

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI
FAKULTA PEDAGOGICKÁ
KATEDRA HUDEBNÍ VÝCHOVY

**Hlasová výchova na 1. stupni základní školy
a efektivní metody její realizace
(na základě výzkumu)**

Diplomová práce

Johana Vaníková
Učitelství pro 1. stupeň ZŠ

Vedoucí práce: doc. PaedDr. Marie Slavíková, CSc.

Plzeň, 2023

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci na téma Hlasová výchova na 1. stupni ZŠ a efektivní metody její realizace (na základě výzkumu) vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury a zdrojů informací.

V Plzni, 28. dubna 2023

.....

vlastnoruční podpis

Poděkování

Zde bych chtěla velmi poděkovat paní doc. PaedDr. Marii Slavíkové, CSc., za odborné vedení a cenné připomínky v průběhu realizace mé diplomové práce. Dále děkuji svým nejbližším za veškerou podporu a pomoc v průběhu mého studia.

Obsah

Seznam zkratk	3
Úvod	4
1 Dětský hlas, jeho charakteristika a vývoj	6
1.1 Charakteristika a zvláštnosti dětského hlasu	6
1.2 Hudební vývoj dítěte a vývoj dětského hlasu v období mladšího školního věku	7
1.3 Vliv zpěvu na hudebnost a celkový rozvoj osobnosti dítěte	9
1.4 Základní pravidla duševní a hlasové hygieny	10
2 Hlasová výchova na 1. stupni ZŠ a její cíle	12
2.1 Hlasová výchova – terminologické vymezení	12
2.2 Cíle a úkoly hlasové výchovy žáků 1. stupně podle RVP ZV	12
2.2.1 Obecné cíle hlasové výchovy na ZŠ.....	13
2.2.2 Zařazení vzdělávacího oboru Hudební výchova v RVP ZV.....	13
2.2.3 Vzdělávací obsah Hudební výchovy z hlediska hlasového rozvoje dle RVP ZV ...	14
2.3 Analýza učebnic a metodických příruček hudební výchovy pro 1. – 3. ročník z hlediska cílů, metod a technik hlasové výchovy	16
2.3.1 Hlasová výchova v metodických příručkách k učebnicím pro 1. ročník.....	17
2.3.2 Hlasová výchova v učebnicích pro 1. ročník.....	17
2.3.1 Hlasová výchova v metodických příručkách k učebnicím pro 2. ročník.....	18
2.3.2 Hlasová výchova v učebnicích pro 2. ročník.....	18
2.3.3 Hlasová výchova v metodických příručkách k učebnicím pro 3. ročník.....	20
2.3.4 Hlasová výchova v učebnicích pro 3. ročník.....	20
2.3.5 Závěr z analýzy metodických příruček a učebnic hudební výchovy pro 1. – 3. ročník ZŠ	21
2.4 Problémy hlasové výchovy ve školní praxi.....	22
3 Základní pěvecké dovednosti a metody jejich rozvíjení	24
3.1 Shrnutí tradičních metod a postupů hlasové výchovy	24
3.1.1 Utváření pěveckých dovedností.....	24
3.1.2 Podmínky pro dobře zvládnutý hlas	24
3.2 Základy hlasové techniky.....	25
3.2.1 Pěvecký postoj.....	25
3.2.2 Dýchání.....	26
3.2.3 Tvoření tónu	27
3.2.4 Nasazení tónu	27
3.2.5 Artikulace a postavení úst při zpěvu.....	28
3.3 Progresivní prvky zefektivňující hlasovou výchovu na 1. stupni ZŠ.....	29
3.3.1 Učitel jako správný pěvecký vzor a jeho úkoly.....	29
3.3.1 Vhodný výběr hudebního materiálu	30
3.3.1 Účinná motivace k hudbě a hudebním činnostem	30
3.3.2 Navozování pocitových představ u dětí dle Aleny Tiché	30
3.3.3 Hry s hudbou a techniky muzikoterapie dle Zdeňka Šimanovského.....	33
3.4 Intonační a sluchová průprava jako nezbytná součást kvalitní hlasové výchovy	35
4 Výzkumná část	37
4.1 Výzkum 1: Zjišťování aktuálního stavu hlasové výchovy	37
4.1.1 Cíl a předmět výzkumu.....	37
4.1.2 Metodika a organizace výzkumu.....	37
4.1.3 Stanovení hypotéz a předpokladů výzkumu	38
4.1.4 Průběh a realizace výzkumu	38
4.1.5 Interpretace výsledků výzkumu – zjištěná negativa v pěveckém projevu žáků	39

4.1.6	Verifikace hypotéz.....	41
4.1.7	Shrnutí a dílčí závěry.....	42
4.2	Výzkum 2: Názory učitelů na problémy hlasové výchovy a jejich řešení	43
4.2.1	Cíl výzkumu	43
4.2.2	Organizace výzkumu	43
4.2.3	Vyhodnocení výzkumného šetření mezi učiteli 1. stupně ZŠ.....	43
4.2.4	Opatření napomáhající v hlasové výchově na 1. stupni ZŠ.....	45
4.3	Výzkum 3: Vztah učitelů 1. stupně ZŠ k hlasové výchově.....	46
4.3.1	Cíl výzkumu	46
4.3.2	Organizace výzkumu	46
4.3.3	Vyhodnocení výzkumného šetření mezi učiteli 1. stupně ZŠ.....	46
4.3.4	Shrnutí a dílčí závěry.....	52
5	Návrh vlastního výukového postupu při realizaci hlasové výchovy ve 2. ročníku ZŠ	53
5.1	Struktura hodiny hudební výchovy	53
5.2	Popis průběhu hodiny hudební výchovy	54
5.3	Ověření výukových postupů	58
5.3.1	Vlastní reflexe výukových postupů	58
5.3.2	Zpětná vazba od vyučujícího	60
	Závěr.....	61
	Resumé	62
	Seznam použité literatury a pramenů	63
	Použitá literatura	63
	Internetové zdroje	65
	Seznam obrázků	66
	Přílohy	I

Seznam zkratek

1. st. – první stupeň

aj. – a jiné

č. – číslo

ČR – Česká republika

HV – hudební výchova

min. – minuta

MŠ – mateřská škola

MŠMT – Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy

např. – například

obr. – obrázek

s. – strana

RVP ZV – Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání

tab. – tabulka

tj. – to je

tzn. – to znamená

tzv. – tak zvaný

vyd. – vydání

ZUŠ – základní umělecká škola

ZŠ – základní škola

Úvod

Téma *Hlasová výchova na 1. stupni základní školy a efektivní metody její realizace (na základě výzkumu)* jsem si pro svou diplomovou práci vybrala hned z několika důvodů. Již od mala vnímám hudbu jako významnou součást mé osobnosti. K hudbě mě přivedli rodiče a také má starší sestra, která chodila na klavír a dělala moderní gymnastiku. Od mala byla mým vzorem, a právě díky ní jsem začala navštěvovat tentýž gymnastický oddíl, kde jsem se naučila chápat rytmus, hlouběji vnímat hudbu a spojit ji s pohybem. V první třídě mě rodiče přihlásili do ZUŠ Terezie Brzkové, ve které jsem se před několika lety stala absolventkou z klavíru a o pár let později také ze sólového zpěvu. Při základní škole jsem navštěvovala i sborový zpěv, kde jsem se naučila vnímat nejen svůj hlas, ale i hlasy odlišných barev a výšek.

Umění zpěvu, ale i schopnost doprovodit se na různé hudební nástroje, považuji pro život, a hlavně i mé budoucí povolání učitelky na prvním stupni za velmi důležité. Skrze hudbu má člověk jedinečnou možnost vyjádřit své pocity a myšlenky. Hudba uvádí člověka také do větší duševní pohody a přináší mu radost ze života. I přesto, že nemusí být v budoucnosti skladatelem vrcholových děl, stačí, když to dělá s láskou a nadšením, což je přesně myšlenka, kterou bych chtěla žákům v hudební výchově předat.

V celoživotním procesu rozvoje hlasu je důležité již období nejtělejšího věku dítěte. Je potřeba, aby rodiče na své děti od malička mluvili, říkali jim básničky, zpívali písničky a také jim četli před spaním. Prostřednictvím básniček a písniček se u dětí přirozeně rozvíjí mluvní a hlasový projev a učí se vnímat rytmus. Pozitivní dopad to má i na rozvoj artikulace, kvality řeči a správného dýchání. Je proto důležité dohlédnout i na to, jakým způsobem je hudebnost dětí rozvíjena již v mateřské škole. Pokud děti nemají vybudované návyky z předškolního vzdělávání, není na co v první třídě v hudební výchově navázat, v čemž vidím velký a aktuálně stále více se vyskytující problém.

Hlavním cílem mé diplomové práce je nejprve prostřednictvím vlastních výzkumů částečně zmapovat úroveň hlasové výchovy a zpěvu žáků. Stejně tak se zaměřím i na učitele hudební výchovy, u kterých budu zkoumat jejich vztah k hlasové výchově. V návaznosti na zjištěné nedostatky, bych chtěla vytvořit ukázkovou hodinu obsahující motivační cvičení, hry s hlasem a další aktivity, kterých by učitelé mohli ve školách využít a docílit jimi efektivních výsledků. Mojí hlavní motivací při vymýšlení této hodiny je, aby

byla pro žáky zajímavá, přínosná a hlavně, aby se při ní cítili přirozeně a nestyděli se. To samé je potřeba i u mě, jakožto učitelky, jelikož od mého vlastního přístupu se efektivita jednotlivých aktivit rovněž odvíjí. Budu vycházet jak ze studia odborné literatury, tak z vlastního dílčího výzkumu v praxi na vybrané škole. I na základě vlastních začátečnických zkušeností z pedagogické praxe již mohu říci, že úroveň dětského zpěvu v dnešní době v mnoha případech v současné škole upadá a pomalu ztrácí svůj význam.

Má diplomová práce je členěna do pěti kapitol. První tři kapitoly s názvy *Dětský hlas, jeho charakteristika a vývoj, Hlasová výchova na 1. stupni ZŠ a její cíle, Základní pěvecké dovednosti a metody jejich rozvíjení* představují teoretickou část. Ve čtvrté kapitole s názvem *Výzkumná část* se zaměřuji na tři výzkumná šetření v oblasti hlasové výchovy na 1. stupni. V páté kapitole představím *Návrh vlastního výukového postupu při realizaci hlasové výchovy ve 2. ročníku ZŠ*, který ověřím ve školní praxi a s výsledky zde seznámím.

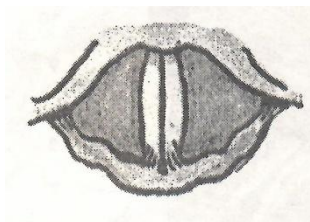
1 Dětský hlas, jeho charakteristika a vývoj

Hlas je samotným sdělením s danou zvukovou kvalitou mající konkrétní vypovídací hodnotu. Prostřednictvím hlasu můžeme komunikovat. Řadíme ho mezi vývojově nejstarší vložku, která vypovídá o psychickém stavu, ve kterém se jedinec aktuálně nachází. Každý hlasový projev disponuje jedinečností a zanechává po sobě to, co člověk zrovna prožívá.¹

1.1 Charakteristika a zvláštnosti dětského hlasu

Mezi hlasem dítěte a dospělého jedince jsou jisté odlišnosti, ať už z hlediska anatomického a fyziologického, tak i z hlediska funkce. Duševní a tělesný vývoj dítěte jde pospolu s vývojem hudebním. Pomalu dochází k posilování hlasivek, jejich růstu do šířky a také k jejich postupnému prodlužování. Svě rozměry mění i plíce – zvětšují se a s nimi se zvyšuje i množství výdechového proudu vzduchu.² Objem plic tvoří přibližně třetinu objemu plic dospělého jedince. Pěvecké dýchání je povrchové a nehluboké.³

Způsob rozeznění dětského hlasu se však od způsobu rozeznění hlasu dospělého jedince příliš neliší. Tento proces, při kterém dochází k vytváření tónu, se jedním slovem označuje jako fonace. Proud vydechovaného vzduchu narazí zdola na hlasivky, které jsou ještě před samotným zpěvem či mluvením semknuty – jsou ve fonačním postavení (viz obr. 1). Nárazem proudu vzduchu se hlasivky rozechvějí a hlasová šterbina se uzavře. Především díky pružnosti, činnosti chrupavek a hlasivkových svalů se hlasová šterbina může opakovaně otevírat a zavírat. Rozevřením hlasové šterbiny pak dochází k přerušování výdechového proudu vzduchu a následnému sevření hlasivek. Takové vzduchové vlnění, které je pravidelné, pak jedinec pomocí vlastního sluchového ústrojí vnímá jako tón.⁴



Obrázek 1: Fonační postavení hlasivek⁵

¹ OBEŠLOVÁ, Miluše. *Hlasová výchova 6-9letých dětí na základní škole*. 2005, s. 88.

² SEDLÁK, František, SIEBR, Rudolf. *Didaktika hudební výchovy na prvním stupni základní školy: učebnice pro studenty pedagogických fakult*. 1985, s. 136-137.

³ Tamtéž, s. 65.

⁴ Tamtéž, s. 136-137.

⁵ FROSTOVÁ, Jana, VANIAKOVÁ, Mária. *Základy hlasové výchovy pro učitele*. 1995, s. 14.

Pro dětský hlas je charakteristická především jeho zvonivost, zvučnost a jasnost.⁶ Typická je i poměrně malá síla hlasového ústrojí a neschopnost plného využití hlavové rezonance. Tón bývá odkrytý, se střední silou, tónbr ostrý a hlasový rozsah omezený.⁷

Hlasový rozsah dětí je individuální záležitostí a velmi se liší. Kvalitní a systematickou hudební výchovou a také pod správným vedením učitele, by mělo postupně dojít ke zvětšení hlasového rozsahu. Při vstupu do školy by žák měl mít hlasový rozsah orientačně v rozmezí d^1 až a^1 . Ve druhém ročníku by se měl hlasový rozsah průměrně pohybovat od c^1 do b^1 . Ve třetím ročníku už by se mělo jednat o hlasové rozmezí $h - c^2$. V průběhu čtvrtého ročníku se z hlasového rozpětí $h - c^2$ posouváme až k tónu cis^2 .⁸ Hlasový rozsah v jednotlivých publikacích se mírně odlišuje.

V praxi však lze vidět, že se poloha hlasu žáků posunuje spíše níže. Nižší polohu hlasu mají především žáci, kteří málo zpívají. Mnohem lépe jsou na tom žáci navštěvující mimoškolní hudební činnosti, například pěvecké kroužky, kde je jejich hlas rozvíjen a pozitivně stimulován.⁹

1.2 Hudební vývoj dítěte a vývoj dětského hlasu v období mladšího školního věku

Začátek povinné školní docházky je pro dítě novou a velmi významnou životní událostí. V této době začíná být ovlivňována nejen jeho sociální a biopsychická stránka vývoje, ale i samotný vývoj hudební. Pro hudební vývoj dítěte je důležitá především kvalita a pravidelnost hudební výchovy, která působí na celkový psychický vývoj dítěte. Předpokladem pro rychlejší osvojování požadavků hudební výchovy na prvním stupni základní školy je dobře vykonávaná hudební výchova v předškolním vzdělávání dítěte. V mateřské škole by děti měly získat prvotní zkušenosti s hudebními činnostmi. Díky provádění sluchových cvičení by měly být schopny hudbu snáze vnímat. Nezbytností je i určitá školní zralost, kterou by dítě před vstupem do školy mělo vykazovat, aby bylo schopno zvládat všechny stanovené cíle a požadavky hudební výchovy, které na něj budou ve škole kladeny.¹⁰

⁶ SEDLÁK, František, SIEBR, Rudolf. *Didaktika hudební výchovy na prvním stupni základní školy: učebnice pro studenty pedagogických fakult.* 1985, s. 136-137.

⁷ Tamtéž, s. 65.

⁸ Tamtéž, s. 138.

⁹ Tamtéž, s. 127.

¹⁰ SEDLÁK, František, VÁŇOVÁ, Hana. *Hudební psychologie pro učitele.* 2013, s. 364-365.

K hudební výchově je nutno přistupovat komplexně, provázat ji vhodně volenými rozmanitými hudebními činnostmi. Důležité je dát dětem prostor i pro jejich kreativitu a spontaneitu, jelikož právě v období mladšího školního věku dochází ke vzniku předpokladů pro získání hudebních schopností a dovedností. Je však nutné si uvědomit, že hudební rozvoj žáků se při nástupu do školy velmi odlišuje, k čemuž je potřeba při kolektivní práci žáků přihlídnout.¹¹

Nejpodstatnější a zároveň nejvíce přirozenou hudební činností na 1. stupni je zpěv. Ten bývá spojován s primární lidskou potřebou hudební seberealizace. Na samém začátku je žák odkázán pouze na slovní pokyny, které dostává od učitele a na imitaci jeho hlasového projevu. Musí vycházet ať už z dobře, či špatně vytvořených představ a pocitů.¹²

V průběhu času žák postupně začne rozlišovat text melodie a poté i melodii samotnou. Na tento fakt se zaměřila E. A. Maľcevová a klasifikovala schopnosti dítěte při reprodukci melodie hlasem. Tyto schopnosti rozdělila do čtyř stádií. První stádium je charakteristické tím, že většina dětí nemá správně vybudované návyky ke zpěvu. Děti mají také odlišnou úroveň zpěvu a objevují se i značné rozdíly ve vnímání rytmu a melodie. Aby došlo ke zlepšení, autorka doporučuje zařazovat zpěv v kolektivu. Ve druhém stádiu dochází ke zvětšení rozsahu pěveckého hlasu, kdy dítě začne rozlišovat klesající a stoupající melodii, chápe rytmus a dynamiku písně. Pro třetí stádium je typické upevnění sluchově motorického spoje. Zhruba polovina dětí, dříve navštěvujících mateřskou školu, zpívá lépe a dokáže hlasem sledovat melodii písně. Občas však dochází k tomu, že dítě není schopno udržet výšku tónu. V posledním stádiu už jsou děti schopny zpívat melodii písně čistě a zároveň dodržovat její rytmus. Také zde dochází k projevu vlastní emocionality a výrazu. Do tohoto stádia však patří jen malá část žáků na začátku 1. třídy.¹³

Díky tomu, že se obrysově vnímání dítěte mění v analytické, vzniká u dětí schopnost analyzovat hudebně vyjadřovací prostředky a orientovat se mezi jednotlivými částmi a celkem hudební výstavby. Také pozornost si prochází svými změnami. Původní bezděčná pozornost se mění na úmyslnou. Dítě je schopno uvědomělé vokální intonace,

¹¹ SLAVÍKOVÁ, Marie. *Psychologické aspekty hlasové výchovy žáků základní školy*. 2003, s. 58.

¹² DRÁBEK, Václav. *Stručný průvodce hudební psychologií*. 2004, s. 42.

¹³ SEDLÁK, František, SIEBR, Rudolf. *Didaktika hudební výchovy na prvním stupni základní školy: učebnice pro studenty pedagogických fakult*. 1985, s. 65.

zvyšuje se i funkce a kapacita hudební paměti.¹⁴ Pozornost by měla být věnována i rozvoji schopnosti soustředit se na poslech skladeb a rozvoji tělesných pohybů skrze hudbu.¹⁵

Velká změna nastává v tom, že se žák samovolně naučí hodnotit své výkony a začne kriticky přemýšlet i nad výkony druhých. Okolo 7. roku věku dítěte si učitel může začít všimnout v průběhu hudebních činností jistého poklesu spontánnosti žáka, která s rostoucím věkem ještě více klesá.¹⁶ Období mladšího školního věku bývá většinou završeno u více vyspělých žáků nástupem puberty, při které dochází ke vzniku psychických a somatických změn projevujících se rovněž při hlasové výchově.¹⁷ Jedná se o přeměnu hlasu jedince v mužský nebo ženský. Tato změna je mnohem nápadnější u chlapců, jelikož se jejich hlasový rozsah snižuje až o jednu oktávu. Začíná se projevovat okolo 12. roku, u dívek od 11 let. Jediným možným způsobem, jak této hlasové krizi lze čelit, je dopřát těmto jedincům hlasový klid.¹⁸

1.3 Vliv zpěvu na hudebnost a celkový rozvoj osobnosti dítěte

Vlastnost určující vztah psychického života jedince k hudbě bývá jedním slovem označována jako hudebnost. Podle kvality hudebních vloh, schopností, dovedností, ale i všeobecného nadání, lze určit stupeň hudebnosti s ohledem na úroveň tonálního a harmonického cítění, hudební paměti, hudebního sluchu, či ze schopnosti pro dodržování čistoty intervalů.¹⁹

Samotný zpěv podporuje a rozvíjí hudebnost jedince. Bývá považován za způsob, při kterém jedinec sděluje své myšlenky pomocí tónů spojených s lidskou řečí.²⁰ Celkově je spjat s různorodými situacemi, které se v životě jedince odehrávají. Od počátku prvního zpívání je vhodné zaměřovat se na výrazový zpěv spojený s emocemi, které žáci v dané chvíli pociťují, aby vokální projev byl výrazný a nevšední. Zpěv celkově přispívá

¹⁴ SEDLÁK, František, VÁŇOVÁ, Hana. *Hudební psychologie pro učitele*. 2013, s. 364-365.

¹⁵ Tamtéž, s. 364-365.

¹⁶ OBEŠLOVÁ, Miluše. *Hlasová výchova 6-9letých dětí na základní škole*. 2005, s. 82.

¹⁷ SEDLÁK, František, VÁŇOVÁ, Hana. *Hudební psychologie pro učitele*. 2013, s. 365.

¹⁸ DRÁBEK, Václav. *Stručný průvodce hudební psychologií*. 2004, s. 55-56.

¹⁹ LÝSEK, František. *Metodika hudební výchovy v 1. - 5. ročníku ZDŠ: učebnice pro pedagogické fakulty*. 1972, s. 11-12.

²⁰ VRCHOTOVÁ-PÁTOVÁ, Jarmila. *Didaktika zpěvu pro sólisty, sborové pěvce a budoucí pěvecké pedagogy*. 2002, s. 6.

k vytvoření pevnější vazby k hudbě a zkvalitňuje funkci hlasového ústrojí.²¹ Můžeme tedy říci, že umění mluvit a zpívat je výsledkem toho, jak s hlasem pracujeme a rozvíjíme ho.²²

Zpěv má ale i mnohem více rozmanitějších funkcí, například v oblasti výchovy a vzdělávání, komunikace a estetiky. Lze však mluvit i o funkci terapeutické, které se využívá například k nápravě řečových a sluchových poruch. Pravidelným zpěvem se u žáků rozvíjí hudební představivost, správná činnost dechového ústrojí, motoriky mluvidel, ale i úmyslná pozornost.²³ Velký význam má zpěv i pro zdravotní stav jedince. Navyšuje vitální kapacitu plic, snižuje tepovou frekvenci, zvětšuje hrudník a má i dobré účinky na srdce. Kladně působí i na psychiku jedince. Snižuje nervové napětí a zamezuje pocitům prázdnoty.²⁴ Díky zpěvu v třídním kolektivu se rozvíjí i spolupráce. Žáci si vytvářejí přátelské vztahy a učí se ohleduplnosti a porozumění druhým.²⁵

1.4 Základní pravidla duševní a hlasové hygieny

Aby se dětský hlas vyvíjel správným způsobem a byl po celou dobu vývoje náležitě chráněn, je potřeba dodržovat několik základních pravidel hlasové hygieny. Je nutno podotknout, že se nemusí jednat konkrétně o hlas zpěvní, velmi důležité je pečovat i o hlas mluvní, jehož kvalita je závislá na způsobu provádění zpěvu.²⁶

Mezi nejdůležitější pravidla duševní hygieny se řadí především *dodržování pravidelného denního režimu, dostatečné množství spánku, dobrá životospráva a také optimistické životní naladění*. Nutné je také nezapomínat zařazovat do režimu dítěte *aktivní odpočinek*.²⁷ Velký vliv na funkci a znění dětského hlasu má i tréma či stav, kdy dítě prožívá nějakou stresovou situaci. Je totiž známo, že pěvecký hlas je z velké části ovlivňován psychikou a emočním rozpoložením. V těchto situacích je důležité s dítětem jednat s citem a určitou dávkou pochopení.²⁸ Pokud je dítě nuceno zpívat ve stavu rozčilení, kdy jsou jeho hlasivky překrvené, hlas velice trpí. Proto je nutné dítěti dopřát

²¹ OBEŠLOVÁ, Miluše. *Hlasová výchova 6-9letých dětí na základní škole*. 2005, s. 83.

²² ČEŠKOVÁ, Olga. *Pěvecká výchova*. 2017, s. 7.

²³ OBEŠLOVÁ, Miluše. *Hlasová výchova 6-9letých dětí na základní škole*. 2005, s. 5.

²⁴ SEDLÁK, František, VÁŇOVÁ, Hana. *Hudební psychologie pro učitele*. 2013, s. 278-279.

²⁵ OBEŠLOVÁ, Miluše. *Hlasová výchova 6-9letých dětí na základní škole*. 2005, s. 5.

²⁶ Tamtéž, s. 66.

²⁷ Tamtéž, s. 66.

²⁸ SEDLÁK, František, SIEBR, Rudolf. *Didaktika hudební výchovy na prvním stupni základní školy: učebnice pro studenty pedagogických fakult*. 1985, s. 152.

chvíli na to, aby se uklidnilo. Stejně tak i zdravému hlasu je dobré někdy dopřát *hlasový klid*. Doporučuje se jeden den v týdnu.²⁹

Ještě před samotným zahájením hlasové výchovy, by měl pedagog *dostatečně vyvětrat místnost*, ve které se hodina bude odehrávat. Zpěv v chladu, či dokonce mrazu, škodí jak dětskému hlasu, tak i hlasu dospělého. Stejně tak by měl pedagog na začátku hodiny zjistit, zda jeho žáci nejsou nachlazení, nemají kašel nebo jiná onemocnění dýchacích cest. Tyto žáky by měl pedagog ze zpěvu omluvit a dopřát jim hlasový klid.³⁰

Hlasová hygiena je závislá i na přístupu daného jedince. Pokud si je jedinec vědom, že se v následujících hodinách bude věnovat zpěvu, měl by se vyvarovat potravin, které nepůsobí vhodně na hlasové orgány a jejich sliznice. V létě by se měl před hlasovým výkonem vyvarovat konzumace ledových nápojů, v zimě naopak nápojů horkých. Nutné je nezapomínat ani na *důkladné rozezpívání* před každým zpěvem.³¹

Velmi důležitý je také *výběr písně*. Pedagog by měl nejdříve vyhodnotit, zda je daná píseň vhodná vzhledem k rozsahu hlasu dětí. Neměl by zapomínat ani na skutečnost, zda jsou žáci již technicky způsobilí ke zpěvu dané písně.³² Jedním z nejvíce porušovaných pravidel hlasové hygieny je právě přetěžování dětského hlasu, zpěv v příliš hluboké či vysoké poloze a jiné než měkké nasazování tónů. Další problém nastává i při mechanickém opakování písně. Dětský hlas je snáze unavitelný a dlouhodobý nácvik ho nadměrně zatěžuje. Je proto důležité *zařazovat při zpěvu přestávky*. Odměnou pro pedagoga bude zvýšená koncentrace dětí a oddálení jejich únavy. V nižších ročnících se doporučuje *proložit zpěv jinými hudebními aktivitami* – pohybem, poslechem, hrou na jednoduché nástroje. Nutno je však podotknout, že dlouhodobý zpěv při zvýšené tělesné námaze také není příliš vhodný vzhledem k přílišnému nadšení žáků a jejich následné brzké únavě.³³

Na dodržování zásad duševní a hlasové hygieny by měli v domácím prostředí dohlížet rodiče, ve škole především pedagogové, a to ve všech předmětech, nejen v hudební výchově.³⁴

²⁹ ČEŠKOVÁ, Olga. *Pěvecká výchova*. 2017, s. 30.

³⁰ OBEŠLOVÁ, Miluše. *Hlasová výchova 6-9letých dětí na základní škole*. 2005, s. 66.

³¹ SYNEK, Jaromír. *Vybrané kapitoly z didaktiky hudební výchovy I*. 2004, s. 12.

³² Tamtéž, s. 66.

³³ SEDLÁK, František, SIEBR, Rudolf. *Didaktika hudební výchovy na prvním stupni základní školy: učebnice pro studenty pedagogických fakult*. 1985, s. 151-152.

³⁴ Tamtéž, s. 152.

2 Hlasová výchova na 1. stupni ZŠ a její cíle

2.1 Hlasová výchova – terminologické vymezení

Pro začátek je potřeba od sebe odlišit dva termíny – hlasová výchova a pěvecká výchova. *Hlasová výchova* je brána jako proces, při kterém dochází ke zdokonalování mluvního hlasového projevu. Jako pěvecká výchova se označuje proces kultivování zpěvního hlasu a také přednesu. Například F. Sedlák a další autoři ve svých publikacích uvádí pojem pěvecká výchova, kterou berou jako vyšší formu hlasové výchovy.³⁵ Na 1. stupni jsou však složky pěvecké a hlasové výchovy rovnocenné. Jsou považovány za zcela zásadní pro upevňování čistoty zpěvu a rytmickou přesnost zpěvu. Samotná správná technika zpěvu je nedostačující.³⁶

Ve své práci se nebudu zabývat uměleckou a profesionální úrovní hlasového výcviku, nýbrž rozvojem hlasových předpokladů ve školském hudebně výchovném procesu. Z toho důvodu budu užívat pojmu *hlasová výchova*, jejíž cíle jsou pouze v základní, elementární rovině, ale za to pro žáky 1. stupně dosažitelné.

Aby se pěvecký a mluvní hlas vyvíjel fyziologicky správně, je nutno o něj bezpodmínečně pečovat. Prostřednictvím hlasové výchovy můžeme žáky vést k pěknému zpěvu spojenému s emočním prožíváním. V případě, že však hlasová výchova ve výuce hudební výchově chybí, není možné u žáků očekávat hlubší propojení s hudbou a budování estetického zážitku.³⁷

Zpěvu, spojenému s emocionalitou, se věnuje například autorka L. Válková. Ta popisuje hlasovou výchovu následovně: *Hlasová výchova je psychosomatická disciplína, která komplexním rozvíjením hlasotvorných a psychosomatických předpokladů navozuje a udržuje harmonii duševních a tělesných funkčních napětí; ta jsou základním předpokladem optimální hlasotvorné aktivity.*³⁸

2.2 Cíle a úkoly hlasové výchovy žáků 1. stupně podle RVP ZV

J. Synek definuje cíl hlasové výchovy takto: *Cílem hlasové výchovy je vést děti ke správnému užívání hlasu, krásnému zpěvu a radosti ze zpěvu. K úspěchu nás přivede pouze*

³⁵ SLAVÍKOVÁ, Marie. *Psychologické aspekty hlasové výchovy žáků základní školy*. 2003, s. 10.

³⁶ SEDLÁK, František, SIEBR, Rudolf. *Didaktika hudební výchovy na prvním stupni základní školy: učebnice pro studenty pedagogických fakult*. 1985, s. 135

³⁷ OBEŠLOVÁ, Miluše. *Hlasová výchova 6-9letých dětí na základní škole*. 2005, s. 6.

³⁸ VÁLKOVÁ, Libuše. *Hlas individuality*. 2007, s. 25.

*promyšlená a systematická práce.*³⁹ Důležitým úkolem je tedy především soustavnost rozvoje pěveckého hlasu a postupné budování pěveckých, ale i sborových návyků a dovedností, které jsou klíčem k estetickému a procítěnému zpěvu.⁴⁰ Hlasová výchova pomáhá dětem při nápravě nezpěvnosti a učí je vybudovat si správné návyky ke zpěvu. Její účinek se projevuje i na čistotě zpěvu.⁴¹

2.2.1 Obecné cíle hlasové výchovy na ZŠ

Hlavním cílem hlasové výchovy je rozvoj, již zmíněných, pěveckých dovedností u všech žáků, a to takovým způsobem, který je v souladu se zásadami hlasové a pěvecké kultury. Pomocí jednotlivých aktivit by žáci měli dojít k vlastnímu emocionálnímu vyjádření a rozvoji kreativity.⁴² Aby byli schopni všítat si hudební či zvukové povahy, měli by být vedeni také k poznávání a hodnocení účinků hudby, zvuků a hlasů.⁴³

2.2.2 Zařazení vzdělávacího oboru Hudební výchova v RVP ZV

Rámcový vzdělávací program základního vzdělávání vymezuje přesné cíle, délku, formy a obsah vzdělávání, které musí pedagog v jednotlivých předmětech dodržet. Zahrnuje také způsoby, jakými by mělo vzdělávání probíhat a jakými by mělo být ukončováno. RVP ZV je pravidelně upravován a aktualizován podle nejnovějších poznatků jednotlivých vědních disciplín. Na jeho základě si jednotlivé školy samy tvoří školní vzdělávací programy, podle kterých se řídí.⁴⁴

RVP ZV se dělí na několik vzdělávacích oblastí. Tyto oblasti zahrnují jednotlivé vzdělávací obory. V tomto případě spadá vzdělávací obor *Hudební výchova* spolu s oborem *Výtvarná výchova* do vzdělávací oblasti *Umění a kultura*. Tato vzdělávací oblast bývá ještě často doplňována o obor *Dramatická výchova*.⁴⁵ Je nutno podotknout, že všechny tyto vzdělávací obory mají mezi sebou jisté vazby, kterých se v hodinách hudební výchovy dá vhodným způsobem využít.

³⁹ SYNEK, Jaromír. *Vybrané kapitoly z didaktiky hudební výchovy I*. 2004, s. 6.

⁴⁰ SEDLÁK, František, SIEBR, Rudolf. *Didaktika hudební výchovy na prvním stupni základní školy: učebnice pro studenty pedagogických fakult*. 1985, s. 135.

⁴¹ TICHÁ, Alena. *Učíme děti zpívat: hlasová výchova pomocí her pro děti od 5 do 11 let*. 2005, s. 73.

⁴² OBEŠLOVÁ, Miluše. *Hlasová výchova 6-9letých dětí na základní škole*. 2005, s. 5.

⁴³ VÁLKOVÁ, Líbuše. *Hlas individuality*. 2007, s. 88.

⁴⁴ *Rámcové vzdělávací programy* - NPI - Národní pedagogický institut České republiky [online]: Praha: 2021 [cit. 2022-07-31]. Dostupné z: <https://www.npi.cz/ramcove-vzdelavaci-programy>.

⁴⁵ *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání* [online]: Praha: MŠMT, 2021 [cit. 2022-07-31]. Dostupné z: <https://revize.edu.cz/files/rvp-zv-2021.pdf>.

Vzdělávací oblast *Umění a kultura* má pomoci žákům poznat svět jiným než jen racionálním způsobem. Klade důraz na pochopení toho, že kultura je procesem a výsledkem činnosti člověka a je spjata s jeho každodenním životem. Cílem vzdělávání v této oblasti je osvojování si světa s rozvojem vlastní tvořivosti, vnímání a citění. Součástí je také hledání a pochopení vazeb mezi jednotlivými druhy umění. Prostřednictvím tvořivých činností by žáci měli dojít i k utváření schopnosti neverbálního vyjadřování, v hudební výchově konkrétně prostřednictvím zvuků a tónů. Mimo hudební jazyk a činnosti s výrazovými prostředky, se žáci seznamují i s uměním literárním a dramatickým. Učí se poznávat vybraná umělecká díla, snaží se chápat, co tím autoři chtěli říct a využívat vlastní tvořivosti.⁴⁶

2.2.3 Vzdelávací obsah Hudební výchovy z hlediska hlasového rozvoje dle RVP ZV

Očekávané výstupy pro 1. období vzdělávacího oboru Hudební výchova jsou z hlediska hlasové výchovy takové, že by žák měl zvládnout zpívat v jednohlase a rytmizovat a melodizovat jednoduché texty. U žáků s podpůrnými opatřeními, dochází k úpravám očekávaných výstupů, jejichž úroveň je převážně nižší. Žák by měl být schopen zazpívat méně složité písně v rozsahu kvinty. Při zpěvu by měl umět dobře hospodařit s dechem a zřetelně vyslovovat. To samé platí i při rytmizaci říkadel.⁴⁷

V období od 1. do 3. třídy, by se měl pedagog se žáky v rámci hlasové výchovy zaměřit na základy správného dýchání a vyslovování při zpěvu. Stejně tak by měl u žáků rozvíjet hlavový tón a budovat schopnost správného tvoření a měkkého nasazování tónů. Sám pedagog by měl dbát na dodržování zásad hlasové hygieny a měl by s nimi obeznámit i své žáky. V průběhu prvních tří ročníků by mělo postupně docházet k rozšiřování hlasového rozsahu. Žáci by také měli být schopni pěvecky odlišit hudební kontrasty, například v průběhu hudebních her – hra na otázku a odpověď, hra na ozvěnu. Učí se také, že noty jsou grafickými symboly označujícími tóny a seznamují se s notovou osnovou.⁴⁸

Ve 2. období je úroveň očekávaných výstupů vyšší. Žák už by měl být připraven ke zpěvu v jednohlase nebo dvojhlasu, a to jak v durových, tak v mollových tóninách. Při samotném zpěvu by měl využívat již získaných pěveckých dovedností. Také by měl umět

⁴⁶ *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání* [online]: Praha: MŠMT, 2021 [cit. 2022-07-31]. Dostupné z: <https://revize.edu.cz/files/rvp-zv-2021.pdf>.

⁴⁷ Tamtéž.

⁴⁸ Tamtéž.

realizovat dle svých vlastních schopností a dovedností snadnou melodii nebo píseň dle notového zápisu. Minimální doporučená úroveň pro úpravy očekávaných výstupů v rámci podpůrných opatření je z hlediska hlasové výchovy taková, že by žák měl zvládnout vzhledem k vlastním schopnostem zazpívat píseň v přiměřeném rozsahu, měl by od sebe umět odlišovat tóny dle výšky, barvy a síly a správně hospodařit s dechem při frázování.⁴⁹

Ve 4. a 5. ročníku pedagog navazuje na získané pěvecké dovednosti žáků z předchozích ročníků. Se žáky by se měl zabývat nejen jednohlasým zpěvem, ale i nácvikem dvojhlasého a vícehlasého zpěvu. Typický je zpěv v kánonu či v lidovém dvojhlasu. Další z možností je také zpěv s prodlevou. Ve 2. období se žáci také věnují diatonickým postupům v durových i v mollových tóninách. Učí se zaznamenat jednoduchou píseň a její rytmus notovým zápisem. Zápis not jim poté pomáhá při samotném zpěvu písně. Důležité je nezapomínat na to, že i zde by se měl pedagog soustředit na sjednocování a zvyšování hlasového rozsahu a kontrolovat správnost hospodaření s dechem.⁵⁰

Právě prostřednictvím hudební výchovy by žák měl proniknout do světa hudebního umění. To by mu mělo pomoci k pochopení a k samotnému využití zpěvu a hudby jako jednoho z možných způsobů komunikace. Toho lze docílit prováděním poslechových, instrumentálních, vokálních a hudebně pohybových činností. Výše jmenované hudební činnosti se vzájemně ovlivňují a současně i doplňují. Právě díky nim dochází u žáků k rozvoji hudebnosti, která zahrnuje hudební schopnosti, na jejichž základě se projevují hudební dovednosti. Když jsou tyto hudební dovednosti dostatečné, žák jich může využívat při sólovém či sborovém zpěvu, při hře na hudební nástroj nebo taktéž při tanci.⁵¹

Vokální činnosti slouží především k budování správných pěveckých návyků a k rozvoji mluvního a pěveckého projevu. **Instrumentální činnosti** se zaměřují na hru na hudební nástroj a možnosti reprodukce a produkce hudby. **Hudebně pohybové činnosti** rozvíjí schopnosti vhodně reagovat na hudbu pohybem nebo gesty. **Poslechové činnosti** a jejich provádění žákovi pomáhají především v rozpoznávání jednotlivých žánrů a stylů hudby. Současně mu umožňují hudbu hlouběji vnímat a chápat.⁵²

⁴⁹ *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání* [online]: Praha: MŠMT, 2021 [cit. 2022-07-31]. Dostupné z: <https://revize.edu.cz/files/rvp-zv-2021.pdf>.

⁵⁰ Tamtéž.

⁵¹ Tamtéž.

⁵² Tamtéž.

2.3 Analýza učebnic a metodických příruček hudební výchovy pro 1. – 3. ročník z hlediska cílů, metod a technik hlasové výchovy

Většina učitelů 1. stupně základní školy využívá pro výuku hudební výchovy některou řadu celostátních učebnic, z nichž čerpají zpěvní materiál i didaktické podněty k vokálním činnostem. Rozhodla jsem se proto zpracovat analýzu nejrozšířenější řady učebnic *Hudební výchova 1 – 3* a metodických příruček k učebnicím od autorky Marie Liškové, vydavatelství SPN Praha, a zmapovat uvedené znaky hlasové výchovy, včetně v nich zařazených metodických postupů a didaktických námětů.

Zmíněné materiály byly zpracovány podle osnov vzdělávacího programu Základní škola a byly schváleny MŠMT ČR v roce 1996.⁵³ Současně bych chtěla zmínit, že nás tyto učebnice provázely hudební výchovou v průběhu celého studia a často se s nimi setkávám i na praxích na základních školách.

Učebnice a metodické příručky v rozmezí od 1. do 3. ročníku jsem zvolila k analýze z toho důvodu, jelikož hlasová výchova a její výuka je v těchto letech pro žáky mladšího školního věku tou nejdůležitější a hraje velkou roli v rozvoji jejich hlasového ústrojí, v budování správných pěveckých dovedností a návyků.

Mým cílem bylo zanalyzovat tyto materiály a zjistit, zda obsahují dostatek podnětů pro efektivní výuku hlasové výchovy. Snažila jsem se vždy vyzdvihnout názory a rady, se kterými souhlasím a zároveň zdůraznit nedostatky, které jsem doplnila o své postřehy a nápady na zlepšení. Celkový rozbor a hodnocení učebnic a metodických příruček z hlediska hlasové výchovy bude jen v základní rovině, abych měla prostor pro zaznamenání významných znaků (volba písní a hlasových cvičení, náročnost pro žáky, motivace k písním, progresivní prvky, pokyny pro učitele) i z toho důvodu, že rozbor učebnic není přímo tématem mé práce.

Mojí prvotní představou, kterou mám ještě před zahájením celé analýzy, je možnost, že by hlasová výchova mohla být zanedbávána již v učebnicích a metodických příručkách, které používají jak pedagogové, tak žáci při hudební výchově. Celkově vím, jak je výběr vhodných materiálů a učebnic důležitý pro efektivní výuku, a to nejen

⁵³ LIŠKOVÁ, Marie. *Hudební výchova pro 1. ročník základní školy: učebnice zpracovaná podle osnov vzdělávacího programu Základní škola*. 1998.

v hudební výchově. Právě nevhodné učebnice a metodické příručky by mohly být jedním z důvodů, proč je hlasová výchova v současné době považována za problematickou.

2.3.1 Hlasová výchova v metodických příručkách k učebnicím pro 1. ročník

Hned v úvodu metodické příručky M. Lišková zmiňuje, že hlavním cílem hodin hudební výchovy by mělo být rozezpívání co největšího počtu dětí, což je v hlasové výchově považováno za velmi důležité. Dále říká, že jedině zpěvem se dá zpěv naučit. Zdůrazňuje, že nejsrozumitelnější je pro žáky zpěv písní, které mají pravidelný rytmus. Také by neměl být opomíjen zpěv opěrných písní různých stupňů, které pomáhají k představení si počátečního tónu písně. Autorka také zmiňuje, že by pedagogové neměli vynechávat jednoduché říkadlové nápěvy, díky kterým se žáci mohou naučit čistě intonovat a pomáhají rovněž k vyrovnání pěveckých rozdílů mezi jednotlivci. Z toho je tedy patrné, že zpěv a řeč mají jisté vazby, konkrétně tedy že zpěv vyvozujeme z řeči, čímž se potvrdil fakt, kterým jsem se zabývala v kapitolách výše. Dále autorka poskytuje pedagogům návod, jak by měl správně probíhat nácvik nové písně a zmiňuje se o chybách, kterých se žáci při zpěvu nejčastěji dopouštějí – křik, hlasitý zpěv, nesrozumitelná výslovnost, nesprávné držení těla a nedostatečné otevírání úst.⁵⁴

Autorka v úvodu příručky sice popisuje, na co by měl učitel dávat pozor, ale na dalších stránkách už nejsou přiložena žádná cvičení či návody, jak těmto chybám předcházet nebo jakým způsobem se pokusit o jejich nápravu. Bylo by efektivnější přiložit pár artikulačních cvičení, příkladů her s hlasem, nebo postup nácviku správného držení těla při zpěvu.

2.3.2 Hlasová výchova v učebnicích pro 1. ročník

Učebnice hudební výchovy koresponduje s pokyny v metodické příručce. Obsahuje písně z pohádek a také opěrné písně, na kterých se žáci mohou naučit správnému nasazení tónu. Příkladem je opěrná píseň *Halí, belí* pro 3. stupeň a *To je zlaté posvícení* pro 5. stupeň. V učebnici také můžeme najít ilustrace správného držení těla při zpěvu a správné práce s dechem, které pomohou učitelům i žákům ke správné nápodobě.⁵⁵

⁵⁴ LIŠKOVÁ, Marie. *Metodická příručka k učebnici Hudební výchova pro 1. ročník základní školy: zpracováno podle osnov vzdělávacího programu Základní školy*. 1998.

⁵⁵ LIŠKOVÁ, Marie. *Hudební výchova pro 1. ročník základní školy: učebnice zpracovaná podle osnov vzdělávacího programu Základní škola*. 1998.

Malý problém shledávám v tom, že tyto ilustrace už nejsou slovně popsány, ani doplněny o nějaká průpravná cvičení. Ilustrace by bylo vhodné doplnit o slovní popis, jak správné držení těla a dýchání nacvičit. Celkově je učebnice spíše průvodcem s velkým množstvím barevných obrázků, které jsou však pro takto malé žáky motivující. V závěru učebnice není část věnovaná pouze hlasové výchově, která se nachází v učebnicích pro 2. a 3. ročník. Zde jsou zmíněny základní pěvecké zásady a různá cvičení k rozezpívání. Osobně bych tam tuto část zařadila už i v 1. ročníku, aby se žáci mohli s jednotlivými cvičeními a zásadami seznámit již od samého počátku.

