

INFO o pedagogických aspektoch eurytmie

Všeobecne nás eurytmia spája so silami, ktoré v nás pôsobia v období od narodenia do troch rokov. Práve tieto sily nám pomáhajú naučiť sa chodiť, rozprávať a neskôr i uvedomiť si svoju vlastnú osobnosť. Pôsobenie dospelého vyvoláva v deťoch túžbu po aktivite prostredníctvom napodobňovania. Najdôležitejší je rytmus. Eurytmický pohyb spojený so slovom alebo hudbou podporuje správny rozvoj životne dôležitých orgánov. Vďaka harmonickej pohybovej práci s celým telom eurytmia rozširuje hrudník, harmonizuje dych a spánkový rytmus, podporuje látkovú výmenu, správnu tvorbu chodidiel, zdravý rast zubov, rozvíjanie hrubej i jemnej motoriky, pomáha pri utváraní rečových schopností a pri náprave výslovnosti, harmonicky v deťoch rozvíja ich cítenie a sociálny vzťah k okoliu. Cez umelecký pohyb sa dieťa vžíva a vcítiuje do deja a do rozličných nálad a spracováva tak rôzne emocionálne charaktery, pričom sú zapojené všetky zmysly. Bez nazývania a vysvetľovania sú jednotlivé gestá vpletané do diania príbehu. Prostredníctvom pohybovej dramatizácie ožívajú rozprávky, remeslá, ročné obdobia. Pohyb aktivizuje fantáziu dieťaťa. Texty sú najčastejšie básnické a hudba ich podfarbuje. V tomto veku je všetko orientované na zdravú výstavbu tela, preto musí aj eurytmia oživiť každú jeho časť. Veľa detských ľudových hier, riekaniak a piesní v sebe nesie prvky „elementárnej eurytmie“, Pracovné hry – prežívanie procesu prostredníctvom adekvátneho pohybového gesta; Rozprávky – deti prežívajú obrazy prostredníctvom pohybu (víly-jemnučko na špičkách, trpaslíci-dupú sklonení...); Zvieratká – deti prežívajú charakteristické vlastnosti jednotlivých zvierat umeleckou formou (rýchlo cupitať ako myška, ladne našľapovať ako mačka, hopkať ako zajac,...); Rytmus nádychu a výdychu – práca začne pomalšie, postupne sa prechádza do “veselosti” a záver je znova skludnenie; Opakovanie - stupňujúce sa opakovanie; rovnaká činnosť, ktorá v sebe nesie postupnú dynamizáciu; B – láskyplné objatie - ...obraz malého vtáčatka v hniezde, ktoré treba ochrániť...; Kvinta - oblúkovitý pohyb (...slniečko nakukne poza horu, otvára sa brána,...); Rytmické cvičenia - zbalenie (drepy na celých šľapách, kľak so zbalením) a rozťahnutie (vzpriamenie na špičky, rozťahnutie končatín od seba); Cvičenia zručnosti - pri ktorých sa precvičuje jemná motorika.

Do troch rokov prevláda jednoduchý rytmus, po 5 roku sa vyvíja systém končatín, staršie deti potrebujú ťažšie úlohy. Prostredníctvom niektorých elementov ako sú: prekríženie končatín, skoky do prekríženia nôh, bočný cval, jemná práca s malou loptičkou, prstové cvičenia... To všetko sú možnosti, ktoré pri pravidelnom cvičení pomáhajú rozvíjať telesné a duševné schopnosti dieťaťa, ktoré sa pripravuje na vstup do školy.

V školskom veku ponúka eurytmia možnosť rozvíjať toto pohybové umenie k dokonalosti. Jednoduchá detská hra sa mení na schopnosť učiť sa. Pohybové, rytmické, terapeutické a priestorové cvičenia sú zakomponované do malých príbehov. Postupne sa deti naučia vyjadriť pohybom celú abecedu a základy hudby. Namiesto známok deti predvedú rodičom, čo sa naučili. Učiteľom je eurytmista s pedagogickým eurytmickým vzdelaním.

Každý ročník má svoju základnú tému, metodiku a základné cvičenia, ktoré sú primerané veku. 1.ročník – Rozprávky, 2. ročník – Bájky a Legendy o svätých, 3. ročník – Starý zákon, 4.ročník – Severské legendy, 5.ročník – EPOCHY, 6.ročník – Aliterácia a premeny geome-trických foriem, 7.ročník – Duševné nálady, mol a dur v hudbe, 8.ročník – Balady, Humoresky, 9. ročník – Choreografická práca s priestorom.

