MUZICA – INSTRUMENT INDISPENSABIL AL CADRULUI DIDACTIC ÎN ARTA DE A EDUCA

Valeria BOTOȘANU

CZU: 371.39:78 vbotosanu@gmail.com

This article reports on the importance of music for teachers, demonstrating the impact of music through its aspects-melody, rhythm, harmony-on the effectiveness of teachers' activity. As a toolkit some development strategies are described.

Despre rolul muzicii în calitate de instrument indispensabil în activitatea unui cadru didactic există mai puține studii aprofundate. Însă, din Antichitate muzica își are un rol al său aparte în gestionarea proceselor cognitive și afective. Renumiții pedagogi ai Antichității relatează despre rolul muzicii în dezvoltarea multilaterală a discipolilor. Pitagora privea muzica drept un remediu uimitor pentru corp, minte și afecțiunile psihice. Democritus spunea că „în multe boli sunetul flautului este un remediu suprem”. Aristotel descria melodia ca pe o forță care purifică sentimentele, iar ideea de ritm o considera sinonimă cu mișcarea (Poetica, catharsis). Platon, cunoscut pentru lucrarea *Republica*, afirma că ordinea mișcării este echivalentă cu ritmul muzical [3, p. 12]. Fericitul Augustin numea muzica ritmică „ars bene movendi'', adică *arta mișcării frumoase*.

La mijlocul secolului XX, deja exista noțiunea de *meloterapie* – metodă de tratare prin muzică. De exemplu: pentru liniște interioară – Franz Schubert – „Rozamunda” și „Ave Maria”. În cazul surmenajului intelectual – Johann Sebastian Bach – „Fugile”. Pentru reglarea nivelului tensiunii arteriale – W. A. Mozart – „Don Juan”, Franz Liszt – „Rapsodie maghiară” [1, p. 203].

Daniel Levitin scrie în celebra sa lucrare „Creierul nostru muzical” despre inevitabila influență a muzicii în activitățile de bază ale oricărui cadru didactic și în procesul de studiu al consumatorilor educaționali: „*Muzica, dintre formele de artă este considerată drept cea mai puternică modalitate de exprimare sau de asimilare a unei emoții. Tridimensională prin structură: melodie, ritm, armonie – dezvoltă concomitent gândirea analitică, motricitatea fină și inteligența emoțională”* [2, p. 47].

Muzica influențează multilateral atât persoanele adulte, cât și copiii. Influența poate fi:

- formativă, contribuind la formarea capacităților muzicale și activizarea sferei psihice;
- educativă, stimulând procesele de autocunoaștere și autodesăvârșire;
- estetică, cultivând o atitudine estetică față de fenomenele naturii, abilitatea de a percepe activ obiectele de artă, necesitatea de creare a frumuseții prin artistism, expresivitate, creativitate în toate domeniile vieții umane [1, p. 245].

Pentru a demonstra eficiența influenței muzicii asupra activității efective a unui cadru didactic, am elaborat un ansamblu de ***strategii***, axate pe tridimensionalitatea muzicii: melodie, ritm, armonie, implementate în cadrul unui experiment psihopedagogic, desfășurat în IP LT Waldorf.

Strategia 1. Pentru dezvoltarea vorbirii melodice și expresive

„Tarzan și hora cu strigături"

Finalitate: gestionarea emoțiilor în momente de încordare musculară, de oboseală mentală.

Context profesional de utilizare a strategiei: ateliere de lucru mixte – părinți și elevi, mentorat, partea introductivă a unei ședințe etc.

Spațiu – într-un spațiu închis.

Timp alocat – 30 sec-10 min (în funcție de situație și intensitate emoțională).

Acțiuni: Imaginează-ți că ești în junglă.

Intonează vocalele: *A-E-I-O-U* – lung, larg, fără efort, fără grabă, cu un zâmbet interior, însoțit de mișcări ale mâinilor ce improvizează valuri.

