



# Vokální činnosti na prvním stupni základní školy v návaznosti na předškolní vzdělávání.

## Diplomová práce

**Studijní program:** M7503 – Učitelství pro základní školy  
**Studijní obor:** 7503T047 – Učitelství pro 1. stupeň základní školy  
**Autor práce:** **Kateřina Daňková**  
**Vedoucí práce:** MgA. Zuzana Bubeníčková



## ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Kateřina Novotná**  
Osobní číslo: **P12000029**  
Studijní program: **M7503 Učitelství pro základní školy**  
Studijní obor: **Učitelství pro 1. stupeň základní školy**  
Název tématu: **Vokální činnosti na prvním stupni základní školy v návaznosti na předškolní vzdělávání.**  
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:

cílem bude definování využití různých činností spojených s dětským zpěvem, v návaznosti na tyto činnosti realizování v předškolním věku dětí - v praktické části zpracovat příklady osvojování znalostí a dovedností u jednotlivých okruhů v konkrétní mateřské a základní škole  
Požadavky:

- pravidelně konzultovat s vedoucím práce - nastudovat adekvátní literaturu - zajištění realizace vokálních činností v mateřské škole - konzultace s pedagogem v mateřské škole - vlastní praktická realizace v základní škole na prvním stupni - zhodnotit a porovnat činnosti na obou stupních

Metody: - pozorování - vlastní realizace - zpracovat metodické postupy v jednotlivých okruzích na základní škole

Rozsah grafických prací:

Rozsah pracovní zprávy:

Forma zpracování diplomové práce: **tištěná/elektronická**


Seznam odborné literatury:

- SEDLÁK, F.:** Didaktika hudební výchovy na prvním stupni základní školy :  
Učebnice pro studenty pedagogických fakult. 1. díl. Praha : SPN, 1985  
**DANIEL, Ladislav.** Metodika hudební výchovy: [Know how učitele hudební  
výchovy]. 2. vyd. Ostrava: Montanex, 1992. ISBN 80-85300-98-2  
**KYSLÍKOVÁ, Anežka, Miloš HONS a Jan KYSLÍK.** Hudebně vyjadřovací  
prostředky a jejich pedagogická interpretace. Vyd. 1. Ústí nad Labem: UJEP,  
1999. ISBN 80-7044-250-6  
**KULHÁNKOVÁ, Eva.** Hudebně pohybová výchova: metodická příručka pro  
hudební výchovu ve škole. Vyd. 1. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-437-0

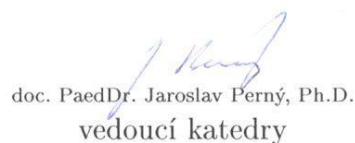
Vedoucí diplomové práce: **MgA. Zuzana Bubeníčková**  
Katedra primárního vzdělávání

Datum zadání diplomové práce: **30. dubna 2016**

Termín odevzdání diplomové práce: **20. dubna 2017**

  
prof. RNDr. Jan Pícek, CSc.  
děkan

L.S.

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

V Liberci dne 30. dubna 2016

## 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**

Na tomto místě bych chtěla poděkovat především svému manželovi, který vydržel být pozitivní v období psaní mé diplomové práce. Také mu děkuji za to, že mě podporoval během celých pěti let mého vysokoškolského studia. Tímto chci poděkovat i celé svoji rodině za ohromnou podporu při studiu.

Jsem velmi zavázána i řediteli školy panu Liboru Rygálovi, který mi umožnil realizaci praktické části mé diplomové práce na Základní škole Liberec – Vratislavice nad Nisou, příspěvková organizace. Stejně tak děkuji i pani Hance Šimkové, ředitelce MŠ Sídliště Vratislavice nad Nisou, za příležitost výuky v tomto zařízení. Také děkuji všem třídním učitelům daných tříd, ve kterých jsem vyučovala své hodiny, a také děkuji za jejich cenné rady.

Největší dík patří mé vedoucí diplomové práce, MgA. Zuzaně Bubeníčkové, a to za pomoc při výběru tématu diplomové práce a za odborné vedení během přípravy této práce.

## **Anotace**

Diplomová práce „Vokální činnosti na prvním stupni základní školy v návaznosti na předškolní vzdělávání“ se zabývá problematikou hudební výchovy na dnešních základních školách. V diplomové práci se prolíná teoretická část, která obsahuje stručné informace o všech složkách hudební výchovy, s praktickou, která uvádí vhodná cvičení z jednotlivých oblastí hudební výchovy rozdělených dle vhodnosti pro základní nebo mateřskou školu. V praktické části diplomové práce také předkládám metodické přípravy pro jednotlivé ročníky na prvním stupni základní a mateřské školy. Cílem bylo zjištění úrovně vokálních činností v návaznosti na tyto činnosti v předškolním věku.

## **Klíčová slova**

Hudební výchova, vokální činnosti, artikulační činnosti, dechové činnosti, hlasové činnosti, zpěv, základní škola, mateřská škola.

### **Annotation**

The diploma thesis "Vocal activity at the first level of elementary schools in relation to pre-school education" deals with the issue of music education at today's elementary schools. The thesis deals with the theoretical part, which contains brief information about all the components of music education, with a practical one that lists the appropriate exercises from the individual areas of music education divided according to their suitability for elementary or nursery school. In the practical part of the diploma thesis we also present the methodical preparation for individual classes at the first level of elementary and nursery schools. In the practical part of the diploma thesis I also present methodical preparation for individual years at the first level of elementary and kindergarten. The aim was to determine the level of vocal activities in relation to these activities at pre-school age.

### **Keywords**

Music education, vocal activities, articulation activities, brass activities, vocal activities, singing, primary school, kindergarten.

## SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek 1: Intonační tabulka .....	29
Obrázek 2: Plíce při nádechu a výdechu .....	33
Obrázek 3: Kostra hrtanu .....	37
Obrázek 4: Vnitřní svaly hrtanu .....	37
Obrázek 5: Vnější svaly hrtanu .....	37
Obrázek 6: Hlasivky při nádechu a výdechu .....	38
Obrázek 7: Artikulační ústrojí .....	47
Obrázek 8: Obrázkový příběh .....	60
Obrázek 9: Píseň Skákal pes .....	61
Obrázek 10: Píseň Pec nám spadla .....	65
Obrázek 11: Píseň Kočka leze dírou .....	70
Obrázek 12: Píseň Ovčáci, čtveráci .....	76
Obrázek 13: Píseň Kočka leze dolů .....	80
Obrázek 14: Píseň Maličká su .....	87
Obrázek 15: Poštovní trubka .....	90
Obrázek 16: Znak České pošty .....	90
Obrázek 17: Listonoš .....	90
Obrázek 18: Píseň Jede, jede poštovský panáček .....	93
Obrázek 19: Píseň Šneček .....	101
Obrázek 20: Spojovačka, ptáček .....	104
Obrázek 21: Píseň Vyletěla holubička .....	107



Obrázek 22: Křížovka .....	111
Obrázek 23: Píseň Stará archa .....	114
Obrázek 24: Lístičky s povoláním .....	117
Obrázek 25: Píseň Jsou mlynáři .....	120
Obrázek 26: Píseň Kdyby byl Bavorov .....	126
Obrázek 27: Jazykolam 3 .....	129
Obrázek 28: Jazykolam 2 .....	129
Obrázek 29: Jazykolam 1 .....	129
Obrázek 30: Píseň Strč prst skrz krk .....	133

## **SEZNAM TABULEK**

Tabulka 1: Rozsah hlasu dle Gutzmanna .....	43
Tabulka 2: Rozsah hlasu dle Nadoleczného .....	43
Tabulka 3: Český samohláskový trojúhelník .....	48

## **OBSAH**

<b>ÚVOD .....</b>	<b>9</b>
<b>1 HUDEBNĚ VÝCHOVNÉ ČINNOSTI .....</b>	<b>12</b>
1.1 Instrumentální činnosti .....	12
1.1.1 Instrumentální činnosti v MŠ .....	12
1.1.2 Instrumentální činnosti v ZŠ .....	13
1.2 Hudebně pohybové činnosti.....	14
1.2.1 Hudebně pohybové činnosti v MŠ .....	14
1.2.2 Hudebně pohybové činnosti v ZŠ.....	17
1.3 Poslechové činnosti.....	18
1.3.1 Poslechové činnosti v MŠ .....	18
1.3.2 Poslechové činnosti v ZŠ.....	19
1.4 Vokální činnosti.....	20
1.4.1 Vokální činnosti v MŠ.....	20
1.4.2 Vokální činnosti v ZŠ.....	21
<b>2 ČINNOSTI SOUVISEJÍCÍ SE ZPĚVEM V PŘEDŠKOLNÍM A MLADŠÍM ŠKOLNÍM VĚKU .....</b>	<b>22</b>
2.1 Zpěv v předškolním a mladším školním věku .....	23
2.1.1 Hlasová hygiena .....	24
2.1.2 Správné držení těla .....	25
2.1.3 Dýchání.....	26

2.1.4	Artikulace .....	26
2.1.5	Rytmus.....	27
2.1.6	Intonace .....	28
<b>3</b>	<b>DECHOVÁ ČINNOST .....</b>	<b>31</b>
3.1	Dechové ústrojí .....	31
3.2	Práce s dechem.....	32
3.2.1	Dechová cvičení .....	33
<b>4</b>	<b>HLASOVÁ ČINNOST .....</b>	<b>36</b>
4.1	Hlasové ústrojí .....	36
4.2	Hlas .....	38
4.2.1	Práce s hlasem .....	40
4.2.2	Hlasové rejstříky.....	40
4.3	Dětský hlas a jeho vývoj .....	41
4.4	Hlasová cvičení.....	44
4.4.1	Notové příklady cvičení .....	44
4.4.2	Jednoduchá melodizovaná říkadla.....	45
<b>5</b>	<b>ARTIKULAČNÍ ČINNOST .....</b>	<b>46</b>
5.1	Artikulační ústrojí .....	46
5.2	Práce s artikulací .....	48
5.3	Artikulační cvičení.....	49
5.3.1	Artikulační cvičení vhodná pro MŠ .....	49

5.3.2 Artikulační cvičení vhodná pro ZŠ.....	52
<b>6 METODICKÉ PŘÍPRAVY .....</b>	<b>56</b>
6.1 Konzultace s pedagogem v mateřské škole .....	57
6.2 Přípravy na hodinu hudební výchovy pro mateřskou školu .....	58
6.3 Přípravy na hodinu hudební výchovy pro 1. ročník základní školy .....	72
6.4 Přípravy na hodinu hudební výchovy pro 2. ročník základní školy .....	83
6.5 Přípravy na hodinu hudební výchovy pro 3. ročník základní školy .....	97
6.6 Přípravy na hodinu hudební výchovy pro 4. ročník základní školy .....	109
6.7 Přípravy na hodinu hudební výchovy pro 5. ročník základní školy .....	123
6.8 Zhodnocení .....	136
<b>ZÁVĚR.....</b>	<b>137</b>
<b>SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ .....</b>	<b>138</b>

## ÚVOD

Hudba je součástí lidstva už od nepaměti. Všude, kde se objevují lidé, se objevuje i hudba. Hudba tvoří jádro našeho světa a lidské podstaty. V dřívějších dobách byla hudba brána jako zásadní složka života. Objevovала se spolu s pohybem a rytmem. Nejčastěji ji využívali tehdejší lidé během různých obřadů a rituálů. Postupem času byla hudba chápána jako poselství, prostřednictvím kterého lidé oslavovali bohy a sdělovali jim svá tajemství a přání. Během několika staletí se podstata hudby změnila, ale stále zachovává jeden důležitý aspekt, který udržuje člověka člověkem. V hudbě lidé hledají odpočinek a duševní či fyzický klid. Některé z nás dokáže hudba paralyzovat nebo naopak povzbudit k lepším výkonům. Různé druhy umění a životních stylů představují hudbu jako hlavní část nebo základ celého myšlení. Před několika málo desetiletími byla hudba považována za důležitou a mocnou. K hudbě byli vedeni všichni již od raného dětství a učili se jí i v tehdejší školské době. V dřívější době byla hudba rovnocenná ostatním předmětům ve školách, tudíž k ní všichni přistupovali se stejným pohledem jako například k počtům či gramatice. Lidé využívali hudby při společenských akcích, slavnostních aktech jako například svatba nebo pohřeb. Nebylo ani překvapením, že si dělníci, rolníci, pradelny a všichni ostatní tehdy při práci prozpěvovali a tančili. Písně, tanec a zpěv patřily neodmyslitelně k dřívějšímu stylu života.

V dnešní době se od hudby jako takové s velkou mírou odkláníme. Začínáme s tím už na základní škole, kde je hudební výchova považována za dodatečný předmět, který doplňuje časový rozvrh hodin během týdne. Nepřikládá se jí žádná důležitost, a tak je v dnešní civilizaci i brána „jako něco navíc, něco nepotřebné“. I když jsme obklopeni hudbou v každodenním životě, ať už v rádiích, na ulicích, v obchodech či v restauračních zařízeních, tak ji vůbec nevnímáme. Dle mého názoru je hlavní a zásadní přístup pedagogů a rodičů. Pokud nevedou své žáky a děti k hudbě, tak oni sami si k ní budou hledat cestu jen velmi těžce. Mnozí z nás si představují hodinu hudební výchovy ve škole naprosto identicky. Učitel rozdá dětem noty a všichni celou hodinu zpívají písně ze zpěvníků či z učebnic bez žádného cíle či didaktického záměru. Takto samozřejmě může někde hodina hudební výchovy vypadat, ale není to správně.

Hudební výchova zahrnuje nejen samotný zpěv písní ze zpěvníků a not, ale také hlasovou výchovu, různá dechová a artikulační cvičení, pracuje se s intonací, využívá se doprovodu na hudební nástroje a nedílnou součástí je i teorie z hudební nauky a dějin hudby. To všechno by měla zahrnovat hudební výchova. Chtěla bych také zdůraznit, že je pro mě, jakožto učitele hudební výchovy, velmi důležité, kdo hudební výchovu vyučuje. Tak, jako ne každý může učit matematiku, tak ne každý může učit hudební výchovu. Každý by měl mít k vyučovanému předmětu vztah (kladný) a předávat své znalosti a zkušenosti žákům s chutí, abychom v nich pěstovali lásku a zájem o danou problematiku. Cílem hudební výchovy není jen předávat žákům reprodukovanou hudbu z médií a jiných prostředků, ale naučit je produkovat vlastní hudbu a zprostředkovat jim možnost podílet se na hudbě vlastními silami.

Touto diplomovou prací bych chtěla pedagogům, kteří nejsou v hudební výchově až tak zblhlí nebo si chtějí obohatit zásobu cvičení a metodických příprav na hodinu, pomoci s náplní hodiny hudební výchovy. Tato práce se zabývá problematikou vokálních činností jak na prvním stupni základní školy, tak v předškolním vzdělávání. V diplomové práci se prolíná teoretická část s praktickou. V teoretické části se zaměřím na seznámení s hudební výchovou a jejím obsahem v mateřské škole (dále jen MŠ) a na prvním stupni základní školy (dále jen ZŠ). V následujících kapitolách představuji z fyziologického hlediska dechové, hlasové a artikulační ústrojí. S ohledem na praktickou část jsou za každou kapitolou uvedena cvičení rozdělená dle vhodnosti pro základní nebo mateřskou školu. V práci dále také seznamuji s hlasovou hygienou, s vývojem dětského hlasu a práce s ním. V praktické části mé vlastní činnosti se zabývám návazností vokálních činností při přechodu z MŠ do ZŠ. Zda úroveň znalostí a dovedností v této oblasti na konci předškolního vzdělávání odpovídá požadavkům prvního stupně ZŠ. Součástí diplomové práce jsou metodické přípravy na hodinu hudební výchovy jak pro MŠ, tak pro ZŠ. Pro sestavení těchto příprav jsem vycházela z teoretických poznatků a cvičení, která jsou z velké části uvedena v jednotlivých kapitolách této práce. Přípravy jsem následně odučila v praxi na základní i mateřské škole. Jsou k nim přiloženy reflexe s poznámkami z hodin od vyučujícího. Obě zařízení, ve kterých byly hodiny realizovány, jsou ze stejného města a stejné městské oblasti.

Žáci na ZŠ tudíž prošli dříve předškolním vzděláváním v MŠ, která byla vybrána pro tuto diplomovou práci. Mým cílem bylo zjistit, zda úroveň znalostí a dovedností v hudební výchově při přechodu na základní školu odpovídá požadavkům a obsahu učiva na prvním stupni.

Věřím, že tato práce bude nápomocna pedagogům v přípravě na hudební výchovu a její realizaci.

# 1 HUDEBNĚ VÝCHOVNÉ ČINNOSTI

V ŠVP<sup>1</sup> jsou hudebně výchovné činnosti děleny do několika skupin a to: instrumentální činnosti, hudebně pohybové činnosti, poslechové činnosti a vokální činnosti. Všechny tyto složky jsou nedílnou součástí hudebně výchovných činností a navzájem spolu souvisí. Tato kapitola seznamuje se všemi složkami hudebně výchovných činností a rozebírá jejich obecné využití v mateřské a základní škole.

## 1.1 Instrumentální činnosti

Obsahem této složky je hra na hudební nástroje a jejich využití při hudební produkci a reprodukci. Napomáhají k aktivizaci žáků a silně rozvíjí rytmické cítění. Mohou sloužit i jako opora při intonaci. Jejich prostřednictvím se žáci sami doprovází při vokálním projevu. Umožňují rozvoj pohybových činností a jejich zpřesnění, ale také kontrolovat hudební představy. Samotný hudební nástroj je zároveň vyučovací pomůckou a názornou ukázkou. (Koutský, 2008, s. 24) Instrumentální činnosti nenahrazují zpěv, ale pouze jej doplňují a zpestřují.

### 1.1.1 Instrumentální činnosti v MŠ

S instrumentálními činnostmi se děti setkávají již v raném věku. Považujeme za ně například dětské hračky, které cinkají nebo chraští. Veškeré aktivity, které s nimi děti provádí, můžeme charakterizovat jako počátky instrumentálních činností. Vše je v tomto věku prováděno intuitivně, tudíž úkolem učitele je tuto přirozenou formu respektovat a zachovat. Tyto činnosti rozvíjí u dětí rytmické i melodické schopnosti, které jsou doplněny estetickým efektem. V zařízení pro děti předškolního věku se většinou využívá hudebních nástrojů, jež spadají do Orffovského instrumentáře. Ten obsahuje hudební nástroje rytmické a melodické. V MŠ se pracuje především s těmi rytmickými, které zahrnují například triangel, bubínek, ozvučná dřívka, zvonek, malé prstové činely, tamburínu, rolničky atd. Při zavádění instrumentálních činností se

---

<sup>1</sup> Školní vzdělávací program.



vychází nejprve ze hry na tělo, kdy tělo je pro každého přirozeným hudebním nástrojem. Různá cvičení zahrnují především variace tleskání, pleskání a dupání. Pokud děti zvládají hru na tělo, mohou učitelé přistoupit k rytmickým hudebním nástrojům. Před samotnou hrou je samozřejmé prvotní seznámení s danými nástroji a s jejich zvuky, nejčastěji formou krátké improvizace či vyprávění příběhu nebo pohádky.

S hrou na melodické nástroje se většinou začíná až na prvním stupni základní školy. Tyto nástroje vyžadují důkladnější znalosti a dovednosti nejen v oblasti hudebních nástrojů, ale i v rytmických či intonačních činnostech, které jsou rozvíjeny spíše v ZŠ.

### 1.1.2 Instrumentální činnosti v ZŠ

Na základní škole se opět navazuje na dovednosti a znalosti z předškolního vzdělávání. Pracuje se s rytmickými nástroji Orffovského instrumentáře, ke kterým se přidávají i různé netradiční nástroje jako například kastaněty, chřestítka, sistrum<sup>2</sup>, cabasa<sup>3</sup>, kravský zvon, tympány aj. V tomto věku jsou již žáci schopni používat i melodické nástroje. Nejběžnějšími melodickými nástroji na prvním stupni jsou zvonkohry, xylofony a metalofony. Na tyto nástroje se začíná hrát pouze jednou paličkou s úderem do jednoho až dvou předem daných kamenů (ostatní jsou vyndané). Postupně se přidávají další barevně odlišné kameny a žáci tedy mohou doprovázet již například v pentatonice<sup>4</sup>. U zvonkoher i xylofonů můžeme využít jak melodický, tak i harmonický doprovod. Někteří žáci ZUŠ<sup>5</sup> jsou schopni například hrát i na klavír, který je běžně dostupný v každé hudební třídě. Během dalších ročníků se hra na hudební nástroje zdokonaluje a prohlubují se dovednosti a znalosti z instrumentálních činností.

---

<sup>2</sup>Sistrum je dřevěné prkénko s plechovými talířky. Rozezní se úderem o dlaň ruky.

<sup>3</sup>Cabasa je kovový válec s dřevěnou rukojetí omotaný kovovými pásy, které jsou tvořeny z kuliček. Patří do perkusních hudebních nástrojů.

<sup>4</sup>Pentatonika je stupnice o pěti tónech. V tónině C dur jsou to tóny c, d, e, g, a.

<sup>5</sup>Základní umělecká škola.

Samotný nácvik hry na hudební nástroje má ale také své zásady, které definoval Daniel (1992, s. 84) jakožto naprosto zásadní pro práci s instrumentálními činnostmi. Dle něho bychom měli k doprovázení vybrat vždy důkladně procvičené písně. Samotné hře na nástroje musí předcházet hra na tělo. Při doprovázení je nutné vždy danou píseň zpívat. Žáci se u svých nástrojů musí postupně vystřídat.

Pokud dojde k neukázněnosti, tak danému žákovi odebereme hudební nástroj. Zpěv by měl stále zůstat tím hlavním základem a kritériem práce žáků.

Pokud pohlížíme na náplň učiva na prvním stupni, tak se jedná hlavně o seznámení s rytmickými a melodickými nástroji. Žáci si dále osvojují jejich držení a samotnou hru na ně. Využívají hru metra, rytmu a těžkých dob. Učí se doprovázet jednoduché lidové a umělé písně melodicky nebo harmonicky. Seznamují se se složitějšími druhy doprovodu jako například ostinato, legato aj. (Daniel, 1992, s. 84)

## **1.2 Hudebně pohybové činnosti**

Koutský (2008, s. 108) uvádí, že v této oblasti dochází k prožívání, ztvárnění a doplnění hudby pomocí pohybu. Jedná se o pohybové činnosti, hry a taneční vyjádření písní. Využití těchto činností přispívá k rozvíjení hudebnosti prostřednictvím pohybu. Dávají žákům volnost využít své tělo k tomu, aby vyjádřili své vnitřní hudební prožitky. Samozřejmě také pomáhá žákům upevňovat a vytvářet pohybové dovednosti. Zahrnují hudební i nehudební aktivity rozvíjející rytmus.

### **1.2.1 Hudebně pohybové činnosti v MŠ**

V předškolním vzdělávání se učitelé s dětmi věnují hudebně pohybovým činnostem s velkou oblibou. Veškeré pohybové projevy jsou v tomto věku dětí naprostou spontánností a přirozeností. Dochází k zdokonalení těchto pohybů. Do hudebně pohybových činností můžeme zařadit hlavně tleskání, pleskání, běh, poskoky a další, které se nejčastěji využívají v MŠ. Tyto činnosti učitel vybírá dle specifík dané skupiny, se kterou bude pracovat. Určitě by měl brát ohled na věkové složení skupiny, jejich dovednosti, mentální vyzrálost, ale především na individualitu každého dítěte. Je potřeba rozvíjet tyto činnosti s velkou empatií, aby nedošlo k negativnímu vztahu

k pohybu a hudebně výchovným činnostem u dětí, které jsou například introvertní. Veškeré tyto činnosti se v MŠ procvičují formou her a tyto aktivity zahrnují nejen pohybové činnosti, ale prolínají se navzájem s poslechovými činnostmi.<sup>6</sup> Veškerý pohyb v těchto činnostech odpovídá typu a vnitřnímu charakteru dané hudby a dítě díky němu rozpozná jednotlivé celky hudby například dle dynamiky, rytmu nebo melodie.

Hudebně pohybových činností máme nesčetné množství a v MŠ se dle Janovské (1990, s. 243) setkáváme nejčastěji s těmito druhy aktivit: základní pohyby s rytmickou deklamací, hudebně-pohybová průprava, jednoduché hudebně-pohybové hry a tance, hudebně-pohybová improvizace.

#### **a) základní pohyby s rytmickou deklamací**

To jsou pohyby, které považuje za elementární. Do nich řadíme tzv. Hru na tělo, která obsahuje tleskání, pleskání, dupání a dále do nich řadíme běh či chůzi. Rytmickou deklamací rozumíme mluvený projev, který je zrytmizovaný. Jedná se hlavně o jednoduchá říkadla nebo krátká rozpočítadla. Postupem času se děti mohou dostat ke krátkým a jednoduchým popěvkům. Tyto činnosti můžeme využít hned několika různými způsoby. Například jednoduché říkadlo „Kutálí se brambora“ můžeme zrytmizovat a doplnit pohybem dle rytmu říkadla, první doby taktu nebo metra říkadla.<sup>7</sup>

#### **b) hudebně-pohybová průprava**

Do této oblasti zařazujeme základní taneční kroky a jejich kombinace (běh, chůze, cval, krok, přísun, atd.) Dále také hudebně-pohybová průprava využívá pohybů trupu a hlavy popřípadě horních končetin. Všechny tyto pohyby jsou prováděny v rozmezí celého prostoru všemi směry. Prostřednictvím této průpravy chceme dosáhnout přirozeného pohybu, který je plynulý a uvolněný. Stejně jako každá jiná průprava nám slouží k přípravě těla a k naučení základních cviků k dalšímu rozvoji a zdokonalování pohybů. V průpravných cvičeních pracujeme s kroky, které následně využijeme při hrách neb tancích.

---

<sup>6</sup> Více v kapitole Poslechové činnosti.

<sup>7</sup> Stejný systém jako v kapitole Instrumentální činnosti v MŠ.

Například u písni „Tluče bubeníček“ můžeme procvičovat hned několik aspektů:

- **dynamika** – střídáme různou intenzitu dupání během písni,
- **variabilita kroků** – využíváme pochodování, dupání na první dobu taktu, tleskání, úkroků stranou atd.,
- **pohyb v prostoru** – během písni měníme směr pochodování.

### c) jednoduché hudebně-pohybové hry a tance

Tyto aktivity mají většinou jasně daná pravidla, kterými se řídíme. Jedná se většinou známá zrytmizovaná říkadla, hry a tance se zpěvem. Se staršími dětmi v předškolním vzdělávání můžeme využít i jednoduchých umělých a lidových písni s pohybem popřípadě tanečních her. Těmto aktivitám by měla nejprve předcházet hudebně-pohybová průprava, jelikož během samotných her není tolik času a prostoru na procvičování jednotlivých částí tance nebo hry. Jako příklad lze uvést jeden z nejznámějších a nejjednodušších tanců, kterým je mazurka. Nejčastěji se tančí na písni „Měla babka“. Nejprve vše nacvičujeme s jednotlivci a postupem času utváříme dvojice.

Tento tanec obsahuje následující kroky v jasně daném pořadí:

1. a 2. takt      úkrok vpravo, úkrok vpravo
3. a 4. takt      úkrok vlevo, úkrok vlevo
5. a 6. takt      okénko vpravo, okénko vlevo
7. a 8. takt      otočka o 360°

### d) hudebně-pohybová improvizace

V těchto aktivitách vycházíme především z individualit dětí. Důležitým podkladem pro tyto činnosti jsou různé příběhy nebo krátké texty, které jsou doplněny o hudbu. Prvotním a zásadním bodem je vytvořit u žáků motivaci, díky které zapojí svou fantazii a představy, které následně ztvární pohybem. Každý žák dostane nějakou roli z příběhu, kterou bude předvádět. Role by se měly vyměňovat, tudíž by si každý

měl vyzkoušet všechno. Co ale musí předcházet samotnému hraní rolí, je seznámení s daným příběhem, obsahující písni a hudebním doprovodem, Jelikož je to improvizace, tak děti nelimitují žádná pravidla ani přesně dané pohyby.

### **1.2.2 Hudebně pohybové činnosti v ZŠ**

Na základní škole se opět navazuje na předešlé zkušenosti s různými aktivitami z předškolního vzdělávání. Aktivity jsou v základu stejné nebo velmi podobné, ale zvyšuje se míra náročnosti úměrně k věku žáků. V prvním ročníku se ze začátku pouze opakují aktivity s občasnými změnami. V dalších dvou ročnících se jednotlivá cvičení ztěžují, ale zachovává se většinou původní základ. Ve čtvrtém a pátém ročníku první stupně základní školy učitelé často zapojují do hodin nové typy cvičení, které obsahují mnohem složitější a propracovanější pohyby. Ve čtvrté či páté třídě můžeme hudebně-pohybové činnosti klasifikovat opět dle stejných druhů: základní pohyby s rytmickou deklamací, hudebně-pohybová průprava, hudebně-pohybové hry a tance, hudebně-pohybová improvizace.

#### **a) základní pohyby s rytmickou deklamací**

V obecné rovině se jedná o ty samé pohyby jako v MŠ, ale můžeme do nich zařadit i náročnější pohyby jako například různé přeskoky, otočky, krokové variace, souběžný pohyb horních i dolních končetin atd.

#### **b) hudebně-pohybová průprava**

Z hlediska průpravy je to vždy stejné jako v MŠ, ať už pracujeme se skupinou jakéhokoliv věku. Pokud máme v plánu zařadit do hodiny nějakou hudebně-pohybovou hru nebo tanec, je potřeba se řádně připravit. K tomu nám slouží tedy hudebně-pohybová průprava. I když jsou žáci na konci prvního stupně mentálně mnohem vyspělejší a mají větší fyzickou zdatnost, tak bez dobře provedené průpravy se míjí hra nebo tanec účinkem.

