

GIBANJE OB GLASBI

DOI

[https://doi.org/
10.18690/um.pef.3.2025.24](https://doi.org/10.18690/um.pef.3.2025.24)

ISBN

978-961-286-993-9

MIRJAM IVANČIČ

Univerza v Mariboru, Pedagoška fakulteta, Maribor, Slovenija
mirjam.ivancic@student.um.si

V tem poglavju je predstavljen pomen medsebojnega povezovanja glasbe in gibanja s poudarkom na šolskem prostoru. Vsebina se dotika splošnih zakonitosti gibanja in glasbe že od zgodnjega otroštva naprej, učinkov njunega združevanja skozi glasbeno-gibalne dejavnosti na otroke in naših spoznanj iz prakse na osnovni šoli. Vse to je podkrepljeno s sodobnimi raziskavami na različnih predmetnih področjih, ki v veliki meri potrjujejo pozitiven vpliv gibanja ob glasbi na otrokov celostni razvoj (telesno-gibalni, čustveni in spoznavni). Cilj tega poglavja je, poleg učinkovitosti povezovanja glasbe z gibanjem ali gibanja z glasbo, poudariti ključno vlogo učitelja pri načrtovanju in izvajanju vzgojno-izobraževalnega procesa za blaginjo otrok, ki bodo v prihodnosti gradili in vodili našo družbo.

Ključne besede:

glasba,
gibanje,
otrokov celostni razvoj,
glasbeno-gibalne dejavnosti,
vloga učitelja



Univerzitetna založba
Univerze v Mariboru

DOI

[https://doi.org/
10.18690/um.pef.3.2025.24](https://doi.org/10.18690/um.pef.3.2025.24)

ISBN

978-961-286-993-9

Keywords:

music,
movement,
holistic development of the
child,
music and movement
activities,
role of the teacher

MOVEMENT TO MUSIC

MIRJAM IVANČIČ

University of Maribor, Faculty of Education, Maribor, Slovenia
mirjam.ivancic@student.um.si

This chapter highlights the importance of the interaction between music and movement, with a focus on the school environment. It explores the general principles of movement and music from early childhood onwards, the effects of combining them through music and movement activities on children, and insights gained from practical application in primary schools. These discussions are supported by contemporary research across various disciplines, which strongly confirms the positive impact of combining movement and music on children's holistic development—physical-motor, emotional, and cognitive. In addition to demonstrating the effectiveness of integrating music with movement, this chapter emphasizes the key role of teachers in planning and implementing the educational process to support the well-being of children, who will shape and lead our society in the future.



University of Maribor Press

1 Uvod

Gibanje je otrokova osnovna potreba, ki v povezavi z glasbo ustvarja neverjetne učinke na telesno-motoričnem, čustvenem in spoznavnem področju. Ravno zaradi pozitivnih učinkov na otrokov celostni razvoj je tako pomembno vključevati glasbeno-gibalne dejavnosti že od zgodnjega otroštva naprej. To ne velja samo za pouk glasbene umetnosti, temveč vsa predmetna področja, saj vemo, da obstaja veliko možnosti medpredmetnega povezovanja. Poznavanje teme je koristno tako za starše kot tudi učitelje, ki njihove otroke vzgajajo in izobražujejo. Čez teden so namreč učitelji skoraj več časa v stiku z otroki kot njihovi starši. Številne raziskave (Grčinaru, 2015; Lykesas idr., 2017; Sandberg idr., 2013) poudarjajo, da ima povezovanje gibanja in glasbe neposreden vpliv na otrokovo koncentracijo in motivacijo tako pri skupinskem kot individualnem delu.

