

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Teologická fakulta

Bakalářská práce

PĚVECKÝ SBOR A JEHO VLIV NA TRÁVENÍ
VOLNÉHO ČASU

Autor práce: Daniela Kutilová

Vedoucí práce: Mgr. Karel Ochozka

Studijní obor: Pedagogika volného času

České Budějovice 2021

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem autorkou této kvalifikační práce a že jsem ji vypracovala pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu použitých zdrojů.

V Českých Budějovicích dne 29. března 2021

.....

Daniela Kutilová

Poděkování

Tímto děkuji vedoucímu mé bakalářské práce Mgr. Karlu Ochozkovi za cenné rady, připomínky a metodické vedení práce. Dále bych chtěla poděkovat prof. PaedDr. Jiřímu Kolářovi a PhDr. Jaroslavě Mackové za cenné rady při výběru vhodné literatury. Ráda bych také poděkovala Mgr. Barboře Hanslianové, která mi za Národní informační a poradenské středisko pro kulturu — NIPOS poskytla výzkum Dítě a umění, které je o pozitivním dopadu umění na děti. Dále bych chtěla poděkovat mé rodině, která mě po celou dobu mého studia podporovala.

OBSAH

ÚVOD.....	6
1 VYMEZENÍ ZÁKLADNÍCH POJMŮ.....	7
1.1 Volný čas	7
1.2 Hudba, zpěv	8
1.2.1 Hudba	8
1.2.2 Zpěv	9
1.3 Pěvecké sbory	10
1.4 Dětský pěvecký sbor	11
1.4.1 Dětský hlas	12
1.4.2 Hlasová výchova	13
1.5 Sbormistr.....	18
1.5.1 Osobnost sbormistra	18
1.5.2 Příprava sbormistra.....	18
1.6 Dětský pěvecký sbor a jeho vliv na trávení volného času	20
2 SOUSTŘEDĚNÍ DĚTSKÉHO PĚVECKÉHO SBORU	25
2.1 Cíl druhé části	25
2.2 Příprava letního soustředění.....	25
2.3 Letní soustředění dětského pěveckého sboru.....	27
2.3.1 Čtvrtek	27
2.3.2 Pátek	28
2.3.3 Sobota	36
2.3.4 Neděle.....	43
ZÁVĚR.....	45
SEZNAM LITERATURY	47
INTERNETOVÉ ZDROJE.....	48

SEZNAM OBRÁZKŮ.....	49
ABSTRAKT	50
ABSTRACT	51

ÚVOD

Tématem bakalářské práce je „Pěvecký sbor a jeho vliv na trávení volného času“. Toto téma jsem si zvolila, jelikož sborový zpěv mi je velmi blízký, neboť od svého dětství jsem sama členem pěveckého sboru. Zároveň jsem díky studiu měla možnost vyzkoušet si v rámci praxe zájmového vzdělávání dětí a mládeže pozici sbormistryně v dětském pěveckém sboru Kosteláček a velmi mě to bavilo. Kromě toho mě zajímá, zda je tato aktivita pro člověka přínosem, jak rozvíjí jeho osobnost a jak naplňuje jeho volný čas.

Bakalářská práce se skládá ze dvou částí a je psána metodou popisu. Pro potřeby práce se v některých kapitolách omezím jen na zjednodušené uvedení do problematiky.

Cílem první části je teoreticky popsat základní pojmy související s tímto tématem. V této části jsou popisovány pojmy volný čas, hudba, zpěv, sborový zpěv, pěvecké sbory či sbormistr. Dále je v této části blíže popsán dětský pěvecký sbor, charakteristika dětského hlasu a hlasová výchova, která přispívá k správnému tvoření hlasu dítěte, jejíž poznatky jsou využity i v rámci druhé části práce. V závěru první části je popsán výzkum ohledně významu sborového zpěvu na utváření osobnosti dítěte.

Druhá část se zaměřuje na sestavení programu pro letní soustředění dětského pěveckého sboru. Tuto část jsem do bakalářské práce zařadila, jelikož soustředění sboru patří mezi velmi důležité aktivity v rámci sboru. Sbor zde intenzivně pracuje na zlepšení pěveckých schopností a dovedností a zároveň při něm dochází k utužování kolektivu pomocí her a zábavy.

Hlavní literatura, o kterou je bakalářská práce opřena, je: *„Dětský pěvecký sbor na prvním stupni základní školy“* Jaroslav Haman a Jiří Skopal, *„Sborový zpěv a řízení sboru“* Jiří Kolář, Josef Rob a Ivana Štíbrová, *„Dítě a umění: Význam vybraných uměleckých aktivit pro utváření osobnosti dítěte ve věku povinné školní docházky“* Lenka Lázňovská, et al., *„Učíme děti zpívat“* Alena Tichá.

1 VYMEZENÍ ZÁKLADNÍCH POJMŮ

V této kapitole se budu zabývat vymezením základních pojmů, které jsou důležité pro téma dané bakalářské práce. Mezi základní pojmy patří volný čas, hudba, zpěv, sborový zpěv, sbormistr, pěvecké sbory či dětský pěvecký sbor. Dále hlasová výchova nebo také dětský pěvecký sbor a jeho vliv na trávení volného času. Potřeby práce se omezí pouze na zjednodušené uvedení do problematiky.

1.1 Volný čas

Volný čas (anglicky *leisure time* či francouzsky *le loisir*, německy *Freizeit* nebo také *Musse*) patří mezi fenomény dnešní doby. Vymezit tento pojem není úplně jednoduché, jelikož neexistuje pouze jedna platná definice nýbrž celá řada různých definic. SELUCKÝ (1966: 9) například vymezuje volný čas jako: „část dne, týdne či roku, v níž člověk nemusí konat své povinnosti, ale může činit to, co právě chce, co se mu líbí a co si zvolí“.

HOFBAUER (2004: 13) nabízí vysvětlení volného času jako: „čas, kdy člověk nevykonává činnosti pod tlakem závazků, jež vyplývají z jeho sociálních rolí, zvláště z dělby práce a nutnosti zachovat a rozvíjet svůj život“ a charakterizuje je „jako činnosti, do níž člověk vstupuje s očekáváním, účastní se jí na základě svého svobodného rozhodnutí a která mu přináší příjemné zážitky a uspokojení“.

PÁVKOVÁ (2014: 11) ve své knize *Pedagogika volného času* uvádí základní znaky volného času, které lze vymezit jako: „dobu svobodné volby činností, kdy člověk dělá to, co chce, ne to, co musí. Zvolené činnosti jsou pro člověka příjemné, přinášejí mu potěšení a radost. Dále činnosti ve volném čase přispívají k rekreaci, odpočinku a jedinec získává obnovení sil k osobnostnímu rozvoji. Tedy volným časem rozumíme dobu odpočinku, rekreace a zábavy“.

VÁŽANSKÝ (srov. 1995: 23) ve své knize *Základy pedagogiky volného času* zmiňuje pozitivní a negativní pojetí volného času, kdy negativní pojetí je chápáno jako část dne, kdy má jedinec zbytkový čas, tedy kdy mu skončí jeho povinnosti. Pozitivním pojetím je myšleno, že volný čas je pro jedince volbou, kdy se může rozhodnout, jak

s časem svobodně naložit. Z tohoto rozdělení tedy vyplývají dvě hlediska volného času, a to časové a obsahové hledisko. Časové hledisko vysvětluje spíše negativní pojetí a obsahové hledisko pozitivní pojetí.

Z těchto definic tedy můžeme vyvodit, že volný čas je čas odpočinku, čas, se kterým každý jedinec může svobodně naložit. Pro každého jedince je funkce volného času jiná. Záleží na jeho zájmech, potřebách i charakteru pracovních činností.

1.2 Hudba, zpěv

1.2.1 Hudba

„Hudba“ jako jev bývá odlišen nebo charakterizován od jiných jevů například tím, že hudba souvisí s člověkem a jeho aktivitami. Dále je hudba brána jako antropinum neboli je jedním z podstatných rysů jedince či lidstva, neboť v každém společenství existuje hudba a člověk ji nejen vytváří nýbrž je jí také spoluutvářen (srov. POLEDŇÁK 2006: 142).

Slovo „hudba“ v dnešním významu, vzniklo na přelomu 18. a 19. století, kdy nahradilo dříve používaný latinský termín „musica“ neboli muzika (srov. Tamtéž: 140). Hudbu můžeme rozdělit na hraní na nástroje neboli instrumentální a dále na zpívanou zvanou vokální (srov. LÝSEK 1948: 40).

CMÍRAL (srov. 1943: 88) uvádí, že „*hudba je mluva tónů*“. Zabývá se hudebním myšlením vyznačující se vědomou činností myšlenek. Dochází k soustavě zvukových představ majících „přesnou výši“. Hudba hovoří pomocí svých prvků, tónů, které mají délku, výšku, rozmanité zbarvení a střídá se síla.

Hudba patří k nejtypičtějším znakům člověka a lidstva celkově. Její funkce a působení nelze ničím nahradit. POLEDŇÁK (2005: 35) ve své knize *Šestnáct kapitolek z hudební psychologie* popisuje komplexní působení hudby: „Hudba působí na člověka jednak jako soubor zvukových podnětů, jednak právě jakožto hudba, tj. smysluplná, byť zvláštní zpráva. Obě tyto roviny působení se obracejí jednak na tělesnou (somatickou), jednak na psychickou složku člověka, přičemž somatický stav ovlivňuje psychický a naopak.“

Zvukové podněty jsou ovlivňovány působením podnětu pomocí jiných smyslů, jako jsou například sluch, zrak a další, neboť člověk dokonce může mít tělesné prožitky například zpěvem. Hudba rozvíjí specifické dovednosti a schopnosti. Dále jsou jedinci pohybově aktivní, vyjadřují či prožívají své emoce a myšlenky a přispívá k rozvoji tvořivosti a osobnosti jedinců (srov. POLEDŇÁK 2005: 35-36).

1.2.2 Zpěv

Pravěký člověk nejprve ke svému přežití napodoboval zvuky přírody až dospěl k tvorbě zvuků pro svou potěchu, což je bráno jako počátek pudového a primitivního, ale již uvědomělého melodického vedení hlasu a rytmu, což provázelo celé dějiny lidstva a dle podmínek bylo stále rozvíjeno a zušlechtováno (srov. BARTOŠ 1983: 39).

Jak už jsme se mohli dozvědět v podkapitole hudby, hudbu rozdělujeme na instrumentální a vokální. Vokální hudba patří mezi nejstarší hudební projevy a je odvozena od latinského termínu „vox“, který v překladu znamená hlas. Vokální hudba je primárně složena pro lidské hlasy narozdíl od hudby instrumentální, která je složena pro hudební nástroje (srov. Tamtéž: 19).

Lidské hlasy se rozdělují na soprán, alt, tenor a bas. Tyto hlasy se od sebe odlišují například barvou, charakterem či rozsahem. Nejvyšší ženský hlas se nazývá soprán, který může mít další podobu zvanou mezzosoprán neboli hlubší a temnější soprán. Dalším ženským hlasem je alt čili hluboký ženský hlas, jehož variantou je mimořádně hluboký alt zvaný kontraalt. Vysoký mužský hlas se nazývá tenor a hluboký je bas, jehož variantou je baryton – mužně měkký střední hlas (srov. Tamtéž: 39-40).

Psychologie hudby uvádí, že zpěv je pro jedince velmi důležitý. Je to tedy přirozená, prapůvodní a základní lidská potřeba, která je spojena s osobností jedince i s životem lidstva. Zpěv slouží k sebevyjádření jedince, který jím například může vyjádřit své myšlenky, emoce, nálady apod. Zpěv má tedy z hlediska fyzického i psychického vývoje pozitivní význam pro jedince. Každý člověk má možnost zpívat díky svému hlasovému orgánu, který je ovlivněn nejen nervově svalovou a fyziologicky-akustickou rovinou, ale i rovinou psychickou (srov. SEDLÁK 1990: 249).

1.2.2.1 Sborový zpěv

Sborový zpěv poskytuje usilovný rozvoj hudebních dovedností a schopností, čímž napomáhá ke zlepšení vyjadřovacích a sdělovacích prostředků hudby. Tedy k vhodnému vnímání a hodnocení hudby. Prostřednictvím zpěvu, který je chápán jako nejpřirozenější hudební činnost, dochází k poznání skladeb a písní do „hloubky“. Pomocí různorodých skladeb může sborový zpěv přispět k utváření kladného vztahu k přírodě, společnosti a rozvíjet tak celkový vztah k životu. Díky sborovému zpěvu dochází ke kolektivnímu prožitku, učení spolupráce a ohleduplnosti či soutěživosti (srov. HAMAN, SKOPAL 1991: 3).