#### **c) hudebně-pohybové hry a tance**

V těchto aktivitách se nemusíme bát přidat na složitosti pravidel. Žáci v tomto věku již zvládají základní hry i tance, tudíž můžeme kombinovat základní prvky

s mnohem náročnějšími. Obecně žáky na prvním stupni hudebně-pohybové hry velmi baví a rádi se v nich zdokonalují.

#### **d) hudebně-pohybová improvizace**

S touto složkou aktivit může být v určitých třídách tohoto věku problém. Žáci se dostávají do věku, kdy se sami před sebou stydí a svojí individualitu či spontánnost odsouvají do pozadí. Prací učitele by v tomto směru mělo být použití vhodného textu či písničky k věku a momentální náladě skupiny a nenutit žáky stranit se této aktivitou do zapojení. Míra nadšení v těchto aktivitách je zcela individuální.

### **1.3 Poslechové činnosti**

Základním stavebním kamenem těchto činností je vnímání neboli percepce. Prostřednictvím percepce žák aktivně vnímá hudbu v různých hudebních stylech i žánrech. Dochází k analýze a interpretaci poslechových činností. Uskutečňují se ve vztazích, návaznostech a souvislostech s rozvojem hudebnosti žáků. Vytvářejí jakýsi systém, který na sebe navazuje v průběhu povinné školní docházky. (Koutský, 2008, s. 117)

#### **1.3.1 Poslechové činnosti v MŠ**

Hudbu považujeme do jisté míry za pojem, který se vyznačuje svou abstraktností. Pro děti předškolního věku je velmi obtížné poslech pochopit. Proto se snažíme propojovat hudbu s dalšími faktory, které nemají hudební motiv. Mluvíme nejčastěji o hudbě doplněné o pohyb nebo hudbě spojené s pohádkou či příběhem. Všechny tyto aktivity jsou dětem velmi blízké a dokážou dětem vštípit jasnou představu a rozvíjet jejich konkrétní představy. Veškeré tyto činnosti jsou součástí všech hudebních činností, tudíž nestojí izolovaně jako samostatná složka. Děti v tomto vnímají hudbu společně s písní a jejím nacvičováním, dále také při činnostech zaměřených na pohyb, a také při instrumentálních činnostech. Pomocí propojení všech dílčích činností se děti učí poznávat jednotlivé charakteristické prostředky, kterými jsou například rytmus, tempo, směr melodie atd. V předškolním vzdělávání je vhodné využívat písní, které jsou dětem blízké a mají například zvukomalebný charakter. Také děti v tomto věku jistě

ocení výběr písní, které disponují zábavným a srozumitelným textem a rychlejším tempem. Důležité při poslechových činnostech je stavět na zkušenostech dětí. Tudiž vybírat písně a skladby takové, u kterých víme s jistotou, že děti dokážou rozpoznat například zvuky některých zvířat, protože již měli šanci se s nimi seznámit. Při nástupu do mateřské školy je dítě ve fázi, kdy samo dokáže sledovat určité výrazové prvky skladby.<sup>8</sup> V rámci poslechových činností se děti seznamují i s určitými druhy hudebních nástrojů, které je vhodně jim i názorně ukázat. V souvislosti s hudebními nástroji se cení, pokud děti doprovází učitel přímo na hudební nástroj a tím jim i potvrzuje jejich představu o znění daného nástroje. Děti seznamuje s hudbou a poslechem formou, která je všem příjemná, čili nenásilně.

Pro začátek se vybírají písně a krátké lidové popěvky, kterým dítě dobře rozumí a jsou mu blízké. Při poslechu skladeb Zezula (1987) doporučuje, aby byl doplněn o praktické činnosti. V pozdějším věku (předškolním), kdy již děti disponují nějakými zkušenostmi z oblasti poslechu hudby, se prohlubují dovednosti. Učí se rozpoznávat určité hudební prostředky jako například tempo, výšku tónů, hudební nástroje, žánr hudby atd. Obsah dané poslechové skladby by měl žáky zaujmout a splňovat dané parametry. Učitelé by měli využít doplňujících činností, kterými jsou například různé pohybové činnosti. S velkou oblibou se také propojují předměty výtvarná výchova a hudební výchova, kdy děti mohou převést své pocity a myšlenky z poslechové skladby na papír. V mateřské škole se poslech zařazuje mezi hudební činnosti jakožto do komplexní složky spojené i s jinými aktivitami.

### **1.3.2 Poslechové činnosti v ZŠ**

Na základní škole se setkáváme s poslechovými činnostmi již od prvního ročníku. Aby u žáků došlo k dostatečnému proniknutí do tajů hudby, je potřeba, aby byly všechny činnosti vedené učitelem jednoduché a měly by být přesně definované.

Koutský (2008., s. 119-121) ve své publikaci upozorňuje na to, že žáci v oblasti poslechu hudby prochází několika fázemi, které na sebe navazují postupně ve všech

---

<sup>8</sup> Výška, barva, síla, tempo.

ročnících primárního stupně základní školy. Hned v prvním ročníku žáci vnímají poslechovou skladbu jako nějaký zvuk, o kterém nic nevědí a nevědí, jak ho uchopit. V tomto období bychom měli využívat spíše obsahově menší hudební díla, která disponují výraznou melodickou nebo rytmickou stránkou. Pak následuje etapa, ve které se učitelé opírají o díla, která obsahují silné dominantní prvky. Nejvhodnějšími jsou pro tuto etapu skladby s výrazným tempem. Dalším stupněm, který se rozvíjí v následném období, je schopnost, která vede k rozpoznání a sledování změn kvality v dané skladbě. Rozumějme tím například zrychlování, zpomalování, zesilování nebo zeslabování. Všechny tyto doposud prošlé etapy rozvoje hudebnosti v oblasti poslechových činností dávají žákům komplexní schopnosti a dovednosti. Na jejich základě jsou žáci schopni uvažovat nad danou skladbou a vyvodit si z ní určité pocity a nálady. Nedílnou součástí tohoto rozvoje je i další období, které pomáhá žákům spojovat si znalosti pomocí jejich souvislostí. Dokážou posuzovat jednotlivé melodie, jejich střídání, určují charakteristiku doprovodu, a také si uvědomují formy skladeb. V předposlední fázi dochází k důležitému bodu, kterým je přenos. Jedná se o srovnání svých dosavadních zkušeností s novými a také k jejich aplikaci. V posledním období jsou již žáci schopni provádět komparaci jednotlivých skladeb a jejich analýzu bez potřeby skladby slyšet.

## **1.4 Vokální činnosti**

Daniel (1992, s. 12) definuje obsah vokálních činností v hudební výchově jako práci s hlasem, při které dochází k zdokonalování mluvního i pěveckého projevu. Tyto projevy souvisí s posilováním a uplatňováním správných pěveckých návyků. Do této složky patří i zpěv s hlasovým výcvikem, také intonace a rytmus. Všechny tyto části by se měly rozvíjet současně, rovnoměrně a systematicky.

### **1.4.1 Vokální činnosti v MŠ**

V mateřské škole se veškeré vokální činnosti procvičují přirozeně a zábavnou formou. Děti jsou v tomto věku velmi hravé, proto se na to bere ohled ve všech oblastech hudební výchovy. Obsah učiva v tomto období je velmi rozmanitý, ale obecně se jedná hlavně o následující činnosti rozdělené do skupin. Nejprve se s dětmi začíná



s dechovými průpravami, aby na nich mohli stavět své další znalosti a dovednosti. K tomu se využívá nejčastěji různých her a cvičení. V oblasti hlasové výchovy je to obdobné. Vše je procvičováno hravou formou a vybírají se pro děti jednoduché hlasové modely, které jsou určeny pro jejich hlasový rozsah. Nedílnou součástí předškolního věku jsou různé říkanky a jednoduché popěvky či krátké písně. S tím je spojená i jejich rytmizace a melodizace.

#### **1.4.2 Vokální činnosti v ZŠ**

Tyto činnosti na 1. stupni navazují na znalosti a dovednosti z období předškolního. Obsahem mluvíme hlavně o rozšiřování a zdokonalování hlasového rozsahu i prohlubování znalostí v oblasti hlasové hygieny. Žáci v tomto období také pracují se svým hlasem a jeho deklamací. Dochází také k seznámení s vícehlasým zpěvem. Žáci také zkouší různé techniky vokálního projevu a zdokonalují se v nich. Z hlediska intonace si žáci osvojují dovednosti s ohledem na durové a mollové tóniny i improvizaci v nich.

Nedílnou součástí vokálních činností je i rytmus, ve kterém si žáci postupně logicky spojují vzájemné souvislosti mezi rytmem řeči a hudebním rytmem. V průběhu školní docházky na prvním stupni se u žáků rozvíjí hudební představivost i sluch. V tomto období se zdokonaluje zachycení melodie dané písně, a to díky notovému zápisu. Také se žáci v tomto věku rozvíjí po rytmické stránce.<sup>9</sup>

---

<sup>9</sup> Podrobněji v kapitole Rytmus.

## 2 ČINNOSTI SOUVISEJÍCÍ SE ZPĚVEM V PŘEDŠKOLNÍM A MLADŠÍM ŠKOLNÍM VĚKU

Tato kapitola vymezuje předškolní a mladší školní věk z hlediska vývoje hudebně výchovných činností. Zahrnuje také zpěv a s ním spojené dovednosti v obou těchto obdobích. Dále zde také popisují obecně další složky výchovně hudebních činností, kterými jsou artikulace, rytmus a intonace.

*„Dětství, láska a umění, to je to, co dává lidskému životu smysl.“*

Vladimír Krivánek

Předškolní období je ohraničeno nejčastěji od 3 do 6 let, popřípadě nástupem do základní školy. V tomto věku se děti prvotně odpoutají od rodiny a častěji se stýkají se svými vrstevníky. Učí se regulovat svoje jednání, reagovat na instrukce a plnit je.

Co se týká hudebnosti dětí v tomto věku, tak záleží na hudebních návycích z rodin. Každé dítě vnímá hudbu jinak. Někdo je k hudbě, zpěvu a rytmickému cítění veden v podstatě od narození, ale v některých rodinách se to opomíjí. Důležitou roli proto v tomto věku děti hraje zařízení, v podobě mateřské školy, ve kterém se dostatečně rozvíjí hudební i pohybové činnosti.

*„Předškolní období je rozhodujícím obdobím pro hudební rozvoj dítěte.“ (Sedlák, 1984, s. 89)*

V průběhu předškolního věku se děti seznamují se základním rytmem a jeho pulzací. Využívají k tomu nejen své tělo, hlasivky a hudební nástroje, ale i prostředí kolem sebe. Naučí se používat svůj hlas nejen jako nástroj ke komunikaci, ale i nástroj ke zpěvu. Součástí tohoto období je i seznámení se základní hlasovou hygienou a jejím dodržováním. Učitelé mateřských škol také pěstují v dětech lásku k hudbě

prostřednictvím písní vhodných k jejich věku, hudebních her, hudebně pohybových činností i poslechových skladeb určených pro toto období. Vše je vyučováno nenásilnou formou, aby se děti chtěly učit nové věci a hudba je zajímala i v dalších letech. Váňová (1989, s. 32) rozděluje hudebně výchovné činnosti v předškolním věku do několika oblastí: zpěv, hudební nástroje a pohyb.

V mladším školním věku se navazuje na znalosti a dovednosti z předešlých let. Žáci získávají pěvecké návyky a upevňují si zásady hlasové hygieny. Seznamují se s několika novými názvy z hudební terminologie. Nejen, že si rozšiřují hlasový rozsah, ale také rozvíjí hlavový tón a pracují se svým dechem mezi jednotlivými frázemi. Do hodin hudební výchovy jsou také zapojeny hudební hry, které zahrnují například hru na ozvěnu nebo hru na tělo. V rámci nácviku výslovnosti se seznamují s novými říkadly a jejich rytmizací. Z hudební teorie je v tomto věku potřeba znát základní prvky jako například houslový klíč, dvoudobé a třídobé takty, základní délky not a pomlk. Vše se učí i graficky zapisovat do notového sešitu. Nedílnou součástí tohoto období je znalost určitých hudebních nástrojů, hudebních stylů i žánrů. Žáci dokážou rozeznávat instrumentální a vokální hudbu a aplikovat znalosti v hodinách. Jednu z hlavních částí primárního stupně je doprovod písní na hudební nástroje. Nejprve se začíná s doprovodem na tělo bez nástrojů, dále na nemelodické nástroje Orffovského instrumentáře a nakonec na melodické. Při dobrém osvojení si práce s hudebními nástroji jsou žáci schopni zahrát jednoduché motivy písní a doprovodit tak sebe nebo sbor. Z hlediska intonace se žáci seznamují s opěrnými písněmi jednodušších stupňů (I., III. a V.) a jejich volnými nástupy.

## **2.1 Zpěv v předškolním a mladším školním věku**

Zpěv je součástí hudebního umění, které je ve světě nejvíce rozšířeno a patří k přirozenému projevu lidí. Každý člověk je schopen zpěvu, i když není profesionální hudebník či nemá velký hudební talent. Mluvíme o uměleckém projevu, který je specifický melodickými tóny, které se střídají. Tím se liší od mluveného projevu (řeč, recitace).

Již v **předškolním vzdělávání** se děti setkávají se zpěvem (některé i dříve). Zde mluvíme o hlavní složce hudební výchovy. Díky zpěvu si dítě upevní nejen svou fantazii, ale také dopomáhá k zlepšení stavu jak po psychické, tak po fyzické stránce. Hned v prvním roce v mateřské škole (3-4 roky) se děti učí jednoduchá říkadla a krátká melodizovaná slova či jejich rytmizaci. Vše je doplňováno o hru na tělo, která je další důležitou součástí hudební výchovy v předškolním věku dítěte. V dalším ročníku mateřské školy (mluvíme o věku 4-5 let) se děti učí sborovému zpěvu, který postupně přechází do zpěvu sólového s hudebním doprovodem nebo bez něho. V posledním roce (tzv. předškoláci, 5-6 let) by již děti měly zvládnout zazpívat i odintonovat dané jednoduché písně. Před vstupem do základní školy jsou děti většinou schopny zpívat písně v intervalu sexty (někdy až oktávy).

V **prvním období primárního stupně** na základní škole (6-8 let) žáci navazují na znalosti a dovednosti z předškolního vzdělávání. Opakují a upevňují si zásady hlasové hygieny. Pracují se sólovým zpěvem v jednoduchých písních. Během tohoto období se zvyšuje hlasový rozsah a žáci si osvojují další znalosti z dechových či artikulačních cvičení. V **druhém období 1. stupně** základní školy (9-11 let) se opět rozšiřuje rozsah hlasu a žáci pracují se svým hlasem individuálně. Učí se složitější melodie i písně a doprovází se na hudební nástroje.

Abychom dosáhli co nejlepších výsledků ve zpěvu je potřeba prohloubit dovednosti v oblasti hlasové výchovy, dýchání, artikulace, rytmu a intonace a proměnit je v návyky.

### **2.1.1 Hlasová hygiena**

Hlasová hygiena je jednou z nejdůležitějších součástí zpěvu jako celku. Dodržování a uvědomění si správných návyků z hlasové hygieny, je tím prvotním cílem před začátkem jakýchkoliv dalších hudebních počinů. Pokud si žáci osvojí správné návyky, tak se jim bude lépe pracovat s hlasem a zároveň si vytvoří pozitivní vztah k hlasové hygieně. Osvojením špatných hlasových návyků může docházet k hlasovým poruchám a dalším nepříjemným onemocněním jako například úplné ztrátě hlasu, poruchy mluvního hlasu, poruchy zpěvního hlasu, atd.

Havelková a Chládková (1994, s. 46) uvádí, že mezi základní návyky hlasové hygieny, které bychom měli děti předškolního věku naučit, patří:

### **2.1.2 Správné držení těla**

Jako základ všech pěveckých činností, správného fungování orgánů a dechového ústrojí je správné držení těla. Žák by měl stát vzpřímeně, hlava vytažená ze šíje v optimální poloze, ramena volně položená s linií těla (tzn. nesvěšovat vpřed ani nestahovat vzad), ruce spuštěné volně podél těla, nohy lehce rozkročené na menší šíři vlastní pánevní kosti a chodidla opřená pevně celou svou délkou i šířkou do podlahy. Při dodržení těchto základních pravidel dojde k optimální poloze všech orgánů i dechového ústrojí, které jsou nedílnou součástí pěveckých činností.

#### **2.1.2.1 Poloha hlasu**

U dětí tohoto věku je důležité neustále opakovat a upozorňovat na optimální polohu hlasu. Nesmíme hlas přetěžovat, tzn. nekřičet, nevydávat extrémně vysoké tóny. Naopak se doporučuje zpívat a mluvit přirozeným polohlasem, nepřidávat do hlasu žádné efekty (např. chrčení, pištění, atd.), netlačit na hlasivky a nezpívat tzv. krkem.

#### **2.1.2.2 Obecné zásady z hlasové hygieny**

Některé zásady a pravidla dle Daniela (1992, s. 15-19) platí pro všechny věkové kategorie. Je důležité, aby učitel zajistil vhodné prostředí pro provádění pěveckých činností, tzn. vyvětraná místnost s přísunem čerstvého vzduchu a dostatečně velký prostor. Také by měl žáky informovat o správném stravování a dodržování pitného režimu před, během i po zpívání. Nevhodné jsou studené nápoje, jelikož je hlasové ústrojí zahřáté. Potraviny jako oříšky, semínka a další by se neměly konzumovat před pěveckou činností kvůli riziku zaseknutí v krku. Před každým zpíváním je nutné se rozezpívat a připravit hlasivky na další aktivitu. Také je nutné dodržet hlasový klid po nemocích. Jednou z nejdůležitějších zásad je udržení žáků ve fyzicky i psychicky dobrém stavu. Pokud žáci zpívají a jsou unavení, tak využívají a zapojují jiné svaly, než které by měli. Při dobrém psychickém rozpoložení žáků se s nimi pracuje mnohem lépe a oni sami vnímají zpěv jako příjemnou činnost.

### 2.1.3 Dýchání

Dýchání je základní lidskou funkcí, kterou ovládáme nevědomě. Ladislav Daniel (1992, s. 14) uvádí, že rozlišujeme čtyři druhy dýchání: žeberní (hrudník rozšiřujeme do stran a snažíme se vzduchem naplnit celý hrudní koš), bránicové (nejpřirozenější dýchání, plníme vzduchem bránici a nadouvá se břicho), svrchní (menší děti zvedají ramena a plní vzduchem pouze vrchní část plic) a žeberně-bránicový (nejvhodnější typ dýchání ke zpěvu, při nádechu roztáhneme hrudník a poté dýcháme bránicí).

Jelikož je ideální typ dýchání ke zpěvu velmi náročný a žáci ho pochopitelně ze začátku neumí, je důležité, aby se k němu postupně dopracovali prostřednictvím průpravných cvičení.<sup>10</sup>

### 2.1.4 Artikulace

Artikulací rozumíme výslovnost. V dnešní době plné zkratk, zkratkových slov, hesel a SMS zpráv je mnohem náročnější učit malé děti správné výslovnosti, než tomu bylo dříve. Artikulace ve zpěvu je stejná jako v běžné mluvě. Znamená to tedy, že vyslovujeme stejné hlásky (vokály, konsonanty) jako při mluvení.

Hned na začátku nácviku výslovnosti je důležité si uvědomit, které svaly k tomu potřebují. Tudiž je dobré naučit žáky rozcvičení mluvidel, obličejových svalů stejně jako je nutné se před zpěvem rozezpívat. Žáci by si měli nejdříve aktivizovat svalstvo v oblasti obličeje a důkladně ho tzv. promasírovat. Následně se zaměřit na polohu brady při zpívání, která by měla být uvolněná. Ve výslovnosti se klade důraz na vyslovování všech hlásek tzv. nepolykat části slov a k tomu je potřeba využívat průpravných cvičení na správnou artikulaci.<sup>11</sup>

---

<sup>10</sup> Konkrétněji v kapitole Dechová činnost.

<sup>11</sup> Více o této problematice v kapitole Artikulační činnost.

### 2.1.5 Rytmus

Rytmus je jedna z hudebních složek, se kterou se setkáváme jako jednou z prvních. Již při těhotenství matky vnímá malé nenarozené dítě rytmus a puls srdce matky. Ten má za účinek uklidnění a pocit jistoty či bezpečí dítěte. Pravidelný a příjemný rytmus dokáže člověka přivést do klidu a vyvarovat ho stresu. Lidstvo ho potřebuje k životnímu bytí a k naplnění harmonického života je zapotřebí pravidelnosti pohybů, rytmů a opakujících se cyklů. Samotné střídání dne a noci nebo ročních období je typická rytmická perioda, která existuje už několik miliónů let.

V hudbě je rytmus a jeho cítění i vnímání velmi důležitým základem k dalšímu rozvíjení hudebnosti. Smysl pro rytmus se rozvíjí u dětí jako první. Pomáhají nám k tomu rytmická cvičení nebo využití melodických i nemelodických hudebních nástrojů (Orffův instrumentář apod.).

V mateřské škole se děti seznamují se základním rytmem a pracují s jednoduchými rytmickými dovednostmi. Nejvíce se v předškolním vzdělávání využívá tleskání, čímž děti dokážou reprodukovat tzv. **rytmus písňe** a v pozdějším věku si následně uvědomí, co daný výraz znamená. Další dovedností, se kterou se setkáváme v mateřské škole, je rozpoznání pulzace, pro kterou používáme spíše termín „**metrum**“. Rozumějme tím počet impulzů mezi jednotlivými takty. Takty mohou mít charakter dvoudobý nebo třídobý či čtyřdobý. To poznáme podle počtu těžkých dob v dané taktu. Nejsnadnějším způsobem, jak tento pojem dětem přiblížit je využití pochodování. Při aktivitách s pochodováním je vhodné jej spojit s tleskáním dob a tím žáci na prvním stupni, ideálně v prvním ročníku, dokážou rozlišit rytmus písňe od dob. Rozvíjení metrického cítění je základní dovedností, jenž má největší váhu při přirozeném rozvoji hudebnosti dítěte. První doba taktu a její určení, popřípadě vytleskání je další dovednost, se kterou se děti seznamují už v mateřské škole. Všechny tyto pojmy slouží jako definice pouze pro pedagogy. Děti se s nimi setkávají pouze v podobách, kdy je dokážou použít, reagovat na ně a představit si, co znamenají. V předškolním vzdělávání se nejvíce uplatňuje hra na ozvěnu a rytmižace slov.

Na prvním stupni základní školy se opět hojně využívá hra na ozvěnu, kterou žáci reprodukují buď tleskáním, nebo pomocí hudebních nástrojů. Tato aktivita je velmi

jednoduchá a lze ji uplatnit i při pohybových dovednostech při hře na tělo. Stejně jako v mateřské škole žáci na primárním stupni přichází do styku s rytmizací slov, která se těší velké oblibě. Žáci zkouší vymýšlet různá slova, která jsou tematicky vymezená a snaží se reprodukovat jejich rytmus v daném metru. Tuto aktivitu lze modifikovat na příklad zrytmizováním říkadel nebo předem vybraného klasického textu. Jedna z těch jednodušších rytmických činností je určování těžké doby, která je obsažena ve všech ročnících prvního stupně. Správné rozpoznání těžké doby taktu je základní dovedností, na kterou se dále navazuje při určování taktů, a také při dalších pohybových dovednostech. Dalšími cvičeními, která můžeme využít na základní škole, jsou například rytmizace říkadel pomocí rytmických slabik (ty ty, ta, tu-u, aj.), rytmický kánon, různě definované nástupy v rytmizaci a také využití pomlky a rytmických diktátů. (Chládková a Havelková, 1995, s. 87-102)

### **2.1.6 Intonace**

Intonace v hudební výchově má zásadní vliv na prožívání hudby každého z nás. K rozvíjení všech hudebních schopností je důležitá zkušenost s vlastní reprodukcí. Nejlepším výsledkům dosáhneme tedy hlavně rozvojem zpěvu z not neboli intonací a rytmickým výcvikem. (Daniel, 1992, s. 32)

*„Cílem není, aby byli žáci schopni zazpívat si z not neznámou píseň, ale jde o jejich optimální hudební rozvoj, k němuž zpěv nepochybně vede.“*  
(Daniel, 1992, s. 32)

Kofroň (1985) uvádí, že intonací rozumíme především schopnost nasazení tónu ve správné výšce a čtení not se správnou reprodukcí. Intonace zohledňuje nejen samotný zpěv, ale i hudební nástroje. Zde mluvíme o jejich znění a zpracování z technického hlediska, které vede ke snaze dokonalého zvuku.

V předškolním vzdělávání se samotné intonaci věnují učitelé jen okrajově. Děti v tomto věku ještě nejsou natolik vyspělé, aby pochopily problematiku intonace a jejích souvislostí. Nejčastěji se procvičuje intonace klasickou imitační technikou, kdy učitel dětem něco zazpívá a ony po něm opakuji. Tato metoda je nejjednodušší, ale zároveň nejméně vhodná pro rozvíjení intonačních dovedností.



Na prvním stupni základní školy se již setkáváme s několika různými intonačními metodami. Těmi základními dle Havelkové a Chládkové (1995, s. 21-25) jsou metoda Bohumila Čeňka, nápěvková metoda Františka Lýska a tonální metoda Ladislava Daniela.

Metoda Bohumila Čeňka využívá tónického kvintakordu, který je pro žáky snadno zapamatovatelný například díky písni „Ovčáci, čtveráci“. Tato metoda se zakládá na práci s tzv. Čeňkovou intonační tabulkou, kde každá výška tónu v kvintakordu je označena barvou. První stupeň je červeně, třetí stupeň je žlutě, pátý stupeň je modře a ostatní jsou bílé. Díky této asociaci dokážou žáci odvodit vedlejší stupně v jakékoliv tónině.

<b>DO</b>	<b>RE</b>	<b>MI</b>	<b>FA</b>	<b>SOL</b>	<b>LA</b>	<b>SI</b>	<b>DO</b>	<b>RE</b>	<b>MI</b>	<b>FA</b>	<b>SOL</b>
-----------	-----------	-----------	-----------	------------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	------------

Obrázek 1: Intonační tabulka

Nápěvková metoda Františka Lýska se opírá o nápěvky z lidových písní. Nápěvky jsou vybrány z jednoduchých a dokonale osvojených písní, díky kterým si žáci vyvodí tonální vztahy. Základním nápěvkem je píseň „Halí, belí“, která má svůj rozhas pouze tři tóny. Zvýšením o jeden tón se dosáhne dalších nápěvkových modelů (celkem jich je 12). Lýsek navíc využívá pomůcky, tzv. prstové osnovy, která představuje notovou osnovu a žáci pomocí své druhé ruky (pravé) ukazují jednotlivé počáteční tóny nápěvků.

Třetí hojně využívanou metodu definoval Ladislav Daniel. Tato metoda využívá opěrné písně jako oporu pro vyvození prvního tónu v dané tónině. Důležitým faktorem pro úspěšnost této metody je správné zvolení opěrných písní. Volíme je tedy podle

každé skupiny žáků individuálně. Na základně procvičování opěrných písní se žáci setkají s volnými nástupy. To znamená, že jsou schopni začít zpívat melodii například od pátého stupně v tónině C dur, což je tón g. Pro volný nástup pátého stupně se například často využívá opěrná píseň „To je zlaté posvícení“. Havelková a Chládková (1995, s. 27) doporučují začínat od těch nejjednodušších volných nástupů, což je první a pátý stupeň. Následně je vhodné navázat třetím a osmým stupněm. A až po důkladném osvojení těchto nástupů doplňovat další jako například druhý, čtvrtý, šestý a až naposledy sedmý stupeň.

Ladislav Daniel (1992, s. 53) také rozděluje intonační činnosti do několika ročníků na prvním stupni. V prvním ročníku je vhodné žáky seznámit s tóny, jejich výškou a intenzitou, melodickou linkou a jejím směrem a také s volným nástupem prvního stupně. V dalším ročníku se navazuje na volný nástup pátého stupně a ve třetím ročníku se již doporučuje nástup třetího stupně. Také v tomto období žáci poznávají kvintakord a rozlišují stupnice durové a mollové. Na konci 5. třídy jsou žáci schopni volně nastoupit i osmým stupněm a využít své dovednosti i v mollových stupnicích.

## 3 DECHOVÁ ČINNOST

V této kapitole se zabývám celkovým dýcháním a dechovou činností. Kapitola také obsahuje nejen stručné informace o dechovém ústrojí, ale také charakterizuje základní práci s dechem. V poslední části této kapitoly uvádím některá dechová cvičení s různým zaměřením, která jsou rozlišena dle vhodnosti pro základní nebo mateřskou školu.

Během našeho každodenního života ani neregistrujeme, že dýcháme. Dýchání je jednou z hlavních činností udržující nás při životě. Je to automatizovaná aktivita dýchacího ústrojí, která je po většinu času ovládána nevědomě. Během zpívání je ale důležité dbát na správnou techniku dýchání, abychom dosáhli co nejlepších výsledků a předešli tak hlasovým a dechovým poruchám. I když je dýchání ovládáno nervovým centrem, tak můžeme vědomě ovlivnit pohyby, které souvisí s dýcháním. Nejčastěji pracujeme s délkou a frekvencí dechu. Správné ventilování úzce souvisí s několika aspekty. Důležitou roli hrají volné dýchací cesty, pružný hrudník, dostatečná kapacita plic a také stav páteře hlavně v oblasti torakální (hrudní).

### 3.1 Dechové ústrojí

Během dýchání dochází k výměně plynů v několika částech našeho těla. K plicnímu dýchání dochází v plicích a vyměňují se vnější vzduch a krev. Tkáňové dýchání způsobuje interakce mezi tkáněmi a krví. Dýchání je základní fyziologický pochod a pomocí něho se dostává do tkání kyslík prostřednictvím krve a odtamtud odvádí kysličník uhličitý.