2 Gibanje ob glasbi

Ljudje imamo naravno nagnjenost h gibanju, ki je lahko spontana ali namerna. Podobno se dogaja, ko poslušamo glasbo, saj imamo sposobnost sinhronega gibanja z glasbenim ritmom (Repp, 2005). Glasba nas premakne (Burger idr., 2013). Večina ljudi lahko sledi ritmu glasbe in se premika z njim (Bégel idr., 2017). To smo tudi mi opazili že pri sedemmesečnem dojenčku, ki je v naročju odrasle osebe ob poslušanju (klasične) glasbe začel migati z rokami in nogami. Tudi v glasbenem izobraževanju gibanje naslavlja najbolj naraven način izražanja in predstavljanja same glasbe skozi telo. Motorični odziv spodbuja razumevanje glasbe in pomaga pri razvoju otrokovega glasbenega mišljenja, zavedanja telesa in samoizražanja. To pomeni, da se glasbena in gibalna pedagogika med seboj močno povezujeta, saj spodbujata korelativni telesni, kognitivni in čustveni razvoj ter izobraževanje za vse učence v obliki vključujočega glasbenopedagoškega pristopa (Del Barrio in Arús, 2024). Ta pristop spodbuja tudi Pogue (2018), ki opozarja, da učitelji zaradi velike osredotočenosti na zgolj »akademski« del poučevanja, pogosto pozabijo na pomen glasbe in spodbujanje učencev h gibanju med učenjem. Vsi učitelji imajo svoj način poučevanja, za katerega menijo, da je najboljši za njihove učence. Vsekakor pa je, po avtorjevih besedah, pomembno že predšolsko obdobje (zgodnje otroštvo). Mnogi vrtci postajajo »novi«, saj se otroci veliko učijo skozi pesem, gibanje in dejavnosti, poslušanje glasbe in igranja na instrumente. Vse to je medsebojno povezano z izboljšanjem otrokovega kognitivnega razvoja, kar je skozi temeljit pregled

znanstvenih člankov o učinkih uporabe glasbe in gibanja v svoji raziskavi, potrdil avtor Pogue (2018).

Za osnovnošolsko izobraževanje so pomembne »reforme« in poseganje po novih načinih dela z namenom učinkovitega prispevka k celovitemu razvoju otrokove osebnosti. To dokazuje skupina avtorjev (Lykesas idr., 2017), ki je na vzorcu učencev, starih od 9 do 10 let, proučevala vpliv dveh modelov poučevanja tradicionalnega plesa. Učenci so bili razdeljeni v dve skupini –eksperimentalno in kontrolno. Eksperimentalno skupino so učili grške tradicionalne plesne po učnem modelu Glasba in gibanje, kontrolno skupino pa iste plesne po neposrednem učnem modelu. Rezultati so pokazali, da lahko uporaba glasbeno-gibalnih modelov poučevanja pozitivno vpliva na notranjo motivacijo učencev in aktivno sodelovanje pri tečaju tradicionalnega plesa. Na področju raziskav pa obstajajo tudi nasprotujoče si ugotovitve, ki kažejo, da v izobraževalnih okoljih pri urah glasbe, ki se razlikujejo po vključevanju telesnih gibov, niso imele posebnega vpliva na otrokovo glasbeno, senzomotorično navdušenje, pismenost in splošni kognitivni razvoj v zgodnjih osnovnošolskih letih. Do teh izsledkov je prišla skupina raziskovalcev (Lukács idr., 2022), ki je primerjala glasbene sposobnosti in zaznavanje madžarskih osnovnošolcev. Konkretno izboljšave so bile vidne zgolj v hitrem poimenovanju slik in verbalnem inteligenčnem količniku pri glasbeno usmerjenem razredu, ki je sledil učiteljevim gibom. Seveda pa ne smemo zanemariti sklepne ideje teh avtorjev, ki poudarjajo, da bi gibalno-glasbene dejavnosti, izvajane v šolskem okolju, morda podprle izboljšave na področjih, ki še niso bila proučena.

