

**Otázka:** Pohyb a rytmus v hudebních činnostech

**Předmět:** Hudební výchova v MŠ, Pedagogika

**Přidal(a):** Monika Mačková

## Úvod

V seminární práci jsem si vybrala téma pohyb v hudebních činnostech. Vzhledem k propojenosti všech činností v mateřské školce je důležité vnést přirozenost propojení hudby a pohybu s výtvarnými, jazykovými a dalšími doplňujícími činnostmi. Hudba je jazyk srdce. Díky hudbě je možné se sklidit i rozproudit. V mateřské školce je velmi důležité, aby se hudba nenásilnou formou a svobodně prolínala celým dnem. Dítě dokáže hudbu vnímat všemi smysly. Hudební cvičení různorodého formátu přispívá k rozvoji prostorové orientace a k rozvíjení motorických schopností. Děti od věku tři až šesti let prochází nejvíce absorpčním obdobím, které si uvědomují a tudíž se nejrychleji učí, proto činnosti předáváme jako celek. Poznávají okolní svět především svými prožitky. V mateřské školce, kde děti jsou v chráněném a podmětném prostředí, hudba zprostředkovává lásku k učení, vrozenou touhu objevovat, probouzet cit i pochopení pro hudbu. Při nabízených činnostech hudebně-pohybového charakteru se zaměříme na dostatečnou motivaci, která vzbudí v dětech zájem. Jestliže se nepodaří úspěšně dítě motivovat, nebudeme ho do aktivit nutit. Prostřednictvím hudebně-pohybové činnosti od držení těla, pohybových her, chůze, běhu, poskoků, hrou na tělo, vyjadřovacích prostředků, lidové taneční hry, pohyb a poslech či pohybově ztvárnění písně má vliv na celkový rozvoj osobnosti. K hudebně-pohybovým aktivitám řadíme i říkadla, rozpočítadla, hádanky, popěvky, jednoduché básničky a písně, propojenost s pohybem výrazně podporují paměť. Hudební výchova podporuje komunikaci, tvořivost, logické myšlení. Všestranná hudební činnost přispívá ke kultivaci osobnosti, ke kooperaci, k týmové spolupráci, toleranci, zodpovědnosti, úctě a vzájemného respektu. Hudba utváří sebedůvěru dítěte, jeho zdravé prosazování. Podle věku a schopnosti dětí určíme posloupnost lekcí od jednoduchého k složitému a způsobu technického provedení tzv. metodické řady.

Cílem seminární práce je charakterizovat hudebně-pohybové činnosti v rámci předškolního vzdělávání a jejich využití v praxi tak, aby rozvíjely spontánní reakce dětí, podporovali jejich

vztah k hudbě, rozvíjeli jejich potenciální stránku osobnosti pozitivní cestou, kam patří tělesná, psychická a sociální dovednost.

V rámcovém vzdělávacím programu pro předškolní vzdělávání je vzdělávací obsah a slouží k naplňování záměrů a splňování vzdělávacích cílů. Je vymezen jako učivo s očekávanými výstupy. Vzdělávací obsah je závazný pro celou věkovou skupinu předškolního věku 3 - 6 let. Jednotlivé obsahy (oblasti) se prolínají, prostupují a ovlivňují. Z toho plyne, že i jednotlivé činnosti organizované průvodcem (učitelem) nelze zcela oddělit.

### **Oblasti v RVP PV jsou:**

- Dítě a jeho tělo – biologická oblast
- Dítě a jeho psychika – psychologická oblast
- Dítě a ten druhý – interpersonální oblast
- Dítě a svět – environmentální oblast

Všechny oblasti obsahují dílčí cíle (záměry), vzdělávací nabídku a výstupy (výsledky). Dílčí cílem rozumíme to, co má průvodce (učitel) u dětí sledovat. Výstupy ukazují rozvoj osobnosti dítěte a jejich dosažení.

Zaměřené lekce na konkrétní činnost s dětmi se svým obsahem opírá o pedagogickou praxi. Vždy klademe důraz na organizační podmínky, mezi které patří záměr vyučujícího, počet dětí ve třídě, věková skupina dětí. Důležité je správné držení těla, kterým je základem pro pohyb.

Při nácviu na elipse či v kruhu dbáme, aby děti drželi hlavu zpříma, ramena jsou volně spuštěna a rozložena do šířky což umožňuje vyklenutí hrudníku. Záda jsou přímá a břicho zatažené. Dolní končetiny jsou u sebe a paty nevybočené.