Hála a Sovák (1947, s. 24-25) rozdělují dýchací ústrojí na tři části: plíce, bránici a dutinu hrudní.

Plíce jsou párový orgán uložený v hrudním koši. Nastává v nich výměna plynů mezi krví a vnějším vzduchem a mluvíme o tzv. vlastním dýchacím ústrojí. Tvarově jsou podobné trojúhelníku a levá část plic je menší než ta pravá. To zapříčiňuje počet laloků, kdy pravá plíce má tři a levá pouze jen dva. Pomocí průdušnice se dostane

vzduch do plic. Ta se pak dále rozděluje na levou a pravou průdušku a ty se následně rozbíhají do průdušinek a vytvářejí tzv. Průduškový strom. Průdušinky jsou zakončené plicními sklípkami, což jsou váčky, ve kterých se vyměňují plyny. Kyslík tam proudí do krve a opačným směrem proudí kysličník uhličitý.

**Bránice** rozděluje břišní dutinu od hrudní. Jedná se o pohyblivý a hlavní vdechový sval s kopulovitým tvarem. Zdravotní stav ovlivňuje její činnost. Fungování bránice je na principu pístu, kdy při nádechu se vazivová kopule posouvá níž a při výdechu se posouvá směrem vzhůru.

**Dutina hrudní** je ze stran chráněna hrudním košem, který tvoří 12 párů žeber a mezižeberní svalstvo. Ze spodní části je dutina hrudní ohraničena bránicí. Jejím obsahem jsou z velké části plíce a srdce. Prostor dutiny hrudní se díky chrupavkám může rozšiřovat nebo zmenšovat.

Na dýchání se podílí dýchací svalstvo. To rozlišujeme na výdechové a vdechové. (Dršata, 2011, s. 40)

**Výdechové svaly (expirační)** vytlačují vzduch z plic a zmenšují prostor v dutině hrudní. To zapříčiňují především vnitřní mezižeberní a břišní svaly.

**Vdechové svaly (inspirační)** rozšiřují dutinu hrudní a zdvihají hrudní koš. Na vdechu se podílí vnější mezižeberní svaly a bránice.

### 3.2 Práce s dechem

Pokud se soustředíme na práci s dechem, tak je důležité nejprve uvolnit tělo. Jak již víme, tak zpěv úzce souvisí s hlasovým, dechovým i artikulačním ústrojím. Stejně je to i u práce s dechem. Abychom dosáhli co nejlepšího výsledku a správné techniky zpěvu či dýchání, musíme nejdříve uvolnit část artikulačního ústrojí, konkrétně čelist, kterou potřebujeme při nádechu i výdechu ústy. Samotné dýchání při zpěvu rozdělili Sovák a Hála (1947, s. 30-31) na tři fáze: nádech, zadržetí dechu a výdech.

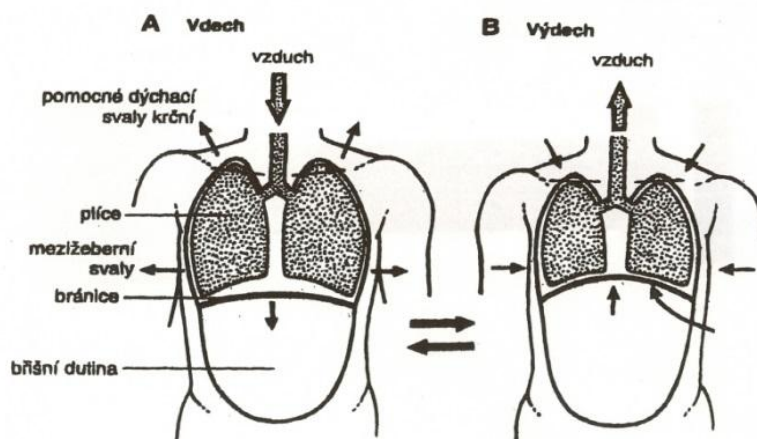
**Nádech** je prvotní fáze. Můžeme jej provádět nosem, ústy anebo obojím současně. Při zpěvu se doporučuje nadechovat nosem, protože je to z hlediska hygieny zdravější. Tento typ nádechu je pomalejší a plynulejší než u nádechu ústy. Pokud máme

na nádech během zpěvu krátký čas, tak si přidechneme ústy. Není potřeba nadechovat se příliš mnoho, aby nedošlo k úniku vzduchu a následně tzv. dyšnému tónu. U fáze nádechu hlídáme hlavně postavení ramen, která se nesmí zvedat. Mělo by docházet pouze k rozšiřování hrudníku a břišní stěny.

**Zadržení dechu** nebo také zatajení je druhá fáze, kdy se koncentruje vdechnutý vzduch a připravuje se na správný výdech a kvalitní tón. V této fázi nesmí dojít ke křeči. Při zatajení dechu už se více nenadechujeme a plynule přecházíme do fáze výdechu.

**Výdech** je poslední fází. Při něm dochází k vytvoření tónu. Měl by být zpomalený a prodloužený. Není potřeba vydechovat více vzduchu, aby opět nedocházelo k dušnosti. Nasazení výdechu by mělo být plynule a přiměřené. Každý musí mít svůj výdech pod kontrolou a k této činnosti dopomáhá tzv. dechová opora. Pomáhá nám při zpěvu držet bránici i hrudník ve vdechové pozici, aby nedošlo k přepětí dechových svalů.

Dle Sováka a Hály (1947, s. 31) je poměr vdechu a výdechu při dýchání v klidovém režimu 3:2. Během zpívání dochází ke změně až 1:12.



Obrázek 2: Plíce při nádechu a výdechu

### 3.2.1 Dechová cvičení

Dechová cvičení jsou důležitou průpravou nejen pro hygienicky správné dýchání, ale také ke správné technice zpěvu a dalším pěveckým dovednostem. Dětem v mateřské

škole i na základní škole (prvním stupni) není potřeba vysvětlovat teorii dýchání. Vše je učíme přirozeně a klademe důraz na jejich vlastní zkušenost s praktickými ukázkami.

Na dechová cvičení se zaměřujeme většinou na začátku hodiny. Trvání těchto aktivit nesmí být dlouhé, aby nedošlo k přetížení dechového ústrojí a dechových svalů. Může se stát, že se dětem začne točit hlava a s minimálním výskytem dochází i k omdlení. Těmto nepříjemným situacím se zajisté chceme vyvarovat.

Pro všechna dechová cvičení je důležité mít uvolněné tělo a koncentrovat se na dané aktivity. Jako první bychom měli zařadit cvičení na zklidnění a uvolnění dechu i těla, následně pokračovat v cvičeních se zaměřením na plynulost a rovnoměrnost dechu. Na to navazují cvičení se zaměřením na elasticitu bránice i mezižeberních svalů. Sílu i dynamiku dechu procvičujeme v konečné fázi. Jelikož jsou dechová cvičení velmi náročná pro děti v tomto věku, tak je prokládáme artikulačními cvičeními.

### **3.2.1.1 Dechová cvičení vhodná pro MŠ**

Zaměření na **zklidnění** dechu:

- obdivování „Juůůů“, „Aach“,
- usínání.

Zaměření na **plynulost a rovnoměrnost** dechu:

- foukání do pampelišky,
- foukání horké polévky.

Zaměření na **elasticitu bránice a mezižeberních svalů**:

- nafukování balónku v břicho,
- šeptání,
- smích.

Zaměření na **sílu a dynamiku** dechu:

- sfouknutí narozeninových svíček,
- síla větru na slabiku „fu“.

### 3.2.1.2 Dechová cvičení vhodná pro ZŠ

Zaměření na **zklidnění** dechu:

- relaxace vleže,  
hluboké přičichnutí k voňavé květině.

Zaměření na **plynulost a rovnoměrnost** dechu:

- vyfukování balónku,
- syčení hada.

Zaměření na **elasticitu bránice a mezižeberních svalů**:

- mašinka „š š š“,  
pejsek, který má žízeň.

Zaměření na **sílu a dynamiku** dechu:

- dlouhé říkadlo bez nádechu,
- udržování pírka ve vzduchu foukáním.

## 4 HLASOVÁ ČINNOST

Samotné dýchání nám nedává veškeré potřebné dovednosti pro optimální pěvecký projev. Další důležitou součástí osvojení si správného zpívání je hlasová činnost, které se věnuji v této kapitole. Hned v úvodu popisují hlasové ústrojí z fyziologického hlediska a následně představují hlas včetně jeho základních charakteristik, druhů a práce s ním. Nedílnou součástí této kapitoly je také seznámení s vývojem hlasu od dětství až do dospělosti a hlasová cvičení rozdělená dle věku pro mateřskou a základní školu.

Lidský hlas je jedním ze základních nástrojů ke komunikaci a představuje také jednu z nejdůležitějších potřeb pro život člověka ve společnosti. Jen lidé jsou schopni dorozumívat se lidskou řečí, a proto by o svůj hlas měl každý člověk náležitě pečovat a dodržovat základní hygienické návyky. Společně s hlasovou činností jsou dále důležitými složkami artikulační a dechové činnosti. V rámci tvorby hlasu je důležitá součinnost hlasového ústrojí, dechového i artikulačního ústrojí, která vede ke komunikaci prostřednictvím lidského hlasu a následně i ke správné technice zpěvu.

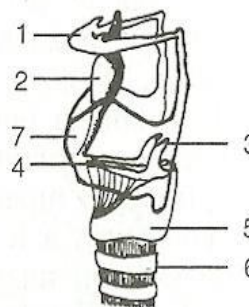
### 4.1 Hlasové ústrojí

Ve své publikaci Dršata (2011, s. 24-38) charakterizuje hlasové neboli fonační ústrojí jako pojem, který označuje anatomickou oblast, která se podílí na tvorbě hlasu. Skládá se z hrtanu umístěného v přední části krku, nahoře vyúsťuje do hltanu a dole přechází v průdušnici. Nacházejí se v něm hlasivky (hlasivkové řasy). První částí dolních dýchacích cest je hrtan, který obsahuje chrupavky párové (hlasivkové) i nepárové (štítná, prstencová, příklopka), sliznice, svaly a vazy. U mužů je štítná chrupavka mnohem vystouplejší než u žen a je viditelná na přední straně krku. Hlubší hlas je zapříčiněn větším hrtanem a delšími hlasivkovými řasami, což je typické hlavně pro muže.



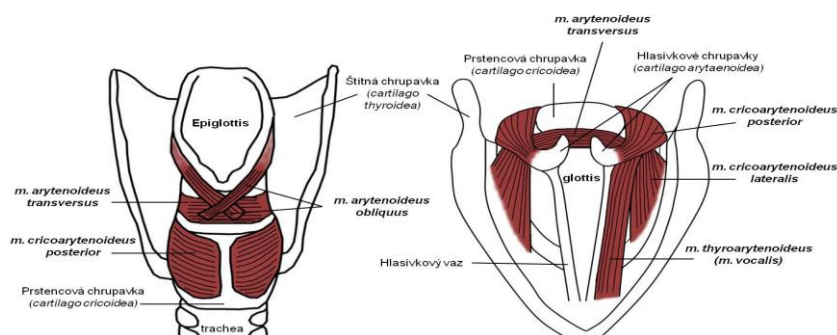
Hrtan = larynx

- 1 - jazylka ( os hyoideum )
- 2 - přiklopka hrtanová ( epiglottis )
- 3 - chrupavka hlasivková ( cartilago arytenoidea ), na kterou se upínají dvě hlasivky ( plicae vocales, jednotné číslo plica vocalis )
- 4 - štěrbina hlasivková ( rima glottidis )
- 5 - chrupavka prstenčitá ( cartilago cricoidea )
- 6 - průdušnice ( trachea )
- 7 - chrupavka štítná ( cartilago thyreoidea )



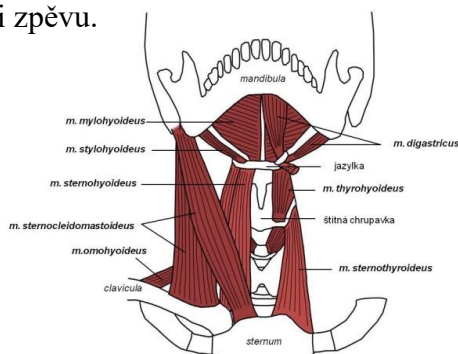
Obrázek 3: Kostra hrtanu

Svaly hrtanu rozlišujeme na vnější a vnitřní. Mezi vnitřní svaly hrtanu řadíme ty, které kontrolují napětí hlasivek a jejich pozici, a které spojují jednotlivé chrupavky v hrtanu.



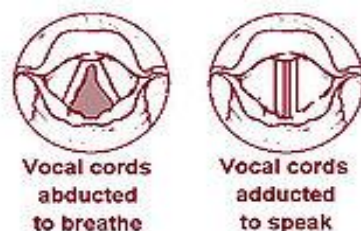
Obrázek 4: Vnitřní svaly hrtanu

Naopak vnější svaly spojují hrtan k hrudní kosti a jazylce. Poloha hrtanu ovlivňuje kvalitu hlasu při zpěvu.



Obrázek 5: Vnější svaly hrtanu

V hlasové štěrbině, která je v hrtanu, jsou dva hlasové vazy tvořící s hlasovými svaly hlasivky, které jsou uloženy v hrtanu vodorovně. Každý člověk má odlišnou délku hlasivek. Hlavní podíl na tom má věk, pohlaví a velikost hrtanu. Průměrná délka hlasivek u dospělého člověka je 1,5 až 2,5 cm. V období dospívání se u chlapců hlasivky zvětšují až o 1 cm a u dívek až o 3-4 mm. Volný prostor mezi hlasivkami se nazývá hlasová štěrbinina. Ta slouží k uvolnění pohybu tlaku vzduchu. Při výdechu se hlasivky roztahují a následně se vrací do klidové polohy pomocí jejich pružnosti.



Obrázek 6: Hlasivky při nádechu a výdechu

## 4.2 Hlas

Hlasem považujeme zvuk, který je tvořen v oblasti hlasotvorného (dechové, hlasové a artikulační ústrojí) a rezonančního ústrojí. Skládá se ze základního (hrtanového) tónu a z dalších harmonických tónů, které se tvoří v rezonančních prostorech. Sovák a Hála (1947, s. 50-54) uvádí ve své knize, že každý člověk má jedinečný a charakteristický hlas zapříčiněný určitými vlastnostmi (barvou, silou a výškou hlasu).

**Barvu hlasu** ovlivňují nejen mluvní orgány a rezonanční prostory artikulačního ústrojí, ale i stahy hrtanových svalů. Tyto stahy mohou mít za příčinu zhoršený zdravotní stav (využívání nosní dutiny). Další příčinou mohou být i projevy emocí a jejich důsledek na psychickou stránku jedince (radost, smutek, únava, atd.). Barva hlasu se mění také s přibývajícím věkem a se změnami ve stavbě těla. Důležitým faktorem ovlivňujícím barvu hlasu je pohlaví dané osoby i její národnost. Každý člověk má individuální barvu hlasu.

**Síla hlasu** neboli intenzita je plně závislá na rychlosti rozkmitu hlasivek. Každý jedinec má k dispozici základní možnosti, které jsou dány fyziologicky. Na dalších

proměnách síly hlasu závisí intenzita výdechového proudu, a také napětí hlasivkových svalů.

**Výšku hlasu** ovlivňuje frekvence kmitů hlasivek a jejich délka. Nedílnou součástí výšky hlasu je i napětí hlasivek a síla výdechového proudu. Samotný hrtan a jeho anatomická stavba i jeho posazení je v měření výšky hlasu velmi důležitý. Při běžné mluvě i zpívání se mění poloha hrtanu. Čím vyšší tón vydáváme, tím se poloha hrtanu zvyšuje a naopak. Děti mají v porovnání s dospělými hrtan posazený mnohem níž. Člověk s delšími hlasivkami má hlas spíše hluboký, kdežto člověk s kratšími hlasivkami má polohu hlasu vyšší a je schopen vydávat vyšší tóny. U hlubokého hlasu je spodní hranice okolo 50 Hz (kmitů za sekundu) a u vysokého hlasu až 480 Hz. Při zpěvu mohou být tyto kmitočty daleko větší. Záleží na individualitě a fyziologických možnostech.

Mezi základní druhy hlasu patří: **soprán, mezzosoprán, alt, tenor, baryton a bas.**

U žen se nejčastěji setkáváme s hlasy od nejhlubšího altu, přes mezzosoprán po nejvyšší soprán. U mužů rozlišujeme také nejčastější tři hlasy a to nejhlubší bas, baryton a nejvyšší tenor. Konkrétně jsou tyto druhy hlasů charakterizovány dle Sováka a Hály (1947, s. 65-66) následovně.

**Soprán** je nevyšší ze všech zpěvních hlasů. Je zpíván většinou ženami a dětmi. Rozsah tohoto hlasu je přibližně  $a - c^3$ . Dělíme ho na několik druhů dle jednotlivých oborů: koloraturní, lyrický, melodramatický a subretní.

**Mezzosoprán** se nachází mezi sopránem a altem. Stejně jako u sopránu je zpíván spíše ženami a dětmi. Na rozdíl od sopránu má temnější barvu tónu. Jeho rozsah je  $g - a^2$ . Také u něho rozlišujeme různé typy mezzosopránů: dramatický a komický.

**Alt** je považován za nejnižší ženský nebo dětský hlas. Disponuje temnější barvou. Jeho rozsah je  $e - f^2$  a můžeme rozlišit dva typy altových oborů: lyrický a dramatický.

**Tenor** je nejvyšší mužský hlas. Jeho rozsah je  $c - a^1$ . Dělíme ho na tenor: komický, lyrický a hrdinný.

**Baryton** je mužský hlas polohou mezi tenorem a basem. Tento hlas je nejběžnější u mužů. Rozsah je  $G - as^1$  a rozlišujeme baryton: lyrický a dramatický.

**Bas** je nejhlubší hlas zpíván muži. Rozsahem je  $E - e^1$ . U tohoto nejhlubšího hlasu rozlišujeme bas: hluboký, vážný a komický.

#### 4.2.1 Práce s hlasem

Hlasový tón se tvoří za pomoci hlasivek.<sup>12</sup> Dle různých aspektů rozlišujeme několik možných způsobů tzv. **hlasových začátků**. (Sovák a Hála, 1947, s. 62-64)

**Měkký začátek** – tento způsob nasazení tónu je jediný správný. Tón vzniká plynule, postupně zesiluje a je nejvíce šetrný ze zdravotního hlediska. Zároveň také vytváří pozitivní estetický dojem.

**Tvrďý začátek** – zde se setkáváme s prudkým, někdy až násilným proražením dechu hlasivkami. Ze zdravotního hlediska je tento typ začátku naprosto nepřijatelný. Může mít neblahé důsledky na samotný hlas a může dojít k pozdějším poruchám hlasu. Při tvrdém začátku je použita přílišná spotřeba dechu.

**Dyšný začátek** – je považován za jinou formu měkkého začátku. Jedná se o nedovření hlasové štěrbin. Při výdechové fázi uchází velké množství výdechového proudu, který přes mírné šumění přechází postupně v tón. Můžeme ho také nazvat jako dechový šelest. Obvykle se tento typ hlasového začátku využívá při hlasové únavě, která většinou později odezní.

#### 4.2.2 Hlasové rejstříky

Důležitou roli z hlediska finální podoby tónu nebo hlasu hrají i hlasové rejstříky, které definují Sovák a Hála (1947, s. 55-61).

---

<sup>12</sup> Podrobněji v kapitole Hlasová činnost.

**Hlasový rejstřík** je soubor tónů, které mají podobnou kvalitu a jsou tvořeny stejnou hlasovou technikou. (Dršata, 2011) Každý má svůj hlasový rejstřík charakteristický a jeho specifika jsou individuální. Nejčastějšími rejstříky, které se objevují, jsou hrudní a hlavový.

**Hrudní rejstřík** nebo také prsní je typický nižší až střední polohou hlasu. U tohoto rejstříku vnímáme vibrace hlavně v hrudní oblasti.

**Hlavový rejstřík** neboli falzet se vyznačuje spíše vyšší polohou hlasu. Při vytváření tónů v tomto rejstříku jsou hlasivky hodně napnuté a vibrace vnímáme v oblasti hlavy.

Mezi těmito rejstříky dochází k přechodu, což jsou tóny na jejich hranici. U nedostatečně procvičeného hlasu dochází k neplynulým přechodům a někdy až k prudkým přeskokům. Důkladným procvičováním a zaškolením by se tyto nežádoucí efekty měly odstranit. Naopak pokud chceme záměrně přeskakovat mezi jednotlivými rejstříky, tak využíváme tzv. **jódlování**. Pro tuto techniku je ale potřeba precizní přípravy a důkladného školení, jelikož je velmi náročná pro zpěváky, natož pro nezpěváky.

### **4.3 Dětský hlas a jeho vývoj**

Dětský hlas jeho výškou odpovídá ženskému hlasu s rozdílem velikosti hrtanu a hlasivek. Dítě má hrtan menší a hlasivky kratší než žena. Rozsah dětského hlasu ovlivňují zdravotní, hlasové i psychické dispozice. Dále také věk a rozezpívanost dítěte hrají zásadní roli v určování rozsahu. Dětské hlasy dělíme na alty a soprány stejně jako u dospělých hlasů. Dětský hlas se vyvíjí postupně.

V publikaci popisuje Dršata (2011, s. 50-52) vývoj hlasu již od prvních okamžiků života člověka. Dětský hlas se objevuje již s prvním zvukovým projevem dítěte v období novorozence. V této době je rozsah hlasu většinou okolo jednoho tónu. Díky intenzitě a výšce tónu ale dokážeme rozlišit základní emoce dítěte.

V období kojence, což je mezi 3. až 6. měsícem, dochází ke kontrole hlasu sluchem, díky kterému dítě dokáže úmyslně ovlivnit výšku i intenzitu tónu. Ve věku přibližně do tří let je rozsah hlasu  $g_1$  až  $c_2$ . V předškolním věku se děti pohybují mezi  $f_1$  až  $e_2$  a během povinné školní docházky v období mladšího školního věku se rozsah hlasu zvyšuje na  $c_1$  až  $f_2$ . Do zahájení puberty přesahuje rozsah hlasu jen lehce jednu oktávu  $d_1$  až  $d_2$ . V tomto období jen těžko určujeme pohlavní rozdíly z hlediska výšky a síly hlasu. U dětí musíme dbát na důkladné rozezpívání a hlasovou hygienu, jež podporují plynulý a přiměřený rozvoj rozsahu hlasu. S přibýváním věku i s tělesným vývojem dochází k vývoji i v barvě a síle hlasu.

Důležitým obdobím ve vývoji dětského hlasu je období mutace. Jedná se o změnu hlasu, která probíhá v pubertě (12-20 let) díky zásadnímu vlivu hormonů. Zvětšuje se nejen objem a místo posazení hrtanu na krku, ale také objem a délka hlasivek.

U mužského pohlaví je tato změna více nápadná a je typická hlubším hlasem přibližně o jednu oktávu. V pubertě se setkáváme u mužů s nápadnými změnami v poloze. Dochází k tzv. jódlování (přeskakování) hlasu, což je přechod mezi mužským a dětským hlasem (falzet). V této fázi je důležité dbát na správnou hlasovou hygienu především při zpěvu, aby nedošlo k hlasovým poruchám. Doba trvání mutace je u chlapců přibližně půl roku, ale někdy i déle.

U ženského pohlaví je mutace méně nápadná a trvá pouze 2 až 3 měsíce. Hlasivky se prodlužují jen nepatrně a hlasový rozsah se prohlubuje v průměru o kvintu a zvyšuje o tercii.

Gutzmann<sup>13</sup> i Nadoleczny<sup>14</sup> stanovili průměrný hlasový rozsah u chlapců i dívek.

*Tabulka 1: Rozsah hlasu dle Gutzmanna*

VĚK	CHLAPCI	DÍVKY
narození	$a_1$	$a_1$
2 roky	$f_1 - a_1$	$f_1 - a_1$
3-4 roky	$d_1 - a_1$	$d_1 - a_1$
4-5 let	$d_1 - b_1$	$d_1 - b_1$
6 let	$d_1 - c_2$	$d_1 - c_2$
7 let	$c_1 - c_2$	$c_1 - c_2$
8 let	$h - c_2$	$h - c_2$
9 let	$b - d_2$	$b - d_2$
10 let	$b - es_2$	$b - es_2$
11 let	$b - es_2$	$a - es_2$

*Tabulka 2: Rozsah hlasu dle Nadoleczného*

VĚK	CHLAPCI	DÍVKY
narození	$a_1$	$a_1$
2 roky	$f_1 - a_1$	$f_1 - a_1$
3-5 let	$e_1 - a_1$	$e_1 - a_1$
6 let	$d_1 - a_1$	$d_1 - a_1$
7 let	$d_1 - h_1$	$d_1 - c_2$
8 let	$d_1 - h_1$	$d_1 - d_2$
9 let	$d_1 - d_2$	$c_1 - e_2$
10 let	$c_1 - d_2$	$c_1 - e_2$
11 let	$h - d_2$	$c_1 - f_2$

<sup>13</sup> Profesor H. Gutzmann – zakladatel a tvůrce foniatrie, 1865-1922.

<sup>14</sup> Doktor M. Nadoleczny – lékař foniatrie, 1874-1940.

## 4.4 Hlasová cvičení

Tato cvičení jsou základem pro kvalitní hlasovou výchovu. Měli bychom je zařazovat do každé hodiny, abychom žáky důkladně připravili na další pěvecké aktivity. Předejde se nepříjemným hlasovým poruchám a negativnímu dopadu na dětskou psychiku. Hlasová cvičení vybíráme dle cílové skupiny. Můžeme pracovat s předem danými hlasovými modely nebo si je můžeme modifikovat do různých verzí, aby nám navazovaly na konkrétní písně. Nejčastěji využíváme slabiky či slova a s věkově starší skupinou využíváme i celých frází či vět. V hlasových cvičeních pracujeme i s rytmem, který volíme nejen podle skupiny, se kterou pracujeme, ale také podle vybraných písní do hodin a jejich rytmu. Pokud pracujeme se starší věkovou skupinou, vybíráme náročnější modely a naopak.

### 4.4.1 Notové příklady cvičení

Cvičení se v hodinách vybírá dle plánované písně. Je potřeba procvičit určité intervaly z písně, které jsou obtížné intonačně nebo rytmicky.

- v rozsahu primy



- v rozsahu sekundy



- v rozsahu tercie



- v rozsahu kvarty



- v rozsahu kvinty





- v rozsahu sexty 
- v rozsahu septimy 
- v rozsahu oktávy 

#### 4.4.2 Jednoduchá melodizovaná říkadla

##### Vhodná pro MŠ:

- Halí, belí.
- Houpy, houpy.
- Sedí liška pod dubem.
- Kolo, kolo mlýnský.

##### Vhodná pro ZŠ:

- Jede, jede myška.
- Foukej, foukej větříčku.
- U potoka roste kvítí.

## 5 ARTIKULAČNÍ ČINNOST

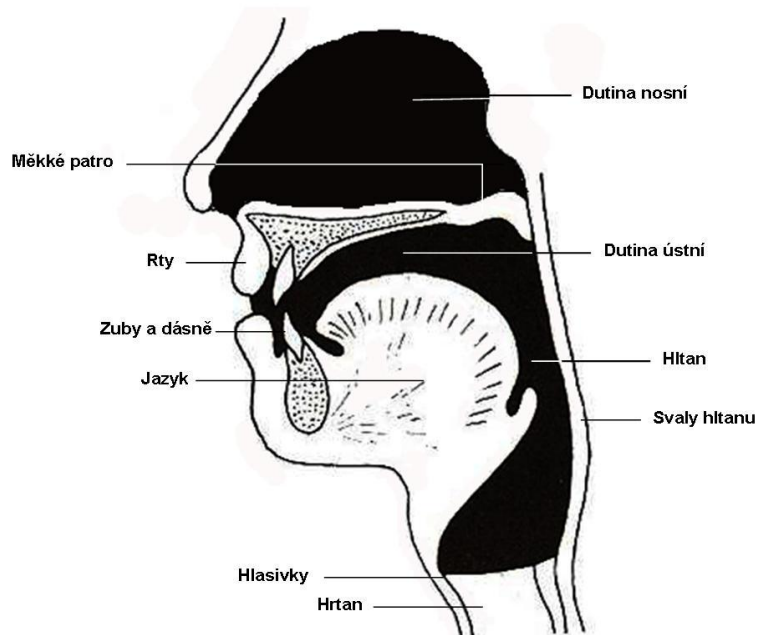
Kapitola o artikulační činnosti zahrnuje popis artikulačního ústrojí a seznámení s hláskami, které jsou rozděleny na vokály a konsonanty. Dále v této kapitole charakterizují práci s artikulací a uvádím několik příkladů artikulačních cvičení, která jsou rozdělena dle cílového zaměření procvičování pro mateřskou a základní školu.

Artikulační činnost závisí na tom, jak pracujeme s hláskami a mluvidly. Samotná artikulace je ve zpěvu nezbytnou součástí k osvojení správně techniky zpěvu a výslovnosti. Dopomáhá nám k tomu několik artikulačních cvičení, která si popíšeme později. Důležitá role v artikulaci hrají i dýchací (respirační), upravující (modifikační) a hlasové (fonační) ústrojí. Vzájemnou spoluprací těchto složek dospějeme k artikulaci.

### 5.1 Artikulační ústrojí

Artikulačním ústrojím rozumíme všechny orgány, které upravují výdechový proud tak, aby vznikla lidská řeč a její příslušné zvuky. Hlavní úlohou tohoto ústrojí je konečná podoba vycházejícího zvuku (hlásky) z hlediska lidské řeči a zpěvu. Zahrnuje dutiny rezonanční a mluvidla.