Čo od nás súčasné deti očakávajú

- Vývojový proces u týchto detí často prebieha ťažšie a vyžaduje viac individuálnych znalostí a náklonnosti dospelého.
- Potrebujú skúmajúcu a pýtajúcu sa pozornosť a pomoc rodičov a vychovávateľov. Najväčšou silou ako vnímať ich bytosť, je láska k nim. Navzdory tejto potrebe pomoci sa veľmi rýchlo odpútavajú od dospelých a očakávajú, že s nimi budú jednať ako so samostatnými osobnosťami.
- Intenzívne vnímajú deje vo svojom okolí a očakávajú, že toto prežívanie bude brané vážne. Očakávajú, že v rozhovore budú rovnocenne akceptovaní. I keď ešte všetkému nerozumejú, vedia vycítiť úmysly a zmýšľanie dospelých.

- Očakávajú vysvetlenie a chcú byť súčasťou rozhodnutí. Pre dospelého to znamená urobiť si čas, pýtať sa, robiť návrhy, dohovoriť sa na dohodách.
- Chcú sa zúčastňovať života, prinášať svoje vlastné návrhy na riešenia existenčných problémov a uplatniť svoju kreativitu. Očakávajú, že im zveríme zaujímavé úlohy a ciele.
- Ich osobnosť je oslovená, ak ich učíme rozhodovať sa a mať zodpovednosť. Očakávajú, že dospelý sa bude tiež držať dohodnutých dohôd a bude sám robiť to, čo očakáva od nich.
- Chcú cítiť a vnímať osobnosť dospelého. To im pomáha vyvíjať sa a dozrievať. Deti očakávajú túto formujúcu silu tiež u dospelého, jeho konsekventné a spoľahlivé jednanie ako zmysluplné ohraničenie, ktoré dáva dieťaťu pocit istoty.
- V podstate vedia o svojej potrebe vývoja a prijímajú vecnú kritiku. Rovnako však očakávajú, že dospelý si vezme podobne na mušku sám seba a tiež sa chce ďalej vyvíjať. Očakávajú čestnosť a úprimnosť. Pre vlastný stupeň vývoja očakávajú empatiu.
- Majú pochopenie pre ťažkosti dospelého a sú tolerantné, keď si ich prizná.
- Aby mohli pochopiť svoje telo a svoju nervovo-zmyslovú organizáciu a štrukturovať ju, musí byť ich intelektuálne nadanie vyvážené rozvojom sociálneho vnímania a citovej výchovy.
- Pomáha im telesný dotyk, teplo, vzájomnosť a každodenné „umelecké rituály“. To podporuje proces ich vývoja.
- Keď sa cítia stiesnene, pomôžeme im, keď s nimi budeme o ich pocitoch a obrazoch hovoriť otvorene a s plným pochopením.
- Ak prežívajú zvláštne pocity a zážitky, očakávajú vážny rozhovor s dospelým, ktorý by im pomohol pochopiť a objasniť ich zážitok. To vytvára dôveru a ukludňuje ich.
- Ak sa sami v sebe sklúdňime, môžeme s deťmi viesť rozhovory bez zbytočných emocionálnych bariér.
- Majú pocit vlastnej hodnoty, často jasne hovoria „kto sú“, čo potrebujú, čo chcú a tiež čo nechcú. Majú problémy s absolútnou autoritou, ktorá sa im nevysvetlila. Na pocity viny, hrozby a tresty nereagujú.
- Majú problém zapojiť sa do zabehaných režimov. Nudia sa, keď procesy prebiehajú schematicky a nevyžadujú tvorivosť.
- Často vidia lepšie spôsoby riešenia, a tak sú často považované za rebelov, ktorí s ničím nesúhlasia.
- Pôsobia antisociálne, okrem prípadov, kedy sa pohybujú medzi seberovnými. Ak takých nenájdu, schúlia sa do seba a majú pocit, že ich nikto nechápe.
- Škola je pre ne často veľmi ťažká, pretože sa chcú učiť formou skúseností a pokusov.
- Nechcú jednať na rozkaz, ale očakávajú, že s nimi preberieme danú vec, aby mohli spoluvažovať a rozhodovať.
- Majú vysoký cit pre pravdivosť a očakávajú identitu, čestnosť a sebapoznávanie - to v nich vzbudzuje vzťah dôvery k dospelému. Každá nečestnosť, každý pokus o podvod hneď odhalia, vtedy sa stiahnu a cítia sa nepochopené.
- Angažujú sa za všetko, čo ich zaujíma, ale priviezt' ich k niečomu inému stojí námahu.
- Ich chovanie je silno závislé na dospelých okolo, zrkadlí chovanie dospelých v ich okolí.
- Majú obrazné celostné vnímanie – často sa prejavuje aj ako legasténia (v problémovom stave), 40-tisíc rýchlejšie chápu veľké reálne súvislosti, no nedokážu presne formulovať, majú problém bodovej koncentrácie.
- Pozor: Dospelý je vzor!