

## **A BEMELEGÍTÉSEK - BEÉNEKLÉSEK FELÉPÍTÉSE**

### **1. Bevezetés**

A kodályi alapelveknek megfelelően a magyarországi zenei nevelés az énekhangra épül. Az emberi hang mindenki számára hozzáférhető hangszer, amely a zenei élménynyújtás és ismeretszerzés alapvető eszköze. A hallás fejlesztésében rendkívül nagy jelentőséggel bír az éneklés, amely megalapozza a zenei írás-olvasás képességet és az erre épülő hangszertanulást. A nyelvelsajátítással szemben a tiszta éneklés képessége viszont nem fejlődik ki mindenkinél. Amíg a beszédfejlődés szakaszairól, zavarainak okairól számos tanulmány született, addig az éneklési képesség fejlődését akadályozó, lassító tényezők, hibák feltárása még nem igazán történt meg. Nem ismert a fejleszthetőség mértéke, kilátása sem (Turmezeyné, 2009). Az éneklési képesség spontán fejlődése 7-8 éves kor körül véget ér és ezen a szinten marad, ha a gyermekek nem részesülnek további rendszeres, célzott zenei képességfejlesztésben, énekhangképzés fejlesztésben (Gembris, 2006).

### **2. Szakirodalmi háttér**

Az elsősorban a felnőtt énekhangképzéssel foglalkozó szakirodalmak szerint a jelenlegi klasszikus énekhangképzés az alábbi területeket foglalja magába:

- 1) A megfelelő testtartás gyakorlása (Verdolini, 1998)
- 2) Légzőgyakorlatok az alapvető izmok megerősítésére (Boone, 1988) (Ringel - Daniloff – Horii, 1987)
- 3) Vokális gyakorlatok (Verdolini, 1998)
- 4) Artikulációs gyakorlatok (Mendes és mtsai, 2003)

Smith és Sataloff (2006) szerint a beéneklésnek három fő célja van: 1) a test összehangolása és a légzőmechanizmus szabadabb tétele az énekléshez; 2) az énekléshez szükséges fizikai tudatosság kialakítása és 3) a beszédttől az éneklésig „bemelegíteni” a hangot.

A beéneklő gyakorlatok gyerekeknél történő alkalmazását, a gyermekek éneklési képességének fejlődésére gyakorolt hatását eddig még nem vizsgálták. Tanulmányomban azt kívánom bemutatni, hogy az általános iskolai ének-zene tanárok hogyan vélekednek a beéneklésről, annak alkalmazási gyakorlatosságáról és típusairól.

### **3. A kutatás célja**

Kutatásom során az általános iskolában ének-zene tantárgyat tanító pedagógusok nézeteit és tapasztalatait vizsgáltam az ének-zene órai és a gyermekkari beénekléssel kapcsolatban. A kutatás célja az általános iskolai ének-zene órákon és a gyermekkori próbákban alkalmazott különböző beéneklő gyakorlat-típusok összegyűjtése, rendszerezése, valamint alkalmazásuk gyakorisága és a gyermekkori énekhangképzési problémák közötti összefüggések feltárása volt.

Kutatási kérdések:

- 1) Milyen gyakorisággal alkalmaznak beéneklést az általános iskolai ének-zene tanárok, tanítók az ének-zene órákon és kóruspróbákban?
- 2) Milyen típusú beéneklő gyakorlatokat alkalmaznak és milyen gyakorisággal használják ezeket alsó és felső tagozatos ének-órákon és gyermekkari próbákban?
- 3) Van-e összefüggés a beéneklés alkalmazásának gyakorisága és a gyermeknél megjelenő énekhangképzési hibák, problémák között?

### **4. Kutatási módszerek**

A vizsgálatban 80 alsó tagozaton tanító pedagógus és 180 általános iskolai ének-zene szakos tanár vett részt. Közülük 135-en vezetnek gyermekkart is. Az adatok összegyűjtése megfigyeléssel és online kérdőíves módszerrel történt. A megfigyelési szakasz két évig tartott és 10 ének-zene tanár és kórusvezető vett benne részt. Az adatok feldolgozásához kvantitatív és kvalitatív módszereket egyaránt alkalmaztam.