2.3.1 Hlasová výchova v metodických příručkách k učebnicím pro 2. ročník

V této metodické příručce je považováno za velmi důležité, aby pedagog dodržel posloupnost jednotlivých kapitol, jelikož obtížnost jednotlivých činností se zvyšuje. Pro efektivní hlasovou výchovu je nutné postupovat od nejjednoduššího ke složitějšímu. Jedná se především o písně, u nichž dochází k postupnému zvyšování pěveckého rozsahu. V příručce je poukázáno na to, jakým způsobem uchopit náročnější místa v písních, konkrétně jak nacvičit písně s dialogy či správnou výslovnost daného textu písně, což považuji za velmi cenné. Celkově se metodická příručka zabývá spíše rytmickými, instrumentálními, pohybovými a poslechovými činnostmi.⁵⁶

V jednotlivých kapitolách není popsán nácvik hlasové, artikulační a dechové techniky, což považuji za nutnost k vybudování dobře zvládnutého pěveckého hlasu. Osobně bych ještě, mimo seznámení učitelů s tím, co žáky mají naučit, doplnila metodickou příručku o nějaký návod, jak toho mají docílit. Zde autorka nejspíše spoléhá na to, že hudební, konkrétně hlasovou výchovu, vyučuje zkušený pedagog.

2.3.2 Hlasová výchova v učebnicích pro 2. ročník

Ke konci učebnice pro 2. ročník se nachází kapitola o hlasové výchově, která obsahuje informace, se kterými by žáci v průběhu roku měli být seznámeni. Je zde popsán například správný postoj, tedy vstoje či vsedě s narovnanými zády. Také se tam můžeme setkat s několika artikulačními cvičeními v podobě jazykolamů, která by měla žákům pomoci k uvolnění obličejového svalstva (viz obr. 2).

⁵⁶ LIŠKOVÁ, Marie. *Metodická příručka k učebnici Hudební výchova pro 2. ročník základní školy*. 1999.

Artiklace

Jazykolamy:

1. Hupity cupity z kuchyně ven.
2. Mezi domama má máma malou zahrádku.
3. House ve strouze kousek pouze od husy se ztratilo.

Obrázek 2: Artikulační cvičení⁵⁷

Autorka se zabývá i popisem správného pěveckého dýchání, které člení do tří fází. Dýchání připodobňuje například k přičichnutí ke květině, k nádechu při potápění. Zde oceňuji konkrétnost a příklady. V závěru učebnice jsou přiložena hlasová cvičení, která slouží k nácvičku a navození hlavového tónu. Tato cvičení jsou jednoduchá a snadno je lze transponovat po půltónech směrem nahoru i dolů (viz obr. 3). V učebnici se opět setkáváme s dalšími opěrnými písněmi a řadou her.⁵⁸

ku ku ku ku ku ku
ha-ló ha-ló ha-ló ha-ló ha-ló

mo-je mi-lá má-mo

mo mo mo mo mu mu mu mu ma ma ma ma

Obrázek 3: Hlasová cvičení⁵⁹

V učebnici se objevila hra s názvem *Hra na vítr*, která podporuje ztuhlost krku při zpěvu, což je jeden z nejčastěji se vyskytujících problémů hlasové výchovy. Hra je v učebnici popsána tak, že se žáci mají nadechnout, zadržet dech, napočítat do čtyř a poté vydechnout. Interval na čtyři doby je dle mého názoru poměrně dlouhý a krk žáka při něm nemůže být uvolněný. Jedním z cílů hlasové výchovy je uvolněnost krčního svalstva při zpěvu, proto bych volila buď kratší interval nádechu, zadržení a výdechu, nebo bych hru s žáky vůbec neprováděla. Mě samotnou provádění takových cvičení v hodinách hudební výchovy stresovalo, což je něco, čemuž bych se u svých žáků ve svých hodinách chtěla vyhnout.

⁵⁷ LIŠKOVÁ, Marie. *Metodická příručka k učebnici Hudební výchova pro 2. ročník základní školy*. 1999, s. 100.

⁵⁸ Tamtéž.

⁵⁹ LIŠKOVÁ, Marie a Lukáš HURNÍK. *Hudební výchova pro 2. ročník základní školy*. 2012, s. 101.

2.3.3 Hlasová výchova v metodických příručkách k učebnicím pro 3. ročník

Metodická příručka k učebnicím pro 3. ročník navazuje na poznatky a úkoly z předcházejících ročníků, což považuji za samozřejmé a správné. V hlasové výchově se žáci věnují již těžším jednohlasým písním a také nácviku dvojhlasých písní s využitím kánonu. Tento nácvik provádějí na písních *Až já pojedu přes ten les* či *Dú Valaši, dú*, které jsou pro 3. třídu z hlediska náročnosti optimální. Vhodné je i zařazení hudebních her, např. *Hry na otázku a odpověď* spojené s tleskáním či *Hry na ozvěnu* k rozezpívání, jelikož hry u žáků vzbuzují větší pozornost a motivaci. U některých písní autorka sděluje svá doporučení, například k rozezpívání na danou slabiku.⁶⁰

V metodické příručce nebylo nic, co bych mohla vytknout. Co bych ještě jakožto začínající učitelka ocenila, kdyby autorka zařadila komentáře a doporučení k většině písní.

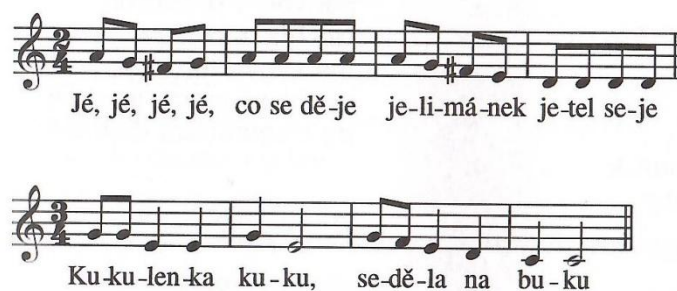
2.3.4 Hlasová výchova v učebnicích pro 3. ročník

Opět se na konci učebnice můžeme setkat s tím, co se žáci měli v průběhu roku naučit. Hlasové výchově je zde znovu věnována dvoustránka. Oproti učebnici pro 2. ročník sem autorka zařadila dechová cvičení, u kterých žáci mají při nádechu počítat do pěti, pak zadržet dech na jednu dobu a vydechovat na slabiku fú a fí. Na nácvik výslovnosti jde zde přidána další aktivita. Ta je založena na tiché deklamaci textu, kdy žáci mají uhodnout předávaný vzkaz. V rámci výslovnosti při zpěvu písní doporučuje autorka artikulační cvičení na rozcvičení mluvidel. Také zdůrazňuje nácvik výslovnosti sykavek a koncových souhlásek k, d, t, n, m, p. Z opěrných písní přibyly písně *Dívča, dívča* pro 2. stupeň a *Oči, černé oči* pro 4. stupeň. V závěru učebnice oceňují modely k rozezpívání, které jsou vhodně zvoleny (viz obr. 4).⁶¹

Dvoustránka o hlasové výchově v učebnici pro 2. ročník je téměř totožná s dvoustránkou v učebnici pro 3. ročník. K provádění dechového cvičení, které popisují výše, bych volila kratší interval, jelikož nádech na pět dob považuji opět za dost dlouhý.

⁶⁰ LIŠKOVÁ, Marie. *Metodická příručka k učebnici Hudební výchova pro 3. ročník základní školy*. 1999.

⁶¹ LIŠKOVÁ, Marie a Lukáš HURNÍK. *Hudební výchova pro 3. ročník základní školy*. 1998.



Obrázek 4: Modely k rozezpívání⁶²

2.3.5 Závěr z analýzy metodických příruček a učebnic hudební výchovy pro 1. – 3. ročník ZŠ

Tato analýza metodických příruček a učebnic hudební výchovy pro 1. – 3. ročník ZŠ předčila a zároveň nepotvrdila moje prvotní očekávání. Učebnice sice nebyly zaměřeny na hlasovou výchovu jako takovou a neobsahovaly příliš velké množství podnětů k pěveckým činnostem, zato velká pozornost byla věnována artikulačním, rytmickým, instrumentálním, pohybovým a poslechovým činnostem, které s hlasovou výchovou bezpodmínečně souvisí. Metodické příručky byly zpracovány srozumitelně, obsahovaly dostatek podnětů a doporučení, čemu se mohou učitelé s žáky ve svých hodinách věnovat. Z toho důvodu nelze říci, že by učebnice a metodické příručky byly nevyhovující. V učebnicích (kromě učebnice pro 1. ročník) oceňuji, že je hlasové výchově věnována samostatná dvoustránka, na které jsou konkrétní modely k rozezpívání a popis základních pěveckých zásad, jako je správné držení těla, dýchání a artikulace. V učebnicích i metodických příručkách se postupně zvyšovala úroveň obtížnosti písní, což je pro přirozené rozšiřování hlasového rozsahu důležité. Volba her s hlasem, až na drobné výjimky, byla vhodná a opěrné písně byly zařazeny do všech učebnic, což je při nácviu nových písní podstatné. Nechyběla ani motivace k písním a jednotlivým hrám. Celkově tyto učebnice a metodické příručky hodnotím kladně a řekla bych, že i přesto, že jsou tenké, jsou po stránce návodnosti a podnětnosti pro hlasovou výchovu dostačující.

⁶² LIŠKOVÁ, Marie a Lukáš HURNÍK. *Hudební výchova pro 3. ročník základní školy*. 1998, s. 109.

2.4 Problémy hlasové výchovy ve školní praxi

Nezpěvnost dětí mívá své příčiny již v domácím prostředí a v raném věku dítěte. Dnešní matky zcela zapomínají dětem zpívat a děti tak nemají šanci hudbu začít vnímat a naslouchat jí. S tím se pojí také fakt, že rodiče často dětem zakazují doma zpívat, protože chtějí mít klid. Neuvědomují si však, že se jedná o jejich přirozený projev. Následkem neprocvičování dechových a hlasivkových svalů, účastnicích se při zpěvu, svaly po čase ochabují. Důsledkem toho je, že děti následně neumějí ani pořádně mluvit, natož zpívat.⁶³

V mateřské škole často učitelé nemají v rámci hlasové výchovy na co navázat, jelikož děti z domácího prostředí nemají správné návyky. Často pak nedbají na zásady správného zpěvu a zanedbávají volbu písní vzhledem k rozsahu a poloze hlasu dítěte. Zapomínají také na rozvoj hudebního sluchu a nácvik sluchové pozornosti prostřednictvím vhodných aktivit, což způsobuje nedostatečný rozvoj hudebnosti.⁶⁴

Dalším problémem je nedostatečná motivovanost a nepřipravenost učitelů k výuce hlasové výchovy, která se kultivuje již při studiu na pedagogické fakultě. Tomuto problému byl věnován článek v časopisu *Hudební výchova*, který pojednává o tom, jak jsou studenti vysokých škol seznamováni s metodikou hlasové výchovy. Většina studentů nemá vybudované téměř žádné pěvecké návyky a dostává se do kontaktu s hlasovým školením úplně poprvé až na vysoké škole.⁶⁵ Učitel by si měl být vědom cíle a důležitosti hlasové výchovy, ale také provázanosti nácviku písně s výcvikem hlasu. Měl by mít také přehled o fyziologii a anatomii hlasového a dechového ústrojí, konkrétně i o charakteristice dětského hlasu z hlediska rozsahu a polohy.⁶⁶

S nízkou úrovní zpěvnosti se pojí také malá podnětnost osnov a programů vzdělávání, které mají za následek nesystematický rozvoj pěveckých a hlasových dovedností žáků.⁶⁷

Nepřipravenost učitelů se odráží především při nácviku nové písně. Pedagogové často směřují výuku hudební výchovy jen k samotnému nácviku písně a zapomínají žáky motivovat. Zpěv je pro děti přirozenou činností a má podstatnou motivační funkci. Vlivem

⁶³ TICHÁ, Alena. *Učíme děti zpívat: hlasová výchova pomocí her pro děti od 5 do 11 let*. 2005, s. 12.

⁶⁴ Tamtéž, s. 13.

⁶⁵ ZELENKOVÁ, Dagmar. Výuka pěvecké výchovy na pedagogické fakultě. *Hudební výchova: časopis pro hudební a obecně estetickou výchovu školní a mimoškolní*. 2010, s. 43-46.

⁶⁶ OBEŠLOVÁ, Miluše. *Hlasová výchova 6-9letých dětí na základní škole*. 2005, s. 7.

⁶⁷ SLAVÍKOVÁ, Marie. *Psychologické aspekty hlasové výchovy žáků základní školy*. 2003, s. 14.

špatné metodiky zpěvních činností nastává situace, ve které žák ztrácí o zpěv zájem, nebo si dokonce vypěstuje špatný vztah k hudební výchově jako takové. V časopise *Hudební výchova* byl potvrzen fakt, že motivace hraje u dětí velkou roli. PaedDr. Alena Tichá, Ph.D. a Mgr. Jiřina Jiříčková, Ph.D. pracovaly se skupinou dětí, na které ukázaly několik hudebně výchovných činností. Například aktivita *Hrou k hudebnímu prožitku* vzbudila u dětí obrovský zájem, čímž došlo k potvrzení toho, že hudebně motivační práce je efektivní v procesu hudebního vzdělávání žáků.⁶⁸

Významným faktorem, který se také podílí na nesprávném zpěvu, jsou psychické příčiny, které jsou založeny na nerovnováze osobnosti dítěte a na nevyváženosti nervové soustavy. Tito jedinci mají většinou sníženou schopnost přizpůsobit se sociálnímu prostředí, jsou tišší, přecitlivější a nechtějí se do vokálních činností příliš zapojovat. Často bývají zesměšňováni ostatními spolužáky a mají tendence si málo věřit.⁶⁹

Problémem dnešní doby je i nesprávný pěvecký vzor, který se dítě snaží napodobit. Nevhodný způsob zpěvu založený na tvrdých hlasových začátcích a potlačení lehkého nasazení tónu narušují dětský hlas.⁷⁰ Následkem nesprávného nasazení tónu dochází ke ztrátě schopnosti zpívat hlavovým tónem, což vede k obtížnému a neintonačně čistému zpěvu vyšších tónů.⁷¹

Autorka M. Slavíková také uvádí, že za dalšími problémy dětské nezpěvnosti stojí nedostatečná soustředěnost dítěte při zpěvu, dále také stav, kdy se dítě při hlasitém zpěvu v kolektivu neslyší, tudíž nedokáže vnímat chyby ve svém zpěvu. Také zmiňuje, že děti mají často potíže s vnímáním kvality svého vlastního hlasu a nedovedou vnímat ani zpěv druhých.⁷² O tom, jaký je reálný stav hlasové výchovy na 1. stupni ZŠ a jak ji hodnotí sami učitelé, se chci přesvědčit vlastním dílčím výzkumem (viz kap. 4).

⁶⁸ KODĚJŠKA, Miloš, SLAVÍKOVÁ, Marie. Visegrádská doktorandská konference Teorie a praxe hudební výchovy IV na Pedagogické fakultě UK v Praze. *Hudební výchova: časopis pro hudební a obecně estetickou výchovu školní a mimoškolní*. 2016, s. 14-15.

⁶⁹ OBEŠLOVÁ, Miluše. *Hlasová výchova 6-9letých dětí na základní škole*. 2005, s. 88.

⁷⁰ TICHÁ, Alena. *Učíme děti zpívat: hlasová výchova pomocí her pro děti od 5 do 11 let*. 2005, s. 13.

⁷¹ SLAVÍKOVÁ, Marie. *Psychologické aspekty hlasové výchovy žáků základní školy*. 2003, s. 16.

⁷² Tamtéž, s. 17.

3 Základní pěvecké dovednosti a metody jejich rozvíjení

L. Daniel se zmiňuje o souboru patnácti základních návyků ke zpěvu s ohledem na dané pořadí: *rovně sedět, nekřičet, otevírat ústa, nádech, hlavový tón, výslovnost koncovek, frázování, měkké nasazení samohlásek, vokalizace, prodlužování výdechu, vázání, souhláskové shluky, přídech, dělení slov na slabiky a deklamace*. Obecně lze za základní pěvecké dovednosti považovat správný postoj a dýchání při zpěvu, způsob tvoření tónu, intonační čistotu a správnou artikulaci. Aby docházelo k efektivnímu rozvoji těchto základních pěveckých dovedností, je potřeba vybrat vhodné motivace k dechovým, hlasovým a artikulačním cvičením.⁷³

3.1 Shrnutí tradičních metod a postupů hlasové výchovy

3.1.1 Utváření pěveckých dovedností

Autorka A. Tichá uvádí: *Výuka zpěvu nespočívá pouze ve výcviku postoje, dechu, fonace a artikulace, ale je to práce na „celém člověku“. Vždy musí jít o komplexní působení, jež směřuje k harmonii duševních a tělesných napětí jako výchozího předpokladu pro rozvoj zdravého hlasu.*⁷⁴

Stejně jako jednotlivé hudební dovednosti, se i pěvecké dovednosti budují na základě výcviku a automatizaci. Průběh nácviu a provádění pěveckých činností není možné, na rozdíl od jiných hudebních činností, zrakem kontrolovat. Jedná se především o pohyby hlasivek a hrtanu. Z toho důvodu pedagog nejprve užívá slovních pokynů, kterými vede žáky ke zpěvu, například k nácviu hlavové rezonance. Později si jedinec sám začne uvědomovat umístění tónů na měkkém patře či hlasivkách. Tento proces je náročný a je potřeba, aby pedagog měl určitou praxi a měl dostatečně rozvinutou slovní zásobu z hlediska udávání slovních instrukcí.⁷⁵

3.1.2 Podmínky pro dobře zvládnutý hlas

Pro to, abychom mohli říci, že je pěvecký hlas dobře zvládnutý, je nutné splnit několik základních pěveckých požadavků. Jedním z nich je uvolněnost pěveckého tónu, při kterém tón vychází uvolněným hrdlem a svaly krku se nenapínají. Dýchání při zpěvu by mělo být hluboké a především klidné. Pro dobře rezonující tón je typická jeho lehkost

⁷³ DANIEL, Ladislav. *Metodika hudební výchovy*. Ostrava: Montanex, 1992, s. 14-20.

⁷⁴ TICHÁ, Alena. *Pěvecká výchova – práce na celém člověku*. *Hudební výchova*, 1994/95, s. 58-59.

⁷⁵ SEDLÁK, František, VÁŇOVÁ, Hana. *Hudební psychologie pro učitele*. 2013, s. 280.

a také to, že se dobře nese do dálky. Další podmínkou je jednotné znění hlasu spočívající ve sjednocení rejstříků. Vokály by měly znít ve všech polohách rovnocenně a srozumitelně. Důležitá je i přesná intonace a čistota tónu. Za výsledkem dobrého technického pěveckého výcviku stojí hlasová vytrvalost a hlasová dispozice.⁷⁶ Z časopisu *Hudební výchova* a článku *Výuka pěvecké výchovy* vyplývá i důležitost výběru vhodného hlasu pro hlasové školení.⁷⁷

3.2 Základy hlasové techniky

Základním požadavkem hlasové výchovy je pravidelné a systematické zařazování přípravných cvičení, která pedagogovi pomohou vytvořit technické základy zpěvu u svých žáků. Jsou jimi již zmiňovaná cvičení dechová, hlasová a artikulační.⁷⁸

Dechová cvičení přispívají k rozvoji dechového ústrojí a pomáhají vytvořit základy hospodaření s dechem. Zprvu je vhodné žákům připodobnit dýchání k jevům, které znají – například přivonění ke květině. Starší žáci by se již měli pokoušet o cvičení, ve kterých využijí uvědomělého pěveckého dýchání. **Hlasová cvičení** pomáhají k aktivaci a kultivaci hlasu. Jejich hlavní funkcí je i zvětšování hlasového rozsahu. Díky hlasovým cvičením dochází k vybudování základních pěveckých návyků, rozvíjí se také rezonance a schopnost ovládat vlastní hlas, například z hlediska dynamiky a polohy.⁷⁹ Při přípravě hlasových cvičení a písní ke zpěvu je vhodnější volit klesající melodie, aby se dítě z přechodu hrudního rejstříku do hlavového nemuselo „škrtit“. Příkladem mohou být písně *To je zlaté posvícení* nebo *Kočka leze dolů*.⁸⁰ K nácviку správné výslovnosti souhlásek a samohlásek, později i srozumitelnou a pružnou výslovnost, slouží **artikulační cvičení**, která se využívají především při přednesu písní.

Při všech těchto přípravných cvičení je nutno zohlednit následující složky hlasové výchovy.

3.2.1 Pěvecký postoj

Často opomíjené bývá při hlasové výchově držení těla a pěvecký postoj. Tato skutečnost ovlivňuje tvoření tónů, správné pěvecké dýchání, ale i celkovou kvalitu

⁷⁶ ČEŠKOVÁ, Olga. *Pěvecká výchova*. 2017, s. 8-9.

⁷⁷ ZELENKOVÁ, Dagmar. *Výuka pěvecké výchovy na pedagogické fakultě. Hudební výchova: časopis pro hudební a obecně estetickou výchovu školní a mimoškolní*. 2010, s. 43-46.

⁷⁸ LÝSEK, František. *Metodika hudební výchovy v 1. - 5. ročníku ZDŠ: učebnice pro pedagogické fakulty*. 1972, s. 105.

⁷⁹ Tamtéž, s. 105.

⁸⁰ VÁŇOVÁ, Hana. *Didaktika hudební výchovy ve studiu učitelství pro 1. stupeň ZŠ*. 2020, s. 29.

a estetickou stránku pěveckého projevu. Při zpěvu by žáci měli převážně stát, žáci mladších ročníků mohou výjimečně i sedět. Při stoji by tělo a hlava měly být vzpřímeny. Hlava by se neměla příliš hýbat, zvedat nebo naklánět. Svalstvo těla by mělo být uvolněné, aby hrtan a krční svaly mohly pracovat přirozeně a umožnit tak efektivní pěvecké dýchání. V takovém případě, kdy by žák byl při zpěvu strnulý, by měl pedagog žákovi posunout pravou nohu více dopředu, aby došlo k přenosu váhy těla na levou nohu.⁸¹ V normálním případě by však nohy měly být mírně rozkročené, aby na nich byla váha celého těla rovnoměrně rozložena. Při sezení se chodidla dotýkají celou plochou země, tělo je uvolněné a vzpřímené. I po seznámení žáků se správným držením těla při zpěvu jej pedagog musí stále kontrolovat.⁸²

3.2.2 Dýchání

Správné dýchání ovlivňuje kvalitu tvořeného tónu. Pro zpěv je nejefektivnější takové dýchání, při kterém dochází k využití celé kapacity plic, tzv. žebně brániční dýchání. Hlavním cílem je naučit žáky s dechem hospodařit, nikoliv nabírat do plic co největší množství vzduchu. Nádech nejdříve vede do dolní části plic, přičemž dochází k vyklenutí dutiny břišní a mírnému rozšíření dolní části hrudníku v oblasti volných žebber. Vědomým ovládním stlačené bránice dojde k regulaci výdechu. Nádech na začátku písně se provádí především nosem. Měl by být klidný a nepozorovatelný. Ramena by se neměla zvedat. Se žáky provádíme nádech „do bříška“, kdy dlaní můžeme kontrolovat vyklenutí břišní dutiny, jako když v bříšku nafukujeme balonek. V průběhu písně se lze nadechovat současně ústy i nosem. Po nádechu dochází ke zklidnění dechu, kdy je bránice uvědoměle aktivována a umožňuje správně hospodařit s dechem a správně tvořit tóny. Výdech by měl být dlouhý, plynulý a je rovněž ovládnut bránicí. Aby se nestávalo, že žákům v průběhu písně dojde dech, učíme je správnému frázování, které graficky vyznačíme do notového zápisu dané písně. Dechová cvičení by se měla provádět krátce a zábavnou formou. Aby nebyla stereotypní, je možné je propojovat i s artikulačními a hlasovými cvičeními.⁸³

⁸¹ SEDLÁK, František, SIEBR, Rudolf. *Didaktika hudební výchovy na prvním stupni základní školy: učebnice pro studenty pedagogických fakult.* 1985, s. 141.

⁸² SYNEK, Jaromír. *Vybrané kapitoly z didaktiky hudební výchovy I.* 2004, s. 6.

⁸³ Tamtéž, s. 6-7.

3.2.3 Tvoření tónu

Při samotné mluvě a zpěvu v nízkých polohách je využíváno hrudní rezonance (hrudního rejstříku). S přechodem do hlavového rejstříku dochází k rezonanci hlavové, která způsobuje rezonanci tónu nad hlasivkami, v hlavových dutinách.⁸⁴ Díky výdechovému proudu vzduchu se aktivují hlasivky a vzniká tón. Ten se nadále dotváří v rezonančních orgánech a mluvidlech. Aby tón byl intonačně správný, je nutné, aby si ho zpěvák před samotným zpěvem nejdříve představil. Brada by měla být uvolněná a měla by se pohybovat směrem dolů. Dobré je si představit situaci, jako když se chceme „zakousnout do jablka“. Jazyk by měl ležet měkce na spodku úst a rty by měly být mírně vysunuté vpřed. Tento způsob tvoření tónu umožňuje dětem zpívat intonačně správně i takové písně, které vyžadují většího rozsahu. K navození hlavového tónu využíváme zvuků „houkání“, „kukání“ nebo „mňoukání“. Návčik hlavové rezonance je velmi důležitou součástí i při práci s nezpěváky.⁸⁵

3.2.4 Nasazení tónu

Jediným správným nasazením hlasu u dětí je měkký hlasový začátek, při kterém vzduch postupně a bez nárazu rozkmitá hlasivky. Tón si žák musí v době nádechu, jak již bylo zmíněno, nejprve představit a poté ho nasadit do horní poloviny obličeje – tzv. „do masky“, spolu s představou shora a nejvyššího tónu dané fráze.⁸⁶ Měkký hlasový začátek se nacvičuje zpěvem při zavřených ústech, brumendem, díky kterému si žák uvědomuje rezonanční pocit v přední části úst. Doporučuje se také nasazení tónu přes zpívanou souhlásku „ng“. Souhláska „ng“ může být spojena i se samohláskami „a“ nebo „o“, které usnadní hlavovou rezonanci.⁸⁷ V praxi se však můžeme setkat i s nesprávným nasazením hlasu. Jedním z nich je tvrdý hlasový začátek, při kterém hlasivky nejsou rozkmitávány postupně a dochází tak k tvrdému nárazu výdechového proudu vzduchu na hlasivky.⁸⁸ Dalším nesprávným hlasovým nasazením je dyšný hlasový začátek, kdy hlasivky nedomknou a nespoteřovaný vzduch uniká před tónem a současně i s ním.⁸⁹

⁸⁴ VÁŇOVÁ, Hana. *Didaktika hudební výchovy ve studiu učitelství pro 1. stupeň ZŠ*. 2020, s. 29.

⁸⁵ SYNEK, Jaromír. *Vybrané kapitoly z didaktiky hudební výchovy I*. 2004, s. 7-8.

⁸⁶ Hlasové začátky: *PĚVECKÁ TECHNIKA* [online]. Copyright © 2013 [cit. 04. 10. 2022]. Dostupné z: <https://pevecka-technika.webnode.cz/hlasove-zacatky/>.

⁸⁷ SEDLÁK, František, SIEBR, Rudolf. *Didaktika hudební výchovy na prvním stupni základní školy: učebnice pro studenty pedagogických fakult*. 1985, s. 150

⁸⁸ VÁŇOVÁ, Hana. *Didaktika hudební výchovy ve studiu učitelství pro 1. stupeň ZŠ*. 2020, s. 29.

⁸⁹ Hlasové začátky: *PĚVECKÁ TECHNIKA* [online]. Copyright © 2013 [cit. 04. 10. 2022]. Dostupné z: <https://pevecka-technika.webnode.cz/hlasove-zacatky/>.

3.2.5 Artikulace a postavení úst při zpěvu

Artikulační orgány jsou u pěveckého projevu potřeba zapojit mnohem více, než u projevu mluvního. Jedná se především o správné zaokrouhlení rtů, díky kterému žák dokáže vyslovovat samohlásky do větší šířky. Dále pak o polohu rtů, která pomáhá ke zřetelnější výslovnosti souhlásek.⁹⁰ Samohlásky musí být vyrovnané jak z hlediska zvuku, tak i z hlediska barvy a musí si uchovávat své charakteristické vlastnosti. Sykavky se vyslovují krátce a zřetelně. Koncové souhlásky by se měly vyslovovat měkce a zřetelně, nikoliv vyrážet a polykat.⁹¹

Pro správnou artikulaci při zpěvu jsou potřeba přirozeně otevřená ústa. Špatný návyk vede k přehnanému otevírání úst, které může způsobit až ztuhnutí čelistního pantu. Úkolem pedagoga je v průběhu hodin hlasové výchovy sluchem i zrakem kontrolovat postavení úst žáků, případně vadnou výslovnost odstraňovat a neustále žáky upozorňovat na to, jak mají ústa při zpěvu vypadat. Otevření úst by neměl navozovat slovy „otevři ústa více“, ale naopak pokyny, které vycházejí z pocitu únavy a nadcházejícího uvolnění. Další z možností vysvětlení je metoda nápodoby, kdy se učitel pokusí chybu žáka napodobit a následně ukáže, jak to má správně vypadat. Této metody se dá využít i při opravování jiných chyb, například při křivení krku a těla či krčení čela při zpěvu. Další metodou je zpěv z očí do očí, při níž učitel stojí naproti žákovi, což mu umožní snáze a rychleji zjistit chyby, kterých se žák dopouští.⁹²

K nácviku správné artikulace lze využít deklamace různých jazykolamů, herních cvičení nebo přehnaného vyslovování textů říkadel.⁹³ Jednou z možností je také nácvik artikulace přímo na textu písně. Vhodné je nejdříve text recitovat, poté zpívat v legatu na jednom tónu. Nejasná výslovnost se cvičí rovněž v recitaci, kdy se prodlouží délka samohlásek.⁹⁴

⁹⁰ SEDLÁK, František, SIEBR, Rudolf. *Didaktika hudební výchovy na prvním stupni základní školy: učebnice pro studenty pedagogických fakult.* 1985. s. 147.

⁹¹ SYNEK, Jaromír. *Vybrané kapitoly z didaktiky hudební výchovy I.* 2004, s. 11.

⁹² ZELENKOVÁ, Dagmar. *Výuka pěvecké výchovy na pedagogické fakultě. Hudební výchova: časopis pro hudební a obecně estetickou výchovu školní a mimoškolní.* 2010, s. 43-46.

⁹³ VÁŇOVÁ, Hana. *Didaktika hudební výchovy ve studiu učitelství pro 1. stupeň ZŠ.* 2020, s. 29.

⁹⁴ SEDLÁK, František, SIEBR, Rudolf. *Didaktika hudební výchovy na prvním stupni základní školy: učebnice pro studenty pedagogických fakult.* 1985, s. 147.

3.3 Progresivní prvky zefektivňující hlasovou výchovu na 1. stupni ZŠ

V současné době se ve škole v hlasové výchově uplatňují i jiné než tradiční metody a techniky, které více vychází z her s hlasem a zpěvem. Na efektivitu hlasové výchovy však nemají vliv pouze hry s hlasem a zpěvem, které jsou pro žáky motivační a zábavné. Nutnou podmínkou je i správný pěvecký vzor učitele, vhodný výběr zpěvního materiálu a důsledná hlasová výchova.

Tyto následující progresivní prvky se pokusím uplatnit v 5. kapitole, kde vytvořím modelovou hodinu zaměřenou na hlasovou výchovu.

3.3.1 Učitel jako správný pěvecký vzor a jeho úkoly

Samotná osobnost učitele je žákům nejlepší názornou pomůckou, na jejímž základě si žáci formují vlastní pěvecké návyky, které spočívají především v dodržování základních pěveckých zásad. Nezbytností je, aby tyto zásady učitel sám znal a dodržoval.⁹⁵ Dalším předpokladem jsou dostatečné schopnosti k vzorovému předvedení písně, znalosti o zvláštích dětského hlasu a jasná představa o tom, jak má výkon žáků ze zvukového hlediska vypadat. Práce učitele spočívá především v tvořivém přístupu a úzké spolupráci se žáky. Důležitou roli hraje i trpělivost při dosahování stanovených cílů. Učitel by měl celkově směřovat k tomu, aby se díky svému přístupu ke zpěvu stal žákům vzorem a pod jeho vedením žáci zpívali s radostí a nadšením.⁹⁶ Dle autorky Slavíkové *Práce s dětmi musí plynout zcela přirozeně, spontánně, děti nesmějí cítit tlak a snahu „vyučovat“, učitel musí být partnerem ve hře.*⁹⁷

V rámci hlasové výchovy by mělo být učitelovým úkolem naučit žáky zpívat jednohlasně i vícehlasně a intonačně správně, aby přesně dodržovali rytmus a uměli rozlišit přednes i výraz jednotlivých skladeb.⁹⁸ Požadované úkoly by měl přizpůsobit věku a schopnostem svých žáků, aby nedošlo ke ztrátě jejich zájmu a vzájemné spolupráce s ním.⁹⁹ I samotná ukázka toho, že i když se nedaří vše podle plánu, nejedná se o osobní prohru, ale o neopakující se příležitost, ze které se lze poučit, by pro žáky do budoucna měla být velmi užitečná.¹⁰⁰

⁹⁵ SYNEK, Jaromír. *Vybrané kapitoly z didaktiky hudební výchovy I.* 2004, s. 23-24.

⁹⁶ OBEŠLOVÁ, Miluše. *Hlasová výchova 6-9letých dětí na základní škole.* 2005, s. 131-132.

⁹⁷ SLAVÍKOVÁ, Marie. *Psychologické aspekty hlasové výchovy žáků základní školy.* 2003, s. 19.

⁹⁸ FROSTOVÁ, Jana, VANIÁKOVÁ, Mária. *Základy hlasové výchovy pro učitele.* 1995, s. 6.

⁹⁹ ŠIMANOVSKÝ, Zdeněk, TICHÁ, Alena. *Lidové písničky a hry s nimi.* 1999, s. 14.

¹⁰⁰ SYNEK, Jaromír. *Vybrané kapitoly z didaktiky hudební výchovy I.* 2004, s. 23-24.

3.3.1 Vhodný výběr hudebního materiálu

Výběr hudebního materiálu musí být přiměřený vzhledem k hlasovým možnostem žáků. Měl by být také umělecky i obsahově hodnotný.¹⁰¹ Před samotným výběrem písně je potřeba si všimnout výstavby písně a celkového průběhu melodie, rozpětí mezi tóny, rytmu, textu z hlediska hlásek a také způsobu, kterým má být píseň zpívána. K tomu všemu je potřeba zohlednit aktuální pěvecké zkušenosti žáků.¹⁰²

Žáci v období mladšího školního věku převážně nadchnou popové a lidové písně, či písničky z pohádek. Nepříliš oblíbená je vážná hudba a jazz.¹⁰³ Naučit se zpívat je však reálné především na písních lidových, které mají jednoduchou melodii a rytmus, jsou harmonicky přehledné a srozumitelné.¹⁰⁴ Soubory lidových písní jsou navíc bohatým zdrojem respektujícím věk a pěvecké dovednosti žáků. Díky úmyslnému výběru repertoáru lze u žáků vzbudit lásku k lidové písni spolu s rozvíjením jejich pěveckých dovedností.¹⁰⁵

3.3.1 Účinná motivace k hudbě a hudebním činnostem

Motivace je klíčem k tomu, aby žák měl zájem se něčemu novému naučit. V hudební výchově se může jednat o motivaci hudební a mimohudební. Při nácviu písně je hudební motivací vzorové zazpívání písně, která může být různě doprovázena pohybem nebo hrou na hudební nástroj. Vhodnou hudební motivací je i poslech nahrávky nebo samotná pochvala žáků za jejich práci. Motivací mimohudební je například využití obrázku, který má určitou vazbu s obsahem písně. Dále to může být hra, ilustrace z knížky, básnička nebo pohádka či krátký příběh. Velkou motivační funkci má i zdramatizování obsahu samotné písně nebo taneček.¹⁰⁶ Nejúčinnější motivací je však zapojení žáků do hudebních činností.

3.3.2 Navozování pocitových představ u dětí dle Aleny Tiché

Autorka A. Tichá se ve svých knihách soustředí na možnosti rozvoje dětského zpěvního hlasu pomocí tvořivého přístupu, konkrétně pomocí hry. Motivace hrou je velice efektivní a má mnoho výhod. Umožňuje spontánní zapojení všech žáků, odstraňuje psychické a fyzické bloky a dává žákovi příležitost k sebepoznání. Mimoto zohledňuje

¹⁰¹ OBEŠLOVÁ, Miluše. *Hlasová výchova 6-9letých dětí na základní škole*. 2005, s. 131-132.

¹⁰² TICHÁ, Alena. *Učíme děti zpívat*. 2005, s. 135.

¹⁰³ DRÁBEK, Václav. *Stručný průvodce hudební psychologií*. 2004, s. 57-58.

¹⁰⁴ SLAVÍKOVÁ, Marie. *Psychologické aspekty hlasové výchovy žáků základní školy*. 2003, s. 21-22.

¹⁰⁵ TICHÁ, Alena. *Učíme děti zpívat*. 2005, s. 136.

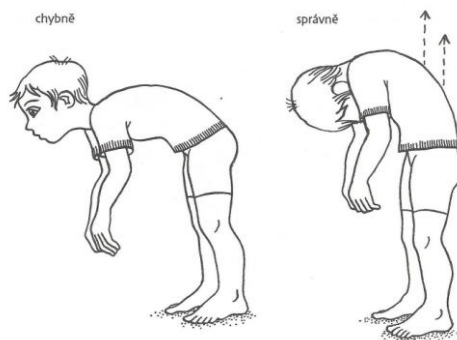
¹⁰⁶ KUBECOVÁ, Markéta, PEHELOVÁ, Marcela, SLAVÍKOVÁ, Marie, RŮŽIČKOVÁ, Veronika, VÁŇOVÁ, Hana. *Rozvíjíme hudební dovednosti dětí*. 2017, s. 48.

i aktuální náladu a pracuje s představivostí a fantazií žáka.¹⁰⁷ Díky zmíněným hrám má každý žák šanci dojít pomocí prožitku k pochopení svých možností a všech základních složek hlasové výchovy jako je například správný postoj při zpěvu, správné dýchání nebo tvoření tónu.¹⁰⁸

Je ověřeno, že metody a techniky, které budu popisovat níže, mají na hlasovou výchovu značně pozitivní vliv. Rozvíjí rytmické cítění, muzikálnost a také smysl pro kolektivní práci. V současné době je na ně v pedagogice kladen stále větší důraz, kvůli tomu, že žáci často nemají disciplínu a správné pracovní návyky. Je ale také patrné, že jsou hry bohužel někdy trochu přeceňované a je jim v hodinách věnováno příliš mnoho času. Sám učitel by měl umět posoudit, kdy je pro ně v hodině vhodná chvíle. Nadměrné zařazování těchto metod a technik má pak za následek chybějící důslednou hlasově výchovnou práci spojenou s intonačním a sluchovým výcvikem.

Navozování správného pěveckého postoje

- K osvojení správného pěveckého postoje je možno využít hry *Ohnutý strom*. Žáci stojí ve stoji vzpřímeném mírně rozkročeném a dle motivace od učitele se předklánějí a poté se napřimují. Když učitel řekne pokyn *vítr zlomil strom v půli* – vrchní polovina těla by měla viset uvolněně dolů, dech by měl být přirozený a klidný. Poté žáci začnou páteř pomalu narovnávat. Ramena by měla směřovat nejdříve do stran, poté dozadu a směrem dolů. Pohyb je u konce, když se hlava dostane do vzpřímené polohy. Pro snazší zapamatování je dobré žáky nechat popsat, jaké tělesné prožitky v průběhu cvičení vnímali (viz obr. 5).¹⁰⁹



Obrázek 5: Navozování správného pěveckého postoje¹¹⁰

¹⁰⁷ TICHÁ, Alena. *Učíme děti zpívat*. 2005, s. 9.

¹⁰⁸ TICHÁ, Alena. *Učíme děti zpívat*. 2005, s. 74.

¹⁰⁹ Tamtéž, s. 80.

¹¹⁰ Tamtéž, s. 81.

- Hra *Hurvínek a Pinocchio* uvolňuje strnulé držení hlavy a přepjatých ramen při zpěvu pomocí nápodoby dvou postaviček. Když žáci napodobují Hurvínka, snaží se zvednout ramena a vytáhnout hlavu směrem dopředu. Brada se pohybuje do stran a opisuje osmičku, čímž dochází k protažení zadních krčních svalů a horních svalů zad. Následně by se měla hlava i ramena vyvěsit a uvolnit. Nápodoba Pinocchia, který má vzpřímenou hlavu a spuštěná ramena, představuje správné držení těla. Tuto nápodobu je potřeba několikrát zopakovat.¹¹¹

Navozování správného pěveckého dýchání

- *Těsně před usnutím* je hra podporující hluboké uvolnění, při níž žáci mohou pozorovat přiměřený a plynulý dech. Výchozí poloha je vleže na zemi. Žáci si představí, že usínají a soustředí se pouze na své dýchání. Dech by měl být volný, přiměřený a plynulý. Žáci si také mohou položit ruce na břicho, při čemž pocítí, jak se břicho mírně zvedá a poté klesá. Pomocí této hry může dojít i k pochopení jednotlivých fází dechového cyklu. Učitel musí docílit toho, aby žáci byli klidní a soustředili se.¹¹²
- K nácviку prodlužování výdechu si se žáky můžeme zahrát hru *Foukání do pířka*. Žáci si vezmou pířko, nebo si ho mohou jen představovat, a snaží se ho pomocí foukání udržovat nad sebou tak, aby pířko nespadlo na zem. Pro správné provedení je vhodné klečēt na kolenou a zaklánēt se celou horní částí těla, aby pířko bylo stále nad žákem.¹¹³
- *Bzučení čmeláka* slouží k rozeznění všech hlasových rezonančních prostor. Žáci se pomocí představy přenesou na rozkvetlou louku. Čmelák jim vlētne do úst a postupně se stěhuje z úst „m“, do nosu „n“ a poté do hlavy „ng“. K silnějšímu rozeznění rezonančních dutin hlavy žáci mohou kroužit rukama kolem uší. Je nutno si všimat, zda žáci netvoří zvuk tlačēním dechu do hlasivek.¹¹⁴

¹¹¹TICHÁ, Alena. *Učíme děti zpívat*. 2005, s. 87.

¹¹²Tamtěž, s. 116.

¹¹³Tamtěž, s. 106.

¹¹⁴Tamtěž, s. 92.

Navozování volného tónu a měkkého hlasového začátku

- Hra *Hadrový panák* slouží k uvolnění celého těla a navození volného tónu. Žáci stojí v prostoru, poskakují na špičkách, střídají při tom nohy a snaží se setřást všechno napětí z těla pryč. Ruce a hlava se pohybují do stran, brada a tváře jsou uvolněné a oči se smějí. Po chvíli žáci začnou současně s pohybem vydávat zvuk „ha“, „ho“. Žáci se soustředí pouze na svůj hlas a snaží se s ním sžít. Je nutno žákům v průběhu vysvětlit, aby zbytečně nekřičeli, že jejich hlas zní hezky i bez křiku. Výsledkem hry by mělo být navození pocitu lehkosti a uvolněnosti celého těla a také pochopení toho, že hlas lze tvořit zcela volně a nenásilně.¹¹⁵
- Hra *Och, uch, ach* slouží k procítění měkkého hlasového začátku. Jednotlivé pocity žáci vyjadřují pomocí citoslovcí a snaží se je změkčit. Obdiv – Óoch, nářek – Ááách a úleva – Úúúch. Hlas může jít vzhůru, zůstat na stejné výšce nebo jít dolů. Záleží především na tom, co tím žáci chtějí vyjádřit. Ostatní se snaží sledovat barvu hlasu při jednotlivých pocitech. Pomocí kontrastu poznávají rozdíl mezi tvrdým a měkkým hlasovým začátkem.¹¹⁶

3.3.3 Hry s hudbou a techniky muzikoterapie dle Zdeňka Šimanovského

Z. Šimanovský, autor knihy *Hry s hudbou a techniky muzikoterapie*, ve své knize propojuje hudbu a rytmus s pohybem, fantazií a mluveným slovem. Také popisuje kdy, jak a proč hudba snižuje psychické napětí a umožňuje větší koncentraci.¹¹⁷

Jednotlivé kapitoly knihy se dělí na hry s rytmem, hry se zpěvem, hry s předměty a nástroji. Následující hry by měly učitelům pomoci především obohatit hodiny a motivovat žáky ke zpěvu. Je však důležité, aby se nestávaly smyslem celé výukové jednotky.

Hra s rytmem

- *Hravé zpívání* je hrou, při které se žáci mohou spontánně vyjádřit, budují vzájemnou spolupráci a současně rozvíjí i smysl pro rytmus. Pro učitele může být tato hra zjištěním, zda jeho žáci při zpěvu vnímají pocity. Nejprve si žáci zazpívají jednoduchou píseň, kterou všichni dobře znají, poté se učitel se žáky zaměří na zpěv písně různými způsoby a s různými emocemi – velmi pomalu, staccatem,

¹¹⁵ TICHÁ, Alena. *Učíme děti zpívat*. 2005, s. 75.

¹¹⁶ Tamtéž, s. 111.

¹¹⁷ ŠIMANOVSKÝ, Zdeněk. *Hry s hudbou a techniky muzikoterapie ve výchově, sociální práci a klinické praxi*. 2007, s. 15-16.

udiveně nebo co nejsnaživěji. U tohoto typu hry by žáci měli být uvolnění, jelikož se nejedná o zpěv na známku.¹¹⁸

Hra s hlasem

- Hra *Na stříbrný balón* je vhodná k nácvičku fonace a hlavové rezonance. Jelikož jsou žáci rozděleni do dvojic, dochází i k rozvoji vzájemné spolupráce. Žáci se ve dvojicích vzájemně opírají o čelo a se zavřenými ústy „mručí“ na jednom tónu. Při provádění této hry by žáci měli vnímat nejen rezonanci své hlavy, ale i rezonanci hlavy jejich kamaráda. Hra funguje na představě, že se díky společnému „mručení“ plní velký stříbrný balón, který se po naplnění vznese a odlétne.¹¹⁹

Cvičení artikulace

- K nácvičku dobré výslovnosti lze využít *Hry s jazykolamy a čtyři svišti* (viz obr. 6). Tato hra slouží také k rozvoji rytmu a spolupráce mezi žáky. Jazykolamy lze zpívat na různé nápěvy nebo na text písničky.¹²⁰

Strč prst skrz krk

Rychleji Americká

Strč prst skrz krk, zře - tel - ně nám pře - ří - kej,
strč prst skrz krk, zře - tel - ně nám pře - ří - kej,
strč prst skrz krk, zře - tel - ně nám pře - ří - kej,
bu - deš jed - nou zpě - vák ve - li - kej. Ba, jo!

Ref.: Strč prst skrz krk zřetelně nám přeříkej,
bude z tebe zpěvák velikej, ba jo.

1. Na cvičišti čtyři svišti pišti,
těším se na lekci příští, ach jo.
Ref.
2. Teď už umím plakal kaplan v kapli,
hlasivky se mi nějak naply, ach jo.
Ref.
3. Jak Julie olejuje koleje,
smrteľnej pot se z ní leje, ba jo.
Ref.
4. Od poklopu ku poklopu Kyklop kouli kouli,
až mám z toho na jazyku bouli, ach jo.
Ref.
5. Dalajlama v lomu láme slámu,
já si z toho jazyk asi zlámu, ba jo.
Ref.
6. Já rád játra, ty rád játra, všichni rádi játra,
už mi z toho jazyk chátrá, ach jo.
Ref.
7. Na klavír hrála kráľovna Klára,
a přitom se na mě smála, ba jo.
Ref.
8. Šel pštros s pštrosicí a pštrosáčaty ke mně,
končím píseň, leze na mě tíseň, ach jo.
Ref.

Obrázek 6: Cvičení pro rozvoj artikulace¹²¹

¹¹⁸ ŠIMANOVSKÝ, Zdeněk. *Hry s hudbou a techniky muzikoterapie ve výchově, sociální práci a klinické praxi*. 2007, s. 122.

¹¹⁹ Tamtéž, s. 143.

¹²⁰ Tamtéž, s. 148.

¹²¹ Tamtéž, s. 148.

3.4 Intonační a sluchová příprava jako nezbytná součást kvalitní hlasové výchovy

Pěvecký projev žáků probíhá dvěma způsoby. První způsob se nazývá vokální imitace, kdy žáci napodobují na základě sluchového vjemu co nejpřesněji melodie nebo jednotlivé části písní. Při tomto způsobu zpěvu však nedochází k uvědomělé operaci s hudební představou, k rozvoji hudební paměti ani k rozboru hudebně výrazových prostředků. Z toho důvodu je potřeba navázat na imitaci nácvikem zpěvu z not – tzv. vokální intonací. Ta spočívá v převodu notového zápisu melodie do její shodné zvukové podoby, kterou zprostředkuje hlasový orgán žáka. Na rozdíl od imitace jsou při intonaci prvotní vjemy zpracovávány pomocí zrakového analyzátoru. Před samotným čtením not je nutné žáka uvést do tóniny udáním tónického kvintakordu. Velmi důležitá je pak i představa intonovaných tonálních vztahů, které docílíme prostřednictvím intonační opory, kterou je například začátek lidem dobře známé písničky.¹²²

V současnosti je nejvíce užívanou intonační metodou tonální písňová metoda Ladislava Daniela, která je založená na principu opěrných písní. Uplatňuje se v ní vzestup a sestup po stupnici, souhrnně označované jako diatonické postupy. Podstatnou roli hrají také volné nástupy, konkrétně první tóny melodie a každé tóny, které následují po intervalu větším než dva, tedy větším než sekunda. Tyto tóny si vybavujeme pomocí počátečního tónu dané opěrné písně začínající na požadovaný stupeň.¹²³

V rámci nácviku je důležité žáky nejprve naučit, jak mají rozlišit vysoké a nízké tóny. Prvotní představu lze navodit pomocí zvuků zvířat. Vysoké tóny se připodobňují ke cvrlikání ptáčků a hluboké tóny ke zvukům, které vydávají například medvědi. V rámci oktávy se rozlišují tóny vyšší, stejné nebo nižší. Nejdříve se srovnávají tóny dva, poté více tónů. Následně se žáci věnují melodii. Na modelech určují, zda melodie stoupá, zůstává na stejných tónech nebo klesá. Také se procvičují diatonické postupy v durových tóninách s využitím intonačních schodů a po úspěšném zvládnutí se soustředí i na tóninu mollovou. Spolu s intonací se rozvíjí i schopnost analyzovat melodii sluchem. Žáci u diatonických postupů, které učitel hraje, nejprve pohybem ruky určují směr pohybu melodie. Ve vyšších ročnících to samé provádějí s využitím grafických značek nebo konkrétních not. Pomocí

¹²² SEDLÁK, František, SIEBR, Rudolf. *Didaktika hudební výchovy na prvním stupni základní školy: učebnice pro studenty pedagogických fakult*. 1985, s. 154-156.

¹²³ SYNEK, Jaromír. *Vybrané kapitoly z didaktiky hudební výchovy I*. 2004, s. 13-15.

intonační tabule se žáci učí poznávat postup melodie podle notového záznamu, díky čemuž poté dokážou provádět intonaci v libovolné tónině.¹²⁴

Vlivem vokální intonace dochází k rozvoji hudebních schopností, především hudební představivosti a hudebního sluchu. Právě ty stojí za schopností představovat si tonální vztahy, které jsou v souladu s notovým zápisem. Činnost intonace nelze vnímat izolovaně. Je nutno ji propojovat s vokální imitací, s poslechem hudby a rozvojem hudebních dovedností, které jsou podmínkou k všestrannému hudebnímu rozvoji.¹²⁵

V publikaci od A. Tiché se setkáváme také s pojmem tvořivá intonace. Jedná se o způsob, který vede k fixaci tonálních vztahů jinou než tradiční cestou. Je definována jako *hra s tóny v určitém tónovém prostoru, který vyvodíme ze známé písně*.¹²⁶ Tónový prostor autorka popisuje jako jeden, dva a více tónů, které lze různě rytmicky obměňovat a mezi kterými existují tonální vztahy. Tyto vztahy mezi tóny už žák při zpěvu zažil a následným cvičením si je upevnil. Výsledkem obměny tónů by však vždy měla být celistvá melodie s určitou délkou, začátkem a koncem. Ze začátku žáci zkouší pouze jejich rytmickou variantu, později melodickou změnu, při které už si musí dokázat představit výšky tónů a mít tonální cítění na určité úrovni.¹²⁷

Tvořivá intonace je považována za jeden z nejefektivnějších prostředků v rozvoji hudební gramotnosti jedince. Autorka H. Váňová zmiňuje dva metodické postupy tvořivé intonace – postup od rozvoje intonačních dovedností k tvořivosti a postup od tvořivých projevů k uplatnění intonačních dovedností. Tyto postupy se od sebe sice liší, ale oba vedou ke vzniku prvních písní, jejichž rytmy a melodie poté mohou žáci ve třídě různě přetvářet, doplňovat, doprovázet hudebními nástroji nebo spojovat s pohybem.¹²⁸ Z těchto prvotních nápadů lze také vytvářet notové zápisy, ke kterým se mohou žáci kdykoliv vracet a zpívat si je. Tato aktivita bývá označována jako elementární komponování a je možno ji realizovat pouze při dostatečné úrovni intonačních dovedností.¹²⁹

¹²⁴ SYNEK, Jaromír. *Vybrané kapitoly z didaktiky hudební výchovy I*. 2004, s. 13-15.

¹²⁵ SEDLÁK, František, SIEBR, Rudolf. *Didaktika hudební výchovy na prvním stupni základní školy: učebnice pro studenty pedagogických fakult*. 1985, s. 154-156.

¹²⁶ TICHÁ, Alena. *Učíme děti zpívat*. 2005, s. 67.

¹²⁷ Tamtéž, s. 67.

¹²⁸ VÁŇOVÁ, Hana. *Didaktika hudební výchovy ve studiu učitelství pro 1. stupeň ZŠ*. 2020, s. 75-76.

¹²⁹ Tamtéž, s. 25.

4 Výzkumná část

Reálný stav hlasové výchovy a zpěvu žáků v době jejich docházky na 1. stupeň ZŠ jsem se rozhodla prozkoumat vlastním dílčím výzkumem. Výzkumy jsem realizovala hned tři. První byl metodou pozorování hodin hlasové výchovy na 10. ZŠ v Plzni. Druhým bylo dotazníkové šetření mezi učiteli, jež zjišťovalo problémy, které učitelé v současné hlasové výchově vidí. Poslední výzkum, tedy výzkum třetí, byl realizován rovněž metodou dotazníkového šetření a zabýval se vztahem učitelů 1. stupně ZŠ k hlasové výchově.

4.1 Výzkum 1: Zjišťování aktuálního stavu hlasové výchovy

4.1.1 Cíl a předmět výzkumu

Cílem tohoto výzkumu bylo zanalyzovat úroveň hlasové výchovy na 10. ZŠ v Plzni ve dvou třídách 4. a 5. ročníku. V souvislosti s hlavním cílem byly stanoveny následující dílčí cíle:

- Zjistit, zda žáci mají vybudované správné pěvecké návyky, tj. pěvecký postoj, dýchání, otevírání úst při zpěvu, správné nasazování tónů.
- Zjistit, zda žáci tyto správné pěvecké návyky v hodinách hlasové výchovy dodržují.
- Zjistit, zda pedagog dbá na dodržování správných pěveckých návyků u svých žáků.
- Zjistit, zda pedagog dodržuje zásady hlasové hygieny u svých žáků.

4.1.2 Metodika a organizace výzkumu

K výzkumu 1 jsem zvolila metodu pozorování, která je považována za jeden z nejčastějších způsobů procesu získávání informací. Tato metoda mi umožnila sledovat přirozený průběh hodin hudební výchovy bez toho, abych do nich musela jakkoli zasahovat.¹³⁰

Z hlediska časové náročnosti se jednalo o krátkodobé pozorování, při kterém jsem byla v přímém kontaktu s žáky i pedagogem.¹³¹ Pozorování bylo strukturované, jelikož jsem si ještě před samým začátkem stanovila druhy jevů, na které se budu zaměřovat a které budu objektivně hodnotit.¹³²

¹³⁰ VÁŇOVÁ, Hana, SKOPAL, Jiří. *Metodologie a logika výzkumu v hudební pedagogice: vysokoškolská učebnice*. 2002, s. 28.

¹³¹ CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. 2016, s. 147.

¹³² GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. 2000, s. 76.

Výzkum byl realizován v říjnu roku 2021 na 10. základní škole v Plzni ve dvou třídách 4. a 5. ročníku. K provedení výzkumu jsem dostala souhlas od ředitelky školy, která byla obeznámena se všemi jeho náležitostmi. V průběhu hodiny jsem si žáky nahrávala na diktafon, abych se k nahrávkám mohla v průběhu psaní diplomové práce kdykoliv vrátit. Zvukové nahrávky jsou uloženy ve složce Disk Google. Odkaz na uložené nahrávky zpěvu žáků uvádím v příloze této diplomové práce (viz příloha 2).

4.1.3 Stanovení hypotéz a předpokladů výzkumu

V důsledku špatně vybudovaných pěveckých návyků dochází k přehnanému otevírání úst, příliš hlasitému zpěvu vedoucímu k řadě poruch, či nadměrnému přetěžování hlasivek a ztuhlosti svalů krku. Dětský věk je snáze náchylný k fixaci těchto nesprávných pěveckých návyků a s rostoucím věkem se tyto zlozvyky stávají hůře odstranitelnými.¹³³

V návaznosti na tento poznatek a v rámci vlastních zkušeností získaných v průběhu praxí, jsem si v rámci výzkumného šetření stanovila tyto hypotézy:

Hypotéza č. 1: Ve všech sledovaných ročnících budou zastoupeni žáci, kteří nemají osvojené správné pěvecké návyky.

Hypotéza č. 2: Ve třídách budou žáci, kteří nebudou zpívat intonačně čistě.

Hypotéza č. 3: Ve třídách budou žáci, kteří nebudou zpívat rytmicky přesně.

Hypotéza č. 4: Ti žáci, kterým se zpěv nedaří, budou mít k hlasové výchově negativní vztah.

4.1.4 Průběh a realizace výzkumu

Než jsem začala s realizací výzkumu, vytvořila jsem si výzkumný list s kritérii pozorování (viz příloha 1). V průběhu jednotlivých činností jsem si ke sledovaným jevům zapisovala poznámky a komentovala chyby, kterých se žáci v hodině dopouštěli.

Kritéria pozorování byla zaměřena na vnější znaky, které bylo možno posoudit zrakem a sluchem. Sledovala jsem tyto jevy: pěvecký postoj, dýchání, otevírání úst, intonační čistotu, způsob nasazování tónu, frázování a rytmickou přesnost. V průběhu pozorování jsem si všímala také toho, jak fungovala třída při zpěvu jako celek a jakým způsobem k výuce hlasové výchovy přistupoval sám učitel, zda dodržoval zásady hlasové hygieny nebo žáci v průběhu hodiny opravoval ke správnému postoji, dýchání a artikulaci.

¹³³ ZELENKOVÁ, Dagmar. Výuka pěvecké výchovy na pedagogické fakultě. *Hudební výchova: časopis pro hudební a obecně estetickou výchovu školní a mimoškolní*. 2010, s. 43-46.

4.1.5 Interpretace výsledků výzkumu – zjištěná negativa v pěveckém projevu žáků

Na základě pozorování několika hodin hudební výchovy ve dvou třídách 4. a 5. ročníku mohu nyní konstatovat několik nejčastěji se opakujících chyb v hlasové výchově a při zpěvu žáků. Vedla jsem si záznamy také o jednotlivcích. V průběhu hodiny jsem měla čas přibližně spočítat, kolik žáků chybně stojí, nedostatečně artikuluje, nadechuje se mimo fráze písně nebo zpívá příliš hlasitě. Nejvíce jsem se setkávala se špatnými návyky v oblasti dýchání a otevírání úst.

Jednotlivé problémy jsou podrobněji popsány níže. V závěru také popisuji, jakým způsobem učitelka postupovala a jak dbala na zásady správného zpěvu.

Dýchání

Dýchání se pozorovalo poměrně obtížně. Všimla jsem si především vnějších projevů dýchání, jako je nádech nosem, či pusou. U více než poloviny žáků bylo vidět, že neumějí hospodařit s dechem a nadechují se v průběhu frází. Také jsem vyzorovala, že dýchání u žáků bylo často povrchové a nehluboké. Několik jednotlivců se dokonce snažilo nadechnout se co nejvíce, což není cílem hlasové výchovy. Dle mého názoru se jednalo o žáky, kteří se přede mnou chtěli co nejvíce předvést.

Špatný pěvecký postoj a celkové držení těla

Během pozorování jsem si všimla hned několika chyb v celkovém držení těla a pěveckém postoji. Žáci při zpěvu měli stát. Méně než třetina žáků nebyla na zpěv vůbec soustředěná a stále při zpěvu hýbala rukama, hlavou a pohybovala tělem. Vyzorovala jsem i předsunutí brady anebo držení hlavy příliš dole, kdy byla hlava „zaražená“ mezi rameny. Další chybou, kterou jsem spatřila u několika jednotlivců, bylo i takové držení těla, při kterém docházelo k podsazení jedné končetiny a mírnému naklonění na jednu stranu, které zapříčiňovalo nestabilitu těla.

Přehnané či nedostatečné otevírání úst

Dalším problémem, se kterým jsem se u žáků setkala, bylo špatné postavení úst při zpěvu, které ovlivňovalo celkovou kvalitu pěveckého projevu. Docházelo k přehnanému otevírání úst, ale i k opaku, který spočíval v tom, že žáci nedostatečně otevírali ústa, tudíž jim při zpěvu nebylo rozumět – žáci „huhňali“. Jen přibližně polovina žáků měla při zpěvu přirozeně otevřená ústa.

Příliš hlasitý zpěv

Vlivem nedostatečné artikulace a nesprávného posazení hlasu žáci nabývali dojmu, že je jejich zpěv oproti ostatním žákům ve třídě nevýrazný a slabý. Následkem toho pár jednotlivců nenasazovalo tóny měkce a dechem prudce rozráželo hlasivky.

Nesprávné nasazení tónu

Problémem pojícím se s příliš hlasitým zpěvem bylo i nesprávné nasazení tónu. Tento problém se mi podařilo zjistit pouze díky tomu, že přibližně 10 žáků bylo ochotných přede mnou zazpívat sólově. Při kolektivním zpěvu by byl způsob nasazení tónu těžko zjistitelný. Přibližně u tří čtvrtin jednotlivců jsem se setkala s tvrdým hlasovým začátkem. Toto špatné hlasové nasazení způsobilo z hlediska intonace nesprávné zazpívání celé fráze. Také jsem si všimla toho, opět až tři čtvrtiny jednotlivců si tóny vůbec nepředstavovali a nasazovalo je zdola, což bylo vidět na pohybu jejich hlavy směrem dolů.

Rytmická nepřesnost

Při zpěvu jsem si všimla také časté rytmičné nepřesnosti. I z pořízených nahrávek lze vidět, že žáci nemají představu o délce not a především pomlky. Při zkoušení žáků ze zpěvu až 8 z 10 žáků nedodržovalo rytmus a nadechovalo se mimo fráze, což způsobilo časné nebo naopak opožděné zazpívání celé fráze.

Činnost učitele a dodržování zásad správného zpěvu

V průběhu pozorování jsem se zaměřovala také na činnost učitele. Hned na začátku každé hodiny proběhlo důkladné rozezpívání, které trvalo vždy okolo pěti minut, což považuji za zcela správné. Paní učitelka vždy předvedla dané cvičení a žáci po ní opakovali. Jednotlivá cvičení byla vždy transponována po půl tónech směrem nahoru a dolů a odpovídala hlasovému rozsahu žáků. Paní učitelka žáky v průběhu cvičení k rozezpívání přibližně třikrát opravila. Kladla důraz na správnou artikulaci a jednou žákům musela připomenout, jak má vypadat tvar úst při zpěvní artikulaci a správný pěvecký postoj. V další části hodiny si vždy žáci rozdali učebnice a zpěvníky a po zbytek hodiny se věnovali zpěvu písní. Při zpěvu některých písní měli žáci od paní učitelky povoleno tleskat do rytmu. Paní učitelka zpívala jednotlivé písně společně se žáky a dbala na udržení kázně ve třídě. V jedné z hodin jsem dokonce mohla vidět, jak probíhá zkoušení žáků ze zpěvu. Žáci mohli zpívat buď samostatně, nebo ve dvojicích. Motivací zde byla známka. Když se žáci „ztratili“, paní učitelka se je snažila navést tak, aby se opět „chytli“.

Negativně však hodnotím rychlost doprovodu. Paní učitelka hrála na klavír sice výborně, ale ve velmi rychlém tempu, což mělo poměrně špatný vliv na zpěv žáků. Žáci nestíhali správně nasazovat a intonačně doladovat tóny. Dále bych změnila složení repertoáru, jelikož se v hodinách za celou dobu mého výzkumu objevily pouze umělé písničky a žádná lidová. Každopádně při reflektování hodin s paní učitelkou jsem zjistila, že lidové písničky zpívá převážně s žáky nižších ročníků. Ve vyšších ročnících prý žáci mají k lidovým písničkám spíše negativní vztah, což dle mého názoru není důvod k jejich vynechávání.

Z hlediska dodržování zásad správného zpěvu a hlasové hygieny hodnotím činnost paní učitelky jako dobrou. Jednalo se o paní učitelku pěvecky i nástrojově velmi zdatnou, která učila hudební výchovu napříč ročníky 1. stupně. Dle mého názoru byly pozorované hodiny velmi zajímavé a pro žáky motivační. Také bylo vidět, že žáci zpívali s nadšením a zpěv je bavil.

4.1.6 Verifikace hypotéz

Hypotéza č. 1: Ve všech sledovaných ročnících budou zastoupeni žáci, kteří nemají osvojené správné pěvecké návyky.

Hypotéza č. 1 se potvrdila. Ani třetina žáků z každé třídy by nesplnila všechny požadavky na správný pěvecký projev. Nezáleželo na tom, v jakém ročníku jsem pozorování prováděla, vždy se našli jedinci, kteří neměli vybudované téměř žádné návyky ke zpěvu. Tito žáci byli při zpěvu často nesoustředění, vrtěli se, otáčeli se nebo si ze zpěvu dělali legraci a rušili ostatní.

Hypotéza č. 2: Ve třídách budou žáci, kteří nebudou zpívat intonačně čistě.

Hypotéza č. 2 se potvrdila. Tím, že v jedné třídě byli žáci dokonce ochotni přede mnou zazpívat sólově nebo ve skupinkách, podle toho, jak se domluvili, měla jsem možnost slyšet jejich intonaci a způsob tvoření tónů mnohem přesněji. I z nahrávek je patrné, že žáci mají velký problém s intonací, jelikož zpěv zněl často falešně. S tím se pojila i skutečnost, kdy žáci špatně frázovali a nadechovali se v průběhu frází, což jsem popisovala výše.

Hypotéza č. 3: Ve třídách budou žáci, kteří nebudou zpívat rytmicky přesně.

Hypotéza č. 3 se potvrdila. Bohužel jsem byla opět zklamaná, jelikož přibližně třetina žáků byla mimo rytmus a přišlo mi, že o rytmických hodnotách, prožívání metra a pulzace

při zpěvu nemají vůbec jasno. Opět to bylo velmi dobře slyšet, když žáci zpívali sólově. V rámci správného rytmu paní učitelka žáky opravovala a vždy začala zpívat s nimi, aby se žáci znovu „chytli“.

***Hypotéza č. 4:** Ti žáci, kterým se zpěv nedaří, budou mít k hlasové výchově negativní vztah.*

Hypotéza č. 4 se nepotvrdila. Velmi mě překvapilo, že až na výjimky, měla většina žáků k hlasové výchově pozitivní vztah. Očekávala jsem, že žáci v dnešní době neradi zpívají a hudební výchovu berou spíše jako předmět, kde nemusejí nic dělat. V průběhu mého pozorování však více než tři čtvrtiny žáků zpívalo s radostí. I nepříliš pěvecky zdatní žáci se zapojovali a bylo vidět, že je hodiny baví.

4.1.7 Shrnutí a dílčí závěry

Z Výzkumu 1 mohu nyní vyvodit několik dílčích závěrů. Vokální schopnosti žáků ve zmiňovaných ročnících 1. stupně ZŠ bych zhodnotila vzhledem ke stanoveným hypotézám jako průměrné. Správné návyky ke zpěvu jsou základem pro kvalitní vokální projev, a právě z toho důvodu dopadl výzkum tímto způsobem. Žáci nezpívali v legatu, pěkným drženým tónem na klidném dechu, všichni zkracovali tóny a polykali konce frází. Ve třídách byli jednotlivci, kteří byli hudebně zdatní a zpívali lépe, zároveň se však tam vyskytovali jedinci, kteří byli spíše podprůměrní. V průběhu výzkumu jsem se však nesešla s téměř žádnou technikou zpěvu. Jen ti žáci, kteří měli rozvinutý hudební sluch, zpívali čistě. Důsledná výuka hlasové výchovy ve škole by se však projevila jiným způsobem – žáci by správně frázovali, byla by slyšet lepší artikulace vokálů a lepší práce s dynamikou. Tento výsledek je dle mého názoru závislý i na tom, zda žáci byli svými rodiči vedeni ke zpěvu již v jejich dětství, zda jejich hudební schopnosti byly nadále rozvíjeny v MŠ, zda v současné době navštěvují nějaké mimoškolní hudebně zaměřené kroužky nebo na jejich aktuálním psychickém rozpoložení. Celkově však musím ocenit převážně pozitivní vztah žáků k hlasové výchově. I přesto, že se jednalo o žáky, kteří nezpívali intonačně a rytmicky zcela přesně, bylo vidět jejich nadšení ze zpěvu, což já osobně považuji za velmi důležité. Velkou roli v tom však mohl hrát poměrně rychlý doprovod klavíru, při kterém se žáci nenaučili sami sebe při zpěvu poslouchat. Důležitý je právě i zpěv v pianissimu a pomalém tempu, kdy se žák může lépe slyšet. Celková úroveň hlasové výchovy se ve sledovaných třídách zdá být povrchní, spíše formální.¹³⁴

¹³⁴ Na tomto názoru jsme se shodly s vedoucí diplomové práce na základě vyslechnutých nahrávek.

4.2 Výzkum 2: Názory učitelů na problémy hlasové výchovy a jejich řešení

Výzkum 2 byl koncipován jako dotazníkové šetření mezi učiteli 1. stupně ZŠ, kteří byli díky své víceleté praxi kompetentní k posouzení stavu hlasové výchovy u svých žáků. Tento výzkum navazuje na výzkum první a měl by být přínosem především v tom, že poskytne informace, jak co nejvíce zkvalitnit hlasovou výchovu na 1. stupni ZŠ.

4.2.1 Cíl výzkumu

Cílem tohoto druhého výzkumu bylo zjistit, jaké nejčastější problémy vidí učitelé v současné hlasové výchově svých žáků, jak na tyto problémy nahlíží a jakým způsobem je řeší.

4.2.2 Organizace výzkumu

Výzkum mezi učiteli 1. stupně ZŠ byl realizován metodou dotazníkového šetření. Učitelům byl elektronickou poštou rozeslán dotazník, který obsahoval dvě otázky. První otázka zněla: *Co bývá, podle Vašeho názoru, příčinou nepěkného či chybného zpěvu, případně nechuti zpívat, u žáků 1. st. ZŠ?* Na to navazovala druhá otázka: *Co v tomto směru dle Vašich zkušeností nejefektivněji pomáhá?*

Dotazník je dostupný v příloze této diplomové práce (viz příloha 2).

Výzkumu se zúčastnilo celkem 17 učitelů různých škol ČR a tříd 1. stupně ZŠ. Jména dotazovaných učitelů jsem neuváděla, jsou však k dispozici u vedoucí práce.

4.2.3 Vyhodnocení výzkumného šetření mezi učiteli 1. stupně ZŠ

I přesto, že odpovídali učitelé s různou délkou praxe, v odpovědích se často shodovali. Přesně 14 ze 17 dotazovaných učitelů považuje za příčinu nepěkného či chybného zpěvu hudebně nepodnětné rodinné prostředí. Učitelé odpovídali takto:

- *Stojí za tím hudebně nepodnětné rodinné prostředí – vymizel zpěv při pracovních činnostech, při uspávání dítěte, nebo jen pro zábavu, při posezení s přáteli. Absence zpěvu v rodinách má za následek ztrátu potřeby zpěvního projevu jako výrazu zdravé emocionality, a tím i zanikání přirozených zpěvních mechanismů a hudebního smyslu u dětí. Zpěv drobných popěveků a ukolébavek se svojí intimní pěveckou působivostí a schopností projevu citové vazby je mocným prostředkem vyjádření nejnítěrnějšího vztahu matky k dítěti.*

- *Nejhlavnější je, že se přestalo zpívat doma – maminky nezpívají před spaním, nezpívá se jen tak, během práce.*

Další příčinou nepěkného či chybného zpěvu je dle 12 učitelů pozdní nebo špatná výuka zpěvu v MŠ. Jednalo se o tyto výpovědi:

- *Pokud dítě začíná poslouchat až v MŠ, je již pozdě na další rozvoj.*
- *Pokud u žáka není již v útlém věku pěvecká dovednost rozvíjena, bude pro něj těžší si najít ke zpěvu cestu ve vyšším věku.*
- *Mnohé děti začínají se zpěvem dokonce až v době nástupu do mateřské školy.*

Třetí nejčastější odpovědí byla nevyváženost nervové soustavy dítěte, projevující se ostýchavostí, zamlklostí či uzavřeností. Učitelé tuto příčinu často spojovali s hrubou a zesměšňující výchovou. Takto odpovědělo 11 dotazovaných učitelů a zde jsou některé jejich názory:

- *Porušený emocionální tonus dítěte při nesprávné, hrubé, ponižující nebo zesměšňující výchově, která má u dítěte za následek zvýšenou dráždivost, přecitlivělost, mrzutost, skepsi až depresi. S tím pak souvisí nechuť k činnostem, spjatým s emocionální sférou osobnosti, jako jsou právě hudební a muzické projevy.*
- *Příčiny dětské nezpěvnosti mohou pramenit z poruch hudebního vnímání, emocionálních poruch nebo z psychických příčin, jako je nevyváženost nervové soustavy či porušení rovnováhy v osobnosti dítěte. Často je to vyvoláno výchovou, ať již „tvrdé“ výchovy ze strany dominantního rodiče, který má u dítěte následek ve formě přecitlivělosti, skepse až deprese. To pak u dítěte vyvolává nechuť k činnostem spjatým s emocionalitou, kterou hudební výchova bezesporu je. Jindy se jedná o dítě nevyzrálé, tiché, plaché a ostýchavé, uzavřené a nadměru svědomité, které ze strachu z vlastní chyby odmítá zpívat zcela nebo velmi tiše a nevýrazně.*

Celkem 6 učitelů považuje za příčinu nepěkného či chybného zpěvu pěveckou a metodickou nepřipravenost učitelů. Stejný počet učitelů si myslí, že za tím stojí nevyvinutý hudební sluch či poruchy hudebního vnímání žáků. Jejich odpovědi zněly například takto:

- *Jednou z příčin může být špatný hudební sluch. Žák se pak například nedokáže chytit prvního tonu písně, a jeho zpěv je falešný. U žáků, kteří nemají dobře vyvinutý sluch, se častěji objevuje nechut ke zpěvu.*
- *V prvních ročnících základní školy je vysoký počet učitelů nedostatečně pěvecky a metodicky připravených.*
- *Děti jsou pěvecky a hudebně nerozvinuté. Jen obtížně mohou nalézt vztah k aktivnímu zpěvu a elementárnímu muzicírování, které jsou zároveň zdrojem hudebních zkušeností, nutných pro aktivní vnímání hudby. Chybí jim základy osvojené v předchozích ročnících nebo v rodinách.*

Dále pak 4 učitelé zmiňují, že za nepěkným a chybným zpěvem může stát i špatné třídní klima.

4.2.4 Opatření napomáhající v hlasové výchově na 1. stupni ZŠ

Jelikož se některé výpovědi učitelů opakovaly, rozhodla jsem vytvořit tzv. desatero opatření, které by učitelům mohlo pomoci hlasovou výchovu na 1. stupni ZŠ zefektivnit.

1. Žáky chválíme, povzbuzujeme a spolupracujeme s nimi.
2. Pečujeme o klima třídy, aby se žáci ve třídě cítili bezpečně a nestyděli se zpívat.
3. Bereme ohled na aktuální rozpoložení žáků a jejich hlasové dispozice.
4. K sólovému zpěvu žáky nikdy nenutíme.
5. Mimo lidové písně volíme i takové písně, které jsou žákům blízké.
6. Žáky vhodně motivujeme – příběhem, obrázkem nebo hrou.
7. Zpěv propojíme s pohybovými prvky (tleskání, dupání) a tancem.
8. Do hodin zařazujeme herní prvky (poznávání hudebních nástrojů a písniček).
9. Hudbu a zpěv zařazujeme i při motivačních aktivitách v jiných předmětech.
10. Žákům jsme vzorem, předáváme jim lásku k hudbě a neustále opakujeme, že zpíváme pro radost a nezáleží na tom, že ve zpěvu nejsme dokonalí.

4.3 Výzkum 3: Vztah učitelů 1. stupně ZŠ k hlasové výchově

Výzkum 3 byl rovněž koncipován jako dotazníkové šetření mezi učiteli 1. stupně ZŠ a sloužil pouze jako výzkum doplňující. Jelikož jsem získala odpovědi pouze od deseti respondentů, výzkum si nečinil nárok na reprezentativnost zjištěných výsledků. Přesto mi však poskytl určité informace o výukovém prostředí školy mně známé a učitelek na ní působících.

4.3.1 Cíl výzkumu

Cílem tohoto třetího výzkumu bylo zjistit, zda učitelé 1. stupně ZŠ mají k hlasové výchově kladný vztah. Dále pak, zda se žáky ve svých hodinách provádí rozezpívání či jiná hlasová cvičení a zda žáky ke zpěvu motivují. Mimoto mě zajímalo, jaký názor mají na svůj vlastní zpěv, a zároveň i současnou zpěvnost žáků.

4.3.2 Organizace výzkumu

Výzkum byl realizován opět metodou dotazníkového šetření. Dotazník jsem vytiskla a dala k vyplnění učitelkám 1. stupně ZŠ. Výzkumu se zúčastnilo celkem 10 učitelek z Masarykovy ZŠ v Plzni. Jména respondentů nebudou v této práci zveřejněna vzhledem k anonymitě dotazníku.

Dotazník je dostupný v příloze této diplomové práce (viz příloha 4).

4.3.3 Vyhodnocení výzkumného šetření mezi učiteli 1. stupně ZŠ

V následující části se zaměřuji na vyhodnocení dotazníkového šetření. Výsledky se týkají jedné výukové jednotky HV. Položky, které měly více možností odpovědí než dvě (ano – ne), jsem znázornila graficky. Grafické znázornění jsem provedla s využitím prostorového výsečového grafu spolu s procentuálním zastoupením každé odpovědi. Jednotlivé položky jsem vždy doplnila krátkým slovním komentářem, ve kterém jsem zmiňovala, o čem výsledky svědčí a jak korespondují s mou teoretickou a výzkumnou částí práce, případně hypotézami.

V dotazníku byly položeny následující otázky:

1. Učíte hudební výchovu ve své třídě?

Dotazníková položka č. 1 se zabývala tím, zda učitelé učí hudební výchovu ve své třídě. Otázka byla uzavřená a respondenti vybírali ze dvou možností (ano – ne). Celkem 60 % respondentů odpovědělo, že učí hudební výchovu ve své třídě. Zbýlých 40 %

respondentů neučí hudební výchovu ve své třídě. Zde se domnívám, že se jednalo o pedagogy 4. a 5. tříd, kteří neučí všechny předměty ve své třídě, jako tomu je u pedagogů 1. – 3. tříd.

2. *Vyměnili byste si raději hodiny hudební výchovy s jinou kolegyní?*

V dotazníkové položce č. 2 jsem se ptala na to, zda by si respondenti raději vyměnili hodiny hudební výchovy s jinou kolegyní. Otázka byla uzavřená a respondenti vybírali ze dvou odpovědí (ano – ne). Až 40 % respondentů by si raději vyměnilo hudební výchovu s jinou kolegyní. Zbýlých 60 % respondentů by si hodiny hudební výchovy s jinou kolegyní nevyměnilo. Tento výsledek je dle mého názoru dán nepřipraveností učitelů k výuce hlasové výchovy. Dále si také nemusí být jisti svým pěveckým projevem nebo nemají povědomí o tom, co všechno by měla hlasová výchova obnášet.

3. *Provádíte v každé hodině hudební výchovy hlasovou výchovu (rozezpívání, hlasová cvičení, dechová cvičení, hry s hlasem atd.)?*

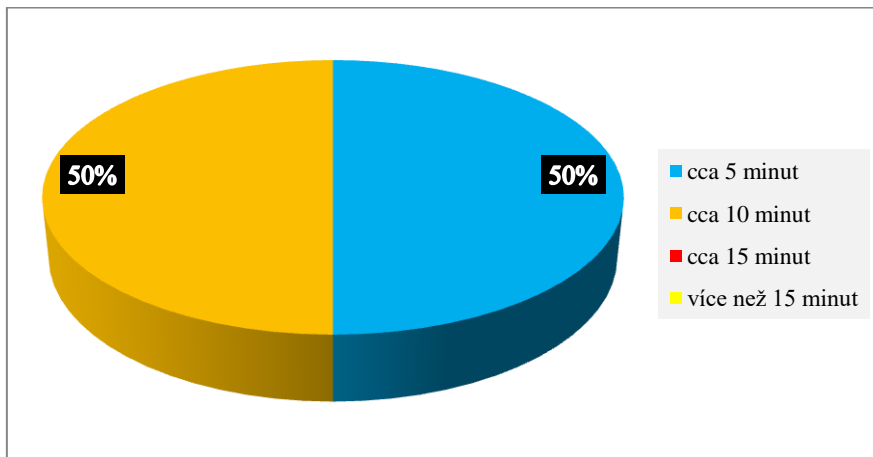
Dotazníková položka č. 3 zjišťovala, zda učitelé provádí v každé hodině hudební výchovy hlasovou výchovu. Opět se jednalo o uzavřenou otázku, ve které respondenti vybírali ze dvou odpovědí (ano – ne). Celkem polovina respondentů, tedy 50 %, odpověděla, že provádí hlasovou výchovu v každé hodině. Zbýlých 50 % respondentů neprovádí hlasovou výchovu v každé hodině. Tento výsledek je dle mého názoru poměrně smutný, jelikož polovina už je velká část. Opět bych zde odkázala na nepřipravenost učitelů k výuce hlasové výchovy nebo jejich nevědomost. Už jen to může zapříčinit, že žáci nemají vybudované téměř žádné návyky ke zpěvu. Učitelé se žáky neprovádí ani rozezpívání, což je nutnost před zahájením každého zpěvu. Kvůli tomu, že učitelé neprovádí rovněž ani žádná hlasová či dechová cvičení, nemůže u žáků dojít ke zvětšování hlasového rozsahu a osvojení hospodaření s dechem.

4. *Kolik minut věnujete rozezpívání či jiným hlasovým cvičením?*

Dotazníková položka č. 4 se zaměřovala na délku provádění rozezpívání a hlasových cvičení. Otázka nabízela volbu více možností – 5 min, 10 min, 15 min, více než 15 min. Respondenti však využili pouze dvou odpovědí. Celkem 50 % respondentů odpovědělo, že rozezpívání a jiným hlasovým cvičením věnují 5 minut. Zbýlých 50 % respondentů jim věnuje 10 minut. Obě tyto odpovědi mi přijdou naprosto dostačující – délka by byla závislá na typech cvičení. Rozezpívání či jiná hlasová cvičení by se neměla

provádět dlouho a mechanicky. Měla by být obměňována, aby nebyla stereotypní a žáky stále bavila.

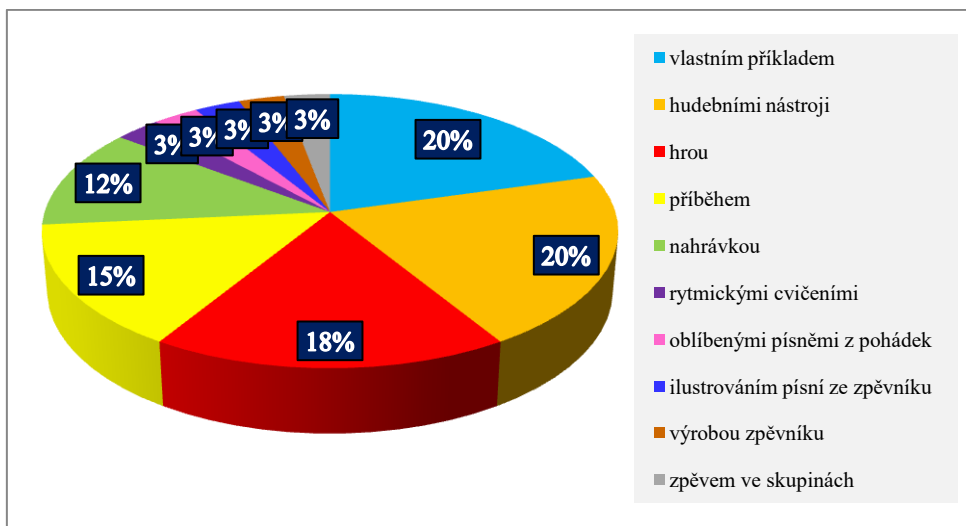
Odpovědi jsou znázorněny graficky pomocí výsečového grafu (viz graf 1).



Graf 1: Čas věnovaný rozezpívání a jiným hlasovým cvičením

5. *Jakým způsobem motivujete žáky ke zpěvu písní nebo jednotlivým cvičením?*

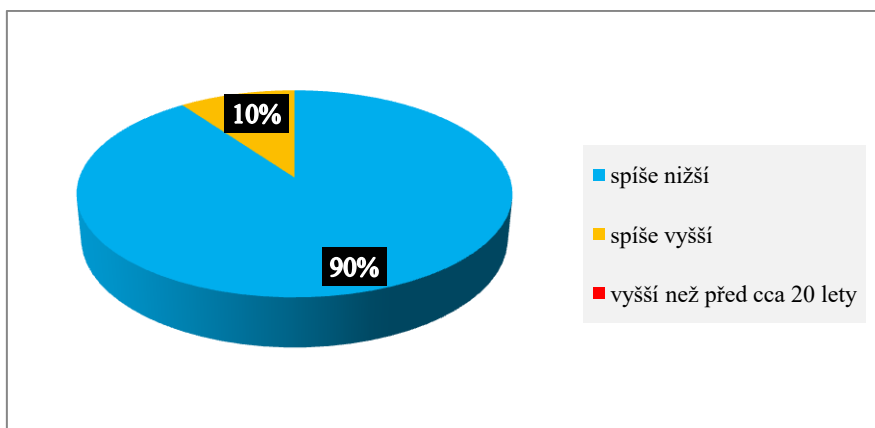
Dotazníková položka č. 5 vypovídá o způsobu motivace žáků ke zpěvu písní nebo jednotlivým cvičením. Otázka nabízela volbu z více možností – vlastní příklad, hudební nástroje, hra, příběh, nahrávka, známka, aj. Dále bylo možné uvést vlastní odpověď u položky „jiné“. Odpovědi respondentů byly rozmanité. Řada z nich nezaškrtnla pouze mnou zvolené způsoby motivace, ale zmínila i jiné možnosti, jak žáky v průběhu svých hodin motivují. Velmi mě potěšilo, když nejvíce učitelů zaškrtnlo motivaci vlastním příkladem. V práci jsem zmiňovala, že by učitel měl být žákům vzorem a měl by mít dostatečné schopnosti k tomu, aby žákům vše vzorově předvedl. Pod jeho vedením si žáci budují vlastní návyky ke zpěvu. Dále učitelé vybírali možnosti jako hudební nástroje, které jsou v hodinách, i dle mé vlastní zkušenosti, velmi motivační. Hru považují také za velmi efektivní, jelikož umožňuje všem žákům se spontánně zapojit a žáci při ní nejsou v napětí. Poměrně často učitelé vybírali i motivaci mimohudební – např. příběhem. Velmi mě potěšilo, když se našli jedinci, kteří napsali i své vlastní odpovědi. Jednalo se o odpovědi jako rytmická cvičení, zpěv ve skupinách, oblíbené písně z pohádek, ilustrování písní ze zpěvníku či jeho samotná výroba. Všechny tyto druhy motivace považuji za efektivní, ale neměly by být podstatou celé hodiny. Aby odpovědi respondentů byly přehlednější, zaznamenala jsem odpovědi do výsečového grafu (viz graf 2).



Graf 2: Způsoby motivace žáků ke zpěvu

6. Jaká je podle Vás současná zpěvnost dětí?

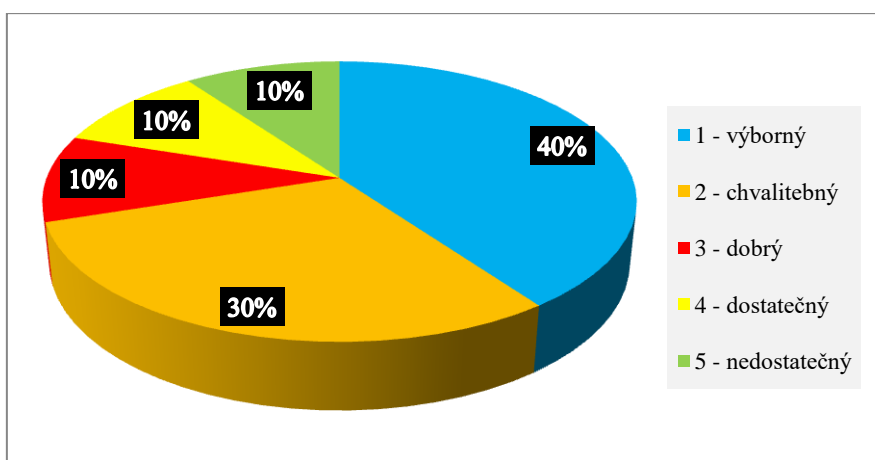
Dotazníková položka č. 6 se zabývala zjišťováním současné zpěvnosti dětí. Všechny tři odpovědi byly uzavřené a možnosti byly následující – spíše nižší, spíše vyšší, vyšší než před cca 20 lety. Až 90 % respondentů uvedlo, že zpěvnost dětí je spíše nižší. Zbýlých 10 % respondentů odpovědělo, že zpěvnost dětí je spíše vyšší. Nikdo nevyužil možnosti vyšší než před cca 20 lety. Výsledek této položky rovněž svědčí o úpadku zpěvnosti žáků. V teoretické části pojednávám o příčinách dětské nezpěvnosti, jako je nedostatečně podnětné rodinné prostředí, dále zanedbávání hlasové výchovy v MŠ, nebo pak již zmiňovaná nepřipravenost učitelů či špatný pěvecký vzor. Všechny tyto faktory mohou mít vliv na pokles zpěvnosti žáků, díky čemuž se moje prvotní představa opět potvrdila. Odpovědi jsou zaznamenány graficky (viz graf 3).



Graf 3: Názory na současnou zpěvnost žáků

7. Jak byste sama sebe ohodnotila ze zpěvu? (Prosím, hodnot'te jako ve škole.)

V dotazníkové položce č. 7 se respondenti sami hodnotili ze zpěvu. Měli na výběr z pěti možností. Hodnocení proběhlo jako ve škole, tzn. 1 – výborný, 2 – chvalitebný, 3 – dobrý, 4 – dostatečný, 5 – nedostatečný. Odpovědi respondentů se opět velmi lišily. Až 40 % respondentů hodnotilo svůj zpěv jako výborný. Dalších 30 % respondentů svůj zpěv hodnotilo jako chvalitebný. Znamku 3 by si dalo 10 % respondentů, známku 4 opět 10 % respondentů. Zbylých 10 % respondentů ohodnotilo svůj zpěv jako nedostatečný. Už jen to, že jeden z respondentů ohodnotil svůj zpěv jako dostatečný a jeden jako nedostatečný, není pro samotnou výuku hlasové výchovy příliš pozitivní. Opět mohu odkázat na nepřipravenost a nedostatečnou motivovanost učitelů k hlasové výchově. Tito učitelé nemohou být žákům vzorem, tudíž si žáci pod jejich vedením nemohou v hodinách vytvářet žádné správné návyky ke zpěvu. Byla jsem svědkem toho, že učitel se žáky neprováděl žádné rozezpívání a ke zpěvu využíval pouze nahrávky písní, které sloužily jako doprovod. V těchto případech by nebylo divu, kdyby se hovořilo o úpadku zpěvnosti žáků. Pro větší přehlednost odpovědí přikládám rovněž výsečový graf (viz graf 4).



Graf 4: Hodnocení vlastního zpěvu

8. Trpíte obavami či nejistotou zpívat před kolektivem žáků?

V dotazníkové položce č. 8 se ptám, zda respondenti trpí obavami či nejistotou zpívat před kolektivem žáků. Otázka byla opět uzavřená a respondenti mohli vybírat pouze ze dvou možných odpovědí (ano – ne). Až 50 % respondentů odpovědělo, že trpí obavami ze zpěvu před kolektivem žáků. Zbylých 50 % respondentů nemá obavy zpívat před kolektivem žáků. Z výsledku je patrné, že až polovina pedagogů z mého výzkumného vzorku má obavu či nejistotu ze svého zpěvu. Příčinou může být už i jejich samotný

nedostatečný pěvecký výcvik kultivovaný ve školním prostředí. Nejistotu učitele ve zpěvu a jeho nechuť zpívat žáci snadno vycítí, což způsobí, že ani oni sami nebudou mít o zpěv takový zájem. Toto bych označila za další možný problém, který by mohl mít vliv na snížení zpěvnosti dětí.

9. *Pocit'ovala jste někdy psychický blok ze sólového zpěvu?*

Dotazníková položka č. 9 se zaměřuje na možný psychický blok pedagogů ze sólového zpěvu. Otázka byla uzavřená a respondenti vybírali opět ze dvou možností (ano – ne). Jelikož tato otázka byla téměř totožná s otázkou předcházející, ověřovala, zda respondenti odpovídají pravdivě. Rovněž 50 % respondentů odpovědělo, že někdy pocit'ovalo psychický blok ze sólového zpěvu. Zbylá polovina respondentů nikdy nepocit'ovala psychický blok ze sólového zpěvu. Zde bych odkázala na to, že významným faktorem, který ovlivňuje správnost zpěvu, jsou právě psychické příčiny a bloky, které mohou způsobovat nízkou sebedůvěru. Stejně jako je tomu u dětí, může to být i u dospělých – i ti se nechtějí zapojovat do pěveckých činností. Z toho důvodu vytváří hodiny tak, aby to pro ně bylo pohodlné a nestresovalo je to. Opět to považuji za nedostatečnou motivovanost učitelů a jejich malou snahu se ve zpěvu zlepšit.

10. *Pokud nejste zcela spokojena se svým zpěvním projevem po stránce pěvecké techniky, dokázala byste formulovat, v čem spočívají slabá místa Vašeho zpěvu?*

Dotazníková položka č. 10 blíže specifikovala předchozí otázku č. 9. Zvolila jsem formu otevřené otázky, kdy respondenti mohli formulovat své odpovědi dle vlastního uvážení. Celkem 2 respondenti na tuto otázku neodpověděli. Zbývajících 8 respondentů jasně formulovalo slabá místa svého zpěvu. Už jen to, že je dokážou identifikovat, považuji za část úspěchu. Většina popisovala, že jim chybí základy hlasové techniky či samotný trénink zpěvu. Někteří respondenti také zmiňovali, že nejsou spokojeni se svou barvou, výškou a silou hlasu, což jsou vlastnosti hlasu, na které může mít pozitivní vliv usilovný trénink. O trémě a jistotě ve zpěvu jsem pojednávala u předcházející otázky.

Odpovědi respondentů jsou zaznamenány v tabulce (viz tab. 1).

Respondent	Odpověď
1	Chybí mi základy hlasové techniky, péče o hlas, správné techniky zpěvu, trénink.
2	Síla, jistota.
3	Potřebuji více trénovat (zpívat).
4	Rozšířit hlasový rozsah (zejména výšku).

5	Tréma.
6	–
7	Ne.
8	Nemám hezkou barvu hlasu.
9	–
10	Nemám sluch ani cit pro rytmus, trpím chronickým chrapotem.

Tabulka 1: Identifikace slabých míst ve zpěvu

11. Léčila jste se někdy s hlasivkami či jinými problémy s hlasem?

Dotazníková položka č. 11 zjišťovala, zda se respondenti někdy léčili s hlasivkami či jinými problémy s hlasem. Otázka byla uzavřená a poskytovala dvě možnosti odpovědi (ano – ne). Celkem 60 % respondentů odpovědělo, že se někdy léčilo s hlasivkami. Zbýlých 40 % respondentů se nikdy s hlasivkami či jinými problémy s hlasem neléčilo. Z výsledků vyplývá, že větší část respondentů už někdy v životě měla nějaké problémy s hlasem. Zde bych se odkázala na položku č. 3, kde jsem zjišťovala, zda učitelé provádí hlasovou výchovu, především rozezpívání, v hodinách hudební výchovy. Už jen to, že někteří učitelé neprovádějí důkladné rozezpívání, které je naprostým základem hlasové hygieny, může způsobovat stavy jako je chronický chrapot či jiné problémy s hlasivkami. Jako hlavní problém zde tedy vidím neznalost a nedodržování základů hlasové hygieny.

4.3.4 Shrnutí a dílčí závěry

Z výzkumu vyplývá, že ne všichni učitelé mají k hlasové výchově pozitivní vztah, což jsem před samotným zahájením výzkumu předpokládala. Z mého pohledu vše nasvědčuje tomu, že příčina toho, že učitelé neprovádí hlasovou výchovu a jednotlivá hlasová cvičení v hodinách hudební výchovy nespočívá pouze v jejich nevědomosti a nedostatečné motivovanosti. Ukázalo se, že mnohem pravděpodobnější jsou v tomto ohledu spíše osobní důvody jednotlivých učitelů a nepřilíš kladné hodnocení vlastních hlasových dispozic a pěvecké techniky. Dalším faktorem, který hraje ve vztahu k hlasové výchově velkou roli, může být i tréma a různé psychické bloky, které učitelé v průběhu svých hodin pocítují. Za další poznatek získaný tímto výzkumem považuji i velký vliv neprovádění hlasových cvičení a rozezpívání na kvalitu hlasu a problémy s hlasem.

5 Návrh vlastního výukového postupu při realizaci hlasové výchovy ve 2. ročníku ZŠ

Cílem poslední kapitoly mé diplomové práce je navržení vlastního výukového postupu při realizaci hlasové výchovy ve 2. ročníku ZŠ. Tento ročník jsem pro realizaci modelové výukové jednotky zvolila z toho důvodu, že jsem ve 2. ročníku vykonávala souvislou praxi, tudíž jsem měla jedinečnou možnost si hodinu i odučit. Také to, že jsem žáky více znala, mi pomohlo při posuzování toho, co po nich mohu v hodině požadovat. Ve své hodině jsem se snažila využít co nejvíce prvků z hlasové výchovy a možností, jak ji propojit s ostatními hudebními činnostmi. Při sestavování této hodiny jsem vycházela především z autorů A. Tiché a Z. Šimanovského, jelikož mi jejich publikace připadají velmi zajímavé, smysluplné a pro mou pedagogickou praxi i přínosné. Zároveň jsem využívala poznatků získaných psaním teoretické části této práce. Snažila jsem se zapojit i vlastní pedagogickou tvořivost. Díky výzkumu jsem také měla možnost porovnat pěvecké dovednosti žáků různých tříd 1. stupně.

5.1 Struktura hodiny hudební výchovy

V následující části detailně popisuji všechny náležitosti didaktické přípravy na hodinu hudební výchovy. V rámci přehlednosti jsem hodinu strukturovala do následující tabulky (viz tab. 2).

Předmět:	Hudební výchova
Ročník:	2.
Počet žáků:	26
Časová dotace:	45 minut
Téma hodiny:	Nácvik písně <i>Já husárek malý</i> metodou imitace
Očekávané výstupy:	Žák zvládá zpěv v jednohlase a dokáže rytmizovat a melodizovat jednoduché texty. Žák při zpěvu v jednohlase zpívá s intonační čistotou a rytmickou přesností. Žák k doprovodné hře dokáže využívat jednoduchých hudebních nástrojů. Žák na znějící hudbu dokáže vhodně reagovat pohybem s ohledem na tempo, směr melodie a dynamiku. Žák dokáže rozlišit kvalitu jednotlivých tónů a rozpozná výrazné změny v dynamice a tempu znějící hudby. ¹³⁵

¹³⁵ *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání* [online]: Praha: MŠMT, 2021 [cit. 2022-07-31]. Dostupné z: <https://revize.edu.cz/files/rvp-zv-2021.pdf>.

Výukové cíle hodiny:	Žák zazpívá píseň s intonační čistotou a rytmickou přesností. Žák zazpívá píseň podle předem stanovené dynamiky. Žák doprovodí svůj zpěv jednoduchou hrou na tělo. Žák doprovodí svůj zpěv využitím Orffových hudebních nástrojů. Žák dodrží pravidla slušného chování v průběhu jednotlivých her.
Mezipředmětové vztahy:	Prvouka (povolání)
Motivace:	Hra na tělo, hra na hudební nástroje
Hodnocení:	Slovně v průběhu hodiny, závěrečná reflexe – zpětná vazba, sebehodnocení
Pomůcky:	Orffovy hudební nástroje
Klíčové kompetence:	kompetence k učení – žák využije již získaných znalostí v dalším procesu učení kompetence pracovní – žák respektuje stanovená pravidla při pohybové činnosti kompetence komunikativní – žák vyjadřuje své myšlenky výstižně a zapojuje se do diskuze celé třídy kompetence sociální – žák spolupracuje s ostatními žáky třídy v průběhu jednotlivých hudebních činností

Tabulka 2: Struktura hodiny hlasové výchovy

5.2 Popis průběhu hodiny hudební výchovy

Tato část popisuje celkový průběh hodiny a jejích konkrétních činností. V rámci tabulky (viz tab. 3) je možno vidět, že je hodina strukturována do třech částí. Ukazuje také celkový čas strávený jednotlivými částmi hodiny, zvolené vyučovací metody a organizační formy práce. V poslední řadě také popisuje způsob hodnocení učitele a žáků.

Fáze hodiny	Čas	Vyučovací metoda	Organizační forma práce	Hodnocení
Úvodní část	10 min	metoda slovní metoda názorně demonstrační	frontální výuka	Slovní
Hlavní část	32 min	metoda slovní metoda názorně demonstrační metoda dovednostně praktická	frontální výuka	Slovní (průběžně během hodiny)
Závěrečná část	3 min	metoda slovní	frontální výuka	Závěrečná reflexe, sebehodnocení

Tabulka 3: Schéma průběhu hodiny

Před hodinou hudební výchovy jsem místnost dostatečně vyvětrala, aby žáci měli dobré podmínky ke zpěvu. Ve škole nebyl daný den nikdo, kdo by měl nějaké zdravotní problémy a nemohl zpívat.

1. Úvodní část hodiny

V úvodní části hodiny jsem žákům sdělila téma hodiny a její cíl. Zmínila jsem, že se naučíme novou lidovou písničku, která se váže k hodině prvouky, ve které se žáci učili o jednotlivých povoláních. Žákům jsem sdělila název písničky – *Já husárek malý*. Zjišťovala jsem, zda ví, kdo to byl husar. Jedna žačka odpověděla, že to byl voják. Na to jsem snadno navázala a žákům jsem objasnila, že to byl druh vojáka, který jezdil na koni.

1.1. Přípravná cvičení a rozezpívání

Po diskuzi proběhlo několik přípravných cvičení. Volila jsem taková hlasová cvičení, která by pro žáky 2. ročníku měla být zvladatelná. Nejprve jsem se s žáky zaměřila na dýchání, při kterém jsem u žáků navozovala pocitovou představu přivonění ke květině. Zkoušeli jsme také foukat do pírků. Tato cvičení jsem prováděla současně s žáky – vše jsem jim názorně předváděla. Snažili jsme se žáky vést k hlubokému (ale ne přehnanému) nádechu a pomalému vypouštění výdechového proudu vzduchu. Obě cvičení jsme provedli 3x. V rámci rozcvičení mimických svalů jsem se žáky vyzkoušela obličejovou gymnastiku. Jednalo se o cvičení, ve kterém bylo cílem střídavě vyjadřovat radost a smutek. Každou emoci žáci vyjádřili 3x.

Následně jsem přistoupila k hlasovým cvičením a samotnému rozezpívání. Společně jsme si zazpívali písničky *Kočka leze dírou* a *Kočka leze dolů*, které žáci už znali z 1. ročníku. Píseň *Kočka leze dírou* si žáci vyzkoušeli zazpívat vesele. Píseň *Kočka leze dolů* zazpívali naopak smutně. Poté jsem se žáky vyzkoušela jedno artikulační cvičení. Vysvětlila jsem jim, že pro krásný zpěv je nutné také dobře vyslovovat. Jednalo se o jazykolam *Boty, boty do roboty, kdo je koupí, neprohlopí*. Tento jazykolam jsme společně řekli jednou. Žáci ho poté ještě 2x zopakovali samostatně. Nesmělo chybět ani uvedení do mollové tóniny, proto jsme si zopakovali mollovou písničku *Vodník*, kterou se žáci učili rovněž v 1. ročníku

2. Hlavní část hodiny

V hlavní části hodiny už jsem se žáky začala nácvičit nové písně. Z toho důvodu, že se jednalo o žáky 2. třídy, zvolila jsem metodu imitace, neboli nápodobu, která je pro mladší žáky vhodnější. Jednalo se o českou lidovou píseň *Já husárek malý*, která je notována v tónině d moll. Jelikož ve 2. ročníku by se měl hlasový rozsah žáků pohybovat přibližně v rozmezí od c¹ do b¹, je tato píseň pro žáky optimální. Noty k této písni jsou v příloze této práce (viz příloha 5).

2.1. Příprava učitele, rozbor písně

Píseň začíná 5. stupněm v moll a následující sestupnou řadou. Má tři harmonické funkce – tóniku d moll, dominantu A dur a mollovou subdominantu g moll. Rytmus je tečkovaný, údernější, pravidelný a evokuje pochodování, což jsem v závěru hodiny využila. Textová složka je sice mimohudební, ale při nácviku s ní musíme počítat. Text písně je jednoduchý a kromě několika pojmů (husárek, vojna, komůrka) je dětem srozumitelný.

2.2. Návnik písně metodou imitace

Na klávesy jsem udala správnou tóninu a zazpívala jsem žákům celou píseň samostatně. Kladla jsem důraz na to, aby v průběhu mého zpěvu v tichosti poslouchali. Při zpěvu jsem se snažila výrazně artikulovat, aby byl můj zpěv zřetelný a dobře slyšitelný. Poté jsem vyzvala k nácviku písně také žáky. I přesto, že při zpěvu je vhodnější stát, dovolila jsem žákům sedět, jelikož by se v průběhu nácviku neustále „vrtěli“. Řekla jsem jim, aby se však posadili hezky rovně. Poté jsem na klávesy zahrála a současně zazpívala jednotlivé části písně a žáci po mně opakovali. Vždy se jednalo o čtyři takty, které jsme několikrát zopakovali (podle potřeby). Na klávesy jsem hrála pouze pravou rukou, abych si při zpěvu byla jistější a nedělala zbytečné chyby. V průběhu nácviku jsem vždy zpívala společně s žáky. Po zvládnutí prvních čtyř taktů, se připojily další čtyři takty. Píseň jsme zpívali nejdříve v pomalém tempu, poté jsme tempo trochu zrychlili.

2.3. Zpěv písně s dynamikou

Po dostatečném osvojení písně jsem žákům připomněla, že píseň může mít i určitou dynamiku. Zeptala jsem se žáků, zda všichni vědí, co je to dynamika. Vyvolala jsem jednoho žáka a jeho odpověď byla *To je, že bud' zpíváme nahlas anebo potichu*. Žák měl vlastně pravdu, jen jsem ještě upřesnila, že máme více možností, jak zpívat. Například středně silně, velmi silně, slabě nebo velmi slabě atd. Zmínila jsem, že mně bude stačit, když první sloku zkusíme zazpívat slabě, druhou sloku silně, třetí sloku slabě a čtvrtou sloku opět silně. Následně jsme vyzkoušeli zpěv se zmíněnou dynamikou. Žáky jsem upozornila na to, aby se nesnažili „řvát“ co nejsilněji, že stačí, aby dynamika mezi jednotlivými slokami byla znát. Tímto způsobem jsme to 1x vyzkoušeli.

2.4. Doprovod písně hrou na tělo

Když všichni žáci zvládli zpěv s rozdílnou dynamikou, zpívali čistě a rytmicky přesně, zkusila jsem do hodiny zařadit i jednoduchou hru na tělo. Vím, že tyto aktivity je vhodné zařazovat pouze u velmi jednoduchých písní, a proto, kdyby nastala situace, že by pohyby odváděly pozornost žáků od správného a pěkného zpěvu, byla jsem připravena tuto aktivitu zastavit. Žákům jsem nejdříve předvedla, jak bych si takovou hru na tělo představovala. Jelikož se jednalo o 2/4 takt, nabízela se možnost 1x dupnout a 1x tlesknout. Žákům jsem vysvětlila průběh hry a vyzvala je, aby si židličku odsunuli od lavice a vytvořili si kolem sebe místo. Žáky jsem při této aktivitě nedoprovázela na klávesy, abych jednotlivé pohyby mohla dělat současně s nimi. Sedla jsem si s židlí před tabuli tak, aby na mě všichni žáci viděli. Na 1. dobu jsme vždy dupli jednou nohou o zem a na 2. dobu jsme tleskli oběma rukama o sebe. Takto jsme píseň zazpívali jednou. Poté jsem se zeptala žáků, zda by je napadla i jiná možnost, jak se doprovodit hrou na tělo. Žáci vymysleli, že bychom na 1. dobu mohli tlesknout rukama o stehna a na 2. dobu dupnout. Zazněla i taková varianta, při které bychom na 1. dobu tleskli rukama o sebe a na 2. dobu tleskli rukama o stehna.

2.5. Doprovod písně hudebními nástroji

Obvykle je vhodné dávat doplňující činnosti k písni až v následujících hodinách, ale zde jsem si dovolila udělat výjimku, protože píseň je jednoduchá a žáci ji zvládli nacvičit velmi dobře, bez závažnějších kritických míst. Opět jsem byla připravena tuto aktivitu zastavit, kdyby žákům činila problém. Jednalo se o zpěv s doprovodem jednoduchých Orffových hudebních nástrojů. Ty jsem měla schované ve velké krabici, aby žáci mohli hádat, co je uvnitř. Přijít na to žákům netrvalo moc dlouho. Jednotlivé hudební nástroje jsem vždy vyndala, společně jsme je pojmenovali a každý žák dostal jeden hudební nástroj. Zkusila jsem žáky nechat, aby si na hraní do rytmu přišli sami – nechtěla jsem jim přesně určovat, na jaké doby mají hrát. Píseň jsme s doprovodem hudebních nástrojů zazpívali celkem 3x, přičemž si žáci pokaždé nástroje vyměnili. Jelikož mám ráda zařazování pohybových aktivit do hodin, rozhodla jsem si s žáky vyzkoušet ještě jednu krátkou aktivitu. Žáky jsem poprosila, aby se postavili a udělali prostor mezi jednotlivými odděleními. Řekla jsem jim, že si vyzkoušíme v průběhu písně také pochodovat, jako kdybychom byli ti zmiňovaní vojáci. Upozornila jsem je na pravidla bezpečnosti a slušného chování – aby se nestrkali a spořádaně pochodovali. Žáci tedy museli do rytmu

písňe pochodovat, hrát na hudební nástroj a ještě zpívat. Jednalo se už o poměrně složitou aktivitu, ale žáci ji ihned pochopili. V průběhu této aktivity jsem se rovněž zapojila a doprovázela jsem žáky do rytmu pochodu hrou na tamburínu.

3. Závěrečná část

Po skončení pochodu mi žáci vrátili zapůjčené hudební nástroje a posadili se. Hromadně jsem se žáků zeptala, jak se jim hodina líbila, zda je jednotlivé hry bavily. Žáci hodinu slovně hodnotili. I já jsem žákům poskytla zpětnou vazbu – velmi jsem je za jejich aktivitu v hodině pochválila, jelikož byli opravdu skvělí a hezky se mnou spolupracovali.

5.3 Ověření výukových postupů

V této části budu hodnotit mnou vybrané výukové postupy. Zaměřím se na to, co se podařilo, ale také na to, co se podařilo méně a následně navrhnou lepší možné způsoby řešení.

5.3.1 Vlastní reflexe výukových postupů

Tuto přípravu na hodinu hudební výchovy jsem odučila ve 2. třídě Masarykovy ZŠ v Plzni v průběhu souvislé praxe v 5. ročníku svého studia. Nejprve jsem si provedla náslechovou hodinu hudební výchovy vedenou paní učitelkou, při které jsem mohla zanalyzovat hudební schopnosti žáků. Viděla jsem také, jakým způsobem paní učitelka s žáky pracuje. Bohužel její hodinu nemohu hodnotit příliš pozitivně, jelikož vůbec neprováděla rozezpívání ani žádná hlasová cvičení. Její hodina spočívala v pouhém puštění nahrávek a videí, v průběhu kterých žáci zpívali. Paní učitelka sice zpívala společně s žáky, ale hodina zkrátka neobsahovala nic, o čem v této diplomové práci pojednávám. Trochu jsem se tedy bála, zda má příprava na hodinu bude mít u žáků úspěch a zda proběhne bez problémů a žáci budou schopni jednotlivé aktivity zvládnout.

Z vědomostního hlediska žáky hodnotím velmi pozitivně, byli schopni mi v průběhu hodiny správně odpovědět na všechny mé otázky. Ani hlasově na tom žáci nebyli vůbec špatně a byla jsem velmi mile překvapena, že většina žáků zpívala intonačně čistě a rytmicky přesně. Když to srovnám s mým výzkumem ve vyšších ročnících, zpěv „druháků“ byl na daleko vyšší úrovni.

Při samotném rozezpívání a jednotlivých hlasových cvičeních však bylo vidět, že je to pro žáky úplná novinka. Žákům jsem jednotlivé aktivity musela vždy pečlivě

vysvětlovat a především názorně ukazovat. Nikdy se však nestalo, že by žáci nějakému zadání nerozuměli. Ovšem při provádění přivonění ke květině a foukání do pírků si někteří žáci začali z této aktivity dělat legraci a cvičení, dle mého názoru, nebylo u všech žáků efektivní i přesto, že bylo voleno s ohledem na jejich věk. Musela jsem dokonce zazvonit zvonečkem, aby se atmosféra ve třídě opět uklidnila. Následovala obličejová gymnastika, u které jsem žáky rázně upozornila na to, aby tuto aktivitu provedli bez mluvení, tzn. v naprosté tichosti. Až na pár výjimek to všichni zvládli.

V průběhu nácviku písně metodou imitace jsem byla překvapená, že žáci opravdu v tichosti vydrželi poslouchat mé vzorové předvedení písně. Poté práce s písní nebyla tak obtížná. Při nácviku první části písně se do zpěvu zapojovaly především dívky. Když jsme částí písně opakovali znovu a znovu, žáci si začali být jistější a už zpívala většina žáků. Žákům jsem ještě před samotným zpěvem sdělila, aby si dali záležet na správné artikulaci. Také z hlediska rytmu jsem žáky musela několikrát opravit, jelikož nedodržovali délku první noty u prvních taktů obou řádek. Příště by bylo mnohem lepší před samotným zpěvem žákům vysvětlit rytmus písně a délku jednotlivých not. Předpokládané těžké místo, nebo jen rytmus úryvku, bych napsala na tabuli a předem procvičila. Zde by se jednalo o první 4 takty rytmu písně, které bychom mohli procvičit na jiný text nebo je různě rytmicky deklamovali. Poté už by se jednalo o nácvik písně metodou imitace s názorem. V hodině se mi naštěstí podařilo tuto chybu opakovaným nácvikem rychle odstranit. Poté už ani samotný zpěv s dynamikou žákům nedělal problém a všichni pochopili předem stanovené dynamické změny. Jediným problémem bylo, že se našli žáci, kteří i přesto, že jsem je na to upozorňovala, zpívali až příliš hlasitě. Musela jsem přestat hrát na klávesy a opět sdělit smysl aktivity. Poté už byl zpěv žáků slabší.

Hra na tělo měla u žáků veliký úspěch. Velmi mě překvapilo, že žáci vymysleli i jiné kombinace pohybů. Z časového hlediska jsme však stihli vyzkoušet pouze jednu jinou kombinaci. Příští hodinu bych s žáky vyzkoušela i zbylé kombinace.

Při poslední aktivitě, tedy hře na Orffovy nástroje, pro mě bylo poměrně těžké udržet ve třídě kázeň. Bylo to zčásti i tím, že byl pátek a poslední hodina před víkendem. Žáci začali hrát na nástroje ještě předtím, než jsem jim k tomu dala svolení. Také se hádali o nástroje i přesto, že jsem jim řekla, že si nástroje po každém zazpívání písně vymění. Poslední aktivitou už byl jen samotný pochod. Žáci dodrželi předem stanovená pravidla a nestrkali se. Celkově musím říct, že zpěv s doprovodem hudebních nástrojů a pochodem

se velmi zdařil a nečinil žákům problém, ba naopak jim pomohl mnohem více vnímat rytmus. V průběhu této aktivity bylo vidět, že žáci ze zpěvu mají radost, což bylo cílem mé hodiny.

Při závěrečné reflexi žáci nejhůře hodnotili hlasová cvičení a rozezpívání. Bylo to asi i tím, že na to žáci nejsou vůbec zvyklí. Nicméně je potřeba tato přípravná cvičení do hodin zařazovat a neopomíjet je, i přesto, že žáky tolik nebaví. Je to jedna z cest, díky které se žáci mohou neustále hlasově rozvíjet. Naopak nejvíce žáky bavila hra na tělo a hra na hudební nástroje, čímž se potvrdilo, že zařazování her do výuky je z hlediska motivace velmi efektivní.

5.3.2 Zpětná vazba od vyučujícího

Paní učitelka moji hodinu hodnotila poměrně kladně. Zmiňovala však, že se nemám bát žáky více okřiknout, když neposlouchají. Také říkala, že si mám více hlídat čas, jelikož na závěrečnou reflexi nezbylo příliš času. Naopak velmi ocenila, že jsem v průběhu hodiny prostřídala několik druhů aktivit. Pochválila mě za mou hru na klávesy a zpěv. Kladně hodnotila především pohybové aktivity, při kterých se žáci museli zvednout z místa. Jednotlivá hlasová cvičení a cvičení k rozezpívání pro ni byla celkem neznámá. Říkala, že s žáky ve svých hodinách občas dělá hru na tělo, což bylo při hodině vidět. Také hru na Orffovy nástroje do výuky pravidelně zařazuje. V průběhu reflexe mě uklidnila, že i při jejích hodinách se při využívání hudebních nástrojů žáci rozdovádí. Poté zmínila, že zkusí nějaké aktivity z hodiny také použít, což mi udělalo velkou radost. Další hodinu hudební výchovy už jsem bohužel neviděla, jelikož mi končila praxe, ale paní učitelka říkala, že písničku bude s žáky ještě opakovat.

Závěr

Cílem mé práce bylo pokusit se zmapovat dílčím způsobem úroveň hlasové výchovy a zpěvu žáků ve vybraných třídách a u několika učitelů hudební výchovy. Dále pak představit metody a postupy, které by měly zvýšit efektivitu hlasové výchovy. Také jsem se zabývala jak samotným pojmem hlasová výchova a jejími jednotlivými složkami, tak hlavními cíli vyučovacího procesu. Při psaní této práce jsem věnovala velkou pozornost i samotné problematice hlasové výchovy. Hledala jsem příčiny způsobující pokles zpěvnosti žáků.

Prostřednictvím tří realizovaných výzkumných šetření se mi potvrdily téměř všechny stanovené hypotézy. Podařilo se mi také zjistit nové možné příčiny úpadku hlasové výchovy. Z dotazníkového šetření vyplynulo, že za poklesem zpěvnosti žáků může stát i osobní vztah ke zpěvu a hlasové výchově samotných vyučujících. Ti v otevřené otázce dotazníku hodnotili především slabá místa svého zpěvu a zmiňovali i trému a psychické bloky ze zpěvu před kolektivem. Toto zjištění by mohlo být klíčem k zamyšlení, zda by nebylo lepší a efektivnější, aby hudební výchovu učili pouze kvalifikovaní učitelé nebo učitelé, jejichž vztah k hodinám by nebyl takový, že by si je raději vyměnili se svými kolegyněmi.

V závěrečné části práce jsem vytvořila přípravu na hodinu hudební výchovy, kterou jsem realizovala během své souvislé pedagogické praxe. Těžištěm práce v hodině byla hlasová výchova propojená různými hudebními činnostmi. Hodinu a její činnosti jsem zpětně zanalyzovala a reflektovala místa, která by si zasloužila větší pozornost nebo jiný způsob řešení.

Díky výzkumu a vlastní praxi jsem se však utvrdila v tom, že žáci v současné době stále zpívají rádi a že na jejich vztahu k hlasové výchově a jednotlivým hudebním činnostem se podílí především učitelé s jejich výběrem vyučujících metod, forem práce a způsobu motivace.

Celkově by mě velmi potěšilo, kdyby má práce byla přínosem především učitelům 1. stupně, kteří si tolik nevěří při výuce hlasové výchovy a současně by jim poskytla nové myšlenky a postupy, jak jejich výuku udělat efektivnější. Také doufám, že práce bude užitečná i pro samotnou Katedru hudební výchovy a kultury Pedagogické fakulty ZČU, která mi dovolila do této problematiky více proniknout.

Resumé

My diploma thesis called *Vocal education of children at lower grade primary school and effective methods of its realization (based on research)* is focused on the level of vocal education in primary school and possible techniques and methods, which could improve its effectiveness.

This thesis is divided into two parts – theoretical part and research.

The theoretical part deals with child voice, its characteristics and development. Furthermore it discusses terminological definition of vocal education, its goals and implementation in RVP ZV. Moreover this part of thesis contains analysis of schoolbooks and teachers methodical guidelines for schoolbooks intended for first to third grade. Attention is also given to the methods of developing basic singing skills and habits of pupils in elementary school and progressive elements in vocal education.

The research is focused on surveying the current state of vocal education in two separate elementary school classes conducted in 10th Elementary School in Pilsen by observation method. Simultaneously it mentions teachers opinions on problems in vocal education based on their experience and describes possible forms of solutions. Last but not least this thesis evaluates primary school teacher relationships to the vocal education. In connection to findings from the whole thesis, it suggests and presents a model music class for second grade, where most part is comprised by vocal education.

Seznam použité literatury a pramenů

Použitá literatura

ČEŠKOVÁ, Olga. *Pěvecká výchova*. 4. vyd. Praha: Akademie múzických umění, 2017. ISBN 978-80-7331-436-1.

DANIEL, Ladislav. *Metodika hudební výchovy*. Ostrava: Montanex, 1992. ISBN 80-85300-98-2.

DRÁBEK, Václav. *Stručný průvodce hudební psychologií*. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2004. ISBN 80-7290-161-3.

FROSTOVÁ, Jana, VANIAKOVÁ, Mária. *Základy hlasové výchovy pro učitele*. Brno: Vydavatelství Masarykovy univerzity, 1995. ISBN 80-210-1229-3.

GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido, 2000. ISBN 80-85931-79-6.

CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. 2. vyd. Praha: Grada, 2016. ISBN 978-80-247-5326-3.

KODĚJŠKA, Miloš, SLAVÍKOVÁ, Marie. *Visegrádská doktorandská konference Teorie a praxe hudební výchovy IV na Pedagogické fakultě UK v Praze. Hudební výchova: časopis pro hudební a obecně estetickou výchovu školní a mimoškolní*. Praha: Univerzita Karlova v Praze – Pedagogická fakulta. 2016, roč. 24, č. 1-2, s. 14-15. ISBN 1210-3683.

KUBECOVÁ, Markéta, PEHELOVÁ, Marcela, SLAVÍKOVÁ, Marie, RŮŽIČKOVÁ, Veronika, VÁŇOVÁ, Hana. *Rozvíjíme hudební dovednosti dětí*. Praha: Raabe. 2017. *Rozvíjíme dítě v jednotlivých oblastech předškolního vzdělávání*. ISBN 978-80-7496-332-2.

LIŠKOVÁ, Marie. *Hudební výchova pro 1. ročník základní školy: učebnice zpracovaná podle osnov vzdělávacího programu Základní škola*. Praha: SPN – pedagogické nakladatelství, 1998. ISBN 80-7235-028-5.

LIŠKOVÁ, Marie, HURNÍK, Lukáš. *Hudební výchova pro 2. ročník základní školy*. Praha: SPN – pedagogické nakladatelství, 2012. ISBN 80-7235-312-8.

LIŠKOVÁ, Marie, HURNÍK, Lukáš. *Hudební výchova pro 3. ročník základní školy: učebnice zpracovaná podle osnov vzdělávacího programu Základní škola*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1998. ISBN 80-7235-027-7.

LIŠKOVÁ, Marie. *Metodická příručka k učebnici Hudební výchova pro 1. ročník základní školy*. Praha: SPN – pedagogické nakladatelství, 1998. ISBN 80-7235-047-1.

LIŠKOVÁ, Marie. *Metodická příručka k učebnici Hudební výchova pro 2. ročník základní školy*. Praha: SPN – pedagogické nakladatelství, 1999. ISBN 80-7235-065-X.

LIŠKOVÁ, Marie. *Metodická příručka k učebnici Hudební výchova pro 3. ročník základní školy*. Praha: SPN – pedagogické nakladatelství, 1999. ISBN 80-7235-092-7.

OBEŠLOVÁ, Miluše. *Hlasová výchova 6-9letých dětí na základní škole*. 1. vyd. Hradec Králové: Gaudeamus, 2005. ISBN 80-7040-439-1.

SEDLÁK, František, SIEBR, Rudolf. *Didaktika hudební výchovy na prvním stupni základní školy: učebnice pro studenty pedagogických fakult*. Praha: SPN, 1985. Učebnice pro vysoké školy (Státní pedagogické nakladatelství)

SEDLÁK, František, VÁŇOVÁ, Hana. *Hudební psychologie pro učitele*. Praha: Karolinum, 2013. ISBN 978-80-246-2060-2.

SLAVÍKOVÁ, Marie. *Psychologické aspekty hlasové výchovy žáků základní školy*. 1. vyd. Západočeská univerzita v Plzni, 2003. ISBN 80-7043-261-6.

SYNEK, Jaromír. *Vybrané kapitoly z didaktiky hudební výchovy I*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004. ISBN 80-244-0964-X.

ŠIMANOVSKÝ, Zdeněk. *Hry s hudbou a techniky muzikoterapie ve výchově, sociální práci a klinické praxi*. 3. vyd. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-339-0.

ŠIMANOVSKÝ, Zdeněk, TICHÁ, Alena. *Lidové písničky a hry s nimi*. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-323-4.

TAYLOR, Daniela, KÜFHABEROVÁ, Božena, JIŘIČKOVÁ, Jiřina, HAVELKOVÁ, Hana, TUREK, David, HLAVOVÁ, Jana, KNOPOVÁ, Blanka, ANTOŇŮ, Jana. *Hravá hudební výchova 2: pro 2. ročník ZŠ*. Praha: Taktik, 2020. ISBN 978-80-7563-250-0.

TICHÁ, Alena. *Učíme děti zpívat: hlasová výchova pomocí her pro děti od 5 do 11 let*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-916-X.

TICHÁ, Alena. Pěvecká výchova – práce na celém člověku. *Hudební výchova*, 1994/95, č. 4.

VÁLKOVÁ, Libuše. *Hlas individuality*. 2. vyd. Praha: Akademie múzických umění, 2007. ISBN 978-80-7331-087-5.

VÁŇOVÁ, Hana. *Didaktika hudební výchovy ve studiu učitelství pro 1. stupeň ZŠ*. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2020. ISBN 978-80-7603-156-2.

VÁŇOVÁ, Hana, SKOPAL, Jiří. *Metodologie a logika výzkumu v hudební pedagogice: vysokoškolská učebnice*. Praha: Karolinum, 2002. ISBN 80-246-0435-3.

VRCHOTOVÁ-PÁTOVÁ, Jarmila. *Didaktika zpěvu pro sólisty, sborové pěvce a budoucí pěvecké pedagogy*. Plzeň: Západočeská univerzita, 2002. ISBN 80-7082-842-0.

ZELENKOVÁ, Dagmar. Výuka pěvecké výchovy na pedagogické fakultě. *Hudební výchova: časopis pro hudební a obecně estetickou výchovu školní a mimoškolní*. Praha: Univerzita Karlova v Praze – Pedagogická fakulta. 2010, roč. 18, č. 3, s. 43-46. ISSN 1210-3683.

Internetové zdroje

Hlasové začátky: *PĚVECKÁ TECHNIKA* [online]. Copyright © 2013 [cit. 04. 10. 2022]. Dostupné z: <https://pevecka-technika.webnode.cz/hlasove-zacatky/>

Rámcové vzdělávací programy – NPI – Národní pedagogický institut České republiky [online]: Praha: 2021 [cit. 2022-07-31]. Dostupné z: <https://www.npi.cz/ramcove-vzdelavaci-programy>

Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání [online]: Praha: MŠMT, 2021 [cit. 2022-07-31]. Dostupné z: <https://revize.edu.cz/files/rvp-zv-2021.pdf>

Seznam obrázků

Obrázek 1: Fonační postavení hlasivek	6
Obrázek 2: Artikulační cvičení	19
Obrázek 3: Hlasová cvičení	19
Obrázek 4: Modely k rozezpívání	21
Obrázek 5: Navozování správného pěveckého postoje	31
Obrázek 6: Cvičení pro rozvoj artikulace	34

Seznam tabulek

Tabulka 1: Identifikace slabých míst ve zpěvu	52
Tabulka 2: Struktura hodiny hlasové výchovy	54
Tabulka 3: Schéma průběhu hodiny	54

Seznam grafů

Graf 1: Čas věnovaný rozezpívání a jiným hlasovým cvičením	48
Graf 2: Způsoby motivace žáků ke zpěvu	49
Graf 3: Názory na současnou zpěvnost žáků	49
Graf 4: Hodnocení vlastního zpěvu	50

Přílohy

Příloha 1: Výzkumný list (Výzkum 1)	II
Příloha 2: Odkaz na uložené nahrávky zpěvu žáků při hodině HV ve 4. a 5. ročníku ZŠ (Výzkum 1).....	III
Příloha 3: Dotazník č. 1 (Výzkum 2)	IV
Příloha 4: Dotazník č. 2 (Výzkum 3)	V
Příloha 5: Noty k písni <i>Já husárek malý</i>	VII

VÝZKUMNÝ LIST

Škola: 10. ZŠ	Třída:
Školní rok: 2022/2023	Předmět: Hudební výchova
Datum:	Poznámky:
Tematika pozorování: Výzkum aktuálního stavu hlasové výchovy na vybrané ZŠ	
Jméno a příjmení pozorovatele:	Johana Vaníková
Ročník:	5.
Obor:	Učitelství pro 1. stupeň ZŠ

Sledované jevy	Poznámky	Činnost učitele
Pěvecký postoj		
Dýchání		
Otevírání úst		
Intonační čistota		
Způsob nasazování tónu		
Frázování		
Rytmická přesnost		

Příloha 2: Odkaz na uložené nahrávky zpěvu žáků při hodině HV ve 4. a 5. ročníku ZŠ (Výzkum 1)

https://drive.google.com/drive/folders/1PoFMI9AzRb6I7Eln8R43AKDzWXgRfyLe?usp=share_link

DOTAZNÍK KE ZJIŠTĚNÍ NÁZORŮ UČITELŮ 1. STUPNĚ ZŠ NA PROBLÉMY SOUČASNÉ HLASOVÉ VÝCHOVY A JEJICH ŘEŠENÍ

Dobrý den, vážené paní učitelky,

obracím se na Vás s prosbou o vyplnění tohoto krátkého dotazníku k mé diplomové práci, který se týká problematiky hlasové výchovy na základních školách. Výsledky tohoto dotazníku budou zpracovány a vyhodnoceny v praktické části mé diplomové práce. Vaše odpovědi budou anonymní.

Předem děkuji za Váš čas a za Vaše odpovědi.

Johana Vaníková

(studentka oboru Učitelství pro 1. stupeň ZŠ)

1. Co bývá, podle Vašeho názoru, příčinou nepěkného či chybného zpěvu, případně nechuti zpívat, u žáků 1. st. ZŠ?

2. Co v tomto směru dle Vašich zkušeností nejefektivněji pomáhá?

DOTAZNÍK KE ZJIŠTĚNÍ VZTAHU UČITELŮ 1. STUPNĚ ZŠ K HLASOVÉ VÝCHOVĚ

Dobrý den, vážené paní učitelky,

obracím se na Vás s prosbou o vyplnění tohoto krátkého dotazníku k mé diplomové práci, který se týká Vašeho vztahu k hlasové výchově na 1. stupni ZŠ.

Výsledky tohoto dotazníku budou zpracovány a vyhodnoceny v praktické části mé diplomové práce. Vaše odpovědi budou anonymní.

Předem děkuji za Váš čas a za Vaše odpovědi.

Johana Vaníková

(studentka oboru Učitelství pro 1. stupeň ZŠ)

1. *Učíte hudební výchovu ve své třídě?* ANO – NE

2. *Vyměnila byste si raději hodiny hudební výchovy s jinou kolegyní?* ANO – NE

3. *Provádíte v každé hodině hlasovou výchovu (rozezpívání, hlasová cvičení, dechová cvičení, hry s hlasem atd.)?* ANO – NE

4. *Kolik minut věnujete rozezpívání či jiným hlasovým cvičením?*

- cca 5 min
- cca 10 min
- cca 15 min
- více než 15 min

5. *Jakým způsobem motivujete žáky ke zpěvu písní nebo jednotlivým cvičením?*

- hrou
- tanečkem
- zazpíváním písně (vlastním příkladem)
- nahrávkou
- obrázkem
- pohádkou / příběhem
- známkou
- pochvalou
- hudebními nástroji
- jiné _____

6. Jaká je podle Vás současná zpěvnost dětí?

- spíše nižší
- spíše vyšší
- vyšší než před cca 20 lety

7. Jak byste sama sebe ohodnotila ze zpěvu? (Prosím, hodnoťte jako ve škole.)

- 1 – výborný
- 2 – chvalitebný
- 3 – dobrý
- 4 – dostatečný
- 5 – nedostatečný

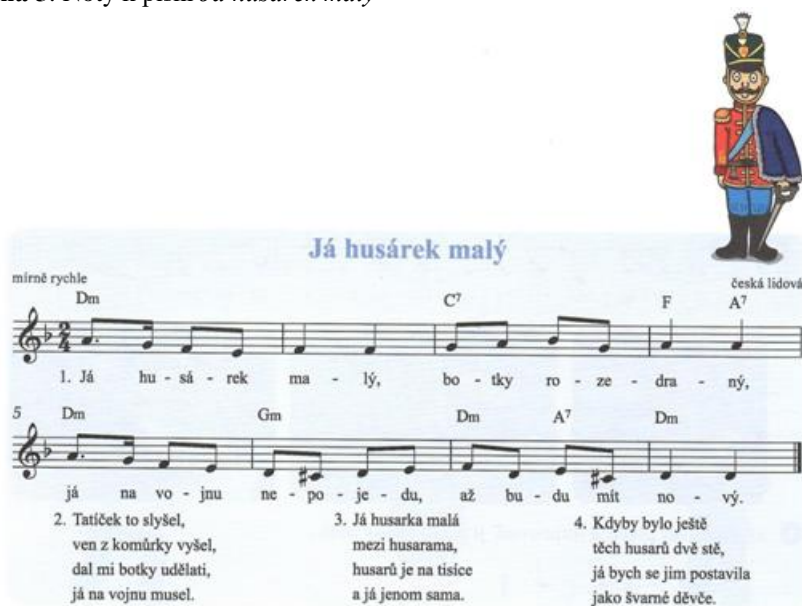
8. Trpíte obavami či nejistotou zpívat před kolektivem žáků? ANO – NE

9. Pociťovala jste někdy psychický blok ze sólového zpěvu? ANO – NE

10. Pokud nejste zcela spokojena se svým zpěvním projevem po stránce pěvecké techniky, dokázala byste formulovat, v čem spočívají slabá místa Vašeho zpěvu?

11. Léčila jste se někdy s hlasivkami či jinými problémy s hlasem? ANO – NE

Příloha 5: Noty k písni *Já husárek malý*



Já husárek malý česká lidová

mírně rychle

Dm C⁷ F A⁷

1. Já hu - sá - rek ma - lý, bo - tky ro - ze - dra - ný,

5 Dm Gm Dm A⁷ Dm

já na vo - jnu ne - po - je - du, až bu - du mít no - vý.

2. Tatiček to slyšel, ven z komůrky vyšel, dal mi botky udělati, já na vojnu musel.	3. Já husarka malá mezi husarama, husarů je na tisíce a já jenom sama.	4. Kdyby bylo ještě těch husarů dvě stě, já bych se jim postavila jako švarné děvče.
--	---	---

136

1. Já husárek malý
botky rozedraný,
já na vojnu nepojedu,
až budu mít nový.
2. Tatiček to slyšel,
ven z komůrky vyšel,
dal mi botky udělati,
já na vojnu musel.
3. Já husarka malá
mezi husarama,
husarů je na tisíce
a já jenom sama.
4. Kdyby bylo ještě
těch husarů dvě stě,
já bych se jim postavila
jako švarné děvče.

¹³⁶ TAYLOR, Daniela, KÜFHABEROVÁ, Božena, JIŘIČKOVÁ, Jiřina, HAVELKOVÁ, Hana, TUREK, David, HLAVOVÁ, Jana, KNOPOVÁ, Blanka, ANTONŮ, Jana. *Hravá hudební výchova 2: pro 2. ročník ZŠ*. 2020, s. 32.