Sborový zpěv předpokládá organizovanou skupinu, která má stálý počet členů v jednotlivých hlasech a neustále se zlepšuje (srov. FEDOR, VRCHOTOVÁ-PÁTOVÁ 1969: 22). Sborový zpěv přispívá k uměleckému úsilí, dobré náladě či radosti a k harmonickému vztahu mezi zpěvákem a sbormistrem (srov. HAMAN, SKOPAL 1991: 17).

1.3 Pěvecké sbory

Pěvecký sbor nebo také pěvecký soubor můžeme definovat jako seskupení jedinců, kteří zpívají a pěvecky interpretují obsah skladeb pod vedením sbormistra.

Pěvecké sbory můžeme rozdělit podle několika kritérií. Podle uskupení neboli podle pohlaví a věku na sbory mužské, ženské, sbory seniorů, smíšené, dětské, chlapecké a dívčí sbory. Dále podle počtu členů je dělíme na malé, střední a velké. Pěvecké sbory můžeme rozdělit i podle úrovně sborů na profesionální a amatérské. Do profesionálních sborů docházejí jedinci, kteří mají sbor jako své zaměstnání, naopak amatérské sbory jsou brány jako zájmové skupiny. To však neznamená, že amatérské sbory nemohou být stejně kvalitní jako sbory profesionální.

Ženský sbor díky svému rozsahu patří mezi vyšší, jasnější polohy tónového systému a spadá do citového okruhu nálad. Dětský sbor je do jisté míry díky hlasové poloze podobný ženskému sboru. Mužský hlas se svým rozsahem pohybuje v nižších tónových polohách a také má své okruhy nálad. Spojením ženského a mužského sboru vzniká sbor smíšený. Smíšený sbor má výhodu nejen v přednesu a ve výrazu, ale v tom, že má možnost vystupovat buď jako celek nebo samostatně jako ženský a mužský sbor (srov. FEDOR, VRCHOTOVÁ-PÁTOVÁ 1969: 20-21).

Pěvecké sbory a jejich činnost u nás mají dlouhou historii, která sahá až do 13. století, kdy v chrámu sv. Víta byl vytvořen první hudební sbor viklářů a dále placený chlapecký sbor bonifántů (dobrých žáků). Další chlapecký sbor vznikl v té době při chrámu na Vyšehradě a tvořilo jej 12 členů. Ve 14. století byl velkým příznivcem českých pěveckých škol Karel IV., král český a císař římský, za jehož panování dosáhl liturgický zpěv velkého rozkvětu. Roku 1344 Karel IV. zajistil vznik katedrálního sboru 24 kněží, zvaných mansionářů, při katedrále sv. Víta v Praze (srov. KUTHAN 2011 [online]).

Od druhé poloviny 19. století se začala rozvíjet spolková činnost, kdy nejprve se objevovaly pouze mužské sbory, avšak později se vytvářely sbory smíšené, eventuálně i sbory se zastoupením žen. Teprve později se začaly objevovat dětské pěvecké sbory. Mezi nejstarší sbory u nás patří pěvecký sbor Hlahol. Mužská část sboru vznikla již v roce 1861. Od roku 1873 vznikl sbor smíšený a v roce 1879 začal působit samostatně ženský sbor. Dětský sbor svou činnost zahájil až v roce 1905 (srov. LÁZŇOVSKÁ *et al.* 2007: 29).

BUČEK (srov. 1990: 8-29) uvádí čtyři funkce pěveckého sboru a to interpretační (skladby, které vybírá sbormistr a členové interpretují nacvičené písně), estetická (sboru pomocí přednesu skladeb přináší estetické zážitky a emoce), funkce společenská (seznámení se s lidmi se stejnými zájmy) a funkce interakční (vztahová).

1.4 Dětský pěvecký sbor

Dětské pěvecké sbory zahrnují široké spektrum sborů od školních, jež jsou součástí hudební výchovy, až po sbory koncertní, které pomocí kvalitní přípravy a odborného vedení dosahují velmi dobrých výkonů. Větší část sborů působí v rámci základního uměleckého školství či v rámci volnočasových aktivit základních či středních škol. Dále mohou být součástí domů dětí a mládeže nebo se můžeme setkat i se sbory, které jsou zapsané mezi nestátní neziskové organizace (srov. LÁZŇOVSKÁ 2004 [online]).

Dětské pěvecké sbory se nejčastěji skládají jak z dívek, tak z chlapců, ale současně existují sbory, které jsou pouze dívčí či chlapecké. Chlapci by v období mutace ve sboru neměli být přetěžováni z důvodu možného poškození jejich hlasivek. Díky tomu se častěji setkáváme pouze s dívčím sborem, do kterého docházejí dívky ve věku 13 až 15 let, protože zvládají mutační období v kratším časovém úseku a není u nich tolik

nápadné jako je tomu u chlapců. Po skončení mutace se mohou chlapci do sboru zpět zařadit. Dětský sbor s účastníky do 13 let by se měl zabývat skladbami, které jsou psané pro 2 až 3 hlasy. Také by neměly být velké nároky na hlasový rozsah a skladby by měly být dětem tematicky blízké (srov. FEDOR, VRCHOTOVÁ-PÁTOVÁ 1969: 19-20).

V 2007 u nás působilo přibližně 350 dětských sborů, které měly přes 17 000 účastníků, z nichž větší část tvořily dívky (srov. LÁZŇOVSKÁ *et al.* 2007: 29).

Posláním dětských pěveckých sborů je především podpora zájmu dětí o hudbu a snaha o vytvoření kladného vztahu ke zpěvu. Účast ve sboru je pro děti přínosná hned z několika aspektů. Máme aspekty zdravotní, kdy se jedinec učí správně pracovat s dechem, dále aspekty rozumové, které slouží k procvičování paměti pomocí učení se textů. Aspekty mravní přispívají k disciplíně, vychovanosti či k pravidelnosti. Hodnotové aspekty při sborovém zpěvu dětem pomáhají hledat, vnímat či chápat krásu a učí se hodnotit co krásné je a co není. Získávají pocit radosti a štěstí, které předávají svým posluchačům. Mezi další aspekty řadíme citové, které napomáhají probouzet u jedinců city pomocí textů písní. Po zdařilém vystoupení či koncertu se soubor citově sjednocuje, neboť zpěváci jsou šťastní, že udělali radost posluchačům. Dále máme poznávací a společenské aspekty. Tyto aspekty slouží k poznání nových jedinců, kteří mají stejné zájmy, k poznání nových míst, kam se díky vystoupení jedinec podívá, ke zlepšení komunikativních schopností či cvičení sebekázně při veřejném vystupování (srov. HAMAN, SKOPAL 1991: 9-10).

Dětské pěvecké sbory mají mnoho aktivit, například veřejné vystupování, různé zájezdy po České republice, ale i do zahraničí. Dále pěvecké soustředění probíhající během roku i o letních prázdninách a také se mohou účastnit různých pěveckých soutěží.

1.4.1 Dětský hlas

Dětský hlas se vyvíjí přirozeně a pozvolna pouze za předpokladu nenásilného, lehkého tvoření tónů bez nadměrného tlaku a síly na hlasivky. Pokud rozvoj dětského hlasu probíhá, jak je obvyklé, hlas si do začátku mutace ponechává jasnost, zvučnost, lesk a lehkost. Tyto vlastnosti se v mutaci začínají přechodně ztrácet. Dětský hlas se tvoří za pomoci chvění hlasivek převážně na jejich vnitřním okraji. Díky tomu vzniká jeho charakteristická dětská barva s převahou hlavového tónu, nosnost a zvonivost, která nahrazuje nedostatek síly (srov. KOLÁŘ, ROB, ŠTÍBROVÁ 1983: 11).

Díky vědeckým výzkumům se dětský hlas rozdělil do několika kategorií. První kategorií jsou děti ve věku 6 až 10 let. Druhá kategorie je tzv. předmutační a věková hranice je od 10 do 12 let dítěte. Ve třetí kategorii jsou děti ve věku 12 až 15 let a v tomto období se setkáváme s mutací zpěváků. Do poslední čtvrté kategorie jsou zařazené děti od 15 do 17 let a je to období zvané pomutační (srov. KOLÁŘ, ROB, ŠTÍBROVÁ 1983: 11).

Například ve věku 6 až 12 let se dětský hlas dá účinně rozvíjet. Přibližně ve 12 letech dítěte jeho hlas získává díky dotváření nervově svalového systému větší sílu a také některé barevné kvality. Tedy v tomto věku se projevují první známky mutace. Příznaky začínající mutace se projevují například poklesem vrchní hranice hlasového rozsahu, ztrátou barvy nebo čistoty intonace. Mutace se projevuje v období 12 až 15 let dítěte a je spojena s růstem hrtanu, což je typické především u chlapců. Dále poškozují nervově svalovou koordinaci, která byla vytvořena a je příčinou vzniku přeskokování hlasu neboli mutační hlasové potíže (srov. Tamtéž: 11).

Dětský pěvecký sbor své členy rozděluje do 1., 2. a 3. hlasu. Toto rozdělení je podmíněno rozsahem, kvalitou a barvou hlasu (srov. Tamtéž: 11).

1.4.2 Hlasová výchova

Hlasová výchova pro děti slouží k učení správných pěveckých návyků. Díky ní dochází k rozvoji dětského hlasu i k jeho ochraně před poškozením. Tato výchova ovlivňuje čistotu zpěvu či napravuje nezpěvnost (srov. TICHÁ 2004: 73). Hlasová výchova se při zpěvu zabývá odstraňováním chyb dýchání, špatné výslovnosti či tvoření tónů (srov. STAŠEK 1981: 40).

Cílem výchovy je získat lepší kvalitu hlasu pomocí základních komponentů, jež jsou správné dechové návyky, umístění hlasu v rezonanci a artikulační normy daného jazyka. Kvalita při tvorbě hlasu je závislá na umění nádechu prostřednictvím bráničního svalu či využití dechové opory. Díky tomuto nádechu má zpěvák kontrolu nad vydechaným vzduchem a proti fonujícím hlasívkám je vyvinován pouze minimální tlak proudu vzduchu (srov. VYDROVÁ 2014: 16).

Pro děti je hlasová výchova formou práce hry s hlasem a pohybové motivace atraktivnější či přijatelnější než hlasová cvičení, která jsou bez prožitku. Dítě pomocí hry poznává samo sebe a své možnosti. Díky prožitku se dítě naučí, jak správně stát, držet hlavu, jak dýchat, jak uvolňovat čelist a tvořit tón či jak má zpívat melodii písně neboli hudební frázi (srov. TICHÁ 2014: 74).

Základní kritéria, která ovlivňují tvorbu hlasu jsou držení těla, dýchání, vlastnosti hlasu jako je kvalita, síla, výška a barva. Dále rezonance či artikulace (srov. VYDROVÁ 2014: 16). Nyní si tyto kategorie blíže popíšeme.

1.4.2.1 Správné držení těla

Na začátek si uvedeme, jak by mělo vypadat správné držení těla. Držení těla při zpěvu je důležité pro správné dýchání či tvoření tónů. Pěvecký postoj by měl být nenucený a přirozený, avšak je důležité mít nohy mírně rozkročené, ale ne pokrčené v kolenou a stát chodidly pevně na zemi. Váha těla by měla být rozložena na obě nohy, ramena by měla být uvolněná, ruce spuštěny volně podél těla a hlava vzpřímená (srov. TICHÁ 2014: 78; KOLÁŘ, ROB, ŠTÍBROVÁ 1983: 14; HAMAN, SKOPAL 1991: 30).

Při zkouškách sboru děti často sedí, což není úplně ideální pozice pro zpěv, neboť břišní svaly jsou v této poloze více povolené. Jelikož zkoušky trvají většinou dvě hodiny, není možné, aby po celou dobu děti stály, a proto je důležité, aby zvládaly správnou techniku sedu (srov. HAMAN, SKOPAL 1991: 30; KOLÁŘ, ROB, ŠTÍBROVÁ 1983: 14).

Správně by se mělo sedět na okraji židle a celá chodidla by se měla dotýkat země. Záda by měla být vzpřímená, ramena široká a uvolněná směřující dolů, hlava vzpřímená. Pokud je hlava příliš zakloněná, způsobuje napětí krčního svalstva, zároveň zdali je hlava příliš předkloněná, zvuk směřuje k zemi a ne dopředu. Často se stává, že děti vysouvají bradu při stoupající melodii. Pro vzpřímený sed použijeme představu, kdy opřená chodila chceme přisunout ke stoličce. Díky tomu se dětem zpevní podbřišek, napřímí se jim páteř i hlava a mají uvolněná ramena (srov. TICHÁ 2014: 78, 85; KOLÁŘ, ROB, ŠTÍBROVÁ 1983: 14; HAMAN, SKOPAL 1991: 30).