### **5. A kutatás eredményei**

#### ***5.1 A megfigyelés eredményei***

A kutatás eredményeképpen a beéneklő gyakorlatokat nyolc csoportba lehet sorolni, melyek a következők:

- 1) testmozgásos gyakorlatok;
- 2) légzőgyakorlatok;
- 3) rezonanciafejlesztő gyakorlatok;
- 4) hangzóformálást javító, artikulációs gyakorlatok;

- 5) hangterjedelembővítő gyakorlatok;
- 6) intonációs gyakorlatok;
- 7) helyes szövegmondást, kifejező előadásmódot elősegítő gyakorlatok;
- 8) homogén hangzás kialakítását segítő gyakorlatok.

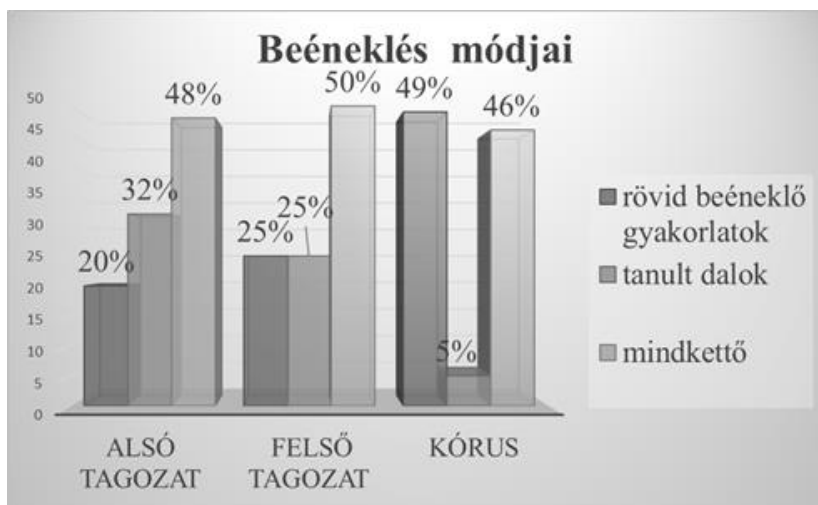
## 5.2 Az online kérdőíves vizsgálat eredményei

A megkérdezett, alsó tagozaton ének-zene tantárgyat tanító pedagógusok mindössze 50%-a, míg felső tagozaton csupán csak 32%-a tart beéneklést, bemelegítést az ének-zene óra bevezető részében. A gyermekkórus vezetők viszont 80%-a alkalmazza a beéneklést a kóruspróba első felében. Tehát a kóruspróbákon nagyobb jelentőséget tulajdonítanak a tanárok a beéneklés énekhangképzést fejlesztő hatásának, mivel az egységes kórushangzás érdekében a kórusvezetők többsége szerint elengedhetetlen a kóruspróbákon a bemelegítés, beéneklés, mint ahogy semmilyen sport edzés sem kezdődik el bemelegítés nélkül. (1. ábra)



1. ábra: Beéneklés gyakorisága ének-zene órákon és gyermekkari próbákon

Ezt követően azt vizsgáltam, hogy milyen beéneklésmódokat használnak azok a pedagógusok, akik tartanak beéneklést az ének-zene órákon. A beéneklés módja szempontából is különbségek vannak az ének-zene tantárgyat tanító pedagógusok gondolkodásában, gyakorlati tapasztalataiban. Az alsó tagozaton tanítók 48%-a, a felső tagozaton tanítók 50%-a a rövid beéneklő gyakorlatokat mindig kombinálja a már tanult dalokkal és ez alkotja az ének-zene óra beéneklés részét. Ezzel szemben a megkérdezett illetve beéneklést tartó gyermekkoros vezetők 49%-a szerint a leghasznosabb és az általuk leggyakrabban alkalmazott beéneklés kizárólag rövid beéneklő gyakorlatokból áll. Míg a kórusvezetők 46%-a a rövid beéneklő gyakorlatokat és a már tanult dalokat együtt, kombinálva használja beéneklésként. (2. ábra)



