მუსიკალური ლექსი
სავარჯიშოები ბავშვებისთვის

MUSICAL VERSE
EXERCISES FOR CHILDREN

თბილისი • TBILISI
2020

ISBN 978-9941-8-2809-6

შემდგენლები:
ნინო გაბაშვილი: ფსიქოლოგი, ლოგოპედი, ენისა და მეტყველების თერაპიის ასოციაციის დამფუძნებელი,
საქართველოს უნივერსიტეტის მოწვეული ლექტორი, ტრენინგ ცენტრის „ლოგოსი“ ტრენერი.
თამარ ჟორდანია: პიანისტი, კომპოზიტორი, მუსიკათერაპევტი, მაგისტრანტი ეთნომუსიკოლოგიაში.
COMPILERS:
Nino Gabashvili: Speech therapist, founder of the Association of Language and Speech Therapy,
guest lecturer at the University of Georgia, trainer of the training center “Logos”.
Tamar Zhordania: Pianist, Composer, music therapist, MA student in ethnomusicology.

ტექსტების ავტორი: ნინო გაბაშვილი
კომპოზიტორი: თამარ ჟორდანია
მთარგმნელი: ნინო კალანდია, ნატა მეცხოვრიშვილი
კომპიუტერული უზრუნველყოფა: მანანა ჟღენტი
დიზაინერი: სანდრო ჩხაიძე
ფოტოგრაფი: გელა ბედიანაშვილი

ოპერატორი: ზურაბ კაკალაშვილი, ავთო მანთიძე
მონტაჟი: სალომე ბარბაქაძე, ავთო მანთიძე
არანჟირება: ევგენი ჭავჭანიძე
ხმის ჩამწერი სტუდია: ემსტუდიო (მანჩო ჯადუგიშვილი)

პროექტის შემდგენელი: მაია გოგოლაძე
პროექტის მენეჯერი: სალომე ბარბაქაძე

Author of the texts: Nino Gabashvili
Composer: Tamar Zhordania
Translators: Nino Kalandia, Nata Meckhovrishvili
Computer software: Manana Zhgenti
Designer: Sandro Chkhaidze
Photographer: Gela Bedianashvili

Cameraman: Zurab Kakalashvili, Avto Mantidze
Editing: Salome Barbakadze, Avto Mantidze
Arranged by: Evgeni Chavchanidze
Sound recording studio: Mstudio (Mancho Jadugishvili)

Project Compiler: Maia Gogoladze
Project Manager: Salome Barbakadze

პროექტი განხორციელდა საქართველოს განათლების, მეცნიერების, კულტურისა და სპორტის სამინისტროს მიერ „კულტურის ხელშეწყობის პროგრამის“ ფარგლებში გამოცხადებულ კონკურსში „უსაზღვრო შესაძლებლობები“ საქველმოქმედო ფონდის „აი ია“ გამარჯვებული პროექტის „მუსიკალური ლექსი-სავარჯიშოები შშმ ბავშვების შემოქმედებითი პოტენციალის გამოსავლენად“ ფარგლებში.
(კოდი: 32 09 02)

The project was implemented by the Ministry of Education, Science, Culture and Sports of Georgia, in the competition “Unlimited Opportunities” announced within the framework of the “Cultural Promotion Program” of the winning project of the charity foundation “Ai Ia” “Music Verse – Exercises to Discover the Creative Potential of Children with Disabilities”.
(Code: 32 09 02)

© საქველმოქმედო ფონდი „აი ია“, 2020
© “Ai Ia” Charity Foundation, 2020

საქართველოს განათლების, მეცნიერების, კულტურისა და სპორტის სამინისტრო

სარჩევი CONTENT

5 ფონდის ,,აი ია“ შესახებ
ABOUT “AI IA”

6 ავტორისგან
FROM AUTHOR

8 ავტორისგან
FROM AUTHOR

12 შესავალი
INTRODUCTION

14 სიმბოლოების ლექსიკონი
SYMBOLS IN BOOK

15 წიგნის გამოყენების ინსტრუქცია
INSTRUCTIONS FOR THE BOOK

16 ლექსები
POEMS

24 ნოტები
MUSIC SHEETS

54 ლექსი | სავარჯიშოები
VERSE | EXERCISES

66 პროექტის შეფასებები
REVIEWS

ფონდის „აი ია“ შესახებ

სმენადარღვეულ ბავშვთა აბილიტაცია/რეაბილიტაციისა და განვითარების საქველმოქმედო ფონდი „აი ია“ 2016 წლის 14 აპრილს ბიზნესმენმა და მეცენატმა ივანე ჩხარტიშვილმა, მეუღლესთან, ნანა გოთუასთან ერთად დააფუძნა, რომელიც ამჟამად ფონდის დირექტორია.

ფონდის მისიაა სმენის დაზიანების მქონე ბავშვთა განვითარებისთვის ხელშემწყობი გარემოს შექმნა, დახმარება მათი სოციალური ინტეგრაციის პროცესში მაღალხარისხიანი, საჭირო და შესაბამისი რეაბილიტაციის მდგრადად განვითარებადი სისტემის ჩამოყალიბების, საგანმანათლებლო და კვლევით რესურსებზე წვდომის შესაძლებლობის უზრუნველყოფის გზით.

ფონდის მიზანია:

- კოხლეარული იმპლანტაციის შემდგომი რეაბილიტაცია/აბილიტაციის კომპლექსური სერვისის მიწოდება სმენის დაზიანების მქონე ბავშვებისა და მათი ოჯახებისთვის, რაშიც შედის:
    1. კონსულტაცია;
    2. სამედიცინო ინჟინრის მომსახურება;
    3. აუდიო-ვერბალური თერაპია;
    4. მეტყველების თერაპია;
    5. სპეცპედაგოგის მომსახურება;
    6. ფსიქოლოგის მომსახურება;
    7. არტთერაპია;
    8. მუსიკათერაპია.

- სმენის პრობლემების საკითხებთან დაკავშირებით საზოგადოების ცნობიერების ამაღლებაზე ზრუნვა.
- სმენის დაზიანების მქონე ბავშვებთან მომუშავე პერსონალის, სპეციალისტების თუ პედაგოგთა პროფესიული გაძლიერება.

„აი იას“ პროფესიონალთა გუნდს საერთო ღირებულებები და ხედვა აერთიანებს. გვჯერა:

- რომ ბავშვი განიხილება არა განყენებულად, არამედ მთლიანი ოჯახის შემადგენელ ნაწილად.
- რომ თითოეული ოჯახისა და ბავშვის ძლიერი მხარე და საჭიროება ინდივიდუალურია და ეფუძნება მათ ყოველდღიურ ცხოვრებას.
- ადრეული ასაკიდანვე ბავშვების თანატოლებთან ეფექტიანი ურთიერთობა ქმნის ინკლუზიურ საზოგადოებას;
- სმენის პრობლემა არის ბიოფსიქოსოციალური საკითხი და მნიშვნელოვანია სხვადასხვა სისტემის ურთიერთთანამშრომლობა.
- სერვისებზე და ინფორმაციაზე ხელმისაწვდომობა თანაბრად უნდა იყოს შესაძლებელი როგორც თბილისში, ისე რეგიონებში.
- ხარისხიანი მომსახურების უზრუნველსაყოფად საჭიროა მტკიცებულებაზე დაფუძნებული პრაქტიკისა და პროფესიონალთა არსებობა.

THE “AI IA” FOUNDATION

Hearing Impaired Children habilitation/ Rehabilitation and Development Charity Foundation “Ai Ia” was founded on April 14, 2016 by businessman and philanthropist Ivane Chkhartishvili, together with his wife Nana Gotua, who is currently the director of the foundation.

The mission of the Foundation is to create an environment conducive to the development of children with hearing impairments, to promote their social integration by establishing a high-quality, necessary and sustainable rehabilitation system, and to provide access to educational and research resources.

The purpose of the fund is:

- Provide post-cochlear implant rehabilitation / habilitation complex services to children with hearing impairments and their families, including:
    1. Consultation
    2. Medical Engineer Services
    3. Audio – Verbal therapy
    4. Speech therapy
    5. Special teacher service
    6. Psychologist service
    7. Art therapy
    8. Music therapy

- Raising public awareness on hearing issues
- Empower professionals, specialists or teachers working with children with hearing impairments.

“Ai Ia”’s team of professionals share common values and vision. We believe:

- That the child is considered with the family as a whole;
- That the strengths and needs of each family and child are individual and based on their daily lives;
- Effective relationships with children’s peers from an early age create an inclusive society;
- The hearing problem is a bio psychosocial issue and it is important for different systems to work together;
- Access to services and information should be equally accessible, both in Tbilisi and in the regions;
- Evidence-based practices and professionals are needed to provide quality service.

ბოლო წლებში, სამწუხაროდ, იმატა მეტყველების პრობლემების მქონე ბავშვთა რაოდენობამ. პედაგოგ-ლოგოპედად მუშაობის 40-წლიანმა პრაქტიკამ დამარწმუნა, რომ ბავშვების უმრავლესობას, რომელთაც აქვთ მოძრაობასთან დაკავშირებული სირთულეები, როგორც მსხვილ, ისე ნატიფ მოტორიკაში, აქვს განვითარების სხვა სფეროების, მაგალითად, კოგნიტური თუ სოციალურ-კომუნიკაციური პრობლემებიც. უფრო კონკრეტულად რომ ვთქვათ, აქვთ სივრცეში ორიენტაციის, ყურადღების კონცენტრაციის, პრობლემის გადაჭრის, წერის, კითხვისა თუ სხვა სირთულეები.

მეტყველების სპეციფიკური აშლილობის მკურნალობის მეთოდებიდან უნარების გაუმჯობესების პროცესში ყველაზე დიდი როლი თერაპიას აქვს. თერაპიის ერთ-ერთი სახეა მეტყველება, მუსიკა და მოძრაობა ერთად, რასაც ლოგოპედიურ რიტმიკას ვუწოდებთ, რომელიც კინეზიოთერაპიის ერთ-ერთი სახეა და სპეციალისტს საშუალებას აძლევს, მეტყველების გაუმჯობესებისთვის გამოიყენოს მუსიკისა და მოძრაობის ელემენტები. ეს სპეციალისტს სხვადასხვა უნარზე ერთდროულად მუშაობაში ეხმარება, ბავშვებისთვის კი პროცესი ხდება სასიამოვნო და სახალისო. ისინი აქტიურად არიან ჩართულები სავარჯიშოს შესრულების პროცესში.

