

13. Zpěv v mateřské škole: vypracovala Cvachová Alena, Přikrylová Kristýna

a.

Hlasová výchova, hlasová hygiena dětí a učitelky, metodika rozvíjení pěveckých dovedností

Hudba

- je ve všech svých podobách vyjádřením lidské kreativity
- rozvíjí cit pro krásno (ladnost pohybů, představy, asociace)
- uvolňuje duševní bloky, harmonizuje prožívání a jednání, vyrovnává příliš malé nebo nadměrné napětí, zmírňuje poruchy soustředění, trénuje paměť, rozumové schopnosti
- přináší do rodiny, do společenství ve třídě či jinde klid, pohodu, jistotu, rozvíjí představivost a fantazii
- podporuje schopnost sebevyjádření a komunikace (hudba dokáže beze slov vyličit příběh, pocity, bez barev vykreslit přírodní scenérii, vybídnout k tanci, vyzpívat touhu, radost i žal...)
- má výrazný podíl na rozvoji sociálních vztahů
- přispívá k rozvoji zdravé harmonické osobnosti

Zpěv

- v MŠ je základem všech hudebních činností nejen pěveckých
- zpěv a hudba jsou v mateřské škole chápána jako jeden z důležitých projevů lidské činnosti, který spolu s pěkným slovem, říkadlem, hrou, divadlem, výtvarným projevem přispívají ke kultivaci dítěte jako lidské bytosti
- základem zpěvu v MŠ by měla být píseň **lidová** :
 - ✓ prověřena dobou a generacemi
 - ✓ považována za základ hudebnosti
 - ✓ jednoduchá dvoudílná forma, pro děti lehce zapamatovatelné, jsou pěkné, ke zpívání lákavé, spojující generace
 - ✓ dává nám vědět o rostlinách, o stromech, o zvířatech (o přírodě jako takové) především také o nás lidech, o našich radostech či trápeních, přináší také zprávu o lidské práci (řemesla, řemeslníci)
 - ✓ dítě by mělo znát některé lidové písničky a mít mezi nimi své oblíbené

Šimanovský - 5 základních pocitů obsaženo v lidových písních, oslabují nás + jsou i našimi pomocníky (**strach, hněv, radost, smutek, láska**)

- umělé písně by měly repertoár dětí v MŠ pouze doplňovat
- zpěv v MŠ by měl být především spontánní, přinášející radost (dítě nesmí být negativně hodnoceno a neustálými připomínkami od zpěvu odrazováno, naopak vhodnou motivací, dostatečným množstvím podnětů a příležitostí ke zpívání a přirozeným zpěvem učitelky, který je pro děti zároveň vzorem, vést dítě ke správné hlasové hygieně a přirozenému zpěvu)

Proč některé děti nezpívají?

- Maminky nezpívají, a tak děti nemají zkušenost s vnímáním jednohlasového zpěvu – maminky intuitivně vybírají písně, které jsou na úrovni vnímání dítěte a odpovídají možnostem jeho hlasu. Dítě napodobuje matčin zpěv a do paměti si ukládá jednoduché, melodické struktury
- V rodinném prostředí se nepodporuje zpěv dětí- dítě svým zpěvem rodiče ruší a tak bývají okřikovány: „Buď zticha, neječ pořád!“
- Malá fyzická zdatnost a chybné držení těla- dětem často chybí přirozený pohyb. Shrbené tělo, zúžený hrudní koš a snížená fyzická zdatnost omezují dýchání. Místo správného bráničního dechu používají mělký, svrchní dech za pomoci ramen
- Mluva na úkor zpěvu a nízká poloha mluvního hlasu, křik- pokud děti nezpívají- neprocvičují vyšší hlasovou polohu, ztrácí jejich hlas postupně jas, lehkost a nakonec i schopnost tvořit vyšší tóny
- Pasivní přijímání hudby a nesprávné pěvecké vzory- vedou k tomu, že děti přestanou používat správně hlas. Kolem dětí stále něco hraje, hudebním smogem zamořené prostředí nepodněcuje děti k přirozenému zpěvu
- Dítě se neslyší – při hlasitém společném zpěvu nemůže dítě korigovat čistotu intonace, hlas dítěte je zakryt křiklavým zpěvem jeho kamarádů nebo nekultivovanou, hlučnou hrou instrumentálního doprovodu (dítě může zpřesňovat svůj zpěv, pouze pokud se slyší!)
- Neodborné vedení dětí v mateřské a základní škole- z neznalosti nechávají učitelky děti zpívat v nízké hlasové poloze písně malého hlasového rozsahu. Děti nemají možnost vyzkoušet si lehce znějící hlas a procvičit vyšší tóny. Zvýšený počet „bručounů“ se vždy objeví ve třídě, ve které zpívá učitelka příliš silným a hlubokým hlasem, nebo svou hrou na klavír překrývá zpěv dětí
- Dítě se neposlouchá- zpívá s plným zaujetím, ale nevnímá kvalitu svého hlasového projevu. Nemá vypěstovanou koordinaci mezi sluchem a hlasem (mezi hudební představou, tj. vnitřním zpíváním a jeho zvukovou realizací pomocí hlasu). Dítě má jasnou hudební představu melodie, avšak hlasivky ho neposlouchají.

