sensoryczne. Polegają one na nietypowym odbieraniu i przetwarzaniu bodźców, które płyną do mózgu ze zmysłów (np. słuch, smak, dotyk). Zmysły mogą być zbyt wrażliwe (nadwrażliwość) lub za mało wrażliwe (niedowrażliwość). Dziecko, które stoi w środku koła (ciuciubabka) ma zasłonięte oczy, więc musi szukać innych dzieci polegając na zmyśle słuchu, dotyku, a nawet zapachu. Modyfikując zabawę dzieci uczą się, w jaki sposób informować ciuciubabkę, gdzie są (klaszczą, dotykają, szepczą). Ważne jest, aby dziecko stojące w kole samo wybrało, w jaki sposób szuka innych dzieci. Pozwala to na dostrzeganie perspektywy innej osoby, akceptowanie i przekraczanie granicy swojego komfortu (np. dziecko, które nie lubi być głaskane podejmuje próby głaskania lub dziecko, które nie akceptuje głośnego klaskania, po kilku próbach zabawy łatwiej akceptuje klaskanie). W ten sposób może następować odwrażliwianie (czyli stopniowe oswajanie się z tym, co wzbudza lęk w dzieciach, np. ciemność). Zabawa przyczynia się również do poprawy postawy ciała, niweluje napięcia mięśniowe, co z kolei wpływa na podwyższenie nastroju psychicznego dzieci przejawiających zaburzenia towarzyszące ASD (zaburzenia lękowe, ADHD, zaburzenia tikowe). U dzieci obserwuje się podwyższanie lub obniżanie tętna czy częstości oddechów, co wpływa pobudzająco lub uspokajająco na system nerwowy.

Bibliografia

- Baron-Cohen S., *The extreme male brain theory of autism*, w: „Trends in Cognitive Sciences" 6 (6), 2002, s. 248—254.
- Rybakowski F. i wsp., *Zaburzenia ze spektrum autyzmu — epidemiologia, objawy, współzachorowalność i rozpoznawanie*, w: „Psychiatria Polska", 48 (4), 2014, s. 653-665.

Ciuciubabka

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

Joanna Tomkowska

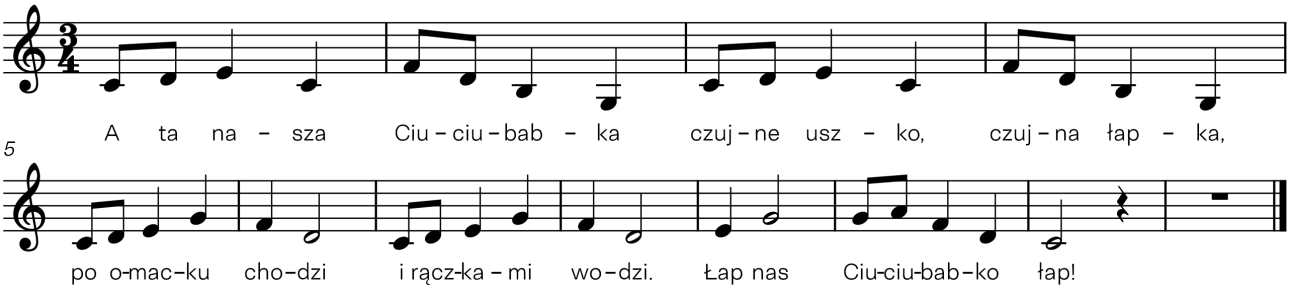
W zabawie „Ciuciubabka" człowiek zostaje pozbawiony głównego zmysłu, który pomaga mu egzystować w świecie, czyli wzroku. Tu główną rolę odgrywa zmysł słuchu. A przecież w nauczaniu muzyki chodzi właśnie o rozwijanie słuchu muzycznego. Wykorzystałam więc tę zabawę jako punkt wyjścia do przedstawienia różnych aktywności, w których słuch pobudzany jest do działania.

Zasłonięcie oczu okazuje się przyjaznym środkiem do wyostrzania zmysłu słuchu. Na początku może nie być to łatwe, czasem wprowadza element niepokoju. Wówczas dobrze połączyć te zadania z zadaniami wzmacniającymi poczucie bezpieczeństwa (np. prowadzenie partnera, który ma zamknięte oczy). Poza tym, żeby dobrze słyszeć, trzeba się wyciszyć i przyzwyczaić do nowej sytuacji (Zabawa w słuchanie ciszy).

Oprócz zabaw z zasłoniętymi oczami, proponuję też kilka innych, pobudzających zmysł słuchu (Jaki to instrument?, Muzyczne ciepło — zimno).

Zadania z zasłoniętymi oczami oraz inne, przedstawione poniżej, pomagają też wyciszyć grupę i zwrócić jej uwagę na wartość słuchania. Mogą być wykorzystywane zarówno w przedszkolu, szkole ogólnokształcącej, jak i w szkole muzycznej.

W grupie dzieci 5—6-letnich można wykorzystać zabawy, takie jak: Jaki to instrument?, W jakiej kolejności grają instrumenty?, Echo gestodźwięków, Mama kukułka szuka swoich dzieci, Słuchanie ciszy, Muzyczne ciepło — zimno. W starszej grupie wiekowej dodatkowo można włączyć pozostałe zabawy.



Dodatkowe wersje „Ciuciubabki"

— Uczestnicy ustawieni w kole wiązanym. W środku znajduje się ciuciubabka i wybrana osoba, np. Ania. Ciuciubabka śpiewa na dowolną melodię lub mówi: „Gdzie jesteś Aniu?", Ania odpowiada: „Tu jestem" cały czas przemieszczając się w obrębie koła. Osoby tworzące koło nie ruszają się.
— Wersja z dowolnym instrumentem perkusyjnym, podobna do poprzedniej. Jednak teraz ciuciubabka próbuje odnaleźć uciekającego „po głosie" grającego instrumentu.