მე, როგორც პრაქტიკოსი ლოგოპედი, თითოეული ბავშვისთვის ვარჩევ მათზე მორგებულ აქტივობებს. ბავშვებს რომ ვკითხოთ, რომელი აქტივობა მოსწონთ ბაღში
ან სახლში, პასუხი არ დააყოვნებს. მათ მოსწონთ თამაში, ცეკვა, სიმღერა. გამოვიყენე მათი დამოკიდებულება მუსიკის მიმართ, შესაძლებლად მივიჩნიე, ამემაღლებინა თითოეული აქტივობის ხარისხი და მეტად მიმზიდველი გამეხადა ბავშვებისთვის. ვისარგებლე ნატიფი და მსხვილი მოტორიკის განმავითარებელი ვარჯიშებით ლექსებთან ერთად, რომლებიც დავწერე ჩემი პედაგოგიური მოღვაწეობის მანძილზე. პაციენტის მშობლებთან წინასწარ საუბრებში ვაჟღერებ, რომ ყოველი ბავშვი ცალკეული სამყაროა. აქედან გამომდინარე, ვირჩევ განსხვავებულ მიდგომებს (ევროპული რეკომენდაციების და გაიდლაინების ჩარჩოებში), რაზეც ინფორმირებულია კონკრეტული ბავშვის მშობელი. ჩემი მიზანი იყო, რომ ამ აქტივობების გამოყენება შესაძლებელი ყოფილიყო არა მხოლოდ სპეციალისტების, არამედ მშობლების მიერ. ვიყენებდი სხვადასხვა კომპოზიტორების მიერ შექმნილ ნაწარმოებებს. სირთულეებს ვაწყდებოდი ნაწარმოების შერჩევის დროს. ამჟამად თითოეული ლექსისთვის და აქტივობისთვის დაიწერა მუსიკა. ამ მეთოდით მუშაობის პრაქტიკამ აჩვენა დადებითი დინამიკა იმ ბავშვებში, რომელთაც ჰქონდათ ფსიქიკური განვითარების დარღვევები:

- მეტყველების არტიკულაციის სპეციფიკური აშლილობა;
- ექსპრესიული და რეცეპტული მეტყველების დარღვევები;
- მეტყველების განვითარების სხვა აშლილობანი;
- სასკოლო ჩვევების განვითარებასთან დაკავშირებული სპეციფიკური დარღვევები;
- მოტორული ფუნქციის განვითარების სპეციფიკური აშლილობა და სხვა.

მეთოდის გამოყენება ეფექტიანია ენაბორძიკის, ფონემატური სმენის დარღვევის, სივრცეში ორიენტაციის პრობლემების, ნატიფი და მსხვილი მოტორული უნარების შეძენის და დახვეწის საჭიროებების დროს. კერძოდ, მუშაობის შედეგად გაუმჯობესდა შემდეგი უნარები: მოწესრიგდა სამეტყველო სუნთქვა, არტიკულაცია, სტატიკური და დინამიკური კოორდინაცია, ერთი მოძრაობიდან მეორეზე გადასვლის უნარი; გავარჯიშდა მიმიკური კუნთები, მოწესრიგდა ემოციურ-ნებელობითი სფერო. შესაძლებელი გახდა თემების განმტკიცება/შესწავლა: „ოჯახი", „ცხოველები და მათი ნაშიერები", „მწერები". ბავშვების ლექსიკონი შეივსო ანტონიმებით, სინონიმებით და ზმნებით. მოცემული სავარჯიშოების საწყის ეტაპზე მუშავდება მოტორული ჩვევები. შემდეგ ამ ბაზაზე მიმდინარეობს მეტყველებაზე მუშაობა. აქტივობას ატარებს სპეციალისტი ან/და მუსიკის მასწავლებელი ან/და მშობელი. აქტივობის ხანგრძლივობა დამოკიდებულია ასაკზე.

- თითებით ვარჯიში მუსიკის თანხლებით ხელს უწყობს მოძრაობის კოორდინაციის, ნატიფი მოტორიკის, მეტყველების და აზროვნების, რიტმის და სამეტყველო სუნთქვის განვითარებას.
- მღერა ხელს უწყობს მეტყველების გააქტიურებას, სამეტყველო სუნთქვის, ხმის, ბგერათწარმოთქმის, არტიკულაციის, ინტონაციის განვითარებას.
- მუსიკალურ-რიტმული მოძრაობები და მღერა ხელს უწყობს მოძრაობის კოორდინაციას, ტემპის და რიტმის აღქმის განვითარებას.
- ხმოვანი ბგერების მღერა ხელს უწყობს სუნთქვითი აპარატის განვითარებას, ხსნის დაძაბულობას.
- ვარჯიშები კუნთების დაჭიმულობის და მოდუნების მონაცვლეობით ხელს უწყობს შეგრძნებებზე კონცენტრაციის უნარის გამომუშავებას და იწვევს დადებით ემოციებს.

იმისათვის, რომ სპეციალისტმა, მასწავლებელმა ან ნებისმიერმა დაინტერესებულმა პირმა შეძლოს ამ აქტივობების ჩატარება, წიგნს დაერთო ვიდეომასალა ახსნა-განმარტებით. ვიდეომასალაში ასახულია აქტივობები პრაქტიკაში, რაც დაეხმარება მათ ვარჯიშის სწორად წარმართვაში.

ნინო გაბაშვილი
ფსიქოლოგი, ლოგოპედი

In recent years, unfortunately, the number of children with speech problems has increased. My 40 years of experience as a teacher-speech therapist have convinced me that most children with mobility problems, both large and fine motor skills, have difficulties in other areas of development, such as cognitive or social-communication problems. More specifically, they have difficulties in spatial orientation, concentration, problem solving, writing, reading or other.

Therapy plays a major role in improving skills from treatment methods specific to speech disorders. One of the types of therapy is speech, music and movement together, which we call speech therapy rhythm, which is one of the types of kinesiotherapy and allows the specialist to use elements of music and movement to improve speech. This helps the specialist to work on different skills at the same time, and for the children the process becomes enjoyable and fun. They are actively involved in the exercise process.

As a practicing speech therapist, I choose activities tailored to each child. If we ask children which activity they like in the kindergarten or at home, everyone will have the answer. They like to play, dance, and sing. I used their attitude towards music, considered it possible to raise the quality of each activity and make it more attractive for children. I used fine and large motor skills training along with poems I wrote during my pedagogical career. In advance conversations with the patient's parents, I reiterate that each child is a separate world.

Therefore, I choose different approaches (within the framework of European recommendations and guidelines), of which the parent of a particular child is informed. My goal was to make these activities available not only to professionals but also to parents. I used works created by different composers. I encountered difficulties in selection process. Music is currently being written for each poem and activity. The practice of working with this method has shown positive dynamics in children who have had mental development disorders:

- Specific speech articulation disorder;
- Expressive and receptive speech disorders;
- Other speech disorders;
- Specific disorders related to the development of school habits;
- Specific disorders of motor function development, etc.

The method is effective in dealing with lingual titubation, phonemic hearing impairment, spatial orientation problems, and the need to acquire and refine fine and large motor skills. In particular, the following skills were improved as a result of the work: Speech breathing, articulation, static and dynamic coordination, ability to move from one movement to another; The mimic muscles were trained, the emotional-volitional sphere was regulated. It became possible to strengthen / study the topics: “Family”, “Animals and their creatures”, “Insects”. Children's vocabulary was replenished with antonyms, synonyms and verbs.

Motor skills are developed at the initial stage of the given exercises. Speech work is underway on this basis. The activity is carried out by a specialist and / or music teacher and / or parent. The duration of the activity depends on age.

- Finger training with music promotes movement coordination, fine motor skills, speech and thinking, rhythm and verbal breathing.
- Singing promotes speech activation, development of speech breathing, sound, pronunciation, articulation, intonation.
- Musical-rhythmic movements and singing help to coordinate movement, develop the perception of tempo and rhythm.
- Singing sounds promotes the development of the respiratory system, relieves tension.
- Exercises alternating between stretching and relaxing the muscles help to develop the ability to concentrate on the s enses and evoke positive emotions.

If a specialist, teacher or any interested person can carry out these activities, a video with an explanation is attached to the book. The video shows the activities in practice, which will help them to manage the exercise properly.

Nino Gabashvili
Psychologist, Speech therapist

მუსიკა ადამიანის ცნობიერებაში დაბადებამდე, ჯერ კიდევ მუცლად ყოფნისას ჩნდება. ბავშვს დაბადებამდე ჩაესმის სხვადასხვა ხმები, ქვეყნად მოვლენის შემდეგ კი ადრე გაგონილი, უკვე ნაცნობი ინტონაციები მას ახალ სამყაროსთან დაკავშირებაში ეხმარება.
ოცდამეერთე საუკუნეში მუსიკის, როგორც მკურნალის, როლი საოცრად გაიზარდა. მსოფლიო თანდათანობით თანხმდება იმაზე, რომ მუსიკას გაცილებით მეტი ეფექტის მოხდენა შეუძლია ადამიანზე, ვიდრე მხოლოდ ხასიათის დარეგულირება და ფსიქო-ემოციური დონის დასტაბილურებაა.
მუსიკათერაპია ძალიან ჰუმანურია პაციენტის მიმართ. ის თან თავისუფლებას ანიჭებს ადამიანს, თან ნელ-ნელა სვამს იმგვარ ჩარჩოში, სადაც მას შეეძლება თავისუფლად მოქმედება, თუმცა, იმ წესების გათვალისწინებით, რომელთაც თერაპევტი შემოქმედებით პროცესში შესთავაზებს.
10 წელზე მეტია ბავშვებთან ვმუშაობ და მათთვის სიმღერების და გათვლების დაწერაც მიწევს. ჩემი გამოცდილება ამ წიგნის შექმნისას ძალიან გამომადგა. დარწმუნებული ვარ, რომ რაც უფრო მეტად ჩავრთავთ მუსიკას ბავშვის სხვადასხვა აქტივობაში, მით უფრო იოლად აითვისებს იგი ნებისმიერი ტიპის სიახლეს.
ამ წიგნის შექმნის იდეა ქ-ნ ნინოსთან ტრენინგზე გამიჩნდა, როდესაც მის სავარჯიშო ლექსებს გუნებაში მელოდია ავაყოლე. ტრენინგის ბოლოს ამ ლექსების მიხედვით სიმღერების შექმნა შევთავაზე. რა თქმა უნდა, ისიც დიდი სიამოვნებით დამეთანხმა. იდეის განხორციელებაში კი დიდი წვლილი მიუძღვის საქველმოქმედო ფონდს „აი ია“, სადაც მე ვმუშაობ მუსიკის თერაპევტად. ეს წიგნი თავიდან ბოლომდე თერაპიული დანიშნულებისაა. იგი შექმნილია არა მხოლოდ რაიმე დარღვევის მქონე პირთათვის, არამედ განვითარების ნებისმიერი დონის ინდივიდებისთვის. წიგნში ჩვენ ვეხებით როგორც მოტორული, ისე კოგნიტური, სენსორული და სხვა სახის პრობლემებს. ყველა დარღვევას თავისი „დამხმარე“ სავარჯიშო აქვს, რომელიც მუსიკალური ბგერებითაა გაფორმებული, რაც მეტად აღქმადს ხდის და ასხვავებს ლექსებს ერთმანეთისგან.
სიმღერების უმეტესობა დაიწერა ლექსის გაცნობის შემდეგ, ზოგ შემთხვევაში მუსიკალური თემა თავად ლექსებმა გამოიწვია. ყველა სიტყვისთვის ზუსტად გათვლილია მუსიკალური ნახტომი თუ ხანგრძლივობა, გათვალისწინებულია ყველა სუნთქვა და პაუზაც კი. სიმღერა ლოგიკურად იწყება და მთავრდება სავარჯიშოსთან ერთად.
წიგნს დართული აქვს ვიდეომასალა, სადაც ვერბალურად ახსნილია, რას ემსახურება და როგორ უნდა შესრულდეს კონკრეტული სავარჯიშო, ხოლო შემდეგ ჟღერს თავად სიმღერა შესაბამისი აქტივობის ჩვენებით. ასევე, წიგნში შესულია ყველა სიმღერის სანოტო ჩანაწერი. ეს ჩანაწერები საგანგებოდ მარტივადაა წარმოდგენილი, რათა იოლად დასაძლევი იყოს ნებისმიერი დონის მუსიკალური განათლების მქონე დაინტერესებული პირისთვის. მასალის მიწოდების ასეთი მეთოდი მრავალფეროვანი იმპროვიზაციული ჩართვების შესაძლებლობას იძლევა.