Hlasová hygiena

- Přiměřená síla a výška tónu
- Po nemoci šetřit hlas, každou nemoc doléčit
- Používat měkké hlasové začátky- podmínkou je:
- klidný nádech do otevřeného, připraveného těla, uvolněná čelist, kořen jazyka a mírně vyklenuté měkké patro, vnitřní ztišení, pozvolný, plynulý výdech přes uvolněné hrdlo
- Hlasový klid po delším zpěvu nebo mluvení
- Omezení odkašlávání a pokašlávání
- Dodržení pitného režimu
- Nevhodné suché, prašné, zakouřené, hlučné a mrazivé prostředí
- Nezpívat po náročném mluveném projevu
- Vyvarování se pití příliš studených nebo horkých nápojů
- Zpívat ve vyvětrané, nepřetopené místnosti
- Pozor na šepot-šepot je pouze náhradní zvuk, hlas nešetří, ale namáhá!

- Pěvecký postoj- mírně rozkročení, chodidla plně opřená, váha rozložena do obou nohou, spíše vpředu, nikoli na patách, hrudní kost mírně vypjatá, ramena uvolněná, ruce spuštěny volně vedle těla, vzpřímená hlava
 - Správná výslovnost- správně vyslovené je z větší části i dobře zazpívané, cílem je přirozená, výrazná výslovnost. Vhodná je gymnastika mluvidel, která slouží k procvičení a uvolnění čelisti, mluvidel (hra na čertíka, žvýkáme, odfrknutí koně, kapřík, mlsná kočička..) artikulační cvičení
 - Zpěv tzv. **hlavovým tónem**:
 - souvisí s přirozenou hlasovou polohou dětí – při které dítě zpívá, ne deklamuje nebo recituje, pro navození hlavového tónu je třeba zpívat slabě, ve vyšší hlasové poloze (nahoru od f1). Nedovolíme dětem zpívat silně, tlačit dechem do hlasu, odstraňujeme napětí v šíji a vytahování brady
 - ve vyšší poloze se dětské hlasivky příliš nenamáhají, kmitají na jejich okraji a rezonují hlavové dutiny
 - rozsah u 3 letého dítěte : 3 – 6 tónů f1 a výš, 4 roky : kolem 6 tónů, předškoláci až oktáva (d1 – d2)
 - vhodné tóniny f dur a e dur, častá chyba : zpěv příliš nízko
- duševní hygiena** – zpíváme pro radost, ne z donucení
- dýchání při zpěvu** – ovlivněno držením těla, postojem ; našim cílem je vést děti k přiměřenému, klidnému, prohloubenému dechu za pomoci bránice a bez účasti ramen- nepoučovat kdy a jak se mají nadechnout, slovní manipulace nepříznivě ovlivňují průběh dechové funkce- nápodobou vést k břišnímu dechu
- chyba : podklíčkový svrchní nádech . vede k nečistému zpěvu
- nádech** – přivonění ke květině, ovoci
- výdech** – plynulý, stejnoměrný, nepřerušovaný : foukáme na bolístku, bublinu, pírkó, do papírové lodičky, do kolotoče na nitkách
- + spojení výdechu z vokalizací : syčíme jako hadi, bzučíme jako mouchy, šumíme jako les
- veškerý nácvik přirozenou nápodobou učitelky, nelapat po dechu na poslední chvíli, nepoužívat svrchní nádech
 - při zpěvu neupozorňujeme na nádechy, necháme děti vycítit rytmus
- učitelka by měla být dětem příkladem v kultivovaném zpěvu, protože ji dítě napodobuje