Dutina nosní, ústní a hltanová společně tvoří rezonanční dutiny, které ovlivňují výslednou podobu hlásek a zvuků. V nosní dutině dochází k vytváření nosových hlásek („m“ a „n“). V ústní dutině se utvářejí všechny hlásky nezbytné ke zpěvu a komunikaci prostřednictvím lidské řeči. Rezonanční prostor, který silně mění a má velký vliv na akustiku je v dutině hltanové. (Sovák a Hála, 1947, s. 106-115)



Obrázek 7: Artikulační ústrojí

Artikulačními orgány jsou **mluvidla**, která jsou důležitou součástí tvorby hlásek. Rozlišujeme u nich aktivní a pasivní podíl. Mezi aktivní orgány mluvidel patří rty (horní i dolní), jejichž funkce je uzavírání ústní dutiny. Jejich ohraničením je kruhový sval, který díky svému postavení má vliv na artikulaci. Dalším orgánem je dolní čelist (pohyblivá část), která ovlivňuje polohu jazyka a zubů. Špička, hřbet a kořen jsou tři části, které dohromady tvoří další aktivní orgán, kterým je jazyk. Je to hlavní artikulační orgán, jenž má silný vliv úpravě tvaru rezonančních dutin. Díky jeho ohebnosti jsme schopni vytvářet obrovskou škálu zvuků. Při tvorbě hlásek je důležitá jeho poloha. V neposlední řadě do aktivních orgánů patří měkké patro a samozřejmě i hlasivky (viz hlasové ústrojí). Mezi pasivní artikulační orgány řadíme zuby (dolní i horní), dásně a tvrdé patro.

Čechová (2011, s. 30-31) samotné hlásky resp. samohlásky (vokály) dělí na skupiny podle polohy jazyka při jejich tvoření. Tvoří tzv. **český samohláskový trojúhelník**.

Tabulka 3: Český samohláskový trojúhelník

Vertikální poloha ↓	Horizontální poloha ↔				
	Zadní (úplně)	Zadní (skoro)	Střední	Přední (skoro)	Přední (úplně)
Vysoké	U, Ú				I, Í
Středové		O, Ó		E, Ě	
Nízké			A, Á		

Souhlásky můžeme rozdělit z hlediska několika aspektů. Například podle **místa artikulace (a)**, **způsobu artikulace (b)**, **účasti hlasivek (c)** a **účasti nosní a ústní dutiny (d)**. Čechová (2011, s. 32-33)

**Ad a)**

Retné – f, v  
 Zubodásňové – t, d, n, s, z, c, r, l  
 Předopatrové – ť, ď, ň, j  
 Zadopatrové – k, g, ch  
 Hrtanové – h

**Ad b)**

Závěrové – p, b, t, d, ť, ď, k, g  
 Polozávěrové – c, č  
 Úžinové – f, v, s, z, š, ž, j, ch, h  
 Kmitavé – r, ř  
 Bokové – l

**Ad c)**

Znělé – b, d, ď, g, z, ž, h, v, l, r, m, n, ň, j, ř  
 Neznělé – p, t, ť, k, s, š, c, č, f, ch

**Ad d)**

Nosové – m, n, ň  
 Ústní – všechny ostatní souhlásky

## 5.2 Práce s artikulací

Artikulace neboli výslovnost je důležitá pro dobrou srozumitelnost dané výpovědi. Pokud chceme něco říci důrazněji, tak se automaticky soustředíme na výslovnost, aby nám bylo dobře rozumět. Stejně je to u zpívání. Každý text, který přetváříme do melodické linky, je potřeba důkladně vyslovovat, aby byl zazpíván celý obsah textu. Při zpěvu klademe velký důraz na vyslovování souhlásek. Pro žáky jsou souhlásky a jejich výslovnost samy o sobě těžké, natož ještě při zpěvu. K správnému

procvičení nám dopomáhají různá cvičení, kterými se budeme zabývat později. Před samotným zpíváním je žádoucí si vysvětlit, jak se jednotlivé souhlásky při zpěvu vyslovují. Například hláska „s“ se vyslovuje krátce, aby nedošlo k syčení, které ve zpěvu není líbivé. Stejně je tomu i u ostatních sykavek (š, z, ž, c, č, dz, dž). Slova obsahující zdvojené souhlásky jako například „nn“, se vyslovují pouze s jedním „n“. Důležitou součástí artikulace je i důraz na jednotlivých slabikách. Žáci rádi posouvají důraz na slabiky dle dané melodie, a také podle kapacity dechu. Abychom předešli tomuto problému, je vhodné nacvičit text nejprve bez melodie, ale v rytmu, tempu i náladě dle notového záznamu. V notách se nám často objevují italské termíny, které úzce souvisí s výslovností a ovlivňují její podobu. Je to například legato, což je spojování tónů stejné výšky. Dále také glissando, které způsobí skluz z jednoho tónu na druhý. Dalšími častými termíny jsou staccato neboli zkracování délek not a ripetuto, které dává důraz na první dobu.

### **5.3 Artikulační cvičení**

Tato cvičení jsou zaměřena na správnou výslovnost, její pružnost, srozumitelnost, pohotovost a přesnost. Základem je uvolnění celého mluvního aparátu. Jejich využití je hlavně při zpívání a při řeči. Rozlišujeme celou řadu artikulačních cvičení, která můžeme různě obměňovat. Využíváme buď textů z písní nebo říkadel, ale také jazykolamů, vymyšlených vět, slovních spojených nebo různých říkanek. Cvičení také můžeme vybírat dle procvičování konkrétních hlásek, které dělíme na samohlásky a souhlásky. Obtížnost obsahu cvičení volíme na základě skupiny, se kterou pracujeme. Dbáme na věk, zkušenosti, mentální připravenost, časovou dotaci, fázi v hodině, atd.

#### **5.3.1 Artikulační cvičení vhodná pro MŠ**

##### **5.3.1.1 Pantomimická cvičení**

Tato cvičení přispívají k procvičení hlavně rtů, jazyka a tvrdého i měkkého patra. Provádějí se beze slov.

Zaměření na procvičení **rtů**:

- ohrnování horního i dolního rtu,
- přetahování obou rtů přes zuby,
- masáž rtů vzájemným třením,
- špulení rtů.

Zaměření na procvičení **dolní čelisti**:

- pohyby čelisti do stran a nahoru i dolů.

Zaměření na procvičení **jazyka**:

- špičkou jazyka se dotknout horních i dolních zubů,
- vyplazování jazyka.

### **5.3.1.2 Cvičení na výslovnost samohlásek (vokálů)**

Zaměření na **uvolnění**:

- Haló, halóóóó!
- Mami, babi!
- Kač, kač, kač.

Zaměření na **vokály**:

„a“ Máma má, táta má.

Haf haf!

„e“ Meleme vesele, vezeme postele.

Bee, beee.

- „o“ Kokokoko.  
Kolo, molo.
- „u“ Dupy dupy dup, dup, dup, draka bolí zub, zub, zub.
- „i/y“ Fidli fidli.  
Fíííí.
- „ou“ Hou, hou, krávy jdou, nesou mléko pod vodou.

### 5.3.1.3 Cvičení na výslovnost souhlásek (konsonantů)

- „p“ Ptáček pípá píp, píp, píp.
- „b“ Bubák dělá bu bu bu.
- „m“ Máváme na mámu.
- „n“ Na na na na na na na.
- „t“ Ty ty ty ty ty ty ty, ty to budeš platiti.
- „d“ Drak dupe dup dup.
- „s“ Sysel si syslí seno.
- „z“ Zuzanu zlobí zuby.
- „j“ Já já já jenom já.
- „l“ Lada líže lízátko.
- „v“ Veverka vyvádí ve vodě.
- „f“ Vítr fouká fí fí.
- „k“ Kukačka kuká ku ku ku.
- „g“ Kachna dělá ga ga ga.
- „r“ Trnky brnky, máme hrnky  
Prrrr koníčku, prrrr.

#### 5.3.1.4 Jazykolamy

Jazykolamy procvičují těžko vyslovitelná slova a slovní spojení. Jejich účelem je trénovat správnou a důkladnou výslovnost. Při práci s jazykolamy se můžeme také pobavit a přicházet na nové a nové jazykolamy. (Koutský, 2006, s. 16-19)

- Č** Čimčarára čim čim čim.  
Čtyři cvrčci čekají na čápa.
- P** Pepina pije pití pomalu.  
Pepa prosí Pavlínu.
- D** Dupy dupy dup dup dup.  
Ducy ducy duc duc duc.
- M** Máma má malou Emu.  
Myši mají miminko.
- E** Jelen letěl jetelem.
- L** Lelek se leká mléka.

#### 5.3.2 Artikulační cvičení vhodná pro ZŠ

##### 5.3.2.1 Pantomimická cvičení

Zaměření na procvičení rtů:

- střídavé ohrnování horního i dolního rtu,
- střídavé přetahování rtů přes zuby,
- masáž rtů vzájemným třením,
- špulení rtů.



#### Zaměření na procvičení **dolní čelisti:**

- krouživý pohyb dolní čelisti,
- imitace výslovnosti dvojhlásek ou, au,
- imitace vyslovování hlásek a, e, i, o, u.

#### Zaměření na procvičení **jazyka:**

- kmitáním jazyka vyslovovat lalalala,
- pohyb jazyka po zubech ze strany na stranu.

#### **5.3.2.2 Cvičení na výslovnost samohlásek (vokálů)**

##### Zaměření na **uvolnění:**

- mání, méně, Máňa,
- cililink, cingilingi,
- čimčarára, tím ta čára.

##### Zaměření na **vokály (samohlásky):**

„**a**“ Já rád játra, ty rád játra, on rád játra.

Papá malá Katka ananas a jabka?

Katka papá sama!

„**e**“ Ema hledá, kde je Eda. Kdepak Eda, ten se nedá!

Heleme se, jak se nese.

„**o**“ No toto! Slon Otto ohl chobot, kopl do bot.

„**u**“ Buduju v dubnu u buku studnu.

Kupuju pumpu, pumpuju žumpu.

„i/y“ Zimní víly šily chvíli, šily kvítí z bílých nití.

Kdyby byly ryby.

„ou“ Ouvej, ouvej, táta dlouhej, s hloupou chloubou dlouhou strouhou.

### 5.3.2.3 Cvičení na výslovnost souhlásek (konsonantů)

„p“ Prodavač prodává preclíky.

„b“ Bába buší na bubínek, bubnuje i Budulínek.

„m“ Má máma má málo máku.

„n“ Nina ta si nalije a nandá naplno.

„t“ Teta tančí tango, twist.

„d“ Dum de dum de dum de dum de dum de.

„s“ Skákal pes přes oves.

„z“ Leze, leze po železe.

„j“ Už je jaro, už je máj.

„l“ Lída lila vodu liliím.

„v“ Vítek vzal vidle ven.

„f“ Fifinka s Filipem fičí s Frantou.

„k“ Kvočna kvoká kokodák.

„g“ Gábina s Gustavem gumují gumou.

„r“ Robert rotuje robotem.

### 5.3.2.4 Jazykolamy

**B,P** Měla babka brabce v kapse, brabec babce v kapse píp. Zmáčkla babka brabce v kapse, brabec babce v kapse chcíp.

- C** Cvrček cvrká cvrk cvrk.  
Ciccero leccos cvak.
- D** Datel dutě zadutal nad dutou dutinou dubu.  
Dvanáct dutých dubů duní pod dutáním datlů.
- P** Pudl prdl pudr.  
Poslal posel posla pro slámu.
- S** Nesnese se se sestrou.  
Sysli myslí, že v té pixli je syslí müsli.
- R** Rozprostovlasatila-li se dcera krále Nabuchodonzora nebo  
nerozprostovlasatila-li se dcera krále Nabuchodonzora.
- L** Zeptej se Lili, nalili-li liliputání liliím vodu.  
V Londýně u lorda Donalda dávali lahodné bledule, hladoví blondýni  
lepili okolo loudavě cedule.
- L, R** Dolar, libra, rubl.
- J, L** Dalajláma v lomu láme slámu.
- K** Kapka kapla, klapka klapla.  
Náš Pan kaplan v kapli plakal.

## 6 METODICKÉ PŘÍPRAVY

V následující části této práce jsem připravila několik metodických příprav pro hodinu hudební výchovy. Přípravy jsou rozdělené dle typu školního zařízení, a také dle vhodnosti pro jednotlivé ročníky na prvním stupni základní i mateřské školy. V každé přípravě uvádím nejpodstatnější informace k dané hodině, kterými jsou: věk (třída), počet žáků, cíle dané hodiny, učivo zahrnuté v přípravě, klíčové kompetence, pomůcky potřebné pro vyučování, časová dotace a požadující prostor. Všechny přípravy jsou strukturované do několika částí, které by každá hodina hudební výchovy měla obsahovat. Jedná se o motivační aktivitu, dále uvolňovací cvičení, aktivity podporující rozvoj dechové průpravy, činnosti pro aktivizaci hlasové polohy, popřípadě aktivizaci mluvidel. Nejdůležitějším cvičením každé hodiny je rozezpívání, které by mělo žáky dostatečně připravit na další práci s hlasem. Druhá část hodiny je věnována nácvičku písničky a dále práci s ní. V každé hodině uvádím i závěrečné zhodnocení a reflexi na odučenou hodinu.

## 6.1 Konzultace s pedagogem v mateřské škole

Před samotným vyučováním příprav v mateřské škole jsem vedla nestrukturovaný rozhovor s učitelkou, která vyučuje hudební výchovu ve všech třídách tohoto zařízení. Jelikož mé profesní zaměření je orientováno na žáky staršího věku, potřebovala jsem před samotnou realizací vědět několik informací. Ptala jsem se na potřebnou časovou dotaci pro celou přípravu a jaké dovednosti děti v jednotlivých třídách již mají a na jaké úrovni. Také jsem byla seznámena s možností problémů u jednotlivých dětí. V této mateřské škole se hudební výchova vyučuje pravidelně několikrát týdně a délka trvání jedné vyučovací jednotky je přibližně 30 minut. Děti jsou během školního roku seznámeny se všemi složkami hudebně-výchovných činností, kterými jsou poslechové činnosti, instrumentální činnosti, vokální činnosti a hudebně-pohybové činnosti. V mateřské škole funguje i sbor, který je složen z nejšikovnějších dětí z každé třídy. Během rozhovoru jsem obdržela dostatečné informace k tomu, abych mohla připravit kvalitní metodické přípravy pro vyučování hudební výchovy v mateřské škole.

## **6.2 Přípravy na hodinu hudební výchovy pro mateřskou školu**

## Příprava na hodinu hudební výchovy

(píseň „Skákal pes“)

**Třída:** Hvězdičky (3 roky)

**Počet žáků:** 28

**Cíle:** Děti si díky několika aktivitám rozvinou své znalosti a dovednosti v oblasti hudební výchovy. Zábavnou formou se naučí píseň „Skákal pes“, kterou zaintonují v dané tónině. Osvojí si dovednosti z dechové průpravy i rozezpívání. Rozšíří si svůj hlasový rozsah a procvičí si práci s hlasem. Zároveň dokážou propojit svůj zpěv o další doplňující aktivity, konkrétně práce s obrázky.

**Učivo:** intonace, popis obrázků, dechová průprava, píseň „Skákal pes“, práce s písní

**Pomůcky:** obrázky, klavír nebo klávesy

**Klíčové kompetence:** k učení, k řešení problémů, komunikativní, sociální a personální

**Časová dotace:** 20-25 minut

**Prostor:** klasická třída

### Motivace (4 min)

#### Pomocí obrázků

*„Dnes se naučíme spolu jednu písničku. Já jsem si k vám přinesla obrázky, ve kterých se skrývá naše písnička. Dokážete uhodnout, o kterou písničku se jedná? Popište mi, co se na každém obrázku děje.“*



Obrázek 8: Obrázkový příběh

### Hlasová rozvíčka (10 min)

#### a) uvolnění těla

##### Sbírání jablíček

„Maminka nás poslala pro jablíčka, která musíme utrhnout ze stromu. Nejdřív trháme jablíčka z větví, které jsou nízko, a postupně se pokoušíme sesbírat jablíčka z vyšších větví.“

*Pozn.: Učitel hlídá, aby se žáci věnovali dané aktivitě. Také vše názorně předvádí a svůj pohyb doprovází jednotlivými pokyny.*

#### b) dýchání

##### Horký čaj

„K obědu dnes máme čaj. Ten je ale moc horký. Abychom si nespálili pusinky, tak si ho musíme nejdříve pořádně vyfoukat.“

*Pozn.: Učitel pozoruje žáky, zda vydechují vzduch s mírným tlakem a nepoužívají přitom hrtanové svaly.*



### c) rozezpívání

Ustálení tónu na 1. stupni

Ma-min-ka Ma-min-ka

The musical notation shows a treble clef, a 4/4 time signature, and a key signature of one flat (B-flat). The melody consists of two measures. The first measure starts on a whole note G4 (Ma) and moves to a half note A4 (min) and a half note B4 (ka). The second measure starts on a whole note B-flat4 (Ma) and moves to a half note C5 (min) and a half note D5 (ka).

Od 1. k 3. stupni

Ta-tí-nek Ta-tí-nek Ta-tí-nek

The musical notation shows a treble clef, a 4/4 time signature, and a key signature of one flat. The melody consists of three measures. The first measure starts on a whole note G4 (Ta) and moves to a half note A4 (tí) and a half note B4 (nek). The second measure starts on a whole note A4 (Ta) and moves to a half note B4 (tí) and a half note C5 (nek). The third measure starts on a whole note B4 (Ta) and moves to a half note C5 (tí) and a half note D5 (nek).

Od 3. k 1. stupni

Na na na Na na na Na na na Na na na

The musical notation shows a treble clef, a 4/4 time signature, and a key signature of one flat. The melody consists of four measures. The first measure starts on a whole note G4 (Na) and moves to a half note A4 (na) and a half note B4 (na). The second measure starts on a whole note A4 (Na) and moves to a half note B4 (na) and a half note C5 (na). The third measure starts on a whole note B4 (Na) and moves to a half note C5 (na) and a half note D5 (na). The fourth measure starts on a whole note C5 (Na) and moves to a half note D5 (na) and a half note E5 (na).

Od 1. k 5. stupni

Du py du-py du-py du py du py du-py du py du py du-py

The musical notation shows a treble clef, a 4/4 time signature, and a key signature of one flat. The melody consists of four measures. The first measure starts on a whole note G4 (Du) and moves to a half note A4 (py) and a half note B4 (py). The second measure starts on a whole note A4 (Du) and moves to a half note B4 (py) and a half note C5 (py). The third measure starts on a whole note B4 (Du) and moves to a half note C5 (py) and a half note D5 (py). The fourth measure starts on a whole note C5 (Du) and moves to a half note D5 (py) and a half note E5 (py).

### Práce s písní (10 min)

#### Skákal pes

Ská-kal pes přes o-ves přes ze-le nou lou-ku  
šel za ním my-sli-vec, pe-ro na klo-bou-ku.  
Pej-sku náš, co dě-láš, žes tak ve-sel stá-le.  
řek bych vám, ne-vím sám, hop a ská-kal dá-ě

The image shows a musical score for the song 'Skákal pes'. It consists of four staves of music in a 2/4 time signature with a key signature of one flat. The lyrics are written below each staff.

Obrázek 9: Píseň Skákal pes

## Obrázkový příběh

- 1) Děti hádají, jak by se měly obrázky poskládat za sebe.
- 2) Učitel jim zazpívá píseň a děti kontrolují obrázky.
- 3) Učitel opět zpívá píseň a děti ukazují na jednotlivé obrázky. Děti si fixují text a melodii.
- 4) Všichni zpívají vše.

*Pozn.: Vše je prováděno v pomalém tempu, aby děti v tomto věku stačil vše vnímat a spolupracovat.*

### **Závěr hodiny (1 min)**

„Jakou písničku jsme se dnes naučili? Kdo si myslí, že dnes pracoval dobře a zaslouží si pochvalu? Výborně! Všichni si zasloužíte pochvalu, a proto si společně všichni zatleskáme.“

### **Reflexe hodiny z pohledu učitele**

S touto hodinou jsem byla nad míru spokojená. Přesto, že nejsem budoucí učitelka mateřské školy, tak se mi práce s dětmi tohoto věku velmi líbila. Všechny vybrané aktivity odpovídaly věku skupiny dětí a jejich schopnostem. Motivační aktivita se dětem velmi líbila a následná práce s písní, kdy využívali obrázky a zároveň se díky nim naučily text písně. Pro tuto věkovou skupinu doporučuji využívat obrázky, kartičky a další názorné předměty. Jako uvolňovací hru jsem zvolila jednoduché cvičení, kdy se děti pouze protahují a využívají svých přirozených pohybů se snadnou koordinací těla. Toto cvičení se dětem velmi povedlo, jelikož si ho mohli poměrně snadno představit a následně i provést. Další aktivitou bylo cvičení, které rozvíjelo dechovou průpravu. Děti ze svého běžného života již znají foukání horkého čaje, takže tato aktivita nebyla těžká z hlediska provedení. Mírné rozdíly v úrovni hudebních dovedností a znalostí jsem pocítila při rozezpívání. Některé děti mají dobrý hudební sluch i rytmické cítění. U některých ale docházelo ke špatné orientaci v jednotlivých hlasových modelech. Někteří neintonovali nebo zůstávali stále na jednom tónu. Pro rozezpívání bych příště zvolila jiná opěrná slova, aby byla pro děti zajímavější. Také bych zvolila pomalejší tempo. Komplexně ale děti rozezpívání zvládly a dostatečně se připravily na píseň a práci s ní. Konkrétně při práci

s písni nebyl vůbec žádný problém. Děti se naučily píseň mnohem rychleji, než jsem čekala u tohoto věku dětí. Píseň jsme si společně zazpívaly vícekrát za sebou a děti stále využívaly obrázky, se kterými si hrály ještě po naší společné hodině. Časová dotace byla dostatečně rozvržena a všechny aktivity jsme stihly v předem stanoveném čase. Pro tento věk dětí jsem po konzultaci s jejich třídní učitelkou zvolila pouze 20 minut, kdy jsou děti schopny udržet pozornost a pracovat. Celou vyučovací jednotku hodnotím jako zdařilou a u dětí jsem se setkala s pozitivními ohlasy v závěru hodiny.

## **Příprava na hodinu hudební výchovy**

(píseň „Pec nám spadla“)

**Třída:** Sluníčka (4 roky)

**Počet žáků:** 28

**Cíle:** Děti se v této hodině seznámí s písni „Pec nám spadla“ a zaintonují ji v dané tónině. Pomocí pohybové aktivity se důkladně připraví na další činnosti. Prohloubí si úroveň dovedností v dechové průpravě a rozšíří si hlasový rozsah. Dokážou propojit naučenou píseň s pohybovým doprovodem.

**Učivo:** intonace, pohybový doprovod, dechová průprava, píseň „Pec nám spadla“, práce s písni

**Pomůcky:** klavír nebo kláves, hudební přehrávač s monitorem

**Klíčové kompetence:** k učení, k řešení problémů, komunikativní, sociální a personální

**Časová dotace:** 20-25 minut

**Prostor:** klasická třída

## Motivace (4 min)

### Pomocí hudební ukázky

Učitel pustí dětem hudební ukázkou písničky „Pec nám spadla!“ Tato ukázka je i s divadelním doprovodem, který děti jistě zaujme.

Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=TzLKOvPxGZY>

## Hlasová rozvíčka (10 min)

### a) uvolnění těla

#### Máchání prádla

„Víte, jak se dřív pralo prádlo? Dřív lidé nepoužívali pračky ani sušičky. Všechno si museli udělat vlastníma rukama a my si dnes jedno prádlo zkusíme vyprat, vymáchat a pověsit. Abychom se dostatečně rozvíčili a uvolnili, tak se u toho budeme pohybovat a říkat k tomu říkanku.

Peru, peru                      *hluboký předklon a praní rukama*

ždímám, ždímám              *rovný stoj a rukama ždímání*

máchám, máchám              *vytřepávání prádla v předklonu*

věším, věším                  *narovnaný stoj a s rukama nad hlavou věšíme prádlo količky*

*Pozn.: Učitel ukazuje, co mají děti dělat a vede je během doprovodného textu.*

### b) dýchání

#### Syčení hada

„Byli jste někdy v zoologické zahradě? A viděli jste tam někdy zvíře, které se plazí a u toho syčí? Jak se jmenuje? Vyzkoušejte si hluboký nádech a poté pomalu syčet až do úplného vyprázdnění vzduchu.“

*Pozn.: Učitel hlídá děti, aby nedošlo k zvedání ramen a napětí v oblasti zátylku. Společně s dětmi si položí ruku na břicho a všichni vnímají, jak se nadechují do břicha.*

### c) rozezpívání

Ustálení tónu na 1. stupni



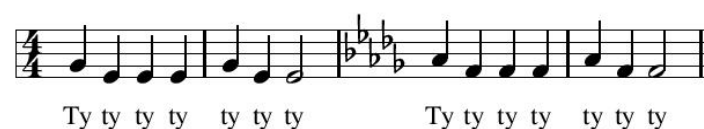
Od 1. k 3. stupni



Od 1. k 5. stupni

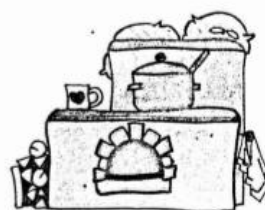


Od 5. k 3. stupni



### Práce s písní (10 min)

## Pec nám spadla



Pec nám spadla,  
pec nám spadla,  
kdo pak nám ji postaví,  
starý pecař není doma  
a mladý to neumí.

Zavoláme na dědečka,  
ten má velké kladivo,  
dá do toho čtyři rány  
a už je to hotovo.



Obrázek 10: Píseň Pec nám spadla

## Hra na ozvěnu

- 1) Učitel předzpívává dětem píseň po jednotlivých taktech a ony po něm opakují.
- 2) Učitel spojuje více taktů, aby došlo k fixaci textu i melodie u dětí.
- 3) Děti již umí celou píseň a zpívají vše.
- 4) Píseň je doplněna o pohybový doprovod.

Pec nám spadla, pec nám spadla,	<i>ze stoje do dřepu a zpět</i>
kdopak nám ji postaví?	<i>hledání nějaké pomoci</i>
Starý pecař není doma	<i>signalizace, že není doma</i>
a mladý to neumí.	<i>prstem i hlavou naznačovat zápor</i>
Zavoláme na dědečka,	<i>signalizace volání do dálky</i>
ten má velké kladivo.	<i>ukazování velikosti kladiva</i>
Dá do toho čtyři rány	<i>bouchání kladivem</i>
a už je to hotovo.	<i>tleskání</i>

### **Závěr hodiny (1 min)**

„Jakou písničku jsme se dnes naučili? Kdo si myslí, že dnes pracoval dobře a zaslouží si pochvalu? Výborně! Všichni si zasloužíte pochvalu, a proto si společně všichni zatleskáme.“

### **Reflexe hodiny z pohledu učitele**

Hodina v této třídě začala motivačním videem, které děti velmi zaujalo. Již ze samotného videa se naučily téměř celou píseň, která byla plánovaná na konec této vyučovací jednotky. Jako uvolňovací cvičení jsem zvolila aktivitu, kterou mi doporučila jejich třídní učitelka. Děti toto cvičení dobře znají a zároveň ho velmi často vyžadují. I v této hodině přineslo velký úspěch a děti radostně cvičily dle zadání. Tímto cvičením si

protáhli tělo a připravily se na hlasové a dechové aktivity. Do dechové průpravy jsem zařadila cvičení, které využívá sykavek a trénuje rovnoměrnost a délku výdechu. Jelikož tato třída obsahuje 28 dětí, tak trvala trochu déle. Měla jsem na ni ale vyhraněno dostatek času, kdy jsem měla prostor věnovat se postupně všem žákům a navigovat je ke správnému provedení daného cvičení. Tato třída má jako třídní učitelku výbornou hudebnici, která je vede k hudební výchově a pěveckým dovednostem velmi často a práce s nimi tudíž byla mnohem jednodušší. U dětí byl znát velký zájem o dané aktivity, které zahrnovaly i rozezpívání. Jak jsem již uvedla, třída je poměrně dobře připravena a vedena ke všem průpravám související se správnou technikou zpěvu. Po rozezpívání byly děti dobře připraveny na píseň a práci s ní. Již z motivačního videa se většina třídy naučila píseň, takže práce s písní byla mnohem rychlejší a jednodušší. Místo učení písně formou hry na ozvěnu jsme rovnou přešli na zpěv všech dětí společně. Následně jsme si hrály s dynamikou i tempem písně. Píseň jsme dle metodické přípravy doplnili o pohyb, který děti velmi bavil. S pohybem jsme píseň zpívali několikrát, kdy jsme se střídali po skupinách smíšených nebo rozdělených na chlapce a děvčata. Z hlediska časové dotace vše vyšlo dle plánování a nebylo potřeba více času. Vyučovací jednotku jako celek hodnotím velmi pozitivně a od třídní učitelky, která byla celou dobu přítomna, jsem obdržela slova velké chvály.

## **Příprava na hodinu hudební výchovy**

(píseň „Kočka leze dírou“)

**Třída:** Kuřátka (5-6 let)

**Počet žáků:** 28

**Cíle:** Díky několika aktivitám si děti osvojí další znalosti a zvýší úroveň svých dovedností v oblasti dechové průpravy a intonace. Seznámí se s novými aktivitami, které rozvíjí dechové schopnosti jedince. Naučí se píseň „Kočka leze dírou“ a zaintonují ji v dané tónině. Zároveň dokážou propojit zpěv dané písně s pohybovým doprovodem.

