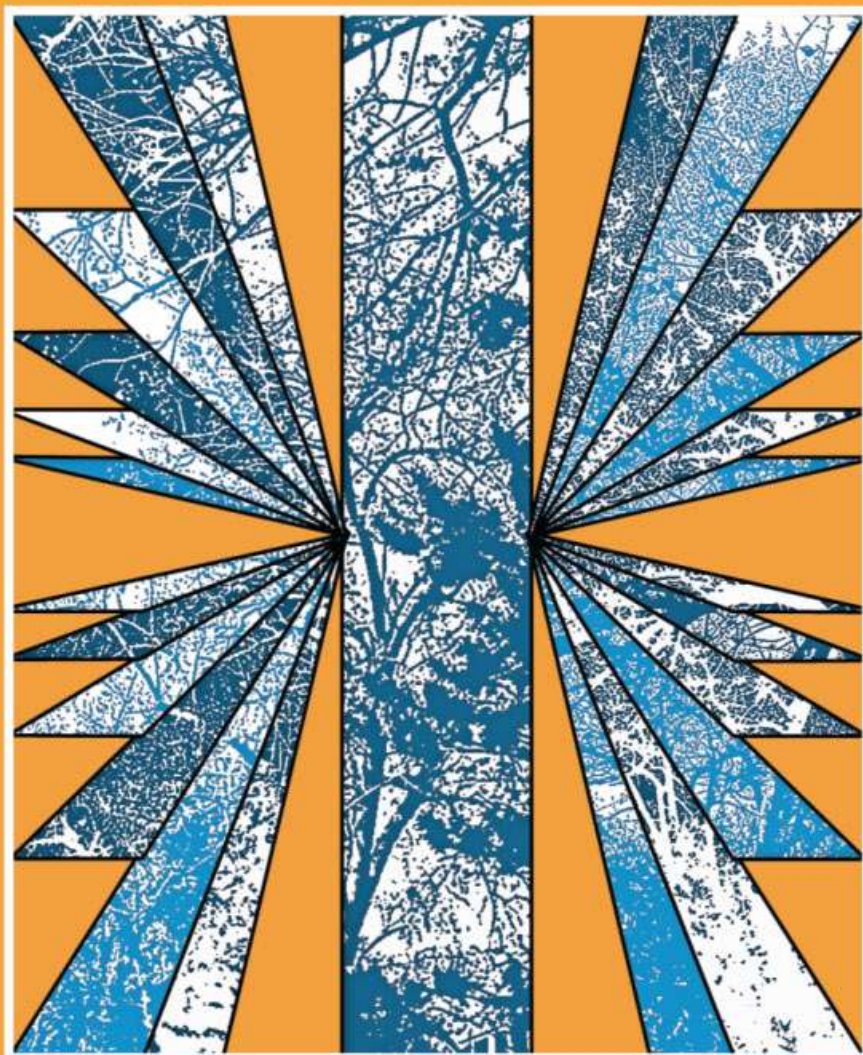


TAMÁSINÉ DSUPIN BORBÁLA

A népi játékok és a mozgás funkciója az óvodás korosztály személyiségfejlődésében



2015

DEBRECENI EGYETEM GYERMEKNEVELÉSI ÉS
FELNŐTTKÉPZÉSI KAR

Tamásiné Dsupin Borbála

A népi játékok és a mozgás funkciója
az óvodás korosztály
személyiségfejlődésében

Második kiadás



Debreceni Egyetemi Kiadó
Debrecen University Press
2015

ALKOTÓ MŰHELY

4.

Sorozatszerkesztő:

dr. Kovácsné dr. Bakosi Éva
főiskolai tanár

Lektor:

Dr. Sándor Ildikó

Borító:

dr. Szepessy Béla
főiskolai docens

ISSN 2061-0114

ISBN 978 963 318 060 0

© Debreceni Egyetemi Kiadó Debrecen University Press,
beleértve az egyetemi hálózaton belüli elektronikus terjesztés jogát is

Kiadta a Debreceni Egyetemi Kiadó Debrecen University Press
www.dupress.hu

Felelős kiadó: Karácsony Gyöngyi
Készült a DE sokszorosítóüzemében, 2015-ben

Tartalomjegyzék

Előszó.....	5
I. 1. Bevezetés.....	6
2. A hagyományátadás és a népi kultúra szerepe a 3-7 éves gyermekek nevelésében.....	8
2.1. Tradíció és modernitás.....	8
2.2. Az esztétikai nevelés jelentősége az óvodai nevelésben.....	9
2.3. Az esztétikai nevelés műveltségi tartalmai.....	11
2.4. Az óvodai zenei nevelést meghatározó kodályi elvek.....	14
2.5. A hagyományátadás adaptációja az intézményes óvodai nevelés keretein belül.....	17
3. A hazai általános nevelési módszertől eltérő magyar óvodai irányzatok.....	21
3.1. Maria Montessori.....	21
3.2. Célestin Freinet.....	22
3.3. Rudolf Steiner – Waldorf pedagógia.....	23
3.4. Az alternatív zenepedagógiák adaptációja.....	24
II. 1. A zene és mozgás kapcsolata a 3-7 éves korosztály személyiségfejlődésében.....	25
1.1. A zene és a ritmikus mozgás funkciója a mai gyermekek fejlődésében.....	26
2. A mozgás funkciója a 3-7 éves korosztály fejlődésében.....	30
2.1. A vizsgált korosztály szomatikus jellemzése.....	30
2.2. A vizsgált korosztály mozgásfejlődésének analizálása.....	32
3. Mozgáskoordináció a játéktevékenységben.....	35
3.1. A testi és motoros képességek fejlesztése.....	35
3.2. A népi játék és a motoros képességek fejlesztésének kapcsolata.....	37
3.2.1. A nagymozgások fejlesztése.....	37
3.2.2. Az egyensúlyérzék fejlesztése.....	39
3.2.3. A metrum és ritmusérzék fejlesztése.....	40
3.2.4. A finommotorika fejlesztése.....	44
3.2.5. Szem-kéz, szem-láb koordináció fejlesztése.....	44
3.3. A testséma fejlesztése.....	46
3.4. Audio-vizuális ingerek és a mozgáskoordináció komplexitása.....	48

3.4.1. Percepciófejlesztés.....	48
4. A készségfejlesztő folyamat személyiségformáló hatása.....	51
III. 1. A népi játékok funkciója a 3-7 éves gyermekek személyiségfejlődésében.....	53
1.1. A játék.....	53
1.2. A népi játékok szerepe a mai gyermekek életében.....	54
1.3. A magyar játékkutatás rövid történeti bemutatása.....	57
2. A népi játékok mozdulattípusai és a zenei tartalom komplexitása.....	60
2.1. A népi játékokban előforduló mozdulattípusok.....	60
2.1.1. A gesztus.....	61
2.1.1.1. Gesztusok a népi játékokban.....	62
2.1.2. A súlylábmozgás és a testsúlyáthelyezés.....	76
2.1.2.1. A súlylábmozgás és a testsúlyáthelyezés a népi játékokban.....	76
2.1.3. A lépés.....	78
2.1.3.1. Lépés a népi játékokban.....	79
2.1.3.2. A vonulásokban előforduló különböző térformák.....	85
2.1.4. Az ugrás.....	91
2.1.4.1. Ugrás a népi játékokban.....	92
2.1.4.2. Szökdelés a népi játékokban.....	95
2.1.5. A futás.....	97
2.1.5.1. Futás a népi játékokban.....	97
2.1.6. A forgás.....	100
2.1.6.1. Forgás a népi játékokban.....	100
3. A 3-7 éves korosztály táncos mozgásanyaga.....	107
4. A 7 éves gyermek személyiségjegyeinek alakulása a népi játékok segítségével.....	111
IV. Összegzés.....	113
Példatár.....	115
1.1. Bodrogközi játékok.....	117
1.2. Rábaközi játékok.....	121
1.3. Kalocsa vidéki játékok.....	125
Felhasznált irodalom.....	130

Előszó

A könyv, amelyet az olvasó a kezében tart, egy hosszú pedagógiai munka eredményeképp létrejött doktori disszertáció egy része.

Harminc éves pedagógiai munkám során mindig fontos tényezőnek tartottam az óvodai zenei nevelésben a hallási érzékelés, a ritmikai- és mozgásfejlesztés lehetséges tevékenységeit. Évekig folyamatosan nyomon követtem több óvodás korú gyermekcsoportot vezető óvó- és táncpedagógus munkáját. Hosszú idő óta gyűjtöttem a különböző játékokat, amelyek a ritmikus mozgásokat adaptálják, valamint az egyes tájegységek mondókait, népi játékait. Munkámban a fontosabb szakirodalmakra támaszkodtam, s ezeket ötvöztem saját gondolataimmal és tapasztalataimmal.

E tanulmány központi témája, hogy bemutassa, miként lehetséges, hogy a népi játékok és a hozzájuk kapcsolódó mozgások adaptálása az egyik legkomplexebb fejlesztőerő a 3-7 éves korosztály személyiségfejlődésében.

Külön kiemelném, hogy az itt közölt játékok nem jelentik a kizárólagosan terjesztendő variánsokat, ott ahol helyben más formát ismernek, elsődlegesen annak a megőrzése a cél.

Remélem, hogy e jegyzetet haszonnal forgatják diplomájuk megszerzése után is, az óvodapedagógusi munkájuk mindennapos gyakorlatában. A tanári pályán útközben zsebre tett ismeret-kavicsokat raktam most sorba, remélve, hogy lesznek akik később helyet találnak számukra egy nagyobb mozaikba illesztve.

Debrecen, 2014. december 6.

Dr. Tamásiné dr. Dsupin Borbála (PhD)
főiskolai docens

I.

1. Bevezetés

A gyermeki élet legtermészetesebb velejárója a különböző érzelmeket kiváltó zene, s a hozzá kapcsolódó játékos mozgás. Kodály Zoltán erre így világít rá egyik írásában: *„A gyermek ösztönszerű, természetes nyelve a dal, s minél fiatalabb, annál inkább kívánja mellé a mozgást...A zene és a testmozgás szerves kapcsolata: az énekes játék a szabad ég alatt – ősidők óta a gyermek életének legfőbb öröme. Ez ősi játékok fenntartása elsőrendű kulturális és nemzeti érdek. Aki nem játszott gyermekkorában a játékokat, annyival is kevésbé magyar.”*¹

Magyarország óvodai zenei nevelése Kodály Zoltán koncepcióján és Forrai Katalin módszertani útmutatásán alapszik, ez zenei nevelésünk nélkülözhetetlen alapja és segítője. A módszer alapvetően a népi kultúra értékeit alkalmazza a gyermekek zenei készségeinek, képességeinek fejlesztésére. Célja a zenei anyanyelv és a hozzá kötődő manuális és tudatalatti tartalmak megismertetése. Ezért a kultúraátadás szempontjából ez az időszak alapozó jellegű, s az esztétikai nevelés területén integratív szerepet tölt be.

Ahhoz, hogy a népi hagyomány értékei beépüljenek a mai és a jövőbeni kultúrába, s a benne rejlő lehetőségeknek megfelelően áthassa az emberek mindennapi életét, a hagyományos rendszerek felbomlása után át kellett értékelni a hagyomány jelenségeit. Ezért van szükség a hagyományőrző és teremtő kezdeményezésekre, amelyek célja egyrészt a régi hagyományok továbbvitele, egyben új tartalommal való megtöltése, s ezáltal életre keltése. Bizonyos szempontból tehát egyrészt a hagyomány újraértelmezésére van szükség, a mai megváltozott körülmények, a változó külső és belső értékek nyomán. Másrészt pedig új hagyományok kialakítására, a közösségek mára eltűnőben lévő funkcióinak pótlására.

*„Mindig azt hirdettem, hogy nemcsak a népdalt, minden magyar hagyományt napfényre kell hozni, amiben élet van, mert az mind új életet szülhet. Írott, íratlan hagyomány egymást világosítja, magyarázza, egyik a másik nélkül érthetetlen. Egyoldalúságba süllyed, elakad, aki csak egyikre korlátozza magát. Haladó hagyomány, élő hagyomány.”*² – írja Kodály Zoltán.

Ez természetesen a nevelés-oktatás területén is fokozott kihívást jelent. Oly módon kell értéket nyújtani a világgal és önmagával ismerkedő gyermeknek, hogy szemléletében az óvodában megalapozódjon, és később kialakuljon az önálló értékrendszer. Mindig

¹ Kodály, 1982. 62-63. o.

² Kodály Zoltán 1941. március 30 – április 5-i naptár hátára jegyezte fel e mondatát. Kodály, 1993. 83. o.

figyelembe kell vennünk, hogy az óvodás gyermekek fejlődő személyiségek, ezért személyiségjegyeik életkoronként változóak. Egyszeri és megismételhetetlen csodái a természetnek, egyéni adottságokkal, képességekkel, szükségletekkel, jellemvonásokkal és viselkedés módokkal. Sokat játszva fejlődnek legjobban, s ehhez szeretetre, biztonságra, szabadságra van szükségük. Amit a gyermek nem tud a világból, azt a részt képzeletével, színes fantáziájával tölti ki, úgy ahogy a természeti népek, vagy a hagyományos kultúrák tagjai.³

Az óvodai nevelésbe a magyar népi kultúra sok ágát integrálhatjuk. A gyermekkor kezdeti szakaszától hasznát vesszük annak a sokrétű tudásnak, ami századokon át csiszolódott, s öröklődött. A népköltészet megjelenik a mesés-verses foglalkozásokon, a népi játékok sokasága a zenei nevelésben, a népi kismesterségek a természetes anyagokkal való tevékenység közben a vizuális nevelésen belül, s mozgásfejlesztésnél az alapvető mozgásformákból, lépésekből álló játékfüzérek.

A népi játékok *„...művészeti jelentősége a gyermek zenei, táncbeli, költészeti tevékenységének tárháza, mintája és iránymutatója. Megmutatja, mit fogad be, mit tesz magáévá a felnőttekből. Ahogy a gyermek meghallotta és magáévá tette minden korszak új dallamát, amellet rendíthetetlenül őrizve az ősi hagyományt. Minden ország kutatója egyetért abban, hogy a gyermekhagyomány őrzi a legrégibb elemeit a néphagyománynak.”*⁴

³ Tarjáné, 2006. 8. o.

⁴ Kodály, 1993. 220. o.

2. A hagyományátadás és a népi kultúra szerepe a 3-7 éves gyermekek nevelésében

2.1. Tradíció és modernitás

Az élet minden területén fokozott kihívást jelent Magyarország Európai Unióhoz való csatlakozása, így a nevelés-oktatás terén is. Egyre többet lehet hallani e vonatkozásban a multikulturális kifejezést, ami elsőre azt sugallja, hogy minden Európai Unió polgárának feladata a többkultúrájú Európa megismerése, elfogadása. Pár évtizede még az ember iskolában szerzett tudása jól szolgált élete végéig. Mai állandóan változó világunkban felértékelődik az alkotógondolkodás és a kreativitás. Az UNESCO Kultúra és Fejlődés Világbizottságának jelentése⁵ megállapítja: „a kreativitásnak olyan környezetre van szüksége, amely ösztönzi az önkifejezést, feltárást. Ösztönözni kell azokat az oktatási programokat, amelyek lehetővé teszik a kulturális hagyományok és az új technológiák közötti fantáziadús kölcsönhatást és tovább kell fejleszteni a kreatív oktatási kezdeményezéseket elősegítő programokat.”⁶ Új gondolkodásmódokat, cselekvésmódokat, a társadalmi önszerveződés új módjait kell elsajátítania az emberiségnek, röviden új módon kell élnie. A jelentés egyik legfontosabb kérdésnek tartja a jövő szempontjából, hogy hogyan lehet a hagyományos kultúra értékes elemeit ötvözni a modernizációval. Hiszen legfontosabb feladatunk kulturális hagyományaink ápolása mellett más kultúrák megismerése és tiszteletben tartása, valamint az újító, alkotó gondolkodás tudatos fejlesztése.

Valószínű, hogy nem létezett még olyan kor, amelyben az emberek a jelent ne, mint a hagyományok eltűnésének, eljelentéktelenedésének korszakát élték volna meg. Már az ókori Egyiptomban is így volt ez, hiszen Ptah-hotep vezír intelmeiben⁷ – egyebek mellett – a régi hagyományok eltűnését sajnálja: „...*régen mennyivel jobb volt, hagyományaink múlnak, bezzeg a parasztnál olyan bölcsesség volt, mint a smaragd, ahhoz kellene visszatérni...*” – írja máig érezhető fájdalommal, mert a hagyományvesztés fájdalma örök. Az ember lelki konzisztenciája, beállítódása olyan, hogy fogódzót keresve a világban való eligazodáshoz, azt természetesen a múltban, az ismertben találja meg és nem a jövőben. Vagyis a múlt nem

⁵ (www.unesco.hu/index.php?type=node&id=119 Fenntartható Fejlődés Csúcskonferencia. Johannesburg, 2002. augusztus 26–szeptember 4.)

⁶ Kreatív sokszínűség, 1996.

⁷ http://hu.wikipedia.org/wiki/Ptahhotep_intelmei

olyan dolog, amit folyamatosan magunk mögött hagyunk, nem mögöttünk van, hanem előttünk, mivel azt látjuk. Éppenséggel a jövő van a láthatatlanban, ismeretlen tartományban.

Az emberek egykor beleszülettek a hagyományba, az elődök felhalmozott, megőrzött és megbecsült tudásban összegződő tapasztalatát évezredekken keresztül szájról szájra, vagy éppen mozdulatról mozdulatra a szűk közösségekben adták át. Mai világunkban nem a múlt feltámasztása, a változatlanságra való törekvés a cél, hanem a múltból áthozni a mába és megőrizve továbbvinni a jövőbe azt, ami mint évezredek tapasztalat segíthet a természethez és embertársakhoz való mélyebb, természetesebb, igazabb viszony kialakításában, a teljesebb élet megteremtésében. Napjainkban a régi szokások megtartása a kulturális örökség ápolását jelenti. A beszürkült, pénz és siker által orientált világban a több évszázados, évezredek hagyomány a mindennapi életet teszi szebbé, érdekesebbé, gazdagabbá. A társadalmi háttér megváltozásával a régi népszokásokból keveset közvetít a család, ezért hárul nagyon fontos feladat az óvodákra, iskolákra, egyéb intézményekre, hogy a gyorsan változó világunkban a hagyomány értékeiről ne felejtkezzünk meg.

„Az emberiség története során felhalmozódott szellemi kulturális javak ismeretéről nem mondhatunk le. Ezek biztosítják napjainkban is az ember testi és szellemi erőinek kibontakozását, az emberi társadalom további fejlődését. A békésebb, humanisztikusabb élet elérésében jelentős szerepe van a művészeteknek a technika korában is.”⁸

2.2. Az esztétikai nevelés jelentősége az óvodai nevelésben

A kisgyermek tanítására, nevelésére a művészetek különösen alkalmasak, hiszen a gyermek érzelmi lény, s a világot az érzelmek felől közelíti meg.

„A gyermek figyelmét az olyan történet köti le legjobban, amelyik szórakoztatja és felkelti a kíváncsiságát. De életét csak akkor gazdagítja, ha mozgásba hozza képzeletét, ha fejleszti intellektusát, ha eligazítja érzelmeiben, ha megbékíti félelmeivel és vágyaival, ha elismeri nehézségeit, és ugyanakkor megoldásokat is javasol kínzó problémáira. Röviden: ha egyszerre reagál személyiségének minden megnyilvánulására.(...)Egyben erősítve(...)bizalmát önmagában és jövőjében.”⁹

⁸ Dankó, 2004. 16. o.

⁹ Bettelheim, 2000. 10. o.

Az óvodás korú gyermek ismeretszerzésének, így esztétikai élményszerzésének is alapja a játéktevékenység, tapasztalat, öröm egysége és egymásra hatása. Az esztétikai nevelésben döntő jelentőségű az állandó önkifejezés biztosítása, s ezen közben olyan alapkészségek fejlődnek, amelyek a kommunikációhoz, befogadáshoz, alkotáshoz, elemzéshez, értékeléshez szükségesek.

Az óvodás gyermek világához igen közel áll a hagyomány: a népi kultúra letisztult, kikristályosodott alkotásai, mivel érzelem és képzelet gazdagságuk, szinkretikus látásmódjuk miatt nagyon fontos, hogy örömet éljenek át az esztétikai neveléshez kötődő tevékenységek során. Nem az a lényeg, hogy hány mesét, verset, mondókát, dalt tud megjegyezni a gyermek, hanem az, hogy szeresse a meséket, verseket, szeressen énekelni, táncolni, bábozni, rajzolni, festeni, stb. Nyíljon meg a szépség, a harmónia, kulturális értékeink és nemzeti hagyományaink iránt. A nevelés sikeressége nagymértékben függ a szülői ház kulturális színvonalától, mintájától és motiváló erejétől, az óvodai környezet példájától, a gyermeket nevelő felnőttek kulturáltságától, pozitív mintájától és a közvetíteni kívánt értékek tisztaságától.

Az esztétika központi tárgya és közvetítője az anyanyelv és a kommunikáció, ezért ezeknek minden formáját - nyelvi, metakommunikációs, zenei, vizuális, mozgásos - kiemelten fejleszteni kell. Az óvodás gyermek esztétikai fogékonyságának, hajlamainak kibontása, képességeinek fejlesztése is az esztétikai nevelés feladata. Meg kell teremteni azokat a feltételeket, melyekben a gyermekek tapasztalatokat szerezhetnek alkotóként és befogadóként egyaránt, s minél több idő -, tér-, mozgás-, hang-, tapintás- és színélményük legyen tevékenységük során. Mivel az óvodai nevelésnek értékközvetítő funkciója van, silány művészeti produktumot, igénytelen zenét nem közvetíthetünk gyermekeink felé.

Megfelelő hangsúlyt kell kapnia az életkori sajátosságok mellett az egyéni adottságoknak is, hiszen a pszichikus képességek egyenetlen fejlődése miatt egy korosztályon belül több évnnyi szintbeli különbség lehet. Mivel más-más képességekkel, hajlamokkal, érdeklődéssel és motiváltsággal rendelkeznek a gyermekek, hatékonyabb a személyes kötődést lehetővé tevő egyéni és mikrocsoporthoz szabott módszereket alkalmazni. Az a pedagógusi attitűd, amely figyel a gyermekek egyéniségére, egyéni fejlettségére, fejlődési ütemére, testi-lelki állapotára, érdeklődésére, feltételezi a pedagógus felkészültségét, tudatosságát, tervszerűségét, hitelességét, kreativitását.

Az óvoda esztétikai-művészeti nevelésének egyik legpreferáltabb eszköze népi játékaink sokasága, melynek esztétikai érzelmeket fejlesztő sajátossága, emberformáló ereje vitathatatlan. Természetesen a zenei tevékenység esztétikai hatásai csak más művészeti ágak

ilyen irányú nevelő erejével érvényesülnek igazán. (irodalmi-, vizuális nevelés) Az óvodás korú, 3-7 éves gyermekek előtt — a különböző művészeti területek komplex esztétikai hatásai mellett — népdalaink, népi játékainkhoz kapcsolódó egyéb zenei tevékenységek tárják fel az élet szépségét, derűjét, biztosítva számukra a vidámságot, a tréfát, a humort, az örömteli játékot és egyben a mindenki által átélhető esztétikai élményt.

2.3. Az esztétikai nevelés műveltségi tartalmai

A népi kultúra értékei évszázadok alatt csiszolódtak ki. A pedagógus feladata ezen értékek megismerése, megértése és továbbadása, s ez szerteágazó, egymásra épülő és egymással komplex módon összefüggő tevékenységrendszerek folyamatában valósul meg. A 3-7 éves korosztálynál a népi kultúra és hagyomány átadás legfőbb célja:

- szellemi örökségünk alapjainak az átadása,
- a személyiség teljes kibontakoztatása,
- a nemzeti érzés első építő köveinek lerakása,
- a műveltség megalapozása a hagyományos kultúra területéhez tartozó tevékenységek és játékok közben.

A népi kultúra kincseit a modellnyújtó pedagógus saját példájával, tevékenység közben adja át. A természet rendje, az évszakok változásai, az ezzel kapcsolatos mindennapi hagyományok, a kisgyermek számára felfogható, átélhető jeles napok és ünnepek adják a keretét a nevelő munkának.¹⁰

A választott program jellegétől függetlenül a néphagyomány bizonyos elemeinek minden óvodában helye van. Közvetítése, ápolása mást jelent a saját hagyományokkal rendelkező vidékeken, mint a „globalizált” nagyvárosokban. Mások a feltételek ott, ahol lehetőség van képzett szakembereket (hangszeres népzeneészeket, táncpedagógust) meghívni az óvodába, mint ahol az óvodapedagógusok látnak el minden feladatot. Nagyon felelősségteljes feladat ez, mert viszonylag fiatal műveltségi terület a néphagyomány oktatása, amelynek nincs is még kialakult, egységes módszertana.

¹⁰ Tarjáné, 2006. 11. o.

A komplex esztétikai nevelés mozgáscentrikus. Kiemeli a gyermek mozgásfejlesztését, összekötve az irodalmi-, a zenei- és a vizuális nevelés ágaival. Leghatásosabb eszköz e területen:

➤ Az **irodalmi nevelést** segítő tevékenységek: a mondókák, a mese, a vers, a bábjáték és a drámapedagógiai eszközök alkalmazása. Az irodalmi nevelésünk műveltségi tartalmai a népköltészetre és a népmesékre alapozódnak. Hatására fejlődik a gyermekek anyanyelvi fejlettségi szintje, kommunikációs képessége, önkifejezése. A magyar népi játékok, mondókák hozzásegítik a gyermekeket a mondszerkesztés alapvető törvényszerűségének ösztönös felfedezéséhez és szabályainak elsajátításához. Az örömmel mondogatott mondókák, versek a sok ismétlés folyamán bevésszük emlékezetünkbe. *„A népköltészet gyöngyszemei, a népmesék katartikus érzelmeket kiváltó műfajainak változatai, a műköltészeti alkotások művészi értékei alapvetőek a gyermek esztétikai érzelmeinek formálásában. Segítségükkel az óvodai művészeti – irodalmi nevelés során a szépséget felismerő, kereső, értékelő embert, a jövő olvasóját, színház-, múzeumlátogatóját indítjuk útjára. A gyermekkorban átélt művészi élmény együttesek teszik majd képessé arra, hogy nyitottá váljon saját és mások érzelmei, gondolatai iránt, ugyanakkor ezek alapozzák meg hazaszeretetét és fogékonyságát az emberiséget felemelő, humanisztikus eszmékre.”*¹¹

➤ A **zenei nevelést** segítő tevékenységek, műveltségi tartalmak: az ének-zene, a népi játék és a tánc. Ha minden nap szól az ének, a zene az óvodában, a gyermekek szívesen, örömmel vesznek részt a zenével kapcsolatos tevékenységekben, s így érzik meg a mondókázás, éneklés, muzsikálás, táncolás örömét.

*„A ritmus figyelmet, koncentrációt, határozottságot, beidegző képességet fejleszt. A dallam az érzés világát nyitja meg. Az erőfokok változása, a hangszín: hallószervünk élesítője. Az ének végül oly sokoldalú testi működés, hogy testnevelő hatása is felmérhetetlen...”*¹²

A gyermekek az ölbéli játékok, a mondókázás, az énekes játékok játszása közben esztétikai élményt kapnak. Fejlődik hallásuk, ritmusérzékük, megismerkednek a zenei tevékenységekhez kapcsolható mozgásformákkal, s megalapozódik mozgás anyanyelvük is. *„Legyen a táncban is a beszédhez hasonló alapszókincsük, tudjanak*

¹¹ Dankó, 2004. 11. o.

¹² Kodály, 1958. 8. o.

néhány figurát és azokból tetszésük szerint, pillanatnyi alkotókedvük szerint építkezzenek!”¹³ Ha rendszeresen készítenek és megszólaltatnak egyszerű, főleg ritmus hangszereket, sok zenét hallgatnak, elsősorban élő zene és éneklés formájában, így kialakul, formálódik zenei ízlésük is.

*„A muzsika megszerettetése révén – mondókák, gyermekjátékok dalok mozaikköveivel – a zenei anyanyelv alapjait rakjuk le, erre épülhet aztán a zenei világnyelv, a zenei műveltség építménye...”*¹⁴

- **A vizuális nevelést** segítő tevékenységek, műveltségi tartalmak: a rajzolás, festés, mintázás, kézimunka. Az óvodás gyermek nagymozgásainak megfelelő vezéreltsége, összehangoltsága erősen összefügg a mikromozgások megfelelő fejlettségével, így ez erősen befolyásolja a vizuális tevékenység fejlettségi szintjét. E tevékenységet látásos vezéreltsége, mozgás jellege, kommunikációs formája miatt érdemes a zenei-, táncos-dramajátékos-, bábos tevékenységgel összekapcsolni, komplexen megközelíteni. Az ember és a természet kapcsolata erős, – ez a népi kultúrára jellemző sajátosság, – s ez adja a nép tárgyi világában az anyag és a szerkezet kikristályosodott egységét. *„A népi kultúrában a díszítés egyfajta jelbeszéd, jelentése van, jelrendszert hordoz, mely megjeleníti az adott kultúra világképét, hiedelmeit, kollektív tudatát. A tárgyak természetes anyagból vannak, forma- és arányrendszerük tökéletes, használhatóak, olcsó az előállításuk, kézbe illők, funkcionálisak... Ezért a természetes anyagokkal való tevékenység, tapasztalat, népi kismesterségek megismertetése az óvodás korú gyermekekkel alapvető fontosságú az igényes vizuális nevelésben.”*¹⁵

A művészeti ágak sajátosságai segítségével alakul, formálódik a gyermeki személyiség, valamint nagymértékben fejlődik a kommunikációs készség. Az óvodáskorú gyermek az irodalmi, zenei, vizuális és a hozzájuk kapcsolódó mozgásos tevékenységek során ízelgeti, ismeri meg a magyar nyelv gazdagságát, szépségét, kifejező erejét.

A magyar nép hagyományaiból azt kell kiemelnünk, melyek a gyermekekhez közel hozhatók, ilyenek a hagyományos ünnepeink, úgymint a karácsony, a farsang, a húsvét, a nemzeti ünnepeink – mint a nemzeti identitás formálásának lehetősége –, s a saját életünkben lévő ünnepeink. Az óvodai élet ezek köré szerveződik, s az alkalomnak megfelelő mondóka, mese, vers, népzene, énekes játék és tánc tartalmat ad ünnepeinknek. *„Így egységbe forr a*

¹³ Foltin, 1996. 4. o

¹⁴ László, 1986. 194. o.

¹⁵ Tarjánné, 2006. 13. o

társadalmi és természeti környezet, mert már óvodás korban ez a két színtér veszi körül gyermekeinket, ebbe nőnek bele, hagyományozódik rájuk és hagyományozzák a következő óvodás generációra.”¹⁶

2.4. Az óvodai zenei nevelést meghatározó kodályi elvek

A **Kodály koncepcióra** épül ma a magyar zenei nevelés. Azért beszélünk koncepcióról és nem módszerről, mert Kodály Zoltán nem dolgozott ki módszertant, hanem kialakított egy átfogó zenepedagógiai felfogást az egész magyar zenei nevelésről. Ő volt az első, aki ráébredt az akkori magyar zenei nevelés alacsony színvonalára. Koncepciójának lényege, hogy a gyermek az óvodától kezdve naponta találkozzon a zenével, hiszen a napi éneklés ugyanolyan fontos a léleknek, mint a torna a testnek.

Célja az volt, hogy a gyermekek felnőve zeneszeretők, zeneértők is legyenek. Meggyőződése volt, hogy mindennek érdekében tömegeket kell megmozgatni, aminek a legjobb módja a karéneklés. Ennek érdekében rengeteg kórusművet írt a kisiskolás korosztály számára játék- és gyermekdalokra, amikből ebben az időben erős hiány volt. Koncepciója szerint a zene az embernevelés nélkülözhetetlen eszköze. S erre a legcélravezetőbb a vokális alapú zenei nevelés. Nem győzte hangsúlyozni, hogy a zenetanítás eszköze mindig az értékes zene kell, hogy legyen. Kiindulási alapja az egyszólamú népi gyermekdal, illetve a viszonylag egyszerű népdal volt, ami meglátása szerint áttekinthető formában a legmagasabb esztétikum.

Fontosnak tartotta, hogy az oktatásban adaptált dalok magyar nyelven szóljanak. A jól összeállított dalanyag sugallja a metodikai lépéseket, de emellett szükséges a zenei írás-olvasás alapszintű megtanítása és a belső hallás fejlesztése, az „értő zene” megközelítése. Célként tűzte ki a zenei nevelésben a magyar zenekultúra fejlesztését és fenntartását. Legfontosabb eszközei a zenei írás-olvasás általánossá tétele, a zenei szemlélet öntudatra ébresztése és a világirodalom kiemelkedő alkotásainak közkinccsé tétele. Kodály szerint *„A zene föltétlen szükséges az ember fejlődéséhez, a nevelés lényeges része.”*¹⁷ S ezt a nevelést már óvodás korban el kell kezdeni. Munkatársai, tanítványai egy-egy konkrét zenei területnek dolgozták ki a módszertanát.

¹⁶ Vargáné, 2006. 16. o

¹⁷ Kodály, 1982. 112. o.

Az óvodai zenei nevelés módszertanának kidolgozása **Forrai Katalin** zenepedagógus nevéhez fűződik.¹⁸ Az óvodai zenehallgatási anyagot pedig **Törzsök Béla** zenepedagógus állította össze.¹⁹

Kodály abból az alapgondolatból indult ki, hogy „*Legyen a zene mindenkié.*”²⁰ Ez a célkitűzés mai szemmel is egy kulturálisan érzékeny, emberközpontú gondolatot közöl, hiszen mindenki tanulhat zenét, tekintet nélkül arra, hogy milyenek az adottságai, képességei, társadalmi helyzete, vallása, neveltetése, hovatartozása, amatőrnek vagy hivatásos zenésznek készül-e. Ahhoz, hogy a célkitűzés megvalósuljon, az óvodai zenei nevelés vonatkozásában Kodály Zoltán szerint a következő alapelveket kell követni:

- **A zenei nevelést minél korábban el kell kezdeni.**

Gyakran idézik Kodály gondolatát, amit a gyermeknapi beszédében kifejtett, miszerint a zenei nevelésnek az anya születése előtt kilenc hónappal kell kezdődnie. Ha ez a kíváncsi feltétel mégsem valósulna meg, akkor „*kezdeni már az óvodában kell, mert ott a gyermek játszva megtanulja azt, amire az elemiben már késő.*”²¹ S „*amit a gyermek óvodában kap, egyúttal a közléleknek lesz alkotó eleme.*”²²

- **A zenei nevelés énekközpontú legyen.**

Hiszen az éneklés vezet legközvetlenebbül a zene átéléséhez, megértéséhez. Az éneklés teljes élményt ad és fontos, hogy a személyes kontaktus létrejöjjön az éneklők között.

„*Az ének felszabadít, bátorít, gátlásokból, féltékenységből kigyógyít. Koncentrál, alkalmasabbá tesz, figyelemre, fegyelemre szoktat. Egész embert mozgat, nemcsak egy részét...*”, valamint „*...fejleszti a közösségi érzést.*”²³

- **A magyarság tudat alatti elemeinek beültetése, kifejlesztése.**

A Kodály koncepció értelmében az óvodai zenei nevelés anyaga a nemzeti hagyományokból kell, hogy kiinduljon, hiszen minden cseperedő gyermeknek fontos, hogy először saját népének kulturális örökségét sajátítsa el „*...előbb önmagunkat ismerjük meg, hogy el ne tévedjünk a világ rengetegében*” – írja Kodály 1929-ben. S az óvodai zenei nevelésben a

¹⁸ Forrai, 2004. 11-107. o.

¹⁹ Törzsök, 2003. 7-25. o.

²⁰ Kodály, 1982. 7. o.

²¹ U.a.. 93. o.

²² Kodály, 1958. 9. o.

²³ Kodály, 1982. 304. o.

nemzeti vonások legjobb megalapozója a néphagyomány, melynek mondókáiból, népi játékaiból és a népdalokból máig érvényes dolgokat tanulhatnak meg a gyermekek.

- **Az aktivitás előtérbe helyezése.**

Az óvodai zenei nevelésnek minden erőltetés-, kényszernélkülinek, szabad önkifejezésnek kell lennie. A zenével való közvetlen és természetes kapcsolatot, a mozgáskombinációk gyakorlása elmélyíti, amelyet az irodalmi és vizuális tevékenységgel összekapcsolva, komplexen kell megközelíteni.