Použité zdroje:

Šímanovský, Z., Tichá, A.: *Lidové písničky a hry s nimi*, Praha, Portál 1999

Tichá, A.: *Učíme děti zpívat*. Portál, Praha 2005

Raková, M., Štíplová, L., Tichá, A.: *Zpíváme a nasloucháme hudbě s nejmenšími*, Praha, Portál 2009

Jurkovič, P.: *Od výkřiku k písničce*, Praha, Portál 2012

Synek, J.: *Didaktika hudební výchovy I*, Olomouc, Vydavatelství UP v Olomouci, 2004

b. ZÁSADY VÝBĚRU PÍSNÍ

Základem je vytvoření přátelského, bezpečného prostředí bez posmívání, ponižování. Děti zásadně nekritizujeme, pochválíme i za snahu, nespěcháme, dopřejeme potřebný čas.

Záleží na pěvecké vyspělosti kolektivu, na věku dětí, zkušenostech se zpěvem.

Začínáme tím nejjednodušším. Postupujeme od toho, co dítě zvládá. Od mluvené řeči ke zpěvu, od rytmizace k melodizaci.

1. Říkadla a jednoduché popěvky - často je spojujeme s pohybem, děti si je lépe zapamatují.
- melodie malé sestupné tercie (Halí, belí, Houpy, houpy, kočka snědla kroupy, Chodí Pešek okolo, Had leze z díry, Kolo, kolo mlýnský, Zlatá brána, Vrána letí)

2. Lidové písně - mají výrazný rytmus, tempo, dynamiku, pro dítě snadno zapamatovatelnou melodii.

Lidová píseň - anonymní, není znám autor, řadíme ji do lidového folklóru, šířila se ústním podáním. Zpěv býval neodmyslitelnou součástí každodenního života. Lidová hudba je spontánním projevem lidské hudebnosti.

Podněcuje spontánní pohybovou reakci dětí - tleskání, pleskání, dupání, chůzi, běh, poskoky, pohyby končetin, taneční prvky..., což vede k umocnění prožitku písně.

Příklady lidových písní:

- **Pracovní** - Šel zahradník, Jsou mlynáři, Pekla vdolky, Já jsem z Kutné Hory, Žádný neví jako já - podněcují imitaci pracovních pohybů, rozvíjí rytmické cítění, pantomimiku řemesel.
- **Milostné** - Koulelo se, koulelo, Rožnovské hodiny, Vyletěla holubička, Ó řebíčku zahradnický - podněcují přirozený zpěv s výrazem.
- **Obřadní** - My tři králové jdeme k vám, Koleda, koleda, Štěpáne - symbolizují spojení s přírodou, lidové tradice.

Hudební pedagogové, kteří se zabývají lidovou písní a jejím využitím ve výchově a vzdělávání:

- Prof. PhDr. Eva Jenčková
- Csc. Mgr. Zdeněk Šimanovský
- PaDr. Alena Tichá
- Milena Raková

KRITÉRIA PRO VÝBĚR PÍSNĚ

1. Melodie

- 3 tóny, které se opakují, začátek je sestupný: Šiju boty do roboty.

- obměny 3 tónů: Kolo, kolo mlýnský.
- 4 tóny: Zlatá brána.
Základní repertoár v mateřské škole tvoří písně v 5 - 6tónovém rozsahu.
- 5 tónů: Jedna dvě, Honza jde.
- Písně v rozmezí septimy a oktávy už patří k náročnějším.

Durové písně jsou pro MŠ vhodnější.

Sestupná melodie je pro děti jednodušší než vzestupná.

Náročnější jsou také písně s malými intervalovými vzdálenostmi (např. by bylo těžší zpívat píseň na dvou vedle sebe položených tónech než na malé tercii, půltóny...)

2. Rytmická obtížnost

Písně s jednoduchým, stále se opakujícím rytmem ve 2dobém taktu. Jejich vhodnost dokladuje i to, že se velmi dobře hodí k nejpřirozenějšímu rytmickeému pohybu - k chůzi.

3dobý takt je náročnější, také rytmickeé změny, nebo např. tečkovaný rytmus, pomlky.

1. Hudební forma

Souvisí s délkou písně - nejjednodušší jsou písně v tzv. malé písňové formě jednodílné (např. Halí belí). Pak jsou vhodné písničky složené ze dvou částí, z tzv. předvětí a závětí, které mají stejný počet taktů a jsou stejně dlouhé (hudební otázka a odpověď).