2. ábra: Beéneklés módjai

A beéneklést tartó tanítók és ének-zene szakos tanárok többsége rendszeresen (mindig vagy gyakran) alkalmaz mozgásos gyakorlatokat, légzőgyakorlatokat és a homogén hangzás kialakítására irányuló gyakorlatokat az ének-zene óra bevezető, beénekléses szakaszában. Viszont néha, ritkán vagy éppen sosem használnak rezonanciafejlesztő, hangzóformálásra irányuló, hangterjedelem bővítésére irányuló, intonációs és a helyes szövegmondásra irányuló gyakorlatokat. (1. táblázat)

1. táblázat: Beéneklő gyakorlatok típusai az általános iskolai alsó tagozatos ének-zene órákon

<b>ALSÓ TAGOZAT</b>	<b>MINDIG / GYAKRAN</b>	<b>NÉHA / RITKÁN</b>	<b>SOSEM</b>
Mozgásos gyakorlatok	73 %	17 %	10 %
Légzőgyakorlatok	53 %	32 %	15 %
Rezonanciafejlesztő gyakorlatok	6 %	39%	55 %
Hangzóformálásra irányuló gyakorlatok	34 %	39 %	27 %
Hangterjedelem bővítésére irányuló gyakorlatok	33 %	46 %	21 %
Intonációs gyakorlatok	40 %	40 %	19 %
Helyes szövegmondásra irányuló gyakorlatok	48 %	38 %	14 %
Homogén hangzás kialakítására irányuló gyakorlatok	50 %	23 %	27 %

2. táblázat: Beéneklő gyakorlatok típusai az általános iskolai felső tagozatos ének-zene órákon

<b>FELSŐ TAGOZAT</b>	<b>MINDIG / GYAKRAN</b>	<b>NÉHA / RITKÁN</b>	<b>SOSEM</b>
Mozgásos gyakorlatok	17 %	52 %	31 %
Légzőgyakorlatok	34 %	42 %	24 %
Rezonanciafejlesztő gyakorlatok	4 %	48 %	48%
Hangzóformálásra irányuló gyakorlatok	43 %	30 %	27 %
Hangterjedelem bővítésére irányuló gyakorlatok	48 %	27 %	25 %
Intonációs gyakorlatok	53 %	26 %	21 %
Helyes szövegmondásra irányuló gyakorlatok	20 %	45 %	35 %
Homogén hangzás kialakítására irányuló gyakorlatok	53 %	24 %	23 %

Az online kérdőívet kitöltő és beéneklést tartó ének-zene tanárok nagyobb része a felső tagozatos ének-zene órák beéneklés részében mindig vagy gyakran (tehát rendszeresen) használ intonációs, hangzóformálásra, hangterjedelem bővítésére és a homogén hangzás kialakítására irányuló gyakorlatokat. Ugyanakkor az alsó tagozaton alkalmazottakhoz képest háttérbe szorultak, vagyis csak néha, ritkán vagy sosem kerülnek be az ének-zene óra beéneklés részébe a mozgásos gyakorlatok, légzőgyakorlatok. Ezekon kívül a rezonanciafejlesztő és a helyes szövegmondásra irányuló gyakorlatok is csak ritkán vagy sosem kerülnek elő az ének-zene órai beéneklés során. (2. táblázat)

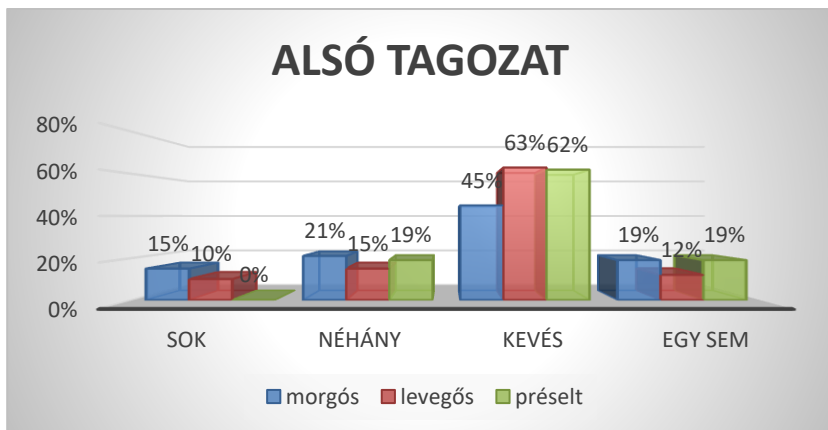
A gyermekkari próbákon a kórusvezetők sokkal nagyobb súlyt fektetnek a beéneklésre, mint az ének-zene órák keretében. A kóruspróbákon légzőgyakorlatokat, hangzóformálásra, hangterjedelem bővítésére irányuló gyakorlatokat, intonációs gyakorlatokat és a homogén hangzás kialakítására irányuló gyakorlatokat a kórusvezetők nagy része mindig vagy gyakran alkalmaz. Ami a gyermekkari próbáknál háttérbe szorul, az a mozgásos gyakorlatok, a rezonanciafejlesztő gyakorlatok és a helyes szövegmondásra irányuló gyakorlatok alkalmazása a beéneklés során. (3. táblázat)