- **A zene és testmozgás szerves kapcsolata.**

„Az énekes játék a szabad ég alatt, ősidők óta a gyermek életének legfőbb öröme. Ez ősi játékok fenntartása elsőrendű kulturális és nemzeti érdek.”²⁴

Sok gyermek még a mai világunkban sem jut hozzá, hogy természetes zeneösztönét idejében foglalkoztassa. *„Ez pedig fejlesztés híján eltompul, s az emberek többsége zenétlenül megy végig az életén, s még jó, ha nem is sejtí, mit veszített. De többnyire ráeszmél, mikor már késő. Innen sok felnőtt reménytelen és groteszk zenetanulása vagy kesergése fiatal kora mulasztásán.”* – írja Kassai Vidor emlékezéseiben.²⁵ Ennek okát oktatási rendszerünk bizonyos hiányosságaiban kereshetjük. De ennek elemzése nem célja a dolgozatnak, s egy másik tanulmány témája lehetne az ezek közti összefüggések vizsgálata.

Létrejött tehát egy nagy módszertani szabadságot felkínáló és a változtatás lehetőségét biztosító óvodai dokumentum, s a kodályi gondolatokat őrző nevelési rendszer, ami nyitott a multikulturális szemlélet elfogadására. Ez a kettősség indukálta a változás kezdeményezését. A tradíció mellett egyre többen gondoltak a modernizációra is, hisz a ma óvodásai már kizárólag a XXI. század emberei.

²⁴ Kodály, 1982. 62-63. o.

²⁵ Kassai, 1940. 345. 1. o.

2.5. A hagyományátadás adaptációja az intézményes óvodai nevelés keretein belül

Az óvodai zenei nevelés elsődleges célja, hogy a gyermekek koruknak megfelelő magyar zenei hagyományokra épülő, minőségi zenével találkozzanak és ez érzelmileg is mélyen érintse meg őket.

„A legtöbb hagyományos gyermekjáték nagyon is sokat tud a zene misztikájáról, s mint az újabb kutatások jelzik, a szellemi létezés misztikájáról, szimbolikájáról is.”²⁶

Ezen az úton történik meg a fejlődés csodája: a zenei hangulatokon, érzelmeken át idővel eljut a gyermek a zene intellektuális megközelítéséig, de csak akkor, ha minden zenei képességfejlesztő játék tartalmas, változatos és élményszerű. Ha egy-egy óvodapedagógus közösség eljut a szemléletváltásig, ezt követi a konkrét adaptáció, amelyet kivitelezhet a helyi nevelési programjában.

Az 1990-es években az alábbi óvodai nevelési programok jöttek létre:

1. Waldorf óvodai nevelési program
2. Hétköznapi varázslatok (Óvodai nevelés Freinet elemekkel)
3. Mozgásműveltség fejlesztő óvodai nevelési program
4. Néphagyományőrző óvodai program
5. Óvodai nevelés játékkal, mesével
6. Tevékenységközpontú óvodai nevelési program
7. Óvoda, Iskola és Kultúra Háza (Csempeszkovács)
8. Lépésről-lépésre óvodai program
9. Mályva integráló-differenciáló óvodai program
10. Komplex prevenciós óvodai program
11. Játék-mozgás-kommunikáció óvodai program
12. Epochális rendszerű óvodai nevelési program
13. Magyarországi Montessori óvodai program
14. Differenciált Óvodai Bánásmód (Dob utcai)

²⁶ Dobszay, 1991. 57. o.

Hazánk óvodáinak nagy részében a zenei nevelés, fejlesztés Kodály Zoltán koncepciója és Forrai Katalin módszertani útmutatásának szellemében történik.

➤ **Forrai Katalin módszertani útmutatásán alapuló óvodai programok**

Az *Óvodai nevelés játékkal, mesével program*²⁷ alapelve, hogy az óvodáskor nyelve nem más, mint a játék és a mese érzéki és szimbolikus jelrendszere. Ezt a mozgás, zene, kép, és szó közösen alkotják, melynek megjelenési formája a játék és a mese.

A *Tevékenységek központú óvodai nevelési program*²⁸ meggyőződése, hogy a tevékenységek által nevelődő gyermek felnőve, aktív részese lesz saját természeti és társadalmi környezetének alakításában. A folyamat feladatrendszerének mindegyikében: a játék és tanulási, a társas és közösségi, a munka és a szabadidős tevékenységekben egyaránt benne van a zenei nevelés.

A *Lépésről lépésre óvodai programban*²⁹ az amerikai individuális nevelés helyi viszonyokra adaptálása a zenében is a tevékenykedtetésre helyezi a hangsúlyt. Szemléletének legfőbb megnyilvánulása az a rendszer, amely egységbe foglalja, integrálja a személyiség fejlődésében meghatározó tevékenységformákat, a játékot, a tanulást és a munkajellegű tevékenységeket.

A *Játék-mozgás-kommunikáció (JMK)*³⁰ program szerint a játék a legfőbb személyiségfejlesztő eszköz az óvodás gyermek életében, mert benne minden tanulási tartalom: ismeret, jártasság, készség megjelenik. Eredményeképpen alapozódnak a képességek és alakul a magatartás. Az énekes játékok és a mozgásos játékok szabályjátéknak tekinthetők.

Az *Epochális rendszerű óvodai nevelési programban*³¹ megszűnik az ismeret- és tapasztalatszerzés mozaikolása, foglalkozásokra szétesése. Az epochákat témakörönként alakítják ki, hozzákapcsolva lehetőség szerint komplexen a zenei- és a mese, vers anyagot, ábrázoló technikát, testnevelést.

A *Komplex prevenciós óvodai program*³² is igen népszerű az óvodák körében, hiszen épít a hazai tradicionális nevelési értékekre, ötvözve azokat a korszerű fejlődés és nevelés-

²⁷ <http://www.oki.hu/tanterv/elso.lap/30000984.htm>

²⁸ U.o.30000985.htm

²⁹ U.o.30000987.htm

³⁰ U.o.30000982.htm

³¹ U.o.30000981.htm

³² U.o.30000983.htm

lélektani, neurológiai, gyógypedagógiai eredményekkel. Fő feladatának tekinti a 3-7 éves gyermekek életkori és egyéni sajátosságainak, eltérő fejlődési ütemének szem előtt tartását.

Az óvodai nevelés keretén belül – amely programok kiemelten kezelik a hagyományápolást, a zenei- és mozgásfejlesztést – a következő *intézményes adaptációkkal* találkozhatunk:

➤ **Játék és tánc óvodai program**³³

E program irányultságát tükrözi a Fővárosi Gyakorló Óvoda és Továbbképző Intézet által kidolgozott „Játék és tánc az óvodában” című szakanyag, melyet Foltin Jolán táncpedagógus, koreográfus és Tarjánné Takács Katalin óvodapedagógus állított össze. Amely óvodák ezt választották nevelési programjuknak, ott a játék kiemelt szerepet tölt be. A játékos, táncos mozgás jelen van a népi játékokban, a zenehallgatáshoz kötött mozgásnál improvizáció formájában, a testnevelési és a dramatikus tevékenységekben, a bábozásban, a vizuális nevelés egyes tevékenységi formáiban és a játékokban.

A tevékenységformákat úgy állítják a gyermekek fejlesztésének a szolgálatába, hogy azt felszabadultan, örömteli érzésekkel éljék meg. A másik kiemelt terület a zenei nevelés, ezen belül a hallásfejlesztés, a ritmikai képzés, a hangképzés és a beszédművelés. A zenei tevékenységek egyik leghatékonyabb formájának a mozgást és a táncot tartja a program. Az énekes játékokat globálisan tanítják dallam, szöveg, mozgás és játék együttesében. Célja a beszélt nyelv fejlesztésén túl a zenei és mozgásanyanyelv megalapozása.

➤ **Hagyományörző óvodai programok**³⁴

A hagyományörzést, a népi kultúra átadását, megalapozását tekintik kiemelt feladatuknak e programot választó óvodák. Az óvodapedagógus elsődleges feladata, hogy:

- építse be a 3-7 éves gyermekek nevelésébe mindazon értékeket, amelyeket a környezet megőrzött vagy a folklór az óvodások számára megőrzésre méltónak tart,
- teremtsen meg azt a miliőt, amelyben az óvodába lépés első pillanatától a nevelés szerves részeként van jelen a hagyományápolás, így a modern világgal ötvöződve

³³ Dummel, 2006. 40. o.

³⁴ <http://www.oki.hu/tanterv/elso.lap/30000994.htm>

tovább él népünk kulturális gyökere, s a mai gyermekek is megismerhetik szépségét és értékét.

E program olyan pedagógust kíván, aki ragaszkodik népünk múltjához, képes avval azonosulni, valamint ismeri a népszokások eredetét, hiedelemvilágát és jelképeit. Jártas a kézművességben, számos népi játékot, népmesét, népdalt ismer. Fontos célkitűzés, hogy lakóhelyének hagyománya szerint tervezze meg feladatát, hiszen a hagyományörzés úgy marad fenn, ha az szájról szájra hagyományozódik.

➤ **Néptáncgyűttesek utánpótlás- és művészeti iskolák előkészítő csoportjai**

A hagyományápoló, a zenei- és mozgásfejlesztő nevelő munkában fontos szerepe van az amatőr táncgyűttesek utánpótlás- és a művészeti iskolák előkészítő csoportjainak is. Azoknál az együtteseknél, művészeti alapfokú intézményeknél, ahol már van óvodai korosztály is, a foglalkozások alapja a népi játék. Minden típusból válogatva (eszközös, mozgásos, párválasztó, szellemi játékok, mondókák, kiszámolók) ismertetik meg a gyermekekkel népi játékainkat. Ezek még nem táncok, de énekes változataikkal, egyszerű csoportos mozgásaikkal előzményei a néptáncnak. E csoportoknak az elsődleges célja, hogy a népi játékok (1. *az eredeti énekes-táncos játékok*, 2. *népi sportjátékok*) élményén keresztül fejlesszék a gyermekek mozgáskészségét, tudatosan erősítsék a közösségi érzést, s az élményszerzés és a játékra nevelés mellett megalapozzák a táncos kifejezési formákat (szép, egyenletes járás, futás, egyes-kettes csárdás, szökellő, galopp, sarkazó, szökdelés páros lábon, stb.). Mindezek elősegítik az egyensúly-, a ritmus- és térérzék fejlődését, a mozgáskoordináció tökéletesedését.

3. A hazai általános nevelési módszertől eltérő magyar óvodai irányzatok

Hazánkban az általános nevelési módszertől eltérő irányzatot alkalmazó óvodákkal is találkozhatunk. A legtöbb ilyen intézmény alapítványi vagy magánóvoda formájában működik. Ez gyakran jelentős anyagi hozzájárulással jár, mégis sokan vállalják. A csoportok kisebb létszámúak, az eszközök általában jó minőségű természetes alapanyagból vannak, az intézmény épülete és környezete pedig legtöbbször jobb állapotban van, mint az önkormányzati óvodáké.

E rész a Magyarországon elterjedt alternatív óvodai irányzatokról nyújt rövid ismertetést, hiszen e módszereket adaptáló óvodák a zenei nevelés területén a kodályi gondolatokban megfogalmazott, saját néphagyományunk népi játékaira, mondókáira, népdalaira helyezi a hangsúlyt. A teljesség igénye nélkül a következő koncepciót tartalmazzák e pedagógiák.³⁵

3.1. Maria Montessori

A „Montessori-módszer” Maria Montessori nevéhez fűződik, aki 90 évvel ezelőtt nyitotta meg első intézményét Rómában. Pár év múlva a módszer már elterjedt Nyugat-Európában és Amerikában is, majd nemsokára ismertté vált minden kontinensen. Rövid visszaeső szakasz után, a 80-as évek végétől újra reneszánszát éli szerte a világon. Ez azzal is magyarázható, hogy a mai világunkban a tudományok gyors fejlődése miatt nem a tudás mennyiségére, hanem a személyiség formálására, a képességek fejlesztésére kell törekedni.

A Montessori pedagógia célja, hogy nyugodt, békés légkörben egymással toleráns, segítőkész, tevékeny gyermekeket neveljenek. Az elsődleges feladatok közé tartozik a gyermek önállóságra nevelése, az összetartozás, az egymásra figyelés, az önfegyelem és felelősségtudat kifejlesztése. A Montessori óvodákban nagy hangsúlyt fektetnek az anyanyelvi, művészeti nevelés, az egészséges életmód, a játék, a mozgásfejlesztés, s a

³⁵ Kiss Jenőné 1994.

matematikai gondolkodás kialakítására. Nevelési elveik közül kiemelkedik a gyermekbe vetett bizalom, a szépség és szeretet az óvodai életben, valamint a csend ismerete és átélése.

Montessori a zenei nevelésről sokat írt, részletesen kifejtve annak tartalmát és módszereit. A zenei nevelést három fő területre osztotta: *hallásfejlesztésre*, a *csend megismertetésére* és a *zenei művészet kezdetére* való felkészítésre. A hallásfejlesztés célja, hogy egyre több hangingert különböztessenek meg a gyermekek: pl. csend, emberi beszéd, zajok, zenei hangok. Ezeknek a fejlesztéséhez különféle eszközöket talált ki, így például a fadobozt, a harangsort, stb. A csend érzékeltetésének a célja az elmélyülés, valamint hogy ráérezzenek a gyerekek arra, hogy az apró zörejek máris megtörik a csendet, s a csend eléréséhez teljes nyugalomra van szükség. Harmadik területként a zenei művészet kezdetével foglalkozik, melyről azt írja, hogy „*a zenéhez való affinitást az igazán aktív zenehallgatás alakítja ki*”. A ritmikus mozgást fejlesztő, zenére történő lépésekkel, mozgáskombinációkkal is részletesen foglalkozik.³⁶

3.2. Célestin Freinet

A Freinet irányzat célja az egyéni és megismételhetetlen gyermeki személyiség adottságainak, képességeinek és szükségleteinek szabad kibontakoztatása az egyéni és életkori sajátosságok figyelembevételével.

Célestin Freinet maga is hangsúlyozta, hogy Freinet-módszer nincs, csak Freinet-szellemű pedagógiai gyakorlat. A zene, mint az önkifejezés egyik módja, állandóan jelen van a Freinet-csoportok mindennapjaiban. Sok zenét hallgatnak napközben a gyermekek, elsődlegesen az óvónő énekét és hangszeres játékát. A gyermekekhez ezekben az óvodákban is eljut a mai magyar óvodai zenei nevelés a maga teljességében, elsősorban a dalanyagon, a mondókákon, a népdalokon keresztül. Nagy szerepe van náluk a zenei nevelésben a gyermekek által kitalált fantáziadaloknak, mert ezek a zenei alkotások, improvizációk segítik a gyermeket ahhoz, hogy felfedezze, kifejezze magát zörejek, hangok, ritmusok és dallamok segítségével.

A szabad zenei alkotás és zenehallgatás kapcsolódhat:

- a *szabad szöveghez*, ha a gyermek elmondhatja a zene által keltett érzéseit, a hozzá kapcsolódó kitalált történeteit,
- a *szabadrajzhoz*, ha a gyermek képzeletében megjelenő képeket megalkothatja,

³⁶ Szőnyi, 1988. 80-84. p.

- a *színpadi kifejezéshez*, ha eljátszhatja, elbábozhatja,
- vagy a *szabad mozgáshoz*, ha eltáncolhatja érzéseit, gondolatait, kitalált történeteit.

A különféle Freinet technikák egymással variálhatók, ezáltal felerősítik egymás hatását, s elősegítik a komplex, sokirányú tapasztalatszerzést.

3.3. Rudolf Steiner – Waldorf pedagógia

Waldorf-óvodának nevezik Rudolf Steiner alapította óvodákat, melynek átható része a zene. Az óvónők sokat énekelnek a mindennapi tevékenységek során. Hangszereik a csoportszoba polcain mindig jelen vannak, melyek a fából és fémből készült metallofon, valamint az 5 húrú hárfa. Megközelítőleg mindig ugyanabban az időpontban verset mondanak, mondókáznak, énekelnek, s gyakorolják az ezekhez tartozó mozgássorokat. A Waldorf zenei nevelést elemezve nem hagyhatjuk figyelmen kívül az euritmiát sem.

Az euritmia Steiner szavaival: „*látható beszéd és látható dallam*”, amely beszédre és zenére történő mozgást jelent. A Waldorf-óvodák dalanyagának nagy része pentaton, így ez a magyar óvónők dalkiválasztását is megkönnyíti.

A három pedagógiáról összegezve elmondhatjuk, hogy mindegyikben jelen van a zene, mint a fejlesztés egyik ága, s mint a fejlődés egyik kifejeződése. Más tartalommal írnak a zene jelentőségéről, de mindháromban megfogalmazódik, hogy a gyermekek életéből nem maradhat ki a zene, s az általa történő fejlesztés, nevelés.

3.4. Az alternatív zenepedagógiák adaptációja

Az óvodai zenei nevelés elsődleges célja, hogy a gyermekek koruknak megfelelő magyar zenei hagyományokra épülő, minőségi zenével találkozzanak és ez érzelmileg mélyen érintse meg őket. A kodályi pedagógiába értő módon beépített alternatív lehetőségek nem a Kodály koncepció ellen vannak, hanem annak erősítését szolgálják. Így egységben van a megőrzés és a megújulás.

Újító elméletekre és gyakorlatra szükség van, de azok pszichológiai, pedagógiai, módszertani törekvéseit ismerve, „tudva” szabad csak a gyakorlati munkában alkalmazni.³⁷ Ellenkező esetben a szakszerűtlenség, illetve felületesség áldozatává válhat minden hivatásbeli és szakmai törekvés.

Az óvodás korosztálynál óriási a felelősség, hogy mit építünk be zenei nevelésükbe. Nagy tapasztalatot és átgondoltságot kíván a feladat, értelmezni és kiválasztani a fontosat, az értékeset. A jó döntéseket az alapos elméleti tudás, a gyakorlat és a motiváció egyszerre segíti.

*„Az óvoda (...) az egyetlen olyan közoktatási intézmény, ahol még idő is van a zenei nevelésre”.*³⁸

³⁷ Dankó, 2004. 6. o.

³⁸ Hovánszki, 2008. 131. o.

II.

1. A zene és mozgás kapcsolata a 3-7 éves korosztály személyiségfejlődésében

E fejezetben a kisgyermek mozgásfejlődésének folyamatát elemezzük és rávilágítunk arra, hogy a gyermekek harmonikus fejlődésének feltétele az óvodai időszak alatti fejlesztések összehangolásának komplexitása. Bemutatjuk azt a gondolatmenetet, mely elvezet ahhoz a mozgás és népi játék anyaghoz, melynek a 3-7 évesek óvodai képzésében jelen kell lennie, a zenei- és mozgásfejlesztés közötti szoros tartalmi összefüggést, valamint nagy vonalakban illusztráljuk azt a mozgásanyagot, mely az óvodás korú gyermekek személyiségének fejlesztésében kiemelten fontos tényező.

Áttekintve az elmúlt két évtized mozgásfejlődésének és fejlesztésének kutatásait megfigyelhetjük, hogy e korosztály iránti érdeklődés és kutatási eredmény, valamint annak felhasználása tekintetében fordulat következett be. A kutatók egyre több konkrét és megbízható adattal rendelkeznek az óvodások testi fejlődéséről, kondicionális és koordinációs képességeinek szintjéről, amelyek az óvodapedagógusok képzése és továbbképzése kapcsán egyre jobban beépül az óvodai nevelés gyakorlatába. E kutatásokból azonban kitűnik, hogy az óvodáskori motoriumot (mozgékonytságot) nem elég csupán teljesítményátlagokkal jellemezni, hanem rendkívül fontos a „minőségi” oldal, az alapvető mozgásformák fejlődési fázisainak tanulmányozása is. *„E tekintetben azonban még csak a kezdeti lépéseknél tartunk, hiszen nem rendelkezünk semmilyen adattal sem például arról, hogy a futás, az ugrás, a dobás, az elkapás fejlődési fázisainak Magyarországon milyen életkori középpértékek felelnek meg. Így aztán ismereteink – amelyek pedig nélkülözhetetlenek az óvodai testnevelés anyagának kiválasztásához – féloldalasak.”*³⁹ - írja könyvüknek bevezető szavaiban Farmosi István és Gaál Sándorné.

³⁹ Farmosi-Gaál, 2007. Előszó

1.1. A zene és a ritmikus mozgás funkciója a mai gyermekek fejlődésében

➤ *A ritmus élettani hatása*

A ritmus behálózza, szabályozza életünket, mindennapjainkat. Az éjszakák és nappalok, a napszakok és évszakok ritmikusan váltják egymást. Az emberi lét kialakulásának első pillanatától kezdve jelen van a ritmus. A fogantatás után a magzat testi-lelki fejlődését is a ritmus határozza meg. Gondoljunk csak szíve első dobbanására, ritmikus verésére. Dr. Raffai Jenő pszichológus megfogalmazta, hogy az anyától származó akusztikus ingerek, pl. az anya szívverése, a placenta, az erekben folyó vér, a gyomor és bélmozgások hangjai, nagyon korán eljutnak a babához, az ingerfelvétel szempontjából fontos szervek korai fejlődésének köszönhetően. Billow, amerikai zenepszichológus szerint már a „*magzati korban kialakul az anya akusztikus és ritmikus reprezentációja a magzatban.*”⁴⁰

Az anya pulzusritmusa nyugtató hatást gyakorol a magzatra, ez jelenti számára a védettség, biztonság érzését. Születése után is emlékszik az anyai szívritmusra, s ha hallja, megnyugszik általa. Az élet ritmikus változásaira való érzékenység tehát együtt születik a gyermekkel és végig is kíséri fejlődését élete végéig. Közvetlen születése után a kisgyermek érzékelése fejlődésnek indul, működésbe lép valamennyi érzékszerve. Először az egyensúlyi érzéke alakul ki, majd a hallás és legvégül a mozgás érzékelése. A kisgyermek már korán reagál az egyensúlyi érzékére ható ingerekre, helyzetváltoztatásra, ringatásra. Szívesen hallgatja a ritmikus zörejeket, hangokat, később ezeket már fel is ismeri. Az anya minden megnyilatkozása – hangja, gesztusai, mimikája – közvetlenül hat a gyermekre. A felnőtt tevékenységét kísérő beszéd igen nagy jelentőségű, a kellemes hanginger, a dalok szép csengése, a ritmus első benyomásai, a kísérő mosoly és mozgás együtt a bensőséges személyes kapcsolat megerősítését szolgálják. Ha már elég fejlett a mozgása, a hallott mondókát, éneket ritmikus testmozgással kíséri. Már jóval az óvodáskor előtt beépülnek a mozgásfejlődésének folyamatába a zene által kiváltott ösztönös, ritmikus mozgások, melyeket minden esetben pozitív érzelmek kísérnek. Ahogy fejlődik a gyermek, képes összekötni az ösztönös, ritmikus mozgást a dallam utánzásával, s ha ez nem sikerül, dallamrögtönzéssel, halandzsaszöveggel helyettesíti.

⁴⁰ Raffai, 2001. 28. o.

Mozgásfejlődésével egyúttal emlékezete, képzelete, értelmi képességei, figyelme, érdeklődése is fejlődik. A beszéd kialakulásával már nem csak mozog, hanem ő maga is örömmel mondogat egy-kétsoros ritmikus mondatokat, s már ezt mozgással is kíséri. Az énekbeszéd indítéka mindig valamilyen érzelm, amit kevés szókinccsel nem tud elég színesen kifejezni. Ezért az egyszerű, ismétlődő szavakat felhívó jellegű hanglejtéssel, szabályos lüktetéssel, határozott ritmussal díszíti. Ezzel pótolja a hiányzó szavakat és úgy érzi, örömet, bánatát elmondta, tudomására hozta környezetének. Ezek a halandzsaénekelgetések mindig mozgással járnak együtt, melyek biztosítják a motívumok ritmusát, lüktető folyamatosságát és befolyásolják a dallam hanglejtését is.

Később már a gyermek mozgásában is megjelenik a ritmus járáskor, mászáskor és különböző mozgások – tárgyakkal, játékeszközökkel végzett – tevékenységeknél, melyeket sokszor megismétel, így mozgása folyamatossá, ritmusa egyenletessé válik. A ritmikus mozgásfunkció örömet okoz, állandó ismétlésre készíteti, miközben értelmi-, érzelmi- és mozgásfejlődését is hatékonyan elősegíti. Ezt az örömet éli át újra a felnőttektől hallott népi mondókákban, ritmikus versekben, kiszámolókból és népi játékokban. Tehát e komponensek vetületében látható a ritmusnak a gyermek fejlődésére gyakorolt összetett hatása.

Az idegrendszer formálhatósága kisgyermekkorban a legnagyobb. Ezért, ha kellő időben érik a gyermeket a képességek kifejlődéséhez szükséges külső hatások, azok könnyebben alakíthatók, ezen belül a zenei képességek is könnyebben fejleszthetők.

Az emberi agy két féltékéből áll, melyeknek eltérő, de egymást kiegészítő szerepe van. Az alábbi táblázat jól szemlélteti, hogy „*az emberi agy mely agyféltekéje milyen érzékelési funkciókért felelős.*”⁴¹

Bal agyfélteke	Jobb agyfélteke
Beszédképesség, nyelvi központ: pl.: beszédértés, beszédelemzés,	A zenei képességek nagy része pl.: hangszín, hangmagasság (abszolút hallás), harmóniák érzékelése, dallamok közötti differenciálás képessége
Időérzékelés. A muzikalitáshoz kapcsolódó ritmusérzék a bal féltéke kizárólagos tulajdonsága	Térérezékelés, látás,

⁴¹ Hegedűs, 2003. 441. o.

A jobb kéz mozgatója (általában ügyesebb a ritmusjelzésnél, pontos irányzott ütéseknel, függetlenül attól, hogy az illető jobb vagy bal kezes)	A bal kéz mozgatója
Logikus gondolkodás	Absztrakt gondolkodás, kreativitás, új dolgokra való fogékonyság, zeneértés, zenei kommunikáció, emóciók feldolgozása, a zenei percepció élvezete

Látható, hogy a két agyfélteke egészen más képességek elsajátításában determinált, annak ellenére, hogy szerkezetük hasonló. A **bal félteke** a ráció, a logikus gondolkodás alapján, a **jobb félteke** az ösztönös megérzés alapján segíti megértetni a világot. A bal félteke a ritmusazonosítás helye, a jobb agyfélteke az érzelem, a zenei élmény feldolgozásának helye, mely elsősorban a dallamok felismerésében mutatkozik meg.

➤ *A zene társadalom-lélektani hatása*

A dal, az éneklés, a zene mindannyiunk számára élményt nyújt, lelkünk mélyére hatol, szinte egy más tudatállapotba, más dimenzióba kerülünk általa. A dallam, a ritmus olyan erővel hat ránk, amely megindítja érzelmeinket, mozgásra inspirál, gyógyító mechanizmusként működik. Ha örömünk van, segít kiteljesedni, ha bánatunk van, megvigasztal, oldja fájdalmainkat, csökkenti feszültségünket. Úgy érezzük, megkönnyebbülünk lelki terheinktől és erre szükségünk is van. A zene megnyitja lelkünket, terápiaként gyógyít.

Felgyorsult életet élünk, életkörülményeink sokat változtak elődeinkhez képest, állandó mozgásban vagyunk. Gyors ritmusú világba születnek gyermekeink is, akik általunk léteznek, cseperednek, fejlődnek. Igyekszünk mindent megadni nekik, hogy gyermekkoruk felhőtlen, önfeledt, felnőttkoruk tartalmas, boldog legyen. Azt gondoljuk, hogy a mai gyermekek kevesebb érzelmi megterhelésnek vannak kitéve a korábbi generációhoz képest, de sajnos az általános pszichológiai, demográfiai statisztikák másról árulkodnak. A gyermekkori pszichés megbetegedések megnövekedtek, a gyermekek magányosak, frusztráltak, szoronganak, problémáikat nem tudják egyedül kezelni, megoldani, ezért peremhelyzetekbe, rossz közösségbe sodródhatnak. Állandó teljesítménykényszer elé állítják

őket, főként az oktatás terén. Úgy érzik, hogy hajszojják őket a maximum felé, s ha ez nem sikerül, kudarcként élik meg.

A mai fiatalok a zenében az agresszív ritmusokban, az együttesek, a sztárok iránti rajongásban keresik identitásukat, segítséget várnak problémáik megoldására. A divatos zeneirányzatok felé fordulnak – a média ízlésformáló hatására –, mert a pénz, a siker megtestesítőjét látják bennük, de lelkük ugyanolyan békétlen marad, mint volt.

Fontos szempont tehát, hogy még időben kialakítsuk a zene változatos műfajai iránti érdeklődésüket, hogy képessé váljanak a különböző zenei stílusok átélésére és értékelésére. Ebben felelősségteljes szerep jut a családnak, ahol elsősorban a szülők zenei ízlésvilága határozza meg felnövekvő gyermekeink zenei identitását, majd később az óvodai, az iskolai intézményeknek, még akkor is, ha az általuk közvetített hatások nem találkoznak a korcsoport és a média által közvetített zenei hatásokkal. Kodály Zoltán véleménye szerint a gyermekek természetét, zeneösztönét idejében kell foglalkoztatni, fejleszteni, különben eltompul. Az óvoda az első alapvetés, ahol a gyermek begyűjti életének meghatározó élményeit, zenei fogékonysága, nyitottsága a legjobban formálható.

„Az óvó munkája nélkülözhetetlen, nemcsak az egyéni, hanem a nemzetnevelés szempontjából is. A leggondosabb családi nevelés sem adhatja meg, amit az óvó nyújt: az emberi közösségbe való beilleszkedést.”⁴²

A zenei nevelés során az óvodapedagógus segít megszerettetni és megismertetni az értékes muzsikát, a szép előadást, mely gyönyörködést, élvezetet, élményt nyújt a gyermekeknek. A zenei tartalom emocionális átvételének lehetősége fontos szerepet játszik a szép iránti fogékonyságuk, zenei képességük fejlesztésében, érzelmi életük alakításában.

Mindehhez pedig elengedhetetlenül szükséges tényezők a zene alkotóelemei: a dallam, a ritmus, a hangmagasság, a hangszín, a tempó, a szöveg, valamint az ezekhez kapcsolódó mozgás, mely az előadás és a zenehallgatás élményét mély érzelmekkel hatja át.

Platón, a nagy görög filozófus is így méltatja híressé vált bölcseletében: *„...azért van olyan nagy fontossága a zenei nevelésnek, mert ritmus és dallam hatolnak be legjobban a lélek belsejébe, azt hatalmas erővel megragadják, s jó rendet hozva magukkal - azt, aki helyes elvek szerint nevelkedik, rendezett lelkű emberré teszik(...) A zene nem végződhet másutt, mint a szép szeretetében.”⁴³*

⁴² Kodály, 1958. 8. o.

⁴³ Lukin, 2004. 63. o.

2. A mozgás funkciója a 3-7 éves korosztály fejlődésében

A felnőttek feszültséggel teli életvitele, a megélhetés bizonytalansága, a stresszhelyzetek szaporodása erősen kihat gyermekeink életére is. A kisgyermek tartós, belső békéjének megteremtéséhez az óvoda is hozzájárulhat, ha szorongásmentes, nyugodt légkört biztosít, hiszen a nap háromnegyed részét az óvodában töltik. Az óvodáskorúak egyik legjellemzőbb tulajdonságának a nagyfokú mozgásaktivitást, mozgékonyt, s a biológiai fejlődésük felgyorsult tempóját tekinthetjük. Mivel ez nem csak a testkulturális értékeket befolyásolja, hanem döntően hat a felnőttkori személyiség alakulására is, mindent el kell követni a rendszeres és hatékony mozgás feltételeinek a megteremtésére.

2.1. A vizsgált korosztály szomatikus jellemzése

A gyermek mozgásfejlődése fokozatos, éppen ezért úgy kell összeállítani a mozgásanyagot számukra, hogy az maximálisan megfeleljen a gyermek életkori és egyéni sajátosságainak, *„vagyis olyan optimális fizikai ingereket kell biztosítani, melyek növekvő módon és nagy hatásfokkal járulnak hozzá személyiségük differenciált fejlődéséhez, mozgásvágyuk és nagyfokú motoros aktivitásuk kielégítéséhez.”*⁴⁴

A három éves gyermek mozgásigénye igen nagy, mozgása összerendezetlen, munkatempója lassú. Túlmozgás jellemzi, ami kedvez annak, hogy folyamatosan fejlődjön izom- és csontrendszere, ereje, mozgáskoordinációja. Többféle mozgásban már bizonyos fokú jártassággal, alapkészséggel rendelkezik. Ahhoz, hogy mozgása egyre koordináltabbá váljon, sokat kell bizonyos formákat gyakorolnia, ismételnie (kúszás, mászás, futás, járás). Az óvodában a gyermekek egyszerű mozgásformákat végeznek játékos utánnézéssel, mely több izomcsoportot mozgat meg egyszerre.

Sok eszköz áll a „kicsik” rendelkezésére, melyeket bármikor kedvük szerint használhatnak, természetesen bizonyos szabályok betartása mellett. Ilyenek például:

- *a hintaló* - az egyensúlyérzékletet fejleszti, jó alkalom a lovagoltatók mondogatására (pl.: Gyí, lovacska, Gyí, te paci, stb.),

⁴⁴ Fejlesztő Pedagógia, 1993. 1-2. 3. o.

- *a babzsákok* - rá lehet ülni, állni, feküdni, feldobni, elkapni, fejen egyensúlyozni stb., jól fejlődik a szem-kéz, szem-láb koordináció, egyensúlyérzék, testtudat, testrészek ismerete,
- *a libikóka* - hintáztatókat lehet közben mondogatni, énekelni (Hinta, palinta stb.)

4-5 éves korban már céltudatosabb a gyermekek mozgása, mozgástanulási szándékuk is nagyobb. Munkatempójuk jártasság, készség szinten van, nehezebb mozgásformákat is végrehajtanak, ezáltal koordinációjuk nő, mozgásuk ügyesedik, tökéletesedik. Képesek egyenletesen járni, váltott lábbal is mozdulatokat végezni, s már egyensúlyérzékük fejlett.

Ha a pedagógus tapasztalja, hogy a gyerekek mozgásigénye valamilyen okból hirtelen megnő, futó-, fogó- és ügyességi játékokat kell velük játszani. Ehhez nagy helyet kell biztosítani számukra: rakják el a játékokat a csoportszobában, vagy menjenek a tornaterembe, de a legideálisabb, ha az udvaron tudnak közösen játszani, mozogni. (Aki kapja, Lopi, lopi, Gyertek haza ludaim, stb.)

5-6-7 éves korban a gyermek folyamatos mozgásvégzésre képes, munkatempója egyenletes, gyors, tud tempót tartani, tempót váltani. Szívműködése a terheléshez igazodik, bonyolultabb mozgásokat (forgás, szökellés) is biztonságosan végrehajt. Mivel összerendezettebben mozog, bonyolultabb mozdulatokat is gyakoroltathatunk. A finoman differenciált mozgások kedvezően hatnak a vérkeringésre, légzésre, és az anyagcserére. 7 éves korukra már gazdag játékrepertoárt alakíthatunk ki, sok játékot megismerhetnek és megszerethetnek.

A gyermekek mozgásfejlődése fokozatos, éppen ezért úgy kell összeállítani a mozgásanyagot számukra, hogy az maximálisan megfeleljen a gyermekek életkori és egyéni sajátosságainak, *„vagyis olyan optimális fizikai ingereket kell biztosítani, melyek növekvő módon és nagy hatásfokkal járulnak hozzá személyiségük differenciált fejlődéséhez, mozgásvágyuk és nagyfokú motoros aktivitásuk kielégítéséhez.”*⁴⁵

Vegyes csoportban a gyermekeknek lehetőségük van a választásra, eldönthetik mi az, ami számukra könnyű, illetve nehéz. Ha szükségét érzik, bármikor megállhatnak pihenni, majd újra visszatérhetnek a játékba. Érvényes ez a mozgásos játékokra és a körjátékokra egyaránt. Az óvodás gyermek folyton utánoz, mindent úgy tesz, ahogy azt a felnőttektől látja. A velük foglalkozó pedagógus mozgása ezért mindig legyen példaértékű, pontos, pozitív minta a gyermekek számára.

⁴⁵ Fejlesztő Pedagógia, 1993. 1-2. 3. o.