Nejdeálnější je, pokud sbormistr během zkoušky střídá polohy sed a postoj. Je totiž důležité, aby byly děti připravené na vystoupení, kde budou muset vydržet stát alespoň 30 minut (srov. Tamtéž).

1.4.2.2 Pěvecké dýchání

Dýchání je pro řadu lidí samozřejmostí, o které nepřemýšlejí. Náš organismus bez kyslíku kolabuje, až dojde k zastavení srdeční činnosti, která vede ke klinické smrti. Správné dýchání při zpěvu není o velkém množství vdechnutého vzduchu, ale je o dýchání do celého dechového ústrojí. Díky tomu jsou hlasivky při zpěvu chráněny před velkým tlakem vzduchu, neboť bránice, mezižeberní a břišní svaly budou usměrňovat výdech (srov. TICHÁ 2014: 89; KOLÁŘ, ROB, ŠTÍBROVÁ 1983: 15-16).

Při nádechu pomocí dechového svalstva se zvětší dutina hrudní a rozšíří se hrudní koš a bránice. Bránice je sval, který je silný a pohyblivý a odděluje od sebe dutinu hrudní a dutinu břišní, která je vypouklá a snižuje i stlačuje orgány dutiny břišní. Naopak při procesu výdechu se hrudní prostor zmenšuje pomocí výdechových svalů. Díky tomuto procesu se vytlačuje vzduch z plic a bránice se vypoukne vzhůru (srov. ČEŠKOVÁ 2003: 7). Bránice tedy přispívá k rychlému či pomalému výdechu. Umožňuje držet tón a pohrávat s ním. Dále tvoří dechovou oporu (srov. VYDROVÁ 2009: 31). Nádech prostřednictvím bráničního svalu je klíčový pilíř pro pěvecký trénink. Pevná brániční opora dechu je tedy podstatou pěvecké techniky (srov. Tamtéž: 33).

Jedna z častých chyb, kterou děti provádí je dýchání na poslední chvíli spojené se zvedáním ramen, která zůstávají nahoře i po ukončení nádechu. Tato chyba spočívá v tom, že vzduch se nedostane do bránice, ale hromadí se ve vrchní části plic. Tedy nedá se usměrňovat a při nasazení prvních tónů ho velká část unikne (srov. TICHÁ 2014: 89).

Dýchání se rozděluje na tři fáze. První fáze je nádech, jenž je do spodní části plic. Druhá fáze se nazývá uklidnění. Tato fáze je o zadržení dechu, který má sloužit k uklidnění a koncentraci. Poslední třetí fáze je výdech. Výdech má být rovnoměrný, zpomalený a ovládaný a v této fázi dochází ke zpěvu. Dech je úzce propojen s držetím těla, tedy nádech může procházet za podmínek otevřeného, volného či pružného těla (srov. TICHÁ 2014: 91; ČEŠKOVÁ 2003: 12; HAMAN, SKOPAL 1991: 33; SEDLÁK a kol. 1977: 133).

1.4.2.3 Tvoření tónů

Správného tvoření tónu můžeme nejjednodušeji dosáhnout při splnění následujících podmínek, které ve své knize *Dětský pěvecký sbor na prvním stupni základní školy* zmiňují HAMAN a SKOPAL (srov. 1991: 37-38). Nejdříve uvolníme hlasové ústrojí. Začneme zpívat ve střední hlasové poloze čili v místě překrytí hrudního a hlavového rejstříku. Dále je důležitý nácvik měkkého nasazení, při kterém se chvějí pouze okraje hlasivek. Nejlepší z variant pro tvoření tónu je tzv. *brumendo*, jehož provedení spočívá v zavřených ústech, avšak zuby jsou lehce od sebe. Správné provedení poznáme při chvění u kořene nosu, dále pokud nám rezonuje přední část úst. Není vhodné zpívat pouze samohlásky, neboť ty vedou k tvrdému nasazení tónu. Pokud se rozhodneme zpěv nacvičovat pomocí samohlásek, volíme jen takové, jenž pomocí vokálu vedou vzduchový proud dopředu a dochází k navození hlavové rezonance. Zpěv má být proveden lehce střední silou.

Správné nasazení tónu není pouze měkké, nýbrž celkově rozeznáváme tři druhy nasazení – tvrdé, měkké či dyšné. Při měkkém hlasovém nasazení se hlasová štěrbina pootevře na velmi malý však potřebný rozměr a vzduch, který jím prochází je plně využíván. Nácvik měkkého nasazení záleží na uklidnění dechu a postupném rozeznění hlasivek. Dále přichází shora a zazní v rezonanci. Tvrdý hlasový začátek má vliv na proud dechu, který prudce roztáhne hlasovou štěrbinu a zase ji uzavře. Čili v jádru věci jde o ostrý náraz do hlasivek, jež jsou napjaté. Jedná se o násilný způsob, který při dlouhodobém používání ničí hlas. V případě nezvládnutí dechu se při nasazení tónu na vokál neboli samohlásku projeví tvrdé nasazení. Dyšné nasazení je opakem tvrdého hlasového začátku. Toto hlasové nasazení, také zvané jako „najíždění na tón“, je tvořeno nejdříve proudícím vzduchem, který je jasně slyšet. Až poté se hlasivky podílejí na vytvoření tónu. Kvůli ucházejícímu vzduchu ztrácí hlas svou sílu (srov. KOLÁŘ, ROB, ŠTÍBROVÁ 1983: 25; TICHÁ 2014: 109-112).

Bránice, o které se zmiňují již v předchozí podkapitole „pěvecké dýchání“ je jeden z dýchacích svalů, který odděluje dutinu hrudní od dutiny břišní. Bránice je pro zpěváka také důležitá při výdechu, kdy dochází k procesu fonace neboli tvoření či vydávání hlasu při tvorbě tónu. V procesu vytváření tónu se hlasivky uzavřou a tím dochází k opření proudu vydechovaného vzduchu o brániční sval. Bránici můžeme přirovnat k trampolíně, jež ulehčuje fonaci především vysokých tónů (srov. VYDROVÁ 2009: 31-33).

Mezi další důležité činitele, jenž úzce souvisí s tvořením tónů patří rozeznění hlavové a hrudní rezonance. Hlavová rezonance má vliv na jas, svítivost či nosnost tónů. Hrudní rezonance ovlivňuje barvu a sílu tónů. Hlavová rezonance je o rozeznění vrchní části obličeje. Pokud vše při zpěvu probíhá v pořádku, zní dětský hlas v předních prostorách hlavy. To podporuje barevné vyrovnaní hlasu i při nižších tónech, kdy si zpěváci tento pocit přinášejí. Někdy se můžeme setkat i s jiným názvem rozeznění předního prostoru hlavy tzv. maska. Hlavová rezonance se kromě předního prostoru hlavy skládá i ze zadního prostoru zvaného kopule. Ta je tvořena volným prostorem nad hrtanem a nosohltanem. Dodává hlasu měkkost a kulatost (srov. ČEŠKOVÁ 2003: 8; TICHÁ 2014: 109-115; LOHMANN 1968: 37-38).

Hrudní rezonance dává zvuku tmavou barvu. Tento pojem je obecný pro hlubokou rezonanci. Hrudní rezonance nevzniká pouze v hrudním prostoru, neboť leží také ve správně otevřeném prostoru hltanu. Oba typy rezonance mají být ve správném vztahu (srov. ČEŠKOVÁ 2003: 8; TICHÁ 2014: 118-119; LOHMANN 1968: 38-39).

1.4.2.4 Správná artikulace

Pěvecká technika úzce souvisí s výraznou artikulací. Lze tedy říci, že vše, co správně vyslovíme dokážeme z větší části i dobře zazpívat pomocí tónů (srov. ČEŠKOVÁ 2003: 10; MAJTNER 2006: 47).

Artikulace při zpěvu je mnohem náročnější než artikulace mluvní, neboť potřebuje intenzivnější energii a aktivitu artikulačního ústrojí. Pro tvorbu hlásek potřebujeme aktivní artikulační ústrojí, které se skládá ze rtů, čelistí, zubů, měkkého a tvrdého patra či jazyku. Zaktivizované artikulační ústrojí slouží ke srozumitelnosti a zřetelné výslovnosti či k získání přirozené barvy. Srozumitelnost je ovlivněna primárně souhláskami zvanými konsonanty. Oproti tomu samohlásky čili vokály mají při zpěvu funkci nositelů tónů (srov. Tamtéž).

1.5 Sbormistr

Sbormistr je považován za vedoucí uměleckou osobnost pěveckého sboru, která vybírá repertoár (srov. VRKOČOVÁ 1996: 167).

Pojem sbormistr se liší od pojmu dirigent. Sbormistr sice také diriguje, avšak nepoužívá taktovku, jen své ruce. Držení taktovky by sbormistra omezovalo v předávání výrazových možností pomocí pestrých pohybů rukou či prstů (srov. KOLÁŘ, ROB, ŠTÍBROVÁ 1983: 90).

1.5.1 Osobnost sbormistra

Na začátek bych použila slova sbormistra Aloise Motýla ze Šumperka, který charakterizuje sbormistra takto: „*Sbormistr dětského sboru by především měl být dobrým člověkem. Ale dobrý neznamená jako hodný. To jistě také, ale spíše spravedlivý, chápatel, velkorysý. Musí se umět tvářit přísně, když by se nejraději rozesmál a usmívat se, když s ním právě cloumá zlost. Děti pro něj nesmějí být prostředkem vlastní ctižádosti, ale jeho ctižádosti musí být radost a spokojenost dětí. Sbor by neměl být nástrojem poslouchajícím a vykonávajícím příkazy, ale rovnocenným spolupracujícím a inspirujícím partnerem, který vytváří společně práci vysoké ideové a umělecké úrovně. A každé dítě ve sboru má být nikoliv anonymním děckem, na které se díváme z výše své bohorovné dospělosti, ale důvěrně známým člověkem, který má naši plnou důvěru a o jehož důvěru neustále usilujeme.*” (HAMAN, SKOPAL 1991: 19).

Cílem práce sbormistra by především měla být radost či spokojenost dětí. Mezi ním a sborem by měla být nastolena rovnováha, kdy společně vytváří práci. Jeho laskavý, klidný či pohodový postoj k práci má za důsledek celkový radostný výraz interpretovaných skladeb.

1.5.2 Příprava sbormistra

Sbormistr má důležitou roli při zpěvu sborových písní a rozvoji zpěvu členů po obsahové i výrazové stránce. Má za úkol vysvětlit obsah písní, vybrat vhodné hudebně výrazové prostředky jako jsou například melodie, rytmus, harmonie, dynamika, barva zvuku, kontrast a gradace. Sbormistr by nejen měl zvládat správné taktovací techniky, ale měl by také dokázat interpretovat příběh písně svou osobností, postavením těla, gesty a výrazem obličeje (srov. KOLÁŘ 2015 [online]).

Čestmír Staška vytvořil pro sbormistry osnovu přípravy nad partiturou nové skladby, kterou představil na semináři v ÚDPM 2. 11. 1986. Tuto osnovu předávají autoři HAMAN a SKOPAL (srov. 1991: 20) ve své knize *Dětský pěvecký sbor na prvním stupni základní školy*.

- Prvním bodem je odůvodnit si výběr písně a najít si k ní vztah.
- Druhý bod je o seznámení se s autorem a skladbou, mít jasno ve stylu a charakteru písně.
- Třetí bod zahrnuje zpracování partitury. Sbornistr by si měl předem určit nádechy neboli fráze, formy skladby, tóninu či její pořadí při více slokách sklady. Vybrat správné výrazové a agogické prostředky jako jsou dynamika, tempo, rytmus, barva hlasu či výslovnost, u které je potřeba předem určit například na jakou slabiku dát důraz apod. Dále je potřeba si předem určit požadavky na doprovod.
- Čtvrtý bod se zabývá přípravou nácvičku písně. Jakým způsobem sbornistr představí dětem píseň. Mít přehled o intonačně obtížných místech a pasážích sobě podobných. Jak připravit intonační nácvičku či jak odvozovat počáteční tón a jak předejít chybám. Znat text písně a rozumět mu. Nakonec si ujasnit časový rozvrh při nácvičku písně a jak postupovat krok za krokem.
- Pátý bod je o přípravě taktování.
- Šestým bodem je naučit se instrumentální doprovod.
- Sedmý bod je o znalosti textu a melodie písně nazpaměť.
- Osmý bod zahrnuje notové materiály pro sbor, které je nutné mít předem připravené buď ve formě partitury pro každého člena, nebo text napsaný na tabuli apod.
- Devátý bod se zabývá přímou prací s dětmi, kdy skladbu nacvičují. Je dobré si zpěv nahrát a poté si ho sám či se zpěváky poslechnout, protože to dokáže odhalit různé nedostatky, které se mohou ještě doladit či předělat.
- Desátý a poslední bod této osnovy pojednává o tom, aby se naučená skladba jednou za čas zopakovala a nejlépe předvedla na veřejných činnostech

1.6 Dětský pěvecký sbor a jeho vliv na trávení volného času

LÁZŇOVSKÁ *et al.* (srov. 2007: 9-11) prováděli výzkum pod názvem *Dítě a umění*, ve kterém byla ověřována hypotéza o pozitivním ovlivňování života pomocí kolektivních zájmových uměleckých aktivit dětí školního věku. Výzkum se členil na témata životní styl, sociální vztahy a kreativita. Dále na vztahy k umění i kultuře či na odolnost vůči negativním sociálním jevům ve společnosti.