Glasba otrokom omogoča usvojiti ritem in spodbuja njihovo iznajdljivost. Gibanje in ritmične dejavnosti so zato temeljni v urniku vsakodnevnih dejavnosti, h katerim je treba otroke spodbujati (Treewong, 2022). Glasba in gibalne dejavnosti so neločljiv in hkrati naraven del proste igre od zgodnjega otroštva. Takšne aktivnosti delujejo na več čutil hkrati, torej veččutno (Fábry Lucká in Habalová, 2022). Teoretična podlaga za te dejavnosti se sklada z rezultati raziskave, izvedene na četrtošolcih na Nacionalni umetniški šoli v Romuniji, ki kaže, da povezovanje gibanja in glasbe zmanjšuje utrujenost in otrokom lajša izvajanje vseh gibalnih dejavnosti. Avtorica te raziskave (Grădinaru, 2015) je poudarila, da je občutek za ritem sestavni del koordinacijskih sposobnosti, ki jih je treba privzgjati že od zgodnjega otroštva. Ugotavlja namreč, da telesna vadba v raznolikem ritmu in tempu pri osnovnošolcih oblikuje spretnost doseganja pravilnega gibanja (smer, razpon, koordinacija in izraznost), hkrati pa uporaba glasbe pri pouku športne vzgoje

izboljšuje gibanje in ravnotežje. V praksi je učiteljica prvega razreda na eni izmed šol v ZDA opazila, da je vključevanje glasbe in gibanja pripomoglo k temu, da so se vsi učenci ponovno osredotočili ter aktivno sodelovali tako pri skupinskem pouku kot tudi pri individualnem delu. Vključevala je dejavnosti, kot so petje, ples in prstne igre. To potrjuje teoretične osnove, ki pravijo, da morajo biti majhni otroci telesno in kognitivno dejavni, da se lahko dobro učijo. Glasba in gibanje pozitivno vplivata na pozornost in zavzetost, tako da je čas, porabljen za poučevanje, učinkovitejši (Sandberg idr., 2013). Na eni izmed šol v Ungaranu v Indoneziji vsako jutro vsi učenci od 1. do 6. razreda ob spremstvu učitelja pred začetkom pouka izvajajo gibalne dejavnosti ob glasbi in se na ta način sprehodijo do učilnice (Sinaga idr., 2018). Tudi sami smo na praktičnem usposabljanju v drugem razredu osnovne šole opazili učinkovitost rabe glasbeno-gibalnih dejavnosti pri pouku. Vsak dan so prvo uro začeli z gibanjem ob glasbi. Učiteljica je učencem predvajala voden videoposnetek z glasbenim ozadjem ali zgolj glasbo, ob kateri so se učenci vodeno ali spontano gibali. Poleg tega, da so razgibali svoje telo in se »prebudili« iz jutranjega dremeža, so učenci v nadaljevanju učnega procesa zelo aktivno sodelovali. Verjamemo, da kot učitelji ne bomo čisto nič prikrajšani, če bomo na začetku pouka namenili vsaj dve do tri minute za kakšno glasbeno-gibalno dejavnost, ki bo pripomogla k veliko večji učinkovitosti poučevanja, kot pa zgolj večurno sedenje na šolskih klopih z mislijo, da je treba obdelati čim več učne snovi. Iz praktičnih izkušenj pa lahko potrdimo tudi pomembnost sledenja aktualnim temam, ki se prepletajo v posameznem razredu, in medpredmetnega povezovanja. Pri uri likovne umetnosti smo z drugošolci obravnavali odtiskovanje ritmičnih vzorcev v glineno ploščico. Razmišljali smo, kako bi lahko učence že na samem začetku ure pritegnili in jih hkrati navezali na likovni problem (relief v glini – odtiskovanje vzorcev). Ker je ta razred oboževal risanko Pink Panther, smo na spletu našli videoposnetek za ustvarjanje ritma z lastnimi glasbili (body percussion) na značilno glasbo Pink Pantherja. Učenci so si posamezne gibe hitro zapomnili, saj so se ponavljali v ritmičnem zaporedju, tako kot vzorci. Poleg tega, da smo se s to dejavnostjo že dotaknili likovnega problema, so učenci bili tako navdušeni, da so si želeli aktivnost še večkrat ponoviti. Otroci so bili aktivni na telesnem, miselnem in čustvenem področju.