**Učivo:** intonace, dechová průprava, píseň „Kočka leze dírou“, práce s písní, pohybový doprovod

**Pomůcky:** klavír nebo klávesy, vršky zobcových fléten, obruče

**Klíčové kompetence:** k učení, k řešení problémů, komunikativní, sociální a personální

**Časová dotace:** 30-35 minut

**Prostor:** klasická třída

### **Motivace (3 min)**

#### Pomocí plyšáků

„Dnes jsem vám přinesla ukázat svoje dva kamarády, kteří se na vás také chtěli podívat. Poznáte, co je to za zvířátka? Výborně! A věříte, že se o nich zpívá jedna písnička? Dokázali byste mi říct která? My se dnes společně jednu naučíme.“

### **Hlasová rozcvička (12 min)**

#### **a) uvolnění těla**

##### Setřásání sněhu

„Sice teď máme jaro, ale zkuste si vzpomenout na zimu. Vzpomínáte, když jste byli venku a sněžilo? Jak jste měli od sněhu úplně všechno? Představte si, že je opět zima a vy si venku stavíte sněhuláka. Už je pozdě a vy musíte jít domů. Abyste ale doma neudělali velkou louži od sněhu, tak musíte ze sebe setřást všechn sních.“

*Pozn.: Učitel dává pokyny dětem, které části zrovna protřepávají. Také si všímá, zda jsou děti dostatečně uvolněné a spolupracují.*

#### **b) dýchání**

##### Zobcové flétny

Každý dostane do ruky vrchní díl od zobcové flétny. Postupně zkouší dýchat do zobáčku nosní dírkou a pokouší se tím zapískat.

*Pozn.: Učitel hlídá, aby nedošlo k nějaké nebezpečné situaci. Ukazuje dětem, jak se dané cvičení správně provádí. Koriguje aktivitu, aby nedošlo k chaosu a nadměrnému hluku. U tohoto cvičení se aktivizuje bránice, na kterou může učitel upozornit.*



### c) aktivizace hlasové polohy

#### Stahování rolety

„Na jaře nám často svítí sluníčko a my občas musíme použít rolety nebo žaluzie. Zkuste ukázat, jak rukou stahujete žaluzie nebo rolety a u toho děláte zvuk, který naznačuje daný pohyb.“

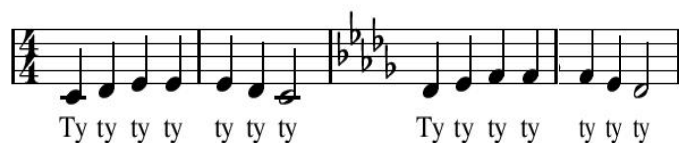
*Pozn.: Učitel k této aktivitě vybere vhodnou hlásku nebo slabiku, což je „Brr“.*  
*Všimá si, zda mají žáci uvolněné rty a neprodukují příliš mnoho vzduchu a velký tlak při výdechu.*

### d) rozezpívání

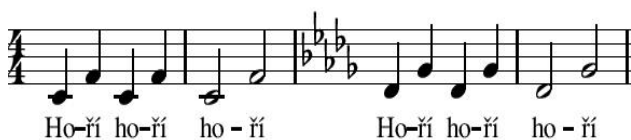
Ustálení tónu na 1. stupni



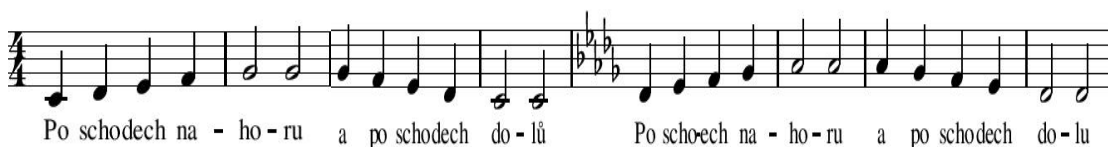
Od 1. k 3. stupni



Od 1. k 4. stupni



Od 1. k 5. stupni



## Práce s písní (12 min)

**Kočka leze dírou**



Koč-ka le-ze dí-rou, pes o-knem  
pes o-knem, ne-bu-de-li pr-šet, ne-zmok-nem.  
ne-bu-de-li pr-šet, ne-zmok-nem.

Obrázek 11: Píseň *Kočka leze dírou*

### Loutky a maňásci

- 1) Učitel předvádí pomocí loutek (plyšáků) příběh a děti hádají jeho pokračování.
- 2) Učitel zpívá píseň a u toho hraje příběh s loutkami. Děti si fixují text a melodii.
- 3) Učitel zpívá píseň a děti k tomu hrají příběh s loutkami. V rámci této aktivity využijí i obruč, která symbolizuje okno a žáci i s plyšáky jím prolézají.
- 4) Všichni zpívají vše.

## Závěr hodiny (3 min)

Na konci hodiny je prostor pro zhodnocení žáků a jejich práce. „Jakou písničku jsme se dnes naučili? O čem byla? Která aktivita vás bavila nejvíce a proč?“

### Reflexe hodiny z pohledu učitele

V této třídě jsem se setkala s menšími komplikacemi během vyučování. Jako první jsem se s dětmi seznámila a hned na to navazovala motivační aktivita. Děti výborně spolupracovaly a ihned poznaly, o jakou píseň se jedná. Dalším větším blokem byla hlasová rozcvička, která začínala aktivitou na uvolnění těla. Děti s velkou radostí

poskakovaly po třídě. V jednu chvíli ale došlo k velkému hluku, kdy už neposlouchaly moje pokyny. Pro procvičení dýchání jsem zvolila využití zobcových fléten na doporučení od jiné učitelky tohoto zařízení. Třídní učitelka těchto dětí nemá k hudbě takový vztah, jako tomu bylo u předchozí třídy dětí, tudíž práce s nimi byla nyní o něco náročnější. Když jsem ukázala dětem zobcové flétny, tak nevěděly, co je to za hudební nástroj. Nejprve jsem je s flétnou tedy seznámila, zahrála jsem na ni jednoduchou píseň a děti si ji celou osahaly a zkusily zapískat. Následně jsme vyzkoušeli aktivitu, kdy děti používaly pouze jen vrchní části fléten. Cvičení je velmi bavilo, i když bylo pro mé uši občas velmi nepříjemné. Děti jsem se zeptala, zda cítí, že se jim stlačuje břicho. Při ohmatání rukama jsem si jejich odpovědi potvrdila. Dalším cvičením jsme aktivizovali hlasovou polohu pomocí imitace zvuku stahování rolet. Tato aktivita děti zaujala a vyžadovaly její další opakování. Následovalo rozezpívání, kde byly slyšet velké rozdíly v úrovni hudebních dovedností. Některé děti nebyly doposud seznámeny s rozezpíváním. Zvolila jsem tedy mnohem pomalejší tempo a rozdělila děti na dvě skupiny, abych mohla lépe pozorovat rozezpívání a popřípadě lépe vnímat intonaci. Obě skupiny pracovaly výborně a společně jsme se připravili na píseň a práci s ní. Děti tuto píseň již znaly s předešlých let v mateřské škole, tudíž se prvotní fáze učení písně velmi zkrátila. Jako motivaci jsem vybrala plyšové hračky, které jsou dětem tohoto věku velmi blízké. Děvčata i chlapci s nimi rádi pracovali a napadlo je mnohem více písniček i básniček či pohádek, ve kterých se tato dvě zvířata objevují. Samotná práce s písní byla velmi zábavná. V konečné fázi této aktivity jsme již plyšové hračky odložily a využily pouze vlastní těla a obruče, kterými děti procházely a hrály si na kočky a pejsky. V závěru hodiny jsme si krátkou chvíli povídali o uplynulé hodině. Dětem se vyučovací jednotka velmi líbila a následně mi popisovaly všechny aktivity zpětně a jejich pocity. Jejich třídní učitelka byla celou dobu přítomna a po mém vyučování jsme společně rozebraly metodickou přípravu. S hodinou byla velmi spokojená a rozhodla se děti více rozvíjet v oblasti hudební výchovy, s čehož jsem byla velmi nadšená. Z hlediska časové dotace jsem potřebovala o 15 minut více, jelikož jsem důkladněji rozebrala rozezpívání se všemi dětmi, a také jsem je seznamovala s hudebním nástrojem – flétnou. Tuto hodinu hodnotím z mojí strany pozitivně a doporučuji přípravu zařadit do hodin hudební výchovy v předškolním vzdělávání.

### **6.3 Přípravy na hodinu hudební výchovy pro 1. ročník základní školy**

## Příprava na hodinu hudební výchovy

(píseň „Ovčáci, čtveráci“)

**Třída:** 1.

**Počet žáků:** 24

**Cíle:** Žáci se v této hodině naučí píseň „Ovčáci, čtveráci“ a zaintonují ji v dané tónině. Zároveň si osvojí intonaci tónického kvintakordu. Prohloubí si znalosti a dovednosti z oblasti hlasové hygieny, artikulace a dechové průpravy. Také si rozvinou hlasový rozsah. Využijí pohybů k vyjádření emocí a procvičí si grafomotoriku při práci s písní.

**Učivo:** intonace, hlasová hygiena, dechová průprava, artikulace, píseň „Ovčáci, čtveráci“, práce s písní

**Pomůcky:** klavír nebo klávesy, šátky nebo kusy oblečení, hudební přehrávač, hudební kulisa, papír, psací potřeby

**Klíčové kompetence:** k učení, k řešení problémů, komunikativní, sociální a personální

**Časová dotace:** 45 minut (1 vyučovací hodina)

**Prostor:** klasická učebna (nejlépe hudební)

### Motivace (5 min)

#### Pomocí pohybové hry

„Dnes si zahrajeme hru „Ovečky, ovečky!“ Jeden z vás bude vlk a zbytek budou ovečky. Víte, kdo se na loukách stará o ovečky? My se dnes o nich naučíme píseň.“

*Pozn.: Záleží na prostoru, ve kterém se daná aktivita odehrává. Učitel sám popřípadě pozmění pravidla (místo běhu chůze), aby nedošlo ke zranění.*

## Hlasová rozcvička (15 min)

### a) uvolnění těla

#### Mávání šátkem

„Každý z vás dostane jeden šátek (nebo si vezme kus oblečení) a nechám vás se volně pohybovat po třídě. K tomu vám pustím hudební kulisu, abyste se mohli pohybovat v doprovodu hudby. Záleží jen na vás, jaké pohyby budete dělat. Vše by ale mělo být uvolněné a mírné.“

*Pozn.: Učitel vybere vhodnou hudební kulisu, aby žáky motivovala spíše ke klidnějším pohybům. Také dává pozor, aby se žáci dostatečně soustředili a nerozptylovali se okolím.*

### b) správný postoj těla

#### Plavková sezóna

„Představte si, že každý z vás je modelka nebo model, který má předvést na přehlídce plavky. Posadte se na židle, kolena si dejte od sebe a ruce si položte na stehna. Úplně povolte břicho a podívejte se na své tělo, jak nyní vypadá. Přeci jen modelky a modelové by měli sedět a stát rovně, aby dobře vypadali. Teď se zkuste narovnat. Vidíte, jak se vám najednou narovnal záda, otevřel hrudník a napnulo břicho? To stejné si zkusíme i vstojem.“

*Pozn.: Učitel komentuje každého žáka při narovnání, zda žák udělal vše v dostatečné míře. Učitel je také předlounou pro své žáky.*

### c) dýchání

#### Popálený prst

„Stalo se vám už někdy, že jste se o něco spálili? O co a kde jste se tedy spálili? Teď si představíme, že jsme si spálili prst u ruky o horký sporák. Každý z vás si ho snaží pofoukat tak, aby ho to už nebolelo.“

*Pozn.: Učitel hlídá, zda žáci nezvedají ramena. Při těchto obtížích učitel směřuje žákovi pozornost více na dýchání.*

## d) aktivizace mluvidel

### Citoslovce

„Víte, jaké zvuky vydávají některá zvířátka? Například jak dělá holoubek, pesek nebo kočička?“

*Pozn.: Tato aktivita se zařazuje mezi cvičení rozvíjející artikulaci. Učitel tedy nabádá žáky k až přehnané výslovnosti a je jim názorným příkladem. Dle interakce žáků může zařadit další zvířata a jejich zvuky.*

## e) rozezpívání

Ustálení tónu na 1. stupni

Na na na na na Na na na na na

The musical notation is on a single staff in 4/4 time. It starts with a treble clef and a key signature of one flat (B-flat). The first five notes are quarter notes on the same pitch (C4), with the syllable 'na' written below each. The sixth measure contains a whole rest. The next five notes are quarter notes on the same pitch (C4), with the syllable 'Na' written below each. The piece ends with a double bar line.

Od 1. ke 2. stupni

Ma me ma me ma Ma me ma me ma

The musical notation is on a single staff in 4/4 time. It starts with a treble clef and a key signature of one flat (B-flat). The first five notes are quarter notes ascending from C4 to D4, with the syllable 'Ma' written below each. The sixth measure contains a whole rest. The next five notes are quarter notes descending from D4 to C4, with the syllable 'me' written below each. The piece ends with a double bar line.

Od 1. k 3. stupni

Ja ne ja ja ne ja Ja ne ja ja ne ja

The musical notation is on a single staff in 4/4 time. It starts with a treble clef and a key signature of one flat (B-flat). The first five notes are quarter notes ascending from C4 to E4, with the syllable 'Ja' written below each. The sixth measure contains a whole rest. The next five notes are quarter notes descending from E4 to C4, with the syllable 'ne' written below each. The piece ends with a double bar line.

Od 1. k 5. stupni

Va ne va ne va ne va ne va ne va ne va ne va ne va

The musical notation is on a single staff in 4/4 time. It starts with a treble clef and a key signature of one flat (B-flat). The first five notes are quarter notes ascending from C4 to G4, with the syllable 'Va' written below each. The sixth measure contains a whole rest. The next five notes are quarter notes descending from G4 to C4, with the syllable 'ne' written below each. The piece ends with a double bar line.

Celý kvintakord

No no no no no no no No no no no no no no

The musical notation is on a single staff in 4/4 time. It starts with a treble clef and a key signature of one flat (B-flat). The first five notes are quarter notes ascending from C4 to G4, with the syllable 'No' written below each. The sixth measure contains a whole rest. The next five notes are quarter notes descending from G4 to C4, with the syllable 'no' written below each. The piece ends with a double bar line.

## Práce s písní (20 min)

**OVČÁCI, ČTVERÁCI**

Česká (Doprovod: 1)

*Moderato*

1. O - včá - ci, čtve - rá - ci,  
vy jste na - ši vič - ku i tu čo - čo - vič - ku vy - pás - li.

2. To je lež, jako věž,  
nehvla to vička ani čočovička hvl oves

Obrázek 12: Píseň Ovčáci, čtveráci

### Grafomotorika

- 1) Žáci dělají spirály ve vzduchu
- 2) Žáci dělají spirály na papír
- 3) Žáci hledají v kresbě nějaké konkrétní věci a učitel hraje melodii. U žáků dochází k fixaci melodie.
- 4) Učitel hraje a zpívá píseň a žáci v kresbě hledají ovce a domalovávají je.
- 5) Žáci zpívají text i melodii.

### **Závěr hodiny (5 min)**

V této části hodiny je čas na zhodnocení vyučovací jednotky jak ze strany žáků, tak ze strany učitele. Učitel může zvolit metodu rozhovoru a položit několik přímých i nepřímých otázek. „Jakou píseň jsme se dnes naučili? Co se vám v hodině nejvíce líbilo a proč? Co byste si chtěli někdy zopakovat? Jak máme stát při zpívání a co naopak nemáme dělat? Co je důležité při dýchání?“



## Reflexe hodiny z pohledu učitele

Žáky v této třídě jsem již několikrát učila v předchozích měsících, takže nebylo nutné se s nimi opětovně seznamovat. Na začátku hodiny jsme začali motivační pohybovou hrou. V hudební třídě není tolik prostoru jako v tělocvičně, tudíž jsem omezila pravidla této hry na chůzi místo běhu. Hra je u žáků prvního stupně všeobecně oblíbená, takže jsem se nesečkala s negativním ohlasem. V rámci zklidnění dechu a uvolnění celého těla bylo zvoleno cvičení, ve kterém žáci mávali šátkem s doprovodem hudby. Jako hudební podklad jsem vybrala instrumentální skladbu, která se doporučuje při relaxaci či masáží. Žáci byli uklidnění, spolupracovali a dodržovali dané pokyny. Do hodiny jsem zařadila i aktivitu, která procvičuje a podporuje správný postoj při zpěvu. Cvičení se líbilo především dívkám, které si role modelek vyloženě užívaly. Někteří žáci správný postoj přeháněli a dostali se do nepřirozené polohy, která omezuje schopnosti kvalitního zpěvu. Okamžitě jsem je opravila a na konci této aktivity si již všichni osvojili správnou techniku dostatečně. Na to hned navazuje fáze, kdy se procvičuje dýchání. Pro tuto část jsem zvolila aktivitu, kdy si žáci foukali spálený prst. Cvičení je velmi jednoduché a žáci ho provedli všichni správně. Před rozezpíváním jsme ještě aktivizovali hlasivky pomocí imitace zvuku zvířat. Žáci toto cvičení prováděli s velkou chutí a bylo vidět, že je bavilo. Plynule jsme přešli na rozezpívání. Tato třída absolvovala předškolní vzdělávání v mateřské škole, která byla vybrána pro diplomovou práci. Celé tři roky se jim věnovala učitelka, která je výborným hudebním pedagogem, tudíž bylo znát, že mají schopnosti i dovednosti v oblasti hudební výchovy na vysoké úrovni. Během rozezpívání jsem nepostřehla žádný problém. Všichni žáci bravurně intonovali a pracovali dle pokynů. Jejich hlasový rozsah byl větší, proto jsem zařadila i další hlasové modely, které využily jejich rozsahu. Žáci byli po této aktivitě dostatečně připraveni na píseň a práci s ní. V této části hodiny jsem využila notoricky známou píseň, kterou žáci procvičovali pomocí rytmické pulzace a grafomotoriky. Tuto aktivitu dle jejich slov dělali poprvé a moc se jim líbila. V závěru si žáci ukazovali navzájem své obrázky, které během práce s písní vytvořili. Hodinu hodnotím jako velmi zdařilou a určitě tuto metodickou přípravu doporučuji zařadit do vyučování. Z hlediska časové dotace vyšlo všechno dle plánu a nebylo nutné nijak časově upravovat žádnou aktivitu. Tuto hodinu sledovala i třídní učitelka žáků, která byla spokojená jak s mojí prací, tak i s aktivitou v hodině žáků.

## Příprava na hodinu hudební výchovy

(píseň „Kočka leze dolů“)

**Třída:** 1.

**Počet žáků:** 24

**Cíle:** Žáci si rozvíjí své znalosti a dovednosti v oblasti klíčových kompetencí. Také prohlubují dovednosti z oblasti hudební výchovy. Konkrétně zde žáci procvičují aktivity na dýchání, dále modely hlasového rozezpívání a jsou schopni vše aplikovat při zpěvu dané písně. Tuto píseň jsou v závěru hodiny i schopni doprovodit pohybem.

**Učivo:** píseň „Kočka leze dolů“, pohybový doprovod, intonace v tónině C dur

**Pomůcky:** klavír nebo klávesy, gong (triangl)

**Klíčové kompetence:** k učení, k řešení problémů, komunikativní, sociální a personální

**Časová dotace:** 45 minut (1 vyučovací hodina)

**Prostor:** klasická učebna (nejlépe hudební)

### Motivace (3 min)

#### Na čaroděje

Děti se pohybují libovolně po prostoru. Učitel je čaroděj a zaklíná děti. Jakmile čaroděj udeří do gongu (triangl), děti se zastaví a čaroděj řekne: „Zaklínám vás v kachny!“ Děti se poté pohybují po prostoru jako kachny. Zastaví se na další zvuk gongu a čaroděj vydá další zaklínadlo. Čaroděj střídá různá zvířata a jako poslední začaruje děti do kočky.

### Hlasová rozvíčka (20 min)

#### a) uvolnění těla

#### Kočka

„Stále jste začarovaní do kočiček, takže my se jako kočky potřebujeme i protáhnout.“ Žáci napodobují pohyby kočky (vyhrbí se, prohnou v zádech, otáčí hlavou, atd.)

## Jablíčko na dlouhé stopce

„Nyní si představte, že vaše hlava je velké jablíčko, které se kývá ze strany na stranu podle toho, jak moc fouká vítr.“

*Pozn.: Učitel dává pozor, aby měli žáci dostatečně uvolněná záda a krční páteř. Při tomto cvičení dochází k volnému pohybu hlavy. Žáci by také neměli mít napjatá ramena. Z hlediska bezpečnosti je potřeba dohlížet na to, aby nedocházelo k záklonu hlavy a prudkým pohybům. Ty mohou vést k úrazům v oblasti krční páteře.*

## **b) dýchání**

„Nyní si procvičíme dýchání, které je při zpěvu velmi důležité. Abychom mohli dobře dýchat, musíme stát krásně narovnaní a nemít zkroucené břicho.“

## Pampeliška

„Všichni jste kočky, které zrovna jdou po louce plné uschlých pampelišek. Každý z vás si vezme jednu pampelišku a sfoukne z ní všechno suché chmýří.“

*Pozn.: Učitel hlídá své žáky, aby při hlubokém nádechu nezvedali ramena a výdech by měl být přiměřeně dlouhý a plynulý.*

## **c) aktivizace hlasové polohy**

### Mňoukání

„Víte, jaký zvuk dělá kočka? Ano, je to mňoukání. Zkusíme si také zamňoukat.“

*Pozn.: Žáci napodobují kočičí mňoukání. U toho se snaží co nejvíce otevírat ústa a vyslovit všechny hlásky „m“, „ň“, „á“ a „ů“.*

### Psí vytí

„Kočky se kamarádí s pejsky. Víte, jak dělá pejsek?“

*Pozn.: Žáci ztvárňují psí vytí.*



### Doprovod s pohybem

1. a 2. takt – přechod ze stoje do dřepu
3. a 4. takt – ze dřepu do stoje a u toho rukama naznačovat kočičí škemrání
5. a 6. takt – z rukou udělat stříšku nad hlavou
7. a 8. takt – rukama vlát okolo těla ze strany na stranu

### **Závěr hodiny (2 min)**

V závěru hodiny je čas na reflexi žáků i učitele na vyučovací jednotku. Učitel pokládá otázky typu „Jak se vám dnešní hodina líbila? Co jste se naučili? Co vás bavilo nejvíce a proč? Co se vám naopak nelíbilo? Těšíte se na další hodinu hudební výchovy?“

### **Reflexe hodiny z pohledu učitele**

Na začátku hodiny jsme začali úvodní motivací, která byla ležena do proměn ve zvířata. Žáci v tomto věku mají obecně rádi aktivity spojené se zvířaty, tudíž jsem se setkala s velkým ohlasem. Žáky aktivita velmi bavila a chtěli pokračovat i déle. Bohužel času nebylo nazbyt, tak jsme přistoupili k hlasové rozcvičce, které ještě předcházely dvě uvolňovací aktivity. V první aktivitě jsem zachovala téma zvířat, kdy se žáci protahovali pomocí polohy tzv. „kočky“. Do uvolňovacího cvičení jsem zařadila jako druhé protažení a uvolnění hlavy a krčních valů, které si žáci protáhly pomocí imitace jablíčka na stopce. Bylo potřeba důrazně a hodně názorně ukazovat žákům, jak správně daný cvik provádět a regulovat jejich tempo otáčení hlavy. Obě aktivity žáci prováděli dle zadaných pokynů. Další fází hodiny je dechová průprava, kde žáci splnili všechny zadané úkoly a soustředili se na cvičení. Pouze v jednom případě jsem během aktivity opakovaně upozornila na zvednutá ramena. Hlasovou polohu jsme aktivizovali opět ve zvířecím tématu, kdy žáci mňoukali a vyli. Vše proběhlo v poklidu a nedošlo ani k nepřiměřenému hluku. Obě aktivity žáci dle pokynů prováděli ve své optimální hlasové poloze a nebylo nutné je opravovat. Následovalo cvičení, ve kterém se žáci ryli dostatečně připraveni na píseň a práci s ní. V zachování tématu hodiny jsem zvolila píseň o kočce, kterou žáci doposud neznali. K fixaci textu i melodie došlo dle plánu a následně jsme zpěv doplnili o pohybový doprovod, který žáky velmi bavil. Jelikož se žáci naučili píseň i pohybový doprovod velmi rychle, tak jsem je následně rozdělila do skupin a píseň zpívali po skupinách, pak jen

děvčata a následně jen chlapci. Celá hodina dle časové dotace proběhla dle plánu a v závěru hodiny zbyl ještě čas na zhodnocení práce žáků. Žáci také zhodnotili hodinu a vyzdvihli aktivity, které se jim líbily nejvíce. Třídní učitelka celou vyučovací jednotku sledovala a byla velmi spokojena. Z mého hlediska hodina splnila očekávání a doporučuji ji zařadit do vyučování.

## **6.4 Přípravy na hodinu hudební výchovy pro 2. ročník základní školy**

## **Příprava na hodinu hudební výchovy**

(píseň „Maličká su“)

**Třída:** 2.

**Počet žáků:** 22

**Cíle:** Žáci rozvíjí své dovednosti a znalosti v oblastech hudební výchovy, jako jsou poslech hudby, intonace, hlasová hygiena a rytmizace říkadla. Naučí se převádět své teoretické poznatky do praxe. Dokážou rytmizovat říkadlo dle jeho zápisu rytmu a následně text aplikovat do melodické linky. Naučí se intonovat píseň v tónině C dur.

**Učivo:** hlasová hygiena, pěvecký postoj, intonace v písni „Maličká su“, rytmizace říkadla, čtení zápisu rytmu

**Pomůcky:** hudební ukázka, hudební přehrávač, klavír nebo klávesy, tabule, křída (fix)

**Klíčové kompetence:** k učení, k řešení problémů, komunikativní, sociální a personální

**Časová dotace:** 45 minut (1 vyučovací hodina)

**Prostor:** klasická učebna (nejlépe hudební)

### **Motivace (7 min)**

#### Pomocí poslechu skladby

Učitel žákům pustí hudební ukázku klavírní suity s názvem „Maličká som“ od Eugena Suchoně. „Nyní vám pustím ukázku jedné skladby. Dokážete uhodnout, na který hudební nástroj se v ní hraje? A jak ten nástroj vypadá? Připomíná vám melodie nějakou píseň, kterou znáte?“

### **Hlasová rozcvička (20 min)**

#### **a) uvolnění těla**

##### Na vlně

„Představte si, že je léto a vy jste na prázdninách. Venku svítí sluníčko, je teplo a vy se jdete koupat. Pomalu si leháte do vody, až ležíte celí na zádech a necháte se jemně



houpat vlnkami. Soustředte se, jak s vámi voda lehce pohupuje, a jak máte uvolněné celé tělo. Nejprve máte lehkou hlavu, poté ramena, ruce, spodní část zad, stehna, kolena i kotníky.“

*Pozn.: Tato aktivita se může provádět jak ve stoje, tak vleže. Záleží na učiteli, který uzná za vhodné, jak s danou skupinou může pracovat. Pro větší soustředěnost na cvičení mohou žáci zavřít oči.*

## **b) držení těla**

### Přichází král a královna

Žáci utvoří dva zástupy proti sobě. Jeden po druhém postupně procházejí tímto špalírem a ztvárňují vznešenou chůzi, která přísluší královské rodině. „Právě k nám přichází král Pavel ze sídliště města Liberce. Na hlavě má krásnou zlatou korunu, kterou obdivují všichni jeho poddaní. Král Pavel zdraví své poddané a svou korunu má stále na hlavě.“

*Pozn.: Učitel motivuje žáky různými monology. Dává pozor, aby žáci nebyli příliš strnulí, a také aby nebyli moc uvolnění. Učitel by měl také hlídat napětí v ramenou a připomínat žákům vznešené držení hlavy.*

## **c) dýchání**

### Zmrzlý ptáček

„Každý z vás má teď v ruce prochládlého ptáčka, kterému je velká zima. Zkuste ho svým dechem pomalu zahřát. Dívej se, jestli se ptáček cítí lépe. Nemusíš spěchat.“

*Pozn.: Při tomto cvičení mohou žáci volně chodit po třídě. Učitel dbá na přirozenost a plynulost provádění aktivity. Hlídá, zda žáci nevydechují moc usilovně. Učitel také vybere vhodné slabiky, které mohou pomoci žákům k snadnějšímu vydechování. Obecně se doporučují „fu“ nebo „hu“.*

### Narozeninový dort

„Kdo z vás má rád narozeniny? A máte rádi i narozeninové dorty? Představte si, že máme dnes všichni narozeniny a dostali jsme společně jeden velký narozeninový dort. Co

by na něm mělo být? Výborně, svíčky! Máme tu tedy dort, na kterém je tolik svíček, že je ani nedokážeme spočítat. Co ale musíme, je sfouknout je a něco si přát. Nyní se všichni nadechneme do břicha a zkusíme sfouknout všechny svíčky.“

*Pozn.: Učitel upozorňuje žáky na zvednutá ramena a na napětí v těle. Také dává pozor, zda žáci nevydechují příliš silně.*

#### **d) aktivizace hlasové polohy**

##### Meluzína

„Určitě jste již někdy viděli třeba v pohádkách, jak se chová meluzína. Možná o ní znáte třeba nějakou písničku nebo básničku? Jaký zvuk tedy meluzína vydává?“

*Pozn.: Učitel hlídá žáky, aby nepřetěžovaly své hlasivky. Také je upozorňuje na přiměřenost hlasového projevu. Učitel nechává žákům volnost při výběru vhodných slabik k ztvárnění meluzíny.*

#### **e) výslovnost**

##### Říkadla

Učitel předkládá žákům jednoduchá a krátká říkadla náročnější na výslovnost pomocí hry na ozvěnu. Těmito říkadly si žáci aktivizují mluvidla i mimické svaly a pokouší se o správnou výslovnost.

- 1) Leze ježek, leze v lese. Jablíčka si s sebou nese.
- 2) Jako kočka nebo pes, po čtyřech po zemi lez.
- 3) V lese, v lese na pařeze strýček slimák leze, leze.