4. Obsah písně

Měl by být dětem blízký, odpovídat jejich rozumovému poznání, jejich zkušenosti. Zároveň ale jejich poznání písně rozšiřují. Lidové písně mají většinou vhodné náměty - bývají o zvířatech, o přírodě, životě. Je pravda, že jsou už někdy dětem tohoto světa vzdálené, ale jejich citový náboj je podstatnější a zároveň přibližují dětem život jejich babiček a ten je většinou zajímavý. Děti rády poslouchají, jaké to bylo, když byli jejich rodiče nebo prarodiče malí.

Riziko výběru moderních písní: populární písně mají většinou velký hlasový rozsah, složitý rytmus, složitou hudební formu, jsou dlouhé, slova mohou mít nevalnou úroveň, jejich produkce bývá někdy příliš hlasitá. Pokud by se zpěv orientoval hlavně na ně, nebylo by to přínosem pro rozvoj hudebnosti. Dítě na ně nestačí, místo zpěvu spíš deklamuje, neintonuje správně, spíš přejde k vlastní melodii, často falešně a opakující se téměř u všech písní. Přepíná sílu hlasu (tlačí na tón), čímž si poškozuje hlasivky. Návyk přepínání hlasu, tlačení na tvoření hlasu se může přenést i do mluveného projevu, působí-li často.

NÁCVIK PÍSNĚ

1. Vzbuzení zájmu o písničku - můžeme využít obrázků, pohádku, povídání o tématu, maňáska... Někdy může děti motivovat samotná písnička, to závisí na písni, na dětech, na momentální atmosféře a situaci, na učitelce.

2. Zazpívání písně učitelkou, poprvé bez nástroje.

3. Rozhovor o obsahu, pokud už neproběhl při motivaci, případné vysvětlení neznámých slov nebo faktů.

4. Opakování zpěvu písně - zásadně učíme děti text i melodii současně, (někdy můžeme samostatně zazpívat obtížnější místo v písni, osvojit si těžší rytmický úryvek nějakou hravou formou).

Toto schéma je jen jedním z příkladů, učitelka může vytvořit i jiné postupy. A vždy bude reagovat na reakce dětí, jejich zájem, v žádném případě je nesmí unavit dlouhým stereotypním opakováním. Někdy se nabízí i doprovázet novou písni nějaký pohyb, děti se postupně přidávají a brzy ji umí.

Nácvik musí probíhat nenásilně, postupně, nebudeme chtít naučit děti písničku hned, ale zazpíváme si ji několikrát během dne ve vhodných chvílích, děti se postupně přidávají, vhodné je střídat zpěv kolektivní, skupinový, sólový.

5. Upevnění písně, zdokonalení zpěvu (ke každé písni se vše nehodí)

- zpěv na citoslovce - zazpíváme písničku jako kočky, slepičky, kozy, ovečky
- na ukazovanou... na štafetu
- potichu, aby to nikdo nevěděl x hlasitěji (ne příliš!)
- chůze v prostoru, na konci se zase sejdeme v kruhu
- na ztracenou melodii (nesmíte zpívat nahlas, jen v duchu)
- 2 skupiny dětí, kočky x pejsci, na ukázání zpívá 1 z nich (už musí písničku dobře znát)
- se změnami rychlosti - zpívejte tak rychle, jak hraju (pokud rychle, musí už ji umět)
- výslovnost - tichá, výrazná artikulace, (tajná řeč)

DOPROVOD

- doprovázíme píseň, kterou děti dobře znají, mají ji zažitou
- zapojujeme všechny děti, nejen šikovné – těm svěrujeme náročnější části, aby měly motivaci se zlepšovat
- **hrou na tělo** - nejdříve totožný s rytmem písně, pak na první dobu v taktu, hra na ozvěnu - děti opakují ve stejném rytmu
- **Instrumentální doprovod** - musí zpěv doplnit, podbarvit, nesmí ho přehlušit. Hlasitý nástroj by i děti nutil k příliš hlasitému zpěvu, doprovodné nástroje vybíráme vždy podle charakteru písně

Nástroje

- **rytmické** - ozvučná dřívka, dřevěný blok, bubínek, tamburína, činely, rumba koule, drhlo, triangel, rolničky, zvonek
- **melodické** - xylofon, metalofon, zvonkohra - vhodné ponechat pouze některé klávesy, vytvořit pentatonickou stupnici

Možno využít také různé **netradiční hudební nástroje** - plastové lahve naplněné vodou, plechové krabičky, igelitové sáčky, archy papíru, přírodní materiály (makovice, ořechy, kamínky...) - rozvoj tvořivosti.