3. táblázat: Beéneklő gyakorlatok típusai az általános iskolai gyermekkari próbákon

<b>GYERMEKKAR</b>	MINDIG / GYAKRAN	NÉHA / RITKÁN	SOSEM
Mozgásos gyakorlatok	16%	42%	42%
Légzőgyakorlatok	56%	20%	24%
Rezonanciafejlesztő gyakorlatok	6%	52%	42%
Hangzóformálásra irányuló gyakorlatok	65%	14%	21%
Hangterjedelem bővítésére irányuló gyakorlatok	69%	11%	20%
Intonációs gyakorlatok	74%	6%	20%
Helyes szövegmondásra irányuló gyakorlatok	23%	44%	33%
Homogén hangzás kialakítására irányuló gyakorlatok	67%	10%	23%

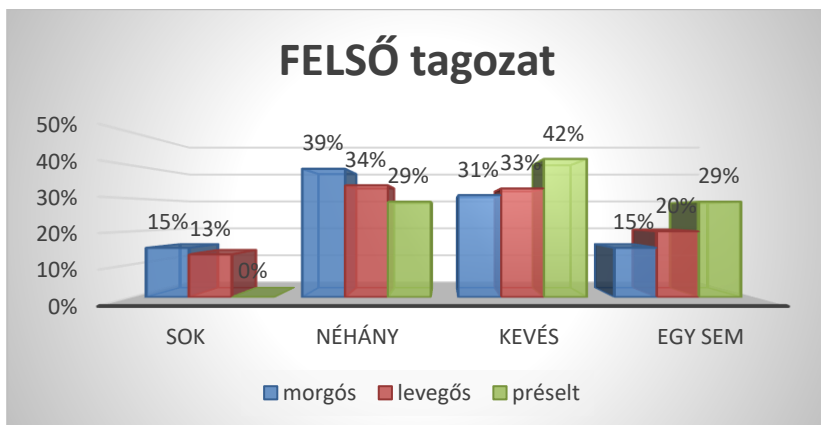
### 5.3 Énekhangképzési problémák előfordulásának gyakorisága

A megkérdezett, ének-zene tantárgyat tanító pedagógusok 15%-a szerint sok morgós van az általuk tanított alsó tagozatos osztályokban, míg 21%-a az állította, hogy néhány, 45%-a pedig azt, hogy kevés morogva éneklő diák van az osztályokban. Csupán a pedagógusok 19%-a nyilatkozta azt, hogy egyáltalán nincs morogva éneklő a diákok között. Levegősen éneklő gyermek a vizsgálatomban részt vevő pedagógusok 10%-a szerint sok, 15%-a szerint néhány, 63%-a szerint pedig kevés van egy-egy osztályban. Mindössze a tanítók/tanárok 12%-a állítja azt, hogy nincs levegős hangon éneklő tanuló az általuk tanított osztályokban. Préselt hangon éneklő diák a pedagógusok nagy része szerint csak néhány vagy kevés van osztályonként.



3. ábra: Énekhangképzési problémák gyakorisága az általános iskola alsó tagozatán

Felső tagozaton a morogva éneklő diákok száma, a megkérdezett pedagógusok 15%-a szerint sok, 39%-a szerint néhány, míg 31%-a szerint pedig kevés egy-egy osztályban. A pedagógusok 13%-a úgy véli, hogy az általuk tanított osztályokban sok tanuló énekel levegős hangon. A tanítók/tanárok nagy része szerint néhány vagy kevés azoknak a gyerekeknek a száma egy-egy osztályon belül, akik levegősen vagy préselt hangon énekelnek.



4. ábra: Énekhangképzési problémák gyakorisága az általános iskola felső tagozatán

#### 5.4 Összefüggések a beéneklés alkalmazásának gyakorisága és a gyermekeknél megjelenő énekhangképzési problémák között

Pearson korrelációs együttható számítása során szignifikáns összefüggést, kapcsolatot találtam az alsó tagozaton és a felső tagozaton egyaránt a beéneklés alkalmazásának gyakorisága és az általános iskolai osztályokban megjelenő énekhangképzési problémával rendelkező tanulók száma között.

Beéneklés gyakorisága alsó tagozaton – morgósok száma:  $r = -0,8503$   $p < 0,001$

Beéneklés gyakorisága alsó tagozaton – levegős hangon éneklők száma:  
 $r = -0,7569$   $p < 0,001$

Beéneklés gyakorisága alsó tagozaton – préselt hangon éneklők száma:  
 $r = -0,5742$   $p < 0,001$

Beéneklés gyakorisága felső tagozaton – morgósok száma:  
 $r = -0,7774$   $p < 0,001$

Beéneklés gyakorisága felső tagozaton – levegős hangon éneklők száma:  
 $r = -0,7628$   $p < 0,001$

Beéneklés gyakorisága felső tagozaton – préselt hangon éneklők száma:  
 $r = -0,4917$   $p < 0,01$

Ez annyit jelent, hogy ahol az ének-zene tantárgyat tanító pedagógusok mindig vagy gyakran alkalmaznak beéneklést az ének-zene órákon ott kisebb



arányban van jelen énekhangképzési hibákkal rendelkező gyermek. Ahol pedig ritkán, vagy egyáltalán nincs bemelegítés, beéneklés az ének-zene órákon, ott jóval nagyobb az énekhangképzési hibákkal rendelkező gyerekek száma egy osztályon belül.

## 6. Konklúzió

E kutatásból jól látható, hogy az ének-zene tantárgyat tanító tanítók / tanárok kisebb százaléka alkalmaz beéneklést az ének-zene órákon, de közülük is többen nem koncentrálnak a bemelegítés minden fontos összetevőjére, tényezőjére. A megfelelő, hatékony beéneklésnek mind a nyolc beéneklő gyakorlat típusot tartalmaznia kellene, ahogy ez a megfigyelésekből kiderült. Tehát szükséges lenne a pályán lévő pedagógusok továbbképzése a gyermekek énekhangképzése terén, hiszen, ha nem foglalkoznak a gyermekek énekhangjának tudatos és szakszerű fejlesztésével, akkor állandósulnak és egyre erősebben rögzülnek a rossz beidegződések és az énekhangképzési hibák. Következésképpen megállapítható, hogy a szakszerűen, jól megtervezett beéneklés feltétlenül szükséges a gyerekek helyes énekhangképzésének kialakításához

## Irodalom

- Asztalos A. (2014): A gyermekek és fiatalok hangképzése, hangképzési problémái. *Parlando*, 2.sz.
- Boone, D. R és McFarlane, S. C (1988): *The Voice and Voice Therapy*, 4th ed. Prentice-Hall, Englewood Cliffs, NJ
- Gembris, H. (2006): The development of musical abilities. In Colwell, R. (szerk.): *MENC handbook of musical cognition*, Oxford University Press, New York
- Mendes, A. P, Rothman, H. B, Sapienza, C. and Brown, W. S. (2003): Effects of vocal training on the acoustic parameters of the singing voice. *Journal of Voice*, vol. 17(4), 529-543.
- Ringel, L, Daniloff, R és Horii, Y. (1987): Voice frequency change in singers and non-singers. *Journal of Voice*, vol. 1, 234-239.
- Smith, B, Sataloff, R. T. (2006): *Choral Pedagogy*. Singular Publishing Group, San Diego, CA
- Turmezeyné Heller E és Balogh L. (2009): *Zenei tehetséggondozás és képességfejlesztés*. Kocka Kör, Debrecen
- Verdolini, K, Druker, D. G, Palmer, M és Samawi, H. (1988): Laryngeal adduction in resonant voice. *Journal of Voice*, vol. 12. 315-327.