კრებულში შესული სიმღერები შეიძლება გამოყენებულ იქნეს არა მხოლოდ შშმ ან სსმ პირებთან, არამედ ტიპური განვითარების ინდივიდებთანაც იმ ზოგადი პრობლემების აღმოსაფხვრელად, როგორებიცაა:

1.მეხსიერების გაუმჯობესება;
2.ყურადღების კონცენტრაცია;
3. მოტორული და სენსორული დისბალანსი;
4. მეტყველების პრობლემები;
5. ფანტაზიის წარმოჩენა;
6. შინაგანი შფოთვის დაძლევა;
7. სხვისი მოსმენა, მოთმინების უნარი, რიგითობის დაცვა;
8. ემოციის მართვა და ემოციების მიმიკებით გამოხატვა.

აღნიშნული წიგნი დახმარებას გაუწევს პროფესიონალებს – ენისა და მეტყველების თერაპევტებსა და მუსიკათერაპევტებს. წიგნი ასევე გამოადგებათ ბაღისა და სკოლის მუსიკის მასწავლებლებს, მშობლებსა და სტუდენტებს, ზოგადად ,ბავშთან მომუშავე სპეციალისტებს;ასევე, საგანმანათლებლო დაწესებულების წარმომადგენლებს და ყველა იმ პირს, ვისაც ბავშვთან კომუნიკაცია უწევს და ჩართულია ბავშვის განვითარების პროცესში.
წიგნი მოიცავს ინტერესთა ფართო დიაპაზონს და დარწმუნებული ვარ, რომ გამოცემისთანავე აქტიურად იქნება გამოყენებული.

დასასრულს, მადლობა მინდა გადავუხადო საქველმოქმედო ფონდს „აი ია“ მხარდაჭერისთვის; სალომე ბარბაქაძეს პროექტის განხორციელების პროცესში გაწეული დახმარებისთვის; ასევე, ჩემი სიმღერების ნორჩ შემსრულებლებს: სანდრო ურატაძეს, ანასტასია კალაძეს, სესილი გველესიანს და ელენე ბახტაძეს – ჩემს შვილს, რომელიც აქტიურად იყო ჩართული წიგნზე მუშაობის ხანგრძლივ პროცესში.

თამარ ჟორდანია
პიანისტი, კომპოზიტორი, მუსიკათერაპევტი,
მაგისტრანტი ეთნომუსიკოლოგიაში

Music appears in the human consciousness before birth, while still in the womb. The baby hears different sounds before birth, and after birth, the already familiar intonations help her/him to connect with the new world.

In the twenty-first century, the role of music as a healer has grown significantly. The world is gradually coming to terms with the fact that music can have far more effects on a person than just regulating character and stabilizing the psycho-emotional level.

Music therapy is very humane towards the patient. It gives a person freedom, while slowly putting him in a frame where he can act freely, however, according to the rules that the therapist will offer in the creative process.

I have been working with children for over 10 years and I also have to write songs and counting out games for them. My experience in creating this book has been very helpful to me. I am sure that the more we involve music in the various activities of the child, the easier it will be to absorb any type of novelty. The idea for this book came to me during a training session with Ms. Nino when I recited a melody in her practice poems. At the end of the training I offered to create songs based on these poems. Of course, she gladly agreed with me. A large contribution to the implementation of the idea is made by the charity foundation “Ai Ia”, where I work as a music therapist.
This book is for therapeutic purposes from beginning to end. It is designed not only for individuals with any disabilities, but also for individuals of any level of development. In the book we deal with both motor and cognitive, sensory and other problems. Every disorder has its “helper” exercise, which is decorated with musical sounds, which makes it more perceptible and distinguishes the poems from each other.
Most of the songs were written after learning the lyrics, in some cases the musical theme was caused by the lyrics themselves. Every word has a precise calculation of the musical leap or duration, every breath and even pause is taken into account. The song logically begins and ends with the exercise.
The book is accompanied by a video that verbally explains what it serves and how to perform a specific exercise, and then sounds the song itself and the corresponding activities. Also, the book includes notation records of all the songs. These records are presented in a very simple way to be easily overcome for the interested person with any level of music education. Such a method of material delivery allows for a variety of improvisational engagements.

The songs included in the collection can be used not only with people with disabilities or special needs, but also with individuals with typical development to address general problems such as:

1. Improving memory;
2. Concentration;
3. Motor and sensory imbalance;
4. Speech problems;
5. Sharpening the imagination;
6. Overcoming Internal Anxiety;
7. Listening to others, the ability to be patient, keeping order;
8. Managing emotion and expressing emotions through facial expressions.

This book will help professionals – language and speech therapists and music therapists. The book will also be useful for kindergarten and school music teachers, parents and students, as well as specialists working with children; also, representatives of educational institutions and all those who communicate with the child and are involved in the development of the child.
The book covers a wide range of interests and I am sure it will be actively used as soon as it will be published.
Finally, I would like to thank the “Ai Ia” Charity Foundation for its support; Salome Barbakadze for her support during the project implementation process; Also, my young singers: Sandro Uratadze, Anastasia Kaladze, Sesili Gvelesiani and Elene Bakhtadze – my daughter, who was actively involved in the long process of working on this book.

Tamar Zhordania
Pianist, Composer, Music therapist,
MA student in ethnomusicology

შესავალი

წიგნში წარმოდგენილი ლექსი-სავარჯიშოები აგებულია მუსიკის, მეტყველებისა და მოძრაობის ერთდროულობის პრინციპზე, რასაც ლოგორიტმიკა ეწოდება. მეტყველებასთან დაკავშირებული სირთულეების მქონე ბავშვებთან თერაპიული მუშაობის დროს მუსიკის ინტეგრირებას დადებითი გავლენა აქვს. მუსიკალური ლექსი-სავარჯიშოების გამოყენებით სპეციალისტს რამდენიმე უნარზე ერთდროულად მუშაობის საშუალება ეძლევა. მუსიკალური ლექსი-სავარჯიშოები რიტმულ ლექსებზე შექმნილი მარტივი მელოდიების უფროსებთან ერთად შესრულებას გულისხმობს. სასიამოვნო პროცესში სხვადასხვა თერაპიული მიზნებია ჩაქსოვილი – ბავშვები მხიარულობენ, აქტიურად არიან ჩართულნი სავარჯიშოების შესრულებაში. შედეგად, იზრდება მათი მოტივაცია, გუნება-განწყობა, რაც ხელს უწყობს პირველი სპონტანური წარმატებების შანსს.

მუსიკალური ლექსი-სავარჯიშოების გამოყენება განვითარების სხვადასხვა შეფერხებისა თუ დარღვევის დროს არის შესაძლებელი. მაგალითად, სპეციფიკურად აშლილი არტიკულაციის, ექსპრესიული და რეცეპტული მეტყველების დროს, სმენის პრობლემების, დისლალიის, ენაბორძიკის, აპრაქსიის, აფაზიის შემთხვევაში. შედეგად, შესამჩნევად უმჯობესდება სივრცეში ორიენტაციის უნარი, რიტმის შეგრძნება, ნატიფი და მსხვილი მოტორიკა; სრულყოფილი ხდება საარტიკულაციო მოძრაობები, ვითარდება ფონემატური სმენა, ბავშვის მოძრაობები მეტად თავისუფალია, მიმიკა – ცოცხალი და ემოციური; უმჯობესდება კომუნიკაციური უნარები. მეთოდი სასარგებლოა ყველა იმ ბავშვისთვის, ვისაც აქვს კომუნიკაციასთან და მეტყველებასთან, მოძრაობასთან დაკავშირებული სირთულეები. ლექსი-სავარჯიშოების გამოყენების დროს ასევე ხდება ტვინის იმ ნაწილზე მუშაობა, რომელიც მოძრაობებზეა პასუხისმგებელი. ვარჯიშის შესრულებისას იცვლება როგორც ტვინის სტრუქტურა, ისე ფუნქცია და მყარდება ახალი ნერვული კავშირები განმეორებადი აქტივობების ხარჯზე. რიტმი დიდ როლს თამაშობს ტვინში მოტორული სფეროს განვითარებაზე. ხელების შეთანხმებული და მიზანმიმართული მოძრაობა, შუა ხაზის გადაკვეთა და ნატიფ და მსხვილ მოტორულ უნარებთან დაკავშირებული სხვა ქმედებები, რომლებსაც მუსიკალური ლექსი-სავარჯიშოები ითვალისწინებს, აუმჯობესებს ტვინის ნახევარსფეროების ურთიერთკავშირის გაძლიერებას, რაც მომავალში ბავშვების წერის, კითხვისა და გაგების უნარის განვითარებას უწყობს ხელს.

ბავშვების მიერ მუსიკალური ლექსი-სავარჯიშოების შესრულება აუმჯობესებს:

1. მათი სხეულის თვითაღქმას და სივრცეში ორიენტაციის უნარს;
2. მოძრაობის დაგეგმვის, ანუ ერთი მოძრაობიდან მეორეზე გადასვლის უნარს;
3. მეტყველების პროსოდიული მხარის განვითარებას: მეტყველების რიტმი, ტონალობა და ინტონაცია;
4. ფონოლოგიური უნარის განვითარებას;
5. რიტმის შეგრძნებას;
6. მსხვილ მოტორულ უნარებს, ანუ ტანთან დაკავშირებულ მოძრაობებს;
7. ნატიფ მოტორულ უნარებს, ანუ თითებთან დაკავშირებულ მოძრაობებს.

მუსიკალური ლექსი-სავარჯიშოებით თერაპიის დროს, თითებით ვარჯიშთან ერთად, ბავშვები ამბობენ ლექსს ან მღერიან. მუსიკა ამ დროს დამხმარეა. ის იძლევა წინასწარგანსაზღვრულობის შეგრძნებას, თანმიმდევრულია და ბავშვებისთვის მოკარნახის ფუნქციას იძენს, რის შედეგადაც პატარებს უმარტივდებათ მოცემული სავარჯიშოების შესრულება. აქტივობის დროს ყურადღება უნდა მიექცეს როგორც მოძრაობის შესრულების მახასიათებლებს (რამდენად რიტმულად, რამდენად ნელა, რამდენად სწორად სრულდება ესა თუ ის სავარჯიშო), ისე მეტყველების და წამღერების შესაბამის ტემპს, ინტონაციას, ემოციას, მიმიკურ გამოხატულებას, ემოციას და სხვა.

თითოეული ლექსის შინაარსი და რიტმი მაქსიმალურად არის მიახლოებული მოქმედებასთან, მოძრაობასთან და ბავშვის წარმოსახვაში ჩნდება კონკრეტული ხატი, რაც, თავის მხრივ, ხელს უწყობს მხედველობით-მოტორული, ვერბალურ-მოტორული ფუნქციების და ასევე აზროვნების, მეხსიერების, ყურადღების კონცენტრაციის და მეტყველების გაუმჯობესებას.

ლექსი-სავარჯიშოების შესრულებისას უმჯობესდება როგორც მოტორული, ისე ბგერების იმიტაციის უნარი, რასაც ხმამიბაძვები ეწოდება. თუკი ბავშვი ვერ ახერხებს მოტორულ იმიტაციას, მას გაუჭირდება მეტყველებისთვის საჭირო ბგერების დასწავლა, გამეორება და განვითარება. სწორედ ამიტომ, მოძრაობა და მეტყველება (მღერა) ერთად ხელს უწყობს რამდენიმე უნარზე ერთდროულად მუშაობას, იმგვარად, რომ ეს ბავშვისთვის არ იყოს სტრესული და იგი მაქსიმალურად იღებდეს სიამოვნებას პროცესისგან.

