

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Teologická fakulta
Katedra pedagogiky

Bakalářská práce

Vybrané aspekty rozvoje zpěvu a rytmiky v hudební výchově 1. a 2. tříd základní školy pomocí lidových písní

Vedoucí práce: Mgr. Karel Ochozka
Autor práce: Kristýna Hánová
Studijní obor: Pedagogika volného času - kombinovaná
Ročník: III.

2016

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že, v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění, souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě (v úpravě vzniklé vypuštěním vyznačených částí archivovaných Teologickou fakultou) elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

15. 3. 2016

Kristýna Hánová

Děkuji vedoucímu bakalářské práce Mgr. Karlu Ochozkovi za věnovaný čas,
cenné rady, připomínky a metodické vedení práce.

Obsah

Obsah	4
Úvod	5
1 Hudební výchova	7
1.1 Hudební výchova v ŠVP	8
1.2 Hudební výchova v RVP	9
2 Zpěv a jeho základní složky	11
2.1 Dech	11
2.1.1 Dechová cvičení.....	12
2.2 Hlas	13
2.2.1 Tvorba tónu	15
2.3 Intonace.....	16
2.3.1 Intonační cvičení.....	17
3 Rytmus, metrum	19
3.1 Rytmická cvičení.....	20
3.2 Pohyb jako součást rytmiky v hudební výchově	21
4 Lidová píseň	24
5 Využití v praxi	26
5.1 Základní škola Dukelská v Českých Budějovicích.....	26
5.2 Definice skupiny	27
5.3 Hlasová příprava	28
5.3.1 Ověření dechových cvičení.....	28
5.3.2 Ověření hlasových cvičení pro kvalitní tvorbu tónu	31
5.3.3 Ověření intonačních cvičení	33
5.4 Ověření rytmických cvičení.....	36
5.4.1 Ověření rytmických a pohybových doprovodů	39
5.5 Závěrečné shrnutí.....	43
Závěr	44
Seznam použitých zdrojů	45
Abstrakt	47
Abstract	48

Úvod

Výběru tématu s hudebním zaměřením vděčím svému dávnému rozhodnutí, že se ve svém profesním životě budu věnovat hudbě. Od šesti let jsem chodila do umělecké školy, mám vystudovanou hru na sólový nástroj a hudba mne provázela celým mým dosavadním životem.

Raná vzpomínka z hudebních začátků patří mé učitelce hudební nauky, která dokázala z hodin zdánlivě nudné teorie udělat zábavu. Všechny teoretické základy, různé pomůcky a finty jsem si odnesla právě z těchto hodin. Nejen, že mě tato paní učitelka hodně naučila, ale díky ní mám velmi kladný vztah k českým a moravským lidovým písničkám a stále obdivuji jejich pestrost a širokou využitelnost v hudební výchově. Vždy, když jsme se učili nějakou novou píseň, byla v hodině použita kvůli nějaké své rytmické či melodické zvláštnosti.

Mé hudební vzdělání mne také přivedlo k možnosti učit na základní škole hudební výchovu na 1. stupni. Teprve tehdy jsem zjistila, za jak málo důležité se tyto hodiny, v porovnání s ostatními předměty, považují. Protože pro mě tomu tak nikdy nebylo, rozhodla jsem se vést tyto hodiny metodicky správně a posunout výuku dále, než je jen „zpívání písniček ze zpěvníku“. Mým cílem bylo dát dětem takové hudební základy, jaké daný ročník vyžaduje, a to takovou formou, aby se děti při učení i bavily, do hodin hudební výchovy se těšily a vždy si z nich odnesly něco nového a zajímavého.

Správný vývoj dětského zpěvného hlasu je velmi důležitý pro jejich budoucí rozvoj a měl by se mu v hodinách věnovat dostatek času. Představuji zde metodiku hlasového a rytmického rozvoje dětí s příklady jednotlivých cvičebních postupů. Má práce poukazuje na skutečnost, že rozvoj hlasu a rytmiky dětí vyžaduje komplexní přípravu ve více složkách, které těmto dovednostem předcházejí a utváří je. U hlasových cvičení popisují techniku správného dýchání, tvorby tónu, intonace, kultury a hygieny hlasu.

Na to vše navazují rytmická cvičení. Díky nim děti získají tzv. „rytmické cítění“, kterého dosáhnou pomocí rytmických cviků či her. K „oživení“ rytmu v dětském těle dojdeme nejpřirozeněji tancem a pohybovým a rytmickým doprovodem zpěvu.

K teoretickému zpracování těchto postupů jsem použila literaturu související s danými tématy, zejména práce od Daniela, Šimanovského a Sedláka.

Všechny tyto postupy ověřuji v poslední části práce, kde s dětmi pracuji na

rozvoji všech jednotlivých složek hlasu, intonace a rytmu, a to pomocí zde uvedených způsobů osvojování si a trénování jednotlivých disciplín.

Pracovala jsem s dětmi z 2. ročníku základní školy. V těchto hodinách jsem se držela předem připravených postupů a ověřovala si, zda u dětí díky jednotlivým cvikům dojde ke zlepšení nejen v konkrétních disciplínách, ale i ve výsledném celku, tedy při interpretaci písní s hudebním či rytmickým doprovodem. V hodinách hudební výchovy jsem s dětmi procházela předem připravené sestavy různých cvičení pro rozvoj výše uvedených dovedností, které šly za sebou tak, aby na sebe logicky navazovaly a hodiny pestré a zajímavé. Tato cvičení vždy krátce hodnotím v průběhu ověřování, ale celkový výsledek hodnotím na závěr kapitoly, kde popisuji postupné změny v kvalitě a zlepšení zpěvné techniky dětí.

1 Hudební výchova

Hudební výchova si v minulosti prošla četnými změnami. Její vývoj zaznamenal sjednocení a propojení jednotlivých složek hudby a stala se komplexní výchovou, která dětem dává ucelené znalosti v oblasti hudby v nejširším slova smyslu. „Původně se náš předmět jmenoval zpěv. Toto označení tehdy přesně vystihovalo i jeho obsah, neboť hudební výchova až zhruba do konce minulého století byla čistě vokální a nic jiného kromě zpívání neobsahovala.“¹

Teprve později, vlivem postupně se rozvíjející pedagogiky, se ke zpěvu začala okrajově vyučovat teorie, tedy hudební nauka, díky rozvoji reprodukované hudby také poslech hudby a dále hra na nástroje (většinou rytmické), pohybová výchova atd. Jde tedy o spojení všech hudebních aktivit, které se navzájem prolínají a doplňují, čímž poskytují komplexní základní hudební vzdělání.

Hudební výchova by dnes neměla být jen samostatným izolovaným předmětem, ale měla by se prolínat s ostatními předměty, jako je český jazyk, výtvarná výchova, tělesná výchova, přírodověda atd. Hudební výchova by měla dětem umožnit všestranný hudební rozvoj jejich osobnosti, jejich kultivaci, socializaci a hudební citění.²

Už tato tvrzení dokazují, jakým vývojem hudební výchova prošla a jak ji musíme vnímat dnes. Nelze se zaměřit na jednu složku hudební činnosti a rozvíjet ji samostatně bez pomoci těch ostatních. Takové vedení hodin by bylo nejen velmi jednotvárné, ale také neefektivní.

„Hudební činnosti, jako činnosti vzájemně se propojující, ovlivňující a doplňující, rozvíjejí ve svém komplexu celkovou osobnost žáka, především však vedou k rozvoji jeho hudebnosti - jeho hudebních schopností, jež se následně projevují individuálními hudebními dovednostmi - sluchovými, rytmickými, pěveckými, intonačními, instrumentálními, hudebně pohybovými, hudebně tvořivými a poslechovými.“³

1 DANIEL L. *Metodika hudební výchovy*, s. 12.

2 Srov. SEDLÁK F. *Didaktika hudební výchovy*, s. 14- 15.

3 MŠMT. *RÁMCOVÝ VZDĚLÁVACÍ PROGRAM PRO ZÁKLADNÍ VZDĚLÁVÁNÍ - VERZE 2007*, Dostupné na WWW: <http://www.msmt.cz/vzdelavani/zakladni-vzdelavani/ramcovy-vzdelavaci-program-pro-zakladni-vzdelavani-verze-2007>, s. 56.

1.1 Hudební výchova v ŠVP

Náplň hodin hudební výchovy na základní škole určuje Rámcový vzdělávací program a Školní vzdělávací program. Výuka by měla mít danou strukturu, formu a cíl, který je stejný pro všechny školy a pedagogy. Charakteristiku samotné hodiny hudební výchovy a její náplň v širším smyslu popisuje rámcový vzdělávací program Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy. „Hudební výchova vede žáka prostřednictvím *vokálních, instrumentálních, hudebně pohybových a poslechových činností* k porozumění hudebnímu umění, k aktivnímu vnímání hudby a zpěvu a jejich využívání jako svébytného prostředku komunikace. V etapě základního vzdělávání se tyto hudební činnosti stávají v rovině produkce, recepce a reflexe *obsahovými doménami* hudební výchovy.“⁴ Popisován je zde také cíl hudební výchovy v širším slova smyslu. Hodiny hudební výchovy na základní škole by měly obsahovat vokální, instrumentální, hudebně pohybové a poslechové činnosti. Obsah jednotlivých složek hudební výchovy je zde popsán pouze okrajově:

- Obsahem *Vokálních činností* je práce s hlasem, při níž dochází ke kultivaci pěveckého i mluvního projevu v souvislosti s osvojováním a posilováním správných pěveckých návyků.
- Obsahem *Instrumentálních činností* je hra na hudební nástroje a jejich využití při hudební reprodukci i produkci.
- Obsahem *Hudebně pohybových činností* je ztvárňování hudby a reagování na ni pomocí pohybu, tance a gest.
- Obsahem *Poslechových činností* je aktivní vnímání znějící hudby, při níž žák poznává hudbu ve všech jejích žánrových, stylových i funkčních podobách, učí se hudbu analyzovat a interpretovat.⁵

4 MŠMT. *RÁMCOVÝ VZDĚLÁVACÍ PROGRAM PRO ZÁKLADNÍ VZDĚLÁVÁNÍ - VERZE 2007*, Dostupné na WWW: <http://www.msmt.cz/vzdelavani/zakladni-vzdelavani/ramcovy-vzdelavaci-program-pro-zakladni-vzdelavani-verze-2007>, s. 56.

5 Tamtéž, s. 57.

1.2 Hudební výchova v RVP

Kromě rámcového vzdělávacího programu se učitel řídí i školním vzdělávacím programem, který si na základě RVP vytváří každá škola samostatně. Pro příklad uvádíme školní vzdělávací program Základní školy Dukelská v Českých Budějovicích, který již popisuje osnovy jednotlivých předmětů mnohem konkrétněji.