*Pozn.: Učitel pomocí hry na ozvěnu říká nejdřív jednotlivá slova, poté úseky veršů a následně celé říkadlo. Dává přitom pozor, zda žáci opravdu důkladně vyslovují a soustředí se na artikulaci všech slov i hlásek.*

## f) rozezpívání

Ustálení tónu na 1. stupni

Momo mo Mo mo mo

Od 1. ke 2. stupni

Ma ma ma - Ma ma ma

Od 1. k 3. stupni

Ma ma mo mu. Ma ma mo mu. Ma ma mo mu. Ma ma mo mu.

Od 1. k 5. stupni

Slu-nič-ko nám sví-tí. Slu-nič-ko nám sví-tí. Slu-nič-ko nám sví-tí. Slu-nič-ko nám sví-tí.

## Práce s písní (20 min)

### MALIČKÁ SU

Moravská (Doprovod: 1, 4)

Moderato

1. Ma-lič-ká su, hu-sy pa - su, tan-co-va-la bych já,  
až se tře - su, tan-co-va-la bych já, až se tře - su.

2. A že su já malušenká,  
[: přesto mě má ráda má maměnka. :]

Obrázek 14: Píseň Maličká su

### Rytmizované říkadlo

Po-le, lá-ny.	I I, I I	-	(a)
Ov-ce, krá-vy.	I I, I I	-	(b)
Ven-ku je moc krá-sně,	I I I I I I	I	(c)
pojd'-te s ná-mi.	I I, I I	-	(d)
Ven-ku je moc krá-sně,	I I I I I I	I	(c)
pojd'-te s ná-mi.	I I, I I	-	(d)

1) Žáci se naučí rytmizované říkadlo

2) Říkadlo doplní o pohyb

- (a) rukama dva kruhy směrem vzad
- (b) signalizovat dva rohy na hlavě
- (c) prsty zářit okolo celého těla
- (d) rukama přitahovat k sobě, signalizace „pojd'te“

3) Na tabuli je rytmický zápis říkadla a žáci ho několikrát rytmicky přečtou

<b>TY TY</b>	<b>TÁ</b>	<b>TÁ</b>	<b>-</b>
<b>TY TY</b>	<b>TÁ</b>	<b>TÁ</b>	<b>-</b>
<b>TY TY</b>	<b>TY TY</b>	<b>TÁ</b>	<b>TÁ</b>
<b>TY TY</b>	<b>TÁ</b>	<b>TÁ</b>	<b>-</b>
<b>TY TY</b>	<b>TY TY</b>	<b>TÁ</b>	<b>TÁ</b>
<b>TY TY</b>	<b>TÁ</b>	<b>TÁ</b>	<b>-</b>

4) Učitel se zeptá: „Víte, že existuje píseň, která má stejný rytmus?“ Následně zahraje dvě melodie. Jedna z nich je vhodná a druhá je ve  $\frac{3}{4}$  taktu. Žáci poznávají vhodnou melodii vzhledem k zápisu rytmu.

5) Učitel hraje několikrát za sebou píseň a žáci vytleskávají rytmus. Tím si fixují melodii.

6) Učitel říká text a žáci si ho tím fixují.

7) Všichni zpívají vše.

### **Závěr hodiny (3 min)**

Na konci hodiny je důležité udělat závěrečné zhodnocení. Tím učitelům slouží nejlépe konkrétní otázky směřované k žákům typu: „Co se vám nejvíce líbilo? Co jste se naučili? Jaké jste měli pocity při dané aktivitě? Co byste si někdy chtěli zopakovat?“

### **Reflexe hodiny z pohledu učitele**

Jako úvodní motivaci jsem zvolila hudební ukázkou. Jen několik žáků poznalo, o kterou českou lidovou píseň se jedná. Při uvolňovací aktivitě žáci naprosto spolupracovali a bylo vidět, že se soustředí a aktivita je zajímavá. Při dalším cvičení, které bylo zaměřeno na správné držení, těla jsem využila napodobování chůze krále a královny. Toto cvičení jsme pro velký zájem zopakovali ještě jednou. Pro rozvoj správného dýchání při zpěvu jsem vybrala dvě aktivity, kdy při obou je potřeba pracovat s bránicí. Žáci provedli výborně dané aktivity a samostatně si kontrolovali, zda jim pracuje bránice položenou dlaní na břicho. Pro aktivizaci hlasové polohy byla vybrána aktivita, ve které žáci napodobovali zvuk meluzíny, který následně doprovázeli i pohybovým doprovodem, konkrétně máváním rukama. K procvičení výslovnosti byla zvolena některá říkadla, která se žákům velmi líbila a chtěli stále další a další. Tato třída není příliš hudebně zdatná, což jsem zjistila hlavně u rozezpívání. Někteří žáci nikdy nepracovali s hlasovými modely a rozezpíváním. Trochu jsme se tedy zdrželi výkladem o důležitosti rozezpívání a jeho funkci. Z hlediska intonace byly znát značné rozdíly u žáků, a také při rychlosti vnímání změn v daných modelech. Po této fázi následovala práce s písní. V dané hodině se žáci naučili píseň formou říkadla a jeho rytmizace. Práce s písní probíhala podle plánu a nebyl s ní žádný problém. V této hodině jsem zaregistrovala menší obtíže, které ale nebyly způsobeny špatným výběrem aktivit nebo metody, nýbrž zanedbanou přípravou třídy v hudební výchově. Co se týká časové dotace, tak jsme během hodiny stihli všechny aktivity, ale musela jsem zkrátit čas na závěrečnou reflexi, jelikož jsme se zdrželi u rozezpívání. Všechny vybrané aktivity odpovídají věku i schopnostem žáků a s touto hodinou jsem byla ze své strany spokojena.

## Příprava na hodinu hudební výchovy

(píseň „Jede, jede poštovský panáček“)

**Třída:** 2.

**Počet žáků:** 23

**Cíle:** Žáci rozvíjí své dovednosti a znalosti v oblastech hudební výchovy, jako jsou rytmizace, intonace, hlasová hygiena a doprovod písně. Naučí se převádět své teoretické poznatky do praxe, a to konkrétně do zadané písně.

**Učivo:** rytmizace říkadla, prohloubení dovedností v oblasti hlasové hygieny a dýchání, rozvoj hlasového rozsahu, intonace v tónině F dur, práce s písní „Jede, jede, poštovský panáček“

**Pomůcky:** kartičky s obrázky, klavír nebo klávesy

**Klíčové kompetence:** k učení, k řešení problémů, komunikativní, sociální a personální

**Časová dotace:** 45 minut (1 vyučovací hodina)

**Prostor:** klasická učebna (nejlépe hudební)

### Motivace (3 min)

#### Pomocí obrázků

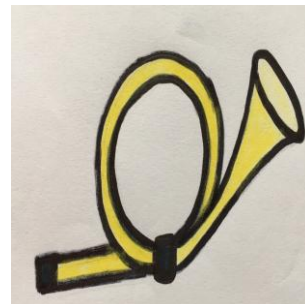
„Milé děti, přinesla jsem vám ukázat několik obrázků. Co na nich vidíte?“ ... „Výborně! Jakou práci pošťák vykonává?“ „A k čemu je poštovní trubka?“ „Víte, kde ji můžete vidět?“ „My si dnes o jednom takovém pošťákovi zazpíváme a ještě před tím se naučíme říkadlo o pošťákovi.“



Obrázek 17: Listonoš



Obrázek 15: Znak České pošty



Obrázek 16: Poštovní trubka

## Říkadlo (10 min)

„Ratata, ratata, někdo klepe na vrata.

Rataty, rataty, psaní leží před vraty.“

Žáci se naučí říkadlo pomocí hry na ozvěnu. Učitel říká jednotlivé verše, které doplňuje o tleskání dle jednotlivých slabik textu, a žáci po něm opakují. Ve fázi, kdy žáci říkadlo již umí sami bez pomoci učitele, může pedagog zvolit různé organizační formy. Žáky může rozdělit na dvě skupiny, na jednotlivé řady, dvojice popřípadě jednotlivce a s nimi i říkadlem dále pracovat.

Ra-ta-ta, ra-ta-ta,	II I , II I ,
ně-kdo kle-pe na vra-ta.	II II II I .
Ra-ta-ty, ra-ta-ty,	II I , II I ,
psa-ní le-ží před vra-ty.	II II II I .

## Hlasová rozcvička (15 min)

### a) uvolnění těla

„Nyní máte celé tělo z modelíny. Důkladně se rozhýbáme celé tělo. Nezapomeneme ani na krční páteř, ramena, lokty, zápěstí, atd.“

*Pozn.: Učitel vymýšlí různé pokyny a žáci ho podle něho plní. Učitel také dbá na bezpečnost žáků a musí hlídat organizaci, aby nedošlo k velkému chaosu.*

### b) dýchání

#### Balónek

„Nafoukneme nosem do břicha ten největší balón, co si dovedete představit. Pomalu ho vypouštíme tím nejtenčím otvorem až do úplného vyprázdnění.“

„Teď zkusíme vypustit balón středním proudem.“ „A nakonec vypustíme balón tím největším otvorem.“

*Pozn.: Žáci si drží u této aktivity ruku na břicho a kontrolují, že se jim nafukuje břicho. Při vyfukování použijí hlásku „Ssssss“. Učitel dbá na dodržování správného postojení a kontroluje, zda žáci nezvedají ramena.*

### Dechové závody

„Zkusíme si zazávodit. Kdo z vás vydrží co nejdéle zvonit „bim-bam“ na jednom tónu? Pořádě se nadechneme do břicha. Připravit, pozor a start!“

*Pozn.: Je vhodné zvolit tóny „f<sup>1</sup>“ nebo „g<sup>1</sup>“. Vše je prováděno středním hlasem v mezzoforte.*

### **d) aktivizace hlasové polohy**

#### Horská dráha

„Byli jste někdy na horské dráze?“ „Vzpomínáte si, jak jste jezdili nahoru a hned zase dolů? My se teď spolu svezeme na horské dráze.“

*Pozn.: Žáci klouzavým tónem v brumendu napodobují jízdu na horské dráze. Učitel jim ukazuje směr rukou. Tón je plynulý a hlas je vyrovnaný.*

### **e) rozezpívání**

Ustálení hlasu a tónu na 1. stupni.

Je-de, je-de, pán. Je-de, je-de, pán.

Od 1. k 3. stupni.

No no no no no no no nó. No no no no no no no nó.

Od 1. k 5. stupni.

Ma me mi mo ma me mi mo mů. Ma me mi mo ma me mi mo mů.

Celý kvintakord

Je - de pa - ná - ček. Je - de pa - ná - ček.



## Oktávový skok

Bim bām bām bim, bim bām bām bim, bim bām bām bim bom.

Bim bām bām bim, bim bām bām bim, bim bām bām bim bom.

## Práce s písní (15 min)

### JEDE, JEDE POŠTOVSKÝ PANÁČEK

Česká (Doprovod: 2, 8)  
*Allegro*

1. Jede, je-de poštovský pa-ná-ček, je-de, je-de poštovský pán.

Má vraný koníčky, jako dvě ry-bičky, je-de, je-de do Ro-ky-can.

2. Jede, jede poštovský panáček,  
 jede, jede poštovský pán.  
 Vpředu má trubičku a vzadu truhličku,  
 jede, jede do Rokycan.

Obrázek 18: Píseň Jede, jede poštovský panáček

### a) fixace textu

#### Hra na ozvěnu

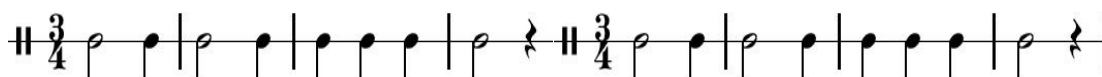
Rytmická ozvěna realizovaná slovně. Žáci opakují přesně to, co učitel říká.

#### Schéma A – A

Učitel	Žáci
Je - de, je - de, poš-tov-ský pa - ná-ček.	Je - de, je - de, poš-tov-ský pa - ná-ček.

**Učitel**

**Žáci**



Je - de, je - de, poš-tov-ský pán.

Je - de, je - de, poš-tov-ský pán.

**Učitel**

**Žáci**



Vpře-du má tru-bič-ku, a vza-du truh-lič-ku.

Vpře-du má tru-bič-ku, a vza-du truh-lič-ku.

**Učitel**

**Žáci**



Je - de, je - de, do Ro-ky - can.

Je - de, je - de, do Ro-ky - can.

*Pozn.: Postupně se opakuje více taktů a nakonec celý text.*

## **b) fixace melodie**

### Hra na ozvěnu

Úplně stejný postup jako u fixace textu.

## **c) doprovod písňě**

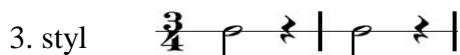
Slovní doprovod písňě.



Je - de je - de



Poš-tov-ský, poš-tov-ský.



Pán pán.

*Pozn.: Žáci se naučí všechny styly najednou. Učitel poté rozdělí třídu na 2 skupiny, kdy jedna skupina zpívá píseň a druhá skupina doprovází prvním stylem. Následně si role vymění. Takto střídá skupiny i styly a doplňuje skupiny.*

### **Závěr hodiny (2 min)**

V této části hodiny je čas na závěrečnou reflexi. „Jakou písničku jsme se dnes naučili? O čem nebo o kom se v ní zpívá? Co je poštovní trubka? Líbila se vám hodina?“

### **Reflexe na hodinu z pohledu učitele**

Pro tuto hodinu jsem zvolila jako motivační aktivitu rozhovor na základě obrázků. Žáci ihned poznali, co je na obrázcích s těmito informacemi dále uhádli, o kterou písničku se bude v dnešní hodině jednat. Abych více podpořila téma hodiny, tak jsem ještě jako další motivační aktivitu použila říkadlo. Žáci se ho naučili pomocí hry na ozvěnu velmi rychle a následně jsme s ním pracovali po jednotlivých řadách a skupinách. Následovala hlasová rozcvička, která byla zahájena uvolňovací aktivitou. Pro tuto fázi jsem zvolila imitaci těla z modelíny, které se žákům velmi líbilo, a chtěli ho provádět mnohem déle, než bylo v plánu. Pro procvičení dýchání jsem vybrala aktivitu, kdy si žáci nafukují svůj vlastní balónek v břiše. Dle mého názoru je práce s imaginárním balónkem naprosto nejlepší a nejsnazší metodou, která vede ke správné technice bránicového dýchání. Na základě toho jsem využila ještě soutěže v dýchání, kdy se žáci snažili vydechnout co nejdéle. Tuto aktivitu jsme zopakovali ještě dvakrát pro velký zájem. K aktivizaci hlasové polohy jsem zvolila cvičení zakládající se na směru jízdy horské dráhy. Vše proběhlo v pořádku, s kvalitním provedením a žáci sami od sebe využívali pouze své přirozené polohy hlasu. Poslední etapou rozcvičky bylo rozezpívání. Tato třída je vedena pedagožkou, která je sbormistryní školního sboru a je výbornou hudebnicí. Tito žáci jsou tedy kvalitně připraveni a mají hodně znalostí a dovedností v oblasti hudební výchovy. Při rozezpívání jsem nezaznamenala žádný problém s intonací, rytmem ani s nekázní. Bylo znát, že žáky hudební výchova a zpěv samotný velmi baví. Po hlasovém rozezpívání byli žáci dostatečně připraveni na píseň a práci s ní. Z metodického hlediska jsem zvolila pro tuto píseň hru na ozvěnu, jelikož je intonačně i rytmicky náročná. Během této aktivity se žáci soustředili po celou dobu a v konečné fázi dokázali zazpívat celou píseň a odintonovat ji v dané tónině. Jelikož je píseň vhodná pro různé typy a metody práce s ní, tak jsem

v závěru využila kromě slovního doprovodu i rytmického doprovodu na Orffův nemelodický instrumentář. Žáci pracovali velmi aktivně a hbitě, takže nám zbyl čas právě na doplňující doprovod. V závěru hodiny jsem vedla s nimi rozhovor o aktivitách a cvičením v naší hodině hudební výchovy. Žáci hodnotili tuto vyučovací jednotku velmi pozitivně a již zmiňovaná pedagožka, která byla celou dobu také přítomna, hodnotila hodinu kladně. Já jsem osobně z této hodiny odcházela nadšená a spokojená s výkonem žáků i se svým. Z hlediska časové dotace nám zbylo pár minut ke konci hodiny, které jsem vyplnila dalším doprovodem písně. Tuto metodickou přípravu doporučuji zařadit do vyučování

## **6.5 Přípravy na hodinu hudební výchovy pro 3. ročník základní školy**

## Příprava na hodinu hudební výchovy

(píseň „Šneček“)

**Třída:** 3

**Počet žáků:** 27

**Cíle:** Žáci se v této hodině naučí píseň „Šneček“ a zaintonují ji v dané tónině. Také si prohloubí znalosti a dovednosti v oblasti hlasové hygieny, dechové průpravy a artikulace. Procvičí si pohybové dovednosti a

**Učivo:** intonace, hlasová hygiena, dechová průprava, artikulace, píseň „Šneček“, práce s písní

**Pomůcky:** klavír nebo klávesy

**Klíčové kompetence:** k učení, k řešení problémů, komunikativní, sociální a personální

**Časová dotace:** 45 minut (1 vyučovací hodina)

**Prostor:** klasická učebna (nejlépe hudební)

### Motivace (5 min)

#### Pomocí pohybové hry

„Teď každého z vás zavřu do malé papírové krabice a postupně budu z krabice vytahovat různá zvířátka. Vaším úkolem je převtělovat se do zvířátek a vydávat jejich zvuky, a také pohybovat se jako oni. Začínáme. Zavírám vás do krabice. (Žáci se skrčí a ztvární krabici.) Nyní z krabice vytahuji kočku. (Žáci se převtělí do koček a pohybují se po třídě jako ony i se zvukovým projevem.)“

*Pozn.: Tuto aktivitu lze modifikovat na jakékoli téma. Pro toto téma se jako poslední zvolí zvíře „šnek“, které přímo navazuje na píseň této hodiny.*

## Hlasová rozevčička (15 min)

### a) uvolnění těla

#### Tělo z gumy

„Představte si, že se najednou proměníte v panáčky a panenky, které jsou celé z gumy. Nic vám pořádně nedrží v těle pohromadě a vše se vám různě pohybuje a natahuje. Uvolněte si celé tělo a pohybujte se po třídě jako gumoví panáčky.“

*Pozn.: Učitel dbá na bezpečnost všech žáků. Také si všímá, zda se žáci soustředí na aktivitu a nepřehánějí to.*

### b) správné držení těla

#### Pravítko

„Místo svačiny jsme dnes všichni spolkli rovné dlouhé pravítko. Co se stane s vaším tělem? Výborně! A teď zkuste, co se stane, když ho vyndáme. A naposledy ho opět spolkneme a zůstaneme tak po celou dobu naší dnešní hodiny.“

*Pozn.: Učitel upozorňuje žáky na napětí v ramenou a v zátylku. Také hlídá přirozený postoj žáků. Snažíme se vyhnout přílišné topornosti a strnulosti.*

### c) dýchání

#### Zamrzlé okno

„Máme tu jaro, ale někdy se ještě stane, že máme ráno zamrzlá okna. Každý z vás zkusí svým dechem rozmrznout okno a následně na něj něco i nakreslit.“

*Pozn.: Učitel dbá na to, aby žáci nevyužívali přílišné intenzity dechu. Také hlídá, aby žáci nezvedali ramena a dýchání, aby bylo produkováno z břicha.*

#### Balónek

„Při zpívání potřebujeme hlavně správně dýchat. Abychom se to naučili, tak si představte, že nafukujete v bříšku balónek. Zkuste ho nafouknout co nejvíce a poté pomalu pouštět a u toho syčet až do úplného výdechu.“

*Pozn.: Učitel si opět všímá zvedání ramen a opravuje žáky. Některým stačí jen položit dlaně na ramena a oni si to uvědomí sami. Také dává učitel pozor, zda žáci nevdechují příliš mnoho vzduchu a vše provádějí plynule.*

#### **d) aktivizace hlasové polohy**

##### Smích

Žáci se v této aktivitě zkusí postupně rozesmát. Nejprve začínají na mírném hekání s hláskou „h“. Následně se lehce chichotají a postupně přecházejí v úplný smích.

*Pozn.: Je důležité uhlídat žáky, aby nedošlo k hlučnému řevu. Toto cvičení aktivuje bránici, na kterou učitel může během cvičení upozornit.*

#### **e) aktivizace mluvidel**

##### Jazykolamy

Š Všechny myši v šedé chýši mají šaty šedé.

Ř U Řezáčů řinčel řetěz při řezání řezanky.

M Mezi domy má má máma malou zahrádku.

P Poslal posel posla pro slámu.

#### **f) rozezpívání**

Ustálení tónu na 1. stupni



Od 1. ke 2. stupni





Od 1. k 3. stupni

Ja na ja na Ja na ja na

Od 1. k 4. stupni

Ma mo ma mo mu Ma mo ma mo mu

Od 1. k 5. Stupni

Va ne va ne va ne va Va ne va ne va ne va

Celý kvintakord

Na na na na na na na Na na na na na na na

### Práce s písní (20 min)



### Šneček

Hybně

Lidový text z Moravy  
Upravil Ilja Hurník

*p*

Zpěv  
Šneč - ku, šneč - ku, vy - strč růž - ky, dám ti krej - car na tva - růž - ky

Zvonkohra  
altová  
Dám ti krej - car atd.

Xylofon  
sopránový  
Na ta - bá - ček, haj - da - lá - ček atd.

Xylofon  
altový

a tro - ní - ček na ta - bá - ček, bu - de z te - be haj - da - lá - ček.

*f*

*f*

Obrázek 19: Píseň Šneček

### Postup při nácvičku

- 1) Žáci se naučí melodii písně díky zvukomalebným hláskám „rio“ a „vio“
- 2) Žáci dostanou na papíře napsaný text písně a její rytmus.
- 3) Žáci se naučí text a doplňují ho o melodii.
- 4) Žáci se učí opěrná slova pro rozdělení do skupin dle doprovodu na nemelodické hudební nástroje. Učitel vychází z not, kdy xylofon zamění za prstová dřívka a zvonkohru za bubínek.
- 5) Skupiny i nástroje se střídají.

### **Závěr hodiny (5 min)**

V závěru této hodiny je čas na zhodnocení práce žáků nejen učitelem, ale i žáky samotnými. Učitel může využít hodnocení formou dotazníku, kdy každý žák sám za sebe vyplní dotazník, který hodnotí danou hodinu. Je důležité, aby byl dotazník anonymní, aby žáci psali své odpovědi upřímně.

### **Reflexe hodiny z pohledu učitele**

Žáky jsem v této hodině motivovala pomocí hry, která žáky bavila. Tato hra se může hrát na jakékoliv téma a lze ji využít i v tělesné výchově či v dalších předmětech nebo jako tělovýchovnou chvilku. Následovala hlasová rozcvička začínající uvolňovací aktivitou. Cvičení bych spíše volila pro starší žáky, jelikož se provádění pohybů zvrtilo v neřízené trhavé pohyby, které nejsou v této aktivitě žádoucí. Pro správné držení těla jsem využila představivosti spolknutí pravítka. Mám již ověřeno, že se dětem velmi líbí toto cvičení, tudíž jsem se opětovně setkala se zájmem. Pro rozvoj správné techniky dýchání jsem využila imitace dýchání na zamrzlé okno a následně imaginárního balónku v břiše. Obě cvičení žáci provedli dobře a nebylo nutné je opravovat. Pro aktivizaci hlasové polohy jsem vybrala aktivitu, kterou jsem doposud neznala. Jednalo se o postupný smích, kdy žáci nejprve lehce hekají a plynule přecházejí v přirozený smích. Tato aktivita se líbila nejen žákům, ale i mně a třídní učitelce, která absolvovala celou hodinu se žáky. Následovala aktivita, ve které jsme procvičovali výslovnost pomocí jazykolamů. U tohoto cvičení jsme se trochu zdrželi, jelikož ták znají mnoho jazykolamů a téměř každý chtěl nějaký říct.

V tomto věku jsou žáci schopni vyslovit všechny uvedené jazykolamy, tudíž nebyl žádný problém s jejich výslovností. Následovalo rozezpívání, díky, kterému se žáci dostatečně připravili na píseň a práci s písní. Během rozezpívání jsem nepostřehla žádný výraznější problém s ohledem na intonaci nebo rytmus. Všichni žáci byli zapojeni do cvičení a soustředěně pracovali. Co se týká samotné písně a práce s ní, tak jsem zvolila píseň, která je doporučena ve zpěvnících pro třetí ročník základní školy. Žáci se píseň naučili pomocí tzv. „italské pěvecké školy.“ Touto metodou jsem vyučovala poprvé a byla jsem velmi spokojená. Vše proběhlo dle předepsaného plánu a žáci byli v závěru hodiny schopni zazpívat celou píseň, kterou doprovodili pomocí opěrných slov na nemelodické hudební nástroje. Žákům se píseň moc líbila a rozhodli se ji zpívat na závěrečné akademii na konci školního roku. V posledních minutách hodiny byl čas na závěrečné zhodnocení hodiny. Žáky jsem hodnotila nejen já, ale i jejich třídní učitelka, se kterou jsem vedla rozhovor po hodině. Obě jsme se shodly, že hodina byla velmi zdařilá a vše probíhalo dle plánu. Časová dotace byla pro všechny aktivity dostatečná a aktivity byly zvoleny správně vzhledem k věku a výkonnosti žáků. S touto hodinou jsem byla nad míru spokojena a doporučuji tuto metodickou přípravu zařadit do vyučování.

## Příprava na hodinu hudební výchovy

(píseň „Vyletěla holubička“)

**Třída:** 3

**Počet žáků:** 27

**Cíle:** Žáci se v této hodině naučí píseň „Vyletěla holubička“ a dokážou ji správně intonovat v dané tónině. Procvičí si postupný vzestup oktávové řady. Prohloubí si znalosti a dovednosti v oblasti hlasové hygieny, dechové průpravy a artikulace. Také si rozšíří svůj hlasový rozsah a osvojí si další hlasové modely rozezpívání. Naučí se pracovat s písní v nové organizační formě, a to v kánonu. Své teoretické poznatky aplikují v samotné písni.

**Učivo:** intonace, hlasová hygiena, dechová průprava, artikulace, píseň „Vyletěla holubička“, práce s písní

**Pomůcky:** klavír nebo klávesy, pracovní list, psací potřeby

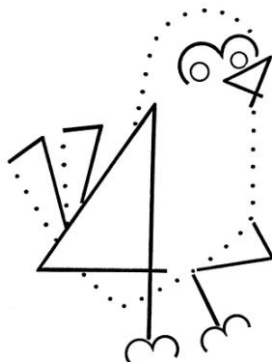
**Klíčové kompetence:** k učení, k řešení problémů, komunikativní, sociální a personální

**Časová dotace:** 45 minut (1 vyučovací hodina)

**Prostor:** klasická učebna (nejlépe hudební)

### Motivace (5 min)

Pomocí spojovačky



Obrázek 20: Spojovačka, ptáček

„Co se vám ukázalo za obrázek, když jste spojili všechny puntíky? .... Výborně! A znáte nějakou píseň o ptáčkoví? My se dnes jednu naučíme.“

## Hlasová rozevíčka (15 min)

### a) uvolnění těla

#### Klubání se z larvy

„Na jaře se venku všechno zelená, začínají kvést květiny a objevují se na loukách motýli. Každý z vás je teď kukla, která je připravená se vylíhnout v krásného motýla. Zabalte se všichni do kukel a pomalu se líhněte ven na svět. Až z vás budou motýli, tak si protáhněte a zkontrolujte svá barevná křídla a proleťte se po třídě.“

*Pozn.: Učitel během této aktivity dává jednotlivé pokyny žákům, aby nedošlo k přílišnému chaosu a zabránil tak nebezpečným situacím. Také hlídá, aby se žáci soustředili na cvičení a nerozptylovali tak své spolužáky.*

### b) dýchání

#### Syčení páry

V tomto cvičení žáci napodobují syčení páry. Nejprve se hluboce nadechnou do břicha a následně plynulým výdechem vydechují vzduch pomocí hlásek „s“, „š“ nebo „f“.

*Pozn.: Učitel pozoruje žáky a všímá si, zda nemají zvednutá ramena, popřípadě je opravuje. Také hlídá, aby nedocházelo k napětí v oblasti zátylku a přílišnému tlaku při vydechování. Nádech i výdech by měl být plynulý.*

### c) aktivizace hlasové polohy

#### Kreslíme do písku

Žáci imaginárně kreslí do písku vlnovku, kterou doplní o zvukový projev v podobě hlásek „jó“ popřípadě „fú“. Při pohybech rukou dochází k aktivaci bránice, narovnání zad a vše je většinou prováděno přirozeně a bez zbytečného tlačení na hlasivky.

*Pozn.: Učitel pozoruje žáky, zda jejich vydávané tóny jsou plynulé a rovnoměrné. Také upozorňuje žáky, aby neměli zvednutá ramena a strnulý zátylek.*

## d) aktivizace mluvidel

### Koktání

„Slyšeli jste už někdy někoho koktat? Co takový člověk dělá? My si to dnes také vyzkoušíme, abychom věděli, jak to tito lidé nemají jednoduché. Také si to zkusíme proto, abychom pochopili, proč je správná a plynulá výslovnost důležitá k porozumění. Vyzkoušíme si nejprve zvuk, který vydávají slepice, což je „ko ko ko“ a následně si zkusíte koktáním říct třeba „máma“, „táta“, „pero“ nebo „dům“.“

*Pozn.: Učitel nabádá žáky, aby měli koutky úst spíše předsunuté než roztažené do stran. Také hlídá, aby žáci zbytečně nenapínali svaly v oblasti krku a neměli strnule předsunutou hlavu.*

## e) rozezpívání

Ustálení tónu na 1. stupni

Mi mi mi mi mi mi mi mi      Mi mi mi mi mi mi mi mi

The musical notation is on a single staff in 4/4 time. It starts with a treble clef and a key signature of one flat (B-flat). The melody consists of quarter notes on the G line (Mi) for the first eight measures, followed by a whole rest. In the ninth measure, the key signature changes to two flats (B-flat and E-flat), and the melody continues with quarter notes on the G line for another eight measures, ending with a whole rest.