ნებისმიერი მუსიკალური ლექსი-სავარჯიშოს გამოყენების დროს უნდა გავითვალისწინოთ აუცილებელი და მთავარი რამ: თითოეული ბავშვი არის ინდივიდუალური საკუთარი ძლიერი მხარეებითა და საჭიროებებით. ეცადეთ, პროცესი ააგოთ მათ ძლიერ მხარეებზე დაყრდნობით, გაითვალისწინოთ მათი ინტერესები, მოარგოთ აქტივობა მათ შესაძლებლობებს; შეუქმნათ სასიამოვნო ფსიქო-ემოციური გარემო და გამოიწვიოთ დაინტერესება შესასრულებელი ვარჯიშების მიმართ.

INTRODUCTION

The verse-exercises presented in the book are built on the principle of simultaneity of music, speech and movement, which is called logorhythmics. Integrating music into therapeutic work with children with speech problems has a positive effect. Using musical verse-exercises allows the specialist to work on several skills simultaneously. Musical verse-exercises involves performing simple melodies based on rhythmic verses with other people. Various therapeutic goals are woven into the enjoyable process – children have fun, are actively involved in performing exercises. As a result, their motivation and mood increase, which contributes to the chances of the first spontaneous success.

Musical verse-exercises can be used for various developmental delays or disorders. For example, in the case of specifically impaired articulation, expressive and receptive speech, hearing problems, dyslalia, apraxia, aphasia. As a result, noticeably improves spatial orientation, sense of rhythm, fine and large motor skills; Articulatory movements are perfected, phonemic hearing is developed, the child's movements are more free, facial expressions are lively and emotional; The communication skills are improving. The method is useful for all children who have communication, speech and movement difficulties. When using verse exercises, work is also done on the part of the brain that is responsible for movements. Exercise changes both the structure and function of the brain and strengthens new neural connections through repetitive activities. Rhythm plays a huge role in the development of the motor sphere in the brain. Coordinated and purposeful hand movements, crossing the midline, and other fine and large motor skills activities provided by musical verse exercises enhance the interconnectedness of the cerebral hemispheres, helping to develop children's writing, reading, and comprehension skills in the future.

The performance of musical verse-exercises by children improves:

1. Their body's self-awareness and ability to orient themselves in space;
2. The ability to plan a movement, i.e. to move from one movement to another;
3. Development of the prosodic side of speech: rhythm, tonality and intonation of speech;
4. Development of phonological skills;
5. A sense of rhythm;
6. Large motor skills – body-related movements;
7. Fine motor skills – finger-related movements.

During music therapy exercises, children recite a poem or sing along with their finger exercises. Music is supportive at this time. It gives a sense of predestination, is consistent and acquires a dictating function for children, making it easier for little ones to perform the given exercises. During the activity, attention should be paid to the characteristics of the movement performance (how rhythmically, how slowly, how correctly this or that exercise is completed), as well as the appropriate tempo of speech and singing, intonation, emotion, facial expressions, emotion and etc.

The content and rhythm of each verse is as close as possible to the action, movement and a specific icon appears in the child's imagination, which in turn helps to improve visual-motor, verbal-motor functions, as well as thinking, memory, attention and concentration.

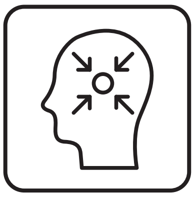
Performing verse-exercises improves both motor and sound imitation skills, which are called echoism. If a child is unable to imitate motor skills, he or she will have difficulty of learning, repeating, and developing the sounds needed for speech. That is why movement and speech (singing) together help to work on several skills at the same time, so that it is not stressful for the children and they get the most out of the process.

When using any musical verse-exercise, we must consider the necessary and main things: Each child is an individual with own strengths and needs. Try to build a process based on their strengths, take into consideration their interests, tailor the activity to their capabilities; create a pleasant psycho-emotional environment and arouse interest in the exercises to be performed.

სიმბოლოთა ლექსიკონი
SYMBOLS IN THE BOOK

მსხვილი მოტორიკა
GROSS MOTOR

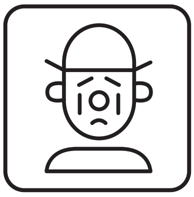
სხეულის ნაწილები
PARTS OF THE BODY



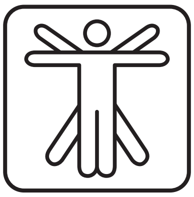
ყურადღების კონცენტრაცია
CONCENTRATION

ნატიფი მოტორიკა
FINE MOTOR

ფონემატური სმენა
PHONEMIC AWARENESS

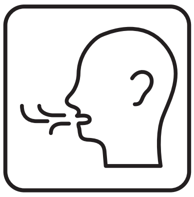


მიმიკური კუნთები
MIMIC MUSCLES



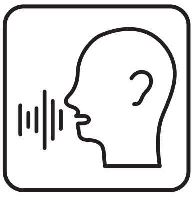
სხეულის თვითაღქმა
BODY'S SELF-AWARENESS

იმიტაცია
IMITATION

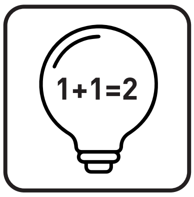


სამეტყველო სუნთქვა
SPEECH BREATHING

მოტორული დაგეგმვა
MOTOR PLANNING



მეტყველების პროსოდიული მხარე
PROSODIC FEATURES OF SPEECH



მათემატიკური უნარები
MATHEMATICS

ლექსიკური მარაგი
VOCABULARY ENRICHMENT

წიგნის გამოყენების ინსტრუქცია
INSTRUCTIONS FOR USING THE BOOK

წიგნი შედგება 4 ნაწილისგან

პირველი ნაწილი – ლექსი-სავარჯიშოები
პირველ ნაწილში თქვენ წაიკითხავთ ლექსებს და შესაბამისი სიმბოლოების მეშვეობით გაიგებთ, რომელი უნარების გავარჯიშებას უწყობს ხელს აღნიშნული მუსიკალური ლექსი-სავარჯიშო.

მეორე ნაწილი – ნოტები
მეორე ნაწილში თქვენ იხილავთ მუსიკალური ლექსი-სავარჯიშოების შესაბამის ნოტებს.

მესამე ნაწილი – ინსტრუქციები
მესამე ნაწილში ლექსი-სავარჯიშოს განხორციელების ინსტრუქციებია მოცემული, სადაც ახსნილია, თუ როგორ უნდა შეასრულოთ ესა თუ ის აქტივობა ბავშვებთან ერთად.

მეოთხე ნაწილი – ვიდეომასალა
მეოთხე ნაწილში იხილავთ დისკს, რომელზეც წიგნში წარმოდგენილი მუსიკალური ლექსი-სავარჯიშოები პრაქტიკაშია ნაჩვენები. ვიდეოებში ლექსების ავტორი, ქალბატონი ნინო გაბაშვილი, ხსნის მუსიკალური ლექსი-სავარჯიშოს მნიშვნელობას და შესრულების დროს გასათვალისწინებელ საკითხებს. ვიდეოს მეორე ნაწილში მუსიკის ავტორის, თამარ ჟორდანიას, მიერ შესრულებული ლექსი-სავარჯიშოებია ნაჩვენები. ვიდეომასალაში ნახავთ, თუ როგორ გამოიყურება აქტივობები პრაქტიკაში.

THE BOOK CONSISTS OF 4 PARTS

PART ONE – VERSE-EXERCISES
In the first part you will read the poems and with the help of the corresponding characters you will learn which skills the mentioned musical verse-exercise helps to practice.

PART TWO – MUSIC SHEET
In the second part you will find the relevant music sheet of the musical verse-exercise.

PART THREE – INSTRUCTIONS
The third part contains instructions for performing the verse-exercise, which explains how to perform this or that activity with children.

PART FOUR – VIDEO MATERIALS
In the fourth part you will find a disc on which the musical verse-exercises presented in the book are shown in practice. The author of the poems in the videos, Ms. Nino Gabashvili, explains the importance of the musical verse-exercise and the issues to be considered during the performance. The second part of the video shows the poem-exercises performed by the author of the music, Tamar Zhordania. In the video you will see how the activities look in practice.

1. ლაქები

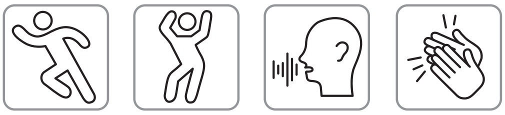
ლაქები მხრებზე, ლაქები მკერდზე,
ლაქები მუცელზე, ლაქები წელზე,
ლაქები ფეხებზე, ლაქები თავზე,
ჟირაფის ტანია ლაქებით სავსე!
ნაოჭი მხრებზე, ნაოჭი მკერდზე,
ნაოჭი მუცელზე, ნაოჭი წელზე,
ნაოჭი ფეხებზე, ნაოჭი თავზე,
სპილოს ტანია ნაოჭით სავსე!
ობობა მხრებზე, ობობა მკერდზე,
ობობა მუცელზე, ობობა წელზე,
ობობა ფეხებზე, ობობა თავზე,
ობობა წადი! მოშორდი! ასე!

2. ჩქამები

ზანზალაკი წკრიალებს – ზინ, ზინ, ზინ!
ზარი მძიმედ გრიალებს – ძინ, ძინ, ძინ!
აშრიალებს ფოთლებს ქარი – შრი, შრი, შრი!
მინდორში დაფარფატებს პეპლების ჯარი –
ფრი, ფრი, ფრი, ფრი, ფრი, ფრი!
ხტუნაობენ ბაჭიები – სკუპი, სკუპი, სკუპი,
უცბად წვიმა წამოვიდა: წკაპი-წკუპი, წკაპი-წკუპი.
გაიწუწნენ ბაჭიები წყალი გასდით ღაპა-ღუპით,
იქვე მელა დაინახეს და გაიქცნენ ტყაპა-ტყუპით.

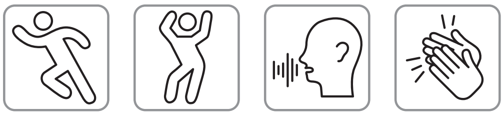
3. ნავი

მარდად ჩავსხდეთ ნავში და შევცუროთ ზღვაში,
ამოვარდა ქარი, დაარწია ნავი.
სწრაფად მოუსვით ნიჩბები, ნაპირზე მალე ვიქნებით.
აბა! გადმოხტით ნავიდან,
თამაში დავიწყოთ თავიდან!



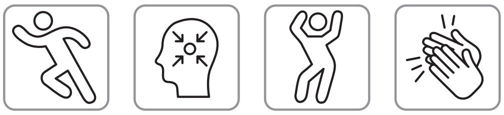
4. თიბვა

ვთიბეთ, ვთიბეთ, ვთიბეთ, ვთიბეთ, დიდი ყანა გადავთიბეთ,
მერე თივა შევაგროვეთ, ერთ ადგილზე მოვაგროვეთ.
მუშაობით დავიღალეთ.
ვთიბეთ, ვთიბეთ, ვთიბეთ, ვთიბეთ, დიდი ყანა გადავთიბეთ,
წელში ცოტა მოვიხარეთ, მაგრამ თივა სულ გავთიბეთ.
უფროსები გავახარეთ, ჰე!
დაღლილები წამოვწექით, ჩაგვეძინა ტკბილად,
დავისვენეთ, წამოვდექით, გავაგრძელეთ თიბვა.
ვთიბეთ, ვთიბეთ, ვთიბეთ, ვთიბეთ,
ვთიბეთ, ვთიბეთ, ვთიბეთ, ვთიბეთ, ჰე!