➤ **A mozgás fejlődését befolyásoló tényezők:**

- szem-kéz koordináció zavara,
- kézizmok fejletlensége,
- térérzékelési működési zavarok,
- térbeli viszonylagosság gyengesége,
- alak-, háttér érzékelési zavar,
- mozgásritmus zavar,
- egyensúlyzavar, tónusgyengeség,
- alacsony manipulációs készség,
- finommotorika zavara.⁴⁶

E problémákon nagyon sokat lehet enyhíteni sok türelemmel, egyéni foglalkozásokkal, változatos feladatokkal, amelyekben a gyermek eldöntheti, hogy ő mit szeretne. Ha a többiek példáját látja, egyre többet és többet vállal. Ezért szerencsés a vegyes életkorú csoport, mert a 3-4, a 4-5, a 6-7 éves gyermekek mozgásfejlettségében jelentkező különbségek nem ütköznek ki látványosan és bántóan, s az ügyesebbek folyamatosan mintát adnak társaiknak.

2.2. A vizsgált korosztály mozgásfejlődésének analízisa

A 3-7 éves korosztályt Farnosi István meghatározása szerint az „első gyermekkor”-nak nevezik. A legtöbb gyermek életében ezen időszakban két jelentős, jellegében hasonló változás következik be: 3 éves korától óvodába, hat-hét éves korától iskolába kerül. Ez a szervezett közös foglalkoztatásba való átlépés azért nagyon lényeges, mert ekkortól kapcsolódnak be először a rendszeres mozgásfejlesztésbe.

A korosztálynak a mozgásfejlődésre jellemző a már megtanult mozgások tökéletesedése és az első mozgáskombinációk megjelenése. Fejlődésük három jellegzetes iránnyal írható le: *„Megnyilvánul a teljesítmény javulásában, a mozgásvégrehajtás minőségében, pontosságában és az ismert mozgások kombinációjában.”*⁴⁷

⁴⁶ Fejlesztő Pedagógia, 1993/1-2. 55-56. o.

⁴⁷ Farnosi-Gaál, 2007. 9. o.

Az első gyermekkor a mozgásfejlődés szempontjából nem egységes időszak. Farmosi vizsgálatai szerint a 3-4 évesekre még a kisgyermek mozgásának sajátossága a jellemző. 5-6 éves korban következik be nagyobb változás. **(teljesítményjavulás)**

Ennek az életkornak a legkedveltebb és a legtöbbet gyakorolt mozgásformája a **mászás**. Ennél a mozgásformánál 4 éves kor után figyelhető meg nagyobb fejlődés. A mozgás a mászó eszközökön (pl.: bordásfal) a megelőző életkorhoz képest folyamatosabb, gyorsabb, koordináltabb.

4 éves kor után tapasztalhatunk számottevő előrelépést a **járásban**. A kisgyermekre jellemző „tipegő” járás elmarad, s kialakul a sarokkal való talajfogás. A jól koordinált járás a négyéves gyermekek felére már jellemző. Az első gyermekkor végére a járás egyéni lesz és az ifjúkorig állandó marad.

A **futás** fejlődése a lépéshossz növekedésével és a lépésfrekvencia csökkenésével megy végbe. A jól koordinált futás 4 éves korban a gyermekek 30%-ára már jellemző.

Ebben az életkorban az **ugrás** csak akkor fejlődik megfelelően, ha a gyermekek kellő gyakorlásban vesznek részt. Ennek hiányában az ez irányú fejlődés lassú és formaszegényen történik. Az öntevékeny játékokban az ugrások részaránya kevesebb, mint a többi mozgásformának. De ez természetesen megfelelő „edzés” hatására (eszközös ügyességi játékok – ugróiskola, ugrókötelezés; népi játék, szökdelés; stb.) gyorsabb és sokrétűbb fejlődést mutat.

A **dobás** technikájának a fejlődése a fiúknál hamarabb következik be (5 éves kor táján), mint a lányoknál. Az **elkapás** képessége még nehezebben alakul ki, így ezt a gyermekek egymás között nem is gyakorolják. Ebben a felnőttek segíthetnek sokat közös játékkal. Folyamatos fejlődés tapasztalható a **húzás**, a **tolás**, a **függeszkedés**, a **forgás**, a **gurulás** és az **egyensúlyozás** területén is.

„A mozgásfejlődés tehát nem egyszerű lehetőség a térben történő elmozduláshoz, hanem a kisgyermek pszichikai fejlődésének az alapfeltételeit is megteremti(...)A jó motorikus fejlődés pozitív körfolyamatot vált ki, a rossz gátolja, sőt megakadályozza a gyermek optimális fejlődését minden más területen.”⁴⁸

A **mozgásvégrehajtás minősége** is javul ezen időszak alatt. A javulás mögött az idegrendszer szabályozó folyamatainak tökéletesedése, összerendezettsége áll. Az egyensúlyozó képesség fejlesztésénél törekedni kell arra, hogy a kezdeti segítség elmaradjon,

⁴⁸ Györi, 2002. 269. o.

mert így lesz lehetősége a gyermeknek önállóan gyakorolni és átélni a kompetencia élményt, azaz hogy „én csinálom”, „képes vagyok rá”.

A harmadik jelentős mérföldkő az **ismert mozgások kombinációjának** megjelenése, a már korábban megtanult, különböző szerkezetű mozgásokat képesek egymásba fűzni. A titok nyitja mindig a gyakorlás, az új kombinációk variálása, a játékos megoldások minél többszöri végrehajtása. Így válik a mozgás fejlődése a személyiség tökéletesedésének aktív részévé.

Tehát megállapítható, mint legfontosabb tényező, hogy ha hozzáértő pedagógusok foglalkoznak a gyermekekkel és ehhez biztonságos körülmények, eszközök állnak rendelkezésre, a mozgás végrehajtásából fakadó biológiai öröm, a végrehajtás sikere, a személyiség későbbi fejlődésére is kiható önbizalom érzése pótolhatatlan gyermekkori élményeket nyújt.

3. Mozgáskoordináció a játéktevékenységben

A 3-7 éves korosztály mozgásfejlesztésének elsődleges célja a természetes, harmonikus mozgás kialakítása, testi képességeinek fejlesztése, mozgásigényének kielégítése, s ezen keresztül az érzelmi-akarati tényezők fejlesztése. A mozgás sokoldalú tevékenység és feladatrendszere az egész óvodai életet átszövi. A testnevelési és zenei foglalkozásokon túl jelen van a szabad játékban, a környezeti és esztétikai nevelésben, valamint a gondozási és önkiszolgáló tevékenységekben.

A mozgásfejlesztés *feladatai*:⁴⁹

- a testi és motoros képességek fejlesztése,
- a nagymozgások, egyensúlyérzék, a metrum és ritmusérzék fejlesztése ritmikus tevékenységgel, finommotorika, szem-kéz, szem-láb koordináció fejlesztése,
- testséma fejlesztés a testrészek ismeretével, a test koordinációjának, személyi zónájának alakításával,
- hallási-, látási ingerek és a mozgáskoordináció komplexitása
- a mozgással kapcsolatos szókészlet fejlesztése.

3.1. A testi és motoros képességek fejlesztése

E korosztálynak alapvető, legtermészetesebb megnyilvánulási formája, önértékesítési módja a mozgás, s általában e területen homogénnek tekinthető az óvodáskor kezdetén. A spontán mozgás ismétlésével a gyermekek felfigyelnek *motoros viselkedésük* következményeire, s ezt igyekeznek újra és újra eljátszani. A megismétlés szándéka már feltételezi a motoros viselkedés és annak következménye közötti összefüggés beépülését az agykéregbe. Báthori Béla megfogalmazása szerint a mozgáskészségek a motoros képességekkel (**kondicionális, koordinációs, ízületi mozgékonyság**) együtt fejlődnek. A motoros képességek pedig a mozgásos cselekvés végrehajtási feltételeként valósulhatnak meg.⁵⁰

⁴⁹ Wirkerné, 2008. 65. o.

⁵⁰ Báthori., 1991. 20. o.

Nagyon fontos tényező e képességek fejlesztésénél a gyakorlatban való alkalmazás kapcsán, hogy míg ez a kor a legkedvezőbb e képességek fejlesztésére, másrészt nagyon **érzékeny időszak** a hibás módszerekkel szemben is. Ebben az életkori szakaszban elkövetett hibák sokkal tartósabbak, mint más időszakokban.

Testi- és motoros képességek:⁵¹

Testi képességek	
ügyesség, gyorsaság, hajlékonyság, rugalmasság, helyes testtartás, kulturált mozgáskészség	
Motoros képességek	
Kondicionális mozgékonyság	Erő: mozgás közben fellépő ellenállások legyőzésének képessége Gyorsaság: mozgás-, mozdulat-, reagálásgyorsaság, Állóképesség: az egyén tartós terhelés elviselésének képessége-futás, tánc
Koordinációs mozgékonyság	A mozgásszabályozás feltétele a mozgásvégrehajtás minősége, a gazdaságos, csiszolt mozgás és a cselekvéstanulás. Koordinációs alapképességek: téri tájékozódás, mozgásérzékelés, reakcióképesség ritmusképesség, egyensúlyozás képessége, gyorskoordináció, állóképességi koordináció
Ízületi mozgékonyság	Olyan motoros képesség, melynek segítségével a mozdulatok nagy mozgásterjedelemmel hajthatók végre

„A mozgásfejlődés átfogja az ember sokrétű mozgásformáinak és mozgáskészségeinek - kúszás, mászás, járás, futás, ugrás, dobás, elkapás, ütés, rúgás, **ízületi mozgékonyság** - egyéni fejlődését, valamint a **kondicionális képességek** - erő, gyorsaság, állóképesség - illetve a **koordinációs képességek** - téri tájékozódó, mozgásátállító, ritmus-, egyensúlyozó képességek stb. - kialakulását.”⁵²

⁵¹ Antal László felosztása alapján, 2002. 52-54.o.

⁵² Farnosi, 1999.14. o.

3.2. A népi játék és a motoros képességek fejlesztésének kapcsolata

Az óvodai nevelőmunkában népi játékaink fontos szerepet töltenek be. A zenei anyanyelv megalapozása során, kihangsúlyozódik a közös dallal együtt végzett együttléti mozgás, amely serkenti az agy működését, mozgásos ingereivel aktivitásra készíti.

Az együttléti mozgás fejleszti a fizikai állóképességet, így számtalan lehetőség adódik a **nagymozgások** fejlesztésére. A táncos játékok forgásai és egyéb mozgásai az **egyensúlyérzék**et fejlesztik, amely szoros kapcsolatban áll a **ritmuskészség** fejlődésével. A **finommotorika** fejlesztéséhez kapcsolódnak a kézfogások, egymás érintésével végzett mozdulatok, a különféle eszközök használata, az utánzó mozgások, stb. Az **oldalasság** (lateralitás) ismerete főként a páros táncoknál, mozgásoknál fontos tényező. A **szem-kéz, szem-láb koordináció** az izommozgás tekintetében nagyobb terület irányítását fejleszti a finommotoros mozgáshoz képest (ugrások, labda dobás, görgetés, eszközös játéknál a kendőt elejtés, taps a test előtt, mögött, stb.). Saját testünkről kialakítunk egy térképet a mozgásos tapasztalat nyomán, ezt nevezzük **testsémának**. A különböző visszajelzések révén kialakul a gyermekben egy belső kép a testrészek elhelyezkedéséről, s más testrészekhez való viszonyáról, melynek gyakorlására ölbeli játékaink különösképpen alkalmasak.

3.2.1. A nagymozgások fejlesztése

A **nagymozgások fejlesztése** a 3 éves korosztálynak a kiemelt területe, de neheztett formában minden korosztálynál megtalálhatjuk, hiszen ez az alapja minden mozgásnak. Egy-egy mozgássor a gyakorlatban egyszerre több funkciót is fejleszt, így az egyes területeket nem nagyon lehet elkülöníteni. Ezért a nagymozgások a nevelés, fejlesztés folyamán mindig kiemelt helyet kell hogy kapjanak, mert a későbbiekben tovább finomodnak, részleteiben specifikálódnak a mozdulatok. Például a szökdelésből ugrás lesz, a talajfogás egyre biztosabbá válik, ami az egyensúlyozással összenőtt finommotorika fejlődését szolgálja.

A nagymozgásokhoz tartozó **járást, futást, csúszást, kúszást, mászást, ugrást** nem választhatjuk el az egyensúlyozó funkcióktól. A legegyszerűbb mozgásforma is nehezíthető, ezért csak úgy rangsorolhatjuk, hogy milyen funkciók fejlesztésével kapcsolódik össze a feladat.

Népi játékainkhoz kapcsolódó mozgások során a nagymozgások fejlesztésére a járásra, futásra, ugrásokra, csúszásra-mászásra változatos lehetőséget találhatunk. A dalok belső szerkezete, karaktere szerint változik a hozzá kapcsolódó mozgás tempója, ritmusa, iránya is.

<i>Nagymozgások fejlesztése</i>		
1. Járás		
3-4 évesek	4-5 évesek	5-6-7 évesek
Játékos, utánzó mozgások, a játékhoz kapcsolódó mozgások (<i>Én kis kertem, Borsót főztem</i>) - körbejárás, guggolás (<i>Sétálunk, járkalunk</i>) - gyorsan - lassan, az óvónő mozgását utánózva - járás kézfogás nélkül	Egyszerű játékos mozdulatok, csoportos mozgás, táncos jellegű mozgások: - kiolvasók - sor-, köralakítással - kézfogás járás közben (<i>játékba hívogatók</i>) - csigavonal (<i>Csavarjuk a rétest</i>) - hullámvonal (kígyó) (<i>Kis, kis kígyó</i>) - járás irányváltoztatással (<i>Csicseri borsó, Csintekertintő</i>) - kiforduló (<i>Lánc, lánc,</i>) - kanyargó járás 3 gyerek körül (<i>Áradi-fáradi</i>) Párválasztó játékok (<i>Elvesztettem, Hatan vannak</i>) - kaputartás, vonulás kapu alatt (<i>Bújj, bújj, zöld ág</i>) - páros vonulás (<i>Hej tulipán</i>) - párosával keresztfogás - sorgyarapító külső kör	Szép, egyöntetű mozgás, változatos térforma, játékos táncmozdulatok - két egyenes oszlopsor - egymással szemben - hullámvonal két csoportban (<i>Játékba hívogatók</i>) - két kör halad ellentétes irányba egymáson belül, arccal a közép felé - két kör egymással szemben - páros kör - páros kör, két kis kör, négy kis kör - szűkülő-táguló kör (<i>A kállói szőlőbe</i>) - két kör ellentétesen mozog egy kapu, két átbúvó sor - a párok szétválnak, majd találkoznak - mindenki párban - csillagforma - labirintus, hurok

	- láncsor, libasor - járás és kézmozdulatok - járás változatos térformákkal	- hullámvonal kapusor alatt
--	---	-----------------------------

2. Futás		
3-4 évesek	4-5 évesek	5-6-7 évesek
- hirtelen elindulás, megál- lás	- megadott irányba (<i>Tüzet viszek</i>) - társhoz alkalmazkodva (<i>Hatan vannak</i>)	- Hirtelen irányváltások, ki-bebújások (<i>Hátulsó pár-Cicamica</i>)

3. Ugrás		
3-4 évesek	4-5 évesek	5-6-7 évesek
- szökdelések, adott irányba	- meghatározott helyre, ritmusra ugrás (<i>Kert alatt, Án, tán, tilitom</i>)	- térfordulattal tánclépések - kendő, bot átlépése

3.2.2. Az egyensúlyérzék fejlesztése

„A test **egyensúlyának érzete** a belső fülben lévő vesztibulumnak (egyensúlyérzékelő központ) köszönhető. Az itt található három ívjárat a bennük lévő folyadék segítségével, (...) érzékelik a test elmozdulását, az elmozdulás pontos irányát, sőt intenzitását is. (...) Az egyensúlyából kibillenő test újra meg akarja keresni az egyensúlyát, ennek érdekében különböző izomcsoportokat mozgósít. Természetesen minél járatosabb a gyermek az oda-visszacsatolásban (egyensúlyérzékelésben és motoros válaszadásban), annál hamarabb nyeri vissza egyensúlyát.”⁵³ Ez a mozgásfolyamat sok-sok gyakorlással jön létre. Ezekhez az ingerekhez hozzá kell szoknia, meg kell tanulnia a gyermeknek. Ezt teszi már a bölcsőben, vagy az édesanya karjában ringó gyermek is. „A gyengéd, ritmikus mozgás következtében az

⁵³ Tótszőllősné, 1999. 22. o.

ívjáratokban lévő folyadék az ívjáratok falához csapódik, s az érzékelő sejtek pedig jelzéseket küldenek az agyba.”⁵⁴ Ez történik például hintázáskor, lovacsázáskor stb. is.

A 3 éves gyermeknek nehézséget jelent a lábujjon vagy sorban állás, a 4 éveseknek a fél lábon állás, de a 6 éveseknél a talp különböző izmai már felváltva dolgoznak az egyensúly fenntartásáért. Az egyensúlyérzék és a ritmusérzék fejlődése is szoros kapcsolatban áll egymással. Ezt gyakorolják az óvónővel közös játékban, a hintáztató, altató, höcögtető stb. mondókák közben. Természetes, hogy eközben a meghitt hangulat is különösen fontos szempont. E két tényező fejlődésével párhuzamosan éreznek rá a mozgás ritmusára, s a ritmikus mozgás pedig visszahat, erősíti az egyensúlyérzékelést.

<i>Egyensúlyérzék fejlesztése állásban, járásban</i>		
3-4 évesek	4-5 évesek	5-6-7 évesek
- hintáztatók, höcögtetők, - altatók, fejhajtogatók - guggolások - állás fél lábon - tárgy egyensúlyozása	- táncos jellegű mozdulatok (oldal kilépés, sarok-emelés, sarok kirakás, ingás, forgás) - térdelés, fél térden való egyensúlyozás	- tánc közben minden olyan mozdulat, ami az egyensúlyi helyzetből kibillentí a gyermeket - ugrás testfordulattal, - kendő, bot átugrása - szökdelés, testforgások, - fél lábon szökdelés

3.2.3. A metrum és ritmusérzék fejlesztése

A zenei nevelésen kívül a mozgásnevelés is kiemelt figyelmet szentel a ritmusérzék fejlesztésének, amely mint említettük szoros kapcsolatban van az egyensúlyérzékkel. Az óvodai zenei nevelés programjához kapcsolódó népi játékoknak a 3-7 éves korosztály számára azért nagy a jelentősége, mert vizsgálatok és kutatások is bizonyították, hogy a ritmusérzéknek, s az ezzel összefüggő egyensúlyérzéknek a kialakulása 6-7 éves korra befejeződik. A későbbi korokban e készségek csak rendkívüli többletmunkával és már nagyon kis mértékben fejleszthetők.

⁵⁴ Tótszőlősné, 1999. 22. o.

Az egyenletes lüktetés, a ritmus az énekes játékoknak fontos komponensei. „*A zene a mozgás szerint szabályozott, és a játék tanulása közben ezt a zene által szabályozott mozgást kell megtanulniuk a gyermekeknek.*”⁵⁵

A ritmus a zenében és a mozgásban egyaránt időbeli tagoltságot jelent. A szöveghez kapcsolódó mozgás mindig a negyed értékre történik. A szinkinézisnek (együttlmozgásnak) a fejlődésbeli sajátosságait a végtagok együttlmozgásában is megfigyelhetjük.⁵⁶ A 3 éves korosztálynál még az óvónő és egy-egy gyermek közös játékán van a hangsúly. Az ölbeli játékok gyakoroltatásával az utánzó készség is fejlődik, mely az együttlmozgáshoz és az együttes szövegmondáshoz vezet. Ez a készség válik majd a csoportos ritmikus körben járás alapjává. A kéz és a láb külön mozgását kívánó minden új elem, egyben új idegkapcsolat kiépülését, fejlődését jelenti, s ezért sokszori ismétlésre van szükség. A kézzel megtanult **egyenletes lüktetés** tapsolása, ütögetése játékos mozdulatokkal, a következő fejlődési szakaszban lábbal már könnyebben megéreztethető.

Énekes népi játékaink lüktetése negyedes jellegű. A járás ritmusa ennek a mozgásnak az egyenértékű megfelelője. Tudatos követése mégis problémát okoz a gyermekeknek 3-4 éves korban, fejletlen egyensúlyérzékük miatt. Csak ennek az érzetnek a megerősödése után lehet a **dalok, mondókák ritmusának** a megéreztetésével foglalkozni (4-5 év). A mozgás (taps) és a szöveg együtteségénél eleinte csak a kezeket használjuk. A kézzel történő ritmusérzet kialakulása után kísérhetjük meg az együttlmozgásnak a gyakorlását a láb, a járás és a szövegmondás együttesében (5-6-7 év).

Az egyenletes lüktetés az óvodai évek alatt állandóan jelen kell hogy legyen hangzás, mozgás, látvány formájában. (ölbeli játékokban, a kiszámolóknak, a körjátékok közben stb.) A ritmikus mozgások korosztályonkénti felosztását az alábbi táblázatban láthatjuk.⁵⁷

3-4 éves (kis csoport)	4-5 éves (középső csoport)	5-7 éves (nagy csoport)
Az ölbeli játékok korszaka: a felnőtt és gyermek együttes játékából alakul utánzás alapján az együttlmozgás. Nincs csoportos ritmikus játék.	Egyszerű mozgással járó, társas énekes játékok.	Bonyolultabb mozgáskombinációk, csoportos énekes játékok.

⁵⁵ Falvay, 1990. 21. o.

⁵⁶ Falvay, 1990. 22. o.

⁵⁷ Wirkerné, 2008. 73. o.

Az egyensúlyérzéke még fejletlen, ezért különféle játékos mozdulatokkal gyakorolják az egyenletes lüktetést.	Az egyenletes járás csigavonalban, majd később kör formában. Tapsolás dalra, mondókára.	Egyenletes járás, esztétikus mozgás játék közben.
A felnőtt jeleníti meg az egyenletes lüktetést, s a gyermek utánozza.	Két gyermek játssza együtt az egyenletes lüktetés különféle mozgásait. (Kiszámolók,)	Az egyenletes lüktetés folyamatossága tartja össze a csoportot
A mozgáskoordináció még fejletlen, ezért a mozgás és a tempó lassabb. Szimmetrikus, folyamatos mozgás.	A mozgás már koordináltabb, a tempó gyorsabb.	Esztétikus testtartás, változatos mozgások.

➤ *Metrumérzék fejlesztés*

Az egyenletes lüktetés érzékeltetésére a legváltozatosabb játékokat játszhatnak a gyermekek:

1. a lüktetést megéreztető mozgások ölbeli játékaikon keresztül,
2. a lüktetést kifejező ritmikus mozgások.

<i>Lüktetést megéreztető játékok</i>	<i>Lüktetést kifejező ritmikus mozgások</i>
➤ Altatók ➤ Arcsimogatók ➤ Ökölütögetők ➤ Szitálás ➤ Ujjasdi-tenyeresdi ➤ Kézcsipkedők ➤ Fürdető-csipkedő ➤ Etetők ➤ Álltatók ➤ Tapsoltatók ➤ Orr érintgetők ➤ Homlok érintgetők	➤ A fej mozgásai, billegtetése (fejfordítás jobbra-balra) ➤ Váll mozgásai: vállhúzogató, vállütés ➤ Ujjak mozgása: hajlítás-nyújtás (csiga, cica hívogató) ➤ Karok mozgása (ringató, hintáztatás) ➤ Kéz mozgása-kézcsipés, ütések kézfejen, combon, talajon, mellkason, tapsolás, ➤ Törzs mozgása-törzsfordítás ➤ Lábak mozgása-hajlítás, nyújtás, dobogás, járás (körjátékok) ➤ Hangszerek utánzása-hegedű, dob,

➤ Testrészekre mutogatók ➤ Láblógatók ➤ Dülöngélők ➤ Lovagoltatók, höcögtető ➤ Háton, nyakban hordozók, ➤ Hintáztatók karon, lábon, hintán ➤ Gyógyítók	furulya, zongora, triangulum, citera, ➤ Munkamozdulatok utánzása-főzés mozgásai: keverés, gyúrás, dagasztás, nyújtás, vágás; borsó, virágültetés, mérleg, kaszálás, lovaglás, malomkörzés, ➤ Állatok mozgása-gólya, ló, madár, katica, nyúl, béka, <i>Egyenletes lüktetés a körjátékokban</i> ➤ Járás mozdulatai (az énekes játékokban) ➤ Kiszámoló mozdulatok (a kiolvasókban) ➤ Járás-guggolás (guggolós körjátékok) ➤ Járás forgással (páros forgók) ➤ Vállak érintése (várkörjátékok, kendős játékok) ➤ Csárdás lépések ➤ Szökdelés ➤ Sergés ➤ Forgás
--	--

➤ *Ritmuserzés fejlesztés*

4-5 éves korban (középső csoportban) kezdhethük a dalok, mondókák ritmusának a megéreztetését, különböző mozgásokkal:

- tapssal – a gyermekek nevének tapsolása, kitalált szövegek ritmusának tapsolása,
- ritmushangszerekkel (dob, ritmuspálca, saját maguk készített hangszerek),
- fakanál-bábbal történő ritmus kifejezés: a báb táncoltatása ritmikus kopogással az asztalon,
- kérdés-felelet-, ritmus visszhang-, ritmusposta-, távírdás játékkal, stb.

3.2.4. A finommotorika fejlesztése

A nagymozgások transzfer hatásából kiinduló fejlesztés fokozatosan jut el a 3-4 év alatt a **finommozgásokhoz**. E mozgások létrehozásához kis izomcsoportok elkülönített irányítását kell elsajátítani. Ha a gyermek mozgásában minél több gátló folyamat - fékezés, hirtelen megállás - van jelen, annál koordináltabbak a mozdulatai, illetve fejlettebb a finommozgása.

Számtalan finommozgásos játékot végeztetünk az óvodáskor éveit alatt a gyermekekkel az egyenletes lüktetés, a ritmusérzékeltetésére (lásd az előző táblázatban). A különböző hangszerek használatánál, az eszközök, fejdíszek egymásnak adása közben, ruhák fellevételénél sok ilyen mozgásforma fejlődik.

E fejlesztő játékok végső eredményeként a gyermekek megtanulják, hogy az ujjak összeérintésének, egymás megérintésének tempójával, minőségével érzelmeket is közvetíthetnek egymás felé.

Finommotorika fejlesztése		
3-4 évesek	4-5 évesek	5-6-7 évesek
- csípés, csipegetés (<i>Csíp, csíp, csóka</i>) - ököl összeütögetése (<i>Töröm, töröm</i>) - kendőfogás (<i>Tűzet viszek</i>) - kopogtatás, kevergetés (<i>Süssünk, süssünk</i>) - ujjak játéka (<i>Csiga-biga, Sűrű erdő</i>)	- ujjfűzés (kapus játékoknál) (<i>Bújj, bújj, zöld ág, Míg a libám</i>)	- rejtő-kereső játékok (<i>Csön, csön, gyűrű, Sem-sem gyűrű</i>) - összefogott kéznél egymás tenyerébe helyezik a kezüket (<i>Erzsébet asszony</i>)

3.2.5. Szem-kéz, szem-láb koordináció fejlesztése

A **szem-kéz, szem-láb koordináció** „fejlesztési terület az izommozgás tekintetében nagyobb terület irányítását fejleszti a finommotoros mozgáshoz képest, de kisebb területet a nagymozgásoknál, (...)itt a mozgás irányát a látható körülményekhez kell alakítani, (...)erőt

kell kifejteni.”⁵⁸ Pl. ugrani, kanyarodni, labdát eldobni, görgetni, rúgni, eszközös játéknál a kendőt elejteni, taps a test előtt, mögött, stb.

A gyermek meg akar felelni az elvárásoknak és önmagának is. A szeretett személy elvárásai és a belső késztetés együttesen hajtják: átlépni a sávokat, elugrani a csíkidő, babzsákot cikk-cakk vonalon végigtolni. Ezeknél a gyakorlatoknál a szem által továbbított ingerek alapján megfelelő erejű és irányú mozgással kell reagálni. Egyik legkifinomultabb formája a szem-kéz koordinációnak az írás képessége. Ez a koordinációs képesség 5 éves kor körül alakul ki.

A népi játékokban e képesség fejlesztésére is számtalan lehetőség adódik. Nemcsak az utánozó mozdulatokkal, hanem a csoportos táncos jellegű, esztétikus mozgásokkal (kör, sorgyarapítás, párválasztás), valamint az egyszerű ritmusjátékos hangszerek használatával is elősegíthetjük e területek fejlesztését.

<i>Szem-kéz, szem-láb koordináció fejlesztése</i>		
3-4 évesek	4-5 évesek	5-6-7 évesek
Egyszerű utánozó mozgások közben (arcmutogató, diótörő, kalapácsoló, kézcsipkedő ujjasdi, tenyeresdi, stb) <i>(Ádám, Éva, Ez elment vadászni, Csíp, csíp, csóka, Itt a füle, Sétálunk, Töröm, töröm, Élek, halok, Áspis kerekese, Süssünk, süssünk pácsát stb.)</i>	Csoportos mozgásnál a többiekhez való alkalmazkodás <i>(Lánc, lánc, eszterlánc Ispiláng, ispiláng, Babot főztem, Án-dán didijom, Hatan vannak, Rétes kerekese, Kocsit, kocsit, Kis kacsa, stb.)</i> Táncos jellegű mozgások	Az énekes játékoknál a párok egymáshoz igazodása, a mozgásformák pontosabb kivitelezése. Kendő, bot átlépése, átugrása <i>(Illangóra-pillangóra, Húzd, húzd magadat, Jöjj által, Hej széna!ja, széna!ja, Kis kacsa fürdik, Erre kakas, Hosszú szárú galuska, Túrót ettem, Hajlik a meggyfa, stb.)</i>

⁵⁸ Tótszőlősyné, 1999. 21. o.

3.3. A testséma fejlesztés

Nemcsak környezetünkről, hanem saját testünkről is kialakítunk egy térképet a mozgásos tapasztalat nyomán, ezt nevezzük **testsémának**. Az egyensúly érzete, a testhelyzetekből szerzett információk összerendeződnek a vizuális információkkal és funkcionális egységbe integrálódva alkotják a testsémát. A különböző visszajelzések révén kialakul a gyermekben egy belső kép az testrészek elhelyezkedéséről, s más testrészekhez való viszonyáról. Ezért szükséges a gyermek saját testének, testrészeinek az ismerete, illetve saját mozgás érzékelésük élménye.

Már az anya-gyermek kapcsolatban kezdődik a játék a testrészekkel. Megcirógatja a hátát, megcsiklandozza a hasát, megmosdatja a karját, hajlatait, s közben állandóan beszélget vele, a szavakkal játszadoznak. S ugyanezt teszik az öltözködéskor is. A sok beszélgetés és megnevezés során kitisztul a gyermekben a testfogalom. A testséma kialakulásánál nemcsak a testrészek helye, kiterjedése körvonalazódik, hanem azok mozgathatóságának iránya is. Több szempontból is fontos a testrészek egymáshoz viszonyított elhelyezkedésének a felfedezése: a gyermekek így alakítják ki önmagukon tapasztalva a téri fogalmakat (elől, hátul, oldalt). A saját testükről alkotott képpel az önismeretüket bővítik.

A testséma fejlesztés feladatai:

- A testrészek ismerete
- A test koordinációjának, személyi zónájának alakítása
- Testfogalom

Bármely énekes játék vagy mondóka mozgásanyagának, játékának elsajátítása közben óhatatlanul megnevezésre kerülnek a használandó testrészek. A testfogalom kialakulását segíthetjük a legegyszerűbb mondókával, hűségű közben megérintett, mozgott testrész megnevezésével. Az oldaliság (lateralitás) ismerete főleg a páros játékok, táncok közben fontos. A különböző eszközök (kendő, párna, szalag, stb.) a test függőleges zónájának és elülső, hátulsó részeinek megismerésében segít játékos mozgásos feladatokkal. A mozgások tükör előtti gyakorlásával az eredmény hatása többszörösére növelhető. Ez kiemelten megfigyelhető a táncgyűttesek csoportjainál, hiszen a próbatermek fala tükörrel borított, a gyermekek folyamatosan látják önmagukat, állandóan kontrolálják mozdulataikat.

<i>A testséma fejlesztés</i>		
1. A testrészek ismerete		
3-4 évesek	4-5 évesek	5-6-7 évesek
Megszemélyesítő játékhöz a különböző mozgások során a testrészek megnevezése: - ölbeli játékok (láblógázó, ökölütögető, tapsoltató, fejbillegtető, stb.) <i>(Süti-süti, Tapsi, tapsi, Először az ingecskét, Sűrű erdő, Itt az oltár, Itt a füle, Ez a kezem, Kerekecske, Ez elment vadászni, Töröm, töröm, Erre bic, Píse, píse, Lóg a lába, Áll a baba, Sétálunk, Hőc, hőc, Hinta-palinta,</i>	Eszközös ügyességi játékok: <i>(Papucstovábbító stb.)</i> - fogócskák, vonulások, rejtő-kereső játékok, párválasztó körjátékok, kiolvasók, <i>(Játékba hívogatók, Túrót ettem, Erre csörög, Bújj, bújj zöld ág, Lánc, lánc, Eszterlánc, Csicséri borsó, Csön-csön gyűrű, Fehér lilomszál, Elvesztettem, Mély kútba, Kipp-kopp kalapács, Fű, fű, fű, stb.)</i>	Az énekes játékokban már minden testrész részt vesz és megnevezésre kerül (helyes testtartás, bokázás, saroklépés, lábujjhegy, stb.) - eszközös-ügyességi játékok, fogócskák, vonulások, párválasztók, leánykérők, kiolvasók.
2. A test koordinációjának, személyi zónájának alakítása		
Páros játékokban: élém, szembe stb. ülj. - Ölbeli játékok - Bölcsődalok	Taps test előtt, mögött. - Eszközös-ügyességi játékok, fogócskák, vonulások, párválasztó játékok	- Páros játékokban egymás mellett vagy egymással szemben helyezkednek el. - A „kapus” játékokban a sor a kapuval szemben halad. - Fontos a párok összhangja, több pár egymáshoz igazodása, stb.
3. Testfogalom		
- Ölbeli játékok	- Körjátékok, táncok	- Körjátékok, táncok

3.4. Audio-vizuális ingerek és a mozgáskoordináció komplexitása

3.4.1. Percepciófejlesztés (észlelésfejlesztés)

Mélyen bevésszük a gyermekek emlékezetébe a testtel mozgás közben megélt információk. Mozdulás közben kapják az első információkat például a körökről (pl. futások körbe). A perceptuális ingerek együttesen hatnak: a **vizuális** (látják a formát) és **verbális ingerekkel** (hallják a megnevezést) futás, mászás, ki-beugrás közben. Így a bevésszés sokkal hatásosabb, hiszen a gyakorlatoknál mozgás és alakítás egyszerre fejlődik. Tehát érzékelni nemcsak hallás, látás, ízlelés, tapintás segítségével lehet, hanem mozgással is.

„Az észlelés pontosabb működését 3-4 éveseknél elsősorban a mozgás és testséma fejlesztésén keresztül érhetjük el, 5-6 éveseknél már célzott, direkter fejlesztés is szükséges. A látott, hallott, tapintott dolgok mindkét szakaszban természetes velejárója a nyelvi fejlesztés, (...) a szókészletbővítése. A tanulási helyzetek többségében a vizuális észlelés összekapcsolódik valamilyen nyelvi és motoros tevékenységgel”.⁵⁹

➤ Vizuális (látás) észlelés

Az olvasás elsősorban a jól funkcionáló balról jobbra irányuló **szemmel követés** és a finom **szemmozgás** ellenőrzésének függvényeként alakul. Célszerű tehát, hogy a gyermekek gyakorolják a szemmozgás kontrollját.

Számtalan alkalom adódik erre a közös játékok, táncok közben, amikor egymás mozgását figyelik, *szemmel követik egymást*, vagy egy-egy tárgyat kell figyelni például a kör közepén. Páros játékok, páros táncok közben is a gyermekek tekintete is egymásba olvad. „Kapus” játékoknál a kaput tartják, a térbeli mozgást ahhoz igazítják viszonyítási pontként. Az egyenletes mozgás is ad *ritmikus vizuális mozgásélményt*, például a forgó testek, a perdülő szoknyák, a lendülő karok stb. A fejdíszek, különböző eszközök használata gyakran népi ihletésű, s a játék magával ragadó lendülete hatására mélyen bevéssző vizuális élményként maradnak meg a gyermekekben.

Az énekes játékokhoz kapcsolódó mozgás bemutatása a *vizuális memóriát* is fejleszti, melyet a látottak alapján később a gyermek emlékezetből képes feleleveníteni. Az egészen

⁵⁹ Porkolábné, 2004. 14. o.

egyszerűtől (taps, ütögetések) a bonyolultakig (oldalzáró lépések, forgások, ugrások) terjedhetnek e minták.

