



TÁMOP 3.1.4 - 08/2 – 2008-0085

Kompetencia alapú oktatás, egyenlő hozzáférés –Innovatív intézményekben
HAMMIDO Alapfokú Művészeti Iskola (6722 Szeged, Kossuth L. sgt. 23.)

SZOCIÁLIS, ÉLETVITELI ÉS KÖRNYEZETI KOMPETENCIA

Modul az Alapfokú Művészeti Iskolák számára
Zeneművészet tanszak
(7-11. életév)

A fúvós légzés

Fuvola

Szerző:
Égerházi Réka 2015.

Esztétikai – Művészeti Tudatosság Kompetencia

„A fúvós légzés” Fuvola

Ajánlott korosztály	7-11 éves korig
Ajánlott időkeret	3*45 perc
A modul közvetlen célja	A fúvós hangszerek megszólaltatásához szükséges légzéstechnika elsajátítása játékos formában (cél: a kezdő fuvolások minél előbb, hibás beidegződések nélkül megtanulják a speciális levegővezetés technikáját)
A modul tartalma	Téma: a légző rendszer megismerése, a természetes légzés (rekeszlégzés), majd a támasz helyes használata, végül a levegővezetés alapjai.
Megelőző tapasztalat	A kezdő fuvolások legfőbb problémái a helytelen levegővezetésből adódnak. Ez a látszólag egyszerű, azonban valójában annál bonyolultabb folyamat könnyen megérthető játékos feladatok segítségével.
Ajánlott továbbhaladási irány	Az esztétikai érzék fejlesztése a hangszeres játék technikájának finomítása által. A fiatal fuvolások a dallamvezetés új oldalát ismerhetik meg a helyes légzéstechnika használatával, és igényesebbek, nyitottabbak lesznek további kísérletezésre, egyre szebb hangra.
A kompetenciafejlesztés fókuszai	<p>Érzelmi kompetenciák:</p> <ul style="list-style-type: none"> - A rossz beidegződések leküzdése - Felszabadultabb, görcsmentes játék a megfelelő technika alkalmazásával <p>Személyi és társas kompetenciák:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Másokkal való kooperáció, egymás segítése - Probléma felismerés és kezelés - Sikerkezelés, kudarc-tűrés <p>Intellektuális kompetenciák: művészi látásmód; a helyes technika használatának fontossága</p> <ul style="list-style-type: none"> - Művészi kifejezés szolgálatába állítható technikai alapok - Kreativitás
Kapcsolódási pontok	Az emberi test anatómiája

Támogató rendszer	
-------------------	--

Tevékenységek – időmegjelöléssel	A tevékenység célja fejlesztendő készségek	Munkaformák és módszerek	Eszközök/mellékletek		
			Diák	Pedagógus	
1. foglalkozás: a légzés megismerése					
<p>Ráhangelődés A téma rövid ismertetése, közös megbeszélés a fűvös hangszeres játék során felmerülő nehézségekről</p> <p>Játék: "Nevető gyakorlat": a tanulók körbe fekszenek úgy, hogy mindenki fejét a másik hasára fekteti, majd ezután nevetést produkálnak. Ennek haszna, hogy a nevetéshez mindig a rekeszizom intenzív használatával vesznek levegőt, miközben válluk nem emelkedik. Ez a légzés használatos a fuvolás során.</p> <p>Képek bemutatása: tüdő és a levegő útjának ismertetése.</p> <p>Légzőgyakorlatok: Rekeszlégzés megérezése. 1. A tanulók csípőre tett kézzel gyakorolják a rekeszlégzést. Ha a kezükkel érzik a beáramló levegőt, helyesen sikerült végrehajtani a gyakorlatot.</p> <p>2. Könyv-gyakorlat: A tanulók</p>	<p>5'</p> <p>'</p> <p>5'</p> <p>10'</p> <p>20'</p>	<p>Tolerancia, másokkal való kooperáció, alkalmazkodás</p> <p>Ismeretek átadása, saját meglévő tudás használata</p> <p>Fantázia Kreativitás Tolerancia Másokkal való együttműködés</p>	<p>Frontális</p> <p>Csoportmunka</p> <p>Frontális</p> <p>Kooperatív tanulás</p>	<p>laptop</p>	