Fábry Lucká in Habalová (2022) se strinjata, da obogatitev glasbe z gibanjem poveča njeno privlačnost. Pri glasbeno-gibalnih dejavnostih se glasba (zlasti njena ritmična komponenta) povezuje z različnimi gibi. Omenjata, da je mogoče uporabiti glasbo v receptivni in aktivni obliki. V receptivni obliki otroci ne ustvarjajo glasbe sami,

ampak jo na primer poslušajo (ali zaznajo prek drugih čutnih kanalov) in se nanjo odzovejo z gibanjem. V aktivni obliki pa otroci aktivno sodelujejo pri glasbeni produkciji, kar pomeni, da pojejo oz. igrajo glasbila. Tudi tu izvajajo usmerjene gibe, ki jih lahko uporabijo kot motivacijo pri treningu funkcionalnih gibov. Pri načrtovanju in izvedbi glasbenih in gibalnih iger je primerno uporabiti:

- različne masaže;
- tipne dejavnosti ob glasbeni produkciji (vokalno izražanje, reproducirana glasba);
- družinske igre in rituale;
- preproste gibalne igre, neverbalne igre in vaje;
- ritualne telesne igre;
- igre s spreminjanjem položaja telesa v prostoru;
- dejavnosti za podporo proprioceptivnega sistema (zavedanje telesa);
- dejavnosti za podporo vestibularnega zaznavanja (nihanje, skakanje) (Fábry Lucká in Habalová, 2022).

Glasba in gibanje sta otrokom naravna in naša naloga je, da to uporabimo za spodbujanje njihovega učnega uspeha (Pogue, 2018). Študij glasbene in gibalne umetnosti odpira široko polje za prihodnje raziskave o njunem vplivu na otrokov kognitivni, ustvarjalni, izrazni, čustveni in socialni razvoj. To je ključnega pomena za napredek in izzive raziskav na glasbeno-motoričnem področju (Del Barrio in Arús, 2024). Milencovici (2023) predlaga, da bi imel glasbeno-gibalni pouk enak status kot druge discipline. Del Barrio in Arús (2024) poudarjata, da učitelj, kot vodja izobraževalnega procesa, potrebuje znanje in usposobljenost za vključevanje glasbene in gibalne vzgoje v svojo poklicno dejavnost. Njegovo usposabljanje zajema pripravo za poglobljeno razumevanje in izboljšanje pozornosti do raznolikosti. Pri tem lahko multimodalne dejavnosti in različni pristopi predstavljajo dragocen vir. Raziskati, opredeliti in uokviriti mora možna razmerja med glasbo in gibom, tako v umetniški kot v izobraževalni razsežnosti. Milencovici (2023) opozarja, da bo naslednja družba taka, kot jo oblikujemo danes, in če hočemo imeti kakovosten izobraževalni sistem, moramo s spremembami začeti že zdaj, pri osnovnošolskih otrocih. Ob tem nas spodbuja, naj vsak izmed nas razmisli, kako naj poteka glasbeni pouk in kaj mora storiti, da bo ta pozitivno vplival na otrokov razvoj.

3 Zaključek

Sklenemo lahko, da gibanje ob glasbi pozitivno vpliva tako na otrokov razvoj kot tudi na njegovo motivacijo, učinkovitost učenja in poučevanja v osnovnošolskem okolju. Na podlagi teh ugotovitev priporočamo, da učitelji skrbno načrtujejo pouk z osredotočenostjo na gibalno aktivnost učencev, ki jo naj povežejo z glasbo. Pomembno je, da se znajo vživeti v otroka, prepoznati njegove potrebe in temu ustrezno prilagajati učni proces. Gibanje in glasba imata veliko možnosti medpredmetnega povezovanja z različnimi področji, od glasbene in likovne umetnosti, športa, jezika, do naravoslovnih in družboslovnih smeri. V prihodnjih raziskavah bi bilo zanimivo raziskati, kako glasbeno-gibalne dejavnosti vplivajo na zapomnitev in učni uspeh učencev.