➤ Mozgásos (kinesztetikus) észlelés

A mozgásészlelés hatékonyságát, a mozgásképzet pontosságát jelentős mértékben befolyásolja a sokoldalú mozgástapasztalat. A különböző **mozgáskombinációkat** az énekes játék, tánc közben érzékeli a gyermek, s az ismétlések hatására ezek egyre pontosabbak, finomabbak lesznek.

➤ Tapintásos (sztereognosztikus) észlelés

Az érintés, simogatás még a gyenge hallású, „morgós” gyermekek fejlesztésében is segítségünkre lehet. Forrai Katalin írja az Ének az óvodában című könyvében, hogy „*a természetes viselkedés, játékhelyzet, a barátságos légkör, a kedves érintés oldja a feszültséget, így spontán módon a hangadó szervek rendellenes görcseit is. Így szerez a kisgyermek tapasztalatot az érintés jelentőségéről.*”

➤ Térbeli viszonyok észlelése

A **térpercepció** fejlesztésére a zenei nevelés nagyon tág teret biztosít, hiszen a népi játékaink játszása közben lényegi szerepet tölt be a tér mozgásos alakítása. A téri viszonyok bemozgása közben természetes módon megismerik a gyermekek a téri viszonyokat, s a hozzájuk tartozó verbális kifejezéseket is. Pl.: két kör, több kis kör, páros körbejárás, a kör belsejében álló gyermek igyekszik a kör középpontjába állni, a körön kívül vagy belül járó gyermek a körrel ellentétes irányba mozog, a kapus-játékokban a sor a kapuval szemben halad, stb.

➤ Hallási (auditív) észlelés

Az irodalmi kutatásokból is világosan kitűnik, hogy a vizsgált korosztály beszédfejlődése, fejlesztése „*inkább az auditív, illetve a kinesztetikus nyelvi szűrőkön keresztül ragadhatók meg jobban, hisz számukra a világ inkább a közvetlenebb, a tudat megszilárdulása előtti érzetek felől válik értelmezhetővé.(...) A gyermekköltészet*

kincsestárában, néphagyományban a kisgyermeknek szóló mondókák mindig valamilyen mozgásos-tapintásos kiegészítő elemmel járnak együtt,(...)vagy éppen a táncos játékokhoz kapcsolódnak.”⁶⁰

Az énekes-mondókás játékok szövegének jelentése kevésbé fontos tényező a kisgyermek számára. A néphagyomány örökítés szempontjából e korosztálynál még a beszédritmus, a hanglejtés és a hozzá kapcsolódó mozgás a lényeges. Az életkor előrehaladtával azonban a szöveg jelentősége felerősödik, s egyre jobban gazdagítja a gyermekek **szókészlet**ének anyanyelvi örökségét. Olyan szavakkal is találkozunk, amelyek a hétköznapi beszédben már nem is használatosak, de ezek megértését a játéksituációk segítik. A könnyed éneklés, a szép artikulálás, a mondókák ritmikus szótagolása a beszéd fejlődését kellőképpen segíti.

⁶⁰ Bódis, 2009. 36. o.

4. A készségfejlesztő folyamat személyiségfejlesztő hatása

Az etológusok megkülönböztetnek „*érzékeny*” *fázisokat*, amikor a tanulás környezeti hatásra a legoptimálisabb a fejlődés szempontjából. Ilyen szakaszban a fejlesztő ingerek elmaradása már *kevésbé vagy egyáltalán nem pótolható*. Ezek az időszakok időben behatároltak és genetikailag is meghatározottak.

*„Szenzibilis fázisnak nevezzük minden olyan életkori periódust, amelyben a szervezet-környezet kölcsönhatásában létrejövő magatartásminták igen gyorsan elsajátíthatódnak, és amelyben a szervezet igen érzékeny meghatározott ingerekre.”*⁶¹

A 3-7 éves kor, a beszéd kialakulásától az iskolába kerülés időszakáig terjedő intervallum, egyben a szervezett foglalkoztatásba (óvodába) való átlépés időszaka. E korosztálynál a kommunikáció a spontán beszélgetés szintjén realizálódik, szemléletük énközpontú. Elsődleges szerepet kap náluk a nagyobbak, a felnőttek utánzása, a játék, amely feszültséglevezető és örömforrás is egyben. Cselekvésük két irányba fejlődik; az eszközhasználat és a játékos cselekvés felé. Minden tárgyat játéknak használnak, s ebből a tárgyi cselekvésből alakulnak ki játékaik. E korban indul meg a szimbólumképzés. A tárgyakhoz hozzá tudják képzelni azt, ami abból hiányzik. Ez a szerepjátékokban döntő feltétellé válik. Tevékenységük impulzív, főként az érzelmek irányítják, akarati tulajdonságuk és gondolkodásuk kevésbé fejlett. Nagyon fontos számukra a játékirányításban a felnőttek szerepe.

3-4 évesen még tárgyi tevékenységeket utánoznak, később az emberek közötti viszonyt reprodukálják. Játékaikban egyszerűek a mozgások, de alkalmat adnak a differenciált megoldásokra, az emlékezet, a képzelet fejlődésére. 4-5 éves kortól megkezdődik a szabályokhoz való ragaszkodásuk. Az 5-6 évesek már kitartóan játsszák szerepeiket, s a szabálytudatuk is rendkívül erőssé válik.⁶² Fontos szerepe van tevékenységeikben az énekkel, mondókával, a ritmushangszerekkel kísért játékoknak, amelyekben a mozgásfeladat végrehajtása a kíséret ritmusához igazodik.

A 3-7 éves korosztálynak a zenei élmények befogadásához személyes kapcsolatra van szüksége, s élettanilag is igénylik, hogy a zenei hangok észlelése kapcsolódjék össze aktív

⁶¹ Baur, 1987. 4. o.

⁶² Mérei-Binet, 1970. 172. o.

mozgásokkal. Eleinte csak kis töredékét produkálják a hallott daloknak, de a későbbi játékaikban egy-egy kedvelt fordulat váratlanul felbukkan. A dalos játékok náluk érzékszervi mozgásos funkciót töltenek be, de egyben nagy az értelmi és érzelmi fejlesztő erejük is.

6 éves korában a gyermekeknek felgyorsul a szomatikus és pszichikus érése, alkalmassá válnak az iskolai szervezett oktatásra. Átesnek az első alakváltozáson, a mozgásszerveik erősödnek, a végtagok meghosszabbodása következtében mozgásformáik gazdagodnak, biztonságosabbá válnak. Idegrendszeri érésük révén mozgásukon jobban tudnak uralkodni, mozgásvágyuk kielégítését el tudják halasztani. Viszont játékszükségletük nem csökken. A szabályhoz kötött tevékenység lép előtérbe, a szerep- és szabályjátékokban megtanulják és gyakorolják az azokhoz való alkalmazkodást.⁶³

A pedagógus játsszon, énekeljen, mozogjon, a gyermekekkel a nap bármely szakaszában. Alkalmazza pedagógiai ismereteit, tapasztalatait, gyermeki gondolkodását, képzelőerejét, humorérzékét, s minden lehetőséget használjon ki a gyermekek személyiségének fejlesztésére. *„A gyermekkorban elmulasztott potenciális lehetőségek, a fizikai képességek fejlesztésének szenzibilitása, a későbbi életkori szakaszokban már soha nem tér vissza.”*⁶⁴

*„Az óvodás kortól iskolás korig tartó követéses vizsgálatok eredményei rávilágítottak a teljesítménybeli hiányosságokra, ezáltal behatárolható volt, mely agyi funkciók fejletlensége okozza a teljesítménybeli lemaradást. Például a jobb és bal irányok nem ismerete nehézséget jelent a hasonló, de ellentétes irányú betűk felismerésénél – a lateralitás kialakulatlanságát jelenti.(...) De az egyre jobban lemaradó gyerekek felzárkóztatása lehetetlenné vált, s az úgynevezett rátanítási kísérletek már több formában is kudarcot vallottak. A gyerekek képtelenek voltak a rájuk zúduló információk beépítésére, mert hiányoztak...”*⁶⁵ a korábbi struktúrák.

E korosztálynál a fejlesztés célja mindig az, hogy minden gyermek önmagához képest fejlődjön. Ehhez szükséges tényező a differenciált feladatadás, a sok gyakorlási lehetőség biztosítása, a pozitív megerősítés és az életkornak megfelelő játékos módszerek, hogy mindezt örömmel végezzék a gyermekek. Tehát a 3-7 éves kor a legideálisabb időszak az alapfunkciók kiépítésére, természetesen az életkori sajátosságok maximális figyelembevételével.

⁶³ Farnosi I., 1992. 28. o.

⁶⁴ Fejlesztő pedagógia, 1993. 3. o.

⁶⁵ Tóthszőlősiné, 1992. 97. o.

III.

1. A népi játékok funkciója a 3-7 éves gyermekek személyiségfejlődésében

1.1. A játék

A játékosság, a játszadozás és minden olyan szó (alakítás, játék, produkció, szereplés, gyermekjáték, játékszer, játszadozás, játszás, stb.), amely evvel a fogalommal rokonságban áll, tömören kifejezhető. Igen eltérő, sokrétű tevékenységet feltételez, amelynek azonban mindnek közös gyökere van. Olyan egyéni tevékenységi forma, amely végső soron a pszichikus funkciók összehangolását szolgálja (az eredményességre törekvés kényszere nélkül), s az egyik legfontosabb örömforrás a gyermek számára. A játék tehát nem csak egy önálló tevékenységi forma, hanem mindegyik nevelő-fejlesztő tevékenység része.

Ebből is kitűnik, hogy a játékot a felnőttek a legtöbb esetben a gyermeki lét nagyon fontos megnyilvánulásának gondolják, ugyanakkor a felnőtt kort elérve kissé megmosolyogni valónak tartják, s a „nagykorúság” viselése mellett elnéző, megbocsátó pillantással szemlélik. Pedig a játék, a játékosság olyan fontos eleme az emberi létnek, hogy a fejlődés során az eltérő játékossági formák adnak olyan felkészítést az elkövetkezendő élethelyzetek megoldására, amelyek kikerülhetetlenek és mindenképpen megoldást csikarnak ki belőlünk. A megoldások helyessége pedig nagyban függ a kialakult készségektől: sztereotip vagy eltérő lehetőségeket kínálva a válaszra, pedig ettől nagyon is sok függ. Például, mint az élhetőség, a jólét helyett a jól lét, illetve a maradandó pozitív életminőség kialakításának igénye, amely nem nélkülözhető egyik társadalmi viszonylatban sem. A pedagógia a gyermeki játékot a következőképpen foglalja össze:

„A kisgyerek a külvilágból és a saját belső világából származó tagolatlan benyomásait játékcselekvéseivel tagolja. A gyermeki játék kiemelt jelentőségű tájékozódó tevékenység, a gyermek legfontosabb tevékenységrendszere, fejlődésének kulcsa.”⁶⁶

⁶⁶ Pedagógiai Lexikon II. 1997. 136.o.

A hétköznapi szóhasználatban a gyermekek időtöltésül, szórakozásképpen végzett szabad tevékenysége, valamint a tanulás első megjelenési formája. Lényege, a valóságnak a tükrözése. A játékban nem teljesítményre törekszik a gyermek, hanem maga a tevékenység folyamata köti le az érdeklődését. Számára ez valóság, mégpedig sokkal érdekesebb valóság, mint az, amely őt körülveszi. A gyermek a játékban él, s ennek az életnek a nyomai mélyebben megmaradnak benne, mint a valóságos életé. Alkalmat ad nemcsak az új készségek, szokások, erkölcsi tulajdonságok elsajátítására, hanem kapcsolatok kialakítására is. A gyermek számára örömforrás, fegyelmező erővel bír, növeli a közösségi érzést, fokozza az alkalmazkodó készséget, és háttérbe szorítja az önzést és az egoizmust. Mindezeket tudva a játék léte és fontossága nem lehet kérdéses senki számára.

1.2. A népi játékok szerepe a mai gyermekek életében

Ha a játék szót halljuk, tudjuk hogy mit értsünk rajta, mégsem könnyű meghatározni, ha ez a szó a néprajzzal összevetve kerül kifejezésre. A **népi játékok** a folklór egyéb alkotásaihoz hasonlóan hosszú idő alatt formálódtak, csiszolódtak olyanná, amilyennek ma ismerjük őket. Különböző korokból származó elemek keveredtek bennük, nem mai társadalmunkban keletkeztek. Nagyon fontos tehát a kérdés: mennyire használhatók napjainkban is?

A hagyományos falusi társadalomban a kisbát gyakorlatilag születésétől fogva körülvette a játék. A szülők, nagyszülők, idősebb testvérek bölcsődalokkal altatták, mondókákat mondtak. A tárgyakkal, anyagokkal is a játékok által ismerkedett, játszott homokkal, agyaggal, fával, a természet minden elemével. Szinte észrevétlenül tanulta meg, melyik anyag mire alkalmas, melyikkel hogyan kell bánni, hogyan lehet alakítani. A falusi környezetben élő kisgyereket játékaik nemcsak megismertették a külvilággal, hanem segítették is abban, hogy bizonyos készségeket, tevékenységeket elsajátítson és begyakoroljon.

A mai városi kultúra természetesen sok mindenben különbözik a régebbi falusi kultúrától. Másképpen élünk, másképpen viselkedünk, mások a lehetőségeink és más a környezetünk is, mint régebben, de ezekbe a közösségekbe is be kell illeszkednünk, ezeket a viselkedési normákat is el kell sajátítanunk. A népi játékok egyik fontos szerepe éppen az, hogy erre mindenkit megtanítsa. A feladat tehát megmaradt, csak a körülmények változtak.

A kisbabáknak ma is fontos, hogy megismerjék saját testüket, megnyugtató hatással vannak rájuk a ritmikus-, dallamos mondókák, később pedig nagy örömet okoz nekik az az érzés, hogy beszélgetni tudnak az állatokkal, növényekkel. Nem maradhat ki az életükből az az élmény sem, hogy saját kezükkel tudjanak létrehozni különböző tárgyakat és játékszereket, s más anyagokkal (textillel, fával, bőrrrel, szőrrel, papírral stb.) is megismerkedjenek.

Túlságosan kevés lehetősége nyílik a városi gyermekeknek az aktivitásra. Pedig a mai társadalmunkban is meg kell tanulniuk, hogy helyüket megtalálják a különféle közösségekben, más szóval **szocializálódnak**.

„A szociálpszichológiai kutatások egyértelműen kimutatták, hogy a szocializáció fogalma individuum és kultúra viszonyára vonatkozik, s ez a viszony mindig egy adott csoport keretein belül realizálódik. Ez azt jelenti, hogy az individuum egy meghatározott csoport tagjaként ismeri meg és sajátítja el a kultúra különböző tartalmait és szabályait...Tehát a játékok társadalmi vonatkozásai a játéktevékenység lényegét jelentik. A játékok nem, vagy nem csak kulturális jelenségek, kultúrtörténeti emlékek, hanem elsősorban társadalmi tények. E szempont következetes érvényesítése nélkül a játékok, főleg a népi gyermekjátékok aligha értelmezhetők megfelelő módon.”⁶⁷

Az ilyen közösség volt régen a család, valamint a játszócsoport, mely az egymáshoz közel lakó, nagyjából azonos korú gyerekekből alakult ki. Ma azonban a nagyobb városok, lakótelepek forgalmas utcái nem alkalmasak arra, hogy ott a gyerekek „társadalmi” életet éljenek.⁶⁸ A hagyományos népi játékok, főleg az óvodás korosztálynál segítenek abban, hogy a gyerekek ne legyenek se visszahúzódóak, se félénkek, se – evvel ellenkezőleg – agresszívak, s a körülöttük lévő emberekkel intoleránsak. Ezek a személyiségjegyek a mai társadalmunkban sem ajánlatos viselkedési formák.

A fent leírtakból világosan megállapítható, hogy a játék szerepe nagyon is sokoldalú, amely segítségével a gyermekek természetes módon elsajátítanak különféle képességeket, amelyekre szükség van a zenében, a sportokban, a társas érintkezés minden színterén. Állandóan változó világunk magával hozza a játékkultúra átalakulását is, hiszen a gyermeki játék minden korban a maga sajátos módján testesíti meg azt az elvárást, amelyet a felnőttek

⁶⁷ Niedermüller, 1990. 542-543. o.

⁶⁸ Lázár, 2002. 12. o.

világa a gyermekek felé megfogalmaz. A gyermek akként játszik, amilyen felnőttként szeretné látni majd őt környezetét, ha megnő.

„A játékok lélektani szerepe ma sem változott,(...) s a játékokkal tehát nem a poros, elavult, régi világot akarjuk visszahozni, hanem kimenteni belőle azt, ami általános szükségletet elégít ki, s ezért ma is szükségünk van rá.”⁶⁹

A mai 3-7 éves gyermekek számára az óvoda jelenti a „játékvilágot”. A tevékenységformákat úgy kell a gyermekek fejlesztésének szolgálatába állítani, hogy azokat játékosan éljék meg; játéktevékenység közben fedezzék fel környezetüket; szabad, önindította módon játsszák el örömeiket, bánatukat, vágyaikat; s játékos, felszabadult, örömteli érzésekkel adják át magukat az esztétikai hatásoknak.

A néphagyományok különösen alkalmasak arra, hogy az adott témát a lehető legtöbb oldalról közelítsék meg az óvodai nevelésben, s így nyújtsanak sokrétű, mégis összefüggő ismereteket a gyermekek számára.

⁶⁹ Lázár, 1997. 22-25.o.

1.3. A magyar játékkutatás rövid történeti bemutatása

A magyar népi játékok kutatása majdnem 200 évre nyúlik vissza. Mint más folklórműfajok is, a játék is megfelelően bizonyult a nemzeti identitás kialakítására, megőrzésére, erősítésére. A játéktevékenységben megnyilvánuló gyermekfolklór éppúgy szolgálja a gyermekek testi, szellemi fejlődését, szórakoztatását, mint a társadalmi életbe, hagyományokba való belenevelődését. A gyermekfolklórt, akárcsak a felnőttek folklóráját, többek között a közösségi jelleg, a nemek és korosztályok szerinti elkülönülés, a hagyományozódás és állandó alkotókészség jellemzi. A gyermekkor költészetének fő műfajai a mondókák, lírai játékdalok és a dramatikus jellegű játékszövegek. A gyermekkor költészetének gyűjtése, eredetének, típusainak vizsgálata már régóta foglalkoztatja a hazai folklórkutatókat.

A 19. század végére hazánkban is kialakult a tudományos igényű pedagógia, valamint a gyermekpszichológia, amely diszciplínák – ha különböző céllal is – szintén érdeklődéssel fordultak a gyermekjátékok felé. Kiemelkedő jelentősége volt a pedagógiai szempontú gyermekjáték-kutatásnak, amely amellet, hogy a népi játékokat a természetes szórakozás leghelyénvalóbb formájának tartotta, a „nemzeti eszmét” is szolgálni igyekezett ezek terjesztésével, tanításával. Igen nagy jelentősége volt a *Magyar Nyelvőr* megindításának (1872), mivel ez a folyóirat nemcsak a figyelmet hívta fel a népi játékokra, hanem mindegyik számában közölt is néhány leírást. Ugyanez évben jelent meg a *Magyar Népköltési Gyűjtemény* első kötete is.

Ezen külső és belső, objektív és szubjektív körülmények hatására sorra születtek a nagy anyagot és esetenként komoly néprajzi értékeket tartalmazó gyermekjáték összeállítások. Szükséges megemlíteni egyes népköltési gyűjteményeket, amelyek jellegüknek megfelelően gyermekjátékszövegeket tartalmaztak: Erdélyi⁷⁰ 1846-1848: I.; Kriza⁷¹ 1863; Kálmány 1877-1878, 1881-1891; Török K. 1872. A különböző igények és célok révén igen eltérő jellegű és értékű munkák születtek, de ezen munkák fontossága, sok esetben pótolhatatlansága mégis tagadhatatlan. Erdélyi János 20 játékot és gyermekdalt jegyzett le, Kriza János és mintegy 20 mondókát és játékot közölt könyvében. A Magyar Népköltési Gyűjtés⁷² I. kötetében kb. 50 játék és mondóka szerepelt. A 19. század legjelentősebb játékgyűjteménye azonban Kiss Áron: *Magyar gyermekjáték-gyűjteménye*⁷³ volt, 1161 játékot

⁷⁰ Erdélyi János 1846-1848. I.

⁷¹ Kriza János 1863.

⁷² MNGY. I. 1872.

⁷³ Kiss Áron: Magyar gyermekjáték-gyűjtemény. 1891.

közölt, mindig dallammal és származási hely megjelölésével. A hazai gyűjtemények közül mind gazdagságával, mind igényességével messze kiemelkedik. Kiss Áron tanítóképző igazgató indítványozta, hogy: „1. A játékoknak, s az esetleg velük járó daloknak a magyar nemzeti nevelés szolgálatában kell állniuk, s ezért a játékokban a magyar jelleg megóvandó. 2. A gyermekek játécai, s ezek dallamai a haza minden vidékén megőrzendők.”⁷⁴ Országos felhívására a gyűjtésben 200 vidéki tanító vett részt. Rendszere lényegében ma is elfogadható, hiszen a gyermekek fejlődése alapján sorolja fel az életkornak megfelelő játékokat, leírja az egyes játékok változatait is, a kiadvány végén pedig tanulmánynak is beillő jegyzetanyagot közöl. Ennek ellenére e gyűjteménynek is még sajátossága a szövegek központúság, s a játékok nonverbális komponenseinek figyelmen kívül hagyása.

A XX. század első felében a kezdeti ügybuzgalom alábbhagyott, s nem folytatódott ez a kiváló kezdeményezés. A gyermekjáték-kutatás már nem volt fontos ügy. A század második felében azonban több monográfia is megjelent, pl. Bakos József⁷⁵ Mátyusföldön 38 helységben gyűjtött játéka a magyar gyermekjátékkincs minden típusát felöleli. Mindegyik játéknak a funkcióját is ismerteti, s nemcsak a magyar változatokról ír, hanem a játék eredetéről, külföldi párhuzamaira is utal. Ugyanez időben adják ki a Magyar Népzene Tára I. kötetét Gyermekjátékok címmel. A kötethez Kodály Zoltán írt előszót. A kötet óriási fejlődés a gyermekjátékok rendszerezése terén, bár a dallam alapján történő rendszerezés csak az énekes játékokat foglalja magába.

A következő évtizedekben jó néhány igazán értékes, jelentős területi és tárgykörök szerint rendezett gyűjtemény jelent meg. Pl.: Gazda Klára⁷⁶ egy háromszéki falu, Esztelnek gyermekvilágát ismerteti meg az olvasóval, s ennek több mint a fele a gyermekjátékok és mondókák bemutatása. Géczi Lajos⁷⁷ Ung vidéki gyermekjátékokat, mondókákat adott közre, Lábadiné Kedves Klára⁷⁸ a Drávaszög, Gágyor József⁷⁹ a szlovákiai magyar nyelvterület, Burányi Béla⁸⁰ és Matijevics Lajos⁸¹ a Vajdaság gyermekjátékait és mondókáit gyűjtötte össze. A mindmáig legteljesebb mondóka-gyűjtemény a Bihari gyermekmondókák⁸² című kiadvány, amely 7375 mondóka-változat teljes szövegét tartalmazza.

⁷⁴ Bakos, 1953. 25. o.

⁷⁵ Bakos József: Mátyusföldi gyermekjátékok (1953) című gyűjteménye

⁷⁶ Gazda, 1980. 165-402. o.

⁷⁷ Géczi, 1984.

⁷⁸ Lábadiné, 1989.

⁷⁹ Gágyor, 1982.

⁸⁰ Burányi, 1987.

⁸¹ Matijevics, 1976.

⁸² Bihari gyermekmondókák, 1982.

Az elmúlt évtizedben számos kiadvány jelent meg (a teljesség igénye nélkül), amelyek nagy segítségére lehetnek a pedagógus társadalomnak, akik gyermekeink fejlődését, fejlesztését kellőképpen a szívükön viselik. Hintalan László⁸³ Hévízgyörk játékgyománját, Barsi Ernő⁸⁴ a Bükkalja vidékét mutatja be, Sebestyén Dobó Klára⁸⁵ Kászon öt falvának népzenei hagyományait adja közre, Veress Ilona⁸⁶ a Mezőség gyermekjátékait gyűjtötte össze, Pécsiné Ács Sarolta⁸⁷ könyve a Kalocsa környéki gyermekjáték anyagot mutatja be. 2002-2008 között jelent meg nyomtatásban Lázár Katalin: Gyertek, gyertek játszani négy kötetes gyűjteménye, melyben erdélyi, moldvai,⁸⁸ dunántúli,⁸⁹ északi⁹⁰ és az alföldi⁹¹ területek játékaiból találhatunk bőséges válogatást.

A Bodrogköz játékaival Darnos István⁹² könyvében találkozhatunk, Matyóföld népdalaival és gyermekjátékaival Kiss József⁹³ könyvéből ismerkedhetünk, Zoboralja játékgyománja Jókai Mária⁹⁴ kiadványában olvasható, valamint kárpátaljai gyermekmondókák gyűjteményét találhatjuk P.Punykó Mária és Hutterer Éva⁹⁵ gyűjtésében. A Hagyományok Háza kiadványaként jelentek meg a Galga mente,⁹⁶ a Dél-alföld⁹⁷ népi játék hagyományai, valamint ölbeli játékokat⁹⁸ bemutató kiadványok. S nem hagyható ki a sorból Bodor Anikó⁹⁹ gyűjteménye sem, amelynek IV. kötete a vajdasági énekes népi játékokat adja közre.

„Gyermekeink ajkán elnémultak a szülőföld hajdani értékes gyermekjátékai.” – írja Bodor Anikó¹⁰⁰ könyvének előszavában.

Ahhoz, hogy újra énekeljék, játsszák ezeket a játékokat gyermekeink, a felnőttek, a pedagógusok segítségére van szükség már a bölcsőtől kezdve. Ezen gyűjtemények a terjesztést, a visszaszármaztatást kívánják elősegíteni, elsősorban azzal, hogy a szülőknél, a pedagógusoknak és a gyermekcsoport vezetőknél nyújt megfelelő hazai anyagszerteret.

⁸³Hintalan, 2000.

⁸⁴Barsi, 2001.

⁸⁵Sebestyén, 2001.

⁸⁶Veress, 2002.

⁸⁷Pécsiné, 2002.

⁸⁸Lázár, 2002.

⁸⁹Lázár, 2004.

⁹⁰Lázár, 2006.

⁹¹Lázár, 2008.

⁹²Darnos, 2003.

⁹³Kiss, 2003.

⁹⁴Jókai, 2004.

⁹⁵P.Punykó-Hutterer, 2004.

⁹⁶Benedek, 2005.

⁹⁷Gundyné Sz. A. 2007.

⁹⁸Sándor, 2005.

⁹⁹Bodor, 2008.

¹⁰⁰Bodor, 2008. 6.o.

2. A népi játékok mozdulattípusai és a zenei tartalom komplexitása

2.1. A népi játékban előforduló mozdulattípusok

A 3-7 éves gyermek a családi közösség után a nagyobb óvodai közösség segítségével talál kapcsolatot a nagyobbak világához. Ha itt folytatódik az elkezdett „hagyományápolás”, akkor a beszélt, a zenei és a táncos anyanyelv elsajátítása egymást segíti. Ha bármelyik is hiányzott a kezdeti időszakban, ennek a pótlása az óvodára hárul. A pedagógusoknak kell felvállalniuk a hagyomány megszerettetését, ápolását, továbbadását, hiszen a mai gyermekek otthon egyáltalán nem vagy csak nagyon kevesen találkoznak vele, s talán a szülők nem is tartják olyan fontosnak a mindennapok terhei mellett. Egyre nagyobb a jelentősége az olyan foglalkozásoknak, ahol a gyermekek aktívan, alkotó módon vesznek részt úgy, hogy az még örömeikre is szolgál. S ebben a népi játékoknak kétségtelenül nagy szerep juthat.

Kodály Zoltán fogalmazta meg a Magyar Népzene Tára I. kötetének előszavában, hogy *„Aki nem szereti a magyar népet, leghamarabb a gyermekeken át fogja megszeretni, amint e játékok varázslatos kaleidoszkópjából felé sugárzó, s a pajkos hetykeségtől a gyengéd ellágyulásig váltakozó száz arcát figyeli és megismeri.(...) Csak itt látja, hogyan tükröződik a világ a gyermek lelkében.”*¹⁰¹

A játékdaloknak, mondókáknak csecsemőkortól kezdve végig kellene kísérnie a gyermekek életét, annak minden mozzanatát. Először az édesanya feladata, hogy játssza velük ezeket, amint altatót dúdolgat nekik, vagy tisztába tevéskor tornáztatja, majd később állni, járni tanítgatja. Ezek segítségével a beszélt nyelv mellett zenei és mozgásanyanyelvét is elsajátíthatja. A mai világunkban sajnos sok gyermek úgy nő fel, hogy mindezekből nagyon keveset kap. Ma is élő gondolatok Kodály Zoltán szavai: *„... szomorú gyermekkorra nyomait holtáig viseli, aki úgy nőtt föl, hogy nem volt része bennük.”*¹⁰²

¹⁰¹ MNT.1957. XVI.

¹⁰² u.o.

A dolgozat e fejezetben a 3-7 éves korosztálynak való népi játékokat a bennük található mozdulatok alapján rendszerezi. A következő típusokat különböztetjük meg:¹⁰³

1. A gesztus
2. A súlylábmozgás és testsúlyáthelyezés
3. A lépés
4. Az ugrás
5. A forgás

Mindegyikre több tájvariánsban találhatunk énekes, mondókás játéanyagot, a különböző mozdulat összetevők alapján csoportosítva.

2.1.1. A gesztus

A játék az a tevékenység, amely meghatározza az adott korcsoportozhoz való tartozást, az egymással való érintkezés szabályait, módjait, ezért van nagy jelentősége a gyermekkorban. A játsszó óvodai csoportok azonban megmaradnak a korcsoportok határain belül. Sok játsszuk vegyes, de a népi játsszuk egy részére a fiúk és a lányok különállása a jellemző. Így szembetűnő, hogy a gyermekek táncos szokásai fontos szerepet játszanak a nemi szerepek (menyasszony, vőlegény, stb.) rögzítésében is.

A játsszuk verbális és nonverbális (**gesztus**) rendszerek. A szerepeket, a gyermekek egymáshoz való viszonyát prózai és énekelt szövegekkel, azok hanghordozásával fejezik ki. S ezek a közlések gesztusokkal, mimikával erősödnek meg. Az egyes szerepek kifejezésének a lehetősége a mozdulat, a gesztus, a nonverbális jelzések. A gesztus olyan testrészeknek a mozdulata, amelyeken nincs testsúly, tehát súlytalanok. Így pl. a kar emelése, a kéz mozgása, a fej fordítása, a törzs dőlése, valamilyen megnyilatkozás, tett valaki irányába stb. A kommunikáció nonverbális jelei közül ide azokat sorolják, amelyekben a mozgás cselekvést és helyzetváltoztatást is jelent. Ezek a jelzések feltűnőek, mert itt a mozgás az egész testre is kiterjedhet.

- A **kéz gesztusai** nagyon sokféle jelentést hordozhatnak. Ezek többnyire együtt jelentkeznak a kar mozgásával, de a kéz beszédét az ujjak mozgása teszi lehetővé. A kéz gesztusai közül nagyon sok a tanult, ősi kulturális eredetű. A kézhez sok mágikus hiedelem is kapcsolódik (pl. katicabogár röptetői stb.) A

¹⁰³ Szentpál, 1978. 12. o.

kéz gesztusaival hívhatunk, elutasíthatunk, tiltakozhatunk, könyöröghetünk, köszönhetünk is.

- A *fej gesztusai* többnyire jól elkülöníthető, világosan értelmezhető jelek. Pl. a fej oldalirányú mozgása bizonytalanságot, a lehajtott fej szomorúságot, büntudatot fejezhet ki.
- A gesztusok szabályozó funkciót is betölthetnek, gyakran a kéz mozdulataival jelezzük, ha beszélni akarunk (pl. a jelentkezés), vagy folytatni, megszakítani akarjuk a beszédet.

A népi játékokban kevés a külsőségekben megjelenő teljes utánzás (pl.: mosakodás, fészülködés, alvás, repülés, stb. kifejezése), de az egyes szerepek szimbolikus kifejezésével gyakran találkozunk. A mozgáselemzések szerint is a táncok mozgásanyagát a természetes mozgásokból kiindulva tanítjuk, ezek pedig népi játékainkban gyökereznek.

„A paraszti társadalomban a játék és tánc szerves egységet alkotott, ami azt jelentette, hogy a kisebbek is táncoltak és a nagyobbak is játszottak, de az altatókon, hintázatókon, höcögtetőkön, mondókákon keresztül, a délutáni játszókon, valamint a táncos alkalmakon való jelenlétükkel sokkal könnyebben sajátították el ezeket a természetes mozgásformákat, mint a mai gyermekek.”¹⁰⁴

A nem verbális jelzések, a gesztusok, a társas kapcsolatokban ugyanolyan fontosak, - sőt bizonyos esetekben még lényegesebbek is, - mint a nyelv.¹⁰⁵ Különösen jelentősek az érzelmek az attitűdök megnyilvánulásaiban, amelyeket nehéz vagy körülményes szóban kifejezni. Ezen gesztusok megtanítására népi játékainkban számtalan példát találhatunk.

2.1.1.1. Gesztusok a népi játékokban

A környező természettel kapcsolatos mondókákban a játékos áttétel a megszemélyesítés formájában jelentkezik: a gyermekek úgy fordulnak a naphoz, esőhöz, állatokhoz, mint egyenrangú társhoz, akivel megosztják gondjaikat (Kertek alatt a kis bárány majd meg fagy...), akitől a jövőt tudakolhatják (Katicabogárka, merre visznek férjhez?). A

¹⁰⁴ Czinóber, 2008. 9. o.

¹⁰⁵ Forgách, 1985. 197. o.

gyermekmondókák e csoportja számos archaikus elemet őrzött meg a régi idők varázsénekeiből.¹⁰⁶ A játék cselekménye helyett a mondókának pontosan körülhatárolt funkciója van, s mindegyik funkcióhoz a legtöbb esetben egy vagy több jellegzetes mozdulat, gesztus is hozzátartozik. Pl.: a naphívogatók mondogatása közben egyes helyeken „kezüket a nap felé tárják”, másutt „zöld ágat lengetnek”, vagy „virágot mutatnak a nap felé”; esőüdvözléskor feltartott fejjel és kézzel körbe forognak; fecskeköszöntőnél arcukat simogatják, majd kezükkel gombolyító vagy dobáló mozdulatokat tesznek; a katicabogarat kezük fejére teszik és kezüket himbálják stb.

➤ *Naphívogatók*

Naphívogatóink ősi varázsló cselekmény emlékét őrzik. A gyermekek e játékokat tavasztól őszi a szabad ég alatt játszották. Sónárogra várták a tavaszt, a földet, levegőt felmelegítő napsütést, melyekre szöveges és énekelt változatokat egyaránt találhatunk. Ha nem sütött a nap, énekelni kezdték: Süss fel nap! A dal tulajdonképpen „...a nap elővarázslása misztériumának játék formájában történő továbbélése.” – írja Borsai Ilona.¹⁰⁷ A napcsalogatókkal a magasba emelt kéz természetes hívogató mozdulatait gyakoroltathatjuk. Dallam nélküli mondókával a kárpátaljai **Ráton** így csalogatták a napot:¹⁰⁸

Süss ki, Nap!
Szent György nap,
Kertünk alatt
A báránykák megfagynak.

Élesden¹⁰⁹ így emlékeznek az idősök a napcsalogatásra:

Süss ki meleg, bújj el hideg,
Isten kapujába;
Ma szítálok, holnap sütök,
Neked is egy czipót sütök
Megzsírozom, meg.