INTEGROVANÝ CELEK INSPIROVANÝ PÍSNÍ

Píseň může být základem pro tematický celek, jehož prostřednictvím dítě rozvíjíme všestranně, směřuje k více oblastem vzdělávání. K činnostem hudebním se přidávají činnosti pohybové, poznávací, výtvarné, dramatické...

Tematický celek **Pekla vdolky z bílé mouky**

Cíl:

- **seznamovat s lidovými řemesly**
- **rozvíjet pěvecké a hudebně pohybové dovednosti dětí s využitím lidové písně**
- **vést děti k tomu, aby si vážily práce své i práce druhých**

Motivace dramatickou scénkou (využití loutek, maňásků, zástupných rekvizit...). Honzík dostal chuť na vdolky, ale máma už nemá ani trochu mouky. Co budeme dělat? Dnes snadno koupíme mouku v obchodě, ale jak to bylo dříve? Pro mouku se muselo do mlýna. A tak se Honza vydal pro mouku. Došel do mlýna a pozdravil pana mlynáře.

„Jsou mlynáři“ - hudebně pohybová hra - 4 děti uprostřed kruhu sedí na zemi s pokrčenýma nohama, střídavě podupávají v rytmu písně. Ostatní děti chodí také v rytmu písně po kruhu, představují mlýnské kolo. Píseň může být motivací k dechovým cvičením - foukáme, aby se kolo točilo, k rytmizaci - klapání mlýnského kola

- Klap, klap
- Klapy, klapy
- Klapity, klap...mohou vymýšlet děti (doprovázíme hrou na tělo)

Upevnění písně

- zpěv potichu x nahlas
- rozdělení na 2 skupiny (mlynáři, mlynářky)

„Kolo, kolo mlýnský“ - známá lidová hra - děti procvičují rytmickou chůzi po kruhu v obou směrech. Kolo se nám polámalo - rytmické pohyby rukama pomalu x rychle... Ještě, že byl Honzík šikovný. Pomohl panu mlynáři s opravou, ten mu za to poděkoval a semlel mu plný pytel mouky. I Honza poděkoval, hodil pytel přes rameno a vydal se na zpáteční cestu.

„Jedna, dvě, Honza jde, nese pytel mouky“ - nejdříve jde rychle, už se těší, až mu máma vdolky upeče, ale pytel je těžký a Honza musí zpomalit - zpíváme písničku v různém tempu - rychle x pomalu.

Upevnění písně

- zpěv na citoslovce - Honzovi běží naproti pejsek, kočička (zpíváme jako zvířátka)
- na štafetu - předáváme si pytel mouky
- potichu (Honza chce mámu překvapit)
- chůze v prostoru - na koci se sejdem (každý nese pytel svou cestou)
- změny rychlosti (Honza jde rychle, pomalu)

Máma už Honzíka vyhlíží, hned se pustí do práce - „**Pekla vdolky z bílé mouky**“. Nabízí se doprovod na netradiční hudební nástroje (vařečky, chřestidla).

Komu Ještě upečeme vdolky? Házela je Jiříkovi, Vojtíškově, své Natálce...

Co pečou vaše maminky? Buchty, koláče rohlíky... Jak se to všechno dohromady jmenuje?

Vysvětlení pojmu pečivo. Jak se jmenuje ten, kdo peče? Pekař, Pekařka. Lidové říkadlo „Pekař peče housky“ - prstové cvičení.

„Naše máma řekla, když koláče (rohlíky, bábovku...) pekla, dáme hlavy (ruce, nohy...) dohromady, bude více tepla. Děti spolupracují ve dvojicích, vymýšlejí, jak dát jmenované části těla dohromady.

K hudebním a hudebně pohybovým činnostem můžeme přidat činnosti:

- **poznávací** - děti se dozvídají o tom, jak se žilo dříve, seznamují se s pojmem pečivo, s lidovými řemesly...
- **pohybové** - chůze po kruhu, pohyby paží (mlýnské kolo)...
- **výtvarné** - kreslíme kolo, modelujeme rohlíky...
- **dramatické** - hrajeme si na pekaře, Honza nese pytel ze mlýna, dramatizace pohádky O koblížkově...

a mnohé další...