Od 1. k 3. stupni

Ma me mi mo ma me mi mo mu      Ma me mi mo ma me mi mo mu

The musical notation is on a single staff in 4/4 time. It starts with a treble clef and a key signature of one flat. The melody consists of quarter notes on the G line (Ma), the A space (me), the B-flat space (mi), and the C line (mo) for the first eight measures, followed by a whole rest. In the ninth measure, the key signature changes to two flats, and the melody continues with quarter notes on the G line (Ma), the A space (me), the B-flat space (mi), and the C line (mo) for another eight measures, ending with a whole rest.

Od 1. k 5. stupni

Jo ja jo ja jo jo      Jo ja jo ja jo jo

The musical notation is on a single staff in 4/4 time. It starts with a treble clef and a key signature of one flat. The melody consists of quarter notes on the G line (Jo), the A space (ja), the B-flat space (jo), and the C line (ja) for the first eight measures, followed by a whole rest. In the ninth measure, the key signature changes to two flats, and the melody continues with quarter notes on the G line (Jo), the A space (ja), the B-flat space (jo), and the C line (ja) for another eight measures, ending with a whole rest.

Od 1. k 8. stupni

Jo ja je ju      Jo ja je ju I

The musical notation is on a single staff in 4/4 time. It starts with a treble clef and a key signature of one flat. The melody consists of quarter notes on the G line (Jo), the A space (ja), the B-flat space (je), and the C line (ju) for the first eight measures, followed by a whole rest. In the ninth measure, the key signature changes to two flats, and the melody continues with quarter notes on the G line (Jo), the A space (ja), the B-flat space (je), and the C line (ju) for another eight measures, ending with a whole rest.

## Práce s písní (20 min)

### VYLETĚLA HOLUBIČKA

Kánon (A capella)

Vy - le - tě - la ho - lu - bič - ka ze ská - ly, ze ská -  
ly, pro - bu - di - la mo - dré o - či ze spa - ní, ní.

Obrázek 21: Píseň Vyletěla holubička

#### Zvukomalba

- 1) Učitel hraje melodii písně a zpívá k ní jen „lalala“. Žáci odpočívají a vnímají melodii písně.
- 2) Učitel navozuje kontakt s žáky a ptá se jich, o čem by ta píseň třeba mohla být nebo co jim ta daná melodie připomínala. Žáci v této fázi říkají své nápady.
- 3) Učitel zpívá již celou píseň a žáci dělají pohyb k této písni, který se podle nich k tomu hodí.
- 4) Učitel zpívá a žáci si tím fixují text i melodii.
- 5) Všichni zpívají vše.

## Závěr hodiny (5 min)

V závěru této hodiny je čas na zhodnocení vyučování. „Jak se vám dnešní hodina líbila? Která aktivita vás bavila nejvíce a proč? Co byste si chtěli někdy později zopakovat? Zkuste vyjádřit svým výrazem v obličeji pocity z dnešní hodiny.“

### Reflexe hodiny z pohledu učitele

Hodina byla vyučována v běžné třídě, kde není moc prostoru. Navíc se jednalo o poslední hodiny v pátek, kdy byli žáci dost unavení a natěšení na víkend. Jako motivační aktivitu jsem vybrala spojovačku, kdy žákům po správném provedení vyšel ptáček. Na základě obrázku žáci hádali, jaké bude téma dnešní hodiny. K uvolnění těla jsem zvolila

cvičení, kdy žáci předvádějí klubání se z kukly a přeměnu v krásného motýla. Žáci si cvičení velmi užívali a byl u nich vidět zájem. Pro procvičení správné techniky dýchání jsem si připravila aktivitu, která rozvíjí plynulý výdech pomocí sykavek. V této aktivitě se vyskytl menší problém s organizací. Někteří chlapci byli příliš hluční a nedodržovali základní pravidla, která jsme si stanovili. Pro danou chvíli jsem je vyloučila na několik minut ze cvičení. Pro aktivizaci polohy jsem použila cvičení, které tito žáci dobře znají, protože ho využívají v hodinách celkem často. Žáci spolupracovali a prováděli dané cvičení dle pokynů. Pro aktivizaci mluvidel jsem zvolila koktání, díky kterému si žáci procvičili výslovnost. Na to následovalo rozezpívání. Při něm jsem nezpazorovala žádný větší problém. Žáci v této třídě dobře intonují a nemají problém s hlasovými modely. Pro tuto hodinu jsem zvolila píseň „Vyletěla holubička“, která je doporučena ve zpěvníku pro tento ročník. Píseň se žáci naučili pomocí metody založené na zvukomalbě. Průběh nácviiku písně se zdařil dle plánování a mých očekávání. I když je tato píseň intonačně velmi náročná, tak ji žáci zvládli bravurně a na konci hodiny ji zvládli zazpívat celou bez mé pomoci. V závěru vyučovací jednotky byl čas na zhodnocení hodiny nejen mnou, jakožto vyučujícím, ale i samotnými žáky. Shodli jsme se, že byla vyučovací jednotka zdařilá a žákům se moc líbila práce s písní. Celou hodinu byla přítomna třídní učitelka, která hodnotila odučenou hodinu pozitivně. Plánovaná časová dotace stačila na všechny dané aktivity a já hodnotím hodinu jako zdařilou. Doporučuji tuto přípravu zařadit do vyučování.



## **6.6 Přípravy na hodinu hudební výchovy pro 4. ročník základní školy**

## **Příprava na hodinu hudební výchovy**

(píseň „Stará archa“)

**Třída:** 4.

**Počet žáků:** 26

**Cíle:** Žáci se v této hodině naučí píseň „Stará archa“. Dokážou ji odintonovat v dané tónině. Také si prohloubí znalosti a dovednosti v oblasti hlasové hygieny, dechové průpravy

a artikulace. Zároveň využijí své dosavadní zkušenosti a znalosti ve výběru vhodné melodie pro píseň a veškeré teoretické poznatky aplikují do praktické ukázky.

**Učivo:** intonace, hlasová hygiena, dechová průprava, práce s písni, volný nástup 3. stupně

**Pomůcky:** křížovka, klavír nebo klávesy, psací potřeby, tabule, křída (fix), kytara

**Klíčové kompetence:** k učení, k řešení problémů, komunikativní, sociální a personální

**Časová dotace:** 45 minut (1 vyučovací hodina)

**Prostor:** klasická učebna (nejlépe hudební)

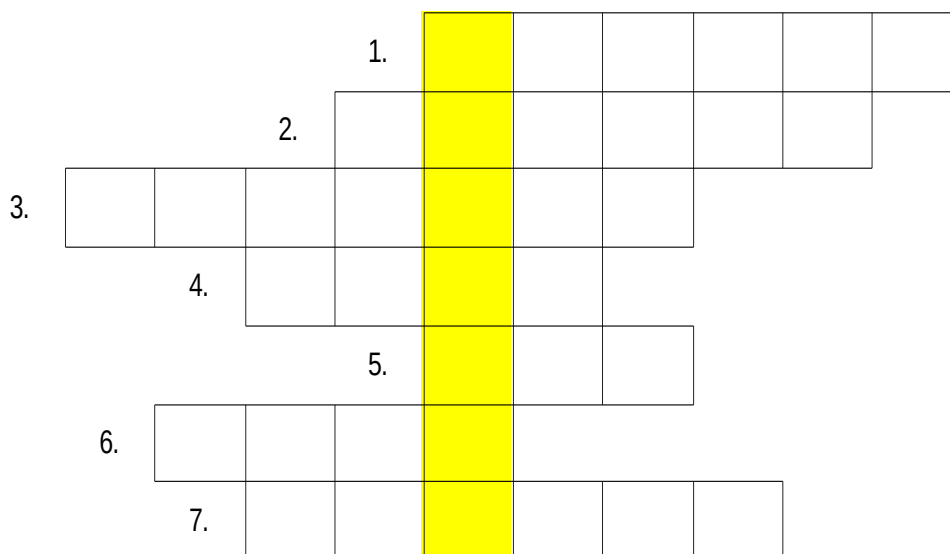
### **Motivace (10 min)**

#### Pomocí křížovky

Učitel rozdá žákům křížovky a každý samostatně si ji vyplní. Následně proběhne společná kontrola na tabuli.

*Pozn.: Pokud chce učitel ušetřit čas, může zvolit přímo společné vyplňování křížovky na tabuli.*

## KŘÍŽOVKA



Obrázek 22: Křížovka

1. Strunný hudební nástroj, který má 6 strun. (kytara)
2. Hudební nástroj, na který se hraje smyčcem a má 4 struny. ( housle)
3. Co znamená italské slovo piano v hudební výchově? (potichu)
4. Při zpěvu bychom měli rovně ..... (stát)
5. Jaký zvuk vydává bubínek? (bum)
6. Jak říkáme oblasti, ve které se učíme noty, skladatele nebo hudební nástroje? Říkáme tomu hudební ..... (nauka)
7. Hudební nástroj, který má černé a bílé klapky. Hraje se na něj rukama. (klavír)

TAJENKA: (kocábka)

„Co vám vyšlo v tajence? Výborně! Tušíte, proč vám vyšlo slovo „kocábka“ a co by mohlo znamenat pro dnešní hodinu hudební výchovy? Ano! My se dnes naučíme jednu píseň o takové kocábce.“

## Hlasová rozevčička (15 min)

### a) uvolnění těla

#### Strom ve větru

„Je jaro a venku se opět všechno pomalu zelená. I stromy se obalují lístky a chystají se na rozkvět. Každý z vás je teď jeden strom, který se volně kývá ve větru. Větve se hýbou na všechny strany a listy se třepou pod tlakem vzduchu.“

*Pozn.: Učitel hlídá žáky, zda dělají pohyb plynule a mírně. Tato aktivita slouží k uvolnění těla a připravuje tělo na další zátěž.*

### b) dýchání

#### Dechová příprava

Tato část hodiny obsahuje několik průpravných dechových cvičení.

- 1) Nádech nosem → zadržení dechu → tři krátké výdechy ústy.
- 2) Nádech nosem → zadržení dechu → delší výdech sykavkou (ústa jsou vytvarovaná na hlásku „u“).
- 3) Nádech nosem → zadržení dechu → výdech sykavkou → krátký nádech ústy → výdech sykavkou.

### c) aktivizace hlasové polohy

#### Start rakety

„Nyní se nacházíme na základně NASA a za chvíli nám startuje vesmírná raketa. Všichni se budeme dívat, jak odstartuje a pomůžeme jí při vzletu zvukem, který vydává.“ Žáci v této fázi imitují vzlet rakety tím, že produkují zvuk od nejhlubšího tónu klouzavě po vysoký tón a vydrží na něm. „Nyní rychle zapneme zpětný chod a raketa se nám vrátí zpátky na start.“ V této fázi se žáci vracejí od nejvyššího tónu postupně klouzavě zpět na nejhlubší tón.

*Pozn.: Učitel napomáhá všem žákům tím, že jim rukou ukazuje směr růstu či poklesu melodie.*

## d) aktivizace mluvidel

### Jazykolamy

P Před potokem pět kopek konopí, za potokem pět kopek konopí.

C Cvrček cvrká cvrk, cvrk, cvrk.

K Kapka kápla, klapka klapla.

R Roli krále Ralfa hrál Vladimír Leraus.

V Vyskočil vyskočil, Vyskočilku přeskočil, Vyskočilka vyskočila, Vyskočila přeskočila.

## e) rozezpívání

Ustálení tónu na 1. stupni



Od 1. ke 2. stupni



Od 1. k 3. stupni



Od 1. k 5. stupni



Volný nástup 3. stupně



## Práce s písní (15 min)



Svižně

### Stará archa

Spirituál  
Slova Jan Vančura

1. Já mám ko - cáb - ku ná - ram, ná - ram, ná - ram,  
ko - cáb - ku ná - ram ná - ram - nou. Já mám ná - ram - nou.  
Ar - cha má cíl, ar - cha má směr, pla - ví se k A - ra - ra - tu na se - ver. Já mám  
ko - cáb - ku ná - ram, ná - ram, ná - ram, ko - cáb - ku ná - ram, ná - ram - nou. Já mám  
ko - cáb - ku ná - ram, ná - ram, ná - ram, ko - cáb - ku ná - ram, ná - ram - nou.  
Pr - še - lo a blej - ska - lo se se - dm ne - děl, ko - cáb - ku ná - ram, ná - ram - nou.  
No - e ne - byl překvapeněj on to vě - děl, ko - cáb - ku ná - ram, ná - ram - nou. Já mám

2. Sem Ham a Jáfet byli bratři rodní,  
kocábku náram, náramnou,  
Noe je zavolal ještě před povodní,  
kocábku náram, náramnou,  
kázal jim naložit ptáky, savce,  
kocábku náram, náramnou,  
ryby nechte, zachrání se samy hladce,  
kocábku náram, náramnou.

3. Přišla bouře, zlámala jim pádla, vesla,  
kocábku náram, náramnou,  
vtom přilétla holubice, snítku nesla,  
kocábku náram, náramnou.  
Když přistáli, vyložili náklad celý,  
kocábku náram, náramnou,  
ještě že tu starou archu měli,  
kocábku náram, náramnou.

Obrázek 23: Píseň Stará archa

### Literární kontext

Učitel si s žáky v hodinách českého jazyka nebo čtení přečte báji o Noemovi a jeho Staré arše. Na základě těchto znalostí se žáci lépe naučí text písně a budou tomu rozumět. Naučení textu se docílí hrou na ozvěnu.

### **Závěr hodiny (5 min)**

„V dnešní hodině jsme se naučili jednu známou píseň. Která to byla? O čem se v ní tedy zpívalo? Tato píseň má více slok a ty se naučíme další hodinu. Popřemýšlejte doma, jak by příběh o staré arše mohl pokračovat.“ V této části hodiny je prostor pro reflexi žáků na danou vyučovací jednotku, na jednotlivé aktivity i na jejich vlastní pocity v konkrétních situacích.

### **Reflexe hodiny z pohledu učitele**

V této hodině jsem využila křížovku, jako motivační aktivitu, kterou jsem si předem sama vytvořila. Každý žák ji dostal na papíře a pracoval samostatně. Aktivita se vyvedla bez jediného problému a někteří žáci dokonce poznali, o jakou píseň se bude v této hodině jednat. Pro uvolnění celého těla jsem zvolila imitaci stromu ve větru, kdy žáci prováděli pohyby naprosto přirozeně a nedošlo k žádnému chaosu ani k nedisciplinovanosti. Pro procvičení dýchání jsem sestavila dechový cyklus, který jsem nejprve žákům názorně ukázala a několikrát vysvětlila. Při provádění daných cviků se žáci soustředili a plnili dané pokyny. Nebylo potřeba je opravovat, jelikož jsem nezpozorovala žádný problém. Další aktivitou bylo předvádění zvuku při startu rakety. Tato činnost žáky ohromně zaujala a zopakovali si ji ještě několikrát. Pro aktivizaci mluvidel jsem použila některé jazykolamy a žáci vymýšleli další. Kladla jsem důraz na důkladnou výslovnost, kterou se žáci snažili plnit. Před nácvikem samotné písně byla fáze, která byla věnována rozezpívání. Tato třída je pěvecky poměrně zdatná, tudíž všechny připravené hlasové modely zvládli žáci bez obtíží. Při nácviku písně jsem vycházela z rozhovoru s třídní učitelkou. Měla jsem od ní informace, že se žáci seznámili v hodinách čtení s příběhem o Noemovi a jeho arše. Využila jsem toho tedy jako motivaci k písni a žáci již přibližně věděli, o čem se v textu písně bude zpívat. Na konci této části hodiny byli žáci schopni zazpívat první sloku písně, kterou jsem doprovázela na kytaru. V závěru hodiny žáci zhodnotili obsah vyučovací jednotky a každý z nich vybral jednu aktivitu, která ho bavila nejvíce. Z hlediska časové dotace hodina splnila svůj plán a nebylo potřeba měnit časové dispozice pro jednotlivé aktivity. S hodinou jsem byla spokojena a doporučuji tuto přípravu zařadit do vyučování.

## Příprava na hodinu hudební výchovy

(píseň „Jsou mlynáři“)

**Třída:** 4.

**Počet žáků:** 26

**Cíle:** Žáci se v této hodině naučí píseň „Jsou mlynáři“. Dokážou intonovat v dané písni a zopakují si volný nástup třetího stupně v zadané tónině. Dále si také rozvíjí svou fantazii a pohybové dovednosti, které využijí během pohybového doprovodu písně. Zdokonalují si znalosti v ohledu na hlasovou hygienu, postoj při zpěvu, a také artikulaci.

**Učivo:** intonace, hlasová hygiena, dechová průprava, artikulace, práce s písni

**Pomůcky:** klavír nebo klávesy, lístečky s hádankami,

**Klíčové kompetence:** k učení, k řešení problémů, komunikativní, sociální a personální

**Časová dotace:** 45 minut (1 vyučovací hodina)

**Prostor:** klasická učebna (nejlépe hudební)

### Motivace (10 min)

#### Pomocí hádanky

„Někdo nám tu rozstříhal lístečky. Máme tu dvě skupinky lístečků. Hledáme k sobě dvojice. Každý z vás dostane jeden lísteček. Ti, co budou mít na něm napsanou hádanku, nám ji nahlas přečtou. Celá třída bude hádat správnou odpověď. Pokud někdo bude mít danou správnou odpověď na svém lístečku, tak si přisedne k tomu, co má hádanku. Hledáme povolání a řemesla.“



Příklad:

Rozumí si s květinami i stromy. Většinu času tráví venku a hlína na rukou mu nevadí.	zahradník
Má vynikající chuťové buňky. Pracuje s ostrými předměty a díky němu si pochutnáme.	kuchař
Nosí bílou čepici. Pracuje v bílém prachu a po práci voní moukou.	mlynář
Každý den si povídá s dětmi. Počítá, čte i píše společně s nimi.	učitelka
Závisí na něm bezpečí nás všech. Vyplňuje pokuty a chytá zločince.	policista

Obrázek 24: Lístičky s povoláním

*Pozn. Učitel může zvolit i jiné varianty této aktivity. Jako příklad můžeme uvést třeba hledání dvojic lístičků samotnými žáky po třídě. Kdy všichni žáci chodí volně po třídě a žáci, co mají hádanky, je pokládají svým spolužákům a oni se podle svých povolání přiřazují do dvojic.*

### Hlasová rozevřička (15 min)

#### a) uvolnění těla

##### Mravenci

„Procházíme se všichni lesem, když zjistíme, že šlapeme v mraveništi. Po celém těle nám lezou stovky štíplavých mravenců. Naším úkolem je všechny ze sebe setřást.“ Žáci poskakují a třepou při tom končetinami.

*Pozn.: Učitel hlídá bezpečnost všech žáků, aby nedošlo k úrazu. Pro lepší koordinaci může vydávat přímo povely.*

#### b) držení těla

##### Maják

„Kdysi dávno, po dlouhých plavbách, námořníci odpočívali v různých přístavištích. Víte, jak poznali, kam mají směřovat svou loď, když ještě neměli navigace? Ano, pomohl jim v tom maják. A víte proč právě maják? Čím je typický? Každý z vás teď bude takový maják. Místo hlavy máte světlo, které pomáhá námořníkům v orientaci. Světlo ukazuje na obě strany a pravidelně je střídá.“

*Pozn.: Učitel dává pozor, zda mají žáci dostatečně uvolněná ramena a nepřepínají svaly okolo hlavy. Co se týká otáčení hlavy, tak by pohyb měl být prováděn plynule a s klidem.*

### **c) dýchání**

#### Dechový cyklus

„Dýchání je při zpěvu velmi důležité. Abychom dosáhli kvalitního zpěvu, je potřeba dýchat plynule a rovnoměrně. Proto si dnes vyzkoušíme takové dechové kolečko. Postavte se do stoje mírně rozkročeného, ruce předpažte, prsty skrčte do pěstí a palce nám směřují vzhůru. Při nádechu vám půjde pravá ruka do vzpažení a hlava se bude dívat celou dobu na palec u pravé ruky. Při výdechu se vrací pravá ruka do předpažení a levá se nehýbe. Nyní následuje výměna rukou. Hned poté upravíme cvik tak, že pravá ruka jde při nádechu stále směrem vzhůru, ale levá už pracuje také, a to do připažení. Při výdechu obě ruce předpažíme a následně opět vyměníme. Toto dechové kolečko má tedy čtyři fáze:

1. pravá ruka vzpažit, levá nic
2. levá ruka vzpažit, pravá nic
3. pravá ruka vzpažit, levá připažit
4. levá ruka vzpažit, pravá připažit

*Pozn.: Při tomto cvičení je důležité upozorňovat žáky, aby nezvedali ramena. Dýchání by mělo být stále přirozené a plynulé. Každý nádech je samozřejmě nosem a výdech ústy. Toto cvičení se neopakuje příliš dlouho, aby nedošlo ke kolísání tlaku u žáků.*

#### Sprinter

„Při atletických závodech můžeme vidět, jak sprinteři, kteří uběhnou 100 metrů, jsou v za cílovou páskou ještě několik minut zadýchání. Představte si, že jste právě doběhli nějaký závod a potřebujete se vydýchat. K tomu si vyzkoušíme jedno cvičení. Toto cvičení trvá 4 doby. Počítáme u něho takto → první druhá třetí čtvrtá. Na slabiku „pr“, „dru“, „tře“ a „čtvr“ budeme vydechovat. Na zbylé slabiky se budeme nadechovat. Dejte si u toho ruku na břicho a soustřeďte se, aby se vám pohybovalo při dýchání.“

Názorné schéma cvičení:

*pr (výdech) vní (nádech), dru (výdech) há (nádech), tře (výdech) tí (nádech),  
čtvr (výdech) tá (nádech)*

*Pozn.: Učitel nejprve žákům několikrát ukáže správné provedení. Následně jim počítá, aby se žáci mohli soustředit jen na dýchání, které je prováděno ústy. Tempo počítání závisí na zvládnutí techniky žáky. Každý učitel volí libovolně a úměrně ke schopnostem skupiny.*

#### **d) aktivizace hlasové polohy**

##### Hurvínek

„Viděli jste někdo pohádku o Hurvínkovi? Pamatujete si, jak on mluví? Zkuste si každý říct několik vět jako Hurvínek.“ Úkolem žáků je vše přehnaně tzv. Rozplácnout. Žáci mluví jako rozmazlené děti, které si vše vyprosí nařikáním a „kňouráním“. K tomuto cvičení se doporučují věty jako například: „Né, já to nechci. Né, to nebudu dělat. To se mi nelíbííí.“

*Pozn.: Učitel tuto aktivitu musí žákům názorně předvést. Ne u všech žáků se cvičení vydaří. Někteří jsou ostýchavější a neumí se do role pořádně vcítit. Učitel by je měl motivovat a pomoci jim.*

#### **e) aktivizace mluvidel**

##### Hádka

Žáci jsou rozděleni do dvojic a jejich úkolem je výměna názorů. Mají se o něčem dohadovat, ale jedinou větu, kterou mohou použít je „Má máma má málo máku“. Do této konverzace tedy musí vložit emoce, gesta a další prostředky neverbální komunikace.

*Pozn.: Učitel upozorňuje žáky na důkladnou výslovnost.*

## f) rozezpívání

Ustálení tónu na 1. stupni

Mly-ná - ři Mly-ná - ři

Od 1. k 3. stupni

Na-me - le - me si mou-ku. Na-me - le - me si mou-ku.

Od 1. k 5. stupni

Ma me mi mo mů mů ma me mi mo mů mů Ma me mi mo mů mů ma me mi mo mů mů

Celý kvintakord

Jo Jo jo jo jo Jo jo jo jo jo

Volný nástup 3. stupně

Ma ma ma ma ma Ma ma ma ma

Práce s písní (15 min)

## JSOU MLYNÁŘI

Česká Vesele (Doprovod: 5)

Jsou mly-ná-ři chla-pi, chla-pi, když jim mly-ny kla-py, kla-py,  
 jsou mly-ná-ři chla-pi, chla-pi, když jim mly-ny jdou.  
 Když jim mly-ny ne-chtí kla-pat, za-čnou ja-ko šelmy pla-kat.  
 Jsou mly-ná-ři chla-pi, chla-pi, když jim mly-ny jdou.

Obrázek 25: Píseň Jsou mlynáři

## Na stavitele

Při nácviu písně touto metodou využíváme buď melodických Orffovských nástrojů nebo klavíru či kláves.

1) Učitel naučí žáky toniku (táta Toník) a dominantu (děda Dominik), které si žáci znázorní pomocí dvou předmětů na lavici a motoricky se to naučí.

*Pozn.: Učitel stojí k žákům čelem, tudíž jim vše ukazuje zrcadlově.*

2) Učitel hraje toniku a dominantu na klavír a žáci s ním ukazují společně na předmětech na lavici.

*Pozn.: Pro lepší orientaci a větší sluchovou zřetelnost učitel využívá i spodních basů C a G.*

3) Učitel již hraje píseň s doprovodem a žáci si tím fixují melodii.

4) Učitel říká text a žáci si ho fixují.

5) Několik šikovných žáků může pracovat s klavírem, kdy mají jednotlivé klapky zřetelně označené. Zbytek třídy pracuje stále se zvonkohrou.

### **Závěr hodiny (5 min)**

V závěrečných několika minutách je na řadě zhodnocení hodiny. Učitel může položit žákům několik otázek, ve kterých se například ptá na to, jak se jim hodina líbila. Která aktivita nebo část hodiny je bavila a zaujala nejvíce a proč. Co by si chtěli například zopakovat.

### **Reflexe hodiny z pohledu učitele**

V této hodině jsem využila hry, která motivovala žáky pro další práci v hodině. Připravila jsem si lístečkovou hru, která je u žáků oblíbená v jakékoliv formě a s jakýmkoliv tématem. Setkala jsem se s kladnými ohlasy a aktivita proběhla naprosto bez problémů. Pro uvolnění těla jsem zvolila aktivitu, kdy žáci ze sebe setřepávali mravence. Během této činnosti vznikl trochu větší hluk a následně nebyly slyšet mé pokyny. Protože byli žáci po aktivitě velmi rozjívení, tak jsem vybrala ještě cvičení na správné držení těla. Tím se třída uklidnila a připravila na následné dechové cvičení.

K rozvoji dovedností v dechové přípravě jsem využila dechového cyklu, který jsem nejprve žákům předvedla a vysvětlila. Během jejich samotného cvičení jsem jim stále ukazovala, co mají dělat, a také jsem jim dávala pokyny. Vše proběhlo v pořádku a žáci se soustředili. Druhou aktivitou podporující dýchání byla imitace zadýchaného běžce, který po svém výkonu zklidňuje svůj dech. Cvičení se žákům líbilo a po několikátém opakování ho prováděli všichni správně. K aktivizaci hlasové polohy jsem použila cvičení, kdy žáci napodobují hlas Hurvínka. Aktivita se jim moc líbila a bylo vidět, že je baví. Před rozezpíváním jsem ještě měla připravené cvičení, které aktivizovalo mluvidla. Dospěli jsme k tomu pomocí dialogu, kdy žáci využívali pouze jednu větu. Chvilí trvalo, než všichni pochopili, co po nich chci, ale nakonec se všichni zapojili. Poté následovalo rozezpívání, které mělo žáky připravit na píseň. Zvolila jsem jednoduché hlasové modely, jelikož samotná píseň je melodicky i rozsahově jednoduchá. Během rozezpívání nebyl žádný problém s intonací ani s rytmickým cítěním a vše proběhlo bez obtíží. Při nácvičku písně jsem využila metody, která se opírá o doprovod písně pomocí tóniky a dominanty. I když žáci s touto metodou pracovali poprvé, tak jsem sledovala velký zájem a chuť pracovat. V závěru této fáze hodiny jsem vybrala čtyři žáky, kteří si vyzkoušeli doprovod na klavír. Zvolila jsem ty, kteří pracovali během hodiny nejlépe, a zároveň jsem měla jistotu, že dané cvičení zvládnou. Na konci hodiny žáci zvládli zazpívat celou píseň i s doprovodem. Během posledních minut vyučovací jednotky byl čas na zhodnocení práce žáků nejen mnou, jakožto vyučujícím, ale i samotnými žáky. Žáci sdělovali své pocity z hodiny a vybírali nejpovedenější aktivity. Plánovaná časová dotace byla dostatečná a nebylo potřeba ji měnit v průběhu hodiny. S odučenou hodinou jsem velmi spokojená a doporučuji tuto přípravu zařadit do vyučování.

## **6.7 Přípravy na hodinu hudební výchovy pro 5. ročník základní školy**

## **Příprava na hodinu hudební výchovy**

(píseň „Kdyby byl Bavorov“)

**Třída:** 5.

**Počet žáků:** 20

**Cíle:** Žáci si v této hodině procvičí své znalosti a dovednosti z hlasové hygieny a dechové přípravy. Zároveň budou schopni využít volného nástupu písně třetím stupněm v dané tónině. Také budou schopni doplnit píseň o pohybový doprovod.

**Učivo:** hlasová hygiena, dechová příprava, artikulace, rozvoj hlasového rozsahu, intonace písně „Kdyby byl Bavorov“, pohybový doprovod

**Pomůcky:** klavír nebo klávesy

**Klíčové kompetence:** k učení, k řešení problémů, komunikativní, sociální a personální

**Časová dotace:** 45 minut (1 vyučovací hodina)

**Prostor:** klasická učebna (nejlépe hudební)

### **Motivace (10 min)**

#### Pomocí tance

„V hodinách tělesné výchovy jsme se učili jeden z nejznámějších českých tanců. Pamatujete si, který to byl?“ (polka) „Máte pravdu! Co jste si o tomto tanci zapamatovali? Zkuste se zaměřit hlavně na to, kolik má dob, jaké jsou jeho základní kroky, a kde se nejčastěji tančí!“... „Nyní si zkusíme tento tanec společně zatančit. Udělejte si dvojice a postavte se do kruhu ve směru tance.“ Žáci tančí jednoduchou verzi polky s pomocí učitele, který jim nahlas udává povely k tanečním krokům. „Máme tu plnou třídu výborných tanečníků. Znáte nějakou píseň, na kterou by se dala polka také tančit?“ „My si dnes jednu takovou společně naučíme! Napřed se na to ale důkladně připravíme.“

### **Hlasová rozvíčka (15 min)**

#### **a) uvolnění těla**

#### Baletní příprava

Tato aktivita slouží k dostatečnému snížení tepové frekvence a k uvolnění těla.