<p>a hátukra fekszenek, egy könyvet téve a hasukra. Itt jól megfigyelhető a könyv emelkedése-süllyedése a levegő mozgásával.</p> <p>3.A levegő a szájüregben: Arcukat felfújva, majd a levegőt kiengedve nyomon követhető a fuvolázásban is fontos szerepet játszó, épp a szájüregben lévő levegő.</p> <p>4. Kisvonal: A tanulók egymás mögé állva sort alkotnak, mindenki megfogja az előtte álló derekát, így ellenőrizve egymás rekeszlégzését.</p> <p>Ismétlés, a foglalkozás megbeszélése, ahol mindenki elmondhatja a véleményét és tapasztalatait.</p> <p>Otthoni feladatok: egy tetszőleges kiválasztott légzőgyakorlat átismétlése minden reggel.</p>	5'	<p>Alkalmazkodás</p> <p>Fantázia Kreativitás Másokkal való együttműködés Művészi kifejezőeszközök megértése, ismerete,</p>		<p>Színesceruza papír</p>	
--	----	--	--	-------------------------------	--

Tevékenységek – időmegjelöléssel	A tevékenység célja fejlesztendő készségek	Munkaformák és módszerek	Eszközök/melléletek Diák Pedagógus	
2. foglalkozás: A fűvös hangszeres légzéstechnika alapjai: támasz és levegővezetés				
<p>Ráhangelődés Az előző foglalkozáson tanultak átisméltése. A tanulók egyenként elmondják a tapasztalataikat az otthoni légzőgyakorlatról. Megbeszéljük, hogy a rekeszlégzés a fűvös zenei levegővezetés alapja.</p> <p>Rövid ismétlés a tanulók által már év közben megismert támasztó technikáról: a rekeszbe vett levegőt a rekeszizom megfeszítésével irányítjuk, szabályozzuk a fűvőerősséget, a levegő sebességét. Mindez képezi a hangerő és hangszín alapjait, valamint szabályozhatjuk vele, hogy mennyi ideig tartson a két levegővétel közötti dallamív.</p> <p>1. gyakorlat: Buborékfűjás szívószállal vízbe. A tanulók egy-egy pohár vizet és egy szívószálat kapnak. Mély levegővétel után egyenletes levegővezetéssel buborékokat fűjnek. Fontos a rekeszbe vett levegő, a támasz, és az, hogy</p>	5'	<p>Tapasztalatok megosztása, összegzés, megszerzett ismeretek további felhasználásának tervezése</p> <p>Ismeretek bővítése, felidézése</p>	<p>kerekasztal</p> <p>frontális</p>	

<p>minél tovább folyamatosan képződjenek a buborékok. A fűvös hangszerek megszólaltatásához szükséges légzéstechnika pontosan ugyanez, viszont ebben a helyzetben nem kell a hangszeres játék egyéb nehézségeire is figyelni</p> <p>A résztvevők folyamatosan ellenőrzik a rekesz és támasz megfelelő működését.</p> <p>Rövid „gyakorlás” után játékos vetélkedő következik. Mindenki egyenként mutatja be az előbbi gyakorlatot, a tanár stopperrel méri az időt. A győztes, aki a legtovább tartja a buborékokat egy levegővel. A 25 másodperc fölötti eredmények mutatják a módszer hatékonyságát.</p> <p>2. gyakorlat: lufi – ez egy klasszikus gyakorlat a légzés erősségének tudatosítására, a támasz fejlesztésére, tüdőkapacitás növelésére, mely majd a forte és a dúsabb hangzás elérésére szolgál. Minden résztvevő kap egy léggömböt, melyet a lehető leggyorsabban, legtöbb levegővel kell minél nagyobbra fújnia.</p>	20'	Légzéstechnika	egyéni, majd vetélkedő	Pohár, víz, szívószál	stopper
---	-----	----------------	------------------------	-----------------------	---------