Zadania

- Prowadzenie partnera za pomocą dźwięku

Uczestnicy dobierają się parami. Pierwszy otrzymuje dowolny instrument perkusyjny — to przewodnik. Drugi otrzymuje chustkę, którą zasłania oczy. Przewodnik prowadzi swojego partnera jedynie za pomocą dźwięku.
Uwaga! W tym samym czasie może się poruszać kilka par, przewodnik powinien więc czujnie obserwować i wykorzystywać przestrzeń oraz prowadzić swoją parę tak, aby uniknąć kolizji.
Po pewnym czasie następuje zamiana ról.

- Jaki to instrument?

Uczestnicy poruszają się po całej sali w rytm muzyki. Na umówione sygnały muzyczne (dźwięk określonego instrumentu) realizują zadania:

— dźwięk bębenka — stają na jednej nodze,
— dźwięk tamburyna — siadają na podłodze,
— dźwięk klawesów — dotykają dłońmi podłogi.

- W jakiej kolejności grają instrumenty?

Uczestnicy siedzą w grupie. Prowadzący prezentuje 3 lub 4 różne dźwięki, grane na dowolnych instrumentach perkusyjnych. Następnie wszyscy odwracają się plecami do prowadzącego i słuchają czterech dźwięków, zagranych w dowolnej kolejności. Wybrany uczestnik próbuje odgadnąć i zagrać zaprezentowane dźwięki w tej samej kolejności.

- Echo gestodźwięków

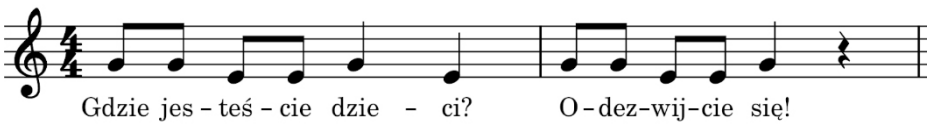
Gestodźwięki, znane też jako *body percussion*, to dźwięki wydobywane przy pomocy własnego ciała. Należą do nich: klaskanie, tupanie, szuranie, klepanie dłońmi o uda, klepanie dłonią o dłoń, pstrykanie, kląskanie, itd.

— Prowadzący gra jednotaktowe rytmy z użyciem gestodźwięków. Uczestnicy powtarzają każdą propozycję w formie echa,
— Wersja z zamkniętymi oczami.

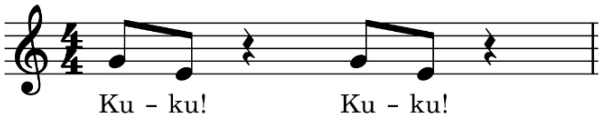
Uczestnicy odwróceni plecami do prowadzącego powtarzają gestodźwiękowe rytmy bez patrzenia. To zadanie bardzo rozwija słuch i pomaga w skupieniu uwagi.

- Mama kukułka szuka swoich dzieci

Uczestnicy siedzą w rzędzie lub gromadce. Wybrana osoba, odwrócona plecami do pozostałych, to kukułka, która próbuje odnaleźć po głosie swoje dzieci. Kukułka śpiewa: „Gdzie jesteście dzieci? Odezwijcie się!"



Osoba wskazana przez prowadzącego śpiewa „ku-ku, ku-ku".



Kukułka powinna rozpoznać po głosie, kto się odezwał.

- Prowadzenie partnera, który ma zamknięte oczy

Na sali ustawione są różne przeszkody (mogą to być krzesła, klocki, stół itp.). Uczestnicy dobierają się parami, ustalają między sobą role: jedna osoba to Prowadzący, druga to Prowadzony — ma zamknięte oczy.

Prowadzący prowadzi partnera po całej sali, bez porozumiewania się głosem, trzymając go za rękę. Robi to w delikatny, ale zdecydowany sposób. Porusza się spokojnie, małymi krokami, unikając kolizji z innymi parami. Po jakimś czasie pary zatrzymują się, a osoba prowadzona próbuje odgadnąć, w jakim miejscu sali się znajduje. To zadanie wykonuje się w całkowitej ciszy.

- Słuchanie ciszy

Uczestnicy siedzą w dowolnym miejscu sali. Na sygnał prowadzącego zamykają oczy i próbują rozpoznać wszystkie dźwięki dochodzące z otoczenia. Nasłuchują kilka minut. Następnie otwierają oczy i wspólnie rozmawiają o tym, co usłyszeli.

- Muzyczne ciepło — zimno

Z grupy zostaje wybrana jedna osoba, która wychodzi na chwilę za drzwi. Pozostali otrzymują dowolne instrumenty. Prowadzący ukrywa umówiony przedmiot w miejscu, o którym wiedzą wszyscy oprócz osoby znajdującej się za drzwiami. Teraz wybrana osoba, zaproszona do sali, szuka schowanego przedmiotu. Cała grupa pomaga w poszukiwaniach za pomocą instrumentów. Im bliżej do poszukiwanej rzeczy — tym instrumenty grają głośniej. Im dalej, tym instrumenty grają ciszej.

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:

mozaika

Muzeum Etnograficzne im. Marii Znamierowskiej-Prüfferowej w Toruniu

Fundacja Muzyka jest nieskończona

mały Kolberg

Patron medialny

muzyka tradycyjna.pl