



TECHNICKÁ UNIVERZITA V LIBERCI  
Fakulta přírodovědně-humanitní  
a pedagogická



# Intonační a rytmická cvičení a jejich využití v dětském zpěvu a hře na vybraný hudební nástroj

## Diplomová práce

*Studijní program:* M7503 – Učitelství pro základní školy

*Studijní obor:* 7503T047 – Učitelství pro 1. stupeň základní školy

*Autor práce:* **Kristýna Vybíralová**

*Vedoucí práce:* MgA. Zuzana Bubeníčková



TECHNICKÁ UNIVERZITA V LIBERCI  
Fakulta přírodovědně-humanitní a pedagogická  
Akademický rok: 2014/2015

## ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Kristýna Vybíralová**  
Osobní číslo: **P11000588**  
Studijní program: **M7503 Učitelství pro základní školy**  
Studijní obor: **Učitelství pro 1. stupeň základní školy**  
Název tématu: **Intonační a rytmické cvičení a jejich využití v dětském zpěvu a hře na vybraný hudební nástroj**  
Zadávací katedra: **Katedra primárního vzdělávání**

### Z á s a d y p r o v y p r a c o v á n í :

Cíl: V teoretické části zpracovat problematiku intonačních a rytmických cvičení ve výuce hudební výchovy na 1. stupni ZŠ a základy metodiky dětského zpěvu včetně mutačního období. V praktické části tvorba didaktického materiálu, který rozvíjí intonační a rytmické citění u žáků 1. stupně ZŠ při výuce hry na dechový nástroj.

Požadavky: nastudovat adekvátní literaturu  
pravidelně konzultovat s vedoucím práce  
tvorba praktických cvičení

Metody: pozorování a reflexe

Rozsah grafických prací:

Rozsah pracovní zprávy:

Forma zpracování diplomové práce: **tištěná**

Seznam odborné literatury:

KOFROŇ, Jaroslav. Učebnice intonace a rytmu. 7. vyd., V Editio Bärenreiter Praha vyd. první. Praha: Editio Bärenreiter Praha, 2000, 204 s. ISBN 80-863-8503-5.

DANIEL, Ladislav. Intonační cvičení. 8. vyd. Praha: Panton, 1995, 11 s. ISBN 80-703-9244-4.

POŠ, V. Nová intonace, rytmus, sluchová výchova. Praha-Edit, 1998.

ŠKOŘEPOVÁ, Kateřina. Hrajeme na zobcovou flétnu: metodika výuky dětí hry na zobcovou flétnu bez not. Vyd. 2. Praha: Portál, 2009, 151 s. ISBN 978-80-7367-645-2.

TICHÁ, Alena. Učíme děti zpívat: hlasová výchova pomocí her pro děti od 5 do 11 let. Vyd. 2. Ilustrace Patricie Koubská. Praha: Portál, 2009, 148 s. ISBN 978-80-7367-562-2.

Vedoucí diplomové práce:

**MgA. Zuzana Bubeníčková**  
Katedra primárního vzdělávání

Datum zadání diplomové práce:

**9. prosince 2014**

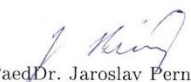
Termín odevzdání diplomové práce:

**30. dubna 2016**



doc. RNDr. Miroslav Brzezina, CSc.  
děkan

L.S.



doc. PaedDr. Jaroslav Perný, Ph.D.  
vedoucí katedry

dne

## Prohlášení

Byla jsem seznámena s tím, že na mou diplomovou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb., o právu autorském, zejména § 60 – školní dílo.

Beru na vědomí, že Technická univerzita v Liberci (TUL) nezasahuje do mých autorských práv užitím mé diplomové práce pro vnitřní potřebu TUL.

Užiji-li diplomovou práci nebo poskytnu-li licenci k jejímu využití, jsem si vědoma povinnosti informovat o této skutečnosti TUL; v tomto případě má TUL právo ode mne požadovat úhradu nákladů, které vynaložila na vytvoření díla, až do jejich skutečné výše.

Diplomovou práci jsem vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury a na základě konzultací s vedoucím mé diplomové práce a konzultantem.

Současně čestně prohlašuji, že tištěná verze práce se shoduje s elektronickou verzí, vloženou do IS STAG.

Datum:

Podpis:

# Poděkování

Ráda bych poděkovala vedoucí mé diplomové práce MgA. Zuzaně Bubeníčkové za cenné rady, odborné vedení, připomínky, trpělivost a čas, který mně a mé práci věnovala.

Velké dík patří též mé rodině a přátelům za poskytnutí nezbytné podpory při samotném studiu.

Jmenovitě mé mamince a největší opoře Barboře Vybíralové, bratrovi Janu Vybíralovi. V neposlední řadě mé nejlepší kamarádce Pavle Jirkovské a její sestře Adrianě Jirkovské.

Moc si vážím Vaší pomoci a podpory.

Děkuji Vám

# **Anotace**

Cílem mé diplomové práce je zaměřením se na problematiku rytmických, intonačních i rytmicko-pohybových cvičení při výuce hudební výchovy na 1. stupni ZŠ.

V praktické části se zaměřím na vývoj intonačních metod, které lze v praxi využít. Dále se dotknu hry na flétnu a jejího významu ve výuce.

V praktické části jsem vytvořila konkrétní cvičení pro výše uvedená témata. Postupovala jsem vždy od jednodušších cvičení k složitějším.

Chtěla bych poukázat na to, že i intonační a rytmická cvičení mají v hodinách hudební výchovy svůj význam, tudíž by se na ně mělo pohlížet, jako na nedílnou součást hodin.

## **Klíčová slova**

Intonace, rytmus, dětský zpěv, hra na flétnu, mutace, pohybová cvičení.

# **Anotation**

The aim of my thesis is to focus on the issue of rhythm, in-tonation even rhythmic-motion exercises in teaching music education at the elementary school.

In the practical part I will focus on the development of intonational methods, which can in practice take advantage of. Furthermore, I touch games on the flute and its importance in teaching.

In the practical part I created specific exercises for above mentioned topics. My workflow was always from the simpler exercises to the more complex.

I would like to point out that the even intonation and rhythmic exercises are in lessons of music education its importance, therefore they should be regarded as an integral part of hours.

## **Key words**

Intonation, rhythm, children singing, fluting, mutation, motion exercises.

# Obsah

1	ÚVOD .....	13
2	TEORETICKÁ ČÁST .....	14
2.1	INTONAČNÍ CVIČENÍ .....	14
2.1.1	INTONACE .....	14
2.1.2	INTONAČNÍ METODY .....	15
2.2	RYTMICKÁ CVIČENÍ .....	25
2.2.1	RYTMUS, RYTMICKÝ VÝCHOVA .....	25
2.2.2	ČESKÁ ORFFOVA ŠKOLA .....	25
2.2.3	SPOJENÍ SYSTÉMU ORFFOVA A METODY KODÁLYOVY 26	
2.3	DĚTSKÝ ZPĚV .....	27
2.3.1	ROZSAH .....	27
2.3.2	MUTACE .....	28
2.4	CHARAKTERISTIKA VYBRANÉHO NÁSTROJE – ZOBCOVÁ FLÉTNÁ 31	
2.5	VÝZNAM VÝUKY .....	34
3	PRAKTICKÁ ČÁST .....	36
3.1	PŘÍPRAVA K INTONAČNÍM CVIČENÍ .....	36
3.1.1	DRŽENÍ TĚLA PŘI ZPĚVU .....	36
3.1.2	DECH, DECHOVÁ CVIČENÍ .....	38
3.1.3	TVOŘENÍ TÓNU .....	43
3.1.4	SPRÁVNÁ VÝSLOVNOST, ARTIKULACE .....	44



3.1.5	ROZEZPÍVÁNÍ.....	48
3.2	INTONAČNÍ CVIČENÍ.....	51
3.2.1	V ROZSAHU TERCIE, KVINTY .....	51
3.2.2	V ROZSAHU OKTÁVY.....	55
3.3	PŘÍPRAVA K RYTMICKÝM CVIČENÍ.....	56
3.4	RYTMICKÁ CVIČENÍ.....	58
3.4.1	HRA NA OZVĚNU, HRA NA ŠTAFETU, RYTMICKÝ DIKTÁT	64
3.4.2	RYTMICKO – POHYBOVÉ CVIČENÍ.....	67
3.4.3	UŽITÍ HUDEBNÍCH NÁSTROJŮ.....	69
3.4.4	RYTMICKÁ CVIČENÍ, PÍSNĚ S ORFFOVÝM INSTRUMENTÁŘEM .....	72
4	ZÁVĚR.....	76
5	SEZNAM LITERATURY, ZDROJŮ .....	77





## Seznam obrázků

Obrázek 1 Intonační schody – oktáva .....	14
Obrázek 2 UT - RE - MI - FA - SOL – LA.....	15
Obrázek 3 Fonogestika – Curwen 1.....	16
Obrázek 4 Fonogestika - Curwen 2 .....	17
Obrázek 5 Fonogestika – Lýsek (Sedlák 1988).....	19
Obrázek 6 Daniel - 1. stupeň.....	20
Obrázek 7 Daniel - 3. stupeň.....	20
Obrázek 8 Daniel - 5. stupeň.....	21
Obrázek 9 Daniel - 8. stupeň.....	21
Obrázek 10 Daniel - 6. stupeň .....	21
Obrázek 11 Daniel - 4. stupeň .....	22
Obrázek 12 Daniel - 7. stupeň .....	22
Obrázek 13 Fonogestika – Kodály (Sedlák 1988).....	24
Obrázek 14 Hlasové rejstříky – Lýsek (Prokeš 2007) .....	28
Obrázek 15 Hrtanové chrupavky (Prokeš 2007).....	29
Obrázek 16 Průměrný hlasový rozsah před a po mutaci - Chlapci a dívky (Prokeš 2007).....	30
Obrázek 17 Gutzmann (Prokeš 2007).....	30
Obrázek 18 Nadoleczny (Prokeš 2007).....	30
Obrázek 19 Flétna.....	32
Obrázek 20 Flétna – hlavice .....	32
Obrázek 21 Flétna – tělo, nožka .....	33
Obrázek 22 Správné držení hlavy (Tichá 2009) .....	37
Obrázek 23 Já jsem z Kutné hory .....	46
Obrázek 24 Cibulěnka .....	47

Obrázek 25 1, 2, 3, 4, 5.....	47
Obrázek 26 Pec nám spadla.....	47
Obrázek 27 Prima sekunda.....	49
Obrázek 28 Tercie.....	49
Obrázek 29 Kvinta.....	50
Obrázek 30 Oktáva.....	50
Obrázek 31 Intonace – Ovčáci .....	51
Obrázek 32 Int. + fono. – tercie .....	52
Obrázek 33 Int. + fono. – tercie, písně .....	53
Obrázek 34 Int. + fono. - kvinta.....	53
Obrázek 35 Intonace – sexta, F dur.....	54
Obrázek 36 Intonace - sexta, D dur.....	54
Obrázek 37 Intonace – sexta, E dur .....	54
Obrázek 38 Intonace - kvarta, septima.....	54
Obrázek 39 Intonace - septima - G.....	54
Obrázek 40 Intonace – oktáva .....	55
Obrázek 41 Intonace - oktáva – G .....	55
Obrázek 42 Intonace - oktáva – D .....	55
Obrázek 43 Int. + fono. - oktáva, písně.....	56
Obrázek 44 Rytmus - písně.....	59
Obrázek 45 Rytmus – kánon.....	59
Obrázek 46 Rytmus - a-e .....	61
Obrázek 47 Tečkovaný rytmus .....	61
Obrázek 48 Rytmus s legatem.....	61
Obrázek 49 Tečkovaný rytmus s legatem.....	61
Obrázek 50 Rytmičtý dvojhlas .....	62
Obrázek 51 Rytmičtý dvojhlas a .....	62
Obrázek 52 Rytmičtý dvojhlas b .....	62
Obrázek 53 Rytmičtý trojhlas .....	62

Obrázek 54 Rytmus - říkadlo.....	63
Obrázek 55 Triola .....	63
Obrázek 56 Ozvěna.....	65
Obrázek 57Diktát .....	67
Obrázek 58 Šla Nanyňka – chůze .....	68
Obrázek 59 dřívka, bubínek .....	72
Obrázek 60 dřívka, bubínek, činelky.....	72
Obrázek 61 tamburína, dřívka, trianql.....	73
Obrázek 62 bubínek, dřívka, blok.....	73
Obrázek 63 Daniel - Jedna, dvě (Daniel 1992).....	74
Obrázek 64 Daniel - Šel zahradník (Daniel 1992) .....	74
Obrázek 65 Daniel - Jede, jede (Daniel 1992) .....	75

## Seznam použitých zkratk a symbolů

aj.	a jiné
AM	altový metalofon
b.	bubínek
bl.	blok
dř.	dřívka
HV	hudební výchova
M	metalofon
SM	sopránový metalofon
Tamb.	tamburína
Trgl.	triangl
tzv.	tak zvané
X	xylofon
Z	zvonkohra
ZŠ	základní škola
	činelky
	dřívka
	bubínek
	bonga

# 1 ÚVOD

Hudba, to je nedílná součást lidského života. Již nejprvotnější civilizace se snažila napodobovat ptačí zpěv, déšť, tekoucí vodu, zvuky divé zvěře. Zvuky, které je doprovázely životem. V současnosti dáváme historii za pravdu. Tyto archaické „hudební nástroje“ využíváme dodnes. Lidské tělo, lidský hlas. To je jeden veliký hudební nástroj, který se dá pod vedením zkušené osoby neustále rozvíjet a zdokonalovat.

Každý učitel, který někdy vyučoval hudební výchovu, ví, že pojmout hodinu hravě, ale i tak, aby se žáci něco naučili, aby byli obohaceni, není vždy jednoduché. Hudební výchova není celá jen o zpěvu, naučení se not a stupnic na zpaměť. Pojetí výuky hudby v sobě skýtá rozmanitost, pravidelnost, velkolepost.

Je jen na učiteli, jak se k výuce postaví. Domnívám se, že jedním z hlavních aspektů hudby je prožitek. Umožnit dětem podílet se na vytváření hudby.

Je mnoho způsobů, jak jim toto umožnit. Intonační a rytmická cvičení jsou nedílnou součástí hudební výchovy. Díky intonačním cvičením si žáci zdokonalí, osvojí užití svého hlasu. Rytmická cvičení naučí žáky důležitý řád, pravidla, která jsou nedílnou součástí běžného života.

I v dnešní době se intonačním a rytmickým cvičením učitel při výuce raději vyhýbá. Je snadnější žákům pustit písničky z magnetofonu a „biflovat“ se noty.

Je to ale nesmírná škoda, protože tak učitelé upírají svým žákům nahlédnout do hudby daleko zajímavějším a pro žáky přijatelnějším způsobem. Ve své diplomové práci se zaměřím na praktické využití intonačních a rytmických cvičení, které jsem hojně využívala při vedení svého hudebního kroužku flétny.

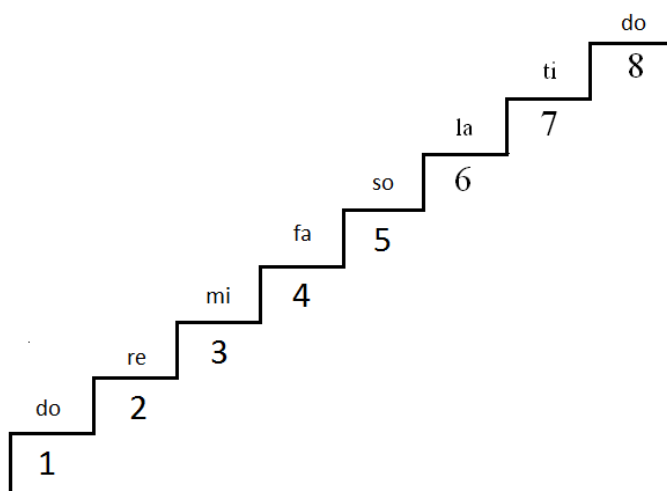
## 2 TEORETICKÁ ČÁST

### 2.1 INTONAČNÍ CVIČENÍ

#### 2.1.1 INTONACE

*„Intonace, to je dovednost, představit si a zazpívat tón na základě zrakového podnětu. Je nejúčinnějším prostředkem k nápravě nezpěvnosti. Urychluje vytvoření správných hudebních představ.“ (Tichá 2009, s. 62)*

Když chceme hudebním představám dát řád, základem je tonální cítění. Propojujeme sluch, zrak i pohyb. Intonaci děti snadněji pochopí využitím intonačních schodů či využitím fonogestiky.



Obrázek 1 Intonační schody – oktáva

## 2.1.2 INTONAČNÍ METODY

Guido z Arezza (circa 991/992 – 1033) byl italský skladatel, hudební teoretik a mnich.

Byl prvním, který využil solmizační slabiky. Dříve **ut re mi fa sol la**. Je to hexachord. Guido tyto slabiky využil zcela záměrně. Jednalo se o počáteční slabiky prvních šesti veršů duchovní písně „**Ut queant laxis**“.

**Ut Queant Laxis (Hymn to St. John the Baptist)**

Guido of Arezzo  
(circa 991-1033)

**Translation:**

So that your servants may, with loosened voices, resound the wonders  
of your deeds, clean the guilt from our stained lips, O Saint John.

Copyright © Creative Commons Public Domain Declaration  
revised by Matthew D. Thibault, October 31, 2008

Obrázek 2 UT - RE - MI - FA - SOL - LA

Řada výše zmíněných solmizačních slabik byla v dalším vývoji doplněna dále sedmým stupněm si a první stupeň ut byl nahrazen slabikou do. Bylo pro snazší tvoření pěveckého tónu.

*„Tak vznikla řada solmizačních slabik (do re mi fa sol la si do), označujících jednotlivé stupně durové stupnice.“*

*„Místo solmizačních slabik se někdy tóny stupnice označovaly arabskými číslicemi (tzv. číselná metoda). Pokusil se o to v 18. století významný pedagog Jean Jacques*

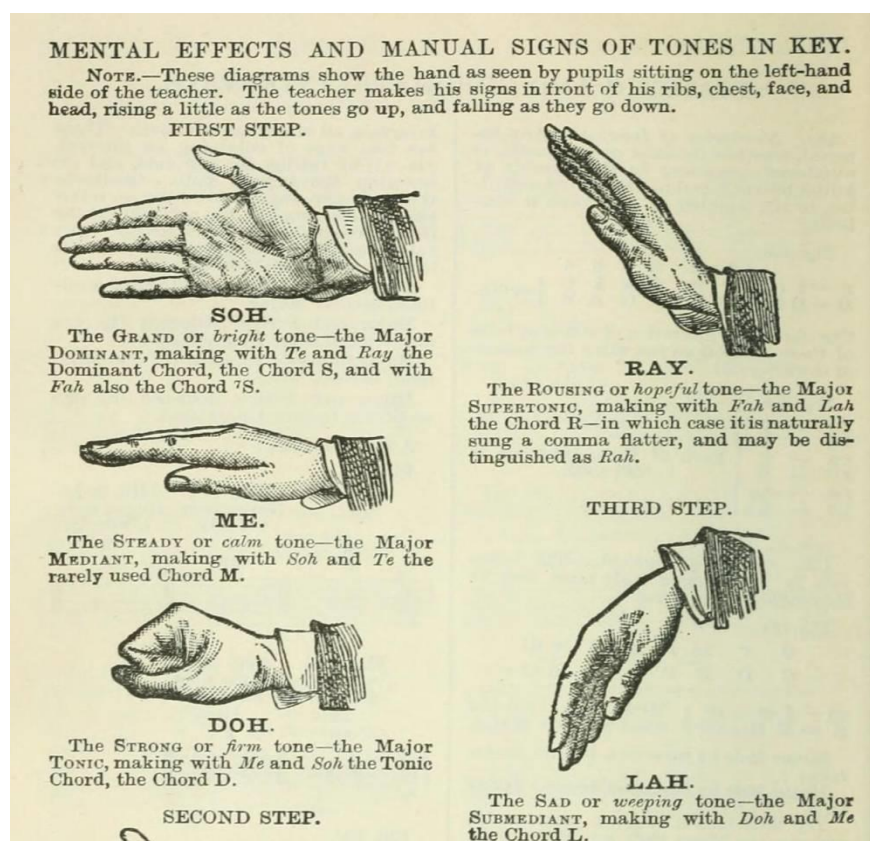


*Rousseau. Jeho pokus se sice neujal, avšak někteří autoři jej později obnovili a použili arabských číslic ve spojení se solmizačními slabikami (ut re mi fa sol la si) jako náhrady za notové písmo. Číselná metoda se dodnes udržuje v některých západoevropských zemích (např. ve Francii).“ (Sedlák 1988, s. 157)*

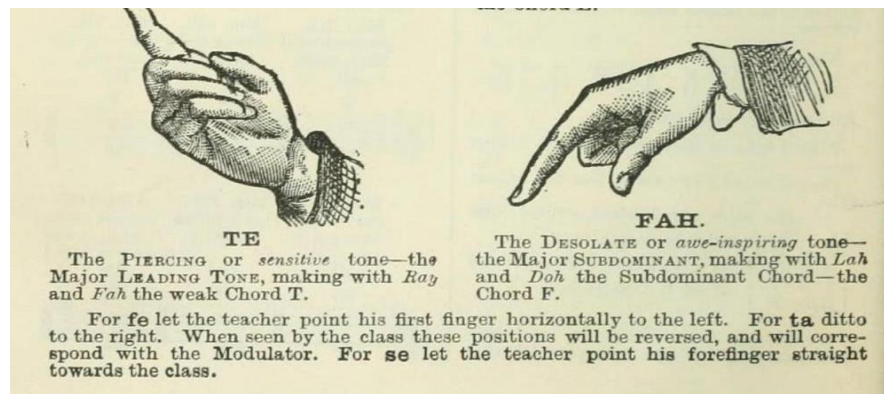
Na přelomu 18. a 19. století se hojně využívala intonační metoda **Tonic-sol-fa**. V této metodě se využívá slabik doh, ray, me, fah, sol, lah, te.

„Počáteční souhlásky těchto slabik (d, r, m, f, s, l, t) nahrazují notové písmo. Tuto metodu dále propracovával **John Curwen**, jemuž sloužily tyto solmizační slabiky již k relativní solmizaci (tj. k označení tonálních vztahů v jednotlivých tóninách). K pochopení tonálních vztahů i k označení jednotlivých stupňů zavedl též různé polohy rukou a prstů (tzv. fonogestika).“ (Sedlák 1988, s. 157)

Při fonogestice se využívají dva smysly. Zrakový a pohybový.



Obrázek 3 Fonogestika – Curwen 1



Obrázek 4 Fonogestika - Curwen 2

Když chceme vyučovat zpěv z not, můžeme využít intervalové či tonální metody. Abychom si vybavili nějaký hudební úsek, využijeme k tomu takzvaný nápěvek.

*„V intonaci podle tonální metody postupujeme tak, že chápeme jednotlivé tóny melodie jako stupně určité tóniny a odvozujeme je od tónů tónického kvintakordu, tj. kvintakordu postaveného na I. stupni příslušné tóniny. Tóny tónického kvintakordu, tj. I., III. a V. stupeň příslušné stupnice, nazýváme stupni hlavními čili opěrnými, ostatní stupně, tj. II., IV., VI. a VII. stupeň, nazýváme stupni vedlejšími čili závislými. Hlavní stupně musíme mít stále v představě, vedlejší stupně pak odvozujeme od hlavních, a to II. od I., IV. od III., VI. od V. a VII. od VIII.“ (Kofroň 2014, s. 8)*

*„V intonaci podle intervalové metody odvozujeme tónovou výši tak, že si přesně uvědomujeme intervaly mezi jednotlivými tóny melodie. Melodii pak chápeme jako postupnou řadu intervalů.“*

*Podmínkou při intonaci podle této metody je bezpečná intonační znalost intervalů. Při nácviku intervalů nám mohou být pomůckou mimo jiné též začátky známých melodií nebo národních písní. Například při nácviku vzestupné velké sexty začátek české lidové písně U panského dvora nebo při nácviku vzestupné malé septimy začátek české lidové písně Chovejte mne, má matičko.“ (Kofroň 2014, s. 9)*

### 2.1.2.1 METODY F. LÝSKA, L. DANIELA

Nápěvková intonační metoda, to je metoda, kterou od roku 1923 vytváří František Lýsek.

*„Nápěvková metoda se opírá o prostou a přirozenou skutečnost, o pěveckou praxi, která předchází vlastní intonaci. Tato metoda vychází z jednoduchého poznatku: umíme-li čistě zpívat aniž známe noty, zpíváme vlastně noty, jenomže o tom nevíme. Stačí, abychom si takovou skutečnost uvědomili, k známým nápěvům si představili příslušné noty, k oněm notám si zpětně představili zase nápěv, a problém intonace je vyřešen.“* (Lýsek 1951, s. 5)

#### **Pěvecká intonace předpokládá:**

- dovednost čistě zpívat,
- čtení not, základní poučení o stavbě zpívaných stupňů a půlstupňů, intervalů a akordů, poučení o rytmu a taktu

#### **Postup je následovný:**

- žádanou píseň se naučíme zpívat prostým poslechem,
- nejdokonaleji se naučíme zpívat nápěvek, jímž píseň začíná,
- u nápěvku si dokonale osvojíme noty,
- nápěvek zpíváme jmény not,
- s intonací nápěvku spojíme cvičení sluchová. (Lýsek 1951, s. 5, 6)

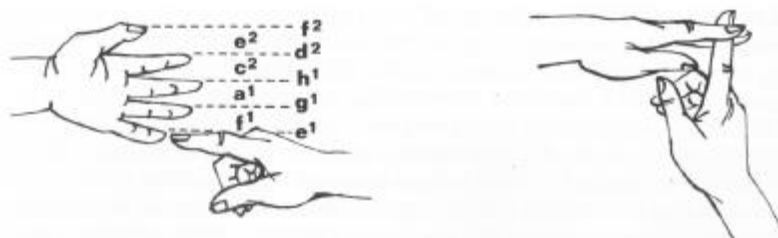
#### **Princip nápěvkové metody je dán:**

- hudebně,
- psychologicky,
- fyziologicky. (Lýsek 1967, s. 11)

„Jeho nápěvky jsou vlastně intonační modely vytvořené z lidových písní. První nápěvek (Halí, belí) má rozsah pouze tři tónů: 3., 2. a 1. stupně v dur. Každý další nápěvek rozšiřuje rozsah vždy o jeden nový tón, který je nápěvku současně tónem nejvyšším.“ (Sedlák 1988, s. 159)

Lýsek využívá zrakových a pohybových pocitů. Využívá tzv. prstovou osnovu. Ta zastává pozici fonogestiky. Taktéž se využívá živá klaviatura. Děti se změní v klávesy na klaviatuře.

„Mezi učiteli základních škol však tato metoda nenašla ohlasu pro svou zdánlivou komplikovanost a nutnost tvořivého přístupu učitele.“ (Sedlák 1988, s. 160)



Obrázek 5 Fonogestika – Lýsek (Sedlák 1988)

„Z principu vytvoření představ tonálních vztahů pomocí známých písní vychází i tonální metoda písňová, která vznikla v 50. letech.“ (Sedlák 1988, s. 161)

Tuto metodu zavedl Ladislav Daniel. Metoda je založena na vybavování si začátků lidových písní, tzv. opěrných písní. Jde hlavně o jejich první tón. Tímto se žáci seznámí s volnými nástupy. (Sedlák 1988, s. 161)

Když se jim následně zahraje nějaká neznámá melodie, ihned si ji spojí s písní, kterou už znají. Požadovaný stupeň pak dokáží rozpoznat a pojmenovat.

Tato metoda je podle mne vhodná pro žáky a učitele, kteří nejsou příliš zdatní v intonaci. Lidové písně se tímto mohou využívat jako berličky.

Daniel využívá opěrné písně pro volné nástupy pro hlavní, 1., 3., 5. a 8. stupeň. Také využívá opěrných písní pro volné nástupy vedlejších stupňů. Jedná se o 2., 4., 6. a 7. stupeň.

Pár příkladů opěrných písní začínajících daným stupněm:

- 1. stupeň: Kočka leze dírou, Ovčáci, čtveráci,
- 2. stupeň: Dívča, dívča,
- 3. stupeň: Maličká su, Halí, belí,
- 4. stupeň: Slunečko zašlo
- 5. stupeň: To je zlaté posvícení, Skákal pes,
- 6. stupeň: Ach není, tu není
- 7. stupeň: Pasla som ja husku v lese
- 8. stupeň: Ráda, ráda, Zajíček běží po silnici

Musical notation for the first step of the song 'Daniel'. The notation is in 2/4 time and consists of three staves. The first staff starts with a pink note on the first line (C4). The lyrics are: Ko-čka le-ze dí-rou, pes ok - nem, pes o - knem, ne-bu-de-li pr - šet, ne-zmok - nem, ne-bu-de-li pr - šet, ne - zmok - nem.

Obrázek 6 Daniel - 1. stupeň

Musical notation for the third step of the song 'Daniel'. The notation is in 2/4 time and consists of two staves. The first staff starts with a pink note on the first line (C4). The lyrics are: Ma-li-čká su, hu-sy pa - su, tan-co-va-la bych já, až se třa - su, tan-co-va-la bych já, až se třa - su.

Obrázek 7 Daniel - 3. stupeň

To je zla - té po - svi - ce - ní, to je zla - tá ne - dě - le,  
 má - me ma - so a zas ma - so, k to - mu kou - sek pe - če - ně.

Obrázek 8 Daniel - 5. stupeň

Za - jí - ček bě - ží po sil - ni - ci,  
 my - sli - vec či - há za pše - ni - cí.  
 Po - čkej ty za - jí - čku, já ti dám rá - nu,  
 až se ti hla - vič - ka u - hne na stra - nu.

Obrázek 9 Daniel - 8. stupeň

Ach, ne - ní tu, ne - ní, co by mne tě - ši - lo,  
 ach, ne - ní tu, ne - ní, co mne tě - ši.  
 Co mne tě - ši - va - lo s vo - dou u - ply - nu - lo,  
 ach, ne - ní tu, ne - ní, co mne tě - ši.

Obrázek 10 Daniel - 6. stupeň

Musical score for 'Daniel - 4. stupeň' in 3/4 time. The melody is written on a treble clef staff. The lyrics are: Slu - né - čko za - šlo půj - de - me spá - ti, mu - sí - me ma - měn - ce do - brú noc dá - ti.

Obrázek 11 Daniel - 4. stupeň

Musical score for 'Daniel - 7. stupeň' in 2/4 time. The melody is written on a treble clef staff. The lyrics are: Pá-sla jsem já hus-ku v le - se, že ju vl-ček ne - od - ne - se, mlč ty vlč-ku, ne - ber mi ju, do-ma mě za te - be zbi - jú.

Obrázek 12 Daniel - 7. stupeň

### 2.1.2.2 METODA CARABO – CONE

V zahraničí hojně využívaná metoda elementární hudební výchovy byla vytvořena americkou hudební pedagožkou Madeleine Carabo-Cone.

Jedná se o systém smyslově pohybové výchovy, který můžeme využívat u dětí v předškolním věku a také u dětí v nejnižších ročnících základních škol. (Sedlák 1988, s. 112)

*„Základem učení dětí v tomto věku je viditelné a hmatatelné, koordinované a zesílené sluchem a pohybem. Podle mínění autorky bylo třeba vypracovat univerzální metodu, která by působila na všechny smysly a respektovala tak ve vnímání individuální rozdíly mezi dětmi.“*

*„Součástí prostředí, které děti obklopuje, jsou notové čáry na podlaze, na stěně, na stole, na klaviatuře, na šatech dětí. Dítě samo vytváří názorné pomůcky (noty, notové osnovy, klíče) z papíru a látky. Vlastní prací chápe pojmy důležité v hudbě: nad, pod, vysoký, nízký, vyšší, nižší, stejně vysoký, dlouhý, krátký apod.“* (Sedlák 1988, s. 112)

Hra, to je hlavní formou vyučování. Dítě se stává její součástí a samo ze sebe udělá určitý hudební prvek jako je například **notová osnova, hudební nástroj, notová linka nebo mezera, část písně, časová rytmická hodnota.**

*„Na svém těle (na nohou, na kolenou, na prsou, popřípadě na hlavě) má umístěno pět notových linek a na daný tón reaguje odpovídajícím pohybem.“*

*„Černé stuhly na nohou představují struny hudebního nástroje a dítě při zpěvu pohybuje jednotlivými stuhami.“*

*„Dostává paličku, která představuje notovou linku nebo mezeru. Děti je musí seřadit od nejnižšího tónu k nejvyššímu a naopak.“*

*„Děti tvoří spontánně melodie a poznávají vzdálenosti mezi tóny. Mohou představovat určitý tón v melodii. Při zpěvu melodie udělají dřep, který znázorňuje prstem stlačenou klávesu klavíru. V dřepu zůstane dítě tak dlouho, jak to vyžaduje délka noty, kterou představuje.“*

*„Chodí a vyslovuje hlásky o určité délce, jimž přizpůsobuje délku svých kroků, a přitom rukama taktuje. Zůstává v dřepu tak dlouho, dokud neodezní úderů základních dob na hudebním nástroji.“ (Sedlák 1988, s. 113)*

Při využívání této metody potřebujeme zařízenou učebnu s volnými prostory. Nelze je tedy využívat v přeplněných učebnách, na které jsme zvyklí ze základních škol. (Sedlák 1988, s. 113)

### **2.1.2.3 METODA Z. KODÁLYHO**

Metoda tohoto významného maďarského skladatele se využívá i v současném školství. Tuto metodu si oblíbili všichni žáci, které jsem s fonogestikou seznámila. Líbilo se jim propojení zpěvu a pohybu rukou.

Metoda vychází metody Tonika-Do i z metody Tonic-sol-fa.

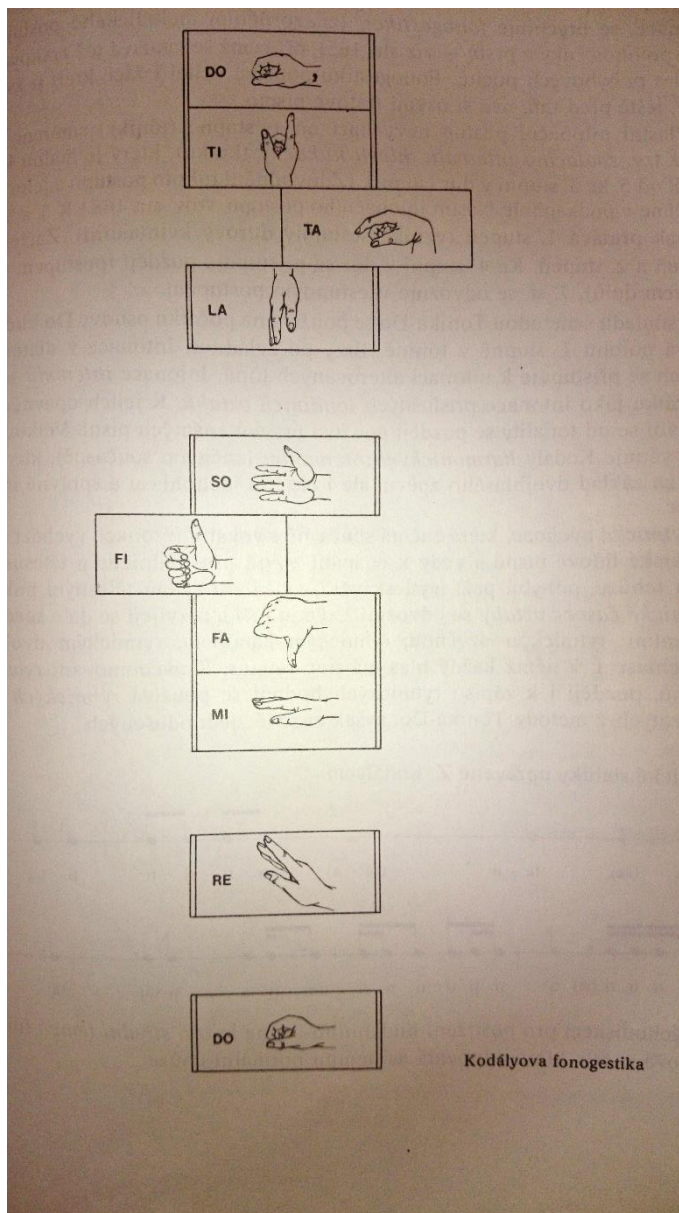
*„Vytváření představ tonálních vztahů, které je základním problémem vokální intonace, se urychluje fonogestikou. Fonogestiku používá učitel i žáci, kteří ji zvládnou brzy, ještě předtím, než si osvojí notové písmo.“ (Sedlák 1988, s. 164)*

Kodály také využívá k upevnění tonálních vztahů úryvky známých písní.



Intonační postup nevychází z 1. stupně nýbrž začínáme od 5. a 3. stupně. Pak přidáme již zmíněný 1. stupeň, následují 2. a 6. stupně.

*„Ke 4. stupni v dur se přistupuje později (postupem od 5. stupně směrem dolů), 7. stupeň se odvozuje vzestupným postupem.“ (Sedlák 1988, s. 164)*



Obrázek 13 Fonogestika – Kodály (Sedlák 1988)

## 2.2 RYTMICKÁ CVIČENÍ

### 2.2.1 RYTMUS, RYTMICKÝ VÝCHOVA

Rytmická výchova začíná současně s vokální intonací. Vychází z rytmů písní.

*„Vede k chápání metra prostřednictvím tělesného pohybu.“* (Sedlák 1988, s. 164)

*„Podobně jako schopnost vnitřního slyšení tónové výše vycvičíme v první řadě zpěvem z not, tak rytmické citění vycvičíme živou reprodukcí rytmických cvičení.“* (Kofroň 2014, s. 171)

Rytmická cvičení můžeme provádět například klepáním tužkou, fukáním na klavíru či tleskáním. Cvičení začínáme nacvičovat v pomalejším tempu. Až si budeme zcela jisti zvládnutím cvičení v pomalém tempu, začínáme tempo zrychlovat.

Dbáme na to, aby se tak jako v intonačních cvičení postupně nesnižovala výše tónů, nezrychlovalo tempo. (Kofroň 2014, s. 171)

### 2.2.2 ČESKÁ ORFFOVA ŠKOLA

*„Spojení hudebních činností se podařilo uskutečnit pokrokovému německému skladateli, básníku a hudebnímu skladateli Carlu Orffovi jeho díle zvaném Schulwerk. Schulwerk není jen učebnicí hudební výchovy. Je to progresivně řazená sbírka říkadel, písní, rytmicko-melodických cvičení a instrumentálních skladbiček pro komplexní elementární múzickou výchovu. Orff je přesvědčen, že svobodná výchova se může uskutečnit nejpřirozeněji v hudební hře. V ní je možno hudebně vzdělávat každé dítě, a proto pro něho neexistují nemuzikální děti.“* (Sedlák 1988, s. 104)

Pro Orffa byl velmi důležitý rytmus. Důležitou součástí Orffova systému je hra na hudební nástroje. Jedná se o nástroje, které se snadno ovládají. Skladatel si je sám taktéž navrhl. (Sedlák 1988, s. 105)

*„Orff ve svých cvičení začíná od pentatoniky, která je velmi snadná zvláště pro žáky, s málo rozvinutým hudebním sluchem.“ (Sedlák 1988, s. 106)*

*„K rozšíření Orffova hudebně pedagogického díla u nás přispěla výrazně jeho česká adaptace, kterou pod názvem Česká Orffova škola vytvořili přední čeští skladatelé pro děti Ilja Hurník a Petr Eben. Použili výhradně českého hudebního materiálu a ve spolupráci s hudebními pedagogy připojili i metodické pokyny pro učitele k rozvoji dětské elementární improvizace pěvecké, nástrojové a hudebně pohybové.“ (Sedlák 1988, s. 107)*

*„Hra je nemyslitelná bez tvořivosti. Základní metodická zásada orffovské práce zní: umožnit dětem maximum aktivity a maximum sebevyjádření. Děti se při orffovské práci učí improvizovat.“ (Hurník 1982, s. 11)*

V České Orffově škole mají rytmická cvičení, slovní cvičení mají pouze přípravnou, pomocnou nebo doprovodnou funkci. Na to nesmíme zapomínat.

Nejprve se zaměřujeme na práci s říkadly, poté na rozvíjení pěveckých a intonačních dovedností, seznámení s notovým písmem, základními rytmickými cvičeními, improvizacími cvičeními, taktování a hrou na bicí nástroje.

Nesmíme dále opomenout výstavbu hodiny a také velikost místnosti, ve které se činnosti budou vykonávat a rozmístění a počet žáků. (Hurník 1982, s. 11–25)

### **2.2.3 SPOJENÍ SYSTÉMU ORFFOVA A METODY KODÁLYOVY**

*„Naše hudební výchova převzala více prvků z Orffa než z Kodályovy metody, což se v praxi někdy projevuje přílišným uplatňováním instrumentální hry na úkor systematického pěvecko-intonačního výcviku a rozvíjení hudebního sluchu.“ (Sedlák 1988, s. 108)*

Ve své práci Spelen met muziek ředitel holandské hudební školy Pierre van Hauwe zdůrazňoval kolektivní hru na dětské nástroje a dále se zaměřoval na rozvoj dětské tvořivosti. (Sedlák 1988, s. 109)

## 2.3 DĚTSKÝ ZPĚV

Když si položíme otázku co je nezbytné pro čistý zpěv, odpověď je mnohem komplikovanější, než by se mohlo zdát.

Nejde nám pouze o to, abychom správně utvořili zpěvný hlas, ale také abychom správně rozvinuli hudební schopnosti.

Do hudebních schopností spadá **hudební sluch, hudební paměť, hudební představivost, rytmické cítění a tonální cítění.**

V dalších kapitolách se zaměříme na rozsah dětského hlasu a velmi důležité období v dětském životě, mutační období. Nahlédneme do chlapecké i dívčí mutace.

### 2.3.1 ROZSAH

*„Rozsah dětského hlasu závisí na věku a rozezpívání dítěte i na jeho individuálních hlasových, tělesných a psychických dispozicích.“*

**Orientační rozsah dětského hlasu v jednotlivém věkovém období:**

- kojenci a děti do tří let:  $g^1 - c^2$ ,
- předškolní věk:  $f^1 - e^2$ ,
- mladší školní věk:  $c^1 - f^2$ ,
- 10 let až puberta:  $a - a^2$ .

*„Pokud mají děti menší hlasový rozsah, je to především důsledek jejich malých převeckých zkušeností. Nerozezpívané děti mají velmi malý hlasový rozsah ( $a-e^1$  nebo  $a-g^1$ ) umístěný v nízké hlasové poloze.“ (Tichá 2009, s. 21)*

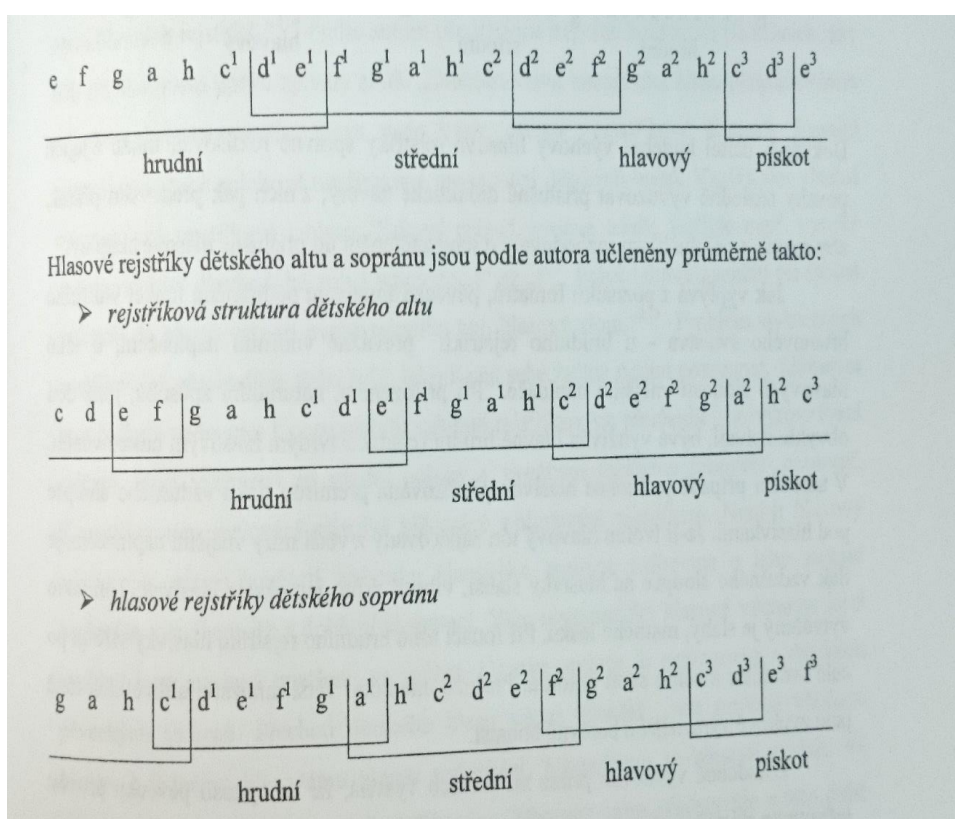
Sedlák ve své publikaci uvádí podrobnější hlasový rozsah žáků na 1. stupni základních škol:

- Při vstupu do školy:  $d^1 - a^1$ ,
- Ve 2. ročníku:  $c^1 - b^1$ ,
- Ve 3. ročníku: (h)  $c^1 - b^1$  ( $c^2$ ),

- Ve 4. ročníku: h – c<sup>2</sup> (cis<sup>2</sup>). (Sedlák 1988, s. 138)

Jak poznáme zdravý hlas malého dítěte? Měl by mít jasnou a zvonivou barvu hlasu. Jeho hlas není moc silný, ale je zvukově průrazný. Hlas se dá dál a dál rozvíjet. Jak dítě roste a stárne, dětský hlas sílí, je také barevnější. (Tichá 2009, s. 21)

Dále bych se chtěla zmínit o hlasových rejstřících. Lýsek uvádí dětské rejstříky následovně:



Obrázek 14 Hlasové rejstříky – Lýsek (Prokeš 2007)

## 2.3.2 MUTACE

Dospívání, to je velmi důležitým milníkem v životě každého dítěte. Nejenom, že se mění tělo, ale v důsledku této změny se mění i hlas. Změna hlasu je označována jako mutace.

Asi nejčastěji se s touto problematikou a jejím řešením setkávali a setkávají sbormistři. Tato změna se týká všech dětí v určitém období. To bychom si jakožto učitelé měli uvědomovat.

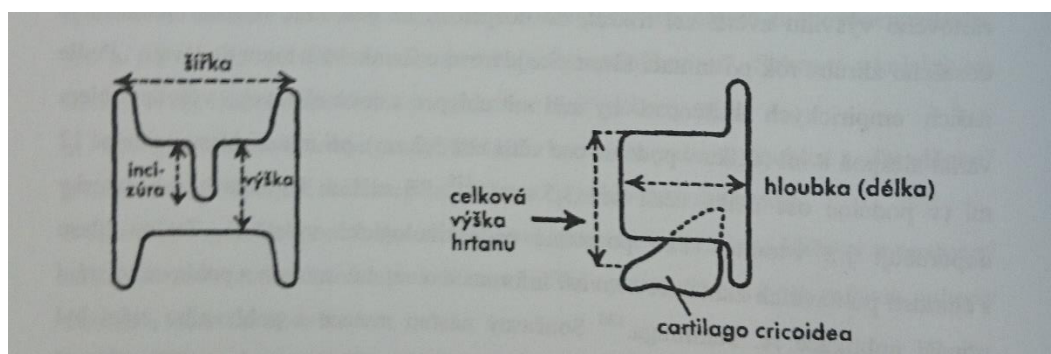
*„Kde jinde než ve škole by se měl žák dozvědět, v čem spočívá podstata hlasové mutace, jaké jsou její projevy, ale též jak správně hlas, nejen mluvní, ale zejména zpěvní v období hlasových proměn používat a dále rozvíjet.“* (Prokeš 2007, s. 47)

Mnoho autorů se zmiňuje o prepubertě a pubertě, kde se zmíněné mutační období vyskytuje. Puberta podle Hurlockové začíná již v devíti letech. Oproti tomu Godin uvádí, že toto období nastává až kolem patnáctého roku dítěte. (Prokeš 2007, s. 48)

Mutace se vyskytuje jak u chlapců, tak i u dívek. V minulosti se ani nepřemýšlelo, že by mutací procházely i dívky. Postupem času se však pozorováním dospělo k závěru, že toto období se nevyhýbá ani jednomu z pohlaví.

Mutace u dívek se projevuje mírněji než u chlapců. Mutace u chlapců je mnohem výraznější a její průběh daleko bouřlivější.

*„Mutace je podmíněna významným růstem hrtanu. Chrupavky, které tvoří skelet hrtanu, rotou především v rychlé části puberty.“* (Prokeš 2007, s. 52)



Obrázek 15 Hrtanové chrupavky (Prokeš 2007)

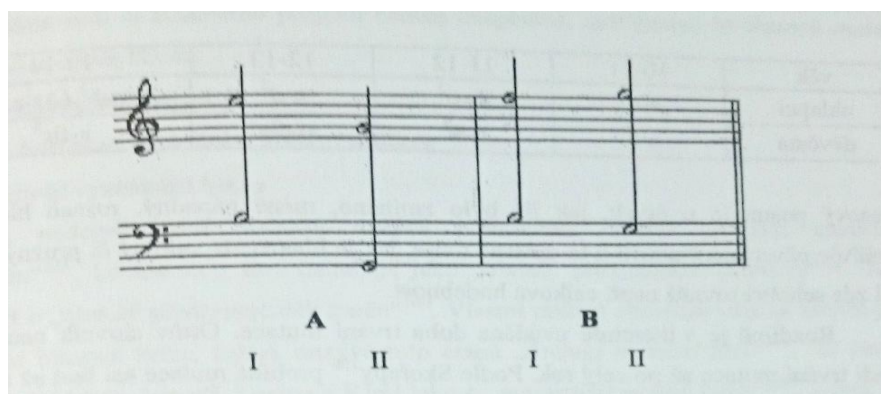
Mutace může trvat podle Lýska jen čtrnáct dní. Skořepa zase říká, že mutace trvá od šesti měsíců až po dva roky.

U každého dítěte je mutační období jinak dlouhé a také jinak bouřlivé.

„Všímáme-li si hlasového projevu během dospívání, zjišťujeme, že hlasová mutace probíhá ve třech fázích:

- *premutační období,*
- *období hlasové krize – vlastní mutace,*
- *období vyžívání hlasu.“* (Prokeš 2007, s. 57)

Hála a Sovák uvádí průměrný rozsah hlasu následovně:



Obrázek 16 Průměrný hlasový rozsah před a po mutaci - Chlapci a dívky (Prokeš 2007)

Gutzmann a Nadoleczny uvádějí průměrný rozsah hlasu v období mutace takto:

věk	10	11	12	13	14
chlapci	c <sup>1</sup> -d <sup>2</sup>	h-d <sup>2</sup>	h-e <sup>2</sup>	h-e <sup>2</sup>	h-e <sup>2</sup>
děvčata	c <sup>1</sup> -e <sup>2</sup>	c <sup>1</sup> -f <sup>2</sup>	h-f <sup>2</sup>	h-f <sup>2</sup>	h-f <sup>2</sup>

Obrázek 17 Gutzmann (Prokeš 2007)

věk	10	11	12	13	14
chlapci	b-es <sup>2</sup>	a-es <sup>2</sup>	a-d <sup>2</sup>	h-cis <sup>2</sup>	?-e <sup>2</sup>
děvčata	b-es <sup>2</sup>	h-es <sup>2</sup>	h-f <sup>2</sup>	h-f <sup>2</sup>	h-f <sup>2</sup>

Obrázek 18 Nadoleczny (Prokeš 2007)



V permutačním období dochází k zastření mluvního i zpěvného hlasu. Toto období trvá asi tři až čtyři měsíce. Objevuje se **nedostatečná tónová pevnost a jistota, dochází k selhávání tónu, klesání intonace. Ubývají také tónové výšky. S velkými obtížemi se zpívají vyšší či vysoké tóny.**

Vlastní mutace se nazývá jako období hlasové krize. Několik zdrojů se uvádí, že tato mutační fáze trvá od jednoho dne až po půl roku či déle. Dochází ke **snížení hlasu zhruba o sextu až oktávu, mění se též barva hlasu. Dostavuje se přeskakování hlasu.**

U dívek se ostrá mutace vyskytuje zhruba u 40%. **Mají obtíže v pěveckém nasazení pevném držení tónu. Vyskytuje se chraptivost. Dochází ke změně zvučnosti hlasu i jeho barvy.** (Prokeš 2007, s. 59–61)

*„Rozsah čisté kvinty (velké sexty) v malé oktávě (d–a,h) při zpěvu mutanta obvykle signalizuje ukončení hlavní krize a nástup třetí mutační fáze.“* (Prokeš 2007, s. 61)

## **2.4 CHARAKTERISTIKA VYBRANÉHO NÁSTROJE – ZOBCOVÁ FLÉTNA**

*„Zobcová flétna patří do velké skupiny dřevěných dechových nástrojů, jež charakterizujeme takto: ” Jedná se o nástroje, u kterých hráč rozechvívá zvukový sloupec dechem bez pomoci nátrubku. Na skutečném materiálu, ze kterého je nástroj vyroben, nezáleží.”*  
*- Do této skupiny patří tedy i flétny vyrobené z plastových hmot“.*

Měly bychom být přesní v názvosloví fléten, protože se vyrábí mnohé nástroje flétnového typu. Nesmí se nám tedy stát, že bychom si spletly například příčnou flétnu se zobcovou a naopak.

*„Co tedy ve skutečnosti je ”zobcová flétna“? Do rodiny flétnového typu řadíme velmi mnoho historických, lidových a současných nástrojů. Jejich přesné odlišení je závislé na velmi nepatrných, avšak pro samotnou hru a zvuk, velmi důležitých detailech“.*



Flétny můžeme rozdělit na dva základní typy. „Flétny, jejichž zvuk vzniká přímým výdechem na hranu nástroje a na flétny, kde je výdech v nástroji veden ke "zoukové" hraně (jazýčku), mezi něž samozřejmě patří i flétny zobcové. Do obou skupin řadíme i flažolety, lidové píšťaly, okaríny, irské píšťaly. Liší se barvou vydávaného tónu, rozsahem, vzhledem atd. Většinou však mají maximálně sedm otvorů. Zobcová flétna má, kromě i dalších odlišností, které však vznikly sekundárně, osmou dírkou na spodní straně těla (korpusu). To ji odlišuje od všech dalších hybridních podélných fléten a nástrojů jí příbuzných.“ (<http://flauto-dolce.wz.cz/>)

Flétna se skládá ze tří částí. Z hlavice, do které vpravujeme vzduch, z těla a nožky.



Obrázek 19 Flétna



Obrázek 20 Flétna – hlavice

„Nejdůležitější částí celé flétny je samozřejmě její hlavice, kde se ukrývají její "hlavivky". K ústům se přikládá jistě vzhledově nejcharakterističtější část flétny a to zobec, kde je, mezi vsazeným čepem a stěnou flétny, veden vzduchový kanálek. Ten směřuje ke zvukovému výřezu, kde proud vzduchu narazí na ostrou hranu jazýčku a ve flétně se rozechvěje vzduchový sloupec, čímž vzniká zvuk. Tvarování kanálku či jazýčku a dalších těchto částí také výrazně mění povahu a barvu zvuku nástroje“.



Obrázek 21 Flétna – tělo, nožka

„Pomocí dalších dvou částí, těla a nožky, ovládneme délku rozechvěného vzduchového válce a tedy i jednotlivé tóny tak vznikající. Celkem na flétně nalezneme osm otvorů, které se řádně číslovají. Díky tomuto číslování je poté velmi snadné dohledání jednotlivých hmatů. První čtyři otvory jsou určeny pro levou ruku (toto rozlišení neplatí i renesančních fléten) a to pro palec - spodní otvor, ukazováček, prostředníček a prsteníček, malíček levé ruky je u většiny zobcových fléten při hře pasivní. Výjimku tvoří moderní flétny s novým klapkovým systémem či klapkou pro osmý otvor. Zbývající otvory jsou určeny pro pravou ruku a to v rozložení jak vidíte na obrázku. Spodní otvor, osmý, se využívá

již při "základním" rozsahu dvou oktáv a to při *ges*<sup>3</sup> (u *altu*), dále pak u většiny tónů vyšších. Zakrývá se většinou kolenem, někdy i klapkou." (<http://flauto-dolce.wz.cz/>)

## 2.5 VÝZNAM VÝUKY

*„Jako na celém světě, stává se i u nás zobcové flétna nepostradatelným nástrojem učitele hudební výchovy. Její snadná ovladatelnost, nízká pořizovací cena a hlavně krásný tón výborně se pojící s dětským hlasem jsou hlavní důvody, proč se prosadila.“*

*„Především je třeba zobcovou flétnu chápat ne jen jako učební pomůcku, ale jako plnohodnotný hudební nástroj.“*

*„Udávání tónu při hlasových a intonačních cvičeních a písních nesmíme omezovat jen na jeden tón, ale musíme zahrát několik tónů v dané tónině nebo začátek písně. Zpočátku udáme tóninu na flétně jen sobě a zpěvem ji zopakujeme pro žáky. Nejvhodněji se flétna uplatní v doprovodu písní.“*

*„Hra žáků v hodinách hudební výchovy je přínosným zpestřením. Na prvním stupni se počítá s tím, že se žáci v rámci školní výuky seznámí se začátky hry na zobcovou flétnu. Doporučuje se začít přednotovým stádiem, kdy žáci hrají podle učitelova vzoru nápodobou: Jde nám totiž o to, aby v krátké době zvládli základní návyky a mohli si zahrát první písně.“ (Daniel 1992, s. 88)*

Hra na zobcovou flétnu je také velmi přínosná pro alergiky a astmatiky. Díky hře na tento hudební nástroj se nám postupně bude zvětšovat kapacita plic a při správném dýchání se celkově dítě zklidní.

Kdekdo si může myslet, že hraní na flétnu je jednoduché. Není tomu tak. Například při hře na klavír se soustředíme na noty a jejich správné zahrání. Při hře na zobcovou flétnu nejen že propojujeme zrak a hmat, ale také dech. Dech je při hře velmi důležitý. Děti se musí naučit jak správně dýchat a přidechovat si, jak správně při hře stát, jak flétnu správně držet.

U notového zápisu se děti nemusejí zabývat basovým klíčem. V tomto je to lehčí.

*„Další dovedností, bez níž se hra na flétnu neobejde, je nasazení tónu. Začátek tónu musí být určitý a zřetelný, nestačí pouze do flétny fouknout, nýbrž je třeba šeptem vyslovit slabiku DU“ (Daniel 199, s. 88).*

## 3 PRAKTICKÁ ČÁST

### 3.1 PŘÍPRAVA K INTONAČNÍM CVIČENÍ

Při výběru a realizování průpravných her k intonačním cvičení jsem se nechala inspirovat Alenou Tichou a její pro mne velmi přínosnou a cennou publikací *Učíme děti zpívat*. Některá cvičení jsem si poupravila k obrazu svému. Také jsem musela vybírat taková cvičení, o kterých jsem věděla, že je žáci v mém kroužku flétny zvládnou. Byla jsem mile překvapena, že všechna cvičení, která jsme kdy spolu dělali, si mí žáci velmi oblíbili a každou hodinu se na ně těšili. Snad více než na samotné hraní na zobcovou flétnu.

Níže uvádím nezbytné součásti přípravy k intonačním cvičením.

#### 3.1.1 DRŽENÍ TĚLA PŘI ZPĚVU

Při zpěvu můžeme stát, sedět i klečet. Musíme ale ovládat správnou techniku těchto lokomocí.

*„Při pěveckém postoji stojíme mírně rozkročeni, chodidla plně opřená, jakoby vrůstala do podložky, váhu těla máme rozloženou do obou nohou, pociťujeme ji spíše vpředu, hrudní kost je mírně vypjatá, ramena jsou uvolněná, ruce spuštěny volně podél těla, vzpřímená hlava „balancuje“ na mírně protažené šíji, duševní pohodu vyjadřuje přirozený výraz obličeje.“*

*„Při pěveckém sedu sedíme na kraji židličky, chodidla opřená celou plochou o zem jsou mírně předsunuta, kolena od sebe asi na šíři ramen (přirozeně se tak zpevní podbřišek), záda elasticky vzpřímená, jakoby vytažená z pasu, volná široká ramena směřují dolů a mírně dozadu (ploché lopatky pružně směřují k sobě), pokrčené ruce leží volně v klíně (nikoli na kolenou – to je napětí), hlava volně balancuje s pocitem mírné opory v zátylku.“*

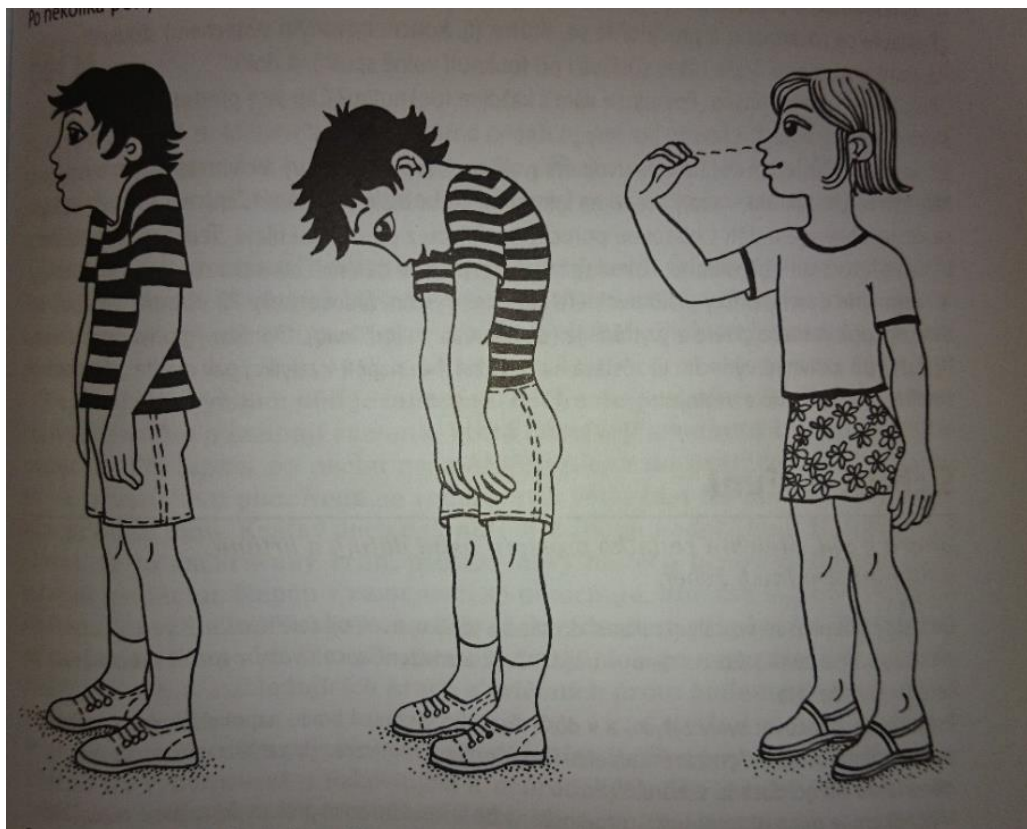
„S malými dětmi často pracujeme na koberci, v tom případě je optimální klek na patách. Správné držení těla při něm podpoří mírně roztažená kolena. Jejich oddálení zapojí svaly podbřišku. Zpevněné spodní břišní svaly vzpříímí záda. Zároveň dojde k uvolnění žebér v oblasti žaludku – otevře se cesta dechu k bránici.“ (Tichá 2009, s. 78)

Nejen správný postoj, sed či klek je důležitý ke správnému zpěvu. Měly bychom se zaměřit i správnou polohu a držení hlavy.

Často u dětí, ale i dospělých se stává to, že ve vysokých polohách vysunují bradu a že zřetelně napínají krční svalstvo. Tomuto zvyku se snažíme zbránit v co nejkratší době.

Pěknou hrou na správné držení hlavy a ne strnulého držení je napodobení oblíbených postaviček.

Jedná se o **Hurvínka a Pinocchia**. Tím, že si budeme hrát na tyto dvě zcela rozdílné postavičky, děti pochopí, jak správně při zpěvu držet hlavu. Jde nám o to, aby neměly napjatá ramena a zátylek.



Obrázek 22 Správné držení hlavy (Tichá 2009)

*„Hurovíněk – děti zvednou ramena, hlavu vytáhnou dopředu a bradou opisují osmičku ze strany na stranu jakoby na dlouhém krku (uvolnění a protažení zadních krčních a horních zádočných svalů). Po několika pohybech ramena a hlavu svěsíme, a tak uvolníme. Pinocchio – hlava je vzpřímená, ramena jsou spuštěná (správné držení těla).“ (Tichá 2009, s. 87).*

Tyto polohy několikrát střídáme. Při této hře se děti ani neuvědomí, že se něco učí. Ale tímto se naučí jak správně a uvolněně držet hlavu. Když jsem tuto hru hrála s dětmi již po několikáté, bylo znát, že se se správnou postavičkou a jejím správným provedení dokonale sžily.

Když jsem vídala děti ve škole, bylo znát, že ti, kteří ke mně chodí na kroužek flétny, mají daleko lepší postoj, držení těla než ostatní děti.

To mne velmi potěšilo a byla jsem ráda, že jsem jim tímto způsobem vštípila něco, co budou využívat po celý život.

### 3.1.2 DECH, DECHOVÁ CVIČENÍ

*„Naším cílem je vést děti k přiměřenému, klidnému, prohloubenému dechu za pomoci bránice a bez účasti ramen. Nepoučujeme, kdy a jak se mají nadechnout, že mají zadržet dech a pak co nejdéle vydechnout. Zasahování do dechové funkce „zvnějšku“ s sebou vždy přináší různá přepětí a nakonec dechovou nemohoucnost. Zejména první dvě fáze před zazněním tónu (nádech a uklidnění) by měly probíhat víceméně bezděčně, řízeny jen hudební představou či obsahem sdělení při mluvě.“ (Tichá 2009, s. 89)*

V publikaci Učíme děti zpívat (Tichá 2009) se autorka také zaměřuje na dechová cvičení, která vedou k vnímání a prohlubování přirozené dechové funkce. Při dechových cvičení dbáme na správné držení těla.

S dětmi můžeme při hodinách hudební výchovy nebo hudebního kroužku využívat mnohá dechová cvičení. Měly bychom dětem umožnit pozorovat svůj dech. Pocit dechového klidu, vyvážený dech pak využijí i v náročnějších situacích, stresu.

Tato cvičení se mi velice osvědčila. Děti je měly rády a každou hodinu už se nemohly dočkat, jaká cvičení pro ně vymyslím.

Nejoblíbenější a nevíce využívaná cvičení byla:

- **Větríček,**
- **Zahrajeme se na jogíny,**
- **Zjančení koně,**
- **Letní louka,**
- **Mašinka,**
- **Pejsek,**
- **Had,**
- **Nekonečná věta,**
- **Večernice.**

Dechové cvičení **Větríček** je zaměřeno na prodýchnutí až na bránici. Děti sedí rozkročmo a spojením prstů volně spuštěných rukou udělají jakousi mis-tičku. Při výdechu na slabiku FŮŮŮŮ se snaží vítr fouknout až do připravené misky. Při tomto cvičení bychom měli být zcela uvolnění a soustředění. Dětem pomáhá, když si zavřou oči. Vnímají tak jen sami sebe a okolí je nemá jak rozptýlit.

**Jóga** je pro děti velmi zajímavým předmětem. Když se řekne jóga, děti si představí Indii. Samotný název cvičení je už velmi dobrou motivací a zárukou toho, že všechny děti budou toto cvičení dělat rády. Jogínský dech se zaměřuje na prodýchnutí celého dechového aparátu. Při tomto dechu se střídavě nadechují a vydechují jednou nosní dírkou. Pak nosní díрку vystřídají. Při tomto cvičení jsme měla obavy, že si děti nebudou chtít zacpat nosní díрку. Bylo tomu však naopak. Při nádechu a výdechu jsem musela dohlížet na to, aby se dětem nezve-



dala ramena a aby si opravdu zacpaly jednu díрку. Při častém a důsledném provádění tohoto cviku se dětem přestala zvedat ramena a začaly si uvědomovat svůj dech.

Při hře **Zjančený kuň** si uvědomujeme břišní svalstvo. Sedíme s koleny od sebe a s pokrčenými nohami. Paty máme zapřené do země. Děti v rukou drží jakési opratě. Mají narovnaná záda a natřikrát říkají PRRR – PRRR – PRRR. Když pomyslně tahají za opratě, břišní svalstvo se jim stahuje a zase uvolňuje. Dbáme na to, aby po každém PRRR ihned břicho zase uvolnily.

Tato hra se dětem velmi líbila. Mohly si jakýmsi způsobem vtělit do jezdce na koni a ovládat zvíře pod sebou.

**Letní louka.** Tímto cvikem si cvičíme prohloubený nádech a měkký výdech. Děti si namotivují tím, že si mají představit, že jsou na louce plné krásně rozkvetlých květin a jen a jen si přivonět. Rukou si utrhnou jednu květinu. Jemně si k ní přivoní a pak její vůni zkouší třemi či čtyřmi fouknutími vrátit na zpět květině.

Pak si děti představují, že mají v ruce pampelišku s chmýřím. Jedním rázným výdechem se snaží odfouknout pryč všechna bělostná chmýří.

Dbáme na to, aby se opravdu nadechovaly děti lehce a nepřepínaly dechové svalstvo.

Když venku začalo všechno kvést, přinesla jsem na kroužek opravdové květiny. To si děti moc a moc pochvalovaly. Když přijde podzim, můžeme květiny vyměnit za peříčka nebo lehké papírové kuličky, které si samy děti udělají.

Musíme jim však vysvětlit, že když kuličku s dlaně sfouknou, musejí si také vše po sobě uklidit.

Další, mnou vyzkoušeným dechovým cvičením je **Mašinka**. Představíme si s dětmi, že jsme na nádraží a proměnili jsme se na mašinky. Zeptám se, jak dělají mašinky, Děti mi odpoví Š – Š – Š – Š. Také se jich zeptám, jak se mašinky

rozjíždí, ten pohyb budeme společně napodobovat a říkat při tom ŠŠŠŠ. Začínáme zprvu pomalu. Musíme zkoordinovat pohyby rukou a dech. Když jsme pomalé tempo zvládli, začali jsme tempo zrychlovat.

Sledovala jsem, jestli se dětem nezvedají ramena a hlavně aby se nepřepínaly hlasově. Když se děti do některé role moc vžijí, jde vše stranou. Proto je ihned upozorníme, když něco dělají špatně nebo moc nahlas vydechují jako mašinka.

Asi každý se setkal se psem. Někteří ho mají za domácího mazlíčka či v rodině, u sousedů se jeden pejsek nejde. **Pejsek**, ať už veselý, smutný, rozzuřený, se všemi těmito náladami se děti jisto jistě setkaly. Určitě znají pohádky, kde se pejsci objevují.

Při pejskovi můžeme sedět nebo být na všech čtyřech. Děti by neměly zaklánět hlavu. Štěkají v různé výšce a zkoušejí štěkat tak, jakou náladu by zrovna pejsek mohl mít.

Opět musíme dávat pozor na to, aby se nám hra nezvrhla v něco, co se pak dá jen těžce vracet zpět.

**Had** je velmi oblíbeným dětským dechovým cvičením. Při této hře nám jde o volný prodloužený výdech. Děti při výdechu kontrolujeme, zda nenatahují krk a nevytahují bradu.

Zvuk hada můžeme doplnit o gesto ruky. S dětmi napodobujeme ladné pohyby tohoto zvířete.

Při **Nekonečné větě** si samy děti vymýšlí text, který následovně zkoušejí na jeden dech říci. Můžeme jim říci nějaké téma a oni na něj pak vymýšlí slova, slovní spojení či celé věty.

Velmi podobné cvičení jsem odposlouchala z nahrávky Hurvínka a Spejbla. Při tomto říkadle, se snažíme říct celý text na jeden nádech.

Říkadlo zní následovně:

**Oře, oře Jan. Přiletělo k němu devět vran. První praví dobře oře, druhá praví nedobře oře, třetí praví dobře oře, čtvrtá praví nedobře oře, pátá praví dobře oře, šestá praví nedobře oře, sedmá praví dobře oře, osmá praví nedobře oře, devátá praví dobře oře Jan.**

Když si sami řekneme toto říkadlo, může někomu dělat potíže už osmá vrána. S dětmi samozřejmě začínáme s nižším počtem vran než je devět. Na kroužku jsme zkoušeli říkadlo s pěti vranami. Moc se to dětem povedlo. Postupem času jsme přidávali další a další vrány, až se všem povedlo na jeden nádech a výdech povědět celé říkadlo.

Říkadla jsou u dětí velmi oblíbená, tudíž jsem věděla, že hry s Hurvínkem se budou líbit. Všechny děti se u toho náramně bavily.

Také u toho říkadla dáváme pozor na nesprávné a toporné držení hlavy a ramen.

Jako mnou posledním vybraným a několikrát vyzkoušeným dechovým cvičením je **Večernice**.

Povídáme si o této české pohádce. Zkusíme si zahrát s dětmi na vládce větru. Děti si samy sebe představují jako slabý letní vánek, vítr až vichřici, která láme na stromech větve. Bylo zajímavé pozorovat, jak ti větší lumpové představují vichřici a klidnější a hodnější děti zase jen lehký letní vánek.

Zvuk a sílu větru mohou doprovázet pohyby rukama i celým tělem.

Dechová cvičení jsou velmi důležitou součástí přípravy na zpěv. Nesmíme proto tuto etapu nijak zanedbat. Stačí si v hodině vymezit pouhé dvě minuty na tyto cvičení. Jsou stejně důležitá jako samotný zpěv či hra na hudební nástroj.

### 3.1.3 TVOŘENÍ TÓNU

*„Dětský hlas se může zdravě rozvíjet, je-li tvořen měkkými hlasovými začátky s účastí hlavové rezonance a hlavového tónu.“ (Tichá 2009, s. 109)*

Zaměřujeme se na klidný dech a pozvolné rozeznění hlasivek.

*„Dosáhnout měkkého začátku při každém nasazení tónu je náročné, protože vyžaduje dokonalou a vyváženou souhru dechu a hlasivek.“ (Tichá 2009, s. 109)*

Mezi podmínky pro dosažení měkkého hlasového začátku jsou:

- klidný nádech do připraveného, otevřeného těla,
- uvolněná čelist, kořen jazyka a mírně vyklenuté měkké patro,
- vnitřní ztišení,
- pozvolný, plynulý výdech přes uvolněné hrdlo.

Dále se také zaměřujeme na tvrdý hlasový začátek, odstranění dyšného hlasového začátku a najíždění na tón, rozeznění hlavové rezonance, navození hlavového tónu.

Vše si můžeme procvičovat a zdokonalovat na snadných a dětmi oblíbených hrách.

Jsou to:

- **Kostelní věž,**
- **Studna,**
- **Kočky a koťátka.**

Při **Kostelní věži** si zahrajeme na padající kamínek, který někdo z návštěvníků upustil z věže na zem. Vytvoříme si propletením prstů malou stříšku. Spojené ruce držíme nad hlavou. Tím se podpoří nádech do bránice, který je při zpěvu potřebný. Když máme všichni ruce nad hlavou, pomalu polohlasně vydechujeme glissandem slabiku UUCH. Při výdechu pomalu spouštíme spojené ruce

dolů. Tím naznačíme pohyb kamínku. Koncové písmeno CH nám znázorní samotný dopad kamínku na zem pod věží. Také se nám tím uvolní přebytečný vzduch, který zbyl pod hlasivkami.

Představíme si, jak házíme kamínek do **Studny** splněných přání. Každý kamínek dopadá na dno jinak. Jeden kamínek může vytvořit při dopadu zvuk bim, další bum nebo bom. Zaměřujeme se na to, abychom počáteční písmeno b jak se říká, ze sebe nevyráželi. Hod kamínku můžeme doprovodit i pohybem ruky. Zvuk spadlého kamene pak zazpíváme až po dopadu. Tím se děti budou moci připravit na správné rozeznění zpívané slabiky. Při tomto cviku se může stát, že děti budou mít rty v křeči. Necháme je tedy rty uvolnit pomocí jednoduchého cviku PRRR.

Jako poslední uváděnou hrou je hra na **Kočky a koťátka**. Nejprve si děti rozdělíme do dvojic. Ve dvojicích klečí naproti sobě. Vysvětlíme jim, že se jako zázrakem převtělili do koček a že se od teď budou dorozumívat pouze kočičí řečí. Z některých se stávají hravá koťátka, z jiných kočky, které právě zpozorovaly myšku, nebo se z některých stanou kocouři, kteří si hrdě vyšlapují před všemi kočkami v okolí.

Při této zajímavé hře se zaměříme na využívanou mimiku, výšky tónů, které jako kočky vydávají.

### 3.1.4 SPRÁVNÁ VÝSLOVNOST, ARTIKULACE

*„Správně vyslovené je z větší části i dobře zazpívané. Zřetelná výslovnost a pěvecká technika spolu těsně souvisí. Volbou hlásek a jejich řazením lze cvičit dech i znění tónu. Vhodným spojením hlásek se procvičí nejen mluvidla a pružnost dechových svalů, ale zároveň se aktivizují určité rezonanční oblasti. Cílem je výrazná, ale vždy přirozená výslovnost, jejíž výcvik vychází z pocitu uvolnění.“ (Tichá 2009, s. 123)*

Když chceme, aby naše mluvidla pracovala správně, musíme je zbavit přebytečného napětí a deformace. Dopomůžeme si k tomu jednoduchými hrami, písničkami i říkadly. Mnohé říkadla jsem čerpala z audio kazet o Hurvínkovi.

Nejprve si ukážeme některé hry. Nejoblíbenějšími a také často využívanými byly:

- **Frkání koně,**
- **Píp a Kvak,**
- **Líný jazyk.**

Při hře **Frkání koně** nám jde o to, aby si děti uvolnily rty a čelisti. Vyzvu je k tomu, aby mi řekli, jestli vědí, jak si odfrkává kuň. My to teď zkusíme sami.

Všimáme si u dětí, zda opravdu správně odfrkují, zda mají či nemají stisklé zuby. Kdybych si všimli, že zuby sisklé mají, musíme je na to ihned upozornit. Chyby by se měly odstranit co nejdříve, aby si děti nezžily s nesprávným provedením cviku.

**Píp a Kvak** je mnou další užívanou a dětmi oblíbenou hrou.

Při Pípovi a Kvakovi se snažíme napodobit zvuky ptáčků a žabek. Děti si musí představit jak vlastně takový ptáček pípá, jak má při píiní otevřený zobáček. A jak se tváří u kvákání žába? Zkusíme si ji také napodobit.

Pak se zeptáme dětí, zda při napodobování zvuků cítili nějakou změnu v čelistech. Při žábě si totiž děti uvědomí, že se jim čelisti od sebe odpoutaly. Tak získají ponětí o tom, co je to uvolněná čelist. Tento žabí cvik je totiž správný při otvírání pusy při zpěvu.

Vždy když jsme společně zpívali a některé z dětí nesprávně otevíralo ústa, řekla jsem ŽÁBA a ihned věděli, že mají více povolit sevření čelistí.

Jako další hru jsem vybrala **Líný jazyk**. Zde se pokoušíme jaksi svůj jazyk protáhnout. Je to totiž sval a svaly se protahovat musí. S dětmi si zkusíme, kam až jazykem dosáhneme. Jak rychle jako had umíme jazyk vypláznout a zase vtáhnout zpět. Jak rychle umíme jazykem kmitat mezi koutky.

Můžeme si i do jazyka opatrně kousat. Tím si vlastně děti uvědomí všechny části jazyka, který se může pohybovat.

Tyto cvičení s jazykem neprovádíme příliš dlouho. Může se stát, že by do jazyka ostatně jako do každého jiného svalu mohly dostat křeč.

Při hodinách se nemusí využívat jen hry podporující dobrou artikulaci a výslovnost, můžeme, jak již jsem zmiňovala výše využívat i říkadla.

Jako velmi často používané říkadlo jsem využívala toto:

### PŘED POTOKEM PĚT KOPEK KONOPÍ, ZA POTOKEM PĚT KOPEK KONOPÍ.

S tímto říkadlem jsem si užili mnoho legrace. Začínali jsem recitovat ve volném tempu a postupně jsme tempo zrychlovali. Po několika lekcích, kde se říkadlo využívalo, nedělalo dětem žádný problém říct říkadlo ve velmi rychlém tempu.

Dávala jsem také pozor, aby děti vyslovovaly všechna písmenka správně a aby žádně z nich nezapomněly nebo je úplně vynechali.

Jako další artikulační cvičení jsem hojně využívala písniček. Zde uvádím písně, které se dětem líbily. Při zpěvu písní všichni krásně vyslovovali všechna písmenka. Uvědomovali si i svůj jazyk a čelisti.

The image shows three staves of musical notation for the song 'Já jsem z Kutné hory'. The first staff is in 3/4 time and contains the melody for the first line of the song. The second staff is in 3/4 time and contains the melody for the second line. The third staff is in 3/4 time and contains the melody for the third line. The lyrics are written below the notes, and the chords are indicated above the notes.

Chords: C, G, C, G, C, C, F, G, C, G, C, G, C

Lyrics:  
Já jsem z Kutné ho - ry, z Kutné ho - ry kou - del - ní - ktív syn.  
Já mám v Pra - ze tři do - my, až je kou - pím bu - dou mý; já jsem  
z Kut - né ho - ry, z Kut - né ho - ry kou - del - ní - ktív syn.

Obrázek 23 Já jsem z Kutné hory

D  
Cib, cib, ci - bu - len - ka, mak, mak, ma - ku - len - ka,

5 A D A D  
když jsem by - la ma - lič - ká, cho - va - la mě ma - ti - čka.

9 A D A D  
A teď, když jsem ve - li - ká mu - sím cho - vat Je - ní - ka.

Obrázek 24 Cibulenka

F C F C F D7  
Jed - na, dvě, tři, čty - ři, pět, cos to, Jan - ku, cos to jed? Bram - bo - ry

Gmi C Dmi C F  
pe - če - ný, by - ly má - lo maš - tě - ný.

Obrázek 25 1, 2, 3, 4, 5

C G7  
1. Pec nám spad - la, pec nám spad - la, kdo - pak nám jí po - sta - ví, sta - rý pe - cař  
2. Za - vo - lá - me na dě - deč - ka, ten má vel - ké kla - di - vo, dá do to - ho

6 C  
ne - ní do - ma a mla - dý to ne - u - mí.  
čty - ři rá - ny a už je to ho - to - vo.

Obrázek 26 Pec nám spadla

Důležitá je také správná výslovnost koncovek. Daniel artikulační cvičení na výslovnost koncovek udává následovně.

„Znělé se na konci slov vyslovují nezněle: b jako p, d jako t, g jako k, d' jako t': U závěrových hlásek musíme zrušit závěr.

- b – p: zub, sup, tep pálí,



- *d – t: led, let, rád tam půjdu, čtrnáct stupňů,*
- *d' – ř: hled', leť, leť tím výš, buď tím dál,*
- *g – k: skok, rok, tak káže nám,*
- *m: dám, vám, tam má, dám mu to,*
- *n: ten, den ten nám dal,*
- *ň: dlaň, nehaň nic.*

*U hlásek třených a zvláště sykavek dbáme na zřetelné, avšak krátké znění.*

- *c: bác, tanec, konec cvičení,*
- *č: leč, koláč, nač čekáš,*
- *z – s: les, bos, odnes si to,*
- *ž – š: máš, kaluž, vidíš školu,*
- *v – f: dav, konev, lev funí.*

*Také výslovnosti dvojhlásek na konci slov musíme věnovat pozornost.“ (Daniel 1992, s. 17)*

Všechna tyto výše uvedená cvičení jsem poctivě s dětmi zkoušela. Při vyslovování jednotlivých slov či slovních spojení musíme pečlivě hlídat správnost provedení cviků. Je to velmi důležité pro další práci s říkadly, básničkami i písničkami.

### 3.1.5 ROZEZPÍVÁNÍ

Rozezpívání je dalším důležitým prvkem jak v intonaci, tak v rytmu. Nejprve se s žáky rozezpívám na primě a sekundě. Využívám ke zpěvu různé slabiky. Mnou hojně využívané byly MA, ME, MI, MO, MU, VA, NE. Rozezpíváme se i na slova nebo celé věty.

Věty jsem většinou vymýšlela podle počasí, které zrovna venku panovalo. Byly to například: Máme krásný den, Venku prší, Tase fouká větříček.

Po rozezpívání na primě a sekundě se přidává rozezpívání v rozsahu tercie. Poté následuje rozezpívání v rozsahu kvinty a oktávy.

S dětmi na sboru jsem se nesečkala s tím, že by mi nějaký žák nebyl schopný rozezpívat se v rozsahu oktávy. Je to ale si také tím, že do kroužku a posléze do malého sborečku, který na jedné základní škole vedu, chodí žáci, kteří rádi zpívají, ale také se zpěvu věnují i mimo školu.

### Rozezpívání v rozsahu primy a sekundy



Obrázek 27 Prima sekunda

### Rozezpívání v rozsahu tercie



Obrázek 28 Tercie

### Rozezpívání v rozsahu kvinty



Obrázek 29 Kvinta

### Rozezpívání v rozsahu oktávy



Obrázek 30 Oktáva

Když jsem s dětmi zkoušela rozezpívání číslo devět, ukázalo se, že je to pro děti složitý nápěvek. Velké skoky, intervaly nebyly schopny čistě intonovat. Toto cvičení jsem tedy víckrát nepoužila.

Domnívám se ale, že na druhém stupni u cvičeného žáka v intonaci a zpěvu, by deváté cvičení nemělo být větším problémem.

## 3.2 INTONAČNÍ CVIČENÍ

### 3.2.1 V ROZSAHU TERCIE, KVINTY

S dětmi zkusíme intonaci na jednoduchých písničkách, které již dobře znají. Melodie se jim okamžitě vybaví. Já jsem intonační cvičení zkoušela na písničkách Ovčáci, čtveráci, Maličká su a To je zlaté posvícení. První píseň, na které jsme intonovali, byla Ovčáci čtveráci.

C G7 C G7 C G7 C G7 C G C

o-včá-ci čtve-rá-ci, vy jste na-ší vič-ku i tu čo-čo vič-ku vy-pás-li.  
To je lež, ja-ko věž, ne-by-la to vič-ka a-ni čo-čo vič-ka byl o-ves.

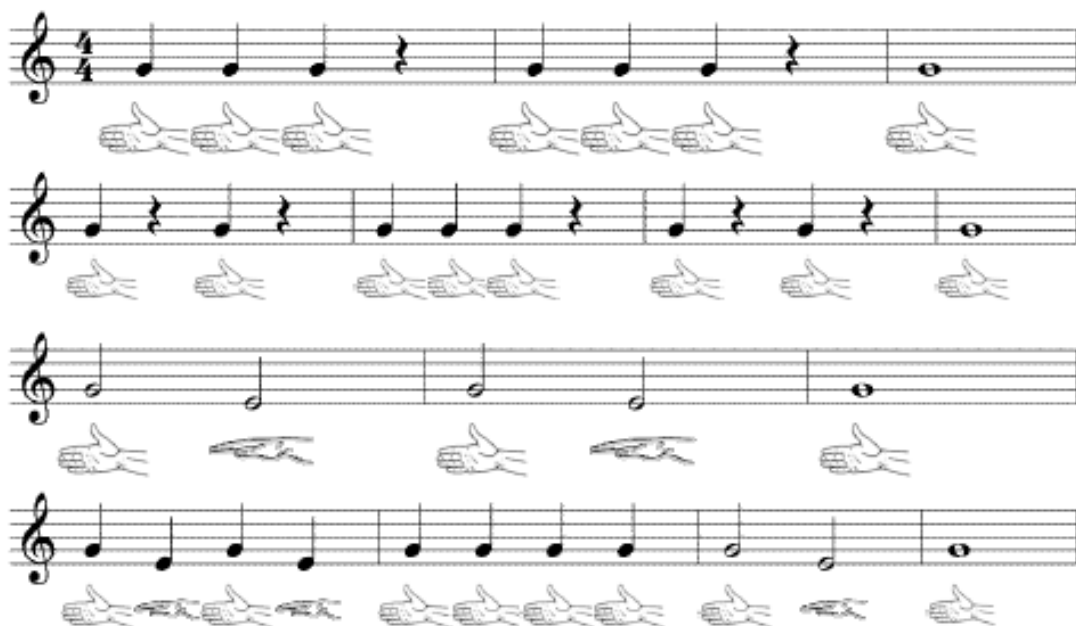
Obrázek 31 Intonace – Ovčáci

Nejprve jsme si píseň zazpívali. Poté jsem jim vysvětlila, jak budeme při nácvičce intonace postupovat. Nejprve jsem zahrála O – VČÁ – CI (C – E – G) celé dohromady. Několikrát jsme si to zazpívali, abychom si tyto tři základní stupně upevnili. Dále jsem pokračovala tak, že jsem zahrála O – VČÁ a 5. stupeň, slabiku CI, měly děti zaintonovat samy. Když jsme intonaci zvládli v C dur, pokračovali jsme v intonaci i v D dur a G dur. Dále jsme zkoušeli intonaci 3. stupně, tedy slabiky VČÁ. Postup byl stejný jako při 5. stupni. Zahrála jsem O a slabiku VČÁ už intonovaly děti samy. Když jsme si upevnily 3. stupeň v C dur, postup jsem opakovala i ve stupnicích G dur a D dur. Poslední stupeň, který jsme intonovali, byl první. Zahrála jsem jim základní akord C dur, který už měly děti upevněný. Po zahrání mi zaintonovaly 1. stupeň na písmeno O zcela bez zakolísání. I tento stupeň jsme nacvičovali i v jiných tóninách. V tomto případě jsme intonovali v C, D, E, F, G, A, H dur.

Touto písní jsme se seznámili se základními stupni výš zmíněných durových stupnic.

Při velmi dobrém zvládnutí intonace primy, tercie a kvinty na písni Ovčáci, čtveráci jsem jako další krok pro intonaci a poznání těchto stupňů vymyslela hudebně pohybové cvičení. Hra na květinu. Když jsem na klavír zahrála primu, děti seděly na bobku, když jsem zahrála tercii, děti se postavily, a když jsem zahrála kvintu, stouply si na špičky a napínaly ruce, co nejvýše. Tato hra se žákům velice líbila a tak jsme ji hráli skoro každou hodinu, kdy jsme měli společně kroužek. Děti si tímto způsobem ještě více a hlouběji upevnili intonaci a poslechové poznání primy, tercie a kvinty. Tuto hru jsme zkoušeli na všechny durové stupnice.

Dalším, velmi oblíbeným intonačním cvičením bylo intonační cvičení spojené s fonogestikou.



Obrázek 32 Int. + fono. – tercie

Začínáme na pátém stupni a postupně přidáváme stupeň třetí.

Zkoušíme cvičení nejprve ve velmi pomalém tempu. Až si budeme jisti, že žáci zvládnou tempo rychlejší, můžeme si tedy tempo zrychlit.

Fonogestiku zde již využijeme na začátky jednoduchých lidových písní, jako je například Skákal pes nebo Pec nám spadla.

Skákal pes

Pec nám spadla

Obrázek 33 Int. + fono. – tercie, písně

Když máme pevně ukotvené a zapamatované tyto dva stupně, můžeme přikročit k přidání i prvního stupně.

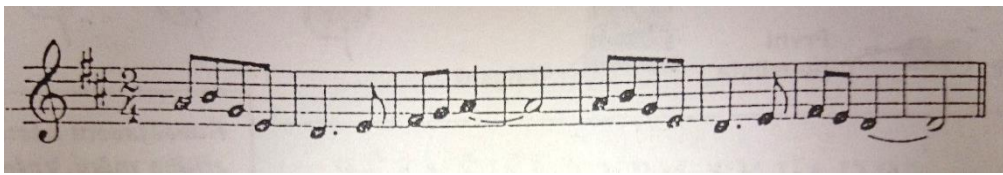
Obrázek 34 Int. + fono. - kvinta

Teď už máme intonačně hotový celý tónický kvintakord. Nesmíme ale zapomínat na opakovaný návrat k pátému stupni. Je to totiž naše kotva, výchozí stupeň. Až budeme bezpečně vědět, že tyto tři stupně: (1., 3. a 5.) bezpodmínečně

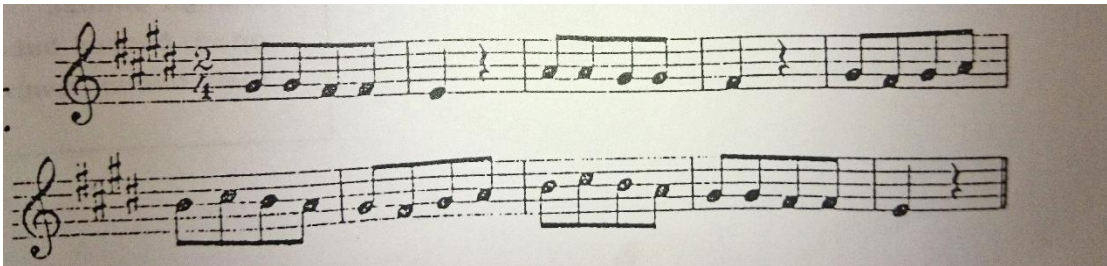
zvládneme intonovat, můžeme začít s intonací tzv. vedlejších stupňů. Což je 2., 4., 6. a 7. stupeň.



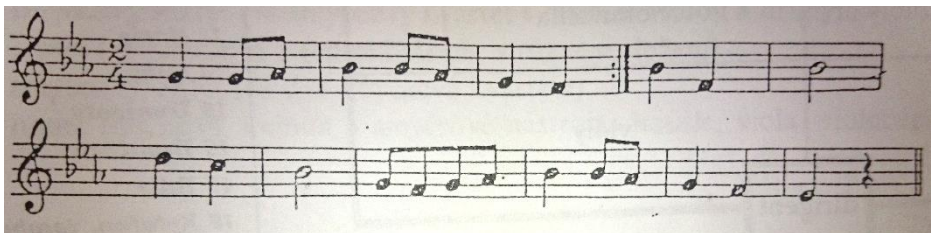
Obrázek 35 Intonace – sexta, F dur



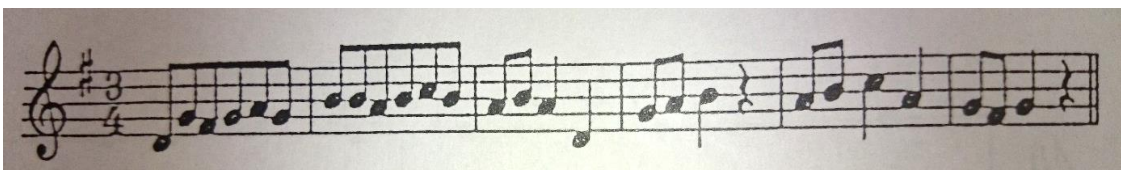
Obrázek 36 Intonace - sexta, D dur



Obrázek 37 Intonace – sexta, E dur



Obrázek 38 Intonace - kvarta, septima



Obrázek 39 Intonace - septima - G

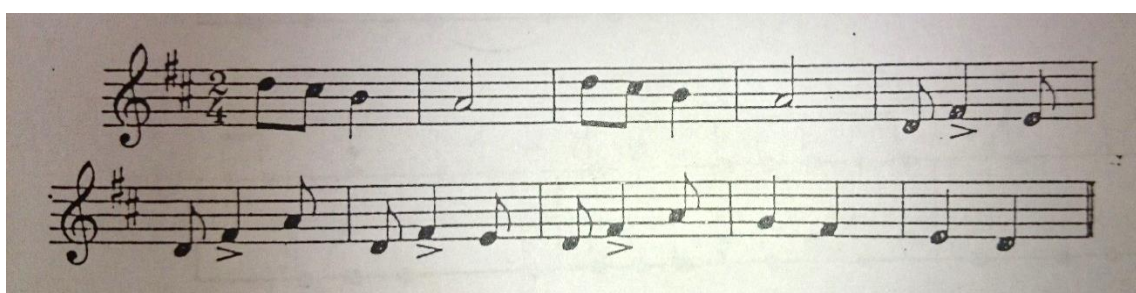
### 3.2.2 V ROZSAHU OKTÁVY



Obrázek 40 Intonace – oktáva



Obrázek 41 Intonace - oktáva – G



Obrázek 42 Intonace - oktáva – D

Po běžné intonaci si opět zkusíme intonovat s fonogestikou. Pomůžeme si opěrnými písněmi. Jsou to například: Utíkej Káčo nebo Já do lesa nepojedu.





Obrázek 43 Int. + fono. - oktáva, písně

### 3.3 PŘÍPRAVA K RYTMICKÝM CVIČENÍ

Již v mateřské škole se děti setkávají s vytleskáváním, vydupáváním rytmu. Paní učitelky s nimi zajisté zkoušely tleskat při říkání básniček, říkadél či zpěvu jednoduchých lidových, umělých písniček. Zaměřovali se na zdůraznění první doby taktu. Na takzvanou těžkou dobu.

Nejnsadnější takt pro předškolní a mladší školní věk je takt 2/4 a takt 4/4. Tyto takty jsou pro děti mnohem přirozenější než takty 3/4 nebo 6/8.

Když chceme začít s rytmickým doprovodem říkadél či písni, musíme s dětmi nejprve dostatečně zvládnout vytleskat rytmus. Poté můžeme k vytleskávání pozvolna přidávat samotný zpěv. Touto ověřenou metodou se i slabší žáci naučí rytmizovat říkadla, písničky.

I s dětmi mladšího školního věku, tedy s dětmi na 1. stupni ZŠ, taktéž rytmizujeme říkadla a písně. Je to totiž pro ně samotné velmi lákavé.

Nejprve si žáci uvědomují krátké a dlouhé tóny. Ty následně pohybem ruky znázorňují pomocí čar ve vzduchu a posléze i zapisují na tabuli, sešitu. Využíváme k tomu tyto znaky: pro krátký tón tuto značku  $\_$  a pro dlouhé tóny zas  $\_ \_ \_$ .

V hudební výchově často dochází k přesahu témat do jiných předmětů a naopak. Můžeme se dotknout českého jazyka, matematiky, výtvarné výchovy nebo prvouky.

V prvouce se například v 1. ročníku učí o domovu, domě, bytě. K tomuto tématu se velmi hodí zrytmizovat následující říkanka:

**BYL JEDNOU JEDEN DOMEČEK,  
V TOM DOMEČKU STOLEČEK,  
NA STOLEČKU MISTIČKA,  
V TÉ MISTČCE VODIČKA,  
V TÉ VODIČCE RYBIČKA.**

Jak jsem již dříve uvedla. Nejprve si s dětmi zkusíme zapsat na tabuli délky tónů pomocí tzv. **čárkového písma**.

Zápis bude vypadat následovně:

-----↘  
-----'  
-----↘  
-----↘  
-----·

Až si budeme jisti, že zápis máme zapsán správně, přistoupíme k samotnému tleskání. Tleskání zprvu nacvičujeme v pomalém tempu. Dále se snažíme tempo zrychlovat, až do námi požadované rychlosti.

Pak si do rukou můžeme vzít bubínek nebo ozvučná dřívka. Místo tleskání si zahrajeme na muzikanty a pěkně rytmus zahrajeme.

Jako dalším krokem je zahrání rytmu na flétnu. Když jsme s dětmi v úplných počátcích hry na zobcovou flétnu a děti ještě neumí žádný tón, můžeme

do flétny alespoň správně pískat. Pokud už byli žáci seznámeni s tóny h<sup>1</sup>, a<sup>1</sup> a g<sup>1</sup>, potom je tedy na snadně tyto tóny nevyužít.

Nejprve celé říkadlo zapískáme v tónu h<sup>1</sup> a potom v g<sup>1</sup>. Při zvládnutí toho toto kroku se mohou děti rozdělit na polovinu. Jedna polovina bude hrát říkadlo ve vyšší poloze a ta druhá polovina v poloze nižší. Bude nám to krásně ladit a děti si uvědomí a zapamatují, co znamená vícehlas. Že vícehlas může vznikat nejen při zpěvu, ale také při hře na melodické nástroje.

### 3.4 RYTMICKÁ CVIČENÍ

Po rytmizaci říkadla přichází již samotné vytleskávání rytmu. V 1. třídě se učíme vytleskávat pouze noty a pomlky čtvřřové a noty osminové. Osminové pomlky si necháme na později.

Ještě v prvním ročníku jsou děti velmi hravé. Proto pro děti vymýšlíme zajímavá cvičení.

Můžeme je namotivovat následovně: O víkendu jsem byla u babičky, která ve svém domě má pec. Jenže ta pec přestala fungovat a my jsme nevěděly jak to opravit.

Kdo nám s tím nakonec pomohl, se dovíme v následující písničce. Nejprve si píseň Pec nám spadla, zazpíváme. Poté si zahrajeme na stavaře a budeme zatloukat pomyslné hřebíky.

PEC NÁM SPADLA, PEC NÁM SPADLA, KDO PAK NÁM JI POSTAVÍ.

I I I I I I I I I I I I I I I I I

STARÝ PECAŘ NENÍ DOMA A MLADÝ TO NEUMÍ.

I I I I I I I I I I I I I I I I I

ZAVOLÁME NA DĚDEČKA, TEN MÁ VELKÉ KLADIVO,

I I I I I I I I I I I I I I I I I

DÁ DO TOHO ČTYŘI RÁNY A UŽ JE TO HOTOVO.

I I I I I I I I I I I I I I I I

Velký hřebík (v našem případě velké tučné písmeno I) znázorňuje čtvrtřovou dobu a malý hřebík (malé písmeno i) tvoří čtvrtřovou pomlku.

Toto cvičení se stalo velmi oblíbeným. V této fázi se děti seznámily se čtvrtřovou notou a pomlkou. V notovém zápise tento rytmus poznají až v následujících hodinách.

Když jsme se dostali k samotnému zápisu rytmu, také jsme začali hravou formou.

Dala jsem dětem za úkol, aby k následujícím rytmům přiřadily správné písničky.



Obrázek 44 Rytmus - písňe

Na výběr měly: **Já mám koně, Prší, prší**

**Holka modrooká, Já jsem z Kutné Hory**

**Až já budu velká, na tom pražském mostě**

Rytmus jsme si poté vytleskali, zahráli na dřívka a zahráli na flétnu. Při hraní rytmu na flétnu, jsme hráli tón g<sup>1</sup>. Tento tón je pro žáky schůdný pro hraní a hlavně jeho výška nám při hraní nijak nevádí. Kdybychom rytmus hráli na vyšším tónu, mohli by po chvíli děti do flétny foukat silněji a zvuk by byl příliš silný, nelibivý.



Obrázek 45 Rytmus – kánon

Tyto tři rytmy použijeme k rytmickému kánonu. Jedna řada bude tleskat první takt, druhá řada druhý a třetí řada třetí takt.

Dětem jsem vysvětlila, co vlastně kánon znamená. Všechny takty jsme tleskaly nejprve společně, pak jsem děti rozdělila do tří skupin. A mohli jsme začít.

Po této zkušenosti jsem zjistila, že mám s žáky začínat s dvěma rytmy. Ve třech tleskaných rytmech se děti ztrácely.

Jako další hravou formou vytleskávání rytmu je tleskání rytmu bez slabik. Děti si slabiky pouze představují.

V dalších ročnících se postupně seznamujeme s tečkovaným rytmem. Ať už jde o notu čtvřřovou s tečkou, půlovou s tečkou a samozřejmě pomlky. Je-likož jsem ve svém kroužku měla nadané děti, zkusila jsem zařadit i rytmická cvičení s notami šestnáctinovými. Víím, že tyto noty se učí až na druhém stupni, ale jak se říká: „Kdo nic nezkusí, nic nezíská.“

Byla jsem velmi potěšena, že mí žáci s šestnáctinovými notami neměli mnoho problémů. Všechna následující cvičení jsme zprvu vytleskávali ve velmi pomalém tempu. Avšak po velmi krátké době, jsme již tato cvičení zvládali v tempu, které jsem si na začátku představovala.

Při těchto cvičeních musíme žáky naučit správnému počítání dob. Je to velmi důležité, protože se může stát, že děti nebudou vědět, jak složitější rytmy vytleskat, či zahrát na flétnu, jiný hudební nástroj.

Počítání u dob osminových je následující: **PR-VÁ DRU-HÁ TŘE-TÍ ČTVR-TÁ.**

U not šestnáctinových se počítání ještě zkomplikuje. **PR-H-VÁ-Á DRU-U-HÁ-Á TŘE-E-TÍ-Í ČTVR-H-TÁ-Á**

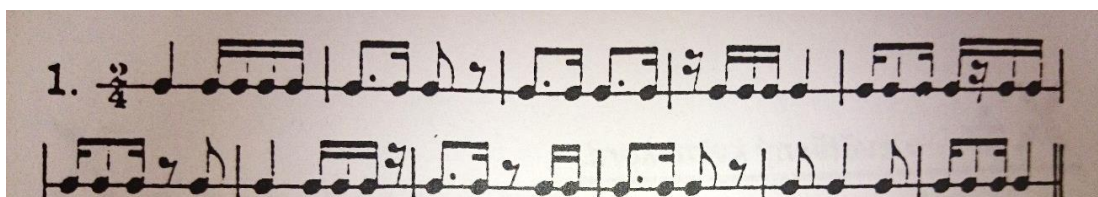


Obrázek 46 Rytmus - a-e

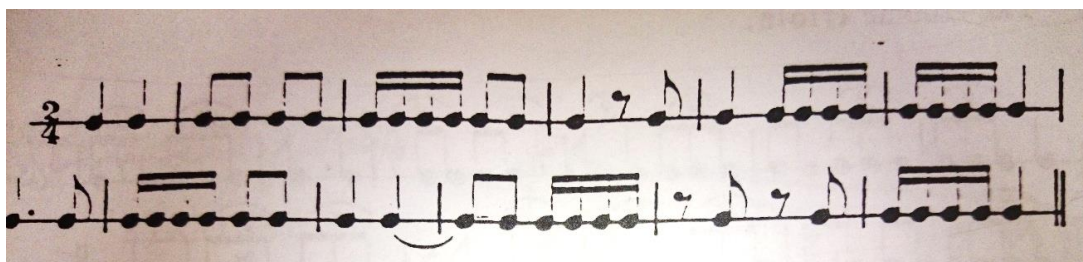
I když se může zdát, že výše uvedené rytmy jsou pro žáky prvního stupně těžké, když mají dobrou a dostatečnou přípravu, zvládnou je bez větších obtíží.

Nejhranějším rytmem byl rytmus A, C a D.

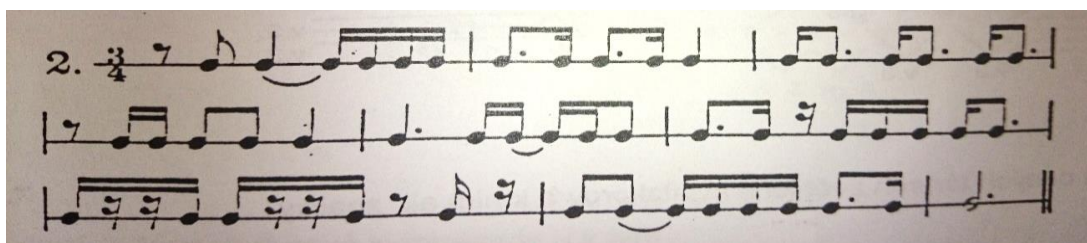
Jako dalším krokem v rytmických cvičeních bylo vázání not. Tím jsme si vysvětlili i nový pojem legato.



Obrázek 47 Tečkovaný rytmus



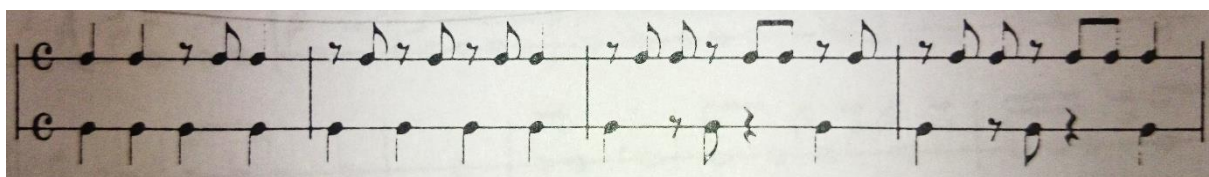
Obrázek 48 Rytmus s legatem



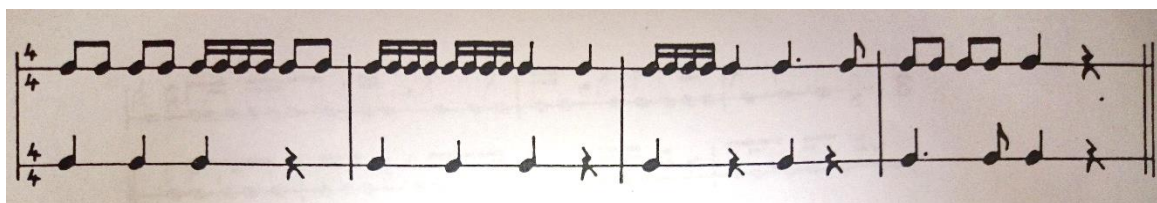
Obrázek 49 Tečkovaný rytmus s legatem

V další fázi rytmického výcviku jsme zkoušeli rytmický dvojhlas a rytmický trojhlas. Při prvních pokusech jsme rytmus vytleskávali všichni. Nejprve první hlas, poté hlas druhý. Když jsem si byla jista, že rytmy bez problémů zvládají, rozdělila jsem děti do dvou skupin.

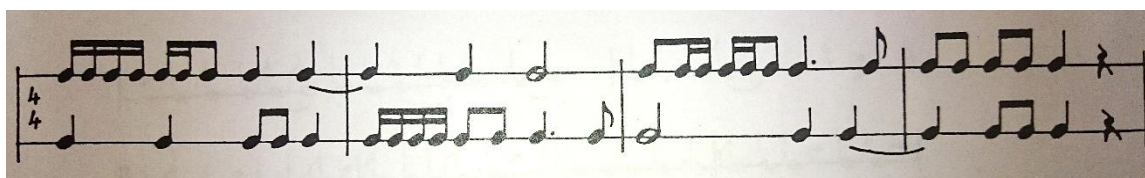
Po tleskání přišla na řadu hra na flétnu. Opět jsem zvolila ke hraní tón  $g^1$ . K těmto cvičením jsme se rádi a často vraceli. Děti si je chválí a skoro v každé hodině je vyžadovali.



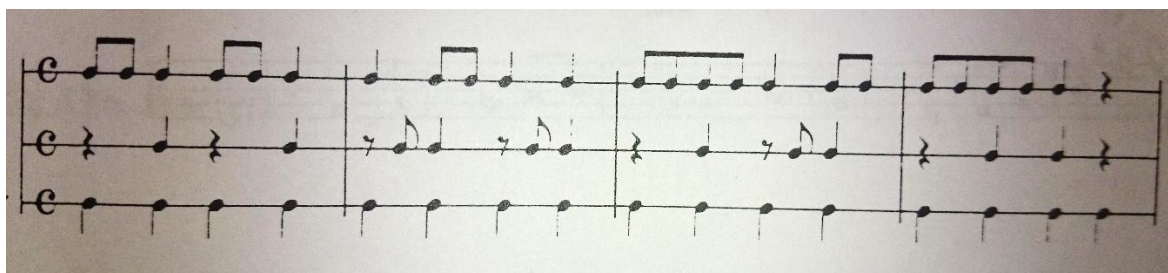
Obrázek 50 Rytmický dvojhlas



Obrázek 51 Rytmický dvojhlas a



Obrázek 52 Rytmický dvojhlas b



Obrázek 53 Rytmický trojhlas

Rytmická cvičení se mohou vytleskávat, vypleskávat, vydupávat i vyluskávat. Jako další rytmická cvičení jsem využívala říkanek. S následující říkankou



jsem se sama setkala v ZUŠ. Tyto typy cvičení by se měly do hodin hudební výchovy také zařadit. Jde totiž o jiný způsob procvičení rytmu.

<p><b>1. Ene bene tyky mora</b></p>		<p><i>bouchejte do lavice oběma pěstmi současně</i></p>
<p><b>2. támhle stojí černá hora</b></p>		<p><i>pleskejte do lavice střídavě pravou a levou dlaní</i></p>
<p><b>3. ene bene houby</b></p>		<p><i>tleskejte</i></p>
<p><b>4. natáh se tam dlouhý</b></p>		<p><i>tleskejte rukama nad hlavou</i></p>

Obrázek 54 Rytmus - říkadlo


Jako poslední krok při rytmických cvičení jsem zvolila trioly. Pro děti bylo obtížnější se do počítání triol dostat. Při často opakovaném procvičování však tento rytmický prvek také zvládly.

V běžné hudební výchově, která probíhá na základních školách, tento rytmus dělá mnoha žákům problémy. Učitelé ho tudíž moc nevyučují. Je to jen výmluva, protože tak děti ochuzují o nové poznatky.

**TRIOLA**



Právě tak, jak jsme rozdělili čtvrtovou notu  
na dva stejné díly  
nebo na čtyři stejné díly,  
můžeme ji rozdělit i na tři stejné díly:  
Tak vznikne triola.



Obrázek 55 Triola



V dnešní době se učitelé intonačním i rytmickým cvičením v hudebních výchovách vyhýbají. Museli by se totiž na tento předmět dobře připravovat a vymýšlet stále nové a nové náměty. Děti tedy budou v hudební výchově znát jen zpěv, stupnice, skladatelé.

Domnívám se, že HV je pro dnešní děti neatraktivním předmětem, kvůli důvodům, které jsem uvedla výše.

### **3.4.1 HRA NA OZVĚNU, HRA NA ŠTAFETU, RYTMICKÝ DIKTÁT**

Dalšími rytmickými cvičeními jsou hry na ozvěnu, štafetu a rytmický diktát. Dětem se všechny tři podoby velice líbily. Při hře na ozvěnu jsme využívali nejen tleskání, ale i pleskání a dupání. Jednodušší rytmy, kde se ve většině případů využívaly čtvrté nebo půlové doby, jsme s dětmi vydupávali. Při pleskání se musí dětem vysvětlit správný způsob tohoto doprovodu. Nikdy nepleskáme o nohy oběma daněmi společně. Dlaně se musí pravidelně střídát. Je to jako při dupání, také nedupeme oběma nohama naráz.

Se všemi těmito hrami žáky seznamujeme už od prvního ročníku. Postupem času jisto jistě dojde u dětí k progresi. Když cvičení budeme pravidelně zařazovat do vyučovacích hodin, děti je pak samy budou vyžadovat. Z mé zkušenosti vím, že když jsem párkrát tyto činnosti do výuky nezařadila, začali si sami žáci tyto hry vytvářet. Bylo pěkné sledovat, jak se velmi zdatně zapojují do procesu výuky. Interakce je vždy přínosná a mnou samotnou vyžadovaná.

### 3.4.1.1 HRA NA OZVĚNU

Při hře na ozvěnu nejprve začínáme tím, že učitel vytleská rytmus a žáci to po něm opakují.

Když děti zvládají i složitější rytmy, můžeme jako obměnu této metody využít jako udavače rytmu žáka.

Mohu jen potvrdit, že když jsem na místo sebe při hře na ozvěnu vzala některé z dětí, byli všichni aktivnější. A hlavně jsem je mírně přinutila k tomu, aby začali rytmy vymýšlet sami. Další výhodou bylo to, že děti ztratí zábrany před vystupováním před ostatními. Mohli si tímto zkusit, jaké to je být učitelem. Všechny děti totiž musely toho dotyčného žáka poslouchat a reagovat na jeho podněty.

Zde uvádím jedno z prvních cvičení pro hru na ozvěnu.

učitel ozvěna - děti učitel ozvěna

Tlesk  
Plesk

učitel ozvěna učitel ozvěna atd.

LR PR LR PR LR PR LR PR

učitel ozvěna - děti

učitel ozvěna atd.

LR PR LR PR LR PR LR PR

Obrázek 56 Ozvěna

### 3.4.1.2 HRA NA ŠTAFETU

Hra na štafetu se může využívat jak v rytmické části hodiny, tak i v části hodiny intonační.

Při hře na štafetu se osvědčily mnou předem ověřené písně a říkadla. Využívala jsem jednoduchých lidových písní a říkanek, se kterými jsme se seznamovali v předešlých hodinách, lekcích.

Jako jednou z prvních říkanek byla tato:

**NAŠE KOČKA STRAKATÁ MĚLA ČTYŘI KOŤATA.  
JEDNO MOUREK, DRUHÉ BÍLÉ,  
TŘETÍ ŽLUTÉ, ROZTOMILÉ.  
A TO ČTVRTÉ STRAKATÉ, PO MAMINCE OKATÉ.**

Děti jsem rozdělila na dvě skupiny. První skupina vytleskávala a deklamovala text až do slova bílé. Druhá skupina pak následně pokračovala až do konce říkadla.

Poté jsem je rozdělila na skupiny čtyři. První skupina měla část: **NAŠE KOČKA STRAKATÁ MĚLA ČTYŘI KOŤATA**. Druhá skupina **JEDNO MOUREK, DRUHÉ BÍLÉ**. Třetí skupina měla: **TŘETÍ ŽLUTÉ, ROZTOMILÉ**. Poslední skupina rytmizovala **A TO ČTVRTÉ STRAKATÉ, PO MAMINCE OKATÉ**.

Rytmická štafeta se u dětí ujala. Z písní jsme zkoušeli Ovčáci, čtveráci, Já jsem z Kutné Hory, Já mám koně, Na tý louce zelený a mnoho dalších lidových písní.

### 3.4.1.3 RYTMICKÝ DIKTÁT

Když se řekne diktát, všichni děti se zhrozí. Není tak těžké dobře ovládnout tuto rytmickou metodu. Je to lehčí, než se zdá.

Hned na začátku se musí stanovit pravidla pro hodnocení výstupů žáka. Já jsem nikdy neznámkovala celou třídu plošně. Nejprve jsem dávala dobré hodnocení těm, kteří se chtěli při této metodě zapojit. Ostatním žákům začalo být postupně líto, že se tohoto cvičení nemohou zúčastnit. Začali se snažit i ti žáci, o kterých jsem si myslela, že rytmický diktát, nezvládnou v mnou požadované míře. Opak byl ale pravdou.

Začínali jsme s celými, půlovými a čtvrtovými notami. Postupně jsme přidávali i pomlky. Pak na řadu přišly noty a pomlky osminové, tečkovaný rytmus a trioly.

Vždy je důležité rytmus správně počítat. Nesmějí mít zmatek. Když jsme pokročili až do takového bodu, že děti zvládaly diktát tleskat zcela bez problémů, začali jsme rytmus psát jako notový zápis. I v tomto případě se začíná s jednoduchými rytmy.



Obrázek 57 Diktát

### 3.4.2 RYTMICKO – POHYBOVÉ CVIČENÍ

Při rytmicko-pohybových cvičení využíváme hru na tělo, chůzi, pérování, běh, poskoky, pohyby rukou a paží a kroky taneční.

Při hře na tělo se zaměřuji na tleskání, luskání, pleskání a dupání. Se všemi těmito způsoby vyjádření jsem děti seznámila již v reprodukci rytmu.

Je mnoho způsobů chůze. Nejprve si s dětmi nacvičíme, jak se správně pokládá noha na zem. Vždy pokládáme palce jako první, až na konec se přidá pata.

Můžeme chodit na patách, po špičkách, po vnějších stranách chodidel, v podřepu. Také je namotivujeme tím, že můžeme chodit jako vojáci, princezny, malé myšky, těžcí sloni nebo medvědi.

Deklamace rytmu s chůzí se dá skvěle využít v následující písničce.



Šla Na - nyn - ka do ze - lí, do ze - lí, do ze - lí,  
na - tr - ha - la lu - pe - ní, lu - pe - nič - ka.  
Pří - šel za ní Pe - pí - ček, roz - šla - pal jí ko - ší - ček.  
Ty, ty, ty, ty, ty, ty to bu - deš pla - ti - ti.

Obrázek 58 Šla Nanyňka – chůze

Děti si zahrají na Nanyňku a na Pepíčka. Jako holčička, lehkým krokem budou kopírovat rytmus Nanyňky a jako zlobivý kluk, vojáček budou dupat jako Pepíček.

Je také několik druhů pérování. Může s dětmi pérovat na jedné noze, obou nohách, na místě i z místa. Můžeme mít při pérování nohy spojené i rozkročené.

S rukama a pažemi můžeme kroužit, švihat, dělat vlny, osmy, hladit si například hlavu nebo ruce.

Pod tanečními kroky si představíme poskoky, chůzi, přísuny, cval, polkový, valčíkový nebo mazurkový krok.

V hodinách jsem nejčastěji využívala pohyby rukou a paží a taneční kroky. Děti rády tančily mazurku na všem známou píseň Měla babka.

Mnoho rytmických her jsem poznala při studiu na vysoké škole. Věděla jsem, že když je budu aplikovat na děti v mém kroužku flétny, budou jen rády. A měla jsem pravdu.

Používali jsme doprovodný text jako například: **Pohladíme vlásky, Zakroužíme ručičkami, Zaklepeme na dveře, Zaboucháme na vrata, Zadupeme ve sněhu, Pohladíme si ručičky, Pohladíme si nožičky aj.**

Při těchto cvičeních dbáme na správný rytmus a správné, plynulé provedení pohybů.

### 3.4.3 UŽITÍ HUDEBNÍCH NÁSTROJŮ

Proč je dobré využívat při hudební výchově hru na nástroje? Důvodů je hned několik.

Při hudební výchově nejde jen o zpěv nebo naučení se nazpaměť stupnice. Jde o mnohem komplexnější věc. Když se dětem dá do ruky nástroj, budou si hned připadat důležitější a zajímavější pro ostatní. Už to nebudou jen zpěváci, kteří zpívají ve „sboru“. Každé dítě se bude více cítit hudebníkem. A přiznejme si, že v dnešní době se na hudebníky dívá jinak než v minulosti. Dnes se z hudebníků stávají pro děti ikony. Chtějí je ve všem napodobovat, chtějí vypadat jako oni, chtějí hrát tak dobře na bubny, kytary a klavíry. Tímto malým krůčkem si mohou děti představit, že na jevišti, podiu stojí oni a hrají na nástroje stejně tak skvěle jako jejich hudební vzory.

Využívat můžeme melodických, rytmických (nemelodických) i basových hudebních nástrojů.

Do rytmických nástrojů patří **triangl, blok, neboli dřevěný bubínek, činely, rolničky, bubínek, rumba koule, tamburína a samozřejmě ozvučná dřívka**. Tyto nástroje by měly být v každé dobře vybavené třídě, kde se vyučuje hudební výchova.

Jedná se totiž o nástroje, které jsou pro hru, doprovod písně nebo říkadel nejjednodušší v jejich užití.

Do melodických nástrojů řadíme **zvonkohry, metalofony a xylofony**.

V další, třetí skupině hudebních nástrojů, nazývané basové, se využívají **kytary, violoncella nebo loutny**. Do této skupiny patří nástroje, na jejichž struny si mohou děti brnkat, mohou struny rozezvučet boucháním paliček, či je rozezvučit smyčcem.

Je to pro děti však trochu obtížnější, ale také, kde v dnešní době najdeme v hudebních opravdové violoncella či loutny.

Mnohem schůdnější variantou **jsou tympány a dětmi velmi oblíbená bonga, darbuky**.

Triangl: je to kovový trojhran, který není pro lepší vyznění zvuku na jedné ze svých hran spojen. Na triangl se hraje tzv. kovovým tloučkem. Triangl je zavěšen na nylonovém či jiném vlákně.

Dřevěný blok: na tento nástroj se hraje dřevěnou paličkou. Blok má dvě podoby. Buď je to obyčejná krabička, nebo taková trubička.

Činely: můžeme mít velké činely či činely prstové. Na velké činely se hraje plstovou paličkou. Činely bývají taktéž zavěšené. Na prstové činelky se hraje tak, že se pohyby nahoru a dolů rozcinkají hrany o sebe. Jeden čínelek jde směrem nahoru a druhý jde směrem dolů.

Bubínek: z několika vyráběných velikostí, volíme pro nejmladší žáky velikost nejmenší. Bubínek tvoří dřevěný kruhový rám, přes který je napnutá kůže

či její levnější náhrada. Na bubínek, blánu hrajeme prsty nebo plstěnou paličkou. Bubínek držíme v jedné ruce a paličku v ruce druhé.

Rumba koule: je nástroj párový. Stává se z oválné šišky a rukojeti. V rumba koulích se jako výplň používá rýže, fazole.

Tamburína: může být s blánou nebo bez ní. Podél rámu jsou rozmístěny po dvojicích malé talířky, které se při úderu do tamburíny rozezvučí. Když máme tamburínu s blánou, hrajeme na ni plstěnou paličkou. Pokud tamburína blánu nemá, používáme jako takovou paličku svoji dlaň. Můžeme tvořit údery o stehno.

Dřívka: se vyrábějí z tvrdého dřeva v různých velikostech a o různých průměrech. U tohoto nástroje je důležité předvést jeho správné držení. Když by ho děti držely nesprávně, zaniká tak jeho pěkný zvuk.

Zvonkohra: se vyrábí jako sopránová, altová. Skládá se z ocelových kamenů, na které se hraje tvrdou dřevěnou paličkou.

Metalofon: máme altový, sopránový a basový. Na tento nástroj se hraje plstěnou paličkou a vyluzuje dlouhé tóny.

Xylofon: má kameny dřevěné. Na ně můžeme hrát dřevěnou, gumovou nebo plastovou paličkou. Jeho zvuk je dutější než který vyluzuje metalofon, zvonkohra. Také jeho tóny nejsou tak dlouhé.

Tympán: se skládá z blány napnuté přes měděnou polokouli. Na tento nástroj se hraje plstěnými paličkami. Děti tento nástroj i jeho zvuk poznají ihned, když se v nějaké orchestrální skladbě objeví.

Bonga: jsou velmi oblíbeným nástrojem. Skládají se ze dvou bubnů, vzájemně spojených. Protože se jedná o nástroj melodický, můžeme si obě dvě jeho části naladit na tón, který budeme v doprovodu písní používat. Nejčastěji se využívá tónika a dominanta.

Darbuka: vypadá jako velký pohár. Její tělo se vyrábí ze dřeva, kovu a blána většinou z kozí kůže. S dětmi na tento nástroj hrajeme prsty nebo hranou dlaně.



### 3.4.4 RYTMICKÁ CVIČENÍ, PÍSNĚ S ORFFOVÝM INSTRUMENTÁŘEM

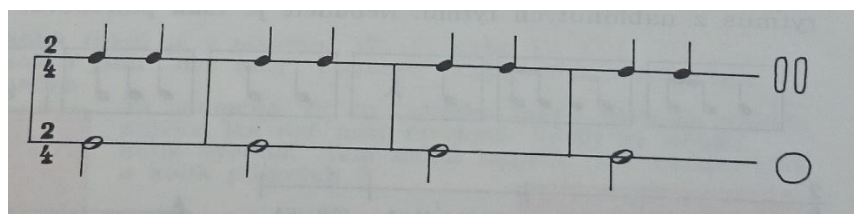
Cvičení s doprovodem nástrojů zkouším už od prvních tříd. Je to další důležitá složka hudební výchovy. Neměli bychom o to děti teda ochudit.

Zde uvádím pouze některá využívaná cvičení a písně, které jsem s dětmi doprovázela.

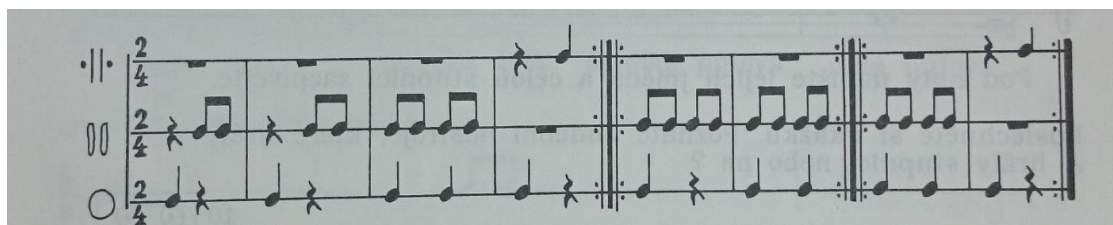
Musíme se zamyslet především nad tím, jaké Orffovy nástroje budeme v jednotlivých cvičeních využívat.

Všechna cvičení jsem si s kolegyní sama vyzkoušela, až poté jsem je předkládala ke hře dětem.

Musíme opět začínat od nejjednodušších rytmů a nejlépe ovladatelných nástrojů. Zkoušíme zprvu všichni dohromady hru na jeden či druhý nástroj. Pak si žáky rozdělím na požadované skupiny.



Obrázek 59 dřívka, bubínek



Obrázek 60 dřívka, bubínek, činelky



Obrázek 61 tamburína, dřívka, triangel



Obrázek 62 bubínek, dřívka, blok

V dalším kroku si doprovodíme na Orffovy nástroje nám známé písničky. Při nácviu si musíme rozmyslet, který nástroj dáme jakému dítěti. Těm zručnějším svěříme náročnější rytmus.

Pro ukázkou jsem si vybrala písně Jedna, dvě, Honza jde, Jede, jede, poštovský panáček a Šel zahradník. Měla jsem to štěstí, že všechny doprovodné nástroje, které jsou v písních uvedené, jsem měla k dispozici. Nejraději hrály děti na bonga.

Zpěv  
 Jedna, dvě, Honza jde, nese pytel mouky. Máma se raduje, že bude péct vdolky.

Bicí

X

Z  
 mouky

M

XD

Obrázek 63 Daniel - Jedna, dvě (Daniel 1992)

Vesele  
 Šel zahradník do zahrady s motykou, s motykou, vykopal tam rozmarynu velikou, velikou.

Moravská

Zpěv

Bicí

Z

Z SM

AM

XD

Obrázek 64 Daniel - Šel zahradník (Daniel 1992)

Vesele Česká

Zpěv  
Je - de, je - de po - što - vský pa - ná - ček, je - de, je - de po - što - vský pán.

Bicí

Z

SM

AM

DX

Zpěv  
Vza - du má tru - hli - čku, vpře - du má tru - bi - čku. Je - de, je - de do Ro - ky - can.

Bicí

Z

SM

AM

DX

Obrázek 65 Daniel - Jede, jede (Daniel 1992)

## 4 ZÁVĚR

Ve své diplomové práci jsem se zaměřila na začlenění rytmických, intonačních a rytmicko-pohybových cvičení do výuky hry na flétnu.

V teoretické části jsem popsala intonační metody tak, jak se vyvíjely a navazovaly na sebe. Také jsem se dotkla popisu mnou vybraného hudebního nástroje, zobcové sopránové flétny. V dětském zpěvu jsem poukázala na mutační období, které se týká nejen chlapců, ale i dívek.

V praktické části jsem rozpracovala možný postup, jak s žáky začít intonovat a rozvíjet rytmické cítění. Využila jsem k tomu mnou ověřená dechová, artikulační, intonační i rytmická cvičení. Do své diplomové práce jsem vybrala a popsala dětmi oblíbené rytmicko-pohybové činnosti. Tyto činnosti žáky vždy zaujaly a pozitivně naladily na další práci.

V další části jsme se seznámili s Orffovými nástroji a jejich využití v rytmických cvičeních. I v tomto případě se obtížnost provedení cvičení zvyšovala.

Všechna zmíněná cvičení byla vyzkoušena a ověřena na žácích 1. stupně, které jsem vedla v hudebním kroužku.

Ráda bych viděla, že má práce a cvičení v ní obsáhla, poslouží jako metodická i motivační pomůcka pro každého učitele, který chce hudební výchovu posunout na jinou úroveň nebo ji jen obohatit o nové nápady.

## 5 SEZNAM LITERATURY, ZDROJŮ

ANON., 1991. *Praktické úkoly z didaktiky hudební výchovy pro 1. stupeň ZŠ*, Praha: Karolinum.

DANIEL, L., 1995. *Intonační cvičení*. 8. vyd. Praha: Panton. ISBN 80-703-9244-4.

DANIEL, L., 1995. *Pěnička: hudební výchova pro 2. ročník základní školy*, Praha: Panton. ISBN 80-7039-223-1.

DANIEL, L. & HOUDEK, J., 1994. *Kukačka: Hudební výchova pro 1. ročník základní školy*, Praha: Panton.

<http://flauto-dolce.wz.cz/>. Obecné parametry a informace. In: *Zobcové flétny*. [online]. 27. 11. 2016 [cit. 2016-11-27].

[https://en.wikipedia.org/wiki/File:Ut\\_Quant\\_Laxis\\_Hymn\\_to\\_St\\_John\\_MT.png](https://en.wikipedia.org/wiki/File:Ut_Quant_Laxis_Hymn_to_St_John_MT.png)

*Ut queant laxis*. In: *Wikipedia: the free encyclopedia*. [online]. 2001- [cit. 2016-11-8].

Dostupné z: [https://en.wikipedia.org/wiki/File:Ut\\_Qant\\_Laxis\\_Hymn\\_to\\_St\\_John\\_MT.png](https://en.wikipedia.org/wiki/File:Ut_Qant_Laxis_Hymn_to_St_John_MT.png)

<http://malotridka.wz.cz/>. Hudební výchova. [online]. 1.12.2016 [cit. 2016-12-1].

Dostupné z: <http://malotridka.wz.cz/18-hudebni-vychova/na-horach/>

<http://voiceofthemonkey.com>. *Mental effects and manual signs of tones in key*. [online]. 18.12.2016 [cit. 2016-12-18]. Dostupné z: <http://voiceofthemonkey.com/mental-effects-and-manual-signs-of-tones-in-key/>

HURNÍK, I., EBEN P., 1982. *Česká Orffova škola*. 2. vyd. Praha: Supraphon.

DANIEL, L., 1992. *Metodika hudební výchovy: [Know how učitele hudební výchovy]* 2. vyd., Ostrava: Montanex.



KOFRONĚ, J., 2014. *Učebnice intonace rytmu*. 8. vyd., V Editio Bärenreiter Praha vyd. druhé. Praha: Editio Bärenreiter Praha. ISBN 978-80-86385-15-0.

KOUTSKÝ, J., 1992. *Hudba kamarád* 2. upr. vyd., (V H&H 1.), Jinočany: H & H.

LÝSEK, F., 1951. *Nápěvková intonace: Základy: stol. 20, 1/2*, Praha: Národní hudební vydavatelství Orbis.

LÝSEK, F., 1967. *Vokální intonace: nápěvková metoda* 2. vyd., Praha-Bratislava: Editio Supraphon.

LÝSEK, F., 1957. *Vokální intonace a rytmus: metoda nápěvkové intonace*, Praha: Státní nakladatelství krásné literatury, hudby a umění.

POŠ, V., 1998. *Nová intonace, rytmus, sluchová výchova*. Praha-Edit.

PROKEŠ, Z., 2007. *K problematice hlasové mutace chlapců na přelomu dvacátého a dvacátého prvního století*, V Liberci: Technická univerzita. ISBN 978-80-7372-173-2.

SEDLÁK, F., 1988. *Didaktika hudební výchovy na prvním stupni základní školy: Učebnice pro studenty pedagogických fakult*, Praha: SPN.

ŠKOŘEPOVÁ, K., 2009 *Hrajeme na zobcovou flétnu: metodika výuky dětí hry na zobcovou flétnu bez not*. Vyd. 2. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-645-2.

TICHÁ, A., 2009. *Učíme děti zpívat: hlasová výchova pomocí her pro děti od 5 do 11 let*. Vyd. 2. Ilustrace Patricie Koubská. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-562-2.