## **Pohyb a poslech hudby**

**název:** Chůze po elipse podzim

**materiál:** reprodukována relaxační hudba pro děti Ivo Richter, 1.čtyřlístek – 15minut., tři listy a jejich plody (kaštan, bukvice, ořech)

**předpoklad:** učení se pomalým krokem na elipse, vnímání svého těla

**cíl:** zklidnění, koncentrace poslechu, rovnováha těla

Pozvu všechny děti na elipsu, kde ve středu elipsy na koberečku jsou podzimní listy a plody překryty šátkem. Motivačně se ptám dětí, jaké máme teď roční období, co se děje s listy a plody a jaké znají dozrávající plody podzimu. Vyzvu jedno dítě k odkrytí šátku a děti vyzvu k jejich názvu. Uvedu, jak jsou listy křehké, jakým způsobem je můžeme vzít do rukou, aniž by se zničili. Naše ruce poslouží jako mistička. U plodů vyzdvihuji tvar, hladkost, hrubost či lehkost materiálu. Vyzvu děti, aby mě při spuštění hudby následovali. Zapnu píseň a pomalým krokem tiše si vezmu do rukou list. Po elipse se pohybuji ve směru hodinových ručiček, noha před nohu, kde se i pomalu došlapuje na vnější stranu chodidla s došlapem na celé chodidlo. Po ujetí celé kolečka na elipse si sednu na bobek a předám list dítěti, které ještě nechodilo bez mluvení. Až povstane, posadím se na jeho místo. Na elipse se pohybuje počet dětí s daným počtem listů a plodů, ostatní sedí na elipse, poslouchají hudbu, sledují, jak se na elipse chodí a jsou připravený, až k nim dítě přistoupí a nabídne mu svůj přírodní materiál pro chůzi na elipse. Když písnička skončí, děti vrací materiál na kobereček a posadí se. Mluvíme o složitosti rovnováhy na elipse, o ročním období podzimu. Z praxe mám vypořezované, že děti ve věku tří let, používají své ruce k vyvážení své rovnováhy.

Materiál a reprodukována hudba se mění podle ročních období, svátků či konkrétních témat.

Další aktivity poslech hudby s pohybem je spontánní ztvárnění tance, například hlasy zvířat, kde děti ztvárnějí pohybem konkrétní zvíře, které zrovna slyší. Protahování těla podle vzoru průvodkyň. Příběh s písněmi Elce pelce kotrmelce, kterým provází Marek Eben je dobrou volbou. Dětem bychom měli zprostředkovat poslech hudby všeho druhu. Hudbu umělečnickou – vážnou, klasickou a hudbu neumělečnickou – jedná se o hudbu módní s různými žánry.

Děti velmi rádi tančí, další činnost je tanec s hudebním doprovodem na klavír

**název:** Tanec Měla babka čtyři jabka

**materiál:** šest jablek v jednom páru dětí, doprovodný hudební nástroj

**předpoklad:** utváření vztahu dítěte k jinému dítěti, rozvoj komunikace, sebevyjádření

**cíl:** zvládnutí tanečních kroků, zapamatování si textu

Vyzveme děti, aby utvořili páry a rozhodli se, kdo bude znázorňovat babku a kdo dědka. Píseň si zazpíváme po prvé tak, že průvodkyně zazpívá jednu větu a děti ji zopakují. Poté si zazpíváme píseň společně s doprovodem na klavír. Vybídeme babky, aby přistoupili jednotlivě ke košíku s jablky, který máme již připravený a jednotlivě křehce si vzali správný počet jablek a donesli na své místo, kde budou páry naproti sobě, takto vyzveme i dědky. Vyzvu babky, k zazpívání první věty. Poté vyzvu dědky k zazpívání druhé věty. Vyzveme babky, aby jedno jablko dali dědkům. Zkoumáme stejný počet. A společně si zazpíváme písničku. Vyzveme děti, aby jednotlivě donesli jablka zas do košíku, s položením tak, aby se nepotloukla. Dětem dopomáháme s počtem jablek z košíku, které zatím neumějí počítat. Dětem řekneme, že písnička má ještě druhou sloku, jako u první sloky předzpíváme a děti opakují. Po společném zazpívání si druhé sloky, zpíváme s doprovodem klavíru obě dvě

sloky. Děti vyzveme, aby vytvořili páry a udělali si malý prostor mezi sebou. Dědkové si stoupnou za babky a drží jim ruce nahoře. Průvodkyně předvádí kroky k písničce a děti opakují. Měla babka – úkrok vpravo, čtyři jabka – úkrok vpravo, a dědoušek – úkrok vlevo, jenom dvě – úkrok vlevo. Dej mi babko – podíváme se na sebe vlevo, jedno jabko – podíváme se na sebe vpravo, budeme mít stejně – dítě dědek drží pravou ruku dětem babkám nahoře a babky se točí dokola. Následuje další sloka se stejnými postupy kroků. Ztížení provedení je krok poskočný a přísunný krok, jedná se o mazurku.

Po skončení tance, vybídeme děti k procvičení prstíků a zápěstí, kdy opakují po průvodkyni cviky, která jim řekne k tomu říkanku: koulím, koulím klubíčko bude z tebe jablíčko. Děti mají v kuchyňce připravené papíry ve formátu A3. Vybídnu děti, aby si vzali červenou pastelku a vymalují jablíčko kroužením ve směru hodinových ručiček. Dbáme na správnost položení tužky do ruky.

Hra na tělo je pro děti velkou zábavou. Poznávají rytmiku, tempo a dynamiku.