Tento výzkum provádělo Národní informační a poradenské středisko pro kulturu zvané NIPOS v letech 2003 až 2007. V něm proběhlo porovnání kolektivu dětí, které se zabývají uměleckou aktivitou s dětmi nemající žádný ze zájmů této kategorie. Mezi zájmy s uměleckou aktivitou se řadí pěvecký sbor, recitační či divadelní soubor, různé taneční soubory či výtvarné kroužky nepodporující soutěživost. Do celého výzkumu se zapojilo 2 500 dětí z celé České republiky. Přibližně 2 200 dětí, které se aktivně věnují uměleckému oboru, představují základní výzkumný vzorek z něhož 400 respondentů se věnuje konkrétně pěveckému sboru. Jako kontrolní vzorek, který slouží k porovnání se základní skupinou, bylo vybráno 300 dětí, jež se nevěnují žádné z variant uměleckého oboru. To ovšem neznamená, že se tyto děti nevěnují jiným zájmům. Mohou se aktivně věnovat například sportu, chovatelství, zároveň individuální umělecké přípravě, tedy sólovému zpěvu, hře na hudební nástroj apod. Především pro tento výzkum byla důležitá kolektivní aktivita uměleckého rázu (srov. Tamtéž: 9-11).

Respondenti byli vybíráni podle pohlaví ve stejném počtu ve věku 10–12 let. Dále kolektiv byl vybírán dle úrovně od začátečníků po profesionály, a nakonec podle místa působení kolektivu ze základních škol, základních uměleckých škol či mimoškolních zařízení. Odborníci i členové odborné rady se shodli na poznacích, ze kterých vyplývá, že smysluplné využití volného času dítěte má pozitivní dopad na jeho osobnost z dlouhodobého zájmu o jakýkoliv umělecký obor či podílení se na kolektivní tvorbě díla a společné odpovědnosti za něj. Umění se pro dítě stane celoživotním zájmem a stává se z něj kreativnější osobnost, která má předpoklady pro spolupráci v týmu (srov. Tamtéž, s. 9-11).

Tento výzkum z umělecké oblasti se zaměřením na pěvecké sbory zkoumal děti, které jsou členy základního a nejrozšířenějšího typu sboru tedy od školního až po výběrový dětský pěvecký sbor, který má vyšší umělecké či koncertní ambice. Jsou především utvářeny vlastními cíli či zaměřením apod. Již z tohoto rozdělení vyplývá, že

pojem dětský sbor u nás v České republice představuje obsáhlou škálu činností lišících se stylem vedení dětí či významem a dosahem působení ve společnosti (srov. LÁZŇOVSKÁ *et al.* 2007: 29-30).

Být členem sboru má význam pro vývoj životního stylu dítěte. Rodina hraje velkou roli při rozhodování dítěte ohledně vstupu do pěveckého kolektivu. Z výzkumu vyplývá, že téměř polovina dětí byla do sboru přivedena rodiči, také současně téměř u poloviny z nich chodil do sboru někdo z rodičů. Vliv rodičů uvádí častěji děti, jež navštěvují tzv. renomované sbory s dvaceti či více letou existencí. Oproti tomu ohledně účasti ve sborech, které jsou méně známé, jako jsou například sbory školní, je při rozhodování důležitá vlastní aktivita a zájem dítěte či vliv vrstevnické skupiny. Tedy obojí vypovídá o tom, že sborový zpěv je pro děti přitažlivý (srov. Tamtéž: 29-30).

Časová náročnost, která je na zpívání ve sboru kladena nepředstavuje pro děti výraznější problém. Větší část dětí uvádí, že zkoušky sboru, do kterého docházejí, jsou jedenkrát či dvakrát týdně. Kromě toho má většina sborů prázdninová nebo víkendová soustředění, vystoupení na veřejnosti, která se konají i více než šestkrát ročně nejen doma, ale i v zahraničí. Přibližně čtvrtina dotázaných dětí pocítuje výrazný nedostatek času, avšak 10 % dětí tvrdí, že vše bez problémů stíhá. Z toho tedy vyplývá, že děti, díky zájmové činnosti, která naplňuje velkou část volného času, se učí hospodařit s časem přirozeným způsobem. (srov. Tamtéž 2007: 29-30).

Pravidelná činnost v pěveckém sboru rozvíjí nejen zpěv, ale i celkovou aktivitu dítěte. Proto více než polovina dětí uvádí, že pokud by nenavštěvovaly sbor, určitě by se věnovaly něčemu jinému. Ačkoli je účast ve sboru poměrně časově náročná, většina těchto dětí má další zájmy, jež jsou považovány za smysluplné trávení volného času. (srov. Tamtéž: 30-31).

Výzkum, který porovnával základní výzkumnou skupinu s kontrolní skupinou dětí, znázorňuje nepříliš velké rozdíly mezi skupinami a uvádí, že některé zájmy mají společné. Obě skupiny nejčastěji tráví volný čas sledováním televize a videa, dále mají stejný zájem o přírodu či zvířata. Mírný rozdíl je v zájmu o sport, který více zajímá děti z kontrolní skupiny, a v zájmu o kino, což je více uváděno dětmi ze sborů. Velký rozdíl byl nalezen v zájmech o hudbu, kde pětina dětí z kontrolní skupiny uvedla, že je hudba nezajímavá, nýbrž z druhé skupiny to byly pouze tři děti. Dále hra na hudební nástroj, kdy čtvrtina dětí ze sborů na nic nehraje, avšak z kontrolní skupiny jsou jich tři čtvrtiny. Výrazné rozdíly jsou také v zájmu o cestování a o četbu. Tyto zájmy jsou zastoupeny větším počtem dětí ze základní výzkumné skupiny (srov. LÁZŇOVSKÁ *et al.* 2007: 30-31).

Na základě této studie lze potvrdit, že členství ve sboru má vliv na zájmy dětí a tím se podílí na smysluplném trávení volného času. To ukazuje, že sborový zpěv má vliv na celkový životní styl dětí (srov. Tamtéž: 30-31).

Mezi další výzkumné oblasti, jež se zaměřovaly na umělecký obor pěvecký sbor, patří rozvoj osobnosti dítěte, jehož výchozím kritériem pro posuzování zkoumaného vzorku se zvolily klíčové kompetence, a to konkrétně kompetence k řešení problémů, kompetence k učení, kompetence komunikativní či kompetence sociální a personální, které jsou dány Rámcovým vzdělávacím programem pro základní školy. Cílem nebylo zjistit, jaké znalosti, poznatky či dovednosti v hudební oblasti dítě získá, nýbrž především šlo o zjištění, do jaké míry dochází k rozvoji schopností, které jsou potřebné pro životní uplatnění, pomocí činností v pěveckém sboru (srov. Tamtéž: 31-33).

Co se týče kompetencí k učení, děti ze sborů většinou nemají problém s učením oproti kontrolní skupině. Avšak obě skupiny se shodují na tvrzení, že ne vždy je učení zajímavé. Celková analýza dokládá, že zpívání ve sboru rozvíjí důležité schopnosti dětí (srov. Tamtéž: 31-33).

Dále v oblasti kompetence k řešení problémů je rozdíl mezi oběma skupinami, avšak je poměrně malý. Z výsledků vyplývá, že děti ze základní výzkumné skupiny častěji souhlasí s výroky typu: „*Pokud udělám chybu, dám si pozor, abych ji příště nezopakovala.*“ či „*Pokud chci překonat nějaký problém, přijdu na možnost, jak tento problém vyřešit.*“ Dále výsledky poukazují na větší schopnost řešit problémy než zvládat se učit, a to u dětí ze sborů i u kontrolní skupiny ve větší míře (srov. LÁZŇOVSKÁ *et al.* 2007: 31-33).

Sborový zpěv narozdíl od divadelních činností výrazněji neposiluje hlavní úlohy v komunikaci, avšak klade důležitost na spolupráci a uspokojení svých členů ze společně vytvořeného výkonu. Dle výzkumu děti ze základní výzkumné skupiny častěji uvádějí, že snadněji navazují kamarádské a přátelské vztahy. Dále výzkum prokázal pomocí nesouhlasu dětí s výrokem „*Pokud dospělým něco vyprávím, daří se mi dost přesně vyjádřit to, co chci.*“, že mají problém v komunikaci mimo svou generační skupinu, neboť při stejné formulaci věty s rozdílem výměny dospělých za kamarády, už tento problém není tak častý (srov. Tamtéž: 31-33).

Dále kompetence sociální a personální se prokázaly v odpovědích dětí ze sborů, což svědčí o jejich větší schopnosti empatie či o dobrých sociálních vztazích. Avšak děti ze sborů nemají tak velkou sebedůvěru a potřebu mít vedoucí roli jako děti z kontrolní skupiny (srov. Tamtéž: 31-33).

Činnost ve sboru vede k osobnostnímu rozvoji dítěte, k prohloubení schopností, dovedností, vědomostí, hodnot a postojů, které jsou nad rámec vzdělávání v základní škole. Dále se děti díky členství ve sboru učí systematickosti a odpovědnosti, spolupráci či organizaci svého času (srov. Tamtéž: 31-33).

Zpívání ve sboru je ve své podstatě zaměřeno hlavně na interpretaci. Tvořivost byla zkoumána pomocí verbálních schopností, a to, jak se dítě dokáže vyjadřovat či jak dokáže verbálně tvořit, neboť výzkum nebyl zaměřen na hudební tvořivost. I tak se prokázalo, že sbor má vliv na dítě a jeho tvořivost. V celkovém hodnocení děti z pěveckých sborů dosáhly lepších výsledků nejen ve srovnání s kontrolní skupinou, avšak i ve srovnání s některými dalšími skupinami z estetických činností. Děti ze sborů jsou velmi vynalézavé při práci se slovy, kdy dokázaly vymyslet nejvíce synonym, což o nich vypovídá, že mají schopnost plynulého tvořivého myšlení. Dále výsledky o dětech ze sborů prokázaly jejich schopnost vnímat problémy, rozpoznávat je či dokonce předvídat je v běžných událostech (srov. LÁZŇOVSKÁ *et al.* 2007: 34-35).

Průzkum týkající se vztahu k umění či k různým uměleckým formám, poskytl materiál obsahující informace o zájmech či názorech dětí. Respondenty byly tentokrát děti ve věku 14 až 15 let, které jsou již podstatně zralejšími osobnostmi s vyhraněnými názory. Dle výzkumu lze tvrdit, že činnost v pěveckém sboru je pro dítě přínosná nejen z důvodu vztahu k hudebnímu vzdělávání, nýbrž mu nabízí obecně širší kulturní základy. Děti ze sborů jsou otevřenější vůči jiným uměleckým oblastem, mají rozsáhlejší zájmy či aktivnější přístup. Dále jsou schopny kvalitně posoudit umělecký projev. Kontrolní skupina se ve výzkumu nejvíce liší v odpovědích, kde je vyjádřen aktivní vztah k různým uměleckým aktivitám či umělecký zájem (srov. LÁZŇOVSKÁ *et al.* 2007: 35-36).

Mnohdy se setkáváme s hodnocením činnosti sboru podle dosažených výsledků v soutěžích, množství zahraničních koncertů nebo ve společenském uplatnění. Bylo by vhodné, pokud by výsledky tohoto výzkumu upozornily na důležitost sboru pro každého člena (srov. LÁZŇOVSKÁ *et al.* 2007: 37).

2 SOUSTŘEDĚNÍ DĚTSKÉHO PĚVECKÉHO SBORU

2.1 Cíl druhé části

Cílem této části je využít teoretických poznatků a vytvořit kompletní program pro letní soustředění dětského pěveckého sboru.