Intonează silabele *HA-HE-HI-HU*, exercitând următoarele acțiuni:

- inspiră profund aer și reține 9-l2 sec;
- expiră brusc și emite un sunet puternic cu silaba HA, însoțit de mișcări ca și la artele marțiale. Cu cât mai tare, cu atât mai bine. Este o „scuturare" de emoții.

Repetă aceste mișcări pentru fiecare silabă *HA, HE, HI, HO, HU.*

La final, relaxează-te, revenind la respirația obișnuită și zâmbește larg lumii.

Strategia 2. Pentru dezvoltarea ritmului „Ping-pong muzical"

Finalitate: socializare la nivel de ritm, tact, tempou, metru; gestionarea relațiilor prin dialog.

Context profesional de utilizare a acestei strategii: în cadrul atelierelor de lucru cu elevii; în momente de evocare la oricare lecție sau activitate extracurriculară.

Spațiu – atât afară, cât și în sală de clasă.

Timp alocat – 1-2 min.

Acțiuni: Stai în fața participanților în poziție dreaptă, ești liber. O altă variantă: participanții se împart în două rânduri și stau în poziție frontală.

Din start numești dirijorul – cel care va dirija acțiunea.

Se începe un dialog: *întrebare-răspuns* prin a lovi din palme, pe rând. Dirijorul bate din palme, partea oponentă răspunde în același mod.

Dirijorul intensifică bătăile, accelerând tempoul, intensitatea sunetului, modalitatea de a bate din palme.

Apoi dirijorul revine la tempoul inițial încetinind intensitatea bătăilor din palme.

Strategia 3. Strategia audiției active pentru dezvoltarea armoniei. „Ascultă ce auzi"

Finalitate: sensibilizarea urechii externe, cultivarea gustului muzical, posibilitatea de autorevitalizare, direcționarea emoțiilor.

Context profesional de utilizare a acestei strategii: înainte și după sedințe cu părinții, înainte de vacanță pentru a fi mai clar în evaluarea propriilor realizări, înainte de o activitate.

Spațiu – în încăperi bine aerisite, într-un spațiu preferat, comod, relaxant.

Timpul alocat – 5-7 min.

Acțiuni: Decizi ce lucrare vei audia. Creezi o ambianță relaxantă – locul potrivit, timpul potrivit, fotoliul preferat. Ia o poziție comodă, dacă e lumină artificială – să fie opacă, ochii închiși, sursă de sunet calitativ (dacă audiezi cu căștile – să fie din cele exterioare).

Te întrebi ce simți în corp? Dacă este undeva tensiune, palpitații – acorzi atenție acelor părți ale corpului, imaginându-ți cum se relaxează, se calmează.

Reglezi respirația, astfel ca să devină calmă, neîntreruptă. Să simți cum fiecare inspirație aduce liniște, iar expirația – relaxare.

Faci o primă audiție a lucrării alese, fără a interveni cognitiv în proces.

La a doua audiție a aceleiași lucrări – imaginează-ți că ești eroul principal al acelei povești. De exemplu, permite-ți să fii o rază a soarelui, care pe parcursul piesei aduce întregul soare pe pământ.

La final de o astfel de „cură de tratament” sonoră, permite-ți să găsești recunoștință pentru faptul că ai găsit locul și timpul potrivit de a te reîntâlni cu sine și a te regăsi pe tine însuți.

În concluzii: Prin prisma tridimensionalității muzicii fiecare cadru didactic își poate spori considerabil gradul de eficientizare atât în plan personal, cât și profesional.

Referințe:

1. BRASS, R. *Horwege entdecken – Musikunterricht als Audiopadie*. Stuttgart: Zwischentone Buch-und Musikverlag, 2010. 237 p.
2. LEVITIN, D. J. *Creierul nostru muzical.* București: Humanitas, 2010. 324 p.
3. PLATON. *La Republica*, 2012. [Accesat 01.07.2022]. Disponibil: https://www.um.es/noesis/zunica/textos/Platon,Republica.pdf

Recomandat
***Nina BÎRNAZ**, dr., conf. univ.*