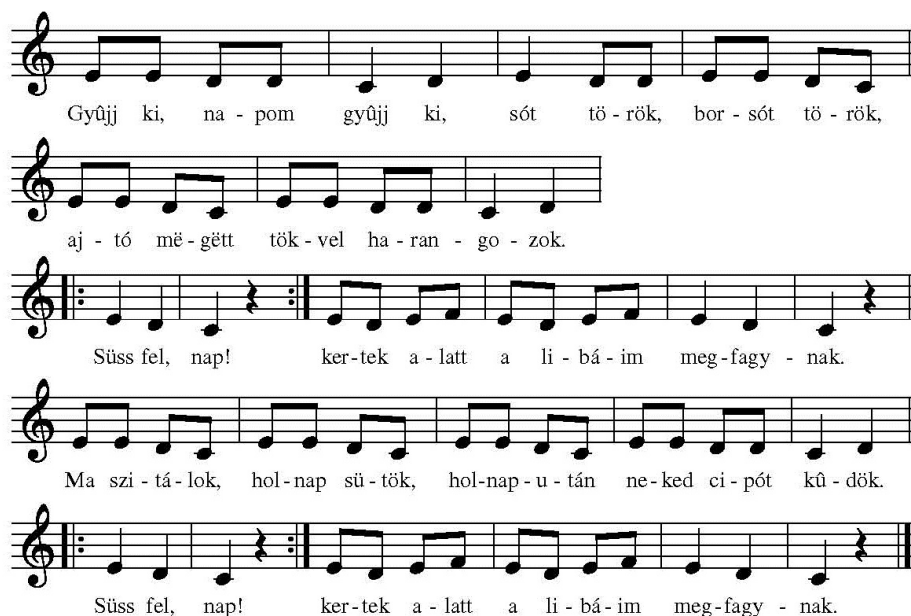
¹⁰⁶ Vajda, 1988. 7. o.

¹⁰⁷ Borsai, 1975. 60. o.

¹⁰⁸ Punykó-Hutterer, 2004. 43. o.

¹⁰⁹ Kiss, 2000. 22. o.

A zoborvidéki gyermekek Kolonban,¹¹⁰ ha beborult az ég így biztatták a napot:



Gyűj ki, na - pom gyűj ki, sőt tö - rök, bor - sőt tö - rök,
 aj - tó mē - gētt tök - vel ha - ran - go - zok.
 Süss fel, nap! ker - tek a - latt a li - bá - im meg - fagy - nak.
 Ma szi - tá - lok, hol - nap sü - tök, hol - nap - u - tán ne - ked ci - pót kû - dök.
 Süss fel, nap! ker - tek a - latt a li - bá - im meg - fagy - nak.

Mátraballán¹¹¹ az ég felé tartott kezekkel hívogatták a napot:



Süss fel, süss fel, ve - rőcs - ke, Ne menj Ma - con - ká - ra,
 Mert Ma - con - kán sőt tör - nek, bor - sot tör - nek,
 Tök - kel ha - ran - goz - nak, Mondd el A - pol - ló - nak,
 Te - rít - sen ki kö - pő - nye - get, Ad - jon Is - ten jó me - le - get!

Már a 3-7 éves korosztálynál érdemes figyelmet fordítani e játékok mozdulataira. Az ég felé kitárt karok szép tartására fel kell hívni a gyermekek figyelmét. Kiegészíthetik a kartartást lassú, egyenletes sétalépésekkel, melyhez forgás is kapcsolódhat, hiszen ezt nevezik a „varázslás” mozdulatának. Fejüket, tekintetüket fordítsák az ég felé. Miután a gyermekek ebben a korban utánzás alapján tanulnak, lényeges és fontos tényező a pedagógus szép és esztétikus mozgása, tartása. A kicsik ténylegesen varázslásnak élik meg a játékot, főleg, ha valóban kisüt a nap az éneklésük közben.

¹¹⁰ Jókai, 2004. 34. o.

¹¹¹ Lázár, 2006. 214. o.

➤ *Esővarázslók*

Borsai Ilona megállapította, hogy az esővarázsló játékoknak pontosan körülhatárolt funkciójuk van, s ezekhez egy vagy több mozdulat is társult, pl.: esőüdvözléskor feltartott fejjel körben forognak.¹¹² Az esővarázslás a forgásnak és a szabadon használt gesztusoknak a mozdulatai.

Az esőhívogatók tulajdonképpen termékenységvarázsló énekek, játékos formában. Valaha libát őrző gyerekek énekelték, mikor eleredt az eső, hogy még jobban essen, s nőjön tőle a fű, szaporodjon a búza, bővebb termés legyen.

Az alábbi esővarázslót a felvidéki **Pereden**¹¹³ így mondogatták a gyermekek:

Ess, eső, ess,
Három hétig ess,
Hullj a rétre,
A vetésre,
Ess eső ess!

A csongrádi **Tápén**¹¹⁴ így örültek a langyos tavaszi esőnek:



A Pozsony környéki **Nagyfödémesen**¹¹⁵ így biztatták az esőt, hogy ne csak a búzát, hanem a hajukat is növesse meg:



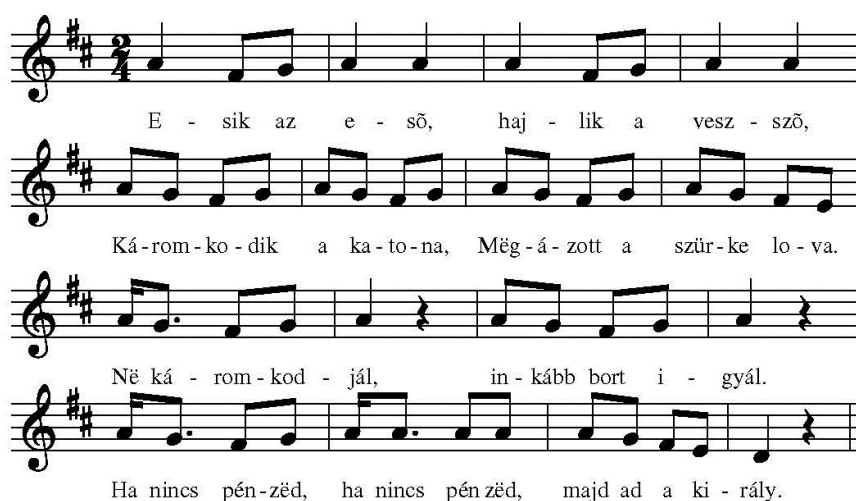
¹¹² Borsai, 1980. 4. o.

¹¹³ Gágyor, 1982. 21. o.

¹¹⁴ Lázár, 2008. 229. o.

¹¹⁵ Lázár, 2006. 95. o.

A Bükkalján, Sályon¹¹⁶ ha esett az eső, a gyermekek karjukat kitarva énekelték:



➤ Állatmondókák

Az állatmondókák és kísérő gesztusaik elsősorban a legkisebb korosztály számára fontosak. Ha van lehetőségünk rá, a szabadban, valóságos szituációkban játszunk ezeket a játékokat.¹¹⁷ Az állatmondókák közül a fecskéről szólókban az **elhárító gesztusok** jelennek meg. Más-más mozdulatokat találkozhatunk a különböző vidékeken. Kalotaszegen az első fecskét kalaplevéve köszöntötték, vagy megjelenésükkor a tenyerükbe fűjtak, hogy egész évben szerencsések legyenek. Gyógyító, szépségvarázsló erővel ruházták fel költöző madarunkat, a fecskét. A hiedelmek egyike a szeplők elvitele volt, ezért az első fecske megjelenésekor „szeplőelvitető” mondókát mondtak, arcot „le mosó” mozdulatok kíséretében.

Ipolyi Arnoldnál olvasható a fecskéről: „...nálunk is az első fecske láttára a leánynak meg kell mosdani, hogy az egész nyáron át szép és fehérarcú maradjon.” Vagy „...midőn tavaszkor első fecskét lát, dörzsölje meg tenyerével arcát, s kezeit keresztbe téve, azokkal vállait érintve mondja: fecskét látok, szeplőt hányok, mire elveszti szeplőjét, s meg lesz attól óvva az egész nyáron át.”¹¹⁸ A különböző változatokban többféle mozdulattal, kézgesztussal is találkozhatunk.

¹¹⁶ Barsi, 2001. 28. o.

¹¹⁷ Czinóber, 2008. 15. o.

¹¹⁸ Ipolyi, 1929. 45. o.

Amikor a fecskék megjelentek a háromszéki **Kézdiszászfaluban**¹¹⁹, két tenyerükkel a gyerekek megsimogatták az arcukat, tenyerüket kifelé fordítva, az arcuk két oldalán tartották. Majd megismételték a mozdulatot, s közben folyamatosan mondogatták:

**Fecskét látok
Szeplőt hányok.**

S úgy hitték, hogy nyáron nem lesznek szeplősek.

A vajdasági **Piroson** ezt mondogatták a fecskéknek:

**Fecskét látok, szeplőt hányok,
Selymet gombolyítok.
Fecskét látok, szeplőt hányok,
Kémény alatt mosdok.**¹²⁰

„... úgy dörzsöltük két arcunkról a szeplőt lefele,(...) és amikor azt mondtuk, hogy selymet gombolyítok, így gömbölyítettük a kezünket, egyiket a másikra, körül forgattuk.”¹²¹

Kalocsán¹²² nagy öröm volt az első fecskék megérkezése. Ezt énekelték nekik a gyerekek:



„A húsvéti sonkával együtt főzték meg a tojásokat is. A megfőtt tojást kiszedték egy tálba, hideg vizet öntöttek rá és megtisztították a héjától. A visszamaradt víz volt a tojásvíz. Ebben mosakodtak szeplő ellen.”

¹¹⁹ Gyűjtő, adatközlő: Kádár Elemér gyermekkori játéka

¹²⁰ Matijevics, 1976. 133. o.

¹²¹ Borsai, 1980. 6. o.

¹²² Pécsiné, 2002. 43. o.

Hévízgyörkőn¹²³ integettek a gyermekek a kezükkel, hogy menjen a kutyára a szeplő. S addig énekeltek, míg csak fecskét láttak az égen.



➤ *Katicabogár röptető*

E mondókákhoz ősi, férjhez menést tudakozó hiedelem fűződik. A kéz fejére tett katicabogarat himbálással, ijesztgetéssel arra készítették a kislányok, hogy elröpjön. Megfigyelték, hogy milyen irányba, merre röpjön el, mert azt tartották, hogy arra fognak férjhez menni. Még a honfoglalás előtti időkből maradhatott ránk, mert a török népeknél is megtalálható ez az énekes mondóka.

A magyar népi játékaink sokféle néven szólították ezt a bogárkát. Több helyen férfinevet kapott, a Kisalföldön Buda bácsi, a Szigetközben Bum bácsi, az Őrségben Böde bogár, a Mátyusföldön Csicsu bácsi, a Balaton felvidéken Péterke névvel illették. Ha egy gyermek katicabogarat talált, mutatóujjára vagy keze fejére rátette és a kezét himbálta a mondóka közben. Addig énekeltek, sétáltatták, hintáztatták, amíg az el nem repült.

A Bihar megyei **Margittán**¹²⁴ ezt mondogatták:

**Katicabogárka,
Nyisd ki a szárnyadat,
Mutasd meg a
Hétpettyes ruhádat.**

Győrszentivánban¹²⁵ így kérdezték a kislányok, hogy merre mennek férjhez?



¹²³ Hintalan, 2000. 38. o.

¹²⁴ Faragó-Fábián, 1982. 159. o.

¹²⁵ Dobszay, 1984. 25. o.

Kárpátalján, **Salamonban**¹²⁶ így röptették a katicát:

**Katicabogárka,
Szállj fel az égbe!
Mondd meg istenkének,
Nyissa ki a meleget,
Zárja be a hideget!**

Zalában, **Csákánydoroszlón**¹²⁷ ha katicát láttak a gyerekek, megkérdezték tőle:

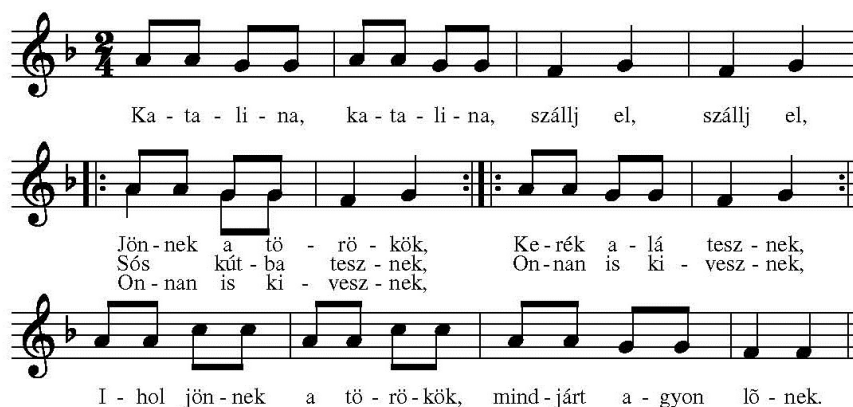


Aztán figyelték, hogy merre repül el az ujjukról.

Mezőcsáváson¹²⁸ ezt énekelték neki



A felvidéken **Csitáron**¹²⁹ pedig így ijesztgették a katicabogarat:



Az óvodában ezeket a játékokat először mindig a szabadban játsszák el a gyermekek, hogy a későbbiekben a csoportszobai foglalkozásokon már valós élményeik alapján képzeletben is pl. röptetni tudják a katicát. Ezek a finom mozgások fontos részei az egész test harmonikus mozgásfejlődésének.

¹²⁶ Punykó-Hutterer, 2004. 43. o.

¹²⁷ Lázár, 1997. 2004. o.

¹²⁸ Veress, 2002. 65. o.

¹²⁹ MNT.I.65.

➤ Csúfolók

A gyermekkorban a csúfolók, gúnyolódók a bizonyos fokú gátlástalanság, szókimondás következtében a gyermekkor költészetének egyik jellegzetes vonását jelentik. A 3-7 éves gyermekek nemcsak az őt körülvevő természettel ismerkednek, hanem szűkebb, majd tágabb környezetük tagjaival is, felfedezik külső, majd belső tulajdonságaikat. A másik gyerekkel való kapcsolatteremtés eszköze a csúfoló, melynek hangvétele játékos, pajkos, bosszantó, de általában mégsem sértő. A ritmusos, rímes mondatok hamar beágyazódnak, megragadnak a gyermekek fejében, s azonnal előjönnek, mihelyt olyan helyzetbe kerülnek, ahol ezt lehet mondogatni.

A csúfolók többnyire *név-, tulajdonság-, foglalkozás- és nemzetség, falu, fiú- és lánycsúfolók*, valamint *testi vagy lelki hibát csúfoló mondókák*.

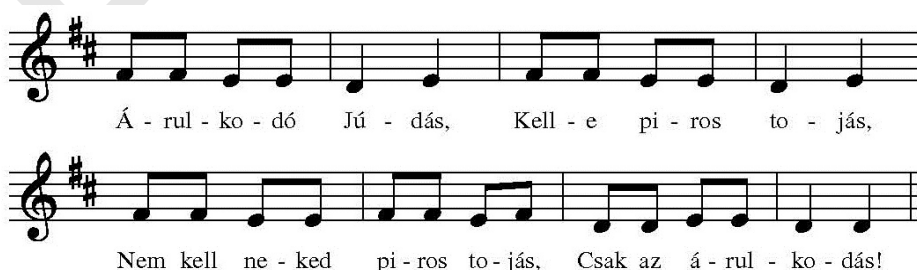
„A csúfolókat jellegzetes gesztusok és arckifejezések kísérik: gúnyos, szemtelen arckifejezés, számárfül, kinyújtott nyelv, fintor, mutogatás (általában a mondóka ritmusára)”.¹³⁰

A gyermekek különösen éles szemmel figyelik egymás külső és belső tulajdonságait, hibáit. Sántára, pizsére, nagyorrúra, fogatlanra, kopaszra, árulkodóra, haragosra, nyafogóra, stb. bőven találunk példát.

Sántára: Sánta bic, Törjön ki a másik is!(Zsigárd)¹³¹

Fogatlanra: Fogatlan Bába, bújj a fáskamrába! (Esztelnek)¹³²

*Árulkodóra: (Medveshidegkút)*¹³³



¹³⁰ Czinóber, 2008. 16. o.

¹³¹ Bakos, 1953. 43. o.

¹³² Gazda, 1980. 199. o.

¹³³ Lázár, 2006. 227. o.

Haragosra: **Mirges pulyka mirgibe, beletojt az ingibe.** (Debrecen-Nyulas)¹³⁴

Kövérré: **Digi-dagi, daganat, Üldözi a halakat,
De a halak ügyesek, Digi-dagi elesett!** (Rát)¹³⁵

Nyafogóra, durcásra: **Síró, pityogó, Salábicska bigyogó!** (Kalocsa)¹³⁶

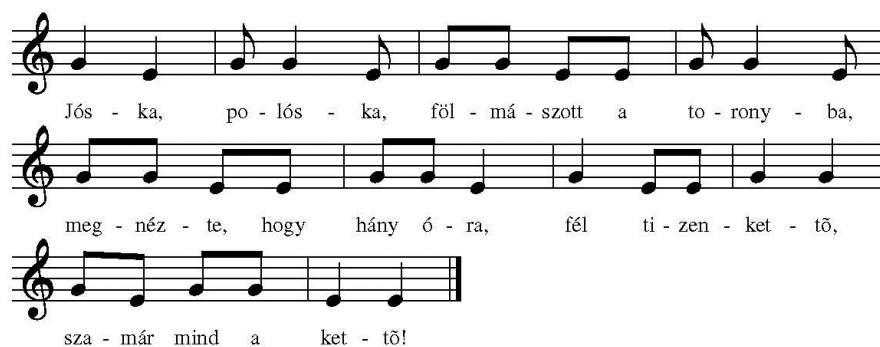
A legnépszerűbbek, legváltozatosabbak a **névcsőfolók**, melyek időnként gorombák, sértőek, durvák is lehetnek.

Zsuzsanna: **Zsuzsika, örök bőgő muzsika!** (Mezőcsávás)¹³⁷

Sándor: **Sándor, a tē neved jámbor,
Mögötöd a suvikszot,
Nem nyól ki a bajucod.** (Kalocsa)¹³⁸

Erzsébet: **Örzsöm-börzsöm bakkecske, Háromlábú menyecske!** (Hévízgyörk)¹³⁹

József: (Ghymes)¹⁴⁰



Elek: (Lédec)¹⁴¹



¹³⁴ MNT.I.12. sz.

¹³⁵ Punykó-Hutterer, 2004. 29. o.

¹³⁶ Pécsiné, 2002. 57. o.

¹³⁷ Veress, 2002. 100. o.

¹³⁸ Pécsiné, 2002. 57. o.

¹³⁹ Hintalan, 2000. 203. o.

¹⁴⁰ Jókai, 2004. 48. o.

¹⁴¹ Jókai, 2004. 48. o.

*Ilona: Duna, Tisza, Dráva, Száva, Be nem áll az Ica szája! (Jóka)*¹⁴²

*László: (Tura)*¹⁴³



➤ **Kiolvasók**

A kiolvasó mondókák nagyon sajátos műfajt képviselnek. Jellemzőjük, hogy különböző játékok előtt fordulnak elő a szereplők kiválasztásához (hunyor, kergető, körközepén álló, farkas, kérő, stb.) A dallamos hanglejtés jellemzi az előadásmódjukat. A kiolvasók jellegzetes ritmusa, a negyedenként egyenletesen lüktető hangsúlyozás.

*„Szövegükben sok archaikus elemet őriznek: ráolvasó formulákat, régies számolási módot, értelmetlenné torzult, gyakran idegen eredetű szavakat. Kísérőjük egy-egy jellegzetes kiolvasó mozdulat.”*¹⁴⁴

A kiolvasók szövegei még a játékdalok szövegénél is jobban bizonyítják, hogy a gyermekek számára nem a szavak értelme a fontos, hanem azok hangzása: a ritmus, a rím, a hanglejtés.

*„A sorsolás ősi műveletéhez meg különösen jól illenek a mágikus eredetű varázsigékre emlékeztető értelmetlen sorok.”*¹⁴⁵

A kiolvasás többféle kézgesztussal is történhet:

- A gyermekek körben állnak, egy a kör közepében állva, mutatóujjával negyedértékenként mindegyik gyermekre rámutat. Akire az utolsó szótag esik, az lesz a pl. a kérő.

¹⁴² Gágyor, 1982. 56. o.

¹⁴³ Lázár, 2006. 303. o.

¹⁴⁴ Lázár, 1997. 50. o.

¹⁴⁵ Dobszay, 1984. 50. o.

- A gyermekek szorosan egymás mellé állnak félkörben. Ökölbe szorított kezüket előre tartják, egy pedig a hangsúlyos szótagokra, kezüket ütögetve mondja a kiszámolót.
- Jellegzetes kiolvasási mód, amikor gyermekek körben állnak, s mindkét kezüket ökölbe szorítva tartják maguk előtt. A kiszámoló szintén ökölbe szorított kézzel üt mindegyik ököltre, negyedenként. Egyes változatokban az ütés keresztezve történik, jobb ökölrel a gyermek jobb öklére, bal ökölrel a bal öklére üt. A saját jobb ökle helyett a kiolvasó az állára üt. Amelyik ököltre az utolsó szótag esik, azt gazdája a háta mögé teszi, s ha a másik ökle is „kiesett”, egészen kiáll a kiszámolásból.
- A játékosok körbe, (félkörbe, sorba) állnak vagy ülnek. Egy közülük a kör közepén vagy a sorral szemben áll, vagy jár, s a kiszámolót mondogatva sorra megérinti mindnyájukat. Akit az utolsó szótagra érint meg, az kiesik a játékból, s az újra kezdődő kiolvasásban már nem szerepel. Aki legutoljára marad, az lesz pl. a „farkas”. Lehet egy egyszerűsített változata is, hogy az első kieső lesz pl. az „anya”.

A fentebbi kiolvasási módokat még szökdéléssel, a mondóka tempójának gyorsításával, utolsó szótagjainak lassításával, s különböző dinamikai fokozatokkal variálták a gyermekek.

A Mezőcsávásra¹⁴⁶ való a következő kiolvasó:

**Egyedem-begyedem, tíjom-tájom,
Dörzsöm-börzsöm, bisztoly járom,
Ámszt, tomszt, kender bontsz
Ájer-fájer, kupp.**

¹⁴⁶ Veress, 2002. 112. o.

Rábaközi kiszámoló **Vitnyédről**¹⁴⁷

Le - men - tem a pin - cé - be va - jat csi - pe - get - ni,
U - tá - nam jött ö - reg - a - pám hát - ba ve - re - get - ni,
Nád kö - zé búj - tam, Nád sí - pot csi - nál - tam,
Az én sí - pom így szólt: dí - dá - dú,
Te vagy az a nagy szá - jú. Jú - jú - jú, Nagy szá - jú.

Egy bihari kiolvasó **Biharugráról**¹⁴⁸

Örtöm-börtöm, öt mozsár, Szól a rigó akadár,
Cérnára, cinegére, Düc ki, madár a mezőre,
Düc ki, akaszd ki,, Hadd száradjon odaki!
Szőke baba, komédia, Ápila, gólija,
Ala-pitya lotty!

A következő **mezőkövesdi**¹⁴⁹ kiszámolóban egy gyermek beáll a körbe, s a kör belső oldalán haladva, kiszámoló mozdulatokkal éneklí a kérdéseket. A feleletet mindig az adja, akire a kérdő sor utolsó szótagja jut. Az utolsó választ – „Kislányoknak...” – mindenki éneklí negyedes tapssal kísérve, míg az, akire az utolsó számolás esik, beáll a kör közepére, s ő lesz a következő játék főszereplője:

¹⁴⁷ Borsai, Sztanó gyűjtése 1964.

¹⁴⁸ Lázár, 2008. 333. o.

¹⁴⁹ Kiss József, 2003. 18. o.

Egy, ket-tő, há-rom, négy, Ö-kör, bir-ka ho-vá mégy?
 Ker-tek a-lá ló-sző-ré'. Mi-nek az a ló-szőr?
 Szi-tát kö-tő-get-ni, Mi-nek az a szi-ta?
 Kor-pát ej-tő-get-ni, Mi-nek az a kor-pa?
 Ma-la-cot hí-z-lal-ni, Mi-nek az a ma-lac?
 Há-jat var-ro-gat-ni, Mi-nek az a háj?
 Ko-csit ke-nő-get-ni, Mi-nek az a ko-csi?
 Fá-kat hor-do-gat-ni, Mi-nek az a fa?
 Kis há-zat csi-nál-ni, Mi-nek az a kis ház?
 Kis-lyá-nyok-nak, le-gé-nyék-nek be-nő-tán-col-gat-ni.

Kalocsán¹⁵⁰ így sorsolták a gyerekek a következő játékost:

Égyedöm-bögyedöm karkantyú,

Nem vagyok én fényakú

Szent Pál lovát vasalom,

Fényös szöge szögezöm

Vaspácáva konga-tom,

Kong-kong Pétör bácsi

Szöd ki, vöd ki azok közül

Ezt!

¹⁵⁰ Pécsiné, 2002. 38. o.

„A gyerekek ketten-hárman a padra tették kifeszített ujjú kezüket. Az ujjakra számolták rá a mondókát. Amelyik ujjra esett az utolsó szó, azt be kellett hajlítani. Az győzött, akinek hamarabb elfogytak az ujjai.”¹⁵¹

2.1.2. A súlylábmozgás és a testsúlyáthelyezés

A mozdulattípusok másik csoportja a súlyt hordó lábnak a mozgása, más néven súlylábmozgás. A súlylábmozgásnak a fajtái, Szentpál Mária¹⁵² megfogalmazása szerint:

- fel és le, vagy le és fel kilengés (térdnyújtásból guggolásig vagy fordítva, rúgózás),
- a láb forgatása hosszanti tengelye körül (be és kiforgatás),
- a testsúly áthelyezése a lábfő illetve a talp egyik részéről a másikra.

A súlylábmozgások a leggyakrabban a lépés, ugrás, forgás mozdulattípussal együtt fordulnak elő.

A testsúlyáthelyezés olyan súlyátvitel, amely közben a két lábfő nem hagyja el sem a talajt, sem előző helyét.

- egyik lábról, másik lábra,
- egy lábról két lábra,
- két lábról egy lábra,
- két lábról két lábra.

A testsúlyáthelyezés leggyakoribb mozdulata a ringás.¹⁵³

2.1.2.1. A súlylábmozgás és a testsúlyáthelyezés a népi játékokban

A súlylábmozgásokat, miután más mozgástípusokkal együtt fordulnak elő, ezért e mozgásokhoz kapcsolható népi játékokat a *Lépés*, *Ugrás*, *Forgás* fejezetekben mutatjuk be részletesen.

¹⁵¹ Pécsiné, 2002. 32. o.

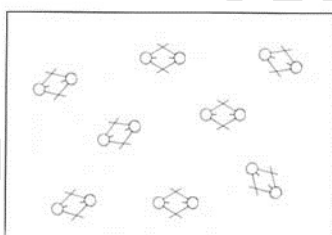
¹⁵² Szentpál, 1977. 15. o.

¹⁵³ Czinóber, 2008.23. o.

A testsúlyáthelyezésre találunk példát ebben a **turai** hintázó játékban:

Hin - ta, pa - lin - ta, Ka - rá - cso - nyi sza - lon - na,
 Szállj le ba - rát a hin - tá - ról, Nem te a - pád csi - nál - ta,
 Én a - pám csi - nál - ta,
 Száz fo - rint az á - ra,
 Mind - járt jön az ör - dög,
 Fűs - tös fa - ze - ká - val,
 Fel - kap - ja az an - gyal,
 Fe - hér fá - tyo - lá - val.

A gyermekek egymással szemben leülnek a padlóra, lábuk kissé terpesztve, nyújtva. A lábak térd alatt keresztezve, a kezük páros kézfogással. Hintázó mozdulattal kísérve, előre-hátra döntik a törzsüket a dal éneklése közben.¹⁵⁴



A testsúlyáthelyezés gyakorlására jó példa a láncszakítás, melyet megtalálhatunk a zalai „Pipám, pipám, pántlikám...” kezdetű, hidas játékokkal rokon játékban is.

Pi - pám, pi - pám, pánt - li - kám, El - vesz - tet - tem a pi - pám.

A párbeszédes énekes játék végén az első angyal mondja:

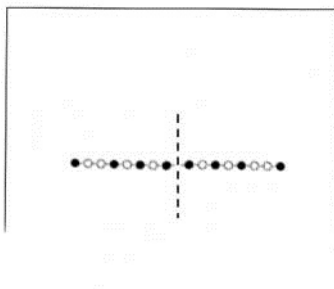
Angyal: Ördög, adj kezet!
 Ha nem adsz, szakítok!

Ördög: Nem adok!
 Szakíts, ha tudsz!

Az első angyal és az első ördög jobb kézzel megfogják egymást. Az angyalok az első angyal mögött, az ördögök az első ördög mögött helyezkednek el, átkarolják az előttük levő

¹⁵⁴ Dolányi Anna gyűjtése, Tura, 1983.

derekát és huzakodnak. Amelyik csoport áthúzza a másikat a két csoport közötti vonalon, az győz.¹⁵⁵



Ezek a játékok nemcsak különféle mozgásokra, hanem erő kifejtésre is készítik a gyermekeket. A bátrabbakat elfárasztja, a félénkeket felbátorítja az együtt végzett mozgás öröme. A lánchúzás pedig kedvelt játéka lehet a vegyes csoportoknak is, hiszen a kicsiknek is, a nagyoknak is élményt jelent.

2.1.3. A lépés

A zenei ritmus „egyenletes lüktetése” negyedekes jellegű. A járás ritmusa ennek a lüktetésnek pontos megfelelője. Tudatos követése mégis gondot okoz a 3 éves gyermeknek, még fejletlen egyensúlyérzéke miatt. A szövegritmus „kitapsolásakor” a gyermek a szinkinézis miatt a negyedeket és a nyolcadokat felváltva tapsolja. Ezért kezdetben meg kell elégednünk a szöveglüktetés érzetének biztonságával. Csak ennek az érzetnek az erősödése után foghatunk hozzá a negyedeken és nyolcadokon átívelő egyenletes lüktetés szabályos ismétlődő mozgásának az érzékeltetéséhez. A mozgás és a szöveg együttességénél kizárólag a kezeket használjuk. Csak a kézritmus megerősödése után kísérhetjük meg ennek a ritmusérzetnek a kialakítását a lábak, a járás és a szövegmondás együttességében.¹⁵⁶

„A lépés, olyan testsúly áthelyezés az egyik lábról a másikra, amelynél a testsúly áthelyezés előtt a lépő láb elhagyja a földet. A lépésfázis két mozzanatból áll, a bevezető lábgesztusból és a súlyátvételből.”¹⁵⁷

A 3 éves (kiscsoportos) korosztálynál a biztonságos járás még nem alakult ki. A járás ugyanis nem más, mint a test ritmikus egyensúlyáthelyezése folyamatos mozgás közben. S mivel az énekes játékok eljátszása, már biztonságos, esztétikus járást kíván, végrehajtásához

¹⁵⁵ Horváth Károly gyűjtése, Nova, 1956.

¹⁵⁶ Falvay, 1990. 23. o.

¹⁵⁷ Szentpál, 1978. 13. o.

fejlettebb egyensúlyérzékre, erőre, mozgáskoordinációra van szükség. Ezek elsajátítása pedig hosszú időt vesz igénybe.

2.1.3.1. Lépés a népi játékokban

A népi játékokban a lépések irányát és a hozzájuk kapcsolódó mozgásokat tekintve többféle változatot is találhatunk. Pl. a **sétalépés**, amelyhez különféle mozgások kapcsolódnak: a **guggolás**, a **kifordulás**, előre, hátra lépések, egyes, kettes **csárdáslépések**, egyszerű táncos mozdulatok, mint az **oldalt kilépés**, a **sarokemelés**, a **sarokkoppantás**. A **különböző térformákat** is felfedezhetjük bennük: a kör, a csigaforma vagy rétes, a kanyargó járás három gyermek körül, a kapuzós játékok, a sorokba rendeződés. Ezekre a lépés változatokra bőven találhatunk példákat népi énekes játékainkban:

➤ Sétalépés-guggolással

Már 3 éves korban próbálkoznak a gyermekek a guggolás játékos kivitelezésével. De ekkor még nincs ritmuskényszer, hiszen ritmusban folytatni a játékot, akár lépéssel, akár más mozgással, az még számukra nehéz feladat. De a guggolás körjátékokat, ahol a dallam végén kell leguggolni, s az új dallamra újra elindulni sétalépéssel, már 4 éves koruktól általában ügyesen meg tudják oldani. Ebben az életkorban e mozgások nagyon élvezetesek, s egyben rendkívül hatékonyak az egyensúly fejlesztésére.

„Az egyenletes lüktetés érzékeltetésén kívül ezek a játékok alkalmasak arra, hogy a gyermekek megismerkedjenek egy dallam végén a mozdulatok páros lábon történő befejezésével, ami táncainkban gyakori jelenség.”¹⁵⁸

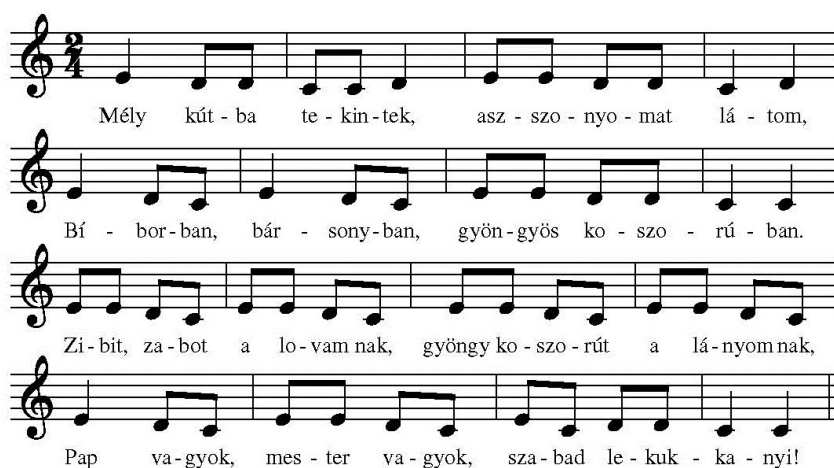
Erre példa a következő szigetközi játék **Kisbodakról**.¹⁵⁹



¹⁵⁸ Czinóber, 2008. 28. o.

¹⁵⁹ Barsi Ernő gyűjtése 1971.

A zoborvidéki **Ghymesről**¹⁶⁰ való körjáték:



A dallam végi leguggolást láthatjuk a **Mezőkövesdről**¹⁶¹ való énekes játékban is:



Amikor másodszorra éneklük ellenkező irányba sétálnak a gyermekek, majd a „Nádarackot...” kezdetű ötödik ütemtől egymás kezét elengedve, de a körformát megtartva megfordulnak a saját tengelyük körül, és a dallam végén mindenki leguggol.

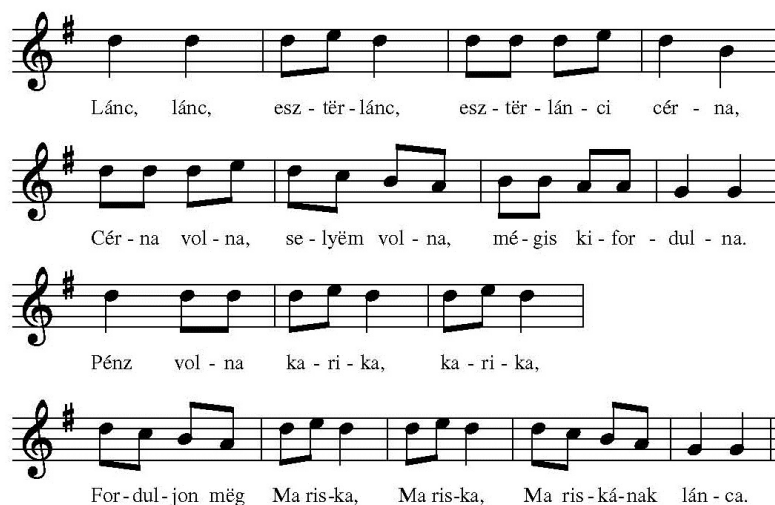
➤ *Sétalépés-kifordulással*

A kifordulós körjátékok legegyszerűbb formája, amikor a dallam utolsó sorában a gyermekek egyikének a nevét mondják, aki erre kifordul a körből, s ezután a kör közepének háttal folytatja a sétalépést. A játékban előforduló mozgás – a kifordulás – nehézségét az jelenti, hogy a kiforduló mellett álló gyermek kezét el kell engedni, majd újra megfogni, s mindezt természetesen úgy, hogy a sétalépés folyamatos maradjon. Nem könnyű feladat a gyermekek számára a kör középpontjának háttal sétálni.

¹⁶⁰ Jókai, 2004. 56. o.

¹⁶¹ Mezőkövesd, Ak.: Gari T. Margit, (56 év), Gy: Kiss József, 1962.

Az egyik legnépszerűbb kifordulós játékunk a „Lánc, lánc, eszterlánc...” a vajdasági **Gomboson** énekelt változata.¹⁶²



A következő példánk a bodrogi **Cigándról** való, s az előző dallam variánsa. A körben járáson és a kiforduláson kívül a befejező játéka is nagyon érdekes változat.