2.2 Příprava letního soustředění

Termín

- 5. 8. - 8. 8. 2021

Počet účastníků

- 24

Cílová skupina

- chlapci a dívky od 6 do 11 let

Prostorové vybavení: rekreační středisko Štědrónín

- chatky
- společenská místnost
- terasa
- jídelna
- sociální zařízení

Finance

- ubytování + strava = 1 110,- Kč
 - na tři dny pro jednu osobu
 - ubytování v chatce
- pomůcky = 250,- Kč za dítě
- celkem za každé dítě = 1 360,- Kč

Personál

- sbormistr
- klavírista/ka
- vedoucí večerního programu
- zdravotník, vedoucí večerního programu
- kuchařky

Cíle

- rozvoj pěveckého projevu
- rozvoj kreativity (estetiky, fantazie, představivosti)
- rozvoj praktických dovedností
- rozvoj týmové spolupráce
- rozvoj pohybových schopností
- rozvoj morálních hodnot (například moudrost, čest, odvaha a další...)

Denní program

- 7.30 hod -> budíček, rozcvička, hygiena
- 8.00 hod -> snídaně
- 8.30 hod -> úklid po snídani, úklid v chatkách, hygiena
- 9.00 hod -> dopolední program
- 10.00 hod -> dopolední svačina
- 10.30 hod -> dopolední program
- 11.45 hod -> přesun na oběd
- 12.00 hod -> oběd
- 12.30 hod -> přesun zpět
- 12.45 hod -> polední klid
- 14.00 hod -> odpolední program
- 16.00 hod -> svačina
- 16.30 hod -> odpolední program
- 18.00 hod -> večere
- 18.30 hod -> úklid po večeři, příprava na večerní program
- 19.00 hod -> večerní program
- 20.30 hod -> hygiena
- 21.30 hod -> večerka

2.3 Letní soustředění dětského pěveckého sboru

Letní soustředění pro dětský pěvecký sbor proběhne od čtvrtečního večera do nedělního odpoledne v rekreačním středisku Štědrónín. Stravu pro účastníky zajišťuje středisko. Pro účely sboru je vyhrazeno 7 chatků po 4 osobách. Dále jídelna, společenská místnost a venkovní terasa pro pěvecké činnosti.

Soustředění bude probíhat podle programu, který je rozdělen na tři hlavní části, a to jsou dopolední, odpolední a večerní programy. Dopolední programy se především zaměřují na zlepšení techniky pěveckého projevu. Jedná se o správné návyky při pěveckých činnostech, jako je například správné tvoření tónů, dýchání, správná artikulace, držení těla, rytmické cítění apod. Odpolední programy se spíše zabývají učením se nových písní a skladeb, utužováním kolektivu, sjednocením hlasů apod. Večerní programy jsou především o sblížení členů sboru, o spolupráci, uvolnění a zábavě. Zároveň jsou večerní programy provázány daným tématem, jehož název je *Na stopě vesmírné záhady*, kdy zpěváci budou řešit různé hádanky či úkoly, které je zavedou za vesmírným pokladem. Jejich cílem bude předmět rozluštit a odtajnit poklad.

2.3.1 Čtvrtek

2.3.1.1 Začátek soustředění

Příjezd a ubytování dětí proběhne mezi 17.00 a 18.00 hodinou. Každý člen odevzdá potvrzený formulář o bezinfekčnosti, přihlášku na soustředění a je seznámen s bezpečností. Dále se účastníci seznámí s programem celého soustředění, což bude probíhat v čase cca od 18.00 hodin až do 19.00 hodin. Účastníkům bude ukázána nástěnka, na které budou uvedeny důležité informace, harmonogram dne či jídelníček. Dále je důležité rozdělit děti do čtyř týmů po šesti. Vybereme čtyři nejstarší děti, které si vylosují jeden z mnoha lístků s geometrickým tvarem. Na každém lístku bude nakreslen jiný geometrický tvar – kolečko, čtverec, trojúhelník či obdélník. Poté necháme každého účastníka vylosovat si lístek. Zároveň se snažíme, aby rozdělení dětí do týmů bylo co nejvíce spravedlivé. Proto je možné vybrat čtyři děti, které jsou fyzicky i psychicky přibližně na stejné úrovni a necháme je vylosovat lístek, který je rozřadí do týmů. Poté dostanou první úkol a to přes den (nejlépe při poledním klidu) vymyslet pokřik pro svůj tým.

Čtvrteční večerní program bude dále pokračovat společným opékáním buřtů a zpíváním u ohně. Program bude končit přibližně ve 20.30 hodin, aby měly děti dostatek času na hygienu a včas stihly být ve svých chatkách, neboť večerka bude od 21.30 hodin. Vedoucí zkontrolují, zda jsou děti na svých chatkách a leží v postelích.

2.3.2 Pátek

2.3.2.1 Začátek dne

Páteční ráno začne budíčkem v 7.30 hodin. Poté se všichni účastníci sejdou venku, kde proběhne ranní rozcvička, do které budou zařazeny jak cviky přirozené, tak zdravotní. Snídaně jsou zařízené od střediska v jídelně a probíhají od 8.00 hodin do přibližně 8.30 hodin. Děti mají po snídani čas na ranní hygienu a úklid v chatkách.

2.3.2.2 Dopolední program

Dopolední program začíná od 9.00 hodin a končí v 11.30 hodin. Dopolední svačina probíhá přibližně v 10.00 hodin. Dopolední program se skládá ze dvou částí, a to z hlasové a z rytmické výchovy. První část se tedy zabývá hlasovou výchovou. Sbornistr si na první hodinu připraví hlasová cvičení formou her, které jsou spojené s pohybem.

Na začátek hodiny je vhodné aplikovat uvolňovací, aktivizační a koordinační aktivity.

- Setřásáme sníh
 - toto cvičení slouží k uvolnění a poznávání částí těla. Děti se postaví do kruhu, aby na sebe viděly a snaží se hýbat s částí těla, kterou vedoucí vybere pomocí motivace ve znění: *„Venku sněží, ale my chceme jít domů, do tepla. Na zápraží setřásáme všechn sněh ze zad, z ramen, z hlavy“*. Dále se snažíme přidávat další části těla. Můžeme nechat děti, aby samy vymyslely různé části těla. Kontrolujeme, zda se dětem daří danou částí těla třást (srov. TICHÁ 2014: 74).

- Máchání prádla
 - cvičení slouží k rozvoji koordinace těla a hlasu. Děti se postaví rozkročmo a nechají horní polovinu těla „spadnout“ dolů do předklonu, kdy ruce jsou uvolněné. Začneme s nimi „máchat“ ze strany na stranu. K pohybu přidáme hlasový doprovod *hou hou*. Díky tomu dochází k rozeznění hlasu pomocí vzniku dechových impulsů na bránici. Je důležité mít uvolněný zátylek a děti by měly mít pocit uvolněnosti až pružnosti svého vyvěšeného těla. Toto je podmínkou pro přirozenou koordinaci hlasu a těla (srov. TICHÁ 2014: 77).

Dále jsou uvedena cvičení, která jsou vhodná na rozvoj držení těla při zpěvu.

- Protahování těla
 - cvičení, které se provádí vestoje. Představíme si například že chceme utrhnout ovoce ze stromu a špatně na něj dosáhneme, proto se musíme pro něj natáhnout. Je před námi, více vlevo či vpravo, za námi apod. Je důležité povšimnout si, zda děti při pohybu sledují, kam natahují ruku či nekrčí hlavu mezi ramena.
- Stojíme rovně?
 - toto cvičení slouží ke kontrole správného držení těla. Každé dítě se jednotlivě půjde postavit ke stěně, opře záda a mírně rozkročí nohy, poté odsune pokrčené nohy od stěny. Chodidly by se mělo odtlačovat od země a pokusit se vzpřímenou hlavu posouvat vzhůru po stěně. Dítě by nemělo vystrkovat bradu a nemělo by v sobě zadržovat dech, který by měl procházet celým jeho tělem. Zároveň by mělo mít uvolněná ramena. Poté by mělo zkusit dát nohy blíže ke stěně. Toto cvičení končí, když bude celé narovnané. Toto cvičení je lepší dělat individuálně, proto je dobré, když vám pomůže například klavírista/ka, abyste si mohli brát děti po dvou (srov. TICHÁ 2014: 84).
- Správný sed
 - toto cvičení vede ke správnému a uvolněnému sedu. Každé dítě si sedne nejlépe tak, aby nohama dosáhlo na zem. Uděláme dva kroužky rameny a necháme je vzadu. Hlavu nezvedáme, koukáme rovně před sebe. Pravou ruku si dáme pod pravou půlku hýždě přímo pod sedací kost

a začneme se hýbat ze strany na stranu, dopředu či dozadu. Nakonec ruku vyndáme, kdy jedna půlka by měla být odlehčená. Vyměníme strany a toto uděláme i s levou rukou a levou stranou hýždě.

Mezi další cvičení řadíme i taková, která přispívají k rozvoji správného držení hlavy při zpěvu

- Svítící maják
 - tato činnost přispívá k uvolnění svalů na krku, k posílení pružnosti či aktivity svalů kolem krční páteře, tedy svalů, jež zajišťují správné držení hlavy. Pro atraktivnost je vhodné aplikovat motivaci. Děti si představí, že jejich oči jsou světla majáku. Světla slouží k tomu, aby loď při velké bouři věděly, kde se nachází mělčina. Pomalé otáčení hlavy ze strany na stranu „vysílá“ signály pro námořníky. Důležitost je kladena na sbormistra, aby si povšiml, zda děti hlavu otáčí ze strany na stranu plynule a klidně a ramena zůstávají volně spuštěná a uvolněná (srov. TICHÁ 2014: 86).
- S chutí si zívni
 - díky zívnutí se uvolňuje a otevírá zadní prostor dutiny ústní a hrtanu, uvolňují se spodní žebra a získává se opora v šíji. Každé dítě se postaví, protáhne se, zvedne ruce nad hlavu a „zívne“ si. To napomáhá k rozšíření spodních žeber po celém obvodu těla. Pokud dítě vysouvá bradu, má snahu si zkracovat svaly zátylku. Avšak pomocí prožitého svalového pocitu mírně prodloužené krční páteře lze tento problém odstranit. Položíme ruku na temeno hlavy dítěte, a to se jí snaží odtlačit. Díky tomu se hlava vzpřímí, brada se zasune a zátylek se uvolní (srov. TICHÁ 2014: 88).

Důležitou roli při zpěvu mají také přirozené dechové funkce, které jsou prohloubeny například tímto uvedeným cvičením.

- Řídíme auto
 - Při tomto cvičení je vhodné sedět vzpřímeně na židlích, mít lokty zvednuté s představou držení volantu. Ramena jsou volně spuštěná a záda se opírají o židli. Dále se přidá zvuk *brrr*, kdy volný a plynulý

výdech prochází kmitajícími rty. Toto cvičení posiluje zádové nádechové svaly i bránici. Dech se přirozeně dostane až dolů do spodních plicních laloků díky reflexu bránice, který je podpořen rozšířenou bederní částí zad. Pokud žebra při výdechu zůstanou pružně rozšířená, dosáhneme volného a pozvolného výdechu. Je důležité dávat pozor na zvedající se ramena. Ta by měla zůstat volně spuštěná i při zvednutí loktů (srov. TICHÁ 2014: 95).

Další cvičení jsou vhodná na posílení pružnosti a výkonnosti dechových svalů

- Zastavujeme koně *prrr*
 - toto cvičení tedy posiluje pružnost a výkonnost břišního svalstva. Děti sedí na židli tak, aby měly chodila na zemi a představí si, že v ruce „drží opratě, kterými se snaží zastavit koně“ pomocí *prrr – prrr – prrr*. Každé *prrr* slouží ke zpevnění břišní stěny, ale je důležité mezi každým *prrr* povolit břicho, aby břišní stěna znovu zapružila dovnitř díky dalšímu *prrr* (srov. TICHÁ 2014: 97).
- Parní mašina
 - pomocí sykavky *š* si vyzkoušíme, jak zní vlak. Nejdříve můžeme začít tím, že s výdechem *š* předsuneme levou pěst a poté hned pravou. Zrychlujeme do té doby, dokud dokážeme zkoordinovat pohyb rukou se sykavkou *š*. Jde především o intenzivní škusnutí břišní stěny při napodobování mašiny. Velmi důležité je první nasazení sykavky *š* (srov. TICHÁ 2014: 98).
- Ironické *ts*
 - v tomto cvičení jde o uvědomění si intenzivního škusnutí břišní stěny. S pocitem pohrdání nad něčím či někým. Můžeme děti namotivovat například tím, že se z nich staly namyšlené princezny či namyšlení princové, kteří vyslovují *ts*. Dále druhému odpoví *nic* či *proč* s velkým důrazem na souhlásky *c* či *č*. Děti mohou po místnosti chodit a mezi sebou si tato slova říkat (srov. TICHÁ 2014: 102).