5. მხიარული ვარჯიში

ერთი, ორი – სწრაფად ვდგებით!
სამი, ოთხი – შევბრუნდებით!
ხუთი, ექვსი – განზე ვხტებით!
შვიდი, რვა – ვიმალებით!
ცხრა, ათი – ვიმართებით!
ვივარჯიშეთ, ახლა ვსხდებით.

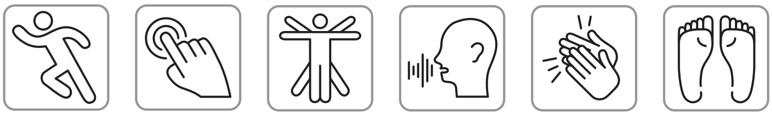


6. ანტონიმები

დიდი და პატარა,
მაღალი, დაბალი,
ბოროტი და კეთილი –
გამოიცანი!
სუსტი და ძლიერი,
რბილი და მაგარი,
მშიშარა და მამაცი –
ვიცანით!
ვიმღეროთ, ვიცეკვოთ, ლამაზად, ხალისით,
გულით და ღიმილით, სიცილით და კისკისით.
ბეჯითი, ზარმაცი,
უშნო და ლამაზი,
უმცროსი და უფროსი –
დაუქნიეთ ხელი!
მსუქანი, გამხდარი,
ნაზი და უხეში,
მოსაწყენი, მხიარული თამაში.
ვიმღეროთ, ვიცეკვოთ, ლამაზად, ხალისით,
გულით და ღიმილით, სიცილით და კისკისით!

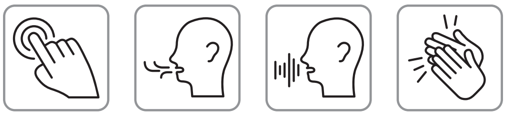
7. თავით დასტური

თავით დასტური,
ფეხებით ბაკუნი,
კბილებით კაკუნი,
ტუჩებით ტყაპუნი,
ხელებით ტაში!
თითების ტკაცუნი,
თვალების ბრიალი,
ადგილზე ტრიალი.
ცოტა ხნით ვისვენებთ...
დრო უცბად გავიდა,
ვიწყებთ თავიდან!



8. გოგნი-გოგნი

რა ლამაზად დაგოგმანებ
გოგნი, გოგნი, გოგონა,
იტრიალე, იბზრიალე
პაწაწინა გოგოლა.
გოგნი გოგნი, გოგნი გოგო, გოგნი გოგნი გოგონა!



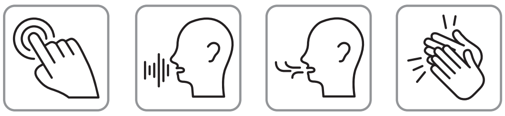
9. მარჯვე ხელები

ეს მარცხენა ხელი არის, ეს მარჯვენა ხელია,
მოდი ერთად ვითამაშოთ, აბა დელი დელია!
ეს ვარჯიში თითების სულ არ არის ძნელია,
ვივარჯიშოთ, გვექნება ორი მარჯვე ხელი!
თითებით ჯვრის გაკეთება სულ არ არის რთული,
დანარჩენი თითებით გავაკეთოთ ნული.
ეს ვარჯიში თითების სულ არ არის ძნელი,
ვივარჯიშოთ გვექნება ორი მარჯვე ხელი!

10. საათი

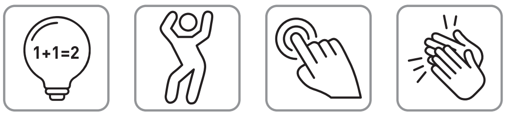
„ტიკ-ტაკ, ტიკ ტაკ“ – იძახის
და კედელზე კიდია.
დღე და ღამე ისრები
მიდიან და მიდიან.
„ტიკ-ტაკ, ტიკ-ტაკ, ტიკ-ტაკ, ტიკ -ტაკ“ –
მიდიან და მიდიან.

შენიშვნა:
ლექსი ნოდარ დუმბაძისა



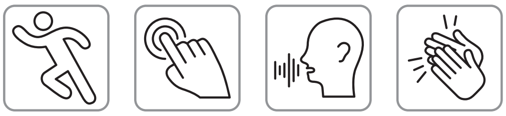
11. ბროლია და ყურშა

ბროლია და ყურშა მეგობრები არიან,
საითაც არ გაიხედავ, ყველგან ერთად დადიან.
ოთხი ლეკვი ყურშას ჰყავს, ოთხი ლეკვი – ბროლიას,
ოთხს რომ ოთხი მივუმატოთ?
სულ რვა ლეკვი ჰყოლიათ.
მსუნაგები არიან, ვერ აჯობებთ ჭამაში,
ძლიერ უყვართ სეირნობა, ცეკვა, ხტუნვა, თამაში.



12. აიწონა-დაიწონა

მოდი, ერთად ვითამაშოთ
აიწონა-დაიწონა,
პატარებმა გავიხარეთ,
ეს თამაში მოგვეწონა.
ჰე, ჰე, ჰე, ჰე.



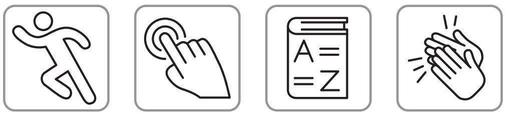
13. მწერები

ჭია, ჭიამაია, დღეს როგორი დარია?
გვიპასუხე, პაწაწინავ, წვიმაა თუ ქარია?
ხმა არ გაგვცა, გაგვიფრინდა ჩვენი ჭიამაია.

რატომ მკბენ, რა დაგიშავე, ბრაზიანო კოღო?
ნუთუ სულ არ გეცოდები ერთი ციცქნა გოგო?

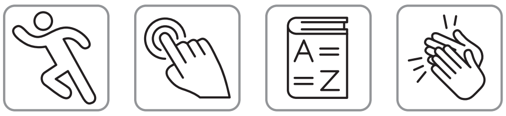
დიდი ბზიკი ნაზ ყვავილზე მხარ-თეძოზე წევს,
ღიღინებს და თან მიირთმევს სურნელოვან წვენს.

ლამაზფერად მოხატული პაწაწინა მწერია,
ყვავილები ფრთაფარფატას სიხარულით ელიან.



14. ცხოველები და ნაშიერები

დათვი ბელებს ეფერება,
ცხენი – თავის კვიცს,
ცხვარი – ბატკანს, ვეფხვი – ბოკვერს,
დედ-მამა კი – შვილს.
ეფერება ნაშიერს მაიმუნი მანჭია,
სპილო – სპლიყვს, კატა – კნუტებს,
კურდღელი კი – ბაჭიას.
ძაღლი – ლეკვებს, ღორი – გოჭებს,
შველი – თავის ნუკრს,
ეფერება ლომი ბოკვერს,
ძროხა ხბოზე წუხს.
იხვი – ჭუჭულს, ვირი – ჩოჩორს,
პინგვინები – ბარტყს.
უყვარს თავის წრუწუნები
გრძელკუდიან თაგვს.



15. ფისუნია

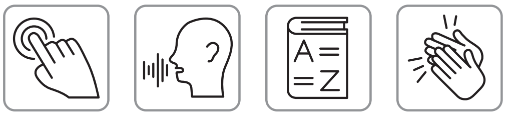
ფისო, მინდა, მოგეფერო,
ფაფუკო და მშვენიერო!
შენი ქურქი თბილია,
ფუმფულა და რბილია.
ფისუნია ფისო,
ნუ ხარ უსინდისო!
დაგვანახე თათები,
დავითვალოთ ბრჭყალები.

16. თითებით თამაში

ნეკას შეხვდა მწვანე ფერი, უსახელოს – წითელი,
შუა თითს – ნარინჯისფერი, საჩვენებელს – ყვითელი.
ცერას? – ცაში ავიხედოთ და ყველანი მივხვდებით.
დაიღალნენ ეს თითები, თითქოს ზიდეს ფუთი,
დავასვენოთ, დავითვალოთ: ერთი, ორი, სამი, ოთხი, ხუთი...

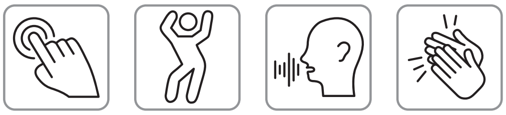
17. ოჯახი

ეს თითია ბებია, ეს თითია ბაბუა,
ეს თითია დედა, ეს თითია მამა,
ეს პატარა მე ვარ, ჩამოვთვალე ყველა!
ეს ბებია, ეს ბაბუა, ეს დედიკო, ეს მამიკო,
ეს პატარა შვილი,
ყველა ერთად შევიკრიბეთ,ოჯახი გვაქვს დიდი!



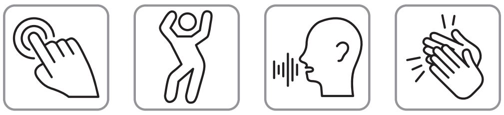
18. ჩვენი ნანა

ყოველ დილით სახტუნაოს ატრიალებს ჩვენი ნანა –
აქეთ სკუპი, იქით სკუპი – თქვენ გგონიათ დაიღალა?
ახლა ორი ფეხით დახტის, აქეთ-იქით ჩვენი ნანა,
ატრიალებს სახტუნაოს, რა ყოფილა ამისთანა?!



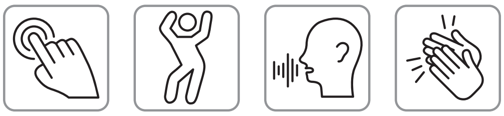
19. ბუზღუნა კუ

მთის ფერდობზე ბუზღუნით მიაბიჯებს კუ.
იცით რატომ ბუზღუნებს? თურმე ჭამა სურს!
მდინარეში დაცურავს, თევზს გაავლებს მუსრს,
ჰოპ და პირში თევზი აქვს, გაუმაძღარ კუს.
მაგრამ თევზი არ ეყო, კიდევ ჭამა სურს.
ჩემს ცხვირს პირი წაავლო ღორმუცელა კუმ!



20. ბაჭია

მინდორში დარბის ბაჭია, მშიშარაც არის, პრანჭიაც.
ხმელი ფოთლების შრიალზე სუნთქვა შეეკრა პაწიას.
ყურები ცქვიტა, ასწია და სოროსაკენ გასწია.
სკუპ! და სად არის ბაჭია? – ჩვენ დაგვემალა პრანჭია.



ლაქები

მუსიკა თამარ ჟორდანიასი
ლექსი ნინო გაბაშვილისა

17
ო - ბო - ბა მხრებ - ზე, ო - ბო - ბა მჯერ - დზე ო - ბო - ბა მუ-ცელ-ზე, ო - ბო - ბა წელ - ზე
17
21
ო - ბო - ბა ფე - ხებ - ზე, ო - ბო - ბა თავ - ზე ო-ბო ბა წა - დი! მო-შორ-დი! ა - სე!
21

ჩქამები

მუსიკა თამარ ჟორდანიასი
ლექსი ნინო გაბაშვილისა

15
გა - ი - წუწ-ნენ ბა - ჭი - ე - ბი წყა - ლი გას-ღით-ღა - პა - ღუ - პით, იქ - ვე მე-ლა და - ი - ნა-ხეს
18
და გა - იქ-ცნენ ტყა-პა-ტყუ - პით,
და გა - იქ-ცნენ ტყა-პა-ტყუ - პით.

ნავი

მუსიკა თამარ ჟორდანიასი
ლექსი ნინო გაბაშვილისა

თიბვა

მუსიკა თამარ ჟორდანიასი
ლექსი ნინო გაბაშვილისა

14
მაგ - რამ თი - ვა სულ გავ - თი - ბეთ, უფ - რო-სე - ბი გა - ვა - ხა - რეთ ჰე!
18
დალ-ლი-ლე-ბი წა-მოვ-წე-ქით დაგ-ვე-ძი-ნა ტკბი-ლად და-ვის-ვე-ნეთ წა-მოვ-დე-ქით
21
გა - ვაგ - რძე-ლეთ თიბ - ვა. ვთი - ბეთ, ვთი - ბეთ, ვთი - ბეთ, ვთი - ბეთ,
24
ვთი - ბეთ, ვთი - ბეთ, ვთი - ბეთ, ვთი - ბეთ, ჰე!

მხიარული ვარჯიში

მუსიკა თამარ ჟორდანიასი
ლექსი ნინო გაბაშვილისა

9
ხუთი, ექვსი, გან - ზე ვხტე - ბით შვიდი, რვა, ვი - მა - ლე - ბით
9
11
ცხრა, ა - თი, ვი - მარ - თე - ბით, ვი - ვარ - ჯი - შეთ, ახ - ლა ვსხდე - ბით!
11

ანტონიმები

მუსიკა თამარ ჟორდანიასი
ლექსი ნინო გაბაშვილისა

19
უმ - ცრო-სი და უფ - რო-სი და - უქ-ნი - ეთ ხე-ლი მსუ - ქა-ნი გამ - ხდა-რი ნა - ზი და უ - ხე-ში
19
3
23
მარ-ტი-ვი და მხი-ა-რუ-ლი თა-მა-ში. ვიმ-ღე-როთ, ვი-ცეკ-ვოთ, ლა-მა-ზად, ხა-ლი-
23
28
სით, გუ-ლით და ღი-მი-ლით, სი-ცი-ლით და ჯის-ჯი-სით.
28
3
3

თავით დასტური

მუსიკა თამარ ჟორდანიასი
ლექსი ნინო გაბაშვილისა

*მეორეჯერ მეორდება 2-ჯერ ჩქარა

გოგნი-გოგნი

მუსიკა თამარ ჟორდანიასი
ლექსი ნინო გაბაშვილისა

მარჯვე ხელები

მუსიკა თამარ ჟორდანიასი
ლექსი ნინო გაბაშვილისა

13
ეს ვარ-ჯი-ში თი-თე-ბის სულ არ ა - რის ძნე-ლი ვი-ვარ-ჯი-შოთ, გვექ-ნე-ბა ო-რი მარ-ჯვე ხე-ლი.
13

საათი

მუსიკა თამარ ჟორდანიასი
ლექსი ნოდარ დუმბაძისა

ბროლია და ყურშა

მუსიკა თამარ ჟორდანიასი
ლექსი ნინო გაბაშვილისა

13
ძლი-ერ უყ-ვართ სე-ირ-ნო-ბა, ცეკ-ვა, ხტუნ-ვა, თა-მა-ში.
13

აიწონა-დაიწონა

მუსიკა თამარ ჟორდანიასი
ლექსი ნინო გაბაშვილისა

მწერები

მუსიკა თამარ ჟორდანიასი
ლექსი ნინო გაბაშვილისა

14
ერ-თი ციც-ქნა გო - გო? დი - დი ბზი - ჯი ნაზ ყვა-ვილ-ზე, მხარ-თე-ძო - ზე წევს,
17
ლი - ლი - ნებს და თან მი - ირ - თმევს სურ - ნე - ლო - ვან წვენს.
19
ლა - მაზ ფე - რად მო - ხა - ტუ - ლი პა - წა - წი - ნა მწე - რი - ა
21
ყვა - ვი - ლე - ბი ფრთა-ფარ - ფა - ტას სი - ხა - რუ-ლით ე - ლი - ან.

ცხოველები და ნაშიერები

მუსიკა თამარ ჟორდანიასი
ლექსი ნინო გაბაშვილისა

13
ე - ფე - რე - ბა ლო - მი ბოჯ - ვერს ძრო - ხა ხბო - ზე წუხს,
იხ - ვი ჭუ - ჭულს, ვი - რი ჩო - ჩორს
16
პინ - გვი - ნე - ბი ბარტყს
უყ - ვარს თა - ვის წრუ - წუ - ნე - ბი
18
გრძელ კუ - დი - ან თაგვს.

ფისუნია

მუსიკა თამარ ჟორდანიასი
ლექსი ნინო გაბაშვილისა

თითებით თამაში

მუსიკა თამარ ჟორდანიასი
ლექსი ნინო გაბაშვილისა

ოჯახი

მუსიკა თამარ ჟორდანიასი
ლექსი ნინო გაბაშვილისა

14
14
ყვე - ლა ერ - თად შე - ვიკ - რი - ბეთ, ო - ჯა - ხი გვაქვს დი - დი!

ჩვენი ნანა

მუსიკა თამარ ჟორდანიასი
ლექსი ნინო გაბაშვილისა

ბუზღუნა კუ

მუსიკა თამარ ჟორდანიასი
ლექსი ნინო გაბაშვილისა

ბაჭია

მუსიკა თამარ ჟორდანიასი
ლექსი ნინო გაბაშვილისა

1. ლაქები

ლაქები მხრებზე, ლაქები მკერდზე,
ლაქები მუცელზე, ლაქები წელზე,
ლაქები ფეხებზე, ლაქები თავზე,
ჟირაფის ტანია ლაქებით სავსე!
(ორივე ხელის თითებით სრულდება მსუბუქი დარტყმები სხეულის იმ ნაწილებზე, რომლებსაც სიმღერაში ვახსენებთ.)
ნაოჭი მხრებზე, ნაოჭი მკერდზე,
ნაოჭი მუცელზე, ნაოჭი წელზე,
ნაოჭი ფეხებზე, ნაოჭი თავზე,
სპილოს ტანია ნაოჭით სავსე!
(ორივე ხელის ცერა და საჩვენებელ თითებს შორის მოვაქციოთ სხეულის კუნთები იმ ნაწილებზე, რომლებსაც სიმღერაში ვახსენებთ და მსუბუქად მოვუჭიროთ.)
ობობა მხრებზე, ობობა მკერდზე,
ობობა მუცელზე, ობობა წელზე,
ობობა ფეხებზე, ობობა თავზე,
ობობა წადი! მოშორდი! ასე!
(ორივე ხელის თითები „დარბიან" სხეულზე ობობის მსგავსად სხეულის ნაწილიდან ნაწილზე, რომელთაც ვახსენებთ სიმღერაში.)

2. ჩქამები

ზანზალაკი წკრიალებს – ზინ, ზინ, ზინ!
(ერთი ან ორივე ხელის ცერა, საჩვენებელ და შუა თითებს ვუქერთ ერთმანეთს და კეთდება ზარის წკრიალის იმიტაცია.)
ზარი მძიმედ გრიალებს – ძინ, ძინ, ძინ!
(მომუშტული ხელით თითქოს მძიმე ზარს ვრეკავთ.)
აშრიალებს ფოთლებს ქარი – შრი, შრი, შრი!
(ორივე გაშლილ ხელს ვწევთ ზემოთ და ვხრით მარჯვნივ და მარცხნივ.)
მინდორში დაფარფატებს პეპლების ჯარი –
ფრი, ფრი, ფრი, ფრი, ფრი, ფრი!
(მუშტი იკვრება და იშლება მსუბუქად.)
ხტუნაობენ ბაჭიები – სკუპი, სკუპი, სკუპი,
(საჩვენებელი და შუა თითი ბაჭიას ყურების მსგავსად იწევა ზემოთ; არათითი, ნეკა და ცერი მომუშტულია, აწეულ ორ თითს ვიდებთ თავზე და სრულდება ხტუნვა.)
უცბად წვიმა წამოვიდა: წკაპი-წკუპი, წკაპი-წკუპი.
(ვატკაცუნებთ შუა და ცერა თითებს.)

გაიწუწნენ ბაჭიები წყალი გასდით ღაპა-ღუპით,
(ორივე ხელი ფალანგების მხრიდან ზემოდან ქვემოთ ისმევა ტანზე, გვერდებზე.)
იქვე მელა დაინახეს და გაიქცნენ ტყაპა-ტყუპით.
(ორივე ხელი სახესთან, შიშის ემოცია და გაქცევა.)

3. ნავი

მარდად ჩავსხდეთ ნავში და შევცუროთ ზღვაში,
(სკამზე დაჯდომით ნავში ჩაჯდომის იმიტაცია, ჯერ ერთი ფეხის გადაბიჯება, შემდგომ – მეორესი.)
ამოვარდა ქარი, დაარწია ნავი.
(რწევის იმიტაცია მარჯვნივ და მარცხნივ.)
სწრაფად მოუსვით ნიჩბები, ნაპირზე მალე ვიქნებით.
(ხელებით ნიჩბების მოსმის იმიტაცია.)
აბა! გადმოხტით ნავიდან,
(ნავიდან გადმოსვლის იმიტაცია.)
თამაში დავიწყოთ თავიდან!

4. თიბვა

ვთიბეთ, ვთიბეთ, ვთიბეთ, ვთიბეთ, დიდი ყანა გადავთიბეთ,
(ხელები მომუშტულია და კეთდება თიბვის იმიტაცია.)
მერე თივა შევაგროვეთ, ერთ ადგილზე მოვაგროვეთ.
(ხელებით თივის მოგროვების იმიტაცია.)
მუშაობით დავიღალეთ.
(შუბლზე ხელის გადასმა მარცხნიდან მარჯვნივ მიმართულებით ან პირიქით, იმის მიხედვით, თუ რომელი ხელით კეთდება დაღლის იმიტაცია.)
ვთიბეთ, ვთიბეთ, ვთიბეთ, ვთიბეთ, დიდი ყანა გადავთიბეთ,
(ხელები მომუშტულია და კეთდება თიბვის იმიტაცია.)
წელში ცოტა მოვიხარეთ, მაგრამ თივა სულ გავთიბეთ.
(წელში მოხრა და გადაშლილი ხელისგულებით „ვაჩვენებთ“ მოგროვებულ თივას.)
უფროსები გავახარეთ, ჰე!
დაღლილები წამოვწექით, ჩაგვეძინა ტკბილად,
(დაწოლა და ხელებით სახის ქვეშ ძილის იმიტაცია.)
დავისვენეთ, წამოვდექით, გავაგრძელეთ თიბვა.
ვთიბეთ, ვთიბეთ, ვთიბეთ, ვთიბეთ,
ვთიბეთ, ვთიბეთ, ვთიბეთ, ვთიბეთ, ჰე!
(ხელები მომუშტულია და კეთდება თიბვის იმიტაცია.)

5. მხიარულივარჯიში

ერთი, ორი – სწრაფად ვდგებით!
სამი, ოთხი – შევბრუნდებით!
ხუთი, ექვსი – განზე ვხტებით!
შვიდი, რვა – ვიმალებით!
ცხრა, ათი – ვიმართებით!
ვივარჯიშეთ, ახლა ვსხდებით.
(ტექსტში აღწერილი მოქმედებების იმიტაცია.)

6. ანტონიმები

დიდი და პატარა,
(ხელები განზე, ხელები ახლოს.)
მაღალი, დაბალი,
(ხელი დაბლა, ხელი მაღლა.)
ბოროტი და კეთილი –
(წარბების შეჭმუხვნა, გაღიმება.)
გამოიცანი!
სუსტი და ძლიერი,
(მხრების აწევა, ხელების მომუშტვა, იდაყვში მოხრა.)
რბილი და მაგარი,
(ცერა, საჩვენებელი და შუა თითი ერთმანეთს ესმევა, მუშტი იკვრება.)
მშიშარა და მამაცი –
(შეშინებული სახე, მუშტი წინ და ზემოთ.)
ვიცანით!
ვიმღეროთ, ვიცეკვოთ, ლამაზად, ხალისით,
გულით და ღიმილით, სიცილით და კისკისით.
ბეჯითი, ზარმაცი,
(გაკვეთილზე ხელის აწევის იმიტაცია, ხელის ლოყის ქვეშ ამოდება, თავის გვერდზე გადახრა.)
უშნო და ლამაზი,
(უშნო და ლამაზი სახის იმიტაცია.)
უმცროსი და უფროსი –
(ცერა და დანარჩენი თითები ახლოს ერთმანეთთან რკალისებურად, ცერა და დანარჩენი თითები შორდებიან ერთმანეთს რკალისებურად.)
დაუქნიეთ ხელი!
მსუქანი, გამხდარი,
(განზე ფეხები და ხელები; ლოყების გაბერვა, ფეხების შეტყუპება, ხელების ტანთან ახლოს მოწევა.)

ნაზი და უხეში,
(აქეთ-იქით გადახრა და ღიმილი, მხრის გაკვრის იმიტაცია და უხეშის შესაბამისი ემოცია.)
მოსაწყენი, მხიარული თამაში.
(მოწყენის იმიტაცია, გახარების იმიტაცია.)
ვიმღეროთ, ვიცეკვოთ, ლამაზად, ხალისით,
გულით და ღიმილით, სიცილით და კისკისით!

7. თავით დასტური

თავით დასტური,
(თავის დაქნევა რიტმულად.)
ფეხებით ბაკუნი,
(ფეხების დაბაკუნება იატაკზე.)
კბილებით კაკუნი,
(კბილების ერთმანეთზე „კაკუნი“.)
ტუჩებით ტყაპუნი,
(ტუჩებით პა-პა-პა.)

ხელებით ტაში,
თითების ტკაცუნი,
თვალების ბრიალი,
ადგილზე ტრიალი.

ცოტა ხნით ვისვენებთ...
დრო უცბად გავიდა,
(მაჯის საათზე მინიშნების იმიტაცია.)
ვიწყებთ თავიდან!

8. გოგნი-გოგნი

რა ლამაზად დაგოგმანებ
გოგნი, გოგნი, გოგონა,
იტრიალე, იბზრიალე
პაწაწინა გოგოლა.
გოგნი გოგნი, გოგნი გოგო, გოგნი გოგნი გოგონა!
(მკერდის წინ იდაყვში მოხრილი მარჯვენა ხელის ოთხი თითით იკვრება მუშტად. დიდი თითი ასრულებს წრიულ მოძრაობას. მოგვიანებით ვარჯიში სრულდება მარცხენა ხელით და შემდეგ ორივე ხელით.)

9. მარჯვე ხელები

ეს მარცხენა ხელი არის, ეს მარჯვენა ხელია,
(ხელისგულით მაგიდისკენ დადებული ხელები ტრიალდება მაჯაში ხელის გულით ზემოთ ტექსტის შესაბამისად.)
მოდი ერთად ვითამაშოთ, აბა დელი დელი!
(ხელები ერთდროულად იშლება და იკვრება მუშტი რიტმის შესაბამისად.)
ეს ვარჯიში თითების სულ არ არის ძნელი,
ვივარჯიშოთ, გვექნება ორი მარჯვე ხელი!
(ორივე ხელის თითები რიგ-რიგობით მოვხაროთ (შევკრათ მუშტი) და გავშალოთ რიტმის შესაბამისად.)
თითებით ჯვრის გაკეთება სულ არ არის რთული,
(საჩვენებელი და შუა თითები გადავაჯვარედინოთ.)
დანარჩენი თითებით გავაკეთოთ ნული.
(ცერა თითით რიგრიგობით შევეხოთ უსახელო და ნეკა თითებს.)
ეს ვარჯიში თითების სულ არ არის ძნელი,
ვივარჯიშოთ გვექნება ორი მარჯვე ხელი!
(მხრის სიმაღლეზე წინ გაშლილი ორივე ხელის თითები რიგრიგობით მოვხაროთ და გავშალოთ ლექსის რიტმის მიხედვით.)

10. საათი

შენიშვნა: ლექსი ნოდარ დუმბაძისა

„ტიკ-ტაკ, ტიკ ტაკ“ – იძახის
და კედელზე კიდია.
დღე და ღამე ისრები
მიდიან და მიდიან.
„ტიკ-ტაკ, ტიკ-ტაკ, ტიკ-ტაკ, ტიკ -ტაკ“ –
მიდიან და მიდიან.
(ორივე ხელის თითები გადაჯვარედინებულია. შუა თითები დაშვებულია ქვევით და თავისუფლად მოძრაობენ ურთიერთსაწინააღმდეგო მიმართულებით.)

11. ბროლია და ყურშა

ბროლია და ყურშა მეგობრები არიან,
(მუშტად შეკრული ხელები დევს მაგიდაზე. ცერა თითები იხ-რება და იშლება მუსიკის რიტმის შესაბამისად.)
საითაც არ გაიხედავ, ყველგან ერთად დადიან.
ოთხი ლეკვი ყურშას ჰყავს, ოთხი ლეკვი – ბროლიას,
(მარჯვენა ხელის ოთხი თითი გაშლილია და ეხება მაგიდას თითების ბალიშებით. იგივე მოქმედება სრულდება მარცხე-ნა ხელით.)
ოთხს რომ ოთხი მივუმატოთ?
სულ რვა ლეკვი ჰყოლიათ.
(ორივე ხელის ოთხ-ოთხი თითის ბალიშებით მონაცვლეობით ვაკაკუნებთ მაგიდაზე.)
მსუნაგები არიან, ვერ აჯობებთ ჭამაში,
ძლიერ უყვართ სეირნობა, ცეკვა, ხტუნვა, თამაში.
(ორივე ხელის ერთი და იმავე თითები მონაცვლეობით, რიგ-რიგობით ეხება მაგიდას.)

12. აიწონა-დაიწონა

მოდი, ერთად ვითამაშოთ
აიწონა-დაიწონა,
პატარებმა გავიხარეთ,
ეს თამაში მოგვეწონა.
ჰე, ჰე, ჰე, ჰე.
(იდაყვებით ვეყრდნობით მაგიდას. ორივე ხელი გაშლილია ხელისგულებით ზემოთ. ორივე ხელის მტევანი ერთმანეთის საწინააღმდეგოდ მოძრაობს მაჯაში. შეიძლება ორივე ხელი მოვხაროთ იდაყვში.)

13. მწერები

ჭია, ჭიამაია, დღეს როგორი დარია?
გვიპასუხე, პაწაწინავ, წვიმაა თუ ქარია?
ხმა არ გაგვცა, გაგვიფრინდა ჩვენი ჭიამაია.
(მარჯვენა ხელის საჩვენებლი, შუა და უსახელო თითი მოკეცილია და ბალიშებით ეხება ხელის გულს. ცერა და ნეკა თითის ბალიშები მონაცვლეობით ეხება მაგიდის ზედაპირს. მაჯა და იდაყვი აწეულია.)

რატომ მკბენ, რა დაგიშავე, ბრაზიანო კოღო?
ნუთუ სულ არ გეცოდები ერთი ციცქნა გოგო?
(ნეკა და ცერა თითი დაშვებულია და ბალიშებით „დგას“ მაგიდის ზედაპირზე. შუა და უსახელო თითი მოკეცილია და ეხება ხელის გულს. საჩვენებელი თითი მოძრაობს რიტმულად.)

დიდი ბზიკი ნაზ ყვავილზე მხარ-თეძოზე წევს,
ღიღინებს და თან მიირთმევს სურნელოვან წვენს.
(წინ გამოწეული საჩვენებელი თითი ბრუნავს საათის ისრის მიმართულებით. დანარჩენი თითები მოკეცილია.)

ლამაზფერად მოხატული პაწაწინა მწერია,
ყვავილები ფრთაფარფატას სიხარულით ელიან.
(მაჯა დევს მაგიდაზე. ზემოთ აწეული თითები შორდებიან და უახლოვდებიან ერთმანეთს.)

14. ცხოველები და ნაშიერები

დათვი ბელებს ეფერება,
ცხენი – თავის კვიცს,
ცხვარი – ბატკანს, ვეფხვი – ბოკვერს,
დედ-მამა კი – შვილს.
(იდაყვებით ვეყრდნობით მაგიდას. წყვილი თითებით სრულდება თითებზე გადასმის მოძრაობა. თითები „ეფერებიან“ ერთმანეთს.)
ეფერება ნაშიერს მაიმუნი მანჭია,
სპილო – სპლიყვს, კატა – კნუტებს,
კურდღელი კი – ბაჭიას.
(ორივე ხელის ერთი და იმავე თითების ერთმანეთზე ჩაჭიდება და საპირისპირო მხარეს გაქაჩვა.)

ძაღლი – ლეკვებს, ღორი – გოჭებს,
შველი – თავის ნუკრს,
ეფერება ლომი ბოკვერს,
ძროხა ხბოზე წუხს.
(მეორდება თითების ერთმანეთზე გადასმის მოძრაობა.)
იხვი – ჭუჭულს, ვირი – ჩოჩორს,
პინგვინები – ბარტყს.
უყვარს თავის წრუწუნები
გრძელკუდიან თაგვს.
(მეორდება ერთმანეთზე ჩაჭიდებული თითების დაშორების მოქმედება.)

15. ფისუნია

ფისო, მინდა მოგეფერო,
ფაფუკო და მშვენიერო!
შენი ქურქი თბილია,
ფუმფულა და რბილია.
(წარმოსახვით ფისუნიას (მკერდთან ახლოს მოხრილ მარცხენა ხელს) ვეფერებით მარჯვენა ხელით.)
ფისუნია ფისო,
ნუ ხარ უსინდისო!
დაგვანახე თათები,
დავითვალოთ ბრჭყალები.
(მეორე ფალანგში მოკეცილი ოთხი თითი ეხება ხელის გულის ზედა ნაწილს, ცერა თითი – საჩვენებელ თითს. შემდეგ თითები იშლება.)

16. თითებით თამაში

ნეკას შეხვდა მწვანე ფერი, უსახელოს - წითელი,
შუა თითს – ნარინჯისფერი, საჩვენებელს – ყვითელი.
ცერას? – ცაში ავიხედოთ და ყველანი მივხვდებით.
(ბავშვები დასახელებული თითების ბალიშებით ეხებიან ფურცელზე დახატულ შესაბამისი ფერის წრეებს.)
დაიღალნენ ეს თითები, თითქოს ზიდეს ფუთი,
(ბავშვები აქნევენ ხელს. ხელის მტევანი მოძრაობს მაჯაში.)
დავასვენოთ, დავითვალოთ: ერთი, ორი, სამი, ოთხი, ხუთი...
(ბავშვები თითების ბალიშებით ეხებიან, ითვლიან წრეებს.)

17. ოჯახი

ეს თითია ბებია, ეს თითია ბაბუა,
ეს თითია დედა, ეს თითია მამა,
ეს პატარა მე ვარ, ჩამოვთვალე ყველა!
(თითები იშლება სათითაოდ. მოძრაობა იწყება ცერა თითიდან.)
ეს ბებია, ეს ბაბუა, ეს დედიკო, ეს მამიკო,
ეს პატარა შვილი,
(თითები სათითაოდ იკეცება.)
ყველა ერთად შევიკრიბეთ,ოჯახი გვაქვს დიდი!
(ერთი ხელი შემოეხვევა მოკეცილ თითებს – მუჭს.)

18. ჩვენი ნანა

ყოველ დილით სახტუნაოს ატრიალებს ჩვენი ნანა –
(ხელები დევს მაგიდაზე. ცერა თითებით სრულდება წრიული მოძრაობა.)
აქეთ სკუპი, იქით სკუპი – თქვენ გგონიათ დაიღალა?
(მოძრაობა სრულდება მარჯვენა ხელის საჩვენებლი და შუა თითით ცალ-ცალკე.)
ახლა ორი ფეხით დახტის, აქეთ-იქით ჩვენი ნანა,
(მოძრაობები სრულდება მარჯვენა ხელის საჩვენებელი და შუა თითით ერთად. მარცხენა ხელი დევს მაგიდაზე.)
ატრიალებს სახტუნაოს, რა ყოფილა ამისთანა.
(ცერა თითებით სრულდება წრიული მოძრაობები.)

19. ბუზღუნა კუ

მთის ფერდობზე ბუზღუნით მიაბიჯებს კუ.
იცით რატომ ბუზღუნებს? თურმე ჭამა სურს!
მდინარეში დაცურავს, თევზს გაავლებს მუსრს,
(მარჯვენა ხელის მოკეცილი თითები დევს მაგიდაზე. თითების პირველი და შემდეგ მეორე ფალანგის მოკეცვის დროს სრულდება კუს ნელა სიარულის იმიტაცია.)
ჰოპ და პირში თევზი აქვს, გაუმაძღარ კუს.
(თევზის დაჭერის იმიტაცია.)
მაგრამ თევზი არ ეყო, კიდევ ჭამა სურს.
(კუს სიარულის იმიტაცია მომუჭული ხელით.)
ჩემს ცხვირს პირი წაავლო ღორმუცელა კუმ!
(ცხვირზე ხელის წავლება.)

20. ბაჭია

მინდორში დარბის ბაჭია, მშიშარაც არის, პრანჭიაც.
ხმელი ფოთლების შრიალზე სუნთქვა შეეკრა პაწიას.
(მარცხენა ხელის ოთხი თითი ეხება ცერას და დევს მაგიდაზე (ბაჭიას სორო). მარჯვენა ხელის საჩვენებელი და შუა თითით სრულდება ხტუნვის იმიტაცია.)
ყურები ცქვიტა, ასწია და სოროსაკენ გასწია.
(უსახელო და ნეკა თითი ეხება ცერას. საჩვენებელი და შუა თითი აწეულია.)
სკუპ და სად არის ბაჭია? ჩვენ დაგვემალა პრანჭია!
(მარჯვენა ხელის საჩვენებელი და შუა თითი მიმართავს ხტუნვის იმიტაციას და იმალება „სოროში“.)

კომენტარები

ეს არის გულმოდგინედ შექმნილი და სიყვარულით აკინძული სიმღერების არაჩვეულებრივი კრებული. ეს სიმღერები ნორდოფ-რობინსის ტრადიციებს ეხმიანება, მძაფრად რჩება მეხსიერებაში და ძლიერ მუსიკალურ-ემოციურ გავლენას ახდენს.
მკითხველს შეუძლია მარტივად მიჰყვეს სიმღერების მკაფიო სტრუქტურას და უაღრესად შთამბეჭდავ, წარმტაც მელოდიებს. ვულოცავთ ქ-ნ ჟორდანიას ამ დიდმნიშვნელოვან მიღწევას.

ალან თური, მუსიკათერაპიის დოქტორი,
მმართველი დირექტორი და ჟაკლინ ბირნბაუმი,
უფროსი მუსიკათერაპევტი, ადმინისტრაციული კოორდინატორი
ნორდოფ-რობინსის მუსიკის თერაპიის ცენტრი
ნიუ-იორკის უნივერსიტეტი

შესანიშნავი იდეაა მეტყველების განვითარებისთვის საჭირო კუნთების გასავარჯიშებლად. ბავშვებისთვის ადვილად გასაგები და მარტივია. ძალიან კარგი გზაა მოტორული კონტროლის გასაუმჯობესებლად იმ ბავშვებისთვის, ვისაც მეტყველების შეფერხება აქვთ. მივესალმები ავტორების კრეატიულობასა და გონიერებას, რომელიც პროექტის ფარგლებში გამოავლინეს. აღნიშნული პროექტი მშობლებთან თანამშრომლობის პროცესსაც გაამარტივებს, რადგან ისინი ადვილად გაიგებენ, თუ რაზე მუშაობს მეტყველების თერაპევტი მათ ბავშვთან და თავადაც შეასრულებენ სავარჯიშოებს.

გაილ ფრაიდჰოფი, ფიზიოთერაპევტი
ბაუმანის ფიზიოთერაპიული კლინიკა
ლექსინგტონი, კენტუკი

ეს წიგნი გამოადგებათ კლინიცისტებს, მასწავლებლებს და მშობლებს მრავალფეროვანი ინტერვენციების შესამუშავებლად და მუსიკაზე დაფუძნებული მიდგომების განსახორციელებლად მულტისისტემური განვითარების ხელშეწყობის მიზნით. მუსიკის შესწავლა, განსაკუთრებით რითმულ, ვერბალურ სავარჯიშო მოძრაობებთან ერთად, მნიშვნელოვნად ეხმარება მეტყველების, ენის, კომუნიკაციის, სოციალურ-ემოციური და მოტორული უნარების განვითარებას როგორც ტიპური განვითარების, ისე განვითარების დარღვევების მქონე ბავშვებში.
მინდა ხაზგასმით აღვნიშნო, რომ ნევროლოგიური კვლევები პედიატრიაში იძლევა საფუძველს, განვითარების დარღვევების (მათ შორისაა მეტყველება და ენა) მქონე ბავშვებში, სისტემური პრობლემების გაუარესებისას, უდიდესი მნიშვნელობა მიენიჭოს კომპლექსური სწავლების მოდელს, რომელიც მოიცავს მუსიკის, მეტყველების, მოძრაობისა და ოკუპაციურ თერაპიებს.
წიგნში შესული ხალისიანი და მხიარული სიმღერები მყისიერად გამოიწვევს კომუნიკაციის სტიმულირებას. ეს წიგნი კომპლექსური, მრავალმხრივი სწავლებისაკენ გადადგმული პირველი ნაბიჯია და განმსჭვალულია უდიდესი მონდომებით, განავითაროს მრავალპროფილური მიდგომა კომუნიკაციის, სოციალურ-ემოციური ქცევისა და შემეცნებით-მოტორული უნარების ჩამოსაყალიბებლად. მაქვს რამდენიმე კონკრეტული რეკომენდაცია მუსიკის ხასიათსა და ინტენსივობასთან დაკავშირებით. სოციალურად დატვირთული აქტივობების დადებითი ეფექტიდან გამომდინარე, სასარგებლო იქნება, თუ განიხილავთ ორ, სამ ბავშვზე ან სულაც ჯგუფზე გათვლილ ქმედებებს; ვერბალური სავარჯიშოების შეთავაზება სასურველია ორგანულ გარემოში, მაგალითად: სკოლის ან სახლის პირობებში, რათა ზუსტად გავაკონტროლოთ ხანგრძლივობა და უზრუნველყოთ სანდოობა. და ბოლოს, ჩემთვის, როგორც ოკუპაციური თერაპევტისთვის, მნიშვნელოვანია, რომ ვერბალური სავარჯიშოები თანხვედრაში იყოს არა მხოლოდ მოძრაობასთან, არამედ პროცესი მიმდინარეობდეს ბუნებაში, ბევრად უფრო შინაარსიანი მოქმედებების პარალელურად, ვიზუალური სურათების თანხლებით. ეს სფერო საჭიროებს რეგულარული კვლევების ჩატარებას.
ვულოცავ წიგნის ავტორებს ამ შედეგს და იმედს ვიტოვებ, რომ ბავშვები ამ გამოცდილებით დიდ სიამოვნებას მიიღებენ.

პროფესორი ჰანეკე ვან ბრუგენი,
Bsc OT, Hon.Dscie, FWFOT
დალჰაუსის უნივერსიტეტი, კანადა

REVIEWS

This is a delightful collection of songs carefully crafted and lovingly presented. Carrying on in the Nordoff-Robbins tradition, these songs stay strongly in memory and create a powerful musical-emotional environment.
Clients will be able to depend on the clear structures and arresting melodies contained in the songs. We congratulate Ms. Zhordania for this significant achievement.

Dr. Alan Turry, Managing Director & Jacqueline Birnbaum, Administrative Coordinator Nordoff-Robbins Center for Music Therapy at New York University

What a clever idea for helping children develop the motor skills necessary for proper sequencing of the speech musculature. It is simple, easy to understand and to follow. This is a nice way to help children with speech delays to improve the motor control necessary for speaking and making themselves understood. I applaud the creativity and thoughtfulness that went into developing this project. It should provide an easy for family to work with their children at home as a follow through to what the speech pathologist is working on with the children.

Gail Freidhoff. PT. MA.T, Board Certified Sports Clinical Specialist. Staff PT at Bauman PT Clinic, Lexington, KY

This book is a call to clinicians, teachers and parents to diversify interventions and to promote the use of embodied music-based approaches to facilitate multisystem development. Musical training, in particular rhythmic verse-exercises in combination with movements, impacts various forms of development including speech, language and communication, social-emotional, and motor development in children with developmental disorders as well as typically developing children. In this review, I like to highlight that multimodal learning through a combination of music, speech, movement and occupational therapies have been proved in paediatric neurological studies powerful (clinical) tools to use for the multisystem impairments of children with developmental disorders (including speech and language).

The songs in the book are joyful and playful and will stimulate communication. This book is a first step in multimodal learning. There is a strong need to further develop comprehensive multidisciplinary interventions to facilitate the communication, social-emotional behavioural and perceptual-motor skills. I have some specific recommendations on the nature and intensity of music interventions. Given the positive effects of socially embedded activities it should be useful to consider dyadic, triadic or group-based activities as well. There is a need to test skill generalization to novel context. The verse-exercises should be offered within natural settings such as home or school environment to ensure validity and generalization. Finally, as a real occupational therapist I find it important that the verse-exercises are not only going together with movement but more with meaningful activities, with visual picture schedules in a natural environment. There is need for a systematic research in this field.
I congratulate the authors of the book with this result and hope the children experience lots of fun.

Hanneke van Bruggen, Bsc OT, Hon.Dscie, FWFOT, Adj. Prof. Dalhousie University, CA, Dir. FAPADAG, NL