<p>Játék: a felfújtt léggömbből kiáramló levegő segítségével mutatjuk be a feszes, majd a feszeségét veszített támaszt. Első esetben sokáig tart a léggömbben lévő levegő, a másodikban viszont hamar elfogy, és a lufi tartása is azonnal elvész. Ugyanez a helyzet a támasszal, vagy anélkül történő fuvolás esetén is.</p> <p>A hasunkra tett, felfújtt lufival szintén a támasz működését könnyebb megérteni. A levegőt fokozatosan kiengedve, a léggömb feszeségét tenyérral ellenőrizve pont ugyanazt érezzük, mint a jól használt támasz esetében.</p> <p>Összegzés, a következő óra anyagának megbeszélése.</p> <p>Otthoni feladatok: a technika hangszeren való kipróbálása, felkészülés egy szabadon választott darabbal.</p>	10'	Légzéstechnika fejlesztése, tapasztalatszerzés, következmények levonása	kooperatív	léggömb, levegő:)	
---	-----	---	------------	-------------------	--

Tevékenységek – időmegjelöléssel	A tevékenység célja/ fejlesztendő készségek	Munkaformák és módszerek	Eszközök/mellékletek Diák Pedagógus	
3. foglalkozás: Alkalmazott légzéstechnika fuvolán és furulyán				
<p>Bevezetés: légzőgyakorlat, különös tekintettel a rekeszlégzésre és a támaszra. 1. Belégzés bokafogással, majd felegyenesedve rekeszizomra tett kézzel tartjuk bent a levegőt, végül lassan kifújjuk.</p>	5'			
<p>Hangszeres gyakorlatok bevezetés: páros hangszeres gyakorlat – ketten egy fuvolával: egy résztvevő megszólaltatja a hangszert, míg a másik a billentyűket kezeli. A befúvást végző félnek így csak a hang megszólaltatására, tehát főként a helyes légzéstechnikára kell koncentrálnia. Egy tanuló ellenőrizheti a rekeszizom mozgását, feszességét</p>	15'	Hangszeres játék, légzés, együttműködés	kooperatív	fuvola
<p>Zene falhoz támasztott homlokkal – ebben az esetben a rekeszizom magától befeszül, így a hangzás erősebb lesz. Cél a támasz-érzet minél alaposabb megismerése. A tanulók egyenként elvégzik a gyakorlatot, majd következhet</p>	5'	hangszeres légzéstechnika, készségfejlesztés	egyéni	fuvola

<p>a művek bemutatása a már elsajátított komplex légzéssel.</p> <p>Lezárás: a választott művek előadása. Egy-egy előadó játszik, a többi tanuló figyelemmel kíséri a légzést, míg nem kerülnek sorra, majd közös megbeszélés az egyes művek után. A technika lényege: minden egyes új lélegzetvétel mély kell, hogy legyen, és belégzés után rögtön „be kell kapcsolni” a támaszt, és automatikusan vezetni tovább a levegőt. Ez nehéz és fárasztó feladat, de nélküle nem lehetséges magasabb szinten fuvolázni. Sokat jelent mindezt már a kezdetekkor, előképző, vagy első osztályban megtanulni, hiszen olyan szilárd alapot ad a fuvolajáték további tökéletesítéséhez, szép, kiegyenlített hanghoz, és nem utolsósorban a zenei dallamformáláshoz, ami talán a legfontosabb kifejezőeszközünk.</p>	20	előadói készség, művészi kifejezés, kritikai érzék	egyéni, kooperatív	fuvola, kotta	
--	----	--	--------------------	---------------	--