Dopolední program bude pokračovat po dopolední svačině, která se bude podávat přibližně v 10.00 hodin. Druhá část tohoto dopoledního programu se bude týkat rytmické výchovy. Program je zaměřen především na prohloubení znalostí o hudebních nástrojích a na správné zacházení s nimi. Jeden z vedoucích prohloubí u dětí znalosti o hudebních nástrojích. Společně si procvičí názvy každého nástroje, vedoucí vysvětlí, jak se hudební nástroje správně drží či jak se na ně hraje pomocí názorné ukázky. Poté co si téměř každé dítě vyzkouší správnou techniku hraní na hudební nástroj utvoří děti ze svého týmu dvojice. Každá dvojice dostane papír a psací potřeby. Vedoucí ukáže vybrané nástroje a děti mají zapisovat správné názvy těchto nástrojů. Papíry s odpověďmi si vedoucí vybere a při večerním programu bude kvíz vyhodnocen. Dvojice, která bude mít všechny odpovědi správně zapsané, obdrží pro svůj tým jednu indicii.

Ve 12.00 hodin se podává oběd v jídelně. Po obědě se každé dítě odebere do své chatky a bude mít prostor na odpočinek, který bude trvat do 14.00 hodin.

2.3.2.3 Odpolední program

Odpolední program je především určen pro nacvičení nového repertoáru pro nový školní rok, například na soutěže a další akce. Sbormistr by si měl tento čas rozvrhnout, měl by přesně vědět, co chce děti naučit, jak krok za krokem postupovat. Můžeme se tedy obrátit na podkapitolu přípravu sbormistra, ze které vyplývá, na co vše by sbormistr měl myslet při nácvičení nových písní.

Rozezpívání je velmi důležitá aktivita před začátkem zpěvu, která nám „zahřeje“ hlas a předchází poničení hlasivek či špatnému zpívání. Pro představu si uvedeme několik cvičení. Na začátek je dobré se prodýchat, proto provedeme alespoň třikrát hluboký nádech a výdech.

- Brumendo
 - „broukání“ neboli zpěv se zavřenými ústy, kdy jazyk pokládáme na horní patro, jako kdybychom chtěli vyslovit písmeno *n*. Toto cvičení může být na jakoukoliv melodii, ale pro začátek se doporučuje po půltónech ze střední polohy nahoru a dolů na nižší tóny než c^1 za podmínek zpěvu bez námahy a lehkosti.

- Staccato
 - cvičení, které je zaměřené na oporu o bránici a které můžeme provázet i s legatem. Pro toho cvičení je vhodné používat slabiku *jo* či samohlásku *o*, u které je důležité ji zpívat ve tvaru *ho*, z důvodu odlehčení.
- MA-ME-MI-MO
 - toto cvičení je dobré na staccato i legato a na procvičení rytmu a správné výslovnosti samohlásek *a*, *e*, *i*, *o*, *u*. Základní melodii transponujeme i do vyšší či nižší polohy.
- Oblíbená píseň
 - do rozezpívání můžeme zařadit i oblíbenou známou píseň. Může to být například lidová píseň či píseň, kterou sbor už dříve zpíval a všichni účastníci znají slova skladby.

Pokud jsou účastníci již rozezpívání představí jim sbormistr písně, které se budou společně učit. Nejprve je nutné dětem novou píseň buďto zazpívat nebo přehrát její ukázkou. Poté si vysvětlí, o čem píseň je a začíná její nácvik. Pokud se děti ještě neumí orientovat v notách je nutné jim vysvětlit, jak noty číst a kde hledat text. Avšak my počítáme, že všechny děti umí číst z not, proto se mohou do písně pustit rovnou. Velkým pomocníkem při nácviku nové písně je klavírní doprovod, který ze začátku hraje pouze hlavní melodii. V případě, že sbor již zvládá první sloku přidá se navíc klavírní doprovod a následně se přidávají další sloky. Jestliže má skladba více hlasů, melodie každého hlasu se učí zvlášť. Začíná se prvním hlasem, poté druhým, a nakonec třetím hlasem. Je důležité, aby děti byly rozdělené podle hlasů, tedy první hlas po levé straně sbormistrovy ruky, druhý hlas uprostřed a třetí hlas na pravé straně z pohledu sbormistra. Pokud se nacvičují těžší skladby je řešením věnovat se jednotlivým hlasům zvlášť a ostatním dát pauzu například na svačinu, aby se nestalo, že budou vyrušovat. Pro tento případ je výhodou, když máme někoho dalšího z personálu, který na ostatní děti dohlíží.

Odpolední program je pozastaven, kvůli odpolední svačině, která podle časového harmonogramu probíhá přibližně od 16.00 hodin do 16.30 hodin. Po svačině se opět naváže na předchozí nácvik písní. Je vhodné proložit nácvik nových písní již známou či ten den nacvičovanou písní. Program končí přibližně v 17.30, avšak konec je ovlivněn především energií či soustředěností sboru. Pokud by se sbor delší dobu nesoustředil, je vhodné program proložit krátkou hrou.

Večere se podává v 18.00 hodin v jídelně. Po večeři mají děti dostatek času se připravit na večerní program. Vedoucí děti upozorní na pevnou obuv a správně zvolené oblečení.

2.3.2.4 Večerní program

Večerní program je zaměřen na dané téma soustředění. Toto soustředění se nese v duchu *Na stopě vesmírné záhady*. Protože předešlý den byli účastníci rozděleni do týmů, měli za úkol do večera vymyslet název a pokřik pro svůj tým. Na začátku večerního programu se tedy každý tým představí. Za splnění podmínky dostane každý tým jednu, avšak rozdílnou indicii.

Indicie je slovo, které má přeházená písmena. Tato slova dají dohromady věty, které děti zavedou za vesmírným pokladem. Ze začátku to bude vypadat, že jsou děti rozděleny do týmů a hledají poklad za svůj tým, ale nakonec zjistí, že pokud chtějí najít poklad, musí všechny týmy kolektivně spolupracovat. Dají dohromady všechny indicie, buď již slova rozluštěná či ne, poskládají věty a vydají se na cestu. Cesta bude probíhat následující večer, tedy v sobotu.

Nejprve musí děti nasbírat indicie pomocí her či soutěží. Můžeme zařadit soutěže mezi týmy, hry na improvizaci (nacvičit krátkou etudu na dané téma) či vylosovat si předmět a improvizovat s ním. Dále hry na spolupráci, logické hry a mnoho dalších. U spousty her je možné upravit zadání či pomůcky podle zvoleného tématu vesmír a vše, co je s ním spojené. Pro příklad si uvedeme pár her.

- Zachraň svou kosmickou loď
 - „*Protože každý dopravní prostředek potřebuje palivo, i vy ho musíte doplnit.*“ Každý tým bude mít na jedné straně lavor s vodou a na druhé straně ohraničeného hřiště prázdný kýbl. Cílem hry je přenést co nejvíce vody v dlaních do kýblů za určitou dobu. Jedinci v týmech se střídají.

Vyhrává ten tým, který má nejvíce vody v kýblu. Stav vody se změří odměrkou. Tým, jenž měl nejvíce vody, dostane další indicii.

- Kimova hra
 - z každého týmu vyšlou jednoho dobrovolníka. Všichni dobrovolníci půjdou na jednu stranu ohraničeného hřiště, kde budou připravené vesmírně tematické předměty. Na druhé straně hřiště na dobrovolníky budou čekat jejich týmy s papírem a tužkou. Pod dekou bude schováno 10 předmětů. Dobrovolníci budou mít 10 vteřin na to, aby si zapamatovali, co nejvíce předmětů. Po odstartování se předměty odkryjí. Po uplynutí času, musí každý dobrovolník udělat deset dřepů a až poté může běžet ke svému týmu a říct jim, jaké předměty si zapamatoval. Kdo bude mít hotovo, zvedne ruku a řekne máme. Půjdeme k němu a zkontrolujeme odpovědi. Vyhrává ten tým, který má co nejvíce správných zapamatovaných předmětů. Pokud budou mít některé týmy stejný počet správných odpovědí, bude hrát roli čas, tedy kdo se z daných týmů přihlásil dříve. Tým, který vyhrál dostane indicii.

Jde především o zábavu a stmelení kolektivu. Tedy proto je vhodné volit takové hry či aktivity podle věku a možností dětí. Dále je důležité mít připravené záložní hry do místnosti, z důvodu nepříznivého počasí. Na konci večerního programu vedoucí vyhlásí výsledky hudebního kvízu, který se konal v rámci dopoledního programu. Nejlepší dvojice obdrží pro svůj tým indicii.

Večerní program končí přibližně ve 20.30 hodin, aby děti měly dostatek času na večerní hygienu a byly ve svých chatkách před večerkou, která začíná ve 21.30 hodin. Vedoucí zkontrolují, zda jsou všichni ve svých chatkách a popřejí všem dobrou noc.

2.3.3 Sobota

2.3.3.1 Začátek dne

Sobotní ráno začne budíčkem v 7.30 hodin. Poté se všichni účastníci sejdou venku, kde proběhne ranní rozcvička, do které budou zařazeny jak cviky přirozené, tak zdravotní. Snídaně jsou zařízené od střediska v jídelně a probíhají od 8.00 hodin do cca 8.30 hodin. Děti mají po snídani čas na ranní hygienu a úklid chatek.

2.3.3.2 Dopolední program

Dopolední program začíná od 9.00 hodin a končí v 11.30 hodin. Dopolední svačina probíhá přibližně v 10.00 hodin. Dopolední program se skládá ze dvou částí, a to z hlasové a rytmické výchovy. První část se tedy zabývá hlasovou výchovou. Sbornistr si na první hodinu připraví hlasová cvičení formou her, které jsou spojeny s pohybem.

Na začátek si uvolníme své tělo a připomeneme si, jak máme správně sedět

- Máchání prádla
- Správný sed

Pro zpěv je důležitá zaktivizovaná bránice, kterou si procvičíme pomocí několika cvičení, která se s dětmi prováděla již předešlý den.

- Parní mašina
- Ironické ts
- Odcákávání vody
 - děti si kleknou na paty, kdy kolena mají od sebe. Jako motivaci použijeme víly, které sedí na okraji jezírka. Namočí si ruce a poté odcákávají kapičky. Každá kapka je doprovázena hlasem *cááák*. Střídáme počet. Můžeme mít jednu kapku, ale i dvě či tři. Cvičení tedy může probíhat i následovně: *cák – cák*. Je důležité vyslovit závěrečnou souhlásku *k* lehce na tvrdém patře. Nikoli vzadu v krku. Díky tomu dojde k „zapérování“ bránice (srov. TICHÁ 2014: 104).

Mezi další cvičení hlasové výchovy řadíme i taková, která zpěváky učí hospodařit s dechem.

- Vánek, vítr, vichřice
 - toto cvičení je zaměřené na odstupňovanou sílu výdechu. Jde především o to, aby si děti vyzkoušely všechny stupně, nejen podle své povahy, ale aby vystoupily ze své komfortní zóny. Pomocí zvuku *fúúú* a pohybem po prostoru představujeme vánek, vítr či vichřici (srov. TICHÁ 2014: 108).
- Foukání do brčka
 - děti se postaví a do ruky „uchopí“ imaginární brčko, do kterého foukají, aby kapka, která je na konci tohoto brčka, nespadla. Tímto se děti učí pracovat se vzduchem, který vydechují pomocí jednoho dlouhého výdechu či několika kratšími výdechy (srov. TICHÁ 2014: 110).

Pro správnou techniku zpívání je důležité provádět také cviky na rozeznění a práci s hlavovou rezonancí.

- Bzučení čmeláka
 - pomocí motivace, kdy máme čmeláka v ústech, chceme dosáhnout rozeznění hlavové rezonance. „*Představíme si, že máme čmeláka v puse. Nesmíme ho zkousnout, proto nemáme zuby na zubech.*“ Nejdříve začneme souhláskou *m*, které slouží k rezonanci ústní oblasti, dále souhláskou *n*, díky ní rezonuje převážně nosní oblast a poslední je slabika „*ng*“, jež vede k rezonanci celé lebky (srov. TICHÁ 2014: 116).
- Koťátko
 - pomocí *mňau* chceme rozvíjet práci s hlasem v rezonanci. „*Vidíte děti to koťátko? Je maličké a bojí se nás. Proto na něj musíme zavolat tak, aby se nás nebálo jeho kočičí řečí.*“ (srov. TICHÁ 2014: 118).
- Mingi, menge, manga
 - při vyslovování slov, které obsahují souhlásky *ng* či *k* jako jsou například slova *making*, *speaking*, *bongo* a další, rozvíjíme aktivitu kořene jazyka, který se odráží od přední části měkkého patra. Díky tomu se zdokonaluje elasticita svalů. Ty bývají u dětí příliš povolené či naopak napjaté (srov. TICHÁ 2014: 119).