**název:** Hlava, ramena, kolena, palce

**předpoklad:** rozvoj hrubé motoriky, pozorování a napodobení, soustředění

**cíl:** uvědomění si vlastního těla, vnímání a porozumění pojmům

Děti pozvu na elipsu k zahrání si hry na části těla. Průvodkyně pojmenuje části těla a děti je na sobě ukazují. Poté je vyzvu k přípravě rukou a recitujeme píseň Hlava, ramena, kolena, palce. S dětmi začínáme pomalým tempem, kdy se dotýkáme jmenovaných částí těla. Tempo postupně zrychlujeme. Obtížnější varianta je, že ramen se dotkneme překříženými pažemi, kolena normálně a palců křížem.

Recitační píseň:

*Hlava, ramena, kolena, palce,*

*kolena, palce, kolena, palce,*

*hlava, ramena, kolena, palce,*

*uši, oči, pusa, nos.*

Dalšími hry na tělo je tleskání před tělem, za tělem, nad hlavou, s natočením trupu a vzájemným tlesknutím o dlaně souseda, při zpěvu a podobně. Pleskání na různé části těla jako na stehna, tváře, ramena, v dřepu o zem apod. Dupání buď celého chodidla či jen špičkou nohy, pata zůstává na zemi. Chůze a drobný běh ve spojení s pantomimou jako chůze hlubokým sněhem, jako čáp, baletka apod. Chůze a drobný běh mohou být zařazeny do součástí tanečních prvků spolu s poskoky, otáčkami, taneční chůzí.

Při těchto hrách na tělo je žádaná rytmika. Hra na rytmickou ozvěnu – průvodce zadupe, zatleská, vydá zvuk z úst a děti opakují. Rytmiku udáváme v notách celých, půlových, čtvrtových, osminových.

## **Pohyb a rytmus**

Rytmus je základní stavební prvek každé skladby, bez níž by hudba nebyla úplná. Od útlého dětského věku dětem pomáhá rozvíjet paměť. V mateřské školce začínáme jednoduchými rytmickými úkoly, jako je například chůze v rytmu hudby nebo tleskání do rytmu. Použití instrumentálních nástrojů například dřívěk, chřestítek.

**název:** Rytmický buben

**materiál:** buben, viditelný pruh elipsovitého tvaru

**předpoklad:** rytmická přesnost

**cíl:** rozvoj citu pro rytmus, rozvoj koordinace, naučení pohyb ve směru hodinových ručiček

1. Svoláme děti do kruhu a řeknu jim, že budou chodit podle rytmu bubnu. Řeknu jim, aby se podívali na hodiny, a zeptám se, kterým směrem budou pochodovat v kruhu ve směru hodinových ručiček.
2. Budu říkat v pravidelném rytmu jdi, jdi, jdi, jako hodiny. Ve směru hodinových ručiček, ve směru hodinových ručiček, jako hodiny. Až zastaví buben, zastav taky! Zopakuju několikrát po sobě a ukážu směr. Průvodkyně zakončí bubnování dynamičtějším úderem na buben.
3. Řekneme dětem, aby pozorně poslouchali: Teď změníme směr. Otočte se na čáře. A teď všichni půjdete v protisměru hodinových ručiček. Říkám v pravidelném rytmu jdi, jdi, jdi jako hodiny. Proti směru hodinových ručiček, proti směru hodinových ručiček. Až zastaví buben, zastav taky!
4. Slabikuju v rytmu bubnování: Teď bude změna. Připomenu dětem, aby se otočily. Udávám rytmus na buben a říkám pochodovou říkanku.
5. Pokračuju se stejnými pokyny, dokud to všichni nezvládnou bez připomínání.
6. Jiný den dělám stejnou aktivitu bez povelů. Jen udávám rytmus na buben. Řeknu dětem, jakým směrem mají jít jen na začátku. Variací může být dynamika (potichu, nahlas).

Rytmus bubnu je zde velmi důležitý. Údery by měly být pevné a pravidelné. Cílem je, aby dítě reagovalo na pokyny, jako jdi, změna a stop.

Další aktivita s bubnem je tleskání s chvílemi ticha, kdy děti přestávají tleskat, když učitel přestane bubnovat a začínají znovu po signálu. Délka bubnování a ticha by měla být nepravidelně dlouhá. Mění se počet úderů například 16 úderů – pauza, pak 8 úderů pauza. Zkoušíme rychlejší a pomalejší bubnování (tempo), hlasité a tiché údery (dynamika). Místo tleskání se děti mohou pohybovat v prostoru s pohupováním těla ze strany na stranu, bubnovat rukama o stehna apod. Další lekce, která by měla následovat po tleskání je, že děti sedí na elipse a vyzveme jedno dítě, zda chce chodit podle rytmu ve středu elipsy. Řekneme mu, že kroky musí dělat přesně do rytmu. Když je dítě uprostřed kruhu, než začnu bubnovat, navážu s ním oční kontakt. Dělám podobně dlouhé sekce bubnování a ