



Metodiskais materiāls interešu izglītībā

Interešu izglītības joma, apakšjoma	Mūzikas māksla – vokālā mūzika, radošā pašizpaušme
Metodiskā materiāla nosaukums	Pavasara vokālie vingrinājumi, muzikālās spēles un radošās aktivitātes
Metodiskā materiāla forma (<i>izvēlēties atbilstošo pasvītrot</i>)	- nodarbību apraksts/piemērs; - izglītojošas spēles; - uzdevumi un radošās aktivitātes; - vokālie un ritma vingrinājumi.
Pedagoga vārds, uzvārds	Rebeka Jāvalde
Mērķauditorija (<i>izvēlēties atbilstošo pasvītrot</i>)	- Skolēni;
Vecumposms, klašu grupa	1.–4. klase (popgrupas dalībnieki) 10.–12. klase (mūzikas producēšanas pulciņa audzēkņi)
Metodiskā materiāla sasniedzamais rezultāts	Skolēni pilnveido balss lietojumu, izmantojot dažādus elpošanas, artikulācijas un vokālos vingrinājumus. Nodarbību laikā tiek attīstīta ritma izjūta, muzikālā dzirde un skaidra dikcija. Skolēni piedalās muzikālajās rotaļās un radošajās aktivitātēs, kas veicina sadarbību, pašizpaušmi un skatuves pārliecību. Vecāko klašu skolēni apgūst mūsdienīgas mūzikas veidošanas pamatprincipus, eksperimentējot ar apkārtējās vides skaņu ierakstīšanu, digitālo apstrādi un vienkāršu skaņdarba veidošanu.

Metodiskā materiāla apraksts, saturs	Metodiskais materiāls ietver dažādus vokālos vingrinājumus, artikulācijas un dikcijas spēles, ritma aktivitātes un muzikālās kustību rotaļas, kas paredzētas popdziedāšanas pulciņa audzēkņiem. Vingrinājumi veidoti rotaļīgā un bērniem saistošā veidā, izmantojot pavasara tematiku, piemēram, “Pavasara asna stiepšanās”, “Pavasara vējš” un “Bišu koris”. Šie vingrinājumi palīdz attīstīt pareizu elpošanu, balss elastību, rezonansi un artikulāciju. Papildus materiālā iekļautas ritma spēles un muzikālās kustību aktivitātes, piemēram, rotaļa “Mūzikas statujas”, kas attīsta ritma izjūtu, koordināciju un reakcijas ātrumu. Vecāko klašu skolēniem piedāvāts radošs uzdevums “Pavasara skaņu ainava un popmūzikas producēšana”, kurā audzēkņi eksperimentē ar apkārtējās vides skaņu ierakstīšanu, izmantojot viedtālrunus, un veido īsu skaņdarbu digitālajā vidē. Tiek apgūti skaņu paraugu izmantošanas (sampling), digitālās apstrādes un vienkāršas kompozīcijas veidošanas principi, izmantojot mūsdienīgas mūzikas producēšanas lietotnes.
Nepieciešamie resursi (ja attiecas)	- viedtālrunis skaņu ierakstīšanai; - piekļuve digitālajām mūzikas veidošanas platformām (piemēram, BandLab, Soundtrap vai GarageBand).
Atsauce uz izmantoto literatūru/digitālajiem resursiem (ja attiecas)	BandLab – https://www.bandlab.com Soundtrap – https://www.soundtrap.com GarageBand – Apple digitālās mūzikas veidošanas programma. Ritma vingr. — https://www.youtube.com/watch?v=nOKVmou9iPo Ritma vingr. — https://youtube.com/watch?v=YW9sddEMFKg Ritma vingr. — https://youtube.com/watch?v=8foGjQWjrQk
Datums	10.03.2026

1. Balss iesildīšanas vingrinājumi

1. "Pavasara asna stiepšanās": Bērni iedomājas, ka ir mazi asniņi, kas lēni aug. Viņi saraujas mazos kamoliņos un tad lēnām ceļas augšup, izstiepjot rokas pret "sauli" (ieelpa) un lēnām nolaižot tās (izelpa ar skaņu "ššš").
2. "Piesūcinātie mākoņi": Dziļa ieelpa caur degunu (iedomājoties, ka ieelpo pavasara ziedu smaržu). Seko strauja, ritmiska izelpa ar skaņu "p-p-p-p", it kā mākonis lēnām izlietu pirmās lietus lāses. Tas palīdz trenēt diafragmas izturību, kas ir svarīga popdziedāšanā

Vingrinājums "Pavasara vējš"

Mērķis: attīstīt elpošanu un balss kontroli.

1. Viegls vējš – skolēni klusi izrunā skaņu "š š š š".
2. Stiprāks vējš – skaņa "šššššš" kļūst skaļāka.
3. Silts pavasara vējš – skolēni dzied hromatiski uz augšu "uuuu"

Variācija: skolēni mēģina "vēju" padarīt augstāku vai zemāku, skaļāku un klusāku.

Artikulācijas un dikcijas spēles

Popmūzikā skaidra dikcija ir kritiski svarīga:

- "Mēles košļājamā gumija": Bērni iztēlojas, ka mutē ir milzīga, lipīga gumija, kas kārtīgi "jāizkošļā" ar visām sejas muskuļu kustībām. Tas atbrīvo žokli.
-
- "Ritma mēles mežģi": Izmantojiet vienkāršas frāzes, piemēram, "Pavasārī pļavā pīpene plaukst". Sāciet lēni un tad palieliniet tempu, pievienojot popmūzikai raksturīgu ritmisku plaukšķināšanu vai dejas kustību.

Vingrinājums "Bišu koris"

Mērķis: attīstīt balss elastību.

Norise:

Skolēni izdzied skaņas uz "mmm", imitējot bites.

1. Bite lido zemu – zemāks tonis.
2. Bite lido augstu – augstāks tonis.
3. Bite lido augšup un lejup – balss slīd no zema uz augstu.

2. Ritma aktivitātes

Spēle “Atkāрто ritmu”

Mērķis: attīstīt ritma izjūtu.

Norise: Klausies ierakstu un kopā ar vecākiem darbojies līdzī. (Dažādi varianti, izvēlies savu mīļāko)



3. Muzikālā kustību rotaļa

“Mūzikas statujas”

Mērķis: attīstīt ritma izjūtu un reakcijas ātrumu.

Šo rotaļu spēlē kopā ar you vecākiem

Norise:

1. Ieslēdz mūziku.
2. Visi kustas ritmā.
3. Kad mūzika apstājas, visi sastingst kā statujas.

Variācija: Ja atskaņo dziesmas kas patīk visai ģimenei, ja kāds pakustas klusuma brīdī, var papildus likt nodziedāt dziesmas turpinājumu.

10.-12.klasei idejas brīvlaika nedēļai

"Pavasara skaņu ainava un popmūzikas producēšana"

Eksperimentē ar apkārt esošajām skaņām un izveido īsu skaņdarbu.

Mērķis ir apgūt mūsdienīgas mūzikas veidošanas pamatprincipus, izmantojot brīvi pieejamas tehnoloģijas un apkārtējās vides skaņas.

1. Skaņu vākšana (Sampling):

- Jauniešiem uzdevums ir ar viedtālruniem ierakstīt trīs specifiskas pavasara skaņas: ritmisku (piemēram, lāsteku pilēšanu), tekstūras (vēja šalkoņa) un cietu/metālisku (klaudziens pa margām).

2. Digitālā apstrāde un ritms (Beats):

- Izmantojot bezmaksas aplikācijas, piemēram, BandLab, Soundtrap vai GarageBand, audzēkņi importē savus ierakstus.
- Uzdevums: Pārveidot ierakstīto skaņu par mūzikas instrumentu. Piemēram, ar efektu palīdzību (Pitch shift, Reverb) pārvērst metālisko skaņu, pārveido augstumu skaņai (Snare)

3. Kompozīcija un vokāla integrācija:

- Skaņu salikšana kopīgā aranžijā, pievienojot īsas vokālas frāzes.