- Budík
 - děti si položí ruku na temeno a udělají zvuk *trrrr*, buď několikrát krátce či jednou déle. Cvičení spočívá v rozeznění hlavové resonance. Pokud někdo neumí vyslovit souhlásku *r*, místo budíku říká *tdn tdn*.
- Halóó
 - děti udělají dvojice tak, aby děti byly stejně vysoké a přibližně stejné váhy. Stoupnou si naproti sobě a jedno z nich položí své ruce na hrud' druhého dítěte, které si o ruce opře. První dítě začne s druhým lehce třást a do toho začne druhé dítě říkat *halóó*. Toto cvičení přispívá k rozeznění hrudní resonance.

Hlasová výchova se také zabývá správnou výslovností, je tedy vhodné zvolit i několik artikulačních cvičení.

- Ukazujeme na sebe
 - každé dítě řekne *já* tak, aby z jeho hlasu bylo poznat, že právě ono dítě má pravdu. K tomu přidá pohyb – prstem ukáže na svou hrudní kost. Je dobré, když děti u této činnosti i chodí, říkají si své „namyšlené já“ navzájem (srov. TICHÁ 2014: 126).
- Kutululú
 - děti sedí na židli a vedoucí před nimi má v ruce imaginární míček, jež pošle jednomu z dětí, které musí míček poslat hned zpět vedoucímu. Ten pošle míček dalšímu. Při posílání míčku každý zvolá *kutululú* na melodii 8 – 5 – 5 – 5 (například $c^2 - g^1 - g^1 - g^1$) (srov. TICHÁ 2014: 129).
- Mluvení s palcem v ústech
 - toto cvičení slouží k posílení artikulačních svalů. Dáme si palec mezi zuby a snažíme se vyslovovat větu či zaspívat jednoduchou píseň. Tuto variantu můžeme nahradit například mluvou se stisknutými zuby, kdy se hýbou jen artikulační svaly (srov. TICHÁ 2014: 130).

- Volání do dálky
 - při tomto cvičení se všechny děti postaví. Připraví si ruku vedle úst a pomocí ruky vedou zvuk *halóóó* do dálky. Představa volání zapojuje celé tělo. Dále napomáhá posadit různé samohlásky do jedné rezonanční a dechové pozice. Můžeme použít i jiná slova jako jsou například *nemáméééé*, *hijeaóóó* a další. Důležitost je kladena na zvučnost hlasu (srov. TICHÁ 2014: 133).

Dopolední program bude pokračovat po dopolední svačině, která se bude podávat přibližně v 10.00 hodin. Druhá část tohoto dopoledního programu je zaměřena na rytmickou výchovu. Program je zaměřen především na rozvoj rytmiky, na správné zacházení s rytmickými nástroji či na využití vlastního těla.

Vedoucí si připraví rytmicky pohybové cvičení k předehře opery *Únos ze Serailu* od skladatele *Wolfganga Amadea Mozarta*. Toto cvičení má dvě varianty. První variantou je možnost využití svého těla jako hudebního nástroje, a to pomocí tleskání, pleskání či dupání. Druhá varianta je zaměřena na využití rytmických nástrojů, jako jsou ozvučná dřívka, dřevěný blok, dále prstové činelky či tamburína, a nakonec buben a bonga. Na začátku je vhodné děti seznámit s tím kdo je skladatelem této skladby. Proto vedoucí dětem představí skladatele W. A. Mozarta, společně si řeknou zajímavosti o jeho životě a tvorbě a poslechnou si tuto skladbu. Poté každé dítě dostane noty se skladbou a vedoucí se bude snažit o rozvoj schopnosti čtení z not. Tedy, aby děti uměly notovou abecedu, znaly délku počítání not i pomlk, význam repetice, jaký řádek je první, druhý či třetí hlas. Nejdříve si společně všichni vytleskají první řádek, který je určen pro první hlas. Dále budou postupovat na druhý řádek druhého hlasu za doprovodu pleskání, a nakonec budou dupat podle posledního třetího hlasu. Vyzkouší si toto cvičení na hudbu. Poté se děti rozdělí do 3 skupin, kdy 1. skupina bude tleskat podle prvního řádku z notopisu, 2. skupina bude pleskat podle druhého řádku a 3. skupina bude dupat podle posledního třetího řádku a společně vyzkoušejí tleskat, pleskat či dupat na hudbu.

Pokud se účastníci ztrácejí, budou trénovat na počítání vedoucího a poté znovu hudební doprovod vyzkoušejí na hudbu. Když to dětem půjde dobře, mohou zapojit i rytmické nástroje. Na přiloženém obrázku můžete vidět rytmické cvičení, o kterém jsem se zmiňovala.

WOLFGANG AMADEUS MOZART
PŘEDEHRA K OPEŘE ÚNOS ZE SERAILU
Postech hudby s pohybovou a instrumentální aktivitou dle rytmického zápisu

Hudební forma: A – B – A

1. třeskání
2. pleskání
3. podupy

1. ozvučná dřívka, dřevěný blok
2. prstové činelky, tamburína
3. bubnen, bonga

Obr. 1: Rytmické cvičení s pohybovou a instrumentální aktivitou (zdroj vlastní).

Ve 12.00 hodin se podává oběd v jídelně. Po obědě se každé dítě odebere do své chatky a bude mít prostor na odpočinek, který bude trvat do 14.00 hodin.

2.3.3.3 Odpolední program

Odpolední program probíhá od 14.00 hodin do 17.30 hodin. Sbormistr by si měl tento čas rozvrhnout, měl by přesně vědět, co chce děti naučit, jak krok za krokem postupovat. Začátek programu je věnován rozezpívání, neboť rozezpívání je velmi důležitou aktivitou před začátkem zpěvu, která nám „zahřeje“ hlas a předchází poničení hlasivek či špatnému zpívání. Pro představu si uvedeme několik cvičení. Na začátek je dobré protáhnout své tělo či se prodýchat, proto provedeme alespoň třikrát hluboký nádech, a výdech.

- Brumendo
- Legatissimo
 - toto cvičení spočívá ve zpívání v pianissimu, kdy při zpěvu jde o co nejširší prostor v ústech s pocitem zívání, které je v tomto cvičení důležitější než samotný zvuk. Pro lepší pochopení je cvičení zobrazeno na obrázku, kde máme variantu na slabiku „ha“, ale můžeme ji zaměnit

například i za slabiky „ho“ či „jo“. Celé cvičení je vázáno v legatissimu a postupujeme po půltónech nahoru a dolů podle možností zpěváků.



Obr. 2: Ukázka rozezpívání pomocí legatissima (PÁLKOVÁ [online]).

- Vara vara
 - toto cvičení je vhodné na artikulaci, dodržování rytmu, aktivizuje bránici. Je na stejnou melodii, jako vidíme na obrázku 2, avšak v tomto cvičení se tóny nevážou, ale jsou v staccatu.
- Oblíbená píseň
 - do rozezpívání můžeme zařadit i oblíbenou známou píseň. Může to být například lidová píseň či píseň, kterou sbor už dříve zpíval a všichni účastníci znají slova skladby.

Pokud jsou účastníci rozezpívání, sbormistr začne s písněmi, které se učili předchozí den a poté se začnou učit nové písně. Protože pěvecký sbor má ve svém repertoáru zařazeny i takové skladby, jež jsou psány pro dva či tři hlasy, klade se velká váha na sjednocení a sladění hlasů. Proto je odpolední program věnován práci s každým hlasem zvlášť.

V 15.00 hodin začíná zkouška prvního hlasu. Sbormistr bude s dětmi procházet všechny písně, které se za dva dny učily a objevuje se v nich vícehlas. Všechny těžké pasáže si několikrát přezpívají. Poté, co sbormistr usoudí, že děti si ve svém hlase jsou jisti, přidá sbormistr například svým zpěvem druhý hlas. Zpěv si může nahrát pro lepší kontrolu.

Pokud je někdo, kdo se v melodii ztrácí, sbormistr by měl dotyčného nechat samostatně či mu sám pomoci zazpívat danou část, která mu dělá problémy. Důležitost je kladena především na psychická rizika, tedy sbormistr by měl své děti znát a vědět, zda tato situace pro jedince je či není stresující či zda by měl strach z posměchu. Proto ho nenechá zpívat samotného před ostatními dětmi, ale může děti rozdělit například do dvojic či trojic, kdy problémový úsek zazpívají společně.

Klavírní doprovod slouží nejdříve jako opora pro držení melodie daného hlasu a poté může hrát hlas druhý nebo i třetí.

V 15.30 hodin se vymění skupiny, tedy nyní bude mít půlhodinovou zkoušku hlas druhý. Tato zkouška probíhá stejně jako zkouška prvního hlasu.

Zkouška třetího hlasu probíhá od 16.00 hodin. Tato zkouška probíhá stejně jako zkouška předešlých hlasů. Avšak některé písně jsou složeny pro dvojhlasy, proto tato skupina spadá i pod druhý hlas. Je tedy lepší mít více členů v druhém hlase, který můžeme poté rozdělit na druhý i třetí hlas.

Mezitím, co daná skupina měla zkoušku, ostatní děti pod dozorem dalšího vedoucího hrály společné hry. Po konci zkoušky třetího hlasu je připravená odpolední svačina, která se podává přibližně od 16.30 až do 16.45 hodin. Po svačině pokračuje sborový zpěv, kdy každý hlas by měl mít natrénovanou melodii. Jde především o sjednocení a spojení hlasů dohromady. Nejdříve si zazpívá první hlas s druhým, dále bude pokračovat první hlas se třetím, a nakonec druhý se třetím hlasem. U některých písní se můžeme setkat s tím, že hlavní melodie je psaná pro druhý hlas, tedy první a třetí hlas si nejdříve zazpívají s hlasem druhým. Nakonec se spojí všechny hlasy i s doprovodem.

Večere se podává v 18.00 hodin v jídelně. Po večeři mají děti dostatek času se připravit na večerní program. Vedoucí děti upozorní na pevnou obuv a na správně zvolené oblečení.

2.3.3.4 Večerní program

Večerní program je zaměřen na dané téma soustředění. Toto soustředění se ponese v duchu *Na stopě vesmírné záhady*. Je možné konkrétní dítě odměnit například za zpěv či nejlépe uklizenou chatku další indicií. Protože za předešlý večer a dnešní den týmy nasbíraly indicie a do tohoto okamžiku si myslely, že jejich týmy soutěží mezi sebou, je pravý čas rozluštit zakódovaná slova a společně z nich utvořit věty neboli popis cesty, který je zavede za pokladem. Jde především o rozvoj spolupráce, kdy nenecháme děti soutěžit mezi sebou, ale tímto jim umožníme komunikovat a společně vytvořit strategii, podle které budou přicházet na „zakódovaná“ slova. Vedoucí by měli předem vědět, na jaké místo poklad schovají a mít zmapovaný terén, aby věděli, kam děti poslat či naopak jakým oblastem se vyhnout. Je důležité mít připravenou další variantu cesty kvůli špatnému počasí.

Večerní program končí přibližně ve 20.30 hodin, proto, aby děti měly dostatek času na večerní hygienu a byly ve svých chatkách před večerkou, která je ve 21.30 hodin. Vedoucí zkontrolují, zda jsou všichni ve svých chatkách a popřejí všem dobrou noc.

2.3.4 Neděle

Nedělní ráno začne budíčkem v 7.30 hodin. Poté se všichni účastníci sejdou venku, kde proběhne ranní rozcvička, do které budou zařazené jak cviky přirozené, tak zdravotní. Snídaně jsou zařízené od střediska v jídelně a probíhají od 8.00 hodin do cca 8.30 hodin. Děti mají po snídani čas na ranní hygienu, úklid v chatkách a na sbalení svých věcí.

2.3.4.1 Dopolnední program

Dopolnední program začíná od 9.00 hodin a končí v 11.30 hodin. Dopolnední svačina probíhá přibližně v 10.00 hodin. Dopolnední program je tentokrát věnován zpěvu. Sbornistr by si měl tento čas rozvrhnout, měl by přesně vědět, co chce děti naučit, jak krok za krokem postupovat. Začátek programu je věnován rozezpívání, neboť rozezpívání je velmi důležitá aktivita před začátkem zpěvu, která nám „zahřeje“ hlas, dále předchází poničení hlasivek či špatnému zpívání. Pro představu si uvedeme několik cvičení. Na začátek je dobré protáhnout své tělo či se prodýchat, proto provedeme alespoň třikrát hluboký nádech, a výdech.