„Nyní si vyzkoušíme další tanec, kterým je tentokrát balet. Tento tanec je klidný, velmi ladný a pomalý. Zkusme se všichni narovnat a pomalu si uvědomujeme všechny naše končetiny, hlavu, krční páteř, zádové svaly, břišní svaly, atd.“

*Pozn.: Žáci v tomto cvičení předvádějí různé baletní figury a protahují u toho celé své tělo. Je důležité dbát na to, aby všichni žáci byli připravení na hlasovou rozcvičku. Je potřeba pokračovat v aktivitě do té doby, než si je učitel jistý dostatečným uvolněním a připraveností všech jeho žáků.*

## **b) dýchání**

### Balónek

„Všichni teď nafoukneme nosem do prostoru našeho břicha velký balón. Hned po nafouknutí ho budeme pomalu vyfukovat na hlásku „Ššššš“. Toto si zopakujeme třikrát.“  
„Nafouknutý balón teď budeme vyfukovat postupnými krátkými výdechy na hlásku Sss, a to s pauzami.“

*Pozn.: U všech dechových cvičení dbáme na správné držení těla a upozorňujeme na chybu v podobě zvedání ramen.*

## **c) aktivizace hlasové polohy**

### Sanitka

„Slyšel někdo z vás někdy houkat sanitku? Jakou má jejich siréna melodii?“ „My se teď všichni svezeme sanitkou!“

*Pozn.: Žáci klouzavým tónem napodobují melodii sirény sanitních vozů. Sirénu houkají na slabiku „hů“. Učitel jim ukazuje směr stoupání a klesání melodie rukou.*

## **d) aktivizace mluvidel**

### Jazykolamy

- Ř Bratře Petře, nepřepeři toho vepře.  
L Zeptej se Lili, nalili-li liliputáni liliím vodu.  
S Nesnese se se sestrou.  
P Pudl prdl pudr.

Pozn.: Žáci tyto jazykolamy říkají několikrát za sebou ve svém tempu. Dbáme na důraznou (až přehnanou) výslovnost. Žáci mohou vymýšlet vlastní jazykolamy.

### e) rozezpívání

Od 1. k 3. stupni



Od 1. k 4. stupni



Od 1. k 5. stupni



Celý kvintakord



### Práce s písní (18 min)

#### KDYBY BYL BAVOROV

Česká (Doprovod: 5)  
Mírně rychle

1. Kdy-by byl Ba-vo-rov, co jsou Vod-ňá - ny,  
dal bych ti hu-bič-ku na o - bě stra - ny.  
A - le že je za vo-dou, za vodičkou stu-de-nou,  
ne-dám ti, má mi-lá, a - ni je-di - nou.

2. Kdyby byl Bavorov, co Prachatice,  
dal bych ti hubiček na sta tisíce.  
Ale že je ...

Obrázek 26: Píseň Kdyby byl Bavorov

## Pomocí choreografie

*Pozn.: Učitel přehraje žákům melodii a k tomu zpívá text. Poté je naučí pohyby k jednotlivým frázím písně. Žáci si tímto fixují text i melodii.*

### **Kdyby byl Bavorov**

Kdyby byl Bavorov, co jsou Vodňany. *pochodování na každou těžkou dobu*

Dal bych ti hubičku na obě strany. *rozdávání hubiček pomocí dlaní*

Ale že je za vodou, za vodičkou studenou. *smutný výraz a gesto chladné vody*

Nedám ti má milá ani jedinou. *gestikulace záporu (prstem i hlavou)*

Ale že je za vodou, za vodičkou studenou. *smutný výraz a gesto chladné vody*

Nedám ti má milá ani jedinou. *gestikulace záporu (prstem i hlavou)*

*Pozn.: Pokud žáci už píseň umí, můžeme vypustit pohyb a pracovat jen se samotnou písní (zpívání po skupinách, chlapci x dívky, atd.) Také můžeme zkusit tančit polku na tuto píseň (stačí jen základní krok).*

### **Závěr hodiny (2 min)**

V závěru hodiny je čas na reflexi vyučovací jednotky. Žáci ohodnotí jednotlivé aktivity v hodině a mohou i sdělit ostatním, co je zaujalo nejvíce a naopak. Tato fáze hodiny je důležitá nejen pro ukončení aktivit, ale také pro zhodnocení práce žáků učitelem i jimi samými.

### **Reflexe hodiny z pohledu učitele**

Jako motivaci pro tuto hodinu jsem zvolila tanec. Žáci tento tanec znali již z hodin tělesné výchovy a ve třídě byl dostatek místa, takže nebyl žádný problém s organizací. Žáci se rozdělili do libovolných dvojic a zkušeli tančit polku dle mých pokynů. Ve třídě se utvořili 3 dvojice chlapců, kteří narušovali tuto aktivitu. Po několikatém napomenutí jsem je vyřadila ze cvičení a posadila jsem je po zbytek této aktivity do lavic. Pro uvolnění těla

jsem vybrala další tanec. Pomocí baletní průpravy si žáci protáhli tělo a zároveň uvolnili napětí v oblasti zátylku, ramen a zad. Všechny dané pohyby jsem jim předcvičovala, a také jsem zadávala slovní pokyny. Žáci cvičili dle povelů a navíc jsem zapojila i žáky, kteří byli z předchozí aktivity vyloučení. Nyní nebyl žádný problém s disciplínou. Pro rozvoj správného dýchání jsem využila imaginárního balónku, který se mi osvědčil jako jeden z nejlepších způsobů jak efektivně procvičit dechová cvičení. V této třídě si již žáci sami dávali pozor na napětí v zátylku a na zvednutá ramena. Některé dívky samy upozornily na tento nežádoucí problém před začátkem aktivity. Pro aktivizaci hlasové polohy jsem měla připravené cvičení, které napodobuje zvuk sirény sanitního vozu. Žáci spolupracovali a plnili zadání výborně. Pro správnou artikulaci jsem vybrala několik jazykolamů, které se již tradičně těší velkému zájmu u žáků na prvním stupni základní školy. Na to navazovalo rozezpívání, které obsahovalo několik jednoduchých hlasových modelů. Během rozezpívání jsem postřehla menší problém v intonaci, takže jsem zvolnila tempo a rozdělila žáky do dvou skupin, abych mohla pracovat s menším počtem žáků. Skupiny se postupně střídaly v jednotlivých modelech a žáky, kteří měli potíže s intonací, jsem posadila nejbližší ke klavíru, aby dobře slyšeli melodii klavíru i můj zpěv. Po rozezpívání byli žáci dostatečně připraveni na píseň a práci s ní. K nácviku jsem zvolila metodu, která se zakládá nejdříve na choreografii. Žáci se touto formou naučili celou píseň a práce s ní je velmi bavila. Na konci této části byli žáci schopni zazpívat celou píseň a následně ji zpívali po skupinách. Jelikož zbyl ještě čas, tak dobrovolníci utvořili dvojice a tančili polku. Zbytek třídy jim k tomu zpíval danou píseň. Hodina se vydařila a dle plánování stačila i časová dotace. Na konci hodiny jsem ještě zhodnotila práci žáků a jejich zapojení do hodiny. Setkala jsem se s kladnými ohlasy na moji vyučovací jednotku. S hodinou jsem byla spokojená a doporučuji tuto přípravu zařadit do vyučování.

## Příprava na hodinu hudební výchovy

(píseň „Strč prst skrz krk“)

**Třída:** 5.

**Počet žáků:** 20

**Cíle:** Žáci si osvojí další znalosti a dovednosti v oblasti hlasové hygieny, artikulace a intonace. Upevní si volný nástup prvního stupně písně v dané tónině. Rozvíjí si svou představivost, kterou následně aplikují do praxe.

**Učivo:** hlasová hygiena, dechová průprava, intonace v písni „Strč prst skrz krk“, artikulace

**Pomůcky:** motivační obrázky, klavír nebo klávesy

**Klíčové kompetence:** k učení, k řešení problémů, komunikativní, sociální a personální

**Časová dotace:** 45 minut (1 vyučovací hodina)

**Prostor:** klasická učebna (nejlépe hudební)

### Motivace (5 min)

#### Hádání jazykolamů pomocí obrázků

Učitel ukáže obrázky, které v sobě skrývají jeden z jazykolamů. Žáci hádají jazykolamy a při správné odpovědi celý jazykolam přeříkají.



Obrázek 29: Jazykolam 1



Obrázek 28: Jazykolam 2



Obrázek 27: Jazykolam 3

## Hlasová rozcvička (20 min)

### a) uvolnění těla

#### Hadrový panák

Žáci se rozmístí ve volném prostoru a různě poskakují a třepou celým svým tělem. Tímto cvičením ze sebe setřesou veškeré napětí. Aktivitu je vhodné doplnit učitelovými pokyny, např. „Nohy i ruce jsou naprosto volné a kýváš s nimi do všech stran. Obličejové svaly máš naprosto uvolněné a jazyk ti pomalu vypadává z úst.“ Na pohyby těla se volně naváže i zvukový doprovod v podobě měkkého zvuku, např. „hu, ha nebo ho.“

*Pozn.: Učitel hlídá, zda mají děti uvolněné celé tělo. Velký důraz se klade na uvolnění ramen a pohyblivosti zátylku.*

### b) dýchání

#### Medvědi

„Představte si, že jste všichni velcí medvědi, kteří se pomalu pohybují lesem. U toho se kolíbají ze strany na stranu a potichu si něco brumlají.“

*Pozn.: Učitel hlídá žáky, aby při této aktivitě nestáli příliš v napětí. Důležitá je výchozí poloha, která je v mírném stoji rozkročném s lehce pokrčenými koleny. Žáci by měli plynule přenášet váhu z jedné nohy na druhou. Zároveň učitel upozorňuje žáky, aby nekřičeli a soustředili se na své tělo a dýchání.*

#### Vůně oběda

„Přišli jste domů ze školy a už ve dveřích cítíte, že vaše maminka uvařila něco moc dobrého k obědu. Vůně se šíří celým bytem a vy podle čichu hádáte, co uvařila. Podle vůně přicházíte až do kuchyně, kde si hluboce přivoníte k hrnci s jídlem. Co dnes máte dobrého?“

*Pozn.: Při této aktivitě žáci vychází ze základního postoje a soustředí se na smyslové vnímání čichem. Učitel dává pozor, zda žáci při hlubokém nádechu i dlouhém výdechu nezvedají ramena a nepoužívají žádné jiné části svého těla.*

## Mašinka

„Už jste jeli někdy na výlet vlakem? Víte, jaký zvuk vydává mašinka? My si ho teď vyzkoušíme.“ Žáci si drží ruku na břicho a snaží se dýchat do bránice. Začínáme se středními nádechy a výdechy, u kterých se postupně intervaly zkracují. Při výdechu vyslovují žáci hlásku „Ššš“.

*Pozn.: U tohoto cvičení je velká pravděpodobnost, že budou žáci zvedat ramena. Je důležité, aby je na to učitel neustále upozorňoval a předváděl jim správné provedení. Velkou pomůckou pro tuto aktivitu je položená ruka na břicho, která svým pohybem signalizuje práci bránice, tudíž správné provedení.*

### **c) aktivizace hlasové polohy**

#### Smutný pes

„Dokážete mi předvést, jaký zvuk vydává pejsek, když je smutný?“

*Pozn.: Žáci předvádí psí kňučení. Pro větší názornost mohou využít i pohybu horních končetin. Učitel dbá na zásady hlasové hygieny a upozorňuje žáky, pokud moc křičí nebo využívají příliš vysokou polohu hlasu.*

### **d) aktivizace mluvidel**

#### Prst v puse

Žáci zkusí vyslovovat jednotlivé věty normálně. Poté je zkusí vyslovovat, když mají palec v puse a svými zuby jsou do něho „zakousnutí“. Použít můžeme například věty „Toto je dům prababičky a pradědečka“ nebo „Dnes je venku opravdu krásně.“

*Pozn.: Učitel hlídá, aby žáci opravdu dodržovali pokyny a nepoužívali jiné prsty ruky apod. Při této aktivitě učitel s žáky komunikuje a ptá se jich například, zda cítí a slyší rozdíl ve výslovnosti bez palce nebo s ním a zkusí konkretizovat. Tyto dva způsoby artikulace se několikrát mezi sebou vystřídají, aby si žáci dostatečně uvědomili práci se svými rty a jazykem.*

## Jazykolamy

- R Strč prst skrz krk.  
L Dalajláma v lomu láme slámu.  
J Jak Julie olejuje koleje.  
K Pan kaplan plakal v kapli.

### e) rozezpívání

Ustálení tónu na 1. stupni

Ma me mi mo mu. Ma me mi mo mu.

The musical notation shows a treble clef with a 4/4 time signature. The first measure contains a half note G4, followed by quarter notes A4, B4, and C5. The second measure contains a half rest. The third measure contains a half note G4, followed by quarter notes F4, E4, and D4. The fourth measure contains a half rest. The key signature has two flats (Bb and Eb).

Od 1. k 3. stupni

Na na na na na na na. Na na na na na na na.

The musical notation shows a treble clef with a 4/4 time signature. The first measure contains a half note G4, followed by quarter notes A4, B4, and C5. The second measure contains a half rest. The third measure contains a half note G4, followed by quarter notes A4, B4, and C5. The fourth measure contains a half rest. The key signature has two flats (Bb and Eb).

Od 1. k 4. stupni

Má-ma, tá - ta, dě-da, bá-ba, syn. Má-ma, tá - ta, dě-da, bá-ba, syn.

The musical notation shows a treble clef with a 4/4 time signature. The first measure contains a half note G4, followed by quarter notes A4, B4, and C5. The second measure contains a half rest. The third measure contains a half note G4, followed by quarter notes A4, B4, and C5. The fourth measure contains a half rest. The key signature has two flats (Bb and Eb).

Od 1. k 5. stupni

Jo jo jo jo jo. Jo jo jo jo jo.

The musical notation shows a treble clef with a 4/4 time signature. The first measure contains a half note G4, followed by quarter notes A4, B4, and C5. The second measure contains a half rest. The third measure contains a half note G4, followed by quarter notes A4, B4, and C5. The fourth measure contains a half rest. The key signature has two flats (Bb and Eb).

Celý kvintakord

Ma na va la ma na va la ma. Ma na va la ma na va la ma.

The musical notation shows a treble clef with a 4/4 time signature. The first measure contains a half note G4, followed by quarter notes A4, B4, and C5. The second measure contains a half rest. The third measure contains a half note G4, followed by quarter notes A4, B4, and C5. The fourth measure contains a half rest. The key signature has two flats (Bb and Eb).



## Práce s písní (15 min)



### Strč prst skrz krk

Tradicional  
Slova Karel a Jitka  
Tampierovi

1. Na cvi - či - ští čty - ři svi - ští pi - ští, na cvi - či - ští  
čty - ři svi - ští pi - ští, na cvi - či - ští čty - ři svi - ští pi - ští.  
tě - ším se na lek - ci při - ští, ach, jo!  
Strč prst skrz krk zře - tel - ně nám pře - ři - kej, strč - prst skrz krk  
zře - tel - ně nám pře - ři - kej, strč prst skrz krk zře - tel - ně nám pře - ři - kej,  
bu - deš jed - nou zpě - vák ve - li - kej, ba jo!

2. Dalajláma v lomu láme slámu, (3x)  
já si na tom jazyk zlámu,  
ach, jo.  
Strč prst...
3. Jak Julie olejuje koleje, (3x)  
smrtný pot ze mě leje,  
otři mne!  
Strč prst...
4. Teď už umím kaplan plakal v kapli, (3x)  
hlasivky se mi už naply,  
ach, jo.  
Strč prst...

Obrázek 30: Píseň Strč prst skrz krk

## Rytmus

1) Na tabuli jsou povely, které se dělají v určitých taktech

1., 3., 5., 7. takt                      *Plesk plesk plesk plesk*

2., 4., 6. takt                            *Tlesk Tlesk Tlesk Tlesk*

8. takt                                      *Dup*

9. takt                                       *Pozvednutí ramen*

2) Takto se postupuje i u refrénu a dalších slok. Žáci část textu znají již z jazykolamů.

3) Učitel několikrát zazpívá melodii první sloky a refrénu, aby došlo k fixaci melodie u žáků.

### **Závěr hodiny (5 min)**

V závěru této hodiny je potřeba zhodnotit náplň vyučovací jednotky. Učitel se může žáků zeptat, jaká aktivita se jim v hodině líbila nejvíce a proč. Na druhou stranu může požádat o zpětnou vazbu z té negativní stránky, která vede ke zlepšení úrovně dalších hodin.

### **Reflexe hodiny z pohledu učitele**

Jako motivační aktivitu jsem vybrala poznávání jazykolamů pomocí obrázků. Žáci poznali dané jazykolamy bez větších obtíží. Aby měli všichni žáci šanci zjistit, zda si mysleli správnou odpověď, tak psali své návrhy na papír. Na to hned navazovala uvolňovací aktivita, díky které spadlo z žáků veškeré napětí. V této třídě nebyl problém s nadměrným hlukem nebo s organizací tohoto cvičení. Pro rozvoj správného dýchání jsem vybrala tři aktivity, které žáci prováděli správně. U této třídy bylo vidět, že je hudební výchova baví a mají zájem o dané aktivity. Pro aktivizaci hlasové polohy jsem zvolila nápodobu kňučení pejska, která byla žákům velmi blízká. Setkala jsem se zde bohužel s nadměrnou aktivitou několika chlapců, kteří narušovali toto cvičení svým hlasitým povykáváním, štěkáním a vrčením. Z metodického hlediska bych volila tuto aktivitu do nižších ročníků základní školy. Mluvidla si žáci rozcvičili pomocí mluvení s prstem

v puse. Toto cvičení jsem vyučovala poprvé a byla jsem velmi spokojena. Do hodiny jsem zařadila i několik jazykolamů, díky kterým se žáci naučili část textu písně, aniž by o tom věděli. Hned potom následovalo rozezpívání, které proběhlo bez větších obtíží. Žáci spolupracovali a bylo slyšet, že jsou pěvecky zdatní. Po hodině jsem se dozvěděla, že většina dívek z této třídy zpívá ve školním sboru. Po procvičení hlasového rozsahu byli žáci dostatečně připraveni na píseň a práci s ní. Vybrala jsem metodu, kdy se žáci učí nejprve pomocí rytmického doprovodu. Pro příště bych zvolila jinou metodu, jelikož žáci nepochopili rozdělení písně do taktů a nestíhali sledovat pokyny. Nakonec jsme se ale píseň naučili a v závěru jsme ji zazpívali celou. Píseň žáky vzhledem ke svému zajímavému textu velmi bavila. V závěru hodiny žáci zhodnotili vyučovací jednotku a já jsem jim sdělila své dojmy z hodiny. S touto hodinou jsem z větší části spokojená, ale pro další hodiny v tomto ročníku bych volila trochu jiné aktivity.

## 6.8 Zhodnocení

Nyní bych chtěla zhodnotit mou vlastní práci obecně na základní škole. Všechny přípravy jsem odučila v ročnících na jedné škole. Během vyučování v první třídě jsem nepocítila absenci znalostí a dovedností v oblasti hudební výchovy. Tento ročník je nejdůležitější z hlediska přechodu z předškolního vzdělávání na primární stupeň. Během realizace praktické části této práce jsem všechny přípravy konzultovala předem s třídními učitelkami, abych si ověřila informace, zda dané písně žáci již zpívali či nikoliv. Setkala jsem se v jedné třídě s menšími obtížemi při vyučování. Konkrétně se jednalo o druhý ročník<sup>15</sup>, kde měli žáci zanedbané znalosti a dovednosti v rozezpívání. Komplikace tedy nebyly zapříčiněny nesprávně zvolenou metodou či aktivitou z mé strany. Během realizace přípravy v 5. ročníku jsem zjistila, že jsem zvolila metodu nácviku písně, kterou žáci nezvládali podle mých plánů. Nejsem si jista, zda mohu říct, že se jednalo o chybně zvolenou metodu, nebo zda byla nesoustředěnost žáků zaviněna časovým rozvrhem jejich hodin. Hodina byla totiž odučena v pátek předposlední hodinu, kdy byla znát na některých jedincích značná únava. Komplexně mohu tedy říct, že žáci v této škole na primárním stupni jsou dostatečně připraveni v oblasti hudební výchovy.

---

<sup>15</sup> Reflexe na tuto hodinu je na straně 89.

## ZÁVĚR

V této diplomové práci jsem se zabývala vokálními činnostmi na prvním stupni a jejich návazností z předškolního vzdělávání.

Diplomová práce měla prozkoumat, zda žáci na prvním stupni mají dostatečné znalosti a dovednosti z předškolního vzdělávání v předmětu hudební výchova, aby splnili učivo a dané parametry, které definuje učivo na prvním stupni základní školy.

V této práci se prolíná teoretická část s praktickou. Teoretická část diplomové práce nás stručně seznamuje s hlavními složkami hudební výchovy, kterými jsou vokální činnosti obecně, instrumentální činnosti, hudebně-pohybové činnosti a poslechové činnosti. Definuje je také z hlediska předškolního a mladšího školního věku. Dále nás také stručně informuje o všech ústrojích, která se podílí na hlasu, včetně jejich fyziologických funkcí. Myslím, že se mi podařilo sepsat vše podstatné, aby si mohli čtenáři této práce udělat jasné představy o obsahu hudební výchovy na prvním stupni i v mateřských školách.

V druhé části práce jsem na základě teoretických poznatků vytvořila několik příprav na hodinu hudební výchovy pro všechny ročníky prvního stupně i pro jednotlivé třídy v místní mateřské škole. Chtěla jsem si tím ověřit, zda opravdu mají žáci vycházející z místního předškolního vzdělávání dostatečné znalosti a dovednosti, které jsou požadovány na základní škole. Všechny metodické přípravy jsem rozepsala, včetně detailního popisu jednotlivých aktivit. Uvedené metodické struktury jsem následně odučila v daných školních zařízeních a sepsala reflexi na konkrétní hodiny.

Ve výsledku mého šetření jsem zjistila, že místní školní zařízení spolu úzce spolupracují, a že dovednosti a znalosti vyučované v předškolním vzdělávání odpovídají požadavkům obsahu učiva na prvním stupni.

Tato práce by měla být nápomocná pedagogům, kteří nemají dostatečné znalosti v předmětu hudební výchova nebo si chtějí sami doplňovat znalosti a zdokonalovat svou profesi v této oblasti. Věřím, že diplomová práce splnila svůj účel a bude použitelná nejen pro pedagogy, ale i pro rodiče a širokou veřejnost se zájmem o hudební výchovu.

# SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

## LITERATURA

1. BEILOVÁ, V., 1998. *Docela malé ježčí pískání s Písničkou a Fučílkem*. Praha: Knižní klub. ISBN 80-7176-832-4.
2. BRANISLAVOVÁ, V., 1974. *Za písničkou ještě jinak*. Praha: Supraphon.
3. ČECHOVÁ, M., 2011. *Čeština - řeč a jazyk*. 3.rozšířené a upravené vydání Praha: SPN - pedagogické nakladatelství. ISBN 978-80-7235-413-9.
4. DANIEL, L., 1992. *Metodika hudební výchovy: know how učitele hudební výchovy*. 2.vyd. Ostrava: Montanex. ISBN 80-85300-98-2.
5. DRŠATA, J. a V. CHROBOK, 2011. *Foniatric - hlas*. Havlíčkův Brod: Tobiáš. Medicína hlavy a krku. ISBN 978-80-7311-116-8.
6. HÁLA, B. a M. SOVÁK, 1947. *Hlas, řeč, sluch*. Praha: Česká grafická unie.
7. HAVELKOVÁ, K. a B. CHLÁDKOVÁ, 1994. *Didaktika hudební výchovy*. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 80-210-0865-2.
8. JAHODA, J., 1995. *Hudební výchova pro 1.-3. ročník speciálních škol: metodická příručka*. 2. vyd. Praha: Septima. ISBN 80-85801-55-8.
9. JAHODA, J., 1995. *Hudební výchova pro 4.-6. ročník speciálních škol: metodická příručka*. 2. vyd. Praha: Septima. ISBN 80-85801-57-4.
10. K LAPETEK, P. a F. MOURYC, 1994. *Já, písnička. Zpěvník pro žáky základních škol*. Druhé, přepracované vyd. Cheb: Music Cheb. ISBN 80-85925-01-X.
11. K LAPETEK, P. a F. MOURYC, 1999. *Já, písnička*. Dotisk. Cheb: Music Cheb. ISBN 80-85925-02-8.

12. KODEJŠKA, M. a H. VÁŇOVÁ, 1989. *Hudební výchova dětí předškolního věku*. Praha: SPN. ISBN 80-7066-035-X.
13. KOFROŇ, J., 1985. *Učebnice intonace a rytmu*. 5. nezměněné vyd. Praha: Supraphon.
14. KOTVA, V., 1974. *Základní dechová a hlasová cvičení*. Praha: Ústav pro kulturně výchovnou činnost.
15. KOUTSKÝ, J., 2006. *Strč prst skrz krk*. Liberec: Technická univerzita v Liberci. ISBN 80-7372-056-6.
16. KOUTSKÝ, J., 2008. *Didaktika hudební výchovy na 1. stupni*. Liberec: Technická univerzita v Liberci. ISBN 978-80-7372-372-9.
17. KULHÁNKOVÁ, E., 2000. *Hudebně pohybová výchova: metodická příručka pro hudební výchovu ve škole*. Vyd. 1. Praha: Portál. ISBN 80-7178-437-0
18. KYSLÍKOVÁ, A., HONS M. a J. KYSLÍK, 1999. *Hudebně vyjadřovací prostředky a jejich pedagogická interpretace*. Vyd. 1. Ústí nad Labem: UJEP. ISBN 80-7044-250-6
19. LIŠKOVÁ, M. a L. HURNÍK, 1998. *Hudební výchova pro 2. ročník základní školy: učebnice zpracovaná podle osnov vzdělávacího programu Základní škola*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství. ISBN 80-7235-009-9.
20. LIŠKOVÁ, Marie a Lukáš HURNÍK, 2006. *Hudební výchova pro 4. ročník základní školy*. 2. vyd. Praha: SPN - pedagogické nakladatelství. ISBN 80-7235-322-5.
21. LIŠKOVÁ, M. a L. HURNÍK, 2007. *Hudební výchova pro 3. ročník základní školy*. 2. vyd. Praha: SPN - pedagogické nakladatelství. ISBN 978-80-7235-354-5.

22. LIŠKOVÁ, M., 1998. *Hudební výchova pro 5. ročník základní školy: učebnice zpracovaná podle osnov vzdělávacího programu Základní škola*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství. ISBN 80-7235-050-1.
23. LIŠKOVÁ, M., 1999. *Metodická příručka k učebnici Hudební výchova pro 2. ročník základní školy*. Praha: SPN - pedagogické nakladatelství. ISBN 80-7235-065-X.
24. LIŠKOVÁ, M., 1999. *Metodická příručka k učebnici Hudební výchova pro 3. ročník základní školy*. Praha: SPN - pedagogické nakladatelství. ISBN 80-7235-092-7.
25. LIŠKOVÁ, M., 2000. *Metodická příručka k učebnici Hudební výchova pro 4. ročník základní školy*. Praha: SPN. ISBN 80-7235-113-3.
26. LIŠKOVÁ, M., 2000. *Metodická příručka k učebnici Hudební výchova pro 5. ročník základní školy*. Praha: SPN - pedagogické nakladatelství. ISBN 80-7235-127-3.
27. LIŠKOVÁ, M., 2006. *Hudební činnosti pro předškolní vzdělávání*. Praha: Raabe. ISBN 80-86307-26-3.
28. MAJTNER, J., 1995. *Hlasová výchova*. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého. ISBN 80-7067-509-8.
29. NEORALOVÁ, J., DOSTAL J. a O. PAVLOVSKÁ, 1970. *Mladí muzikanti*. Praha: Supraphon.
30. SEDLÁK, F., 1974. *Hudební vývoj dítěte*. Praha: Editio Supraphon.
31. SEDLÁK, F., 1985. *Didaktika hudební výchovy na prvním stupni základní školy: Učebnice pro studenty pedagogických fakult. 1. díl*. Praha: SPN.
32. TICHÁ, A., 2009. *Učíme děti zpívat: hlasová výchova pomocí her pro děti od 5 do 11 let*. Vyd. 2. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-562-2.



33. ZEZULA, J. a O. JANOVSÁ, 1987. *Hudební výchova v mateřské škole*.  
Praha: Státní pedagogické nakladatelství.

#### INTERNETOVÉ ZDROJE

34. *IS MUNI*: Informační systém Masarykovy univerzity [online].  
ISMUNI: ©2008[cit. 2017-02-12].  
Dostupné z: <https://is.muni.cz/elportal/estud/ff/js08/fonetika/ucebnice/index.html>
35. *MYYNY BLOG*: Internetový blog [online]. ©2013 [cit. 2017-01-10].  
Dostupné z: <https://netrpeliva.blogspot.cz/2013/09/lidove-pisnicky-rozkreslene-na-obrazky.html>
36. *I-creative*: Kreativní online magazín a omalovánky k vytisknutí [online].  
I-creative: ©2012 [cit. 2017-01-06]. Dostupné z:  
<http://www.i-creative.cz/2012/08/14/hry-s-cisly-listy-k-vytisknuti/>