A „lányok összefogódzva körben járnak és énekelnek. A dal végén az egyik kifordul. Addig játsszák, míg mindenki ki nem fordul. Akkor nevetve sikítják: „**Ködmönt köszörülünk!**”, s hátukat, farukat egymáshoz ütik, dörzsölik: közben az egész gyermekszeregből egy gombolyag lesz.”¹⁶³

A mezőszéki **Galambodon**¹⁶⁴ gyűjtött játékban egy nagyobb gyermek középre áll, s a többiek körülötte járnak körbe. Az utolsó sort a középen álló gyermek énekli, s tetszése szerint nevet választ a körben állók nevei közül. A „Dínom, dánom, kedves lányom (fiam)...” helyett négy gyermek nevét is énekelheti.

¹⁶² MNT.I.464. o. Kiss Lajos gyűjtése 1941.

¹⁶³ MNT.1951.49. o. Lajtha 1921-es gyűjtéséből

¹⁶⁴ Veress, 2002. 182. o.



➤ *Sétalépés-csárdáslépéssel*

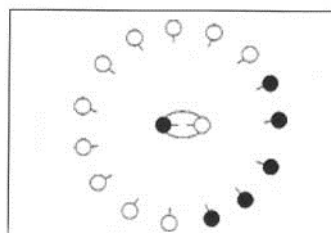
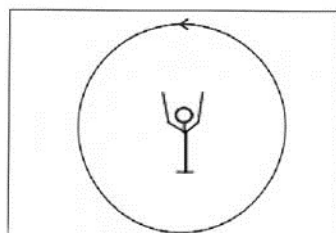
A gyermekek körben állnak, egymás kezét fogják karjukat leeresztve. Az oldalt kilépés (a „csárdás”) mindig kis, hangsúlytalan térdhajlításból indul. A kilépés lábfejtávolságra balra vagy jobbra, a záró hozzálépés ismételt hangsúlytalan térdhajlításból történik.

A párválasztó körjátékokra jellemző a *sétalépés és a csárdáslépés kapcsolódása*. A legegyszerűbb változata, amikor a kör sétalépéssel halad, s a kör közepén álló gyermek egy lépéses csárdást táncol jobbra-balra. Majd a megfelelő szövegrésznél párt választ magának, s a dal végéig csárdást táncolnak kézfogással vagy a nagyobbaknál vállderékfogással. A körben állók eközben helyben állva tapsolnak vagy ők is csárdást táncolnak. Többféle mozgásváltozattal találkozhatunk ezekben a játékokban.

Az alábbi **torvaji** (Somogy) változatban a kör közepén álló gyermek magasra tartott kézzel áll, a többiek kézen fogva körülötte járnak sétalépéssel. Amikor az ének az „Ezt szeretem” részhez ér, a kör megáll és tapsolni kezd, a bent álló pedig párt választ magának a körből, akivel egy lépéses csárdást táncol. A következő játékban a kiválasztott gyermek lesz a „meggyfa.”¹⁶⁵



¹⁶⁵ Szapu, 1996. Gyűjtő: Együd Árpád, 1969



Az bodrogi **Vajdácskára**¹⁶⁶ való játékban már kétlépéses csárdást táncolnak a gyermekek. Kézfogással körben járnak, a közepén lévő kislány csípőre tett kézzel halad ellentétes irányban, s az „akit szeretsz, vedd el...” résznél Csillag Boris párt választ magának, s kétlépéses csárdással forognak. A körben lévő is párosával forogva csárdást járnak.

Csil - lag Bo - ris Tu - dom a ne - ve - det,
 Ér - ted va - gyok ha - lá - los be - te - ges.

1.,Kon koly le - vél, tisz - ta bú - za,
 2.,Ezt szé - re - tem, ezt ked - ve - lem,

Majd ki - vi - rít az i - bo - lya,
 Az i - bo - lyát ak - kor sze - dik,
 Mi - kor tisz - ta har - mat e - sik,
 2.,Ez az én é - des ked - ve - sem,

1/2Rác i - de, rác i - de, sze - der - in - ke,
 Ben - ne fo - rog, ben - ne fo - rog kis - me - nyecs - ke.

A - kit sze - retsz, vedd el! D.S. al Fine (♩)

A **Homokmégyen**¹⁶⁷ többféle mozgás is társult a játékhoz. Leginkább kislányok játszották csoportosan, s az első 8 sorra körben lépegettek a dal ritmusa szerint. A közepén álló kislány a szöveg szerint utánzó mozgást végzett. Az „Ezt ölelém”-től kezdve négy soron keresztül a kört alakító gyermekek kétlépéses csárdást jártak. A közepén álló szintén, de forgott is vele. Közben az „Ezt ölelém, ezt csókolom” sornál rámutatott egy-egy gyermekre, akik a „Nem adhatom oda, Tyúkok ülnek rajta” sort egyedül énekelték. A két utolsó sorra a

¹⁶⁶ Damos, 2003. 62. o.

¹⁶⁷ Pécsiné, 2002. 107.o.

körben lévők megálltak és két karjukkal tréfásan hessegették a „vén kakast”. A legutolsó sort már csak kiáltották és szétszaladtak. Akit megfogott a középső gyermek, az állt be helyette.

Hej, szé - ná - ra, szé - ná - ra, Szé - na - sza - ka - dék - ra,
 Ben - ne for - gó kis - mö - nyecs - ke Nyút - nyút fő - na - lát,
 A nyá - lá - vä nyá - la - zi, A bö - gyé - vě bö - gye - zi,
 Bö - gyem, bö - gyem jó ba - rá - tom, Ö - léd a - kit sze - rec!
 Ezt ö - le - lém, Ezt csol - ko - lom,
 Ko - mám - asz - szony ké - re - ti a sze - ke - rét,
 Nem ad - ha - tom o - da, Tyú - kok û - nek raj - ta,
 Hős ki vén ka - kas! Mög - öl a far - kas!

2.1.3.2. Vonulásokban előforduló különböző térformák

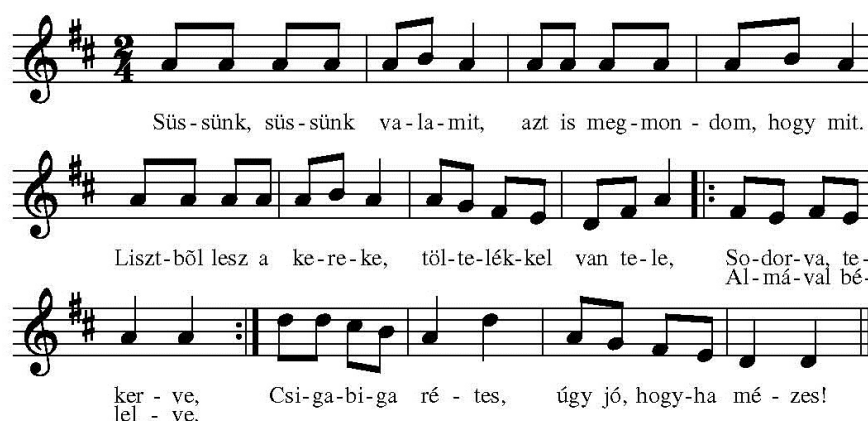
A tavaszi lányjátékok egy része, az úgynevezett labirintus formájú táncok csoportjába tartozik, ezek ide-oda kígyózó, nyitott láncformában mozognak. Ezek közé sorolják a csigavonalban be- és kicsavarodó, a háromszög alakban guggoló három gyermeket kanyarogva körüljáró játékokat, a bújós- és hidas játékok nagy részét.

Az eddigi játékoknak a térformája a zárt kör volt. Az alábbiakban az ettől eltérő térbeli alakzatokra láthatunk példákat, amely játékok az egyenletes löktetés és az esztétikus járás gyakorlása mellett, a térben való tájékozódás képességét alakítják ki a gyermekekben.

„A vonulások lényege, hogy a nagyobb lányok énekelve végigmennek a falun. ...Már az ókorban is ismert határkerülés emléket őrizi.(...) A közelmúltban inkább arra szolgált, hogy mindenki lássa — elsősorban természetesen a legények —, ahogy a lányok a játszóra mennek.(...)A játszó szokásának abbamaradása után a vonulások alkalomhoz nem kötődő játékokká váltak.”¹⁶⁸

➤ Csigaforma vagy rétes-játékok

A legegyszerűbb térforma, melyre sok vidéken találhatunk példát. A somogyi gyermekjátékok közül **Szenyéren**¹⁶⁹ a dal kezdetekor elindulnak körben és csigavonalban elkezdik betekerni a sort. Az elején lévők apróbb lépésekkel segítik a tekeredést. Az utolsó gyermek visszafelé kibontja a rétest.



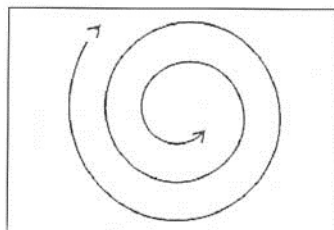
Süs-sünk, süs-sünk va-la-mit, azt is meg-mon - dom, hogy mit.

Liszt-ből lesz a ke-re-ke, töl-te-lék-kel van te-le, So-dor-va, te-
Al-má-val bé-

ker - ve, Csi-ga-bi-ga ré - tes, úgy jó, hogy-ha mé - zes!
lel - ve,

¹⁶⁸ Lázár, 1997. 22. o.

¹⁶⁹ Szapu, 1996. Gyűjtő: Együd Árpád, 1975.



A bodrogi **Perbenyiken**¹⁷⁰ a Tekeredj kapu...játéknál egyenes sorba állva összefogódnak. Az egész sor elkezd a utolsó gyermek körül körbe csavarodni, miközben mondják: „**Tekeredj kapu, tekeredj kapu!**”. Ezt addig ismételtetik folyamatosan, amíg be nem tekerődtek. Majd visszafelé bontakoznak ki a „**Nyílj ki kapu, nyílj ki kapu!**”-ra, míg ismét egyenes sorba nem állnak.

3-5 éves korban még a pedagógus vezesse a sort, s ha már jól megy a ki- és betekeredés, rá lehet bízni az ügyesebb gyermekekre. 5-7 éves korban már nehezíthető a játék: pl. hol jobb, hol bal irányba indítsák a rétest, vagy a negyedes lépések és nyolcados futólépések váltakozásával. Miután ez a korosztály utánzás alapján tanul, könnyen alkalmazkodnak a gyermekek a pedagógus mozgásához, tempójához.

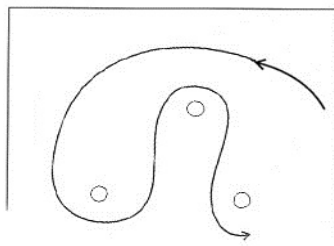
➤ *Kanyargó járás 3 gyermek körül*

Az alábbi zalai **Lentiből**¹⁷¹ való játékban három kislány egymástól 4-5 lépés távolságra, arccal egymás felé fordulva, háromszög alakban guggol. A többiek kézfogással láncot alkotnak és a dal éneklése közben kerülgetik őket. A két első előlről, a hátsót kívülről kerülik meg.

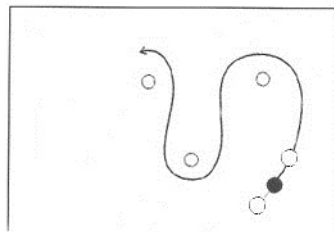


¹⁷⁰ Kiss, 2000. 193. o.

¹⁷¹ Horváth Károly gyűjtése 1958-ból



A bodrogi **Vajdácskáról**¹⁷² kétféle változatot is ismerünk. A lánc labirintustáncszerűen kerülgeti a három gyermeket. Itt a guggoló gyermekek megfordítva helyezkednek el, elől guggol egy gyermek, hátul pedig kettő.



He - je, ha - ja, ha jól la - kom or - cát,
Ha én az - tat tud - tam vol - na,
Sze - re - tőm i - gaz - nak lát - szik,

kö - rül já - rom két te - kercs gom - bát,
hog az al - ma é - des vő - na,
de csak ak - kor, mi - kor ját - szik,

A gom - bá - nak min - den fé - le faj - tát,
Pár - ját szá - kaj tot - tam vő - na,
Szem - be sze - ret, tit - kon gya - lász,

le - gé - nyek - nek két nagy al - ma fá - ját.
sze - re - tőm - nek ad - tam vő - na.
há - za e - lőtt föl - di ja - vát.

¹⁷² MNT 1951. 161.o. Lajtha 1921-es gyűjtéséből

➤ Kapuzós játékok

Régen a falvakban rendszerint csak nagybőjtben fordultak elő a kapuzós-bújós-vonulások játékok. Különböző dallamokra, többféle változatban játszották őket. Legegyszerűbb formája mindenütt általános volt: két gyermek egymás mellett állva, feltartott kezekkel kaput tart, a többiek pedig kézfogással hosszú láncot alkotva, énekelve, negyedes sétalépéssel átbújnak a kapu alatt. Akire a dal végén „rácsapják” a kaput, az lesz az új kaputartó.

Matyóföldön, **Tardon**¹⁷³ gyűjtött játékban is a bújás-vonulás váltakozását láthatjuk.

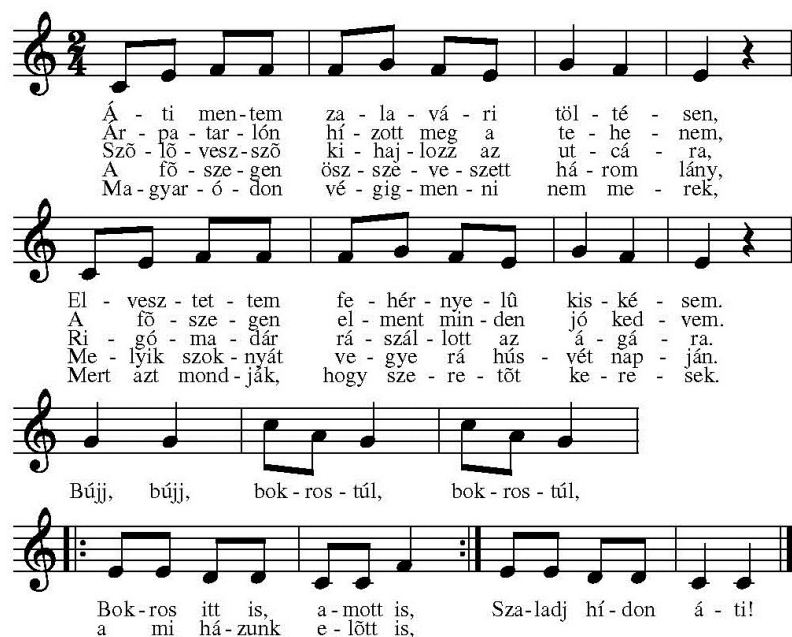
Bújj, bújj, zöld ág, zöld le - ve - lecs - ke,
Nyit - va van az a - rany ka - pu, csak búj - ja - tok raj - ta.
Nyisd ki, ró - zám, ka - pu - dat, ka - pu - dat,
Hagy ke - rü - löm vá - ra - dat, vá - ra - dat,
Szi - ta, szi - ta pén - tők, sze - re - lém csü - tör - tők,
dob szer - da.

„Keét gyerekek meffogta egymás kezit, hidat csinát. A többi danolva bukát alatta, erre-
arra sündörögtek, tekerettek. Mikor azt mondták: dobszërda, akkor leeresztették kezüket, a híd
lëzárút. Aki elöött lëzárták a hidat, attü' mëkeérdëzték: Kihë mégy, aranyalmáho' vagy
aranykörtéhë'. Az egyik kapu, jobban mondvá aranyalmáho' akkor amalleé át, keét kapu lëtt,
mer ő is hidat csinát az almás cimborájával. A játéké folytatodott tovább, míg el nem fogytak
a gyerekek.”

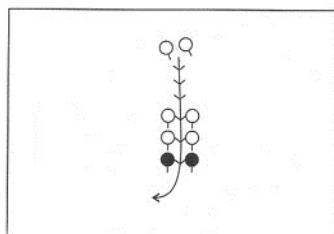
A zalai **Balatonmagyaródon**¹⁷⁴ a dal első részére párosával vonulnak egymás után a
gyermekek és a „Bújj, bújj...”-tól megállnak, s kaput tartanak. A feltartott kezük alatt a
hátsók bújnak előre a dallam végéig, majd újra kezdik a játékot.

¹⁷³ Kiss, 2003. 16. o.

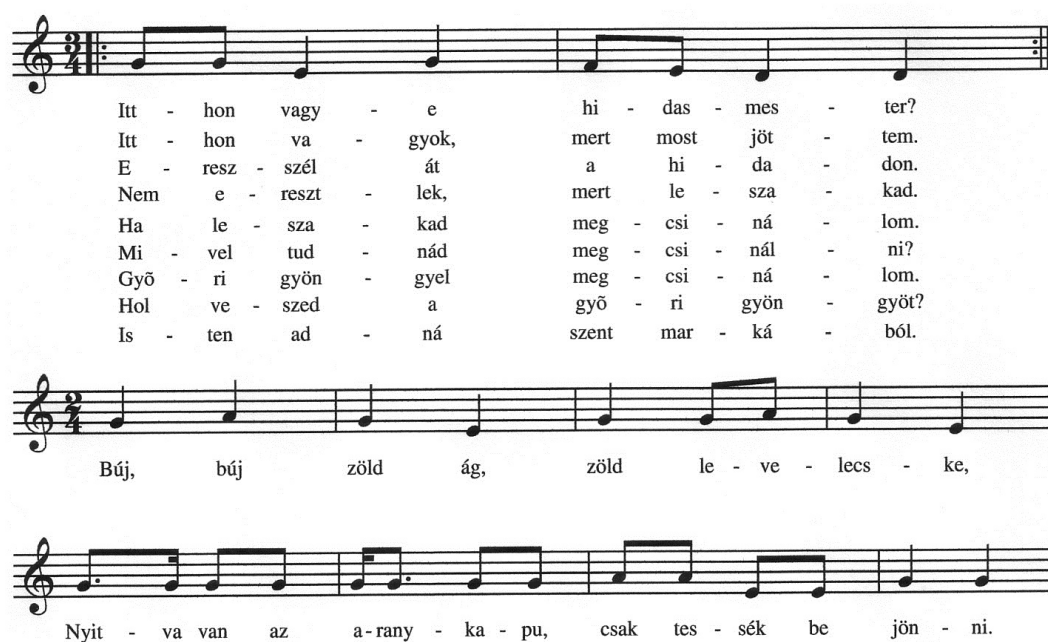
¹⁷⁴ Balatonmagyaród, 1957. Gyűjtő: Vajda József



Á - ti men - tem za - la - vá - ri töl - té - sen,
 Ár - pa - tar - lón hí - zott meg a te - he - nem,
 Sző - lő - vesz - sző ki - haj - lozz az ut - cá - ra,
 A fő - sze - gen ősz - sze - ve - szett há - rom lány,
 Ma - gyar - ó - don vé - gig - men - ni nem me - rek,
 El - vesz - tet - tem fe - hér - nye - lű kis - ké - sem.
 A fő - sze - gen el - ment min - den jó ked - vem.
 Ri - gó - ma - dár rá - szál - lott az á - gá - ra.
 Me - lyik szok - nyát ve - gye rá hús - vét nap - ján.
 Mert azt mond - ják, hogy sze - re - tőt ke - re - sek.
 Bújj, bújj, bok - ros - túl, bok - ros - túl,
 Bok - ros itt is, a - mott is, Sza - ladj hí - don á - ti!
 a mi há - zunk e - lőtt is,

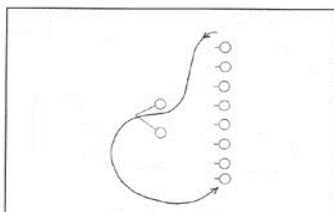


A szigetközi változatban, **Győrújfaluban**¹⁷⁵ a gyerekek egy sorban állnak a két „hidas mesterrel” szemben, akik kaput tartanak. A láncsorban állók kérdeznek, a „hidas mesterek” válaszolnak. A „Búj, búj”-tól a sor átvonul a kapu alatt. A dal végén a „hidas mesterek” leengedik a kezüket, s az előttük álló két gyermekkel helyet cserélnek.



Itt - hon vagy - e hi - das - mes - ter?
 Itt - hon va - gyok, mert most jöt - tem.
 E - resz - szél át a hi - da - don.
 Nem e - reszt - lek, mert le - sza - kad.
 Ha le - sza - kad meg - csi - ná - lom.
 Mi - vel tud - nád meg - csi - nál - ni?
 Győ - ri gyön - gyel meg - csi - ná - lom.
 Hol ve - szed a győ - ri gyön - gyöt?
 Is - ten ad - ná szent mar - ká - ból.
 Búj, búj zöld ág, zöld le - ve - lecs - ke,
 Nyit - va van az a - ran - y - ka - pu, csak tes - sék be jön - ni.

¹⁷⁵ Barsi, 2006. Ak.: Özv. Szabó Györgyné 1965.



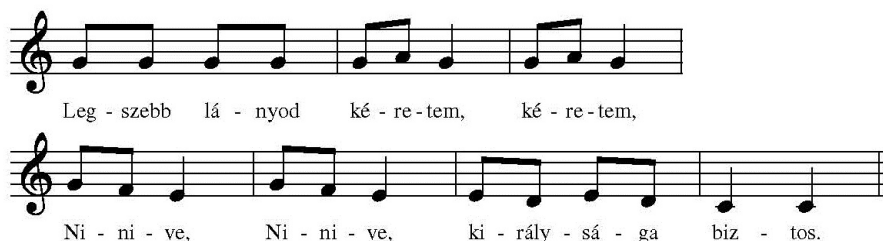
A játékok tanulásánál először beszéljük meg a gyermekekkel, hogy mikor kezdődik az átbújás, s a kéztartást is mutassuk meg. Ha már ismerik jól a térformákat, mozgásokat, kartartásokat, akkor hagyjuk őket, hogy önállóan játsszanak, csak egymásra figyeljenek, mert akkor válik majd számukra igazán élvezetessé a játék.

➤ *Sorjátékok (Ninive)*

A következő Európa-szerte jól ismert játéknak szövegében és cselekményében a régi „menyasszonyrablás” szokásának emléke él. Elsősorban a Dunántúlon és az északi területeken honosodtak meg.¹⁷⁶

Fogyó-gyapodó játékaink közül a Ninive-játékban a gyermekek arc-sorban kézen fogva láncot alakítanak. Velük szemben áll a „kérő”, s a játékdal szövegének megfelelően folyik a párbeszéd a sor és a kérő között. Amelyik fél énekel, az közben egyenletesen dobogva előre lépked, a refrénre pedig visszahátrál. A dal befejezésekor a sorból egy gyermek átmegy a „kérő”-höz. Addig folytatják a játékot, amíg a sorból már csak egy gyermek marad, akkor megfordítva újrakezdi.

A zaborvidéki **Kolonban**¹⁷⁷ így játsszák a „nínivés” játékot:



¹⁷⁶ Dobszay, 1984. 85. o.

¹⁷⁷ Lázár, 2006. 92. o.

2. Legszebb lányom nem adom, nem adom,

Ninive, ninive, királysága biztos.

3. Katonáságot hívatok, hívatok,

Ninive, ninive, királysága biztos.

4. Katonáságtól nem félek, nem félek,

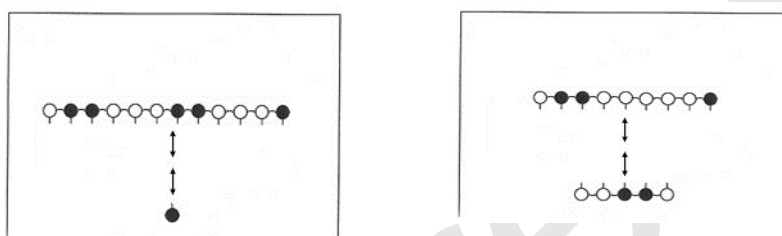
Ninive, ninive, királysága biztos.

5. Felgyújtom a házadat, házadat,

Ninive, ninive, királysága biztos.

6. Legszebb lányom od'adom, od'adom,

Ninive, ninive, királysága biztos.



A játékkal kigyakorolhatjuk a lépésváltás nélküli irányváltásokat. Akkor tudnak a gyermekek szép sort kialakítani, ha egyformákat lépnek, s figyelnek a mellettük lévő társaik lépésére is.

2.1.4. Az ugrás

„...5 éves kor után már alig alakulnak ki új, alapvető mozgásformák, viszont a meglévők csiszolódnak. A későbbi fejlődés üteme attól függ, hogy hogyan foglalkoztatták a gyermeket az első évtizedben.”¹⁷⁸

Az ugrások általában a kondicionális és koordinációs képességek kialakulásában és fejlődésében játszanak fontos szerepet. Az ugrás képessége csak akkor fejlődhet ki igazán, ha a gyermekek azt folyamatosan gyakorolják. Külföldi és hazai kutatók eredményei és megállapításai is igazolják e ténynek a fontosságát. Már óvodás korban lehet, sőt kell biztosítani a gyermekek számára a korosztályuknak megfelelő ugrásmódokat, szökdeléseket

¹⁷⁸ Nádori, 1986. 11. o.

tartalmazó játékok gyakoroltatását. Az ugrásokkal, szökdelésekkel végzett játékok nemcsak a gyorsaságot fejlesztik, hanem a ritmus-, tér- és egyensúlyérzékletet is.

A test levegőbe lendítését nevezzük ugrásnak. Többféle ugrástípust különböztetünk meg, az indulás és az érkezés súlyhelyzete szerint:¹⁷⁹

- egyik lábról a másik lábra ugrás,
- egy lábról ugyanarra a lábra ugrás,
- két lábról két lábra ugrás,
- egy lábról két lábra ugrás,
- két lábról egy lábra ugrás.

2.1.4.1. Ugrás a népi játékokban

Népi játékaink között számtalan változatot találunk az ugrások különböző típusaira. A három-négy évesek általában páros lábról páros lábra tudnak biztonságosan ugrálni. Az öt-hat-hét évesek már a bonyolultabb ugrásvariációkat is képesek megoldani.

Az óvodákban ma is a kisebbek (4 évesek) nagyon kedvelt játéka a **Mackó, mackó, ugorjál...** kezdetű énekes játék.¹⁸⁰ A gyermekek párosával szemben állnak, egy külső és egy belső körben. Utánozzák amit mondanak, ugranak, megfordulnak, tapsolnak. Az „ugorj ki” résznél páros lábbal jobbra ugranak, így mindenkinek új párja lesz.¹⁸¹



Nehéz feladat ez a kicsiknek, egyenletesen ugrani, forogni, tapsolni, de kiváló ritmusfejlesztő játék.

Eredetileg ez a kötélugró játék, két nagyobb gyermek hajtotta a kötelet, a harmadik középen ugrált. Minden ugrásnál az énekelt mozdulatot utánozta, s a végén kiugrott a forgó kötélből. Ezután másik gyermek következett. Az óvodás korosztály még nem elég ügyes a kötélhajtáshoz, így a játékból a kötélhajtás elmaradt, s a játék többi része terjedt el.

¹⁷⁹ Szentpál, 1978. 13. o.

¹⁸⁰ Forrai, 2004. 198. o.

¹⁸¹ U.a. 203. o.

A szatmári **Avasúváros**¹⁸² a dal éneklése közben a gyermekek páros lábon ugrálnak, közben maguk előtt és hátuk mögött váltakozva, ütemesen tapsolnak.



Hévízgyörk¹⁸³ a négy-öt évesek így járták a „békatáncot”. Az adatközlő így eleveníti fel:

„A békatáncot úgy köllött táncolni, hogy leguggoltunk, a térdünk majdnem följebb köllött lenni, mint a fenekünk, mert azért volt békatánc! Kezeinket összetettük, de nem szabad volt fogni, csak szépen egymásba tartani. Úgy köllött „táncolni”. Mondtuk hozzá, hogy „Békatánc, békatánc!”

Párosan, szemben egymással táncolták. Guggolásban páros lábbal negyedes ritmusban, oldalirányban ide-oda szökdécseltek szimmetrikusan.(az egyik jobbra, a másik balra)

Libádon¹⁸⁴ mikor a „szarkatáncot” járták a gyermekek, guggolva összekapaszkodtak, s ugrálva énekelték a dalt:



A „szarkatánc” nehezebb változatát láthatjuk a **Kertán**¹⁸⁵ gyűjtött énekes játéknak. Itt már nemcsak guggolva ugrálnak a gyerekek, hanem közben elől-hátul tapsolnak is.



¹⁸² MNT. 1957. 245. o. Kodály Zoltánné gyűjtése, 1918.

¹⁸³ Hintalan, 2000. 70. o.

¹⁸⁴ MNT. 1957. 366. o. Rács Ilona gyűjtése, 1932.

¹⁸⁵ Lázár, 2004. 148. o. MTA ZTI lelt.sz.45496. AK. Süle Sándorné, Süle Sándor gyűjtése, 1971.

➤ *Ugróiskolák*

Nagyobb ügyességet és egyensúlyérzéklet kívánnak az ugróiskolák játéka. **Debrecenben**¹⁸⁶ kisebb fiúk és lányok együtt játszották az alábbi *ickajáték* legegyszerűbb változatát.

Az első játékos a csiga alakú ábra elé áll és fél lábon kockáról kockára végigugrál a labirintusforma közepéig. A belső körben leteheti mindkét lábát, megpihenhet, majd megfordul és ugrál kifelé. Lehet a játékot két lábon is végig ugrálni, ha nem bírják a gyerekek. Vigyázni kell, hogy ugrálás közben ne lépjen az ugráló gyermek a vonalra, mert akkor kiesik, s a következő játékos folytatja az ugrálást. Az a győztes, aki először tévesztés nélkül fél lábon ugrál végig.



A fiúk küzdőjátékaiban nagy szerepe van az egyéni erőnek, ügyességnek. Legtöbbször két játékos küzd meg egymással, fél lábon ugrálva, vállal vagy kézfogással. Aki erősebb, elhúzza vagy eltolja a másikat. Amikor csoportosan játsszák, úgy tűnik, mintha mindenki eggyel állna szemben, a valóságban azonban egynek kell sorra megbirkóznia a csapat minden tagjával. Ugyanaz a virtuskodás érvényesül itt is, ami annyira tetszik a lányoknak a legényes táncokban.

Érdekes változatát láthatjuk a **Pusztadoboson**¹⁸⁷ játszott énekes játéknak. A fiúknak ebben a viaskodó játékában először kiszámolják a gazdát. Majd kézfogás nélkül kört alkotnak, maguk előtt átfogják mindkét könyöküket. A gazda a kör közepén áll. Valamennyien fél lábon ugrálnak, összefogott karjukat kissé előrelelendítve, vállal mennek egymásnak, illetve a

¹⁸⁶ Haider, 1997, 170. o.

¹⁸⁷ Haider, 1977. 100. o. Dancs Lajos gyűjtése

gazdának. Ha a gazda közben leteszi a lábát, helyet cserél azzal a játékosal, aki lökésével lábra készítette és a továbbiakban ő lesz a gazda. Míg öklelőznek, mindnyájan éneklük:



2.1.4.2. Szökdelés a népi játékokban

A szökdelésnél a súlyvételt követően ugyanarra a lábra érkezünk.¹⁸⁸ Mielőtt páros szökdelőt táncolnak a gyermekek, ajánlatos először egyénileg gyakoroltatni velük, s. ezt járhatják mondókára is. A szökdelővel lehetőleg nagyobb teret járjanak be a gyerekek, akkor tudják jól kigyakorolni az ugrást-forgást együtt. Az egyensúlyuk megtartásához, a lendületük megállításához rá kell érezniük, hogy ennél a mozgásformánál a térdet is hajlítaniuk kell.

A szigetközi **Lipóton**¹⁸⁹ gyűjtött mondókára a gyerekek csípőre tett kézzel szökdeltek.

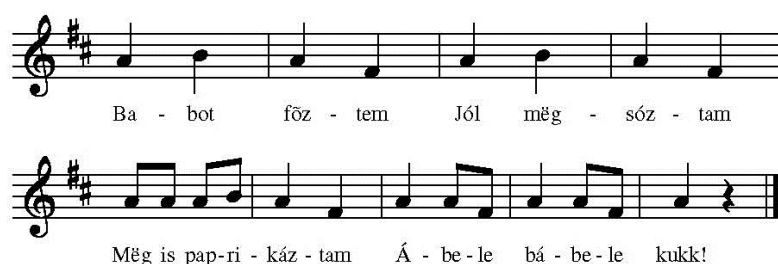
Egyedem-begyedem, bugyellári,
Szól a rigó, rakoncári.
Cérnára, cinegére,
Ugorj cica az egérre,
Fuss!

A **páros szökdelő** az ország minden részén ma is közkedvelt játék. Keresztkézfogással kapaszkodnak össze a gyermekek, s vagy az egész teret bejárva szabadon, vagy körformában szökdelnek. A pároknak figyelni kell egymásra, hogy egyszerre ugorjanak, egyformákat lépjenek, egy irányba menjenek, tehát az egymáshoz való alkalmazkodást tanulják meg e játékokból a gyermekek.

¹⁸⁸ Czinóber, 2008. 48. o.

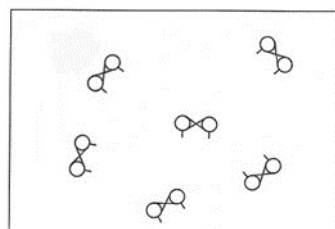
¹⁸⁹ Barsi, 2006. Ak.: Tóth Imréné, 1971.

A rábaközi **Vitnyéden**¹⁹⁰ énekelt dalra párosan szökdelték.



A vasi **Szalagfőre**¹⁹¹ való mondókára szökdelték és a „sicc” szónál mindig irányt váltottak a párok

**Inc, princ,
tekerinc,
Laci darab,
macska sicc!**



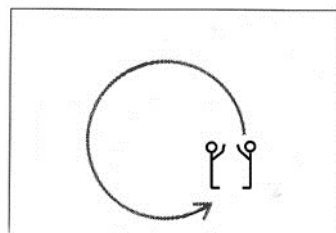
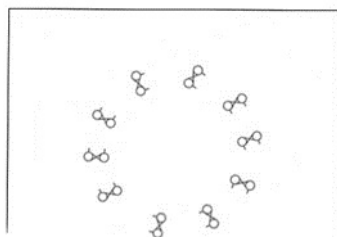
A zalai **Pákán**¹⁹² a lányok és a fiúk párosával körbe álltak, s keresztfogással a dal első két sorára szökdelve körbe mentek. A „Ha tapsoltál...” résztől megálltak, szembe fordultak egymással és páros kézzel váll magasságban minden negyed értékre egymás tenyerébe csaptak, illetve tapsoltak felváltva. Az „Ej-ha” után megcsókolták egymást, párt cseréltek és kezdték újra a szökdélést.



¹⁹⁰ Barsi, 1970. 28. o. Ak.: Horváth Péterné, 1967

¹⁹¹ Békefi Antal gyűjtése, 1973. Ak.: Főrdán Kálmánné Vörös Netti, 1901.

¹⁹² Horváth Károly gyűjtése, 1956. Ak.: Csondor Ferencné, 58 éves



2.1.5. A futás

„Az ugráshoz sorolhatjuk a futást is, amely átmenet a lépés és az ugrás között, mivel a test levegőbe lendítése elmarad. Bár rövid ideig egyik láb sincs a talajon, de a futásnál nem törekszünk a földtől való elrugaszkodásra.”¹⁹³

4-5 éves kor táján tapasztalhatunk nagy előrelépést az óvodás korú gyermekek mozgásában. Megszűnik a „tipegő járás. Kialakul a sarokkal történő talajra lépés, átgördüléssel a talpon, majd lábujjról ellépéssel. A futás is létrejöhet a járásnak megfelelően sarok-talp átgördüléssel, de a mozdulat eltolódhat a sarokról a talp irányába, kihagyva ezzel a sarkon való átgördülés mozdulatát és időigényét. Emiatt a lábfejen elmarad a test súlypontjának áthelyezése. A mozgás kivitele így könnyebbé válik, de egyúttal bizonytalanabbá is. A gyermek futás közbeni labilitását eleinte áthidalhatjuk pl. kétkezes vállfogással. Ebben az esetben csak az első, ügyesebb gyermeknek kell az iránytartásra figyelnie.

A jól koordinált futás 4-5 éves korban a gyermekeknek csak mintegy 30%-ra jellemző, így fejlesztése nagyon fontos feladat.

2.1.5.1. Futás a népi játékokban

Népi játékainkban a futásnak kétféle típusával találkozhatunk:

- amikor az idő a fontos, hogy ki ér hamarabb a kijelölt helyre,
- amikor a ritmus a fontos, mert a gyermekek labirintustánc szerűen egyenletes nyolcadokra, futó lépésekkel mennek körbe, vagy kerülgetik a guggoló gyermekeket (rétes-játék).

¹⁹³ Szentpál, 1978. 14. o.

