

02 怎样和孩子一起玩欣赏音乐的游戏

音乐其实主要是拿来“玩”的。差不多在一百年前，美国的发展教育心理学家詹姆斯·穆塞尔就指出：所有的音乐活动在本质上都是欣赏音乐的活动。因为欣赏实际上也就是一种“玩”，所以，我们应该更重视和孩子一起来玩音乐。“玩”的重要特性是享受，所以家长应该注意不要把本应该享受快乐的活动变成强迫获得知识和技能的训练活动。以下是一些简单易行的“玩”音乐的活动。

早晨，播放为全家专门选择的优美音乐呼唤大家起床，乐曲的性质应该清丽、柔和，音量不要太大，孩子可以听到并舒适地醒来为宜，可以定期更换不同的乐曲。

梳洗整理完毕之后，可以换轻松活泼有朝气的音乐和孩子一起运动身体。运动的方式可以是：偏向于体操的；偏向于舞蹈的；或是偏向于追跑打闹游戏的。对年龄更幼小的孩子，可以有更多的亲子之间的身体接触，如做“被动体操”；或将孩子安置在成人的怀抱中、膝盖上或肩膀上，随著音乐拍打、抚摸或摇动、晃动、颠动。

白天时间，在孩子精神充沛的时候，可以和孩子一起玩唱歌的游戏，念有节奏的有韵的小诗或童谣；也可以玩听音乐图画或听音乐讲故事的游戏。如果有兄弟姐妹或邻居的孩子，父母可以组织孩子共同游戏。无论如何，对于年龄较小的孩子来说，家庭成年成员的参与

和享受的态度对孩子来说是至关重要的。

傍晚，全家聚集在一起享受温馨的亲情体验，可以播放轻柔的音乐来伴随大家做一些安静的事情；也可以伴随柔和的音乐读书或讲述优美的故事。对于特别幼小的孩子来说，还可以伴随柔和的音乐和灯光做轻柔的身体按摩（做这些身体接触活动最好也能伴随成人轻柔的话语、歌谣或喃喃细语声）。和早晨的音乐活动不同，早晨可以比较突出音乐的节奏感和情绪上的清醒、振奋功效。而傍晚时候，小孩子需要逐渐进入宁静安详的状态，所以，选用的音乐最好是安抚性，亲子活动也比较适宜于使用更温和以及更安静的方式。

睡觉的时间到了，摇篮曲的欣赏游戏时间也到了。这也是每天亲情交流的一个重要时间。如果孩子有机会经常和我们一起在此时欣赏世界音乐宝库中的经典摇篮曲，那将是一件多么美好的事情呀。

其实，孩子音乐能力就是在这些充满亲情的日常生活活动中自然而主动地发展起来的！快来和我们的孩子一起“玩”音乐吧！

许卓娅（南京师范大学教育科学学院前教育系教授）

摘自：《百份百家长》第十三期

02 Como fazer jogos de sensibilização musical com os nossos filhos?

Na verdade, a música foi feita para ser 'brincada'. Há quase uma centena de anos, o psicólogo educacional James Mursell declarou que a natureza intrínseca de todas as actividades musicais foi pensada para que as mesmas possam ser apreciadas na prática. De facto, a música é qualquer coisa que pode ser 'brincada'. Daí que devemos dar enorme importância à prática da música com os nossos filhos. A característica essencial de 'brincar' é a de ter prazer nisso. Por isso mesmo, os pais devem ter presente que não devem querer que uma actividade lúdica se transforme em aquisição de conhecimentos e formação técnica. Seguem-se algumas actividades para 'brincar' com a música, muito simples e fáceis de executar:

Pôr a tocar, logo de manhã, uma música melodiosa, previamente escolhida, para que toda a família possa ouvir e funcione como despertar. A música deve ser selecta, suave, delicada, nunca tocada muito alto, de forma a que as crianças possam acordar naturalmente e tranquilamente. Pode-se mudar de música periodicamente.

Depois das rotinas matinais de asseio, poder-se-á mudar para um outro tipo de música, relaxante e animado, cheio de vitalidade, altura em que poderá querer fazer alguns exercícios físicos com as crianças. Poderá ser ginástica, dança ou até um jogo de perseguição. Para os mais pequeninos é a altura, por excelência, de poderem estar em contacto físico mais íntimo com os pais. Por exemplo, poderá ser feito como um 'exercício guiado' ou, pegando no bebé ao colo, pelas mãos ou colocando-o aos ombros enquanto o acariciamos, balançamos, embalamos ou nos movemos ao som da música.

Quando durante o dia as crianças se mostrarem muito excitadas, podemos cantar juntos, recitar poemas curtos e ritmados ou dizer lengalengas. Em alternativa, podemos propor que desenhem ou contar-lhes histórias com música de fundo. No caso de haver irmãos ou vizinhos por perto, os pais poderão convidá-los para participarem nas actividades. Quaisquer experiências em que os adultos estejam também envolvidos, a família toda unida, são

momentos que todas as crianças adoram.

À noite, quando toda a família está reunida, gozando a companhia uns dos outros, pode-se pôr a tocar música suave, enquanto cada um se ocupa de tarefas silenciosas. Podem, do mesmo modo, ser histórias lidas ou contadas, com música. Para as crianças mais pequeninas, fazer-lhes massagens delicadas com música de fundo, também suave e num ambiente pouco iluminado, revela-se uma actividade maravilhosa. (Esta actividade pode ainda ser enriquecida se o adulto a acompanhar de palavras meigas, conversas ou baladas). Este tipo de exercício musical é diferente do realizado pela manhã, podendo ser este último mais ritmado, mais refrescante, com um efeito estimulante. A música à noite, ao contrário, deverá fazer com que a criança se sinta serena e confortável. Assim, a música que escolhermos para essa altura do dia deverá ser apaziguadora, sendo que todas as tarefas dos pais se revelarão mais leves numa atmosfera de paz e doçura.

A hora de dormir é também hora para ouvir música de embalar. É outro momento importante para a troca de intimidades. Seria maravilhoso se a criança pudesse ter frequentes oportunidades de apreciar as clássicas canções de embalar que fazem parte do tesouro universal da música.

Na verdade, as capacidades musicais da criança serão automaticamente desenvolvidas neste tipo de actividades diárias, cheias de afectos. Vamos lá então 'brincar' a música com os nossos filhos!

Xu Zhuo Ya

Professor do Departamento de Educação Pré-Escolar, Faculdade de Ciências da Educação, Universidade Normal de Nanjing.

Em, "Pais Perfeitos", Nº 13