- Brumendo
- Rozezpívání na slabiky *no* či *na*
 - při rozezpívání na slabiky se snažíme co nejvíce otevírat ústa. Postupujeme zespoda podle stupnice a poté zase zpět. Začneme například od c^1 přes d^1 , e^1 , f^1 až ke g^1 a poté zpíváme zase zpět dolů až po c^1 . Poté zpíváme o půltón výše. Takto postupujeme až k akordům, které jsou děti schopny zazpívat a následně pokračujeme směrem dolů.
- MA-ME-MI-MO
- Oblíbená píseň
 - může se jednat o píseň lidovou či umělou, kterou děti dobře znají a mají ji rádi.

Pokud jsou účastníci rozezpívání, sbormistr začne s písněmi, které se učili předchozí den. Pokud by chtěl sbormistr dát někomu sólo, je dobré dopředu vědět, koho by potřeboval, ale také dát dětem možnost rozhodnout se zkusit si danou sloku či zvolený úsek zazpívat. Po dopolední svačině, která končila přibližně v 10.30 hodin se sbor vrátil k nácvičku písni. Je také vhodné poskytnout účastníkům prostor pro své nápady. Dále zapojit účastníky do rozhodování, například o volbě hudebních nástrojů či jakou píseň si chtějí zazpívat.

Ve 12.00 hodin se podává oběd v jídelně. Po obědě se každé dítě odebere do své chatky a bude mít prostor na úklid a na dobalení svých věcí. Rodiče pro své děti přijíždějí od 13.30 do 14.30 hodin.

ZÁVĚR

Cílem bakalářské práce bylo popsání základních teoretických poznatků z oblasti pěveckého sboru a jeho vlivu na trávení volného času a na základě tohoto popisu sestavit kompletní program pro letní soustředění dětského pěveckého sboru. Cílem první části bylo teoreticky popsat pojmy volný čas, hudba, zpěv, sborový zpěv, sbormistr, pěvecké sbory či dětský pěvecký sbor. Dále pojmy jako hlasová výchova, dětský pěvecký sbor a jeho vliv na trávení volného času. Pro potřeby práce jsem se v některých kapitolách omezila jen na zjednodušené uvedení do dané problematiky. Tohoto cíle bylo dosaženo na základě využití odborné literatury.

Díky podkapitole *Dětský pěvecký sbor a jeho vliv na trávení volného času* je zřejmé, jakou roli hraje členství v pěveckém sboru a jaký má na jedince dopad ohledně volného času. Pěvecký sbor přispívá nejen k rozvoji pěveckých dovedností a práce s hlasem a dechem, ale přispívá také k celkovému rozvoji osobnosti. Tedy rozvíjí jak složku sociální přes získání nových přátel, tak fyzickou, kdy se jedinci zvětšuje kapacita plic. Dále je rozvíjena složka psychická, kdy jedinec rozvíjí svou představivost, tvořivost, myšlení a mnoho dalšího. Být členem ve sboru je sice časově náročné kvůli častému vystupování, zájezdům, pěveckým soustředěním, ale díky tomu se jedinec podívá na různá místa nejen tady u nás v České republice a získá nová přátelství, některá dokonce na celý život.

Druhá část bakalářské práce měla také předem určený cíl. Cílem bylo využít teoretických poznatků a vytvořit kompletní program pro letní soustředění dětského pěveckého sboru. Na základě první části obsahující vymezení základních pojmů a pomocí vlastní zkušenosti z pohledu člena pěveckého sboru jsem sestavila program pro soustředění dětského pěveckého sboru. Soustředění je pro pěvecký sbor velmi důležitá součást aktivit, jelikož je při něm více času na intenzivní nacvičování zpěvu, hlasové výchovy apod., kdy se sbormistr může věnovat členům ve skupinách či dokonce jednotlivě a tím zlepšovat kvalitu zpěvu a projevu.

Program jsem rozdělila do třech hlavních částí na dopolední, odpolední a večerní program. Dopolední program jsem zaměřila především na rozvoj hlasové a rytmické výchovy. Hlasová výchova je pro každého zpěváka velmi podstatná, neboť mu rozvíjí hlas, správnou techniku, a to předchází možnému poškození hlasivek a přispívá k rozvoji nezpěvnosti. Odpolední program je vyhrazen čistě k nácvičování nových písní. Sbormistr by měl mít předem vybrané písně a přesně vědět, jak bude probíhat jejich

nácvik. Tato část je popsána pouze obecně, jelikož se u každého sboru může odlišovat. Večerní program je především o stmelení kolektivu, o spolupráci, zábavě a získání nových společných zážitků. Večerní programy jsou provázeny daným tématem, jehož název je „*Na stopě vesmírné záhady*“. Pomocí indicii společně naleznou poklad. Konkrétní aktivity jsem neuváděla, jelikož jde především o inspiraci. Myslím si, že by si každý vedoucí měl samotné hry vybrat sám, neboť jedině on zná své děti a zvolené hry může podle nich přizpůsobit. Je tedy důležité předem myslet na individuální, ale i skupinové možnosti jedinců a program přizpůsobit jejich pohybovým, logickým možnostem a emoční stránce skupiny.

Dle mého názoru má pěvecký sbor pozitivní dopad na trávení volného času jedinců. Tento čas neovlivňuje pozitivně pouze děti, nýbrž všechny věkové kategorie. Tato aktivita přispívá k rozvoji jedinců v jakémkoliv věku, například senioři díky zpěvu ve sboru trénují paměť a udržují se v kondici. Tímto chci říci, že sborový zpěv lze provádět v jakémkoliv věku a pozitivně naplňuje volný čas.

SEZNAM LITERATURY

1. BARTOŠ, Jan Zdeněk, 1983. *Breviář posluchače hudby*. Praha: Nakladatelství Práce v Praze. ISBN 24-124-83.
2. BUČEK, Miloslav, 1990. *Sborový zpěv I*. Brno: Masarykova univerzita. ISBN neuvedeno.
3. CMÍRAL, Adolf, 1943. *Hudební pedagogika pro konservatoře, hudební školy a soukromé studium: Díl 1. Pedagogická psychologie*. Druhé. Praha: Edition Č.H. (dříve Edition Cadence). ISBN neuvedeno.
4. ČEŠKOVÁ, Olga, 2003. *Pěvecká výchova*. 2. vyd. Praha: Akademie múzických umění, Divadelní fakulta, Katedra alternativního a loutkového divadla. ISBN 80-7331-923-3.
5. FEDOR, Viliam a Jarmila VRCHOTOVÁ-PÁTOVÁ, 1969. *Sborový zpěv a řízení sboru*. Praha: Supraphon. ISBN neuvedeno.
6. HAMAN, Jaroslav a Jiří SKOPAL, 1991. *Dětský pěvecký sbor na prvním stupni základní školy*. Hradec Králové: Nakladatelství GAUDEAMUS. ISBN 80-7041-372-7.
7. HOFBAUER, Břetislav, 2004. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-927-5.
8. KOLÁŘ, Jiří, Josef ROB a Ivana ŠTÍBROVÁ, 1983. *Sborový zpěv a řízení sboru - I*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství. ISBN 17-194-83.
9. LÁZŇOVSKÁ, Lenka, et al., 2007. *Dítě a umění: Význam vybraných uměleckých aktivit pro utváření osobnosti dítěte ve věku povinné školní docházky*. Praha: NIPOS. ISBN neuvedeno.
10. LOHMANN, Paul, 1968. *Chyby hlasové techniky a jejich náprava: hlasový poradce v otázkách a odpovědích*. Praha: Supraphon. ISBN neuvedeno.
11. MAJTNER, Jaroslav, 2006. *Hlasová výchova*. Druhé. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 80-244-1534-8.
12. PÁVKOVÁ, Jiřina, 2014. *Pedagogika volného času*. Praha: Univerzita Karlova. ISBN 978-80-7290-666-6.
13. POLEDŇÁK, Ivan, 2005. *Šestnáct kapitol z hudební psychologie*. Olomouc: Univerzita Palackého. ISBN 80-244-1127-X.
14. POLEDŇÁK, Ivan, 2006. *Hudba jako problém estetiky*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Nakladatelství Karolinum. ISBN 80-246-1215-1.

15. SEDLÁK, František, 1977. *Nové cesty hudební výchovy*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství. ISBN neuvedeno.
16. SEDLÁK, František, 1990. *Základy hudební psychologie*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství. ISBN 80-04-20587-9.
17. SELUCKÝ, Radoslav, 1966. *Člověk a jeho volný čas*. Praha: Československý spisovatel. ISBN 22-167-66.
18. STAŠEK, Čestmír, 1981. *ABC začínajícího sbormistra: Receptář ve čtyřech bodech*. Praha: Supraphon. ISBN neuvedeno.
19. TICHÁ, Alena, 2014. *Učíme děti zpívat: hlasová výchova pomocí her pro děti od 5 do 11 let*. 3. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0648-4.
20. VÁŽANSKÝ, Mojmir, 1995. *Základy pedagogiky volného času*. Brno: Paido. ISBN 80-901737-9-9.
21. VRKOČOVÁ, Ludmila, 1996. *Slovníček základních hudebních pojmů*. III. vlastní náklad. ISBN 80-901611-3-8.
22. VYDROVÁ, Jitka, 2009. *Rady ke zpívání: aneb Co může zpěvákům poradit odborný lékař*. Praha: Práh. ISBN 978-80-7252-252-1.
23. VYDROVÁ, Jitka, 2014. *Praktická cvičení k hlasové výchově pro pedagogy*. Praha: Medical Healthcom. ISBN 978-80-905554-2-6.

INTERNETOVÉ ZDROJE

24. KOLÁŘ, Jiří, 2015. Fenomén „Sborový zpěv“. In: *Jiří Kolář* [online]. Týnec nad Sázavou [cit. 2021-03-01]. Dostupné z: <https://www.jirikolar.cz/recenze-a-clanky/clanky-2015/>
25. KUTHAN, Jiří, 2011. Historie a dědictví: Hudební historie katedrály. *Katedrála svatého Víta, Václava a Vojtěcha* [online]. Praha: Lidové noviny [cit. 2021-03-23]. Dostupné z: <https://www.katedralasvatehovita.cz/cs/historie-a-dedictvi/hudebni-historie>
26. LÁZŇOVSKÁ, Lenka, 2004. Neprofesionální umělecké aktivity. In: *České sbory.cz* [online]. Praha: Unie českých pěveckých sborů, 10. července 2004 [cit. 2021-02-22]. Dostupné z: <https://www.ceskesbory.cz/01-01-clanek.php?id=114>
27. PÁLKOVÁ, Silvie. *Návod na rozezpívání pro KONCERTNÍ SBOR SEVERÁČKU 3* [online]. In: [cit. 2021-03-26]. Dostupné z: <https://severacek.cz/wp-content/uploads/2020/04/navod-na-rozezpivani-pro-koncertni-sbor-severacku-3.pdf>

SEZNAM OBRÁZKŮ

Obr. 1: Rytmičné cvičení s pohybovou a instrumentální aktivitou. (zdroj vlastní)

Obr. 2: Ukázka rozezpívání pomocí legatissima. (PÁLKOVÁ [online])

ABSTRAKT

KUTILOVÁ, D. Pěvecký sbor a jeho vliv na trávení volného času. České Budějovice 2021. Bakalářská práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Katedra pedagogiky. Vedoucí práce K. Ochozka.

Klíčová slova: pěvecký sbor, dětský pěvecký sbor, zpěv, sborový zpěv, hlasová výchova, letní soustředění, soustředění pěveckého sboru, volný čas

Bakalářská práce se zabývá pěveckým sborem a jeho vlivem na trávení volného času. Jsou zde popisovány pojmy jako sborový zpěv, pěvecké sbory, jejich rozdělení a charakteristika, dětský pěvecký sbor, hlasová výchova a její správné utváření. Dále je zde shrnut výzkum o pěveckém sboru a jeho vlivu na volný čas. Poslední kapitola bakalářské práce se věnuje přípravě letního soustředění dětského pěveckého sboru.

ABSTRACT

Choir And Its Influence on Leisure Time

Key words: choir, children's choir, singing, choral singing, voice education, summer concentration, choir concentration, leisure time

The bachelor's thesis deals with the choir and its influence on the spending of leisure time. It describes concepts such as choral singing, choirs, their division and characteristics, children's choir, voice education and its proper formation. Furthermore, research on the choir and its impact on leisure time is summarized here. The last chapter of the bachelor's thesis focuses on the preparation of the summer camp of the children's choir.