Erre láthatunk példát az alábbi **Attalán**¹⁹⁴ játszott túrós-játékban. A körben álló gyermekek közül minden második leguggol a mellette álló társa elé. Ők lesznek a túrók. A vevő a körön kívül körbejár, majd az egyik álló gyermek kezét megfogja és megkérdezi tőle:

Hogy a túró komámasszony? (komámuram)

Az álló gyermek válaszol:

Száz lépés a futás, kilenc a kenyérdagasztás!

Erre a túrók is megszólalnak:

Abból bizony nem eszel, ha halálra betegszel!

Ezután az árus és a vevő ellenkező irányba futnak a körön kívül, s amelyik előbb visszatér a túróhoz, az áll be mögé. S kezdődik a játék előről.

A **Mezőfelén**¹⁹⁵ gyűjtött játékban a gyermekek körben álltak, a farkas a körön kívül, a bárány a kör belsejében. Párbeszéddel indult a játék:

Farkas: **Mit ásol bárányka?**

Bárány: **Répát.**

Farkas: **Adjál a fiamnak!**

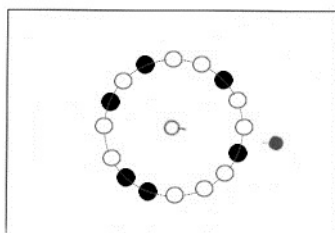
Bárány: **Nem adok!**

Farkas: **Akkor megeszlek!**

Bárány: **Nem félek!**

A farkas a bárány után iramodott, s üzőbe vette. A körben állók felemelt kézzel segítették a bárány menekülését, a farkas előtt pedig leengedték a kezüket. A fogócska alatt a gyermekek kórusban mondták:

**Tányértalpas, lompos farkas,
Kuss el innen, kuss, kuss, kuss!
Ne engedjük a báránykát,
Fuss el, farkas, fuss, fuss, fuss!**



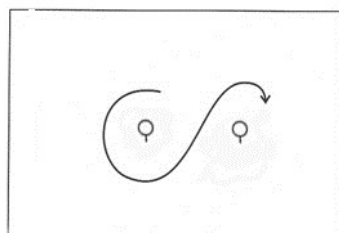
¹⁹⁴ Lázár, 1997. 127. o.

¹⁹⁵ Veress, 2002. 195. o.

A bodrogi **Vajdácskán**¹⁹⁶ gyűjtött játék a ritmikus futásra jó példa. Két guggoló gyermek körül futó lépésekkel indítja az első gyermek a láncot a dalra.



Men-jünk lá nyok a sző-lő-be, sző-lőt szedjünk zseb ken-dő-be,
Te-ker csi-ga, lágy a macs-ka, te-ker csi-ga, lágy a macs ka.



¹⁹⁶ MNT.I. 1951. 229. o. Lajtha László gyűjtéséből

2.1.6. A forgás

A forgás frontváltás a test hosszanti tengelye körül. Szentpál Mária¹⁹⁷ megfogalmazásában főbb típusai a következők: *perdülő forgás*, *fordulás és a forgó ugrás*. A perdülésnél a lábfő együtt fordul a testtel, a fordulásnál csak a test fordul, a lábfő iránya marad a térben. Ez a legkönnyebben megvalósítható forgástípus, mivel egyensúlyi problémák nem játszanak benne szerepet. A forgó ugrásnál pedig a levegőben történik a forgás.

2.1.6.1. Forgás a népi játékokban

➤ *Kifordulás*

Népi játékainkban bő választékot találhatunk a forgás minden típusára. A legegyszerűbbek közé tartoznak a kifordulós játékok, amelyekben a körben való járás után a dallam végén sorba kifordulnak a gyerekek. Az egyszerű mozgásuk miatt, ezeket a játékokat a kisebb gyermekek (4-5 évesek) nagyon kedvelik. A kifordulós játékokra a „lépés-kifordulás” részben találhatunk különféle példákat. A forgás alapmozgásának a gyakorlásához már kisebb korban is kérje a pedagógus a kislányoktól a bő, „ráncos” szoknya viselését. Saját gyermekeim óvodás korára visszaemlékezve, mindig élményt jelentett számukra, ha „pörgős szoknyában és kopogós cipőben” mehettek óvodába. A gyors forgáshoz szükséges egyensúlyi helyzet megtartásának, az egyenes testtartás kialakításának ez is része. Teljesen más érzés szoknyában pörögni, hiszen meg kell szokni a súlyát, kiterjedését is.

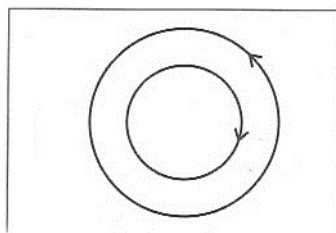
➤ *Perdülés, forgás egyedül*

A szigetközi **Kisbodakon**¹⁹⁸ gyűjtött játékokban találhatunk példát a kifordulás gyorsabb változatára, a perdülésre.

Csi - csé - ri bor - só bab - len - cse,
Fe - ke - te szé - mű mē - nyecs - ke,
Nē mēnj ha - za es - te, pat - tan - tyú.
mert mēg - lők a kecs - ke.

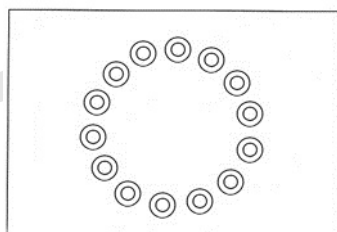
¹⁹⁷ Szentpál, 1978. 14. o.

¹⁹⁸ Barsi Ernő gyűjtése, 1971. Kisbodak, Ak.: Sáring Imréné Németh Ilona



A gyerekek az énekre körbe járnak. A „fekete szemű menyecske” résztől párt választanak maguknak, páros kézfogással sétaforgót táncolnak, majd a „pattantyú”-ra elengedik egymás kezét és hármat tapsolva perdülnek egyet.

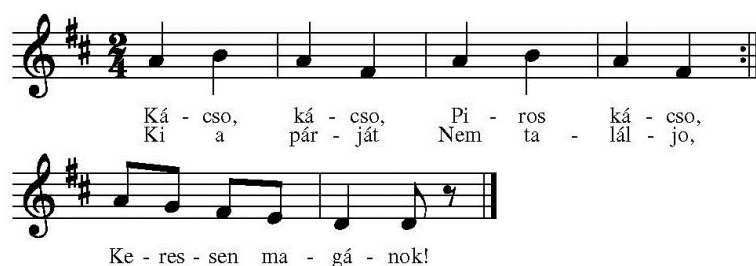
A következő **mezőkövesdi**¹⁹⁹ énekes játékban a gyermekek kézfogással körben sétálnak az első négy ütemre, majd a „Nádarackot...” kezdetű ötödik ütemtől egymás kezét elengedve, de a kört megtartva forogni kezdenek (saját tengelyük körül) és a dallam végére mindenki leguggol, úgy, hogy a szoknyája kiterüljön.



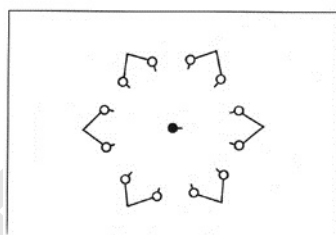
„A sok szép színös ruha szétterült a gyepeñ. Mondták: Ki tud nagyobb kenyeret sütni? Gyakran a nagyobb fiúk döntötték el, kinek terűt szét jobban a szoknyája, ki tudott nagyobb kenyeret sütni.”

¹⁹⁹ Gyűjtő: Kiss József, 1962. Mezőkövesd, Ak.: Gari T. Margit 62 éves

A **kismácsédi**²⁰⁰ játékváltozatot fiúk, lányok együtt játszották, tetszés szerinti páratlan számban. Kört alkottak, s párokra tagolódva, ketten-ketten megfogták egymás kezét és a magasba emelték. Egy gyermek volt a „piros kácsó”, ő a kör közepén állt, s állva maradt akkor is, amikor a többiek körben jártak és énekeltek.



A „Nem találjo...” szövegrész után a párban állók leeresztik és elengedik egymás kezét, s a dal befejező részére mindenki fordul egyet. A fordulás után minden játékosnak meg kell fognia valakit. Aki pár nélkül marad, az lesz az új „piros kácsó”.



➤ *Páros forgó*

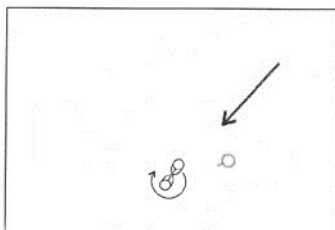
A páros forgók az énekes játékok csoportjában változatos formákban található meg. Pl. két gyermek pörög mondókára, két gyermek pörög, a harmadik elkapja a szoknyájukat (szoknyakapó), a kör közepén forog egy pár, vagy az összes gyermek részvételével, általában a játék zárásaként, stb.

A párok szemben állnak egymással, keresztezett kézfogással, kifeszített karral, felsőtestük hátradől, lábuk egymáséhoz közel van. Apró oldalt lépésekkel forognak, bal láb oldalt, jobb mellé zár, féltalpon (mint a „galopp”), negyedértékenként.

Ezek az énekes játékok jó alapot nyújtanak az egyszerű táncos lépések, párviszonyok elsajátítására. A különböző területeken különféle elnevezésekkel ismerik, mint pl. kocsizás, pórúmozás, pórúmozás, spérúmolás, pórúmozásnak, pörűgés, perűgűzés, túrózás, sipízés, kerembózza, stb. Ez vidékenként változó, de mindenhol ugyanazt jelenti.

²⁰⁰ Gyűjtő: Gyágyor József, Kismácséd, Ak.: Somogyi Katalin, 12 éves

A szabolcsi **Ajak**²⁰¹ községben ma is így spéromolnak a kislányok. Egy harmadik gyermek a mondóka végén megpróbálja elkapni valamelyikük szoknyáját.

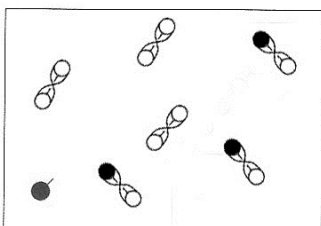


**Pérom, pérom pestike,
Szabó Erzsí festette,
De nem azért festette,
Hogy a lányát szeresse!**

A bihari **Konyár**²⁰² való a következő játék. Párosával, szétszórt alakzatban állnak fel a gyerekek, 1 fiú pedig oldalt guggol, ő a fogó. Elkezdnek forogni, s közben éneklük:



A végén leguggolnak, a fogó pedig közben megpróbálja elkapni valamelyikük szoknyáját.

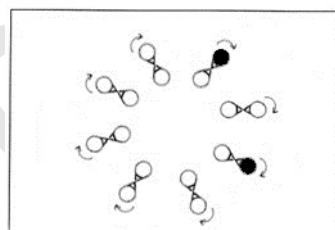
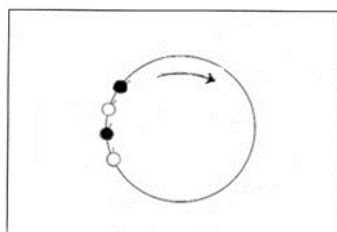


²⁰¹ Kácsor-Ignác Gabriella, Ajak, 2001. Ak.: Rozinka Jánosné

²⁰² MTA ZTI lelt.sz.70590.Ak.: Borza Anna 55 éves, Gyűjtő: Túri Sándor

A csallóközi **Balonyban**²⁰³ a „Nyolcan vannak a mi ludaink...” kezdetű dalra táncolnak páros forgót a gyermekek. Egyenletes lépéssel körben járnak, s közben éneklik a dalt

Nyol - can van - nak a mi lu - da - ink,
Há - rom fe - hér, há - rom fe - ke - te,
Hej, gú - nár, gú - nár, gú - nár, gú - nár a ket - te - je,
Sza - bad a me - ze - je. Hej, gú - nár, gú - nár, gú - nár,
gú - nár a ket - te - je, sza - bad a me - ze - je.



Az ismétlésre mindenki párt választ magának, s vele táncol páros forgót.

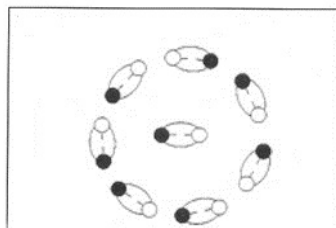
Vannak olyan **változatai** e játékoknak, amelyben **páratlan létszámban** játsszák a gyermekek. Akinek nem jut pár, az a következő játéknál a kör közepén áll, s ő választ először párt magának.

A szabolcsi **Gelénesen**²⁰⁴ gyűjtött gyermekjátékban a fiúk, lányok vegyesen, kézfogással kört alakítanak, egy gyermek benn áll a közepén.

Fo - ná - kul van a ken dőd, El - ha - gyott a sze - re - tőd.
Ha el - ha - gyott nem bá - nom, Ke - rül még szebb a nyá ron.

²⁰³ Gyűjtő Nagy Iván, 1996. Balony, Ak.: Vigh Júlia

²⁰⁴ Gyűjtő Dancs Lajos, Gelénes, 1972. Ak.: Balogh Magdolna, 21 év



Együtt énekelnek, s a „Ha elhagyom...” résztől a középben lévő gyerek párt választ magának, s a többi gyerek is valamelyik szomszédjával páros forgót táncol. Akinek nem jut pár, az áll be a következő játékban a kör közepére.

Az utolsó példánkban, egy **ajaki** játékban igen hosszú szövegvariánssal találkozunk. Az „Ezt ölelem, ezt kedvelem”, a „Szébb a szőke, mint a barna” és a Vagy életem, vagy halálom” kezdetű soroknál történik a párválasztás, így a hosszú változat eléneklése közben háromszor is cserélődnek a gyermekek középben. Mindig a középben álló választ magának párt, s avval forog középben, majd helyet cserélnek.

Meggy, meggy, meggy, ter - jedt fá - nak á - ga,
ter - jedj, meggy, an - nak le - haj - lá - sa,

le - e - sett a ke - nyér - mor - zsa, ö - lelj a - kit sze - retsz.

Ezt ö - le - lem, ezt ked - ve - lem,

ko - mám - asz - szony lá - nya, ne vi - gye - tek ná - la.
Bécs - nek bo - ru - lá - sa,

Nem úgy jár - ják a tán - cot, tó - tá - gos,

tót a ger - li - cé - je. Lá - nyok vagy - tok a to - rony - ba,

a - rany - ko - szo - rú - val, lá - nyok vagy - tok, szép vagy - tok,

pi - ros az or - cá - tok, fáj a szí - vem rá - tok.

Szebb a sző - ke, mint a bar - na,
mer a bar - na ron - gyos bar - na,
szállj ki mán, vén vagy mán.
Pis - tu - ka fi - jam, mit ho - zott a - pád Bu - dá - ról?
Csep - pecs - ke kor - sőt, pí - ci - ke bor - sőt, bön - dős - két,
fe - ke - te sze - mű me - nyecs - két.
Vagy é - le - tem, vagy ha - lá - lom, Szállj ki mán,
gye - re ba - bám, azt kí - vá - nom.
vén vagy mán, tán - col - ni se tu - dol mán.

A páros forgók gyakorlását „...igen korán el szokták kezdeni. A hagyományos gyakorlatban négyéves korban kezdik tanulni és hat-hét éves korra tanulják meg kielégítően.”²⁰⁵

Evvel a mozgással a páros forgás egyensúlyviszonyait, egymás súlyának érzékelését és ellentartását tanulják meg a gyermekek. E játékok révén észrevétlenül fejlődik az egyensúlyérzékük és forgáskészségük.

²⁰⁵ Falvay, 1990. 101. o.

3. A 3-7 éves korosztály táncos mozgásanyaga

A hagyományőrző és a mozgásfejlesztést kiemelten kezelő óvodák programjához hozzátartozik, hogy a heti ének foglalkozásokon kívül népi játék, gyermektánc „szakkört” tartanak. Ezek az alkalmak heti, kétheti vagy havi rendszerességgel történnek, több helyen élő zenei kísérettel, fiatal népzeneészek közreműködésével. E foglalkozások célja, hogy az óvodások megismerjék, megszeressék a népzénet, megismerkedjenek az élő zene varázsával, hangulatával, s népi hangszereinkkel.²⁰⁶

Amikor ennél a korosztálynál táncról beszélünk, nem arra gondolunk, hogy ezek a gyermekek majd „dunántúli ugróst”, vagy „hajdúsági csárdást” táncolnak. A különböző játékos mozdulatok előkészítik a népzeneire való mozgást. Ezek a játékok mind olyan mozgásokat tartalmaznak, amelyek megkönnyítik a későbbiekben a magyar néptánc elsajátítását. Gondoljunk itt a különböző **fogásokra**, amelyet a kifordulás-, párválasztó-, párcserélő játékok segítenek, az **összekapaszkodási módokra**, amelyek az ölbeli játékoknál, a páros vonulásoknál jelennek meg, a **téri tájékozódásra**, amelyet előkészítik a vonulós-, kanyargó járásos-, ki-betekerítő- vagy fogójátékok.²⁰⁷

Az óvodában eltöltött 3-4 év alatt sok olyan mozdulatot elsajátíthatnak a gyermekek (taps a különböző testrészeken, csapások lábon, talajon, forgások egyedül, párban, ugrások különböző módokon, stb.), melyeket egy idő után szabadon variálhatnak. A sokmozgásos énekes játékok gyakorlásával elérhetjük, hogy népzénet hallva a gyermekek táncra perdülnek a megtanult mozgásokat szabadon variálva. E foglalkozásokat vezető óvoda- és táncpedagógusok elsődleges feladata, hogy a játszott körjátékok elsősorban a helyi hagyományok anyagából álljanak. A népi játékok gyakorlására sokféle alkalmat találhatunk az óvodai életben:

- ének-zene foglalkozásokon,
- szabad játék közben bármikor (a csoport szobában, vagy az udvaron),
- népi játék, gyermektánc foglalkozásokon,
- a néphagyományokhoz kapcsolódó alkalmakkor (szüret, farsang, stb.)

²⁰⁶ Gundyné, 2007. 25. o.

²⁰⁷ Wirkerné, 2008. 289. o.

- az óvodai rendezvényekhez kapcsolódóan (gyermeknap, alapítványi bál, nagycsoportok búcsúztatása)

Táncolhatnak a gyermekek népzenei CD-re, de ha mód van rá, élőzenekar „húzza a talpalávalót”. Előnyben részesülhetnek az ún. bourdon-hangszerek, a tekerő, a citera, a duda, mert e hangszerek a dallamot egy folyamatos, állandó hangmagasságban megszólaló mély hang kíséretében szólaltatják meg. Külön-külön is egy egész zenekart helyettesítenek, hiszen dallamot, kíséretet és ritmust játszanak. De a hegedű, a brácsa, a furulya, a gardon hangja is varázslatos élményt nyújthat a gyermekeknek.

Ezen alkalmakkor lehetőségük nyílik közelebbről megismerkedni népi hangszereinkkel, azaz a hangjukkal, működésükkel, vizuális látványukkal. A hangszeres zenészek mindig a gyermekek hangmagasságának megfelelően játszanak, a már ismert dalok éneklését segítve. Az **új énekes játékokat** azonban mindig **kíséret nélkül énekeljék**, tanulják a gyermekek, hogy a dallam tisztasága, a szöveg pontos kiejtése jól érthető, hallható legyen.

Gyűjtőútjaim során mindenhol azt tapasztaltam, hogy ezek a foglalkozások önfeledt, vidám, felszabadult játékkalkalmak, amelyek meghatározó, maradandó élményt jelentenek a gyermekek számára.

3-4 éves korban a gyermekek csak magukra koncentrálnak próbálják a ritmikus mozdulatokat végezni. A zenére sem figyelve eleinte csak az óvodapedagógus mozgását utánozzák. Amikor mozgásuk biztosabbá válik, egy-egy mozdulat „bejáratódik”, akkor próbálják meg a ritmust, a dallamot, a mozgást egységbe hozni.

4-5 éves korban az új mozgások, mozdulatok folyamatos ismétlése mellett megjelenik az egymásra való odafigyelés, s ekkor kezdődhet az egyszerűbb páros és csoportos mozgások gyakoroltatása.

5-7 éves korban a gyermekek mozgáskoordinációja már elég fejlett, s előtérbe kerülhetnek a bonyolultabb mozdulatok, mozgáskombinációk, térformák, kapcsolódási módok.

A körjátékokhoz kapcsolódó mozgások során az alábbi játékos táncmozdulatokat gyakorolják a gyermekek:²⁰⁸

²⁰⁸ Wirkerné felosztása alapján

Kiscsoport 3-4 éves kor	Középső csoport 4-5 éves kor	Nagycsoport 5-7 éves kor
- térdrugózás - testsúlyáthelyezés kis terpeszben (ringás) - guggolás - dobbantás - forgás egyedül - ugrálás páros lábon - combütés egyenletesen két kézzel - egyenletes taps	- köralakítás kézfogással, egyenletes járással - vonulások hullám és csigavonalban - kifordulás a körből, irányváltztatás - kör szűkítése, tágítása: egyenletes lépés a kör középpontja felé és vissza - ringás állva és járás közben - rugózás (egyenletes térdmozgás) - páros sarokemelgetés - sarokkoppintás előre váltott lábbal - helyben járás lábujjon és sarkon - forgás egyedül, párosan - szökellés - egymás megkerülése - páros forgás páros kézfogással - páros vonulás kézfogással - oldalzáró lépés dobbantással - záró lépés előre dobbantással - lassú höcögő	- vonulások hullám- és csigavonalban, kapuk alatt átbújás, köralakítás - oldalzáró lépés egy irányba jobbra-balra - záró lépés előre-hátra - csárdáslépések (párban, kézfogással) - záró lépés hátra - lépés dobbantással - szökdelés karlengetéssel, tapssal, forgással - páros keresztezett kézfogás - szökellés páros kézfogással - forgás párban - páros forgás szökelléssel - sergés - kézgesztusok

A zene, a mozgás, az énekes játék a gyermeki lét egyik legfőbb öröme lehet, ha az alapfokú ismereteket az anyanyelv gyakorlásával egyidejűleg sajátítják el az óvodában. Aki már ebben a korban megízleli a közös dal és játék boldogságát, megőrzi ezt a kedvet a későbbiekben is és nem zárkózik el attól, ami nemzeti és népi, e szavak legnemesebb értelmében.

A gyermekek számára mindig öröm, ha zenére mozoghatnak, s a pedagógusok felelőssége, hogy a kodályi elveket helyesen értelmezve igényes, értékes játékokon keresztül valósítsák meg a fejlesztés irányát. Ha a gyermek saját énekszavára, társaival együtt mozdul és játszik, az a sokoldalú fejlesztés leghatékonyabb eszköze. Minél több alkalmat kell erre biztosítani a pedagógusoknak az óvodában, mert a gyermekek annál ügyesebbek, magabiztosabbak, kreatívabbak lesznek.

Ha a pedagógusok az óvodai évek során fokozatosan, folyamatosan, az egyéni adottságokat és képességeket figyelembe véve végzik zenei nevelőmunkájukat, akkor olyan képességek, készségek alakulnak ki a gyermekeknél, amelyek birtokában megtapasztalják a közös éneklés, zenélés, játék örömét, s személyiségfejlesztő hatásának eredményessége nem marad el.

4. A 7 éves gyermek személyiségjegyeinek alakulása a népi játékok segítségével ²⁰⁹

<i>Testi érettség, motoros fejlettség</i>	
- mozgása összerendezett, energikus	
<i>Motoros képességek</i>	
- erőnléte, állóképessége javul - képes ütemtartással járni - nagymozgása összerendezett - egyensúlyérzéke fejlett - finommozgása könnyed - szem-kéz, szem-láb koordinációja jó	- fogócskák, „Sánta pipás...” - énekes népi játékok - párválasztó játékok - szökdelés, forgás, ugrás - rejtő-kereső játékok - táncos mozgások, egymáshoz igazodás
<i>Értelmi képességek</i>	
- érdeklődő - térbeli formák kialakítására képes - tapintásos észlelése pontos - a külső környezet hangjait felismeri - reprodukív, akusztikus, optikus, logikus emlékezete pontos - képzelete alkotói szinten van - figyelme hosszú idejű - megosztott figyelemre képes - gondolkodása elemi absztrakciós szinten tart - általánosításra, konkretizálásra, kiegészítésre képes - összehasonlításokra képes - felismeri az összefüggéseket - számfogalma a 10-es számkörben kialakul	- énekes játékok - egymás felismerése tapintás alapján a dalosjátékokban - egymás hangjának, hangszerek hangjának felismerése - dallamok visszaéneklése, felidézése, térformák a körjátékokban - dallam- és ritmusimprovizációk - játékfüzérek - körjátékok - fogyó-gyarapodó játékok - számolós mondókák

²⁰⁹ Wirkerné nyomán

Érzelmi képességek	
- kiegyensúlyozott - alkalmazkodó, elfogadó társaival szemben - megértő és nyitott a felnőttekkel szemben - problémamegoldó képessége kialakul - szabálytudata kialakul és másokat is figyelmeztet rá - érzelmi megnyilvánulásai reálisak	- körjátékok - ölbeli játékok - népi játékok
Szocializáció	
- az alapvető udvariassági szokásokat betartja - szívesen vesz részt a közös tevékenységekben - képes az együttműködésre, alkalmazkodásra - testrészeit felismeri, megnevezi - térben jól tájékozódik - pozitív énképe alakul ki - képes az önfegyelemre, sikerorientált - kezessége kialakul	- páros játékok - körjátékok, zenei tevékenységek - páros játékok, körjátékok, mozgásos játékok - ölbeli játékok - különböző térformák - pedagógus dicsérete
Anyanyelvi fejlettség	
- beszédértése jó - örömmel, szívesen beszél - szókincse gazdag - beszédstílusa megfelelő, tempó, hangsúly, beszédfolyamatosság, hangerő, hangszín, légzéstechnika - metakommunikációs kapcsolatteremtő és kapcsolattartó képessége kialakul – tekintet, gesztus, mimika, hangerő, hangszín, térköz	- mesék, versek, mondókák elmondása - szókincsbővítés a népi játékok által - mondókák, kiszámolók, kérdés-felelet játékok - éneklés mozgás közben - népi játékainkban

A gyermek belső érése, valamint a családi nevelés és az óvodai nevelési folyamat eredményeként a kisgyermekek többsége az óvodáskor végére eléri az iskolai élet megkezdéséhez, az iskolai munkához szükséges fejlettségi szintet.

IV.

Összegzés

A 3-7 éves, óvodáskorú gyermekek esetében nehéz konkrét tartalommal megtölteni a társadalmi gyakorlatra való felkészítést, hiszen a laikusoknak megmosolyogtató lehet a társadalmi érvényesüléshez vezető út építőköveinek tekinteni a helyes beszéd kialakítását, a gyermekverseket, a népi játékokat, mondókákat. Azonban valóban erről van szó, s ezt nem lehet kellőképpen hangsúlyozni.

Ha ez az alapozás óvodáskorban elmarad, vagy csak hiányosan történik, abból a gyermeknek komoly hiányosságai, hátrányai származhatnak a későbbiek során. Vannak olyan képességek, amelyeknek a fejlesztésére az óvodáskor a legmegfelelőbb időszak. Ilyenek az egyensúlyérzék, ritmusérzék, szem-kéz koordináció, az alapvető számfogalom kialakítása, memóriakapacitás, féltekei dominancia, laterális, a tartós, fókuszált figyelem képessége, stb.

„Ezek a képességek iskolás- és felnőttkorban teljesen természetesek, ezért nem gondolunk arra, hogy az érési folyamatok mellett a tudatos, tervszerű fejlesztésre is szükség van. Ennek a fejlesztésnek a terepe az óvoda, eszköze, közege pedig az adott képességekhez tartozó tevékenységek végzése (mind operatív, mind kognitív értelemben).”²¹⁰

A zene, a ritmus, a mozgás, a tánc és a játéktevékenység által olyan komplex élményben, s egyben fejlesztésben lehet részük, amelyek által érzelmi világuk sokkal gazdagabb lesz, szókincsük, ismeretük gyarapodik, mozgásuk koordináltabbá, esztétikusabbá válik. Akit születésétől kezdve körülvesz a tiszta forrásból való zene, énekes játék, lelkiileg, szellemileg is más lesz, mint azok a gyermekek, akik ebből az élményből kimaradnak. Hagyományos kultúránk sok száz év alatt kialakult „kincseiről”, amely rendkívül sok nevelői tapasztalatot hordoz magában, nem mondhatunk le, ha a világ fejlődési versenyében részt akarunk venni.

A népi játékokon keresztül kialakult tapasztalat- és élménynyújtás, amelynek segítségével a környező világ a kisgyermek számára érzéki síkon megfoghatóvá válik, képessé teszi a gyermeket a valóság esztétikai felismerésére, befogadására, megvalósítására és létrehozására. Az óvodapedagógus teret és lehetőséget ad az életkori sajátosságokból fakadó

²¹⁰ Chrappán, 2003. 16. o.

szárnyaló gyermeki kíváncsiságnak, fantáziának. Szűkebb értelemben felkínálja a gyermek számára mindazon lehetőségeket, amelyek a nevelői mintakövetésből, mint bő forrásból, az imitáció igényét magában rejtő motivációs bázisból adódnak.

Ismerve gyermekeink lelki érzékenységét és óriási befogadókészségét, hisszük, hogy nemzeti kultúránk hagyományos pedagógiai tapasztalataival és azzal a kincssel, amit népi játékaink rejtenek magukban, megkönnyítheti és jelentősen elősegítheti a szükséges „modern” műveltség ismereteinek befogadását. Eszünkbe juthat egy ismeretlen görög költő versének részlete:

„A gyökerek persze
nem látszanak,
de tudod azok tartják a fát!”

A jövő óvodapedagógusainak a feladata, hogy munkájukkal hozzájáruljanak a lokális hagyományok megőrzéséhez, a mai életformához való adaptáláshoz, s mindezek révén a magyarság azonosságtudatának a fenntartásához.

„Ha a jövőről akarsz gondoskodni,
vess magot;
Ha egy évtizeddel számolsz,
Ültess fát!
Ha terved egy életre szól,
Embert nevelj!”

/Kínai bölcsmondás/

Olyan tanulmányt tart kezében az Olvasó, amely a bipoláris nevelési és zenepedagógiai folyamat mindkét pólusára vonatkozó konklúziókkal jár, s mint ilyen, hasznos segítség lehet a vizsgált korosztály zenével nevelésének felelősségteljes munkájában.

PÉLDATÁR

DUPress

Játékfüzerek 4-7 éves korosztály számára

A játékokat a gyermekeknek *elsődlegesen önálló játékként kell megismerniük*, felszabadult, önfeledt, sok örömet hozó tevékenységként. Minél többet ismernek meg, annál könnyebben kiválasztható, amelyeket a legjobban szeretik. *Nem a játékok füzérbe „komponálása” a kitűzött cél*, ez csak hosszas együttjátszás eredménye lehet.

A következőkben három tájegység játékaiból összeállított füzért láthatunk: Bodrogek, Rábaköz és Kalocsa vidék.

Ebből is látható, hogy a zenei- és mozgásfejlesztés minden részterülete fejleszthető az énekes játékok, mondókák által, hiszen mindegyikükhöz valamilyen mozgás társul. A játékfüzerek mind dallam, mind mozgás szempontjából a 4-7 éves korosztály számára elsajátítható népi játékokból állnak. E vidékeken mindmáig élők ezek a játékok, ma is gyakran előfordulnak a gyermekek mindennapjaiban.

Bodroközi játékfűzés

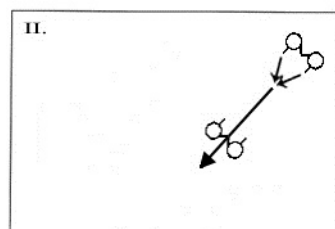
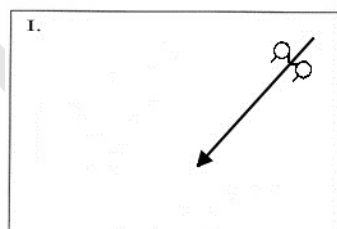
Játékok

- Bújj, bújj zöld ág... - bújó-vonuló
- Heje, haja, ha jól lakom orcát... - láncjáték
 - Tekeredj kapu... - rétes
- Egyedem, begyedem tengertánc... - kiszámoló
- Csillag Boris... - párcserélő körjáték
- Menjünk lányok a szőlőbe... - kanyargó járás két gyerek körül

Karcsa

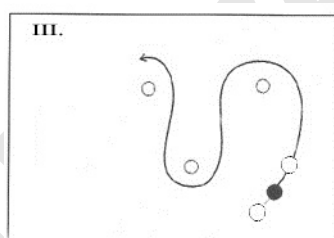
Gy.: Nagy György 1978.

Bújj, bújj, zöld ág, zöld le - ve - lecs - ke,
Nyit - va van az a - rany - ka - pu, csak búj - ja - tok raj - ta.
Nyisd ki ró - zsám ka - pu - dat, ka - pu - dat,
Hagy ke - rül - jem vá - ra - dat, vá - ra - dat,
Szi - ta, szi - ta, pén - tek, dob szer - da.
Sze - re - lem csü - tör - tők,



Az első pár kaput tart, s alatta a gyermekek énekelve vonulnak, vegyesen fiúk és lányok láncban, kézfogással. (I.tf.) A „Nyisd ki rózsám kapudat...” résznél az első két bújó gyermek kifordul, arccal a másik kapunak, kaput tart, s a gyerekek ezen is átbújnak. Amikor az első kapu alatt az utolsó gyermek elhalad, a két eddig kaput tartó gyermek csatlakozik a lánchoz. (II.tf.)

He - je, ha - ja, ha jól la - kom or - cát,
 Ha én az - tat tud tam vol - na,
 Sze - re - tőm i - gaz - nak lát - szik,
 kö - rül já - rom két te - kerés gom - bát,
 hogy az al - ma é - des vó - na,
 de csak ak - kor, mi - kor ját - szik,
 A gom - bá - nak min - den fé - le faj - tát,
 Pár - ját szá - kaj - tot - tam vó - na,
 Szem - be sze - ref, tit - kon gya - lász,
 le - gé - nyek - nek két nagy al - ma fá - ját.
 sze - re - tőm - nek ad - tam ma vó - na.
 há - za e - lőtt föl - di ja - vát.



Három gyermek háromszöget alkotva egymástól kb. 3-3 méterre leguggol, a többiek pedig egyenletes járással kerülgetik őket. (III.tf.) Többször is eléneklük a dalt, s a végén a három gyermek is csatlakozik a lánc végéhez. (III.tf.)

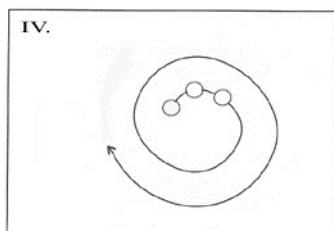
Az egész sor elkezd a legutolsó gyermek körül körbe csavarodni, (IV.tf.) miközben ezt mondják:

- Tekeredj kapu, tekeredj kapu!

Ezt mindaddig mondogatják, míg a legutolsó körül mind be nem tekerednek. Ekkor pedig azt kezdik el mondogatni:

- Nyíl ki kapu, nyíl ki kapu!

S visszafelé bontakoznak mindaddig, míg ismét egyenes sorban nem állnak. A játék végére újra körbe érkeznek meg.



Karcsa

Gy.: Nagy György 1978.

Egyedem, begyedem tengertánc,

Beteg-e még a finánc?

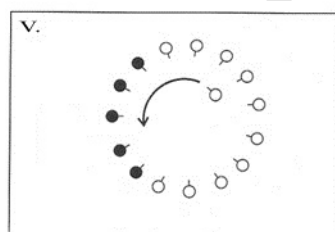
Beteg bizony nem eszik,

A temetőbe nyugszik.

Ráfutott a vadalma,

Öregapja hatalma.

Túr a bika, pukk.



Akire a kiszámoló utolsó szótagja jut, az lesz a következő játékban „Csillag Boris”.

Vajdácska

Gy.: Lajtha László

Csil - lag Bo - ris Tu - dom a ne - ve - det,
 Ér - ted va - gyok ha - lá - los be - te - ges.

1., Kon koly sze - le - vél, tiszt - ta bú - za,
 2., Ezt ezt ked - ve - lem,

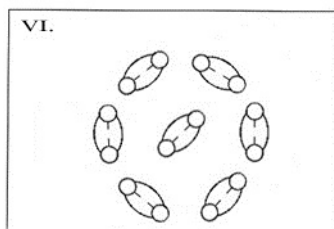
Majd ki - vi - rít az i - bo - lya,
 Az i bo - lyát ak - kor sze - dik,
 Mi - kor tiszt - ta har - mat e - sik,
 2., Ez az én é - des ked - ve - sem,

1/2 Rác i - de, rác i - de, sze - der - in - ke,
 Ben - ne fo - rog, ben - ne fo - rog kis - me - nyecs - ke.

