

Milí studenti,

nejprve chci reagovat na vaše reflexe bubnování a jsem ráda, že se s ním většina z vás statečně popasovala, i když některým osobnost pana Holzera a jeho zpěv nesedl. Nakonec jste většinou správně usoudili, že jde o trenink rytmu, a nikoliv o pokus vnutit vám nějaký esoterický zážitek, a dovolili jste si mít z toho osobní užitek. Osobně se domnívám, že naši víře nemůže uškodit čerpat inspiraci ze starých kultur. Je to například zdroj inspirace tak velké současné katolické duchovní osobnosti, jako je františkán Richard Rohr.

Ale nyní k tomu, jakým cílovým skupinám v rámci speciální pedagogiky a sociální práce může trening rytmu dobře posloužit.

Vyjímám citace z vašich reflexí, s kterými souhlasím a považuji je za zajímavé:

Řekla bych, že rytmická cvičení lze přizpůsobit skupinám osob napříč věkem či zdravotní způsobilostí.

Co se týče doporučení pro jednu cílovou skupinu, určitě bych ji zařadila u dětí, trpících hyperaktivitou. Bubnování je nutí přemýšlet nad jednotlivými pohyby. Děti zde vkládají energii, která je baví a tu svou přebytečnou energii vybijí pomocí bubínku. Také se učí spolupráci, když bubnují v kolektivu ostatních dětí. Mají možnost, zapojit několik smyslů, trénují paměť a dostaví se u nich duševní rovnováha, která je pro ně velmi důležitá pro ostatní fungování.

Můžeme posílit tělesnou koordinaci a koncentraci u dětí, navíc bubnování stmeluje kolektiv a v dětských skupinách slouží i jako prevence šikany.

Podle mého názoru je trénování rytmu důležité například u nevidomých. Pomáhá pro koordinaci pohybů a lepší rovnováhu.

Myslím, že metoda rytmického cvičení a střídání relaxačních a aktivizačních cvičení, by mohla být vhodná pro děti s poruchami učení, pro lidi a děti s mentálním postižením a pro seniory, zejména pro ty, kteří trpí demencí nebo jiným onemocněním nervové a svalové soustavy.

U dětí předškolního věku, případně s poruchami chování či autismem je samozřejmě důležité se vnímání rytmu naučit, aby zvládaly režim, vnímaly lépe čas a případně se zklidnily.

Toto cvičení bych doporučila starším lidem, seniorům na procvičení paměti nebo lidem s psychosomatickými problémy, na odbourání stresu.

Trénování rytmu je podle mého názoru důležité pro lidi, kteří mají problémy a potřebují na ně zapomenout. Spíše ty, kteří si uvědomují sami sebe a potřebují získat (resp. vrátit se k) nějaký řád. Naučit se znovu používat celé tělo a mít z toho radost. Na první místo bych dala osoby při léčbě závislosti a osoby postižené syndromem vyhoření. Další skupinou, pro niž by nácvik rytmu byl vhodný by možná byly děti s poruchami chování, společné bubnování by jim mohlo

pomoci zjistit, že je dobré být součástí něčeho většího. Možná by nácvik rytmu pomohl i některým mentálně znevýhodněným.

Děkuji vám za všechny postřehy a ještě chci dodat:

Ze skupin, které jste nejmenovali, bych ráda zmínila především děti s dyslexií, kde ve spojitosti s bubnováním velmi pomáhá rytmizace slov a slovních spojení. Při tomto treninku rytmizace slov můžeme navíc při hláskách, které má dítě tendenci zaměňovat (např. D – T, B – P) přidat tlesknutí či dupnutí pro lepší uvědomění.

Velmi významný je rytmus také pro sluchově znevýhodněné. Ti dokáží vnímat hudbu právě díky zesíleným vibracím /a barevným pulzacím rytmu) a mohou tak podle bubnování i tančit. Tyto aktivity pak mohou významně podporovat jejich socializaci a spolupráci s druhými. Rytmus jim také může dobře posloužit při nácviku řeči.

A nyní pojďme k vašemu dnešnímu úkolu.

Některým cílovým skupinám se teď budeme věnovat podrobně. Začali bychom dětmi a tím, že budeme hledat základní zásady, jak by měl muzikoterapeutický program pro děti vypadat a jak může takový program podpořit děti v tom, co ke svému rozvoji potřebují.

Vaším úkolem tedy dnes bude podívat se na ukázky muzikoterapeutických programů pro mateřské školy, které najdete pod níže uvedenými odkazy. Podívejte se na každou ukázkou několikrát (alespoň dvakrát) a zapisujte si, co vše vám z pozorování vyplývá pro muzikoterapii s dětmi jako důležité. Konkrétně pak z tohoto pozorování v úkolu napište:

1. na co všechno by měl muzikoterapeut při přípravě programu pamatovat
2. co vše musí zvládnout, když program vede
3. v jakém směru může takový program vývoj dětí podpořit

Samozřejmě můžete připojit i jiné postřehy či kritické připomínky.

Vaše texty pak uložte prosím do odevzdávací skrupiny pod názvem: **Muzikoterapie pro děti předškolního věku, a to do pondělí 12. 10.**

Zde jsou odkazy:

Muzikoterapie MŠ Kozolupy

<https://www.youtube.com/watch?v=qJDackWxcE4>

Muzikoterapie MŠ Bohumín

<https://www.youtube.com/watch?v=prf0OGgv4PM>

Těším se na vaše postřehy!