Vzdělávání v oboru Hudební výchova na 1. stupni směřuje k:

- uspokojení přirozené potřeby setkávání s hudbou,
- kultivaci hudebnosti v oblasti hudebního sluchu, zpěvního hlasu, smyslu pro rytmus, melodického a harmonického cítění, hudební paměti a představivosti,
- rozvíjení reprodukční schopnosti a dovednosti vokálními, instrumentálními a hudebně pohybovými aktivitami,
- porozumění hudebně vyjadřovacím prostředkům a společenským funkcím hudby,
- získávání představy o české a cizí hudební kultuře,
- seznámení s uměním minulosti.⁶

Tyto body jsou dále rozepisovány podle jednotlivých ročníků a jsou zde uvedeny konkrétní znalosti, které by si dítě mělo v daném ročníku osvojit. Všechny tyto složky hudební výchovy jsou zde rozděleny do pěti kategorií, jimiž jsou *hlasová výchova a intonace, rytmická výchova a hudebně pohybové činnosti, hudební teorie, instrumentální činnosti a poslechové činnosti*.⁷

Učitel 1. stupně a jeho role v hodinách hudební výchovy je zde rozepsána v několika bodech, které jsou dále rozvedeny detailněji, jako výchovné a vzdělávací strategie, které v předmětu Hudební výchova směřují k utváření a rozvoji klíčových kompetencí. Pro učitele hudební výchovy na 1. stupni vedou k utváření několika klíčových kompetencí.

Učitel:

- dává příležitost projevat přirozenou potřebu setkávání s hudbou,
- rozvíjí tuto potřebu hudebně výchovnými činnostmi,

⁶ Školní vzdělávací program ZŠ Dukelská, 2013, s. 259.

⁷ Srov. tamtéž, s. 262- 263.

- obohacuje estetické cítění,
- volí vhodné didaktické prostředky,
- člení hudebně výchovnou práci do několika fází,
- konkretizuje učivo a jeho náročnost na základě znalosti úrovně hudebního, rozvoje jednotlivých žáků.⁸

K takto široké škále činností došla hudební výchova dlouhodobým a postupným vývojem, který, jak zde bylo již uvedeno, rozšířil její výuku z hodin zpěvu na ucelenou složku jednotlivých odvětví hudby. „Postupným rozvojem hudební pedagogiky se v první polovině tohoto století obsah předmětu rozšiřoval. Nejprve přibyla hudební nauka (...) a intonace, které se tehdy věnovala velká pozornost. (...) Zhruba v sedmdesátých letech se obsah hudební výchovy změnil velice radikálně a přibýly další tři složky: hra na hudební nástroje, improvizace a hudebně pohybová výchova.“⁹

Domnívám se, že v dnešní době je velmi vyhledávané a žádané propojení zpěvu a pohybu. Zpívání je základním prvkem hodin hudební výchovy, ale děti samotný zpěv dostatečně nezaujme. Propojením hudby s pohybem se zvládnou snadněji orientovat v hudební struktuře, chápat vztah mezi rytmem, melodií, dynamikou atd. Smyslem hudebně pohybové výchovy je rozvoj pohybových dovedností dětí v souladu s hudbou.

Hudebně pohybový projev dětem poskytuje příležitost k emocionálnímu sebevyjádření, umožňuje jim poznávání a ověřování hudebních zákonitostí, rozvíjí jejich kreativní schopnosti a estetické cítění, dává jim příležitost relaxace a vzájemné komunikace prostřednictvím hudby a pohybu.¹⁰

8 Srov. Školní vzdělávací program ZŠ Dukelská, 2013, s. 259.

9 Srov. DANIEL L. *Metodika hudební výchovy*, s. 12.

10 JENČKOVÁ E. *Hudba a pohyb ve škole*, s. 9.

2 Zpěv a jeho základní složky

Věnovat se při hodinách hudební výchovy technice zpěvu je „zakořeněno“ již v dávné historii. Určitá obdoba hudební výchovy na území Čech, jak ji známe dnes, vznikala v době, kdy bylo třeba rozšiřovat liturgické zpěvy katolické církve a zpěv se měl stát součástí jejích obřadů. První škola na území dnešních Čech vznikla již v 10. století.¹¹

Hodiny zpěvu mají tedy v našich zemích dlouhou historii. Víme však, že při výuce zpěvu se nemůžeme soustředit pouze na samotný zpěv bez teoretické přípravy. Víme však, že nesmíme opomenout také všechny jeho složky, které je zapotřebí procvičovat samostatně.

To, jak jsou hodiny hudební výchovy vedeny, velmi závisí na samotném přístupu pedagoga, jeho vzdělání, potřebě sebevzdělávání, zájmem o nové výukové metody a postupy a také jeho zájem o správný rozvoj dítěte v oblasti hudby.¹²

Žáci by si měli osvojit pěvecké dovednosti a návyky, které jim pomohou získat potřebnou kvalitu hlasového projevu a bude odpovídat nejen estetickým kritériím, ale také odpovídající hlasové hygieně, která umožňuje jeho zdravý vývoj a chrání ho před poškozením.¹³ Proto se v této části zaměřuji na každou disciplínu zvlášť.

2.1 Dech

Jednou ze základních složek zpěvu je dech. Dýchání je pro nás jednou z nejpřirozenějších činností, a proto se ji při kolektivní výuce učitelé příliš nevěnují. Její zařazení do výuky zpěvu je ovšem důležité a její absence při přípravných cvičeních mají negativní dopad na další vývoj malého zpěváka.

„Správné dýchání je základem kvality tvořeného tónu. Naším cílem je naučit děti dech ovládat a hospodárně využívat.“¹⁴ Pokud se dítě nenaučí využívat a kontrolovat svůj dech, bude pro něho problematictější zachovávat plynulost písničky, dodržet

11 GREGOR V., SEDLICKÝ T. *Dějiny hudební výchovy v českých zemích a na Slovensku*, s. 11.

12 Srov. SEDLÁK F. *Didaktika hudební výchovy*, s. 14- 15.

13 Tamtéž, s. 135.

14 Srov. SYNEK J. *Didaktika hudební výchovy I*, s. 7.

frázování atd. Základem je pomoci dětem pochopit jednotlivé fáze dechu, které se lze naučit ovládat a používat při zpěvu.

Do základní dechové průpravy patří její tři základní druhy. „Zmiňovány bývají tři druhy dýchání: vysoké hrudní dýchání (nazýváme je dýchání klíční kostí), hlubší hrudní dýchání (boky a záda) a brániční dýchání (pro pohyby v břišní stěně nazýváno také břišní).“¹⁵

Většina dětí dýchá pouze tzv. mělkým dechem, čemuž odpovídá vysoké hrudní dýchání. Bývá to problém, který se projeví až při zpívání složitějších písní, kdy díky mělkému dýchání dítě nedokáže dozpívat frázi, zvedá při zpěvu ramena a tzv. lapá po dechu. „Proto jsou také rušivé všechny formy dýchání, které uvádějí partie ramen (zvláště horní muskulaturu) do silného pohybu při dýchání, totiž zvedání a klesání.“¹⁶

Je tedy zapotřebí s dětmi na dechu pracovat již od samého začátku, aby si neosvojily zlozvyky, kterých je těžké se následně zbavit. Dechová cvičení provádíme krátce, odděleně od zpěvu, tedy v přípravě, a to zábavnou formou pomocí různých nácviků adekvátních k věku dítěte, můžeme spojit dechové cvičení s různými nápěvky, zvuky atd. Tato dechová cvičení často obměňujeme, abychom se vyhnuli stereotypu.¹⁷

2.1.1 Dechová cvičení

Způsobů, které lze použít k nácviku dechu, je mnoho. Při dechových cvičeních je potřeba pracovat nejen se správným používáním dechu. Důležitá je i samotná cesta vzduchu při dýchání a všechny fyziologické změny, ke kterým při správném nádechu a výdechu dochází.

Už samotné vdechnutí ústy je důležité a nemusí proběhnout u každého přirozeně správně. Při nádechu bychom měli vzduch přijímat naprosto bezhlučně (tedy při otevřeném hrdle). Při špatném a slyšitelném vtažení vzduchu, tedy s uzavřeným hrdlem a se zvednutým kořenem jazyka, není dokonce při nadechnutí realizováno přirozené otevření hlasových štěrbin.¹⁸

Problémy se správným dýcháním se projevují nepřirozeným pohybem ramen,

15 ŽÍLOVÁ, V. *Kapitoly o zpěvu, především o dechu*, s. 7.

16 Tamtéž, s. 8.

17 Srov. SYNEK J. *Didaktika hudební výchovy I*, s. 8.

18 Srov. ŽÍLOVÁ, V. *Kapitoly o zpěvu, především o dechu*, s. 7.

při nádechu se ramena zvedají. Tím je dechová kapacita velmi snížena. Nejde v ten okamžik o plný nádech do bránice, ale pouze o mělké dýchání.

Dalším krokem jsou cviky pro pochopení bráničního dýchání. Děti se položí na podložku, položí si dlaň na oblast žaludku a začnou pravidelně dýchat. Snaží se dýchat tak, aby se jim nezvedala ramena, ale naopak, aby se jim při nádechu zvedla ruka a při výdechu klesla. Podle toho dítě pozná, zda dýchá správně a ruka jim pomůže najít místo, kam až má vzduch dojít.

K prospěšným cvikům patří třífázové dýchání, kdy se nadechneme, po nádechu následuje krátké zadržetí dechu, kdy zklidníme dechovou funkci, uvolníme tělo a můžeme se koncentrovat na výdech, při kterém následně vzniká tón.¹⁹

Při dalším cviku se děti postaví s rukama volně svěřenýma podél těla. Nadechnou se na 3 až 4 doby a poté drží daný tón tak dlouho, jak si předem určíme. Délka závisí na pokročilosti dětí. Později je možné místo slabik zpívat s otevřenými ústy na zadopatrové n („brumendo“), které také podporuje tvoření hlavového tónu.²⁰

Dále jsme zvolili variantu, kdy vybereme větu z lidové písně, například *Kočka leze dírou* nebo *Ovčáci, čtveráci*, kterou děti znají a opakujeme ji na jednom, předem určeném tónu. Podle úrovně, které jsme dosáhli, jsme postupně větu prodlužovali a opakovali ji na různých tónech. Díky tomu, že se při procvičování dechu použije tento způsob, se děti učí nejen správně používat dech a pracovat s ním, ale také získávají intonační jistotu a lépe rozeznávají rytmické změny v písni.

Melodii nezpíváme na slova písně, abychom neodpoutávali pozornost dětí od dechu, ale nejlépe na tzv. „zvukovky“ *m* a *n*, abychom děti navykli na měkké nasazení tónu.²¹

2.2 Hlas

„Cílem hlasového výcviku na základní škole je dát žákům základní pěvecké dovednosti a návyky, odstranit případné závady ve zpěvu i v řeči a uchovat zdravě tvořený hlas pro celý život nebo pro případný pozdější další výcvik.“²²

19 Srov. SEDLÁK F. *Didaktika hudební výchovy*, s. 142.

20 Srov. DANIEL L. *Metodika hudební výchovy*, s. 13.

21 Srov. SEDLÁK F. *Didaktika hudební výchovy*, s. 146.

22 Srov. DANIEL L. *Metodika hudební výchovy*, s. 13.

Během základní školy by si měl žák osvojit a zautomatizovat pěvecké dovednosti týkající se dýchání, tvoření tónu, artikulace, intonace, hlasového rozsahu a také by měl být seznámen s tím, jak správně pracovat se svým hlasem.

Protože hlasivky jsou velmi křehký a citlivý sval, je potřeba k nim tak i přistupovat. S dětmi, které nejsou zvyklé své hlasivky používat jako nástroj ke zpěvu, ale pouze k mluvení či křiku, je vhodné v hodinách hudební výchovy pracovat velmi opatrně a svědomitě.

Důležité je hlas navyknout na odlišnou a namáhavou práci, naučit děti s takovým hlasem pracovat a ovládat ho. Protože jde o vytváření a rozvoj dovedností, je potřeba, aby byla hlasová cvičení zařazena do každé hodiny. V prvních několika minutách je potřeba pokročit ve všech základních složkách hlasového výcviku, tedy v dýchání, tvorbě tónu, artikulaci atd.²³

Většina dětí má problémy se zpěvem převážně proto, že nemají ten správný hlasový vzor, tedy že s nimi nikdo nezpíval a neměly možnost se ve zpěvu rozvíjet. Základy zpěvu a následně vztah k němu dítě získává od své matky. Když s nimi zpívá, intuitivně vybírá takové písně, které odpovídají hlasovým možnostem jejich potomka. Dítě její hlas napodobuje a přitom si do paměti ukládá jednoduché melodické útvary, které se stávají základem pro jeho budoucí hudební vývoj.²⁴

V pozdějším věku, kdy už jsou děti schopné zpívat konkrétní melodie, je několik možností, jak zlepšit kvalitu hlasu. Důležité je nenechat dítě při zpívání používat tzv. „mluvozpěv“, kdy se dítě nenaučí zpívat hlavovým hlasem, ale zůstane v nízké hlasové poloze. Zde jde spíše o mluvní hlas. Takový hlas mu nedovolí zpívat ve větším rozsahu a zpívá falešně.²⁵

Při zpívání je také podstatné umožnit dítěti slyšet svůj vlastní hlas. Není k užitku dítěti, které má problémy s intonací, hrát doprovod hlasitěji, ale právě naopak. Dítě bude zpívat čím dál falešněji, protože se neslyší a nemůže tak svůj hlas ovládat správným způsobem.²⁶

23 Srov. DANIEL L. *Metodika hudební výchovy*, s. 13.

24 ŠIMANOVSKÝ Z., TICHÁ A. *Lidové písničky a hry s nimi*, s. 13.

25 Tamtéž, s. 13.

26 TICHÁ A., RAKOVÁ M. *Zpíváme a hraje si s nejmenšími*, s. 13.

2.2.1 Tvorba tónu

Základem pro tvorbu tónu je správné držení těla. Pokud se děti naučí správně při zpěvu používat dech a rovně stát, je to správná cesta k úspěchu i v dalších složkách zpěvu. „Návyk rovného držení těla vsedě i vstoje umožní žákům vydatnější dýchání než nehezký a nezdravý „kočičí hřbet“. Při tom dbáme na to, aby žáci nezvedali ramena a dýchali břišními svaly.“²⁷

Při zpěvu dbáme na to, aby děti místo zpívání nekřičely. Hlavním problémem není to, že křik ničí hlasivky. Problém je špatná barva hlasu a špatně kontrolovatelná intonace. „Nevadí nám síla, ale způsob tvoření tónu, který nikdy nemůže vést ke kuřivovanému zpěvu.“²⁸ Odnaučit děti používat mluvený hlas při zpěvu je sice pouhým začátkem při výuce, jde ale o základ, díky kterému lze na kultuře zpěvu dále pracovat.

Dalším stupněm pro správnou tvorbu tónu je tedy výuka zpěvního, tedy hlavového tónu. Děti při každodenní mluvě hlavový tón používají, ale ne vědomě. Běžně slyšíme děti pištět, výskat, houkat, kukat a všechny tyto zvuky jsou tvořeny hlavově. Pokud ale nemají ve zpěvu od útlého dětství správný hlasový vzor a přizpůsobovaly se například mužskému hlasu svého otce, zpívají v nižších polohách a modulují mluvní tón.²⁹

Jinou variantou je začít na jednoduchých cvicích. V písni *Prší, prší* je například vhodné zpočátku použít kukání kukačky na konkrétních tónech. Teprve potom můžeme přidávat složitější melodické útvary. Pro úplný začátek, aby děti pochopily, o co je žádáme, je dobré začít u zvuků a citoslovcí, které používají automaticky. Většina dětí dokáže vytvořit hlavový tón bezděčně, a to při napodobování různých zvuků, jako je údiv (citoslovce „jů“), kukání, houkání atd.³⁰ Naučí se tak, co je hlavový tón a jak ho používat a pochopí rozdíl mezi zpívaným a mluveným tónem.

Dalším bodem ke zlepšení tvorby tónu je naučit děti při zpívání správně otevírat ústa. Ke cvikům, uvolňujícím čelisti a svaly na tváři, použijeme lidovou píseň, kterou se děti právě učí, například píseň *Kalamajka*. Děti píseň nezpívají, ale šeptají. K tomu, aby bylo písničce dobře rozumět, použijí cíleně přehnanou artikulaci. Musí při „zpívání“ co

27 Srov. DANIEL L. *Metodika hudební výchovy*, s. 14.

28 Tamtéž, s. 15.

29 Tamtéž, s. 16.

30 Srov. ŠIMANOVSKÝ Z., TICHÁ A. *Lidové písničky a hry s nimi*, s. 19.

nejvíce otevírat ústa a artikulovat tak dobře, aby bylo zřetelné, o jakou píseň jde.

Poslední cvičení, které si zde uvedeme, je úzce spojeno s nácvikem intonace. Jde o zpěv 1. až 5. tónu ze stupnice C dur na slabiky *ma* a *mo*, které se pravidelně střídají, čímž žáky vedeme k přesné artikulaci a správnému otevírání úst. Dbáme na správné měkké nasazení tónu a čistou intonaci. Poté můžeme cvik pozměnit a použít legato po dvou, po sobě jdoucích tónech.³¹

2.3 Intonace

Intonační cvičení navazují na tvorbu tónu, protože jedno je nezbytnou součástí druhého. Pokud se děti naučí zpívat správně ve své poloze, lze dále pracovat na čistotě tónu, tedy na intonaci.

Guido Arezza používal k vytvoření správné představy melodických postupů počáteční slabiky veršů známého hymnu, čímž, díky drobným úpravám, vytvořil již dnes běžně používané solmizační slabiky *do, re, mi, fa, sol, la, si*.³²

Je důležité brzy k poslechovým intonačním cvičením připojit zápis not a vysvětlit žákům princip zapisování not do notové osnovy. Jen tak dítě pochopí souvislost mezi zpívanou písní a jejím notovým zápisem. „Ne náhodou právě tento popsaný postup odpovídá i historickému vývoji zápisu melodií. Nejprve si člověk uvědomil pojem výšky tónu, pak zapisoval neumami pouze přibližně její pohyb, až nakonec Guido Arezza (kolem roku 1000) zavedl linky a klíč, aby se melodie daly zapsat a přečíst jednoznačně.“³³

František Lýsek vytvořil nápěvkovou intonační metodu, která vznikla během jeho působení v několika dětských sborech. Navázal svou prací na Guida Arezza tím, že učí představu o tonálních vazbách pomocí známých melodií. Jeho nápěvky jsou v podstatě intonační cvičení vycházející z lidových písní.³⁴

Při intonačních cvičení Lýsek nezatěžoval své žáky notovým zápisem. K intervalové představě využíval levou ruku, která dětem sloužila jako notová osnova. Děti si na pomyslných linkách a mezerách pomocí ukazováčku pravé ruky znázorňovaly

31 Srov. SEDLÁK F. *Didaktika hudební výchovy*, s. 111.

32 Tamtéž, s. 157.

33 DANIEL L. *Metodika hudební výchovy*, s. 33.

34 Srov. SEDLÁK F. *Didaktika hudební výchovy*, s. 159.

umístění jednotlivých tónů nápěvku.³⁵

Pokročilé procvičování intonace dělíme na metodu tonální a intervalovou. Tonální metodu uplatníme spíše při nácvičování jednodušších melodií, zvláště pak u písní, které jsou složeny pouze ze stupňovitých postupů nebo z tónů tónického kvintakordu. Pokud se ale v tonální melodii vyskytnou vedlejší stupně tak, že se spojují samy mezi sebou, je vhodnější pomoci si tzv. intervalovou představou.³⁶

I když si to někteří učitelé neuvědomují, je pro nácvičování intonace důležitá práce z listu. Pokud si například dítě vizuálně zafixuje tónický postup stupnice, kde jdou noty za sebou v pravidelném sekundovém postupu, rozezná tento postup i u písně.

Pokud tóny v písní nejdu v diatonické řadě, více nám pomůže intervalová představa. Zde používáme takzvané opěrné písně, tj. všeobecně známé lidové písně, o nichž víme, kterým stupněm začínají a které pravidelně k vybavování tohoto stupně používáme.³⁷

2.3.1 Intonační cvičení

Prvním krokem při cvičení intonační přesnosti je představa vyššího a nižšího tónu. Nejprve předehráváme pouze libovolné tóny v jednočárkované oktávě, které děti zapisují pomocí čar v různých výškách, poté zkusíme tímto způsobem zapisovat i jednodušší lidové písně nebo jejich úryvky.³⁸

Při zapisování čar podle výšek hraných tónů, je potřeba dát dětem dostatečný čas pro sluchovou analýzu, ale není žádoucí ani příliš dlouhá prodleva mezi jednotlivými tóny. Dítě by tak mohlo ztratit návaznost jednoho tónu na druhý a špatně výšku tónu vyhodnotit.

Pokud chceme, aby děti zlepšily svou intonaci, je potřeba, aby nejen dostatečně a správně cvičily svůj hlas, ale nelze opomenout také teoretickou přípravu. Analýza not, tedy jejich výška a délka, melodické postupy a změny v písních atd., pomůže dětem rozeznávat výšku a délku tónů při studování nové písně. Pokud si děti zafixují stupnici za sebou jdoucích tónů nejen sluchem, ale i vizuálně, dovedou později pouhým čtením

35 Srov. SEDLÁK F. *Didaktika hudební výchovy*, s. 159- 160.

36 KOFROŇ J. *Učebnice intonace a rytmu*, s. 171.

37 Srov. DANIEL L. *Metodika hudební výchovy*, s. 32.

38 Tamtéž, s. 33.

z not poznat i píseň, která začíná stejnými diatonickými postupy.³⁹

Zahrajeme-li z listu píseň *Sedí liška pod dubem*, jejíž melodie též stoupá po sekundových intervalech, tedy po sobě jdoucích tónech, dítě daleko rychleji zareaguje a automaticky si vyhodnotí, že tóny jdou pravidelně za sebou, stejně jako u stupnice.

Pokud ale píseň nezačíná diatonickou řadou, děti si mohou pomoci tzv. opěrnou písni. Tyto opěrné písně dětem pomáhají vybavit si tónový rozestup v neznámých písničkách a určit tak jejich výšku. Fixování opěrných písni cvičíme sluchovými úkoly a čtením z tónového zápisu.⁴⁰

Při sluchovém poznávání dětem zahrajeme nějaký interval, například velkou tercii, a dítěti se vybaví opěrná píseň *Ovčáci, čtveráci*, podle čeho pozná, o jaký interval se jedná. Ví totiž, že tato píseň je opěrnou písni právě pro zadaný interval.

39 Srov. DANIEL L. *Metodika hudební výchovy*, s. 33.

40 Tamtéž, s. 32.

3 Rytmus, metrum

V hodinách hudební výchovy se nelze věnovat pouze zpěvu z hlediska melodie a její intonační přesnosti. Melodická linka není založena pouze na různých výškách tónů, ale také na jejich délce. Je tedy důležité děti připravovat na zpěv nejen kultivováním hlasu, hlasovou hygienou, sluchovou analýzou atd., ale podstatnou součástí je také učit děti chápat rytmus, metrum, čas, ve kterém hudba plyne. „Základem hudebnosti dítěte je rytmické cítění, které umožňuje prožívat rytmus, metrum a pohybem na ně reagovat, tedy vytleskat rytmus, přízvučnou dobu, chůzí a tleskáním vyjádřit pravidelnou pulzaci.“⁴¹

Výuka rytmu je stejně zásadní jako výuka intonace. V hodině tedy musíme věnovat čas procvičování rytmu stejně tak, jako procvičování intonace. Při další práci se totiž melodická složka se složkou rytmickou vzájemně prolínají a je potřeba si osvojit obě. Srovnáme-li výuku rytmu s výukou intonace, zjistíme, že i jejich cíle jsou podobné. V prvním i druhém případě jde o posílení hudební představivosti a hudebního myšlení. Ve výuce rytmu jde o rytmické cítění a u výuky intonace o cítění intonační (představa výšky tónů a jejich vzájemných vztahů).⁴²

Rytmus je jedna ze tří základních dovedností v oblasti hudební praxe, se kterými by mělo být dítě v hudební výchově seznámeno. Pojem rytmus si děti osvojí snadno, pokud se s ním budou v hodinách setkávat pravidelně, a to díky cvičením, která by bylo vhodné vložit do programu každé hodiny.⁴³

Děti se zpočátku neucí pojmy definovat, ale učí se je prakticky používat a chápat je v písni a říkance pomocí tleskání či ťukání rytmu, čímž si je intuitivně zafixují. „Děti to chápou po svém: že tleskat rytmus znamená tlesknout na každou slabiku, kdežto tleskat doby znamená tleskat, jako bychom pochodovali.“⁴⁴

Dalším pojmem je metrum (děti jednodušeji pochopí výraz „doby“). Metrum lze vysvětlit jako „pulzaci“ v hudbě. Hudební nauka pojem metrum popisuje jako pravidelné či nepravidelné střídání přízvučných a nepřízvučných dob. Pokud se metrum ve skladbě střídá pravidelně, jedná se o metrum stálé. Pokud se ale střídá nepravidelně,

41 Srov. TICHÁ A., RAKOVÁ M. *Zpíváme a hrajeme si s nejmenšími*, s. 12.

42 Srov. KOFROŇ J. *Učebnice intonace a rytmu*, s. 171.

43 Srov. DANIEL L. *Metodika hudební výchovy*, s. 21.

44 Tamtéž, s. 21.

jedná se o metrum proměnlivé.⁴⁵

Dítě se naučí vnímat metrum na jednoduchých melodiích, kdy při poslechu pomocí přízvučných a nepřízvučných dob pozná, zda jde o metrum dvoudobé či třídobé.⁴⁶ Složitější útvary a skladby, které mají proměnlivé metrum, nejsou vhodné pro jejich složitější analýzu.

3.1 Rytmická cvičení

Ke správnému rozvoji rytmického cítění u dětí v hudební výchově nejčastěji používáme takzvanou hru na tělo. Patří sem různé druhy tleskání, pleskání, dupání, luskání atd. „Používají se v různých vzájemných kombinacích, nejčastěji ve spojení s rytmickou deklamací říkadel a zpěvem písní, bývají součástí rytmických hudebně pohybových her, dobře se též uplatňují při poslechu hudebních děl, zaměřeném na identifikaci a ověřování jejich metro - rytmické složky.“⁴⁷

Seznamujeme-li děti s písní, rozložíme ji na tři jednotlivé části. První z nich je melodie, druhá je rytmus a třetí text. Pro děti není jednoduché sloučit hned na začátku ani dvě z těchto částí. Při učení rytmu tedy slova nahradíme slabikami, například *tate* pro slabiky krátké a *tá* pro slabiky dlouhé.

Při osvojování rytmu v písní nejprve pomocí těchto slabik klademe důraz na noty krátké a dlouhé. Pomůckou pro učitele může být křída, kterou pomocí dlouhých a krátkých čar naznačíme dlouhé a krátké tóny v písní spolu s textem a rytmus vytleskáme podle jejich střídání.⁴⁸

Při rytmických cvičení by se děti měly naučit cítit, a tedy i pohybově znázornit, přízvučné doby. Podle nich také dovedou určit, zda je píseň v taktu dvoudobém či třídobém. Například pokud budou děti v lidové písni *Já do lesa nepojedu* tleskáním znázorňovat přízvuk pouze na první době v taktu, snadno poznají, že je píseň napsána v taktu třídobém.

Snadným nácvikem rytmu je ťukání či tleskání jednoduchých rytmických úseků, které udává učitel a děti jej opakují. Dále vytleskávání rytmu písní, které děti znají,

45 ZENKL L. *ABC hudební nauky*, s. 34.

46 Tamtéž, s. 34.

47 JENČKOVÁ E. *Hudba a pohyb ve škole*, s. 41.

48 Srov. DANIEL L. *Metodika hudební výchovy*, s. 33.

nebo se je právě učí. Pokud děti zvykneme na pravidelné cvičení rytmu, jsou schopny zvládnout i složitější cviky, jako je rytmický kánon, hledání stejného rytmického zápisu atd.

Dalším způsobem, jakým je vhodné rozvíjet rytmické cítění u dětí, je použití hudebních nástrojů. Nejvhodnější je použití Orffových hudebních nástrojů, ke kterým patří například dřevěné paličky, bubínek, činelky, dřívka, drhlo, tamburína, rumba koule, triangel atd., které je možné následně použít jako rytmický doprovod k nacvičované písni.⁴⁹

Pokud se děti učí v rámci hodin hudební výchovy na nějaké hudební nástroje jako je zobcová flétna, je možné cvičit rytmus i s nimi, ale Orffovy nástroje jsou rytmické pomůcky, u kterých se děti mohou soustředit i na jiné úkony, jako je zpěv či tanec.

Stejně důležité jako praktické cvičení rytmu je ale čtení rytmu a rytmické diktáty. Protože se v hodinách věnujeme častěji čtení z not než jejich zápisu, je pro děti zápis mnohem složitější a tím i méně oblíbený. Je potřeba věnovat oběma činnostem stejnou pozornost, aby děti na zápis not byly navyklé a nečinil jim potíže.⁵⁰

Při cvičení rytmických dovedností se tedy nelze zaměřit se pouze na tleskání a pohybovou interpretaci. Pokud by dítě dostalo pouze takto jednostrannou rytmickou průpravu, nikdy by principy a zásady rytmu nepochopilo. Mělo by mít nejen možnost chápat rytmus pocitově, sluchem, či opakováním. Je potřeba umožnit mu pochopit, proč a z jakého důvodu se tak děje. Notový zápis je zpočátku pro dítě těžký a nesrozumitelný. Ale až jej pochopí a naučí se s ním pracovat, všechny jeho poznatky se prolnou a splynou, a tím bude o mnoho jednodušší navázat na další práci.

3.2 Pohyb jako součást rytmiky v hudební výchově

V porovnání s výtvarným, literárním a dramatickým projevem je pro dítě nejpřirozenějším projevem pohyb. Ve spojení se zpěvem, říkadly nebo poslechem hudebních děl je pohyb nejjednodušší cestou k poznávání světa hudby a jeho

49 Srov. JENČKOVÁ E. *Hudba a pohyb ve škole*, s. 222.

50 Srov. DANIEL L. *Metodika hudební výchovy*, s. 24.

bohatství.⁵¹

Proto přirozenou součástí hudební výchovy je v moderní pedagogice i pohyb. Pohyb hudbu doplňuje, pomáhá dětem při práci s rytmem, melodií a s frázováním. Díky pohybu se děti intenzivněji zapojí a chápou souvislosti mezi jednotlivými prvky písně, které se učí, tedy rytmus, tempo, metrum, melodii, slova aj.

K pohybu patří také rytmická řeč těla, jakou jsme uváděli výše, tedy tleskání, pleskání, podupy, luskání a všechny tyto úkony je možné vzájemně prolínat a spojovat s různými říkadly a lidovými písněmi. Tyto varianty rytmického doprovodu často používáme ve škole k doplnění a dotvoření příběhu, který píseň vypráví. Podle toho, jakým způsobem dítě tleskne, či jakou silou dupne, můžeme určovat také charakter písně, důrazy nebo dynamiku. Děti je mohou vykonávat jak na místě, tedy vestoje i vsedě, tak při chůzi nebo při tanečním doprovodu řady lidových písní.⁵²

Další možností využití pohybu při zpěvu je pantomimické vyjádření hudby nebo příběhu, který píseň popisuje. „Pro děti mladšího školního věku je neobyčejně sdělným a srozumitelným uměním pantomima, jejíž hlavní vyjadřovací prostředky - pohyb celého těla, gestikulace a mimika tváře - vycházejí z běžných životních situací, z každodenního chování člověka.“⁵³

Vyjádření gesty, mimikou a pohybem jsou pro děti přirozené. Dorozumívají se tak od doby, kdy ještě nemají dostatečně vyvinutý mluvený projev a chtějí vyjádřit své pocity a myšlenky. Někdy tedy děti pantomimická sdělení užívají i v běžném životě přirozeněji než řeč. Ještě na začátku školní docházky se děti snadněji dorozumívají jinými komunikačními prostředky, protože nemají dostatečnou slovní zásobu.

Pohyby, jimiž děti na hudbu reagují, jsou spontánním a přirozeným projevem a „popisem“ hudby, textu a nálady skladby či písně.⁵⁴ Několikrát jsem se setkala s tím, že když je dětem čtena pohádka, samy si její příběh pantomimicky předvádějí a tím dávají najevo, jak příběh chápou a prožívají. „Vypovídá o vnitřním naladění dítěte, o jeho empatických schopnostech, které se týkají jak slovního obsahu písně, tak i jejích hudebně výrazových prostředků. Děti zpravidla reagují bezděčnou pantomimikou na živější tempo a výrazný rytmus písně v souladu s její metro - rytmickou a dynamickou složkou.“⁵⁵

51 Srov. JENČKOVÁ E. *Hudba a pohyb ve škole*, s. 27.

52 Tamtéž, s. 42.

53 Tamtéž, s. 45.

54 Srov. SEDLÁK F. *Didaktika hudební výchovy*, s. 135.

55 Srov. JENČKOVÁ E. *Hudba a pohyb ve škole*, s. 47.

Další neopomenutelnou součástí pohybového projevu v hudební výchově je tanec. Tanec u dětí nerozvíjí jen rytmickou a pohybovou stránku, ale také estetickou a emocionální.

V dětském tanečním projevu nejde o zvládnutí lidových tanců a složitých tanečních kroků, ale o jednoduché taneční sekvence, držení těla a prostorové vnímání tanečnicků. Tanec, nebo taneční doprovod, je pro děti naplňující a uspokojující až tehdy, když je jejich projev co nejdokonalejší a když pohyb co nejvíce koresponduje s hudbou. Toho dosáhneme jedině cvičením přípravných tanečních etud a úseků, které co nejcitlivěji použijeme v individuálních či skupinových tanečních kreacích.⁵⁶

Estetický pohyb spojený s hudbou dokáže dětem přinášet radost a budí v nich pocit smysluplné a obohacující práce. U tance musí být zvládnuty jednotlivé kroky a pohyby, které se ve výsledku propojí a aplikují na píseň, kterou doprovází a doplňují její emocionální a obsahovou stránku.

56 Srov. JENČKOVÁ E. *Hudba a pohyb ve škole*, s. 49.

4 Lidová píseň

Lidová píseň je píseň, u které nebylo možné vysledovat přímého autora. Uchovávaly se pouze díky tomu, že je rodiče zpívali svým dětem, čímž se uchovávaly po generace až do doby, kdy byly sesbírány a převedeny do psané podoby.

Lidová píseň odráží povahové rysy lidí daného území či kultury. Je jedním z prvních nositelů hudebního projevu našich předků. Písň se dělí podle kraje, ve kterém se píseň vyskytovala, a tím se liší nejen charakterem a melodickou linkou, ale také jazykem nebo nářečím. Proto rozlišujeme písň podle území, na kterém se píseň vyskytovala a pravděpodobně i vznikla. Díky postupnému vývoji kultury a techniky se lidové písň staly součástí našeho veřejného kulturního života a přijali jsme lidové písň jako naše kulturní bohatství.

S postupem času a s rozrůstajícími se možnostmi byly písň šířeny i mimo svůj dosavadní prostor, a to na jeviště, do děl hudebních skladatelů, později do rádií, televizorů a ostatních veřejných sdělovacích prostředků. Postupně se tyto lidové písň dostávaly také do učebnic, zpěvníků, ale také do zvukové podoby, které uchovávají lidové písň „při životě“.⁵⁷

Lidová píseň byla ještě ve dvacátém století regionální záležitostí a byla úzce spjata s prací, láskou, přírodou a životem místních lidí. I přesto, že se šířila i do ostatních krajů, byla charakteristickou součástí konkrétní oblasti a jejích obyvatel. Výjimkou byla píseň národní, která oslovovala celý národ a byla zařazována i do výuky na základních školách.⁵⁸

Sběratelství a sepisování lidových písni se zabývalo mnoho lidí. Zpočátku šlo spíše o zpěváky a kronikáře, později se mezi těmito sběrateli objevili i čeští velikáni, jako byl Jan Ámos Komenský, který věnuje lidovým písni pozornost ve svém pedagogickém díle. Tento zájem o lidové umění s dobou narůstal. Lidovými písni se zabývali i Adam Michna z Otradovic, Josef Dobrovský či Václav Hanka.⁵⁹

Lidové písň jsou součástí naší historie a jsou součástí našeho kulturního dědictví. Jsou to první písň, které zpíváme svým dětem a které je učíme. Tím, stejně

57 ČELIŠ J. K.: FIDLE, *Lidová píseň dnes*. [online]. Sdružení pro hudbu, Jičín 2012 [cit. 2016-02-23].

Dostupné na WWW: < <http://fidle.cz/index.php/lidova-pise-a-lidova-kultura/99-lidova-pise-dnes> >.

58 Tamtéž.

59 PECKA J. *Cestami českých sběratelů lidových písni*. [online]. České lidové písň.cz [cit. 2016-03-06]. Dostupné na WWW: < <http://lidovepisne.cz/cesty01.html> >.

tak, jako naši předci, předáváme část naší kultury dalším generacím. Pro jejich rozmanitost a charakterovou, melodickou a rytmickou jasnost využíváme lidové písně k osvojení intonace, kultury zpěvu, pohybu a dalších přirozených součástí zpěvného projevu.

5 Využití v praxi

V praktické části se zaměříme na využití lidových písní v hodinách hudební výchovy, a to při nácviu jednotlivých hudebních disciplín, kterými jsou dechová cvičení, rytmická cvičení, intonace, tvorba tónu a hudebně pohybový doprovod písně.

Protože praktická část byla realizována na Základní škole Dukelská v Českých Budějovicích, začíná praktická část seznámením se s profilem školy a definicí skupiny, se kterou jsme pracovali.

5.1 Základní škola Dukelská v Českých Budějovicích

Základní škola Dukelská 11, se nachází v centru Českých Budějovic, tedy s možností využití mnohých kulturních akcí a vyžití, které město nabízí. Sdružuje také odloučené pracoviště v Nových Hodějovicích, které poskytuje školní docházku od 1. do 5. třídy. Školu navštěvuje 650-700 žáků od 1. do 9. třídy po třech paralelních třídách.

Pravidelně každým rokem se účastní několika projektů a soutěží, pořádá výstavy tvorby výtvarníků v galeriích a každoročně pořádá Jarní koncerty hudebníků, tedy dětí se zaměřením na výuku hudební výchovy.

Škola je zaměřena na:

- prohloubenou výuku výtvarné výchovy,
- prohloubenou výuku hudební výchovy,
- rozmanitou nabídku cizích jazyků realizovanou pro zájemce od 1. ročníku formou kroužků, volitelných a povinných předmětů,
- práci s výpočetní a komunikační technikou,
- rozmanitou nabídku zájmových kroužků,
- tvořivé školní i mimoškolní činnosti,
- klidné, přátelské a estetické prostředí.⁶⁰

60 Srov. Školní vzdělávací program ZŠ Dukelská, s. 10.

Rodiče, jejichž dítě navštěvuje ZŠ Dukelská, mají možnost si před nástupem do první třídy vybrat zaměření podle nadání či zaměření svého dítěte ze tří alternativ. Mohou si vybrat mezi zaměřením na výuku výtvarné výchovy, hudební výchovy nebo českého jazyka. Podle svého výběru jsou pak tyto děti rozděleny na své vybrané předměty do skupin, které mají zastoupení všech tříd v ročníku. Děti daného zaměření mají dvě hodiny výuky vybraného předmětu týdně.

Děti, které si vybírají hudební zaměření, se od 1. do 5. třídy učí hrát na zobcovou flétnu a každoročně prezentují své nově nabyté dovednosti na Jarním koncertě, který se koná v Domě kultury Metropol v Českých Budějovicích.

5.2 Definice skupiny

Skupinu, se kterou pracujeme, tvoří 23 dětí 2. ročníku, tedy děti, jejichž věkový průměr je osm let. Děti jsou skupinou utvořenou z části dětí z 2. A, 2. B a 2. C podle svého zaměření.

Naše skupina je zaměřena přímo na hudební výchovu. Jsou to tedy děti hudebního zaměření a některé děti navštěvují Základní uměleckou školu, kde individuálně studují hru na hudební nástroje. Mají dvě hodiny hudební výchovy týdně. Ve skupině je 13 chlapců a 10 dívek.

Klima v této skupině je uvolněné, jejich spolupráce je nekonfliktní, děti jsou klidné, pozorné, dobře motivované a rády se zapojují do zpěvu a pohybově hudebních her. Při práci ve skupině se cítí jistěji, než když mají vystupovat samostatně.

Je potřeba v hodině činnosti v určitých pravidelných intervalech střídat, aby u každé z nich žáci udrželi pozornost. Je také podstatné děti na aktivitu dobře připravit a vysvětlit její obsah. Pokud aktivitu plně chápou, jejich zapojení je mnohem snazší a má větší úspěch. Pokud jsou nejisté z neúplného popisu činnosti, hra neprobíhá plynule a děti jsou mnohem více nepozorné a taková aktivita se netěší příliš velké oblibě.

Při práci jsou mezi dětmi viditelné rozdíly. Například při zpěvu je velmi zřetelný rozdíl mezi dětmi, které zpívají často (doma s rodiči, u rádia atd.) a jsou navyklé na poslech hudby, a dětmi, které zpívají opravdu pouze v hodině hudební výchovy.

Tyto děti je velmi těžké zaujmout poslechem, protože si k dané melodii

nedovedou nic představit a při zpěvu neumí ovládat svůj hlas a koordinovat ho do správné melodické linky. Doma tyto děti hudbu neposlouchají, znají jen písničky, které se učily ve školce nebo ve škole a mají velké problémy sladit rytmus a své tělo (při pochodování, opakování rytmu atd.).

Vzájemná interakce mezi těmito dětmi je přirozená a bez potíží. Děti spolupracují rády a nedělají mezi sebou žádné rozdíly. Naopak jim společná práce či hra činí potěšení a mají společné aktivity velmi v oblíbě.

5.3 Hlasová průprava

Při plánování jednotlivých cvičení doporučujeme umístit dechová cvičení na začátek hodiny, poté plynule navázat na hlasovou hygienu a tvorbu tónu a intonaci. Rytmickou část jsme zařadili za intonační cvičení z toho důvodu, že můžeme cviky intonace a rytmu propojit a je tedy potřeba, aby byly děti rozezpíváné.

Zpočátku, kdy se děti jednotlivé znalosti učí, jsou cviky časově náročnější. Je potřeba děti s jednotlivými cviky dobře seznámit a naučit je pracovat správně bez opakování zlovyků a chyb. Teprve pak se mohou stát pravidelnou součástí hodiny a nejsou časově tolik náročné. Je možné pro danou vyučovací hodinu vybrat jen jedno cvičení z každé disciplíny a každou hodinu je obměňovat.

Důležitá je naše svědomitost a důslednost. Pokud chceme, aby děti dělaly pokroky, musíme trénovat jednotlivé disciplíny každou hodinu a obměňovat hry a cviky.

Pro naše jednotlivá cvičení jsme vybírali lidové písně, které byly různého charakteru, rytmu, původu atd. Vždy jsme vybrali takovou píseň, která je vhodná pro právě probírané téma, tj. zda jde o dechová, hlasová, rytmická, intonační, artikulační, či jiná cvičení.

5.3.1 Ověření dechových cvičení

1. cvičení

Při prvním dechovém cvičení se děti měly naučit prohloubit svůj nádech, dýchat s uvolněným tělem, v postoji s mírně rozkročenýma nohama a povolenými rameny. Při

tomto cviku děti poznávaly funkce svého těla během správného nádechu a výdechu.

- Před začátkem hodiny jsem vyvětrala místnost, aby byl dostatek čerstvého vzduchu. Děti si v místnosti lehly na zem tak, aby se navzájem nerušily. Po úplném zklidnění si položily dlaň k oblasti žaludku a prodýchávaly. Poté dostaly pokyn při nádechu sledovat cestu vzduchu, tedy nádech nosem do plic a z plic do bránice. Tímto dechem měly docílit toho, že se jim ruka na břiše nádechem zvedala a výdechem opět klesala. Děti byly stále upozorňovány, aby si hlídaly, správné pořadí dechu a vše se dělo přirozeně.

Následně, když si děti vyzkoušely správné třífázové dýchání, je potřeba se přesvědčit, zda dovedou takto dýchat i v přirozenější poloze pro zpěv, tedy vestoje.

- U postoje při zpívání, tedy i u dýchání, je důležité, aby děti stály rovně, neměly skloněnou hlavu nebo naopak vystrčenou bradu, ramena byla správně posazená dozadu a ruce podél těla. Opět si děti daly ruku na bránici a stejné dechové cvičení jsme provedli vestoje. Tentokrát bylo důležité, aby se žákům při nádechu nezvedal hrudník ani ramena, ale aby cítili nádech v oblasti břicha.

Tyto cviky byly pro děti zajímavé a objevné. Mohly objevovat dění ve svém těle, o kterém nikdy dříve nepřemýšlely. Některým dětem hluboké dýchání činilo problémy a musely se soustředit na každý nádech, aby dýchaly tak jak mají. Ke kontrole jim pomáhala ruka, díky které poznaly, zda pracují správně nebo ne. Zkontrolovala jsem cvičení u každého dítěte zvlášť, abych měla jistotu, že cvičení pochopili všichni a vědí, jak mají s dechem pracovat.

2. cvičení

Při tomto cviku bychom měli docílit vydatného nádechu a postupného plynulého výdechu. Nežádoucí je trhavý a nepravidelný výdech. Stále hlídáme správný pěvecký postoj a ramena, která se při nádechu nezvedají.

- Před samotným cvikem jsem zkontrolovala, zda všichni stojí ve správném pěveckém postoji. Počítala jsem hluboký nádech na čtyři doby, po kterém následovala pauza se zadržením dechu na dvě plynulé doby. Během té pauzy

děti svůj dech zklidnily a mohly se soustředit na rozložení vzduchu při výdechu. Výdech jsem opět počítala na čtyři doby, kdy děti dech rozložily postupně tak, aby byl dech plynulý a síla dechu vyrovnaná jak na začátku, tak na konci.

Během tohoto cviku bylo nutné dětem připomínat správný nádech bez zvedání ramen. Někteří měli pocit, že musí při nádechu vdechnout co nejvíce vzduchu, což jim posléze činilo potíže při výdechu, který byl hůře ovladatelný a nebyl plynulý. Proto bylo potřeba jim vysvětlit, že nemusí vdechnout maximum vzduchu, ale že se jedná o přirozený nádech a výdech, který má být vyrovnaný a klidný.

3. cvičení

Tímto cvikem jsme navázali na cvičení předchozí. Žáci si osvojí správné držení tónu díky použití slabik, pomocí „brumenda“, nebo na jednoduchých krátkých úryvcích písní. Toto cvičení se již také váže na intonační cvičení. Děti se neučí jen pracovat s dechem, ale zároveň se učí držet tón, tedy držet hlas ve stále stejné výšce.

Jako první cvičení jsem zvolila držení dechu na „brumendo“, neboli tzv. zpěv beze slov a se zavřenými ústy.

- Nádech se zavřenými ústy na čtyři doby a následně „brumendo“ zpíváme v určité výšce na jeden tón. Toto cvičení bylo přínosné tím, že se děti učily držet jednu výšku tónu s intonační přesností. Aby nebylo příliš jednotvárné, zpívali jsme stejným způsobem také sestupnou řadu tónů od a¹ do d¹ v legatu. Protože je tento způsob velmi těžko kontrolovatelný v celé skupině, nechala jsem cvičení zazpívat každé dítě zvlášť. Bylo třeba dbát na preciznost provedení a nenechat děti cvičení uchvátat. Proto všechny děti úryvek zpívaly ve stejném pomalém tempu a musely dbát na přesnost každého tónu a na jeho kvalitu.

Obměníme cvičení tím, že brumendo vystřídáme krátkým úryvkem právě probírané písně.

- Vybrala jsem první takty z písní *Kočka leze dírou* a *Ovčáci, čtveráci*. Aby se děti nemusely soustředit na slova písně, zpíváme vždy na slabiky *ma, mo*. Dalším důvodem, jak už jsme zde zmiňovali, je nasazení tónu a správná rezonance. Díky tomu učíme děti nasazovat tón měkce. Při tomto cvičení jsem také

zaznamenala výrazné zlepšení intonace a kvality tónu. Nasazení tónu bylo mnohem měkčí a děti udržely zpěv dokonce i ve vyrovnané dynamice. Děti dokázaly se správným nádechem rozložit proud vzduchu rovnoměrně a docílit tak velmi kvalitního tónu.

5.3.2 Ověření hlasových cvičení pro kvalitní tvorbu tónu

1. cvičení

Hlavní zásadou kvalitního zpěvu je správný postoj a držení těla. Před každým začátkem jsme si s dětmi tyto zásady připomněli a zopakovali je. Vhodnější je, pro zařazení si správných návyků, u zpěvu stát. Děti si stouply tak, aby měly chodidla ve stejné šířce jako ramena, nepředklánějí se, ani nezaklánějí, ramena dozadu, hlavu rovně, ruce podél těla (ne zkřížené na prsou atd.).

- Aby si děti uvědomily své tělo a dokázaly rozpoznat, zda se dovedou uvolnit i ve správném postoji, rozhýbávali jsme každou část těla zvlášť. Nejprve se kývaly na propnutých nohách jako medvěd. Tím našly postoj, ve kterém získaly rovnováhu a postavily nohy do správného úhlu. Poté kroužením rameny uvolnily paže, aby pocítili, kdy jsou ramena ve správné poloze, krouživými pohyby uvolnily krk a protáhly záda pomocí jednoduchých cviků.

Kdybychom dětem pouze dávali povely „stůj rovně“, „roznož“ atd., děti by povely plnily bezmyšlenkovitě a nikdy by nepochopily důvod svého snažení. Jakmile děti rozhýbeme, uvolníme a umožníme jim procvičit tělo, zjistíme, že se dále pracuje mnohem jednodušeji. Děti díky cvikům pochopily rozdíl mezi tím, co se děje s tělem, když stojí nesprávně a naopak.

2. cvičení

Následující cvičení je nejen vhodné k odlišení hlavového tónu od mluveného hlasu, ale také je pro děti zábavou.

- Jedná se o jednoduchou hru, kdy dětem zvolíme živočicha, předmět atd., který

vydává námi požadovaný zvuk, a pobídneme děti, aby jej napodobily. Vybrala jsem zvuk sirény sanitky, houkání výra, kukání kukačky, štěkání malého psa a další zvuky, které dětský hlas přirozeně vede k hlavovému tónu, který potřebujeme ke správné technice zpěvu. Při této hře se děti odreagovaly a uvolnily.

3. cvičení

Ke správné tvorbě tónu patří i správné otevírání úst při zpěvu, které určuje, zda dítě správně artikuluje a je mu dobře rozumět.

- Při zpěvu písně *Já mám doma trnku* jsem zjistila, že děti ústa při zpěvu neotevírají dostatečně, což uškodilo jak tónu, tak i výslovnosti. Proto jsem vyzkoušela jednoduchou hru, kdy děti měly „zazpívat“ slova písně, kterou si vylosovaly, a to tak, že nesměly vydat žádný zvuk. Ostatní žáci podle pohybu jejich rtů měli hádat, o jakou píseň jde. K uvolnění čelistí pomohli cviky, při kterých děti otevíraly ústa jako při zívání, smíchu nebo údivu.
- Poté jsme si z původní písně zarecitovali slova, při kterých jsem na děti apelovala, aby artikulaci přeháněly a představovali si, že se někdo snaží poznat píseň pomocí odezírání z jejich rtů. Dbát na rozdílný pohyb a tvar rtů při vyslovování slov s různými samohláskami. Při vyslovování slov s dlouhým „á“ co nejvíce otevírat ústa, ve slovech s písmenem „o“ otevírat ústa s vyšpulenými rty a slova končící na „u“ co nejvíce našpulit rty.

*Já mám doma trnku, trnku, trnku,
v malovaném hrnku, hrnečku.
Vařila ju mamka, mamka, mamka,
aby byla sladká, slad'oučká.*

Mezi výsledky dětí byly velké rozdíly. Některé děti artikulovaly velmi dobře, jiné, stydlivější děti měly s vyslovováním značné problémy. Po absolvování hry a dalších cviků došlo k výraznému zlepšení.

4. cvičení

U posledního cvičení jsme přešli k samotnému zpěvu. Zpívali jsme skupinu not na slabiky *ma*, *mo*, při čemž jsme již dbali na všechny předchozí části, které jsme procvičovali. Nejprve postoj, správný hlavový tón, správné měkké nasazení, otevírání úst a intonaci, čímž jsme plynule navázali na intonační cvičení.

- Zpívali jsme tóny od prvního do pátého tónu stupnice na slabiky *ma*, *mo*. Začali jsme zpěvem od c^1 a postupně jsme zpívali stejný úryvek také od d^1 a e^1 .



5.3.3 Ověření intonačních cvičení

1. cvičení

Protože intonačnímu cvičení předchází tvorba tónu, plynule jsme navázali na předchozí cvičení. Děti zpívaly cvičení na slabiky *ma*, *mo*, kde každá nota znamenala jednu slabiku. Toto cvičení jsem obměnila a úryvek doplnila o obloučky, tedy legato mezi dvěma tóny. To vedlo děti k tomu, aby se více soustředili na intonaci jednotlivých tónů v legatu.



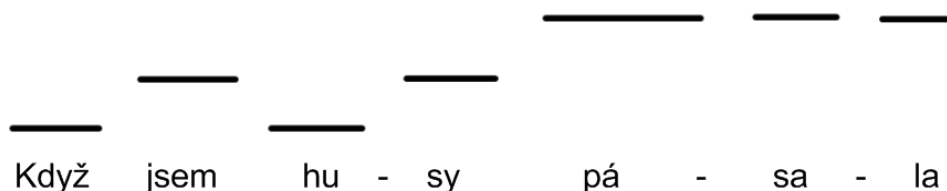
Toto cvičení lze různě obměňovat a tím jej dětem trochu zpestřit. Například jsem změnila slabiky, na které děti cvičení zpívaly. Místo slabik *ma*, *mo*, jsme zpívali *mi*, *ju* atd.

2. cvičení

Intonační cvičení jsme propojili s teorií, tedy s hudební naukou. Aby děti správně intonovaly, musejí mít představu o výškových rozdílech tónů, klesající a stoupající melodii. Abych děti zpočátku nerozptylovala notovým zápisem, určovali jsme výšku tónů pomocí čar.

- Děti si napsaly první čáru, která měla značit tón c^1 , který jsme na klavír zahráli jako tón výchozí. Poté jsem začala hrát různé tóny v rozsahu oktávy. Děti podle klesající či stoupající melodie zaznamenávaly čáry níž nebo výš. Odvozovaly výšku vždy od předcházejícího tónu.

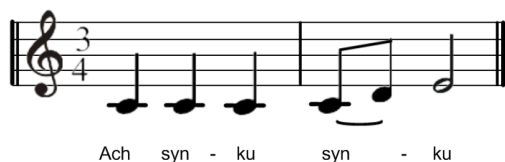
Díky prvnímu cvičení děti pochopily a procvičily systém záznamu. Cvičení jsem dále aplikovala na známou lidovou píseň *Když jsem husy pásala*, kterou jsem pomalu tón za tónem přehrávala, a děti opět zaznamenávaly výšku pomocí čar. Problémy dětem dělalo dodržet stejnou výšku opakujících se tónů, po delší práci si ale navykly na poslech a způsob zápisu a většina zapisovala změny správně.



3. cvičení

Při cvičení intonace je, jak už jsem zmínila, důležitá teorie, zápis a čtení not. Protože noty se naše skupina učí již od první třídy, ukázali jsme si rovnou různé intervalové postupy a zároveň jsme si dané intervaly zahráli na klavír. Aby děti pochopily rozdíly mezi jednotlivými intervaly, seznámila jsem je s opěrnými písněmi, se kterými jsme následně pracovali. Není nezbytné, aby děti v 1. a 2. třídě zvládly opěrné písně na všechny intervaly. Uvedeme si tedy alespoň 1. až 5. stupeň:

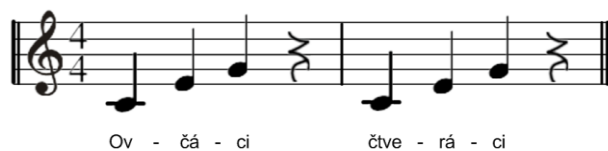
1. stupeň (prima) - Ach synku, synku



2. stupeň (sekunda) - Kočka leze dírou



3. stupeň (tercie) - Ovčáci, čtveráci



4. stupeň (kvarta) - Černé oči



5. stupeň (kvinta) - To je zlaté posvícení



- Opěrné písničky jsem zahrála na klavír a poukázala na to, že každá písnička začíná jiným intervalem, tedy jiným melodickým postupem. Přehrála jsem pouze první takt písničky a poté jsem úsek zahrála i se zpěvem, aby si děti danou písničku vybavily, potřetí úryvek zpívaly se mnou. V dalších hodinách jsem poznala, že děti již po prvním přehraní písničky poznají. To bylo signálem k tomu, že není třeba hrát celý takt, ale můžeme začít cvičit sluchovým rozlišováním jednotlivých písniček pomocí prvních dvou tónů. Tím děti dostaly základy pro teorii intervalů a zařadily si rozdíl mezi jednotlivými stupni.

4. cvičení

Při výuce opěrných písní jsme v jedné hodině rozšířili pouhý poslech o vizuální rozeznávání jednotlivých intervalů, a to zábavnou formou.

- Rozdala jsem dětem předem připravené kartičky s probíranými intervaly a nechala je, aby je přiřazovaly k jednotlivým opěrným písním podle intervalů, které mají na svých kartičkách. Poté si svá rozhodnutí ověřily zpěvem jednotlivých intervalů a k nim přiřazených písní. Tím si děti intervaly zapamatují nejen sluchem, ale i vizuálně a později jim ani jedna z možností nebude činit problémy.

5.4 Ověření rytmických cvičení

1. cvičení

Pro rytmická cvičení jsem použila píseň *Ó, řebíčku zahradnický* (dále jen píseň), která byla pro tento účel vhodná. Než jsme se s dětmi pustili do praktických cvičení, bylo potřeba, aby si děti osvojily i teoretické základy rytmu. V jedné hodině jsme se tedy věnovali hudební nauce.

- Základy již děti znaly, zopakovali jsme tedy hodnoty not, resp. noty celé, půlové, čtvrt'ové a osminové. V jednoduchém notovém diktátu děti zapisovaly mnou diktované noty, které následně musely i přečíst a určit jejich délku (např. jedná se o notu půlovou, která je na dvě doby). Poté děti určovaly hodnoty not u známých písní. Každý žák přečetl dva takty, určil délky not a poté jejich rytmus vytleskal.

Tím jsem docílila toho, že žáci dokázali určovat rytmus a délky not nejen pocitově, nebo sluchem, ale také teoreticky pomocí vizuální představy. Děti dokázaly určit délku not z notového zápisu, což velmi usnadní další práci v budoucnu.

2. cvičení

Při rytmických cvičení nejčastěji využíváme vlastní tělo a rytmické nástroje.

Následně záleží na tom, co chceme s dětmi procvičovat a jaké pomůcky použijeme. Prvním cvičením je opakování rytmu, ke kterému nám stačí ruce, nebo můžeme použít např. dřívka. Já jsem zvolila opakování tleskáním, protože se děti dřívky nechaly snadno rozptýlit a nesoustředily se tak plně na mnou udávaný rytmický celek.

- Děti se posadily na židli tak, aby se jejich chodidla dotýkala podlahy celou plochou. S rovnými zády a rukama na kolenou. Prvních několik rytmických úryvků jsem pouze tleskala dlaněmi. Tleskala jsem pouze rytmy složené ze čtvrt'ových a osminových not. Poté jsem přidala ještě pleskání dlaněmi o stehna a kombinace obojího.

Je dobré dětem určovat nohou doby, aby žáci věděli, kdy je konec a kdy začátek cvičení, a to i s prvním volným taktem. Když jsem dětem pouze zadávala rytmické úryvky bez této opory, každý začal jinak a jejich opakování bylo nepřesné. Když se ale tomuto cvičení dá řád, pro děti je srozumitelnější a tedy i zábavnější.

3. cvičení

Dále jsme rytmická cvičení aplikovali na naši píseň, kterou jsme se zrovna s touto skupinou učili (viz. výše). Jedním z důvodů, proč jsem tuto lidovou píseň použila, je její zápis ve $\frac{3}{4}$ taktu. Díky tomu bylo možné zdůraznit její třídobou pulzaci.

- Nejprve jsme s dětmi vyt'ukávali pouze první dobu v taktu, aby si děti uvědomily, kde takt začíná a po každém ťuknutí jsme se zhoupli doleva nebo doprava a odříkávali jsme si i slova písni. Již dříve jsme si vysvětlovali základy dynamiky v hudbě, na které jsme nyní navázali, abychom si názorně předvedli třídobou pulzaci v písni. A to tak, že děti na dřívka opět ťukaly všechny tři doby s tím rozdílem, že první dobu hrály hlasitě a druhou a třetí dobu tiše.

Ó ře- bíč- ku za- hrad- nic- ký ó rú- žič- ko vo- ňa- vá!

Některé děti nedokázaly první dobu odlišit tak, aby byl rozdíl v dynamice

výrazný. S těmi bylo potřeba dynamický rozdíl při ťukání procvičit zvlášť. Nakonec byl ale výsledek velmi překvapivý, děti zvládly třídobé metrum zdůraznit velmi pěkně. Tento cvik byl velmi přínosný. Zdůrazněním první doby a slabým ťukáním druhé a třetí doby děti jasně poznaly charakter třídobé písně a jasně ho tak odlišily od taktu dvoudobého. Bylo tedy následně možné tento způsob použít i k doprovodu písně, kterou jsme si na závěr zazpívali.

4. cvičení

Tříčtvrt'ový takt už děti dokázaly rozlišit. Zaměřila jsem se tedy na rytmus, který udávají noty svými délkami, které jednotlivé takty „vyplňují“.

- Abychom se zbytečně nemuseli soustředit i na melodii písně, která v tuto chvíli nebyla předmětem našeho zájmu, slova jsme pouze recitovali jako říkanku. Pomocí dřívek jsme ťukli každou notu tak, aby každá doba seděla na správnou slabiku. Děti text písně odříkávaly v pravidelném rytmu, jak tomu u písně je, podle délek jednotlivých not.

Na problém jsme narazili hned ve druhém taktu, kde jedna slabika odpovídá dvěma osminovým notám v legatu. Bylo tedy nutné dětem tuto zvláštnost objasnit. Pomohla jim pomůcka, kdy si na druhé notě v obloučku měli představit prodloužené písmeno „i“.

Ó ře- bíč- ku za- hrad- nic- ký ó rú- žič- ko vo- ňá- vá!

Nakonec jsme obě cvičení propojili a vytvořili tak zajímavý doprovod k písni. Dětem jsem vysvětlila, že představují malý sbor s orchestrem dohromady a společně jsme píseň zazpívali a propojili ji s ťukáním taktů i dob.

- Rozdala jsem po této přípravě většině třídy dřívka a některým dětem bubínek. Děti s dřívky i nadále s textem ťukaly doby a děti s bubínky hrály pouze první dobu z taktu, čímž jsme si s dětmi potvrdili skutečnost, že je píseň opravdu na tři

doby a jednotlivé noty do těchto taktů “pasují“, pokud dodržíme jejich správné délky.

Ó ře- bíč- ku za- hrad- nic- ký ó rú- žič- ko vo- ňa- vá!

5.4.1 Ověření rytmických a pohybových doprovodů

1. cvičení

Náš rytmický doprovod, o který jsme doplnili naši píseň *Ó, řebíčku zahradnický* už spadá i do pohybového doprovodu. Jakmile jsme odložili nástroje a využili své ruce a nohy, jednalo se rázem o pohybově rytmický doprovod. První dobu děti tleskaly a druhou a třetí dobu pleskaly o nohy. Je ale mnoho jiných způsobů, jak na hudbu děti mohou navázat svým pohybem. Nejpřirozenější způsob je volný neřízený pohyb na poslech hudebních děl, která jsou vždy svou melodií, harmonií nebo rytmem specifická. Děti se pohybují a tančí podle charakteru jednotlivých skladeb.

- Pustila jsem dětem tři skladby, které byly rytmicky a tempově rozdílné a nechala děti, aby si úryvky jednotlivých kusů pouze poslechly. Poté jsem je pobídla, aby na danou skladbu buď tančily, nebo něco svými pohyby popisovaly (příběh, pocit atd.) ale tak, aby jejich pohyb odrážel náladu skladby. První ze skladeb byl valčík *Na krásném modrém Dunaji* od Johanna Strausse. Jako druhý poslech jsem zvolila úryvek *Montekové a Kapuleti z Romea a Julie* od Sergeje Prokofjeva a poslední ukázkou byl *Slovanský tanec č. 1* od Antonína Dvořáka.

Už při první hudební ukázce mne překvapilo, jak se některé děti, podle charakteru skladby, začaly přirozeně pohybovat. Při valčíku některé holčičky nevědomky narovnály záda, vzpřímily tělo a začaly tančit jako „princezny“ a některé děti dokonce začaly tančit ve dvojicích. Jeden chlapec poznal, že je to hudba, na kterou se

tančí na plese.

Druhá ukázka (hlavní téma) dětem nejvíce připomínala rozbouřené moře, zlou královnu, nebo pochodující armádu. Jejich pohyb vyjadřoval těžkost a majestátnost. Děti tentokrát netančily, ale spontánně předváděly své představy, které vzešly z hrané melodie.

Při třetí ukázce se děti opět roztančily. Veselá melodie s námětem lidové písně svedla celou třídu k veselému tanci, poskakování a některé děti napodobovaly hru na flétnu.

Děti jsou tedy schopné reagovat na hudbu podle jejího charakteru a její obsah znázornit. I přes to, že nemají žádnou předlohu, které by se držely a musí se spolehnout na svou fantazii, dokázaly věrně popsat nejen náladu skladby, ale i dodržet rytmus a tempo.

2. cvičení

Jednoduchou hrou, podporující pohybový projev dětí, je pantomima. Nejdříve jsme si zahráli krátkou, dětem dobře známou hru, při které děti pantomimicky předváděly zaměstnání a zvířátka, která si vylosovaly z předem připravených papírků.

- Teprve potom jsme zkusili stejným způsobem napodobovat obsah lidových písní. Nejprve jsme si písničky zazpívali a požádala jsem děti, aby mi řekly, o čem písničky vyprávějí. Následně jsem dětem na klavír hrála a zpívala vybrané lidové písničky a děti předváděly příběhy, které vypráví. Vybrala jsem písně *Vyletěla holubička*, *Skákal pes*, *Běží liška pod dubem*, *Já do lesa nepojedu*.

Všechny písničky děti znaly, proto jim předvádění jejich obsahu nedělalo problém. Některé méně jisté děti raději napodobovaly pohyby ostatních, ale i tak aktivita děti velmi bavila. Dětem pomohlo, že se mohly v hodině rozhýbat a odreagovat se. Byly tak připraveny na další práci bez potřeby neustálé fyzické aktivity ve chvíli, kdy bylo potřeba se naopak zklidnit.

3. cvičení

Jako poslední a pro hudební výchovu zásadní je taneční doprovod písně. Taneční doprovod jsme s dětmi necvičily celý v kuse. Nejprve jsme se naučili jednotlivé taneční

úryvky, které jsme nakonec spojili dohromady. Při tanci, který má být pouhým doplněním a ozvláštňením písně, musíme pamatovat, že tanec by neměl samotnou píseň zastínit a být tak náročný, aby děti nedokázaly plnohodnotně zpívat. Složitější taneční prvky jsem zařadila do mezihry, kterou děti vyplnily tancem.

- Pro taneční doprovod jsem vybrala dvě písně. Moravskou lidovou píseň *Já mám doma trnku*, se kterou jsme v té době společně pracovali a použila jsem pohybově rytmický doprovod a českou lidovou píseň *Až já budu velká*, u které jsem zvolila pouze taneční doprovod.

Já mám doma trnku

*Já mám doma trnku, trnku, trnku,
v malovaných hrnku, hrnečku.*

*Vařila ju mamka, mamka, mamka,
aby byla sladká, slad'oučká.⁶¹*

Pohybově rytmický doprovod písně:

- 1. takt: podupy nohama, na každou slabiku jeden
- 2. - 4. takt: ťuknutí dřívky- jedna polovina dětí na 1. dobu, druhá polovina na 2. dobu
- 5. takt: podupy nohama, na každou slabiku jeden
- 6. - 7. takt: ťuknutí dřívky- jedna polovina dětí na 1. dobu, druhá polovina na 2. dobu
- 8. takt: ťuknutí na první dobu- všichni
- (krátká mezihra-jeden řádek, děti odloží dřívka)
- 9. takt: podupy nohama, na každou slabiku jeden
- 10. - 12. takt: tlesknutí dlaněmi o dlaně souseda- jedna polovina dětí na 1. dobu, druhá polovina na 2. dobu
- 13. takt: podupy nohama, na každou slabiku jeden
- 14. - 15. takt: tlesknutí dlaněmi o dlaně souseda- jedna polovina dětí na 1. dobu, druhá polovina na 2. dobu
- 16. takt: tlesknutí na první dobu všichni

61 Srov. ŠIMANOVSKÝ Z., TICHÁ A. *Lidové písničky a hry s nimi*, s. 64.

Až já budu velká
*Až já budu velká,
bude ze mě selka,
přijďte k nám,
já vám dám
plný krajáč mléka,
přijďte k nám,
já vám dám
plný krajáč mléka.*⁶²

Pohybový doprovod písně:

- 1.- 2. takt: pohyb rukama v oblouku zdola nahoru až nad hlavu
- 3.- 4. takt: ruce v bok se zhoupnutím na jednu a druhou stranu
- 5. - 6. takt: pobídnutí paží jako pozvání k příchodu
- 7. - 8 takt: naznačení nádoby rukama
- 9. - 12. takt: opakování stejného doprovodu jako v 5. - 8. taktu

Při pohybovém a rytmickém doprovodu je důležité nacvičit s dětmi píseň po jednotlivých úsecích a s rytmickou přesností. Proto jsem zvolila nácvik jednotlivých úseků bez melodické linky pouze s textem, kdy děti dělaly dané úkony rytmicky přesně na text písně. Poté, když si tento způsob dostatečně osvojily, cvičily totéž, ale tentokrát ne na slova, ale pouze na melodii. Teprve potom jsme vše spojili, nejprve v jednotlivých úsecích a nakonec jsme v celé písni propojili její melodii, rytmus i námi secvičený rytmický a pohybový doprovod.

⁶² Srov. ŠIMANOVSKÝ Z., TICHÁ A. *Lidové písničky a hry s nimi*, s. 36.

5.5 Závěrečné shrnutí

V rámci přípravy jsem si vždy na jednotlivé hodiny zvolila postup, kterého se chci následující vyučování držet. Tím jsem docílila toho, že hodiny nebyly chaotické a vždy jsem s dětmi probrala vše, co jsem chtěla.

Aby děti hodiny bavily a měly pokaždé pocit, že se učí něco nového, rozvrhla jsem jim jednotlivé fáze tak, aby byla výuka pestrá a obsahovala různorodé aktivity, tedy teorii, zpěv, poslech, pohyb atd.

Děti jsem před začátkem vyučování seznámila s tím, co je čeká a na závěr hodiny jsem je připravila na náplň hodiny příští. Děti tak nebyly překvapené či zklamané a k práci se snadněji motivovaly. Jakmile se děti naučily, že hodina má nějaký řád a jednotlivé části na sebe navazují, práce s nimi byla bezproblémová. Jednotlivá cvičení z každé disciplíny jsem obměňovala a dětem tak zpestřovala program, aby hodiny neustrnuly v jednom stále se opakujícím stereotypu.

Při samotném ověřování teoretických poznatků jsem se nesetkala s žádným větším problémem. Při opakování jednotlivých cvičení jsem si postupem času začala všimnout znatelného posunu a zlepšení.

Pracovala jsem sice s větší skupinou dětí, byl ale prostor i pro individuální kontrolu práce každého dítěte zvláště a včas tak opravit špatné návyky nebo nesprávné provedení. Samozřejmě se výsledek odrážel od zájmu a snahy dítěte své hudební předpoklady rozvíjet. Celkový dojem z výsledku našich společných hodin je velmi kladný jak na mé straně, tak na straně dětí.

Díky tomu, že jsme cvičili jednotlivé složky hlasového projevu, děti byly při hodině mnohem zúčastněnější, o práci měly zájem a výsledky byly znatelné. Alespoň u většiny dětí bylo zřejmé, že pochopily smysl jednotlivých cviků. Pokrok jsem spatřovala hlavně v tom, že děti nezpívaly automaticky, jak byly zvyklé, ale nad svým počínáním přemýšlely a snažily se pracovat správným způsobem. Poté také byly schopny posoudit, zda je výsledek kvalitnější než dříve.

Výsledkem naší společné práce byla ucelená interpretace písně, s měkkým nasazením tónu, čistou intonací, přesným rytmem a kvalitním dětským zpěvem díky hlavovému hlasu. To bylo odměnou nejen mě, ale i samotným dětem.

Závěr

Ve své práci jsem se zabývala rozvojem zpěvu a rytmiky dětí na základní škole, a to pomocí lidových písní a využitím jejich rozmanitých rytmických a melodických možností. Zabývala jsem se různými metodickými postupy, kterými lze dosáhnout správného vývoje dětské hudebnosti. Téma mé bakalářské práce se týkalo hudební výchovy žáků 2. třídy základní školy, protože k této věkové skupině mám z pedagogického hlediska nejbližší a s prací s nimi mám nejvíce zkušeností.

Zaměřila jsem se na správný rozvoj jednotlivých složek hudebního projevu, mezi které jsem zařadila dech, tvorbu tónu, intonaci, rytmus a pohybově rytmický doprovod. V teoretické části své práce jsem čerpala z odborné literatury, korespondující se zvoleným tématem, a na to jsem navázala vlastním ověřováním daných postupů s dětmi při hudební výchově.

Jednotlivá cvičení jsem ověřovala v praxi s dětmi ze Základní školy Dukelská v Českých Budějovicích. Jednalo se o třídu se zaměřením na výuku hudební výchovy.

Po ověření jednotlivých cvičení jsem došla k závěru, že když se s dětmi pracuje správně a systematicky, je možné je dovést k daleko intenzivnějším hudebním prožitkům a dát jim kvalitní základy ve všech oblastech hudební výchovy. Děti nejen více vnímají hudbu, kterou slyší, ale více dbají i na kvalitu svého vlastního hudebního projevu, ať už jde o zpěv nebo tanec. Děti poznaly, jak jejich tělo funguje, že mohou rozvíjet své dovednosti a zlepšovat se, a i ony mají ze zazpívané písně radost, pokud slyší, že v jejich projevu došlo ke zlepšení.

Jak jsem již zmínila, hudební výchova je součástí základního vzdělání a jejím úkolem by mělo být, stejně jako je tomu i u ostatních předmětů, kvalitní základní vzdělání ve zpěvu, rytmu a kladnému vztahu k hudbě a její interpretaci.

Seznam použitých zdrojů

Tištěné publikace:

- DANIEL L. *Metodika hudební výchovy*. Montanex 2001. ISBN 80-85300-98-2.
- GREGOR V., SEDLICKÝ T. *Dějiny hudební výchovy v českých zemích a na Slovensku*. SUPRAPHON 1990. ISBN 80- 7058- 131- X.
- JENČKOVÁ E. *Hudba a pohyb ve škole*. TANDEM Hradec Králové 2005. ISBN 80-903115-7-1.
- KOFROŇ J. *Učebnice intonace a rytmu*. Editio Bärenreiter Praha spol. s.r.o. 2000. ISBN 80-86385-03-5.
- SEDLÁK F. *Didaktika hudební výchovy*. Státní pedagogické nakladatelství 1985. ISBN neuvedeno.
- SYNEK J. *Didaktika hudební výchovy I*. Univerzita Palackého v Olomouci 2004. ISBN 80- 244- 0972- 0.
- ŠIMANOVSKÝ Z., TICHÁ A. *Lidové písničky a hry s nimi*. Portál, s.r.o., Praha 2011. ISBN 978-80-7367-927-9.
- *Školní vzdělávací program ZŠ Dukelská*, 2013, s. 259.
- TICHÁ A., RAKOVÁ M. *Zpíváme a hrajeme si s nejmenšími*. Portál s.r.o.Praha 2007. ISBN 978-80-7367-100-6.
- ZENKL L. *ABC hudební nauky*. Editio Bärenreiter Praha spol. s.r.o. 2000. ISBN 80- 86385- 01- 9.
- ŽÍLOVÁ, V. *Kapitoly o zpěvu, především o dechu*. Vydavatelství Univerzity Palackého Olomouc 1996. ISBN 80-7067-668-X.

Internetové zdroje

- ČELIŠ J. K.: FIDLE, *Lidová píseň dnes*. [online]. Sdružení pro hudbu, Jičín 2012 [cit. 2016-02-23]. Dostupné na WWW: < <http://fidle.cz/index.php/lidova-pise-a-lidova-kultura/99-lidova-pise-dnes>>.
- MŠMT. *RÁMCOVÝ VZDĚLÁVACÍ PROGRAM PRO ZÁKLADNÍ VZDĚLÁVÁNÍ - VERZE 2007*. Dostupné na WWW: <<http://www.msmt.cz/vzdelavani/zakladni-vzdelavani/ramcovy-vzdelavaci-program-pro-zakladni-vzdelavani-verze-2007>>, s. 56.
- PECKA J. *Cestami českých sběratelů lidových písní*. [online]. České lidové písně.cz [cit. 2016-03-06]. Dostupné na WWW: < <http://lidovepisne.cz/cesty01.html>>.

Abstrakt

HÁNOVÁ, K. *Vybrané aspekty rozvoje zpěvu a rytmiky v hudební výchově 1. a 2. tříd základní školy pomocí lidových písní*. Chlum u Křemže 2016. Bakalářská práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Katedra pedagogiky. Vedoucí práce Mgr. Karel Ochozka.

Klíčová slova: hudební výchova, zpěv, rytmus, lidová píseň, ověření v praxi, základní škola, metodika

Práce se zabývá rozvojem zpěvu a rytmiky v hodinách hudební výchovy u dětí 2. tříd základní školy pomocí lidové písně. První část obsahuje teoretický popis jednotlivých složek hlasu a rytmu a nabízí vybraná cvičení, kterými lze docílit správného rozvoje a zlepšení kvality v jednotlivých disciplínách. Práce pokračuje ověřováním jednotlivých cvičení v praxi a popisem výsledků, kterých bylo díky těmto cvičením dosaženo.

Abstract

Selected aspects of the development of singing and rhythm in music education through singing folk songs in first and second class of primary school.

Key words: music education, singing, rhythm, folk songs, verifications, primary school, methodology

The bachelor thesis deals with the development of singing and rhythm in music sessions for children 2. classes of Basic schools using folk songs. The first section contains the theoretical description of the various components of voice and rhythm, and offers a selection of exercises, which can be achieved through the correct development and improvement of the quality of the individual disciplines. Thesis continues with the verification of the individual exercises in the practice and a description of the results which was thanks to these workout achieved.