A - kit sze - retsz, vedd el!

D.S. al Fine (⌘)

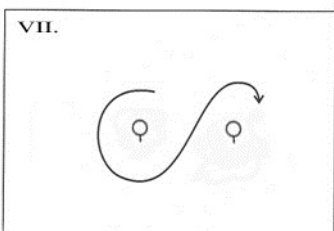
A gyermekek kézfogással körben járnak, a középben lévő kislány (Csillag Boris) csípőre tett kézzel halad ellentétes irányban, s az „akit szeretsz, vedd el...” részénél „Csillag Boris” párt választ magának, a többiek is, és páronként forognak.(VI.tf.) A dal végén „Csillag Boris” helyet cserél a párjával.



„Csillag Boris” és párja az utolsó játék végén egymástól eltávolodik, s leguggolnak. A két gyermek körül futó lépésekkel indítják a láncot, a „Menjünk lányok a szőlőbe... kezdetű dalra.(VII.tf.)

Vajdácska

Gy.: Lajtha L. 1921.



A dalt folyamatosan gyorsítva éneklük, így a futás is gyorsul.

A játékfűzér **Darmos István** koreográfus, táncpedagógus (Sárospatak) közreműködésével készült a *Hóc, hóc Kassára* című bodroközi gyermekjáték-tárból.

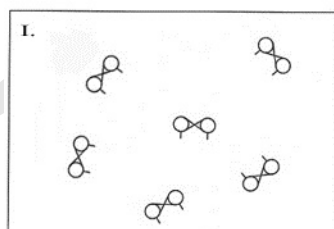
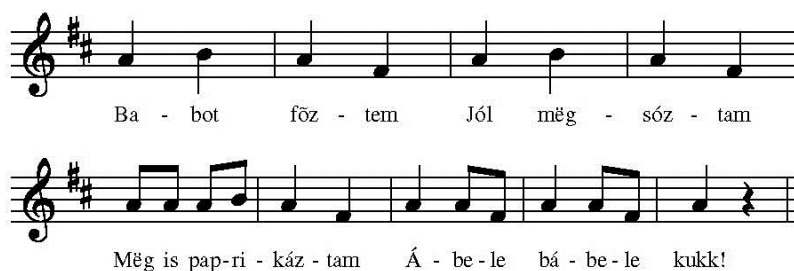
Rábaközi játékfűzés

Játékok

- **Babot főztem...** - páros szökdelő
 - **Sík, sík, sík...** - páros forgó
- **Járom, járom az urának városát...** - várkerülő körjáték
 - **Lementem a pincébe...** - kiszámoló
 - **Fehér lilionszál...** - párválasztó körjáték
 - **János úr készül...** - bújó-vonuló

Vitnyéd, 1967.

Ak.Horváth Péterné 54 év

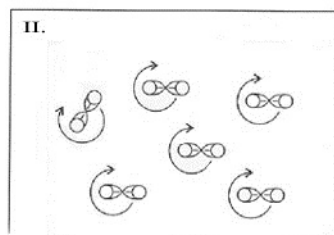


A dal éneklése közben párosan szökdelnek a gyermekek kereszt kézfogással. Nem kell egy irányban haladniuk, s a dallam végén a „kukk” szónál befelé megfordulnak, úgy, hogy nem engedik el egymás kezét. (I.tf.)

Vitnyéd, 1967.

Ak.Horváth Péterné 54 év



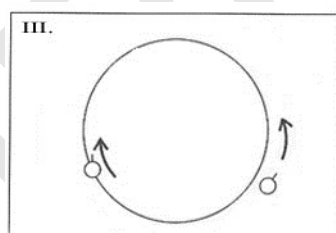


A gyerekek egymással szembefordulva kocsiznak, majd a dal végén leguggolnak. (II.tf.)

Páll, 1970. H. Gy.

Ak.Kozma Béláné 1984.

Já - rom, já - rom az u - rá - nak vá - ro - sát,
Szö - ke kis - lány lá - ba - i - mat nem nyom - ja,
já - rom má - sod - ma - gam - mal.
vé - kony kar - ját sem nyújt - ja.
Ó Er - zsé - bet asz - szony - ka,
Fog - jál ke - zet Ma - ris - ka. fogj ve - lem

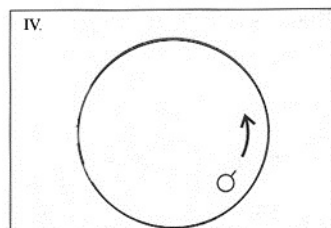


Egy kislány kiáll a körön kívülre, ő lesz az „Erzsébet asszony”, s éneklés közben a körrel ellentétes irányban jár (III.tf.). A dal végén akit (vagy akiket) megérint, az vele megy tovább.

Vitnyéd, 1964.

Gy.:Borsai Ilona, Sztanó Pál

Le - men - tem a pin - cé - be va - jat csi - pe - get - ni,
U - tá - nam jött ö - reg - a - pá - m hát - ba ve - re - get - ni,
Nád kö - zé búj - tam, Nád sí - pot csi - nál - tam,
Az én sí - pom így szólt: dí - dá - dú,
Te vagy az a nagy szá - jú. Jú - jú - jú, Nagy szá - jú.



Egy gyermek beáll a körbe, s a kiszámoló éneklésével kiválasztják a következő játék „fehér liliomszál...”-ját . (IV.tf.) A kiszámolás negyedre történő mutogatással történik.

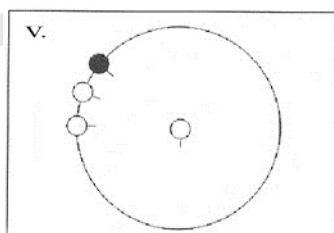
Kapuvár, 1971.
Ak.Simon Erzsébet

Fe - hér li - li - om - szál, É - kes li - li - om - szál,

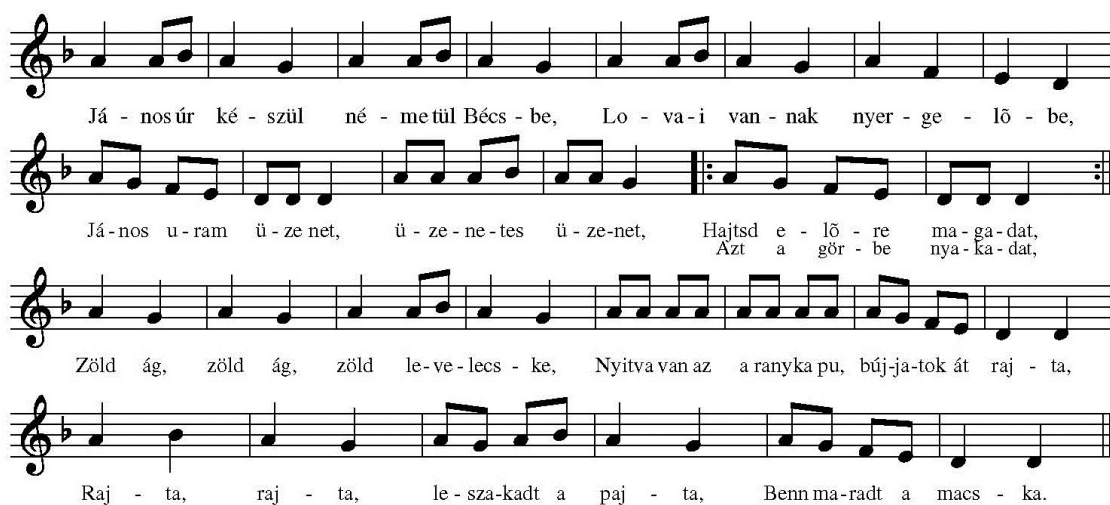
Mo - sa - kodj meg szé pen, Mo - sa - kodj meg szé pen,
Tő - ről - közz meg szé pen, Tő - ről - közz meg szé pen,
Fé - sü l - ködj meg szé pen, Fé - sü l - ködj meg szé pen,
Tá - masz - kodj meg szé pen, Tá - masz - kodj meg szé pen,

Sej, u - gorj át a Rá - bán, Sej, u - gorj át a Rá - bán.
Sej, az a - rany la - vor - ba, Sej, az a - rany la - vor - ba.
Sej, az a - rany ken - dő - be, Sej, az a - rany ken - dő - be.
Sej, az a - rany fé - sü - vel, Sej, az a - rany fé - sü - vel.
Sej, az a - rany tus - kó - ba, Sej, az a - rany - tus - kó - ba.

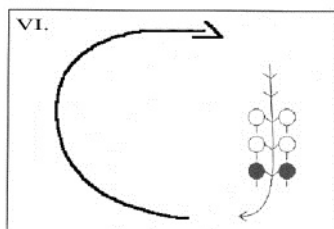
MTA ZTI lelt.sz.48136



A gyermekek körben állnak, a kör közepén van a „Fehér liliomszál” (V.tf.). Éneklés közben körbejárnak, s a közepén álló „fehér liliomszál” jelzésszerű mozdulatokkal mutatja, amit a szöveg mond: ugrik egyet, tenyerével „megmossa” az arcát, „megtörölközik”, ujjával megsimítja a haját. A végén kiválaszt valakit, nekitámaszkodik, majd helyet cserélnek.



Já - nos úr ké - szül né - metül Bécs - be, Lo - va-i van - nak nyer - ge - lő - be,
 Já - nos u - ram ü - ze net, ü - ze - ne - tes ü - ze - net, Hajtsd e - lő - re ma - ga - dat,
 Azt a gör - be nya - ka - dat,
 Zöld ág, zöld ág, zöld le - ve - lecs - ke, Nyitva van az a ranyka pu, búj - ja - tok át raj - ta,
 Raj - ta, raj - ta, le - sza - kadt a paj - ta, Benn ma - radt a macs - ka.



Két gyermek megfogja egymás kezét és kaput tart. A sor énekelve átbújik a feltartott kezek alatt, s aki átbújt, a párjával előre áll és szintén kaput tart. Így haladnak előre. (VI.tf.)

A játékfűzér **Némethné Delbó Krisztina** táncpedagógus (Györszentiván) közreműködésével készült, **Barsi Ernő: Daloló Rábaköz** című gyűjteményéből.

Kalocsa vidéki játékfűzés

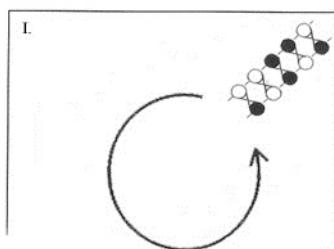
JÁTEKOK

- Cinceri borsó... - guggolós körjáték
- Egyedöm-bögyedöm karkantyú... - kiszámoló
- Alszik a csősz... - lipem-lopom, fogócska
- Lázár vöd fő lábodat... - utánzó játék
- Gyertök haza ludajim!... – libásdi
- Fürdik a kácsa... - párválasztó körjáték

Homokmégy, Gy.Cserey József, 1953.

Ak.10-11 éves lányok, MTA ZTI lelt.sz. 45633.

Cin - ce - ri bor - só, bab, len - cse,
Fe - ke - te sze - mű mé - hecs - ke,
Ne gye-re ha - za kecs - ke, Mert meg - esz a med - ve,
Kuk - kan - tyú!



Párosával, kereszt kézfogással énekelve járnak körben a gyermekek, s a dal végén leguggolnak (I.tf.) Újra énekléskor ellentétes irányban folytatják a körben járást. A játék végén egy gyermek beugrik a körbe, s kiszámolja a következő játék „csősz”-ét. (II.tf.)

Kalocsa 1970.
T. Lné Vargacz Ágnes 64 év

Égyedöm-bögyedöm karkantyú,

Nem vagyok én fényakú,

Szent Pál lovát vasalom,

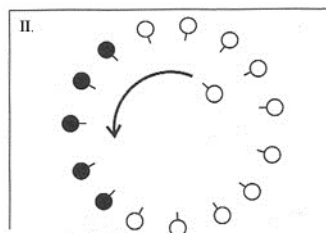
Fényös szöge szögezöm

Vaspácáva konga-tom,

Kong-kong Pétör bácsi

Szöd ki, yöd ki ezök közü

Ezt!



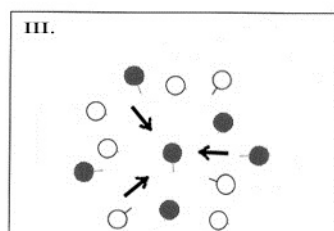
- *Te leszel a csősz!* – mondja a számoló gyermek.

A kiválasztott „csősz” alvást színelve eltakarja az arcát. A gyermekek pár méterre körülötte – ki állva, ki guggolva – helyezkednek el, s közben éneklük a dalt. (III.tf.)

Halomszállás 1971.

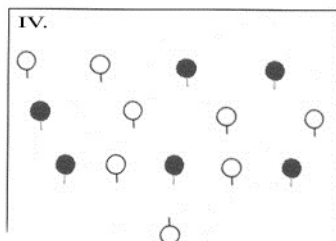
Kákonyi Mátyásné Csóti Borbála 70 év

Al - szik a csősz, Al - szik a csősz.
Nagy ka - lap a fe - ji - be, Bun - kós - bot a ke - zi - be,
Lop, szö - lö, lop, lop, lop! Lop, szö - lö, lop, lop, lop!
Al - szik a csősz. Al - szik a csősz.



A dal végére felébred a csősz és megkergeti a többieket. Sivalkodva futnak szét, s akit elfog, avval helyet cserél.

Az utolsó csőszből lesz a következő játék „vigyázója”. A gyerekek ritkás sorokban helyezkednek el a játék kezdéséhez. Előttük áll a „vigyázó”.(IV.tf.) A játék alatt egy lábon kell állnia – a „vigyázó” kivételével – mindenkinek.



Kiscsertő 1966.
Vén Simonné Czár Mária 79 év



A „vigyázó” azt figyeli, hogy ki teszi le a lábát. Aki letette, arra rászól: „Beleestél!” (A Dunába), s annak le kell guggolnia. Az győz, aki legtovább tud egy lábon állni. A dal közben az alábbi mozdulatokat csinálják a gyerekek.

Lázár vöd fő lábodat,	(Féllábra állnak)
Emēd fő a karodat!	(Mindkét kar oldal középtartásba)
Sej, ugorj a Dunába!	(Egylábon ugrás)
Sej, ugorj a Tiszába!	(Másik lábra ugrás)
Mōg is simakogyá!	(Fésülködés utánzása)
Mōg is mosakogyá!	(Mosakodás előre hajolva)
Törülközé mōg az arany kendőbe!	(Mélyebben előre hajolva, törülközés.)

A „törülközés” után pár pillanatra letehetik a lábukat, míg újra kezdik a játékot. Az utolsó (legügyesebb) gyermek lesz a következő játékban az „Anya”. Elkiáltja magát:

Höss libuskák, höss! Höss! Legëljetök!

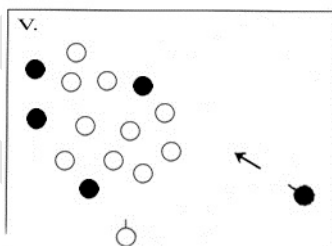
Erre a gyerekek („kislibák”) leguggolnak. Az „Anyát” játszó kislány 2-3 méterre áll, szemben a libákkal. Egy nagyobb növésű fiú legyen a farkas, ő oldalra kiáll a libáktól pár méterre. (V.tf.)

Szakmár 1970.

Nagy Menyhértné Vén Ágnes 79 év



Az Anya kiáltja: - *Ék libuskáim, ék, ék!*



Erre a gyermekek odaszaladnak az anyjukhoz. Míg a farkas jó pár libát megfog, addig fogócskáznak, s azok a gyermekek oldalra guggolnak.

Az Anya elindul megkeresni a libáit, meglátja a farkast, s kérdezi tőle:

Nem látad a libájimat?

Ára vannak a zaranyerdőbe – feleli a farkas, s a másik irányba mutat.

Az Anya kerül egyet, mintha keresné a libákat, majd ismét kérdezi:

Hun vannak a libájim?

Mögmontam má mëre keresse!

A kislibák a bokorba elkezdene tapsolni. Erre az Anya kérdezi:

Mi csörög a palláson?

Öreg apám diót tör. – válaszolja a farkas.

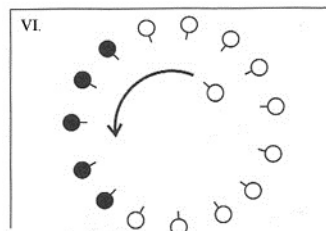
Maj minyá mögnízöm.

Ekkor a kislibák és az Anya a farkashoz szaladnak és megcsipkedik. A játék végén kört alakítanak a gyermekek, az „Anya” beáll középre, s kiszámolja a következő játék „kácsa”-ját.

Homokmégy, Gy.: Pécsiné Á.S. 1970.

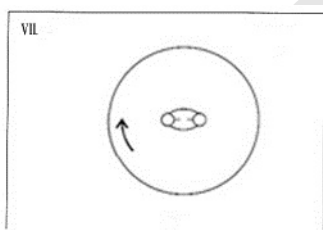
Ak. Rideg Ferencné Csóti Borbála 73 év

Éni-péni jupi-téni,
Effer-geffer Juli néni,
Tögyük vasra, vas nem banya,
Büdi banya boszorkánya,
Boszor-kányok hős!



- *Te leszel a kácsa!* – mondja, majd helyet cserélnek.

A közepen lévő gyermek a körrel ellentétes irányban jár, majd a „Kukorékos táncot járák...” résznél párt választ magának. A dal végéig páros forgót táncolnak, majd a dal végén helyet cserélnek (VII.tf.).



Drágszél, Gy. Pécsiné Á.S. 1965.

Ak. Vén Julis 60 év

Für - dik a ká - csa fe - ke - te tó - ba,
 Any - nyá - hó' ké - szül Len - gyel - or - szág - ba.

A lő - á - nyok fú - ják, fú - ják,

Ku - ko - ré - kos tán - cot jár - ják, jár - ják,

A fő ut - cán mög - ko - pasz - tyák, A pi - jar - con mög el - a - gyák.

Há rom ár - kus pa - pi - ros, Úgy szép a lány, ha pi - ros.
 Ha nem pi - ros szín - te - len, Mőg csó - kó - ní kén - te - len.

A játékfüzér Farkas Éva táncpedagógus (Kalocsa) közreműködésével készült, *Pécsiné Ács Sarolta: Népi játékok Kalocsa környékén* című gyűjteményéből.

Felhasznált irodalom

1. *A Magyar Népzene Tára I.* (1957) Gyermekjátékok. Szerk.: Bartók Béla – Kodály Zoltán, Sajtó alá rend.: Kerényi György. Akadémiai Kiadó, Budapest.
2. *A Magyar Népzene Tára. II.* (1953) – *Jeles Napok*. Szerk. Bartók Béla – Kodály Zoltán – Kerényi György. Akadémiai Kiadó, Budapest.
3. *A magyarság néprajza. I – IV.* (1941 – 1943) Szerk. Bátky Zs. – Györffy I. – Viski K. Egyetemi Nyomda, Budapest.
4. Antal László (2002): Néptáncpedagógia. Hagyományok Háza, Budapest.
5. Arany László-Gyulai Pál (1872): Elegyes gyűjtések. *MNGY.I.* Pest.
6. Atkinson – Hilgard –Smith – Nolen (2005): Pszichológia. Osiris Kiadó, Budapest.
7. Az alapfokú művészetoktatás követelményei és tantervi programja. *Táncművészet.*(1998) ROMI-SULI Könyvkiadó és Továbbképző Műhely, Mogyoród.
8. Az Óvodai Nevelés országos alapprogramja.(1996) MKM, Kormányrendelet.
9. Bagdy Emőke – Urbánné Varga Katalin (2002): Hang és lélek. *Hangzás, mozgás, ritmus: A muzikalitás lelki szerveződésének méhen belüli gyökerei.* Zenei Nevelési Konferencia, Budapest. 336.p.
10. Bakos József (1953): Mátyusföldi gyermekjátékok. In: *Új Magyar Népköltési Gyűjtemény VII.* Budapest.
11. Barsi Ernő (1970): Daloló Rábaköz. I. Győr.
12. Barsi Ernő (1983): Daloló Rábaköz II. Győr.
13. Barsi Ernő (1995): Daloló Szigetköz. Kiadó:Győrzámolyi Általános Iskola
14. Barsi Ernő (2001): Daloló Bükkalja. Hazánk Kiadó, Győr.
15. Barsi Ernő (2006): Kisalföldi gyermekjáték-dalok és mondókák. Magyar Kultúra Kiadó, Győr.
16. Báthori Béla (1991): A testnevelés elmélete és módszertana. Magyar Testnevelési Egyetem, Budapest.
17. Baur, J. (1987): Über die Bedeutung „Sensibler Phasen“ für das Kinder- und Jugendtraining. Leistungssport.
18. Békefi Antal (1976): Vasi népdalok. Szombathely.
19. Benedek Krisztina (2005): Cibri, cibri...*Galga menti játéffüzések.* Szerk. Sándor Ildikó Hagyományok Háza, Budapest.

20. Bódis Zoltán (2009): Nyelv és emlékezet. In.: *Változatok a gyermeklírúra II.* Szerk.: Bálint Péter – Bódis Zoltán, Didakt Kft. Debrecen. 7-37.p.
21. Bodor Anikó (2008): Vajdasági magyar népdalok IV. Fórum Könyvkiadó, Újvidék.
22. Borsai Ilona - Kovács Ágnes (1975): Cinege, cinege kismadár. Budapest.
23. Borsai Ilona (1980): A magyar népi gyermekmondóka műfaji sajátosságai. *Népi kultúra – Népi Társadalom* XI. XII. Budapest.
24. Borsai Ilona (1980): Gyermekjátékaink és mondókáink dallamvilága. In.: *Magyar népi gyermekjátékok.* Tankönyvkiadó, Budapest. 67-77. p.
25. Borsai Ilona (1984): Népi gyermekjátékok, mondókák. In.: *Dobszay László: A magyar dal könyve.* Zeneműkiadó, Budapest, 17-110.p.
26. Burányi Béla (1987): Nádsípót fújtam! *Vajdasági magyar népi mondókák és játékok apró gyermekeknek.* Forum Könyvkiadó, Újvidék.
27. Chrappán Magdolna (2003): A tevékenységközpontú óvodai program pedagógiai és pszichológiai háttere. *Fabula Bt.* 7-16.p.
28. Czinóber Klára (2008): Népi játék, mozdulat típus, néptánc módszertan. In.: *Játék – mozdulat – tánc.* Hagyományok Háza, Budapest. 7-58.p.
29. Dancs Lajos (1982): Kör, kör kijátszik. Nyíregyháza.
30. Dankó Ervinné dr. (2004): Irodalmi nevelés az óvodában. OKKER, Budapest.
31. Darmos István (2003): Hóc, hóc Kassára... - *Bodroközi gyermekjáték-tár.* Sárospatak.
32. Dobszay László (1984): A magyar dal könyve. Zeneműkiadó, Budapest.
33. Dobszay László (1991): Kodály után. *Tűnődések a zenepedagógiáról.* Kodály Intézet, Kecskemét.
34. Dr. Raffai Jenő: Halló itt vagyok! *Babamagazin.* 2001. január. www.babamagazin.hu/01_01/ba106.htm.
35. Dummel Viktória (2006): Játék és tánc óvodai program. In.: *Útravaló. A néphagyomány közvetítésének módszerei az óvodában.* Hagyományok Háza, Budapest. 40-49.
36. Erdélyi János: Népdalok és mondák I-III. 1846-1848. Pest.
37. Falvay Károly (1983): Rítus és tánc. In.: *Táncstudományi Tanulmányok.* 1982 – 1983.
38. Falvay Károly (1990): Ritmikus mozgás – énekes játék. Országos Pedagógiai Intézet, Budapest.
39. Falvay Károly (1994): Mély kútba tekinték. *Fejlesztő Pedagógia.* 1994/6.
40. Falvay Károly (1995): Bevezető hagyományos gyermekjátékaink értelmezéséhez. *Óvodai Nevelés,* 1995/4, 5, 6,7,8.

41. Falvay Károly (1998): Gondolatok Nagy László: Menyegző című költeményét olvasva. *Nyelvünk és Kultúránk*, 1998. 101.sz.
42. Faragó József – Fábián Imre (1982): Bihari gyermekmondókák. Kriterion Könyvkiadó, Bukarest.
43. Farmosi I.-Gaál S-né (2001): Óvodások testi fejlettsége, fizikai teljesítménye és motorikus struktúrája. *Kalokagathia*. 39.
44. Farmosi István (1990): A mozgásfejlődés, az alapvető mozgásformák és képességek fejlődése. In.: *A gyermeksport biológiai alapjai*. Szerk.: Mészáros János. Budapest.
45. Farmosi István (1999): Mozgásfejlődés. Dialóg Campus Kiadó, Budapest-Pécs.
46. Farmosi István-Gaál Sándorné (2007): Óvodások és kisiskolások testi és mozgásfejlődése. Dialóg Campus Kiadó, Budapest-Pécs.
47. *Fejlesztő Pedagógia* 1993. 1-2. Budapest.
48. Foltin Jolán-Tarján T. Katalin (1996): Játék és tánc az óvodában. Néptáncosok Szakmai Háza, Budapest.
49. Forgách József (1985): A társas érintkezés pszichológiája. Budapest.
50. Forrai Katalin (2004): Ének az óvodában. Editio Musica, Budapest.
51. Gágyor József (1982): Megy a gyűrű vándorútra. I-II. Gondolat Kiadó, Budapest.
52. Gazda Klára (1980): Gyermekvilág Esztelneken. Kriterion Könyvkiadó, Bukarest.
53. Gécz Lajos (1984): Ung vidéki gyermekjátékok és mondókák. In.: *Új Minden* *Gyűjtemény* 3. Bratislava.
54. Gundyné Szerényi Andrea (2007): Csíp, csíp, csibőricke... *Dél-alföldi hagyományok az óvodában*. Hagyományok Háza, Budapest.
55. Győri Pál (2002): Óvodások biológiai fejlődése és fizikai aktivitása. *Tanulmányok*. Wesselényi Miklós Sport Közalapítvány, Veszprém.
56. Győri Pál (2002): Sokmozgásos testnevelési játékprogram (STJ) hatása az óvodások személyiségfejlődésére. In.: *Óvodások biológiai fejlődésének fizikai aktivitása*. Szerk.: Győri Pál. Wesselényi Miklós Sport Közalapítvány, Veszprém. 262-269.
57. Haider Edit (1997): Bújj, bújj, zöld ág – népi gyermekjátékok. Sziget Kiadó, Kalocsa.
58. Hegedűsné Tóth Zsuzsa (2003): Mire képes - mire lenne képes a zene? In.: *Óvodai nevelés*. 2003.10.
59. Hintalan László János (2000): Aranyalma –Játék-hagyomány. Fővárosi Pedagógiai Intézet, Budapest.

60. Hovánszki Jánosné (2008): A magyar óvodai zenei nevelésben rejlő multikulturális lehetőségek. In.: *Вісник ПРИКАРПАТСЬКОГО УНІВЕРСИТЕТУ, Педагогіка, Випуск XIX-XX. Івано-франківськ*, 125-133.p.
61. Hovánszki Jánosné (2008): Indulj el egy úton...Az óvodai zenei nevelés egyik aspektusa. In.: *Zenei nevelés az óvodában*. Szöveggyűjtemény Szerk.: Hovánszki Jánosné. Didakt Kft. Debrecen. 111-115.p.
62. Howard Gardner (1993): Multiple Intelligences. The Theory in Praxis BasicBooks.
63. http://hu.wikipedia.org/wiki/Ptahhotep_intelmei
64. Ipolyi Arnold (1929): Magyar mythologia II. Zajti Ferencz kiadása, Budapest.
65. Jókai Mária (2004): Zoboralji gyermekjátékok. AB-ART Kiadó, Pozsony és Gyurcsó István Alapítvány, Dunaszerdahely.
66. Kassai Vidor (1940): Emlékezései. Budapest.
67. Katona Imre (1979a): Gyermekfolklor. In.: *Magyar Néprajzi Lexikon II. (Szerk.: Ortutay)* 375-391.p.
68. Kiss Áron (2000): Magyar Gyermekjáték-gyűjtemény. Holnap Kiadó Kft. Budapest.
69. Kiss Jenőné Kenesei Éva (1994): Alternatív lehetőségek a zenepedagógiában. Tárogató Kiadó, Budapest.
70. Kiss József (2003): Matyó népdalok. Mezőkövesd.
71. Kodály Zoltán (1951): Előszó. In.: *A Magyar Népzene Tára I. Gyermekjátékok*. Budapest. IX-XXX.
72. Kodály Zoltán (1958): Zene az óvodában. Zeneműkiadó, Budapest.
73. Kodály Zoltán (1993): Magyar zene, magyar nyelv, magyar vers. Szerk. Vargyas Lajos. Szépirodalmi Könyvkiadó, Budapest.
74. Kovács György – Bakosi Éva (2005): Játékpedagógiai ismeretek. Debrecen.
75. Kreatív sokszínűség – *A Kultúra és Fejlődés Világbizottságának jelentése*. (1996). Osiris Kiadó – Magyar UNESCO Bizottság, Budapest.
76. Kriza János (1863): Vadrózsák. Kolozsvár.
77. Kunos Andrásné. (1980): Óvodáskorúak gyorsasági ereje és állóképessége. In.: *A sport és testnevelés időszerű kérdései*. 22. Sport, Budapest.
78. Lábadiné Kedves Klára (1989): Gyíngyet-gyöngyöt asszonykának. *Drávaszögi (alfalusi) népi mondókák és gyermekjátékok*. Horvátországi Magyarok Szövetsége, Eszék.
79. László Bakk Anikó (1986): Gyermekszemek tükrében. In.: *A költő életei. Szilágyi Domokos (1938-1976)*. Szerk.: Kántor Lajos. Bukarest.

80. László-Bakk Anikó (1970): Zenész az Egyedem – begyedem akcióról. *Korunk* XXIX. 11. sz.
81. Lázár Katalin (1990): Népi játék. Játéktípusok. A játékok rendje. In.: *Magyar Néprajz VI.* Corvina Kiadó, Budapest.
82. Lázár Katalin (1997): Népi játékok. Planétás Kiadó, Budapest.
83. Lázár Katalin (2002): Gyertek, gyertek játszani. I. A népi játékok elmélete. Játékközlés: *Erdély, Moldva.* Eötvös József Könyvkiadó, Budapest.
84. Lázár Katalin (2002): Mit játszottok, mátkák. *A népi játékok rendszere és tanítása.* Kaposvári Egyetem Csokonai Vitéz Mihály Pedagógiai Főiskolai Kar, Kaposvár.
85. Lázár Katalin (2003): Kiss Áron „Magyar gyermekjáték-gyűjtemény” című könyve mai szemmel. In.: *Zenatudományi dolgozatok 2003.* 395 – 410.p.
86. Lázár Katalin (2004): Gyertek, gyertek játszani. II. Játékközlés: *Dunántúl.* Eötvös József Könyvkiadó, Budapest.
87. Lázár Katalin (2006): Gyertek, gyertek játszani. III. Játékközlés: *Észak.* Eötvös József Könyvkiadó, Budapest.
88. Lázár Katalin (2008): Gyertek, gyertek játszani. IV. Játékközlés: *Alföld.* Eötvös József Könyvkiadó, Budapest.
89. Lukin László - Ugrin Gábor (2004): Az ókor zenéje. Nemzeti tankönyvkiadó, Budapest.
90. *Magyar néprajz.* (1979) Szerk.: Balassa Iván – Ortutay Gyula. Corvina Kiadó, Budapest.
91. *Magyar néprajzi lexikon.* I-V. Szerk.: Ortutay Gyula. Akadémiai Kiadó, Budapest. 1977 – 1982.
92. Martin György (1990): Magyar táncdialektusok. In.: *Magyar Néprajz VI. Népzene, néptánc, népi játék.* Főszerk.. Dömötör Tekla. Budapest, 390 – 527.p.
93. Matijevics Lajos: (1976): Tíz, tíz, tiszta víz. *Jugoszláviai magyar népi mondókák.* Fórum Könyvkiadó, Újvidék.
94. Mérei Ferenc – Binét Ágnes (1970): Gyermeklélektan. Gondolat Könyvkiadó. Budapest.
95. MTA Zenetudományi Intézet Népzenei Archívumának játékgyűjteménye.
96. Nádori L.- Dr. Szigeti L. - Dr. Vass M. (1986): A motoros képességek és a mozgásos cselekvéstanulás. Tankönyvkiadó, Budapest.
97. Niedermüller Péter (1990): Műfaji sajátosság. (Magyar népi játékok) In.: *Magyar Néprajz VI.* Budapest.
98. P. Punykó Mária – Hutterer Éva (2004): Egyedem, begyedem tengertánc. *Kárpátaljai gyermekmondókák.* Beregszász.

99. Pécsiné Ács Sarolta (2002): Népi gyermekjátékok Kalocsa környékén. Kalocsai Múzeumbarátok Köre, Kalocsa.
100. Porkolábné Dr. Balogh Katalin (2004): Komplex prevenciós óvodai program. Trefort Kiadó, Budapest.
101. Ráczné Bársony Judit (2008): Néptánc és játék. In.: *Zenei nevelés az óvodában*. Szerk.: Hovánszki Jánosné. Debreceni Egyetem Hajdúböszörményi Pedagógiai Főiskolai Kar, Debrecen. 203-210.p.
102. Raffai Jenő: Halló itt vagyok! *Babamagazin*. 2001. január. www.babamagazin.hu/01_01/ba106.htm.
103. Sándor Ildikó (2005): Tücsökringató - *Ölbeli játékok*. Hagyományok Háza, Budapest.
104. Sebestyén Dobó Klára (2001): Én elmenyek kicsi búval. *Kászoni népzene és néphagyományok 1952-ből*. Kriterion Könyvkiadó, Bukarest-Kolozsvár.
105. Szapu Magda (1996): Gyermekjátékok. Válogatás Együd Árpád néprajzi gyűjtéseiből 3. Somogy Megyei Múzeumok Igazgatósága, Kaposvár.
106. Szentpál Mária (1973): Gyermektáncok. I. *Ritmikai gyakorlatok, etüdök, játékok, magyar néptáncok, szomszéd népek táncai*. Népművelési Propaganda Iroda, Budapest.
107. Szentpál Mária (1978): A mozdulatelemzés alapfogalmai. Népművelési Propaganda Iroda, Budapest.
108. Szőnyi Erzsébet (1988): Zenei nevelési irányzatok a XX. században. Tankönyvkiadó, Budapest.
109. Tarjánné Takács Katalin (2006): Művészetekkel nevelés és a népi kultúra és hagyományátadás szerepe az óvodáskorú gyermek nevelésében. In.: *Útravaló. A néphagyomány közvetítésének módszerei az óvodában*. Hagyományok Háza, Budapest. 7-15.p.
110. Tímár Sándor (1999): Néptáncnyelven. Püski Kiadó, Budapest.
111. Tóthszöllősiné Varga Tünde (1994): Mozgásfejlesztés. In.: *Óvodások, kisiskolások szomatikus nevelése – Tanulmányok, Veszprém*.
112. Tóthszöllősyné Varga Tünde (1999): Mozgásfejlesztés szabadon. B-boni Kft. Budapest.
113. Törzsök Béla (2003): Zenehallgatás az óvodában. 13. kiadás. Editio Musica, Budapest.
114. Vajda József (1988): „Új hold, fényes nap...” *Zalai népi mondókák és gyermekjátékok*. Zalaegerszeg.
115. Vargáné Szűcs Anna (2006): A néphagyomány megjelenítésének színterei a Mákvirág Óvodában. In.: *Útravaló. A néphagyomány közvetítésének módszerei az óvodában*. Hagyományok Háza, Budapest. 15-28.p.

116. Veress Péter Ilona (2002): Mezőcsávasi gyermekfolklór. Kriterion Könyvkiadó, Bukarest-Kolozsvár.
117. Voigt Vilmos (1979e): Gyermekfolklór. In.: *Magyar Néprajzi Lexikon II.* 348.
118. Wirkerné Vasvári Éva (2008): Az óvodás korú gyermekek mozgásfejlesztése magyar népi játékokkal. In.: *Játék – mozdulat – tánc.* Szerk.: Sándor Ildikó. Hagyományok Háza, Budapest. 61-95.p.
119. Wirkerné Vasvári Éva (2008): Ének – zene – tánc – néptánc az óvodában. In.: *Óvodai Nevelés.* LXI. évfolyam. 2008. október 8. szám.

DUPress