Literatura

- Bégel, V., Di Loreto, I., Seilles, A. in Dalla Bella, S. (2017). Music Games: Potential Application and Considerations for Rhythmic Training. *Frontiers in Human Neuroscience*, 11(273). <https://www.frontiersin.org/journals/human-neuroscience/articles/10.3389/fnhum.2017.00273/full>
- Burger, B., Thompson, M. R., Luck, G., Saarikallio, S. in Toivainen, P. (2013). Influences of rhythm- and timbre-related musical features on characteristics of music-induced movement. *Frontiers in Psychology*, 4(183). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00183>
- Del Barrio, L. in Arús, E. (2024). Music and movement pedagogy in basic education: a systematic review. *Frontiers in Education*, 9(2). <https://www.frontiersin.org/journals/education/articles/10.3389/educ.2024.1403745/full>
- Fábry Lucká, Z. in Habalová, M. (2022). Music and movement activities in support of sensory processing. *Proceedings of INTCESS 2022 – 9th International Conference on Education and Education of Social Sciences*. <https://doi.org/10.51508/intcess.202275>
- Grădinaru, S. (2015). Educating the sense of rhythm in primary education students. *Timisoara Physical Education and Rehabilitation Journal*, 8(15), <https://tperj.uvt.ro/wp-content/uploads/2018/11/V8IS15A6.pdf>
- Lukács, B., Asztalos, K., Maróti, E., Farnadi, T., Deszpot, G., Szirányi, B., Nemes, L. in Honbolygó, F. (2022). Movement-Based Music in the Classroom: Investigating the Effects of Music Programs Incorporating Body Movement in Primary School Children. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*. *Advanced online publication*. <https://psycnet.apa.org/record/2022-69697-001>
- Lykesas G., Dania, A., Koutsouba, M., Nikolaki, E. in Tyrovolas, B. (2017). The Effectiveness of a Music and Movement Program for Traditional Dance Teaching on Primary School Students' Intrinsic Motivation and Self-Reported Patterns of Lesson Participation. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 8(1), 227–236. <http://dx.doi.org/10.5901/mjss.2017.v8n1p227>
- Milencovici, D. A. (2023). Musical Activities Performed During Music and Movement Classes at the Primary School in Romania. *Educția 21 Journal*, 24(7). <https://educatia21.reviste.ubbcluj.ro/data/uploads/article/2023/ed21-no24-art07.pdf>
- Pogue, B. J. (2018). Using Music and Movement to Enhance Cognitive Development. https://nwcommons.nwciowa.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1118&context=education_masters

- Repp, B. H. (2005). Sensorimotor synchronization: A review of the tapping literature. *Psychonomic Bulletin and Review*, 12(6), 969–992. <https://doi.org/10.3758/BF03206433>
- Sandberg, H., Cory, H. in Kathleen, P. (2013). Increasing Engagement through Music and Movement. *Academic Exchange Quarterly*, 17(4).
<https://rapidintellect.com/AEQweb/t5363j3.pdf>
- Sinaga, S. S., Tjetjep, R. R., Susanto, S. in Ganap, V. (2018). Musical Activity in The Music Learning Process Through Children Songs in Primary School Level. *Journal of Arts Research and Education*, 18(1), 45–51.
<https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/harmonia/article/view/12508>
- Treewong, P. (2022). Movement and rhythm activities with creativity for early childhood. *International Journal of Social Science and Economic Research*, 7(12).
https://ijsser.org/2022files/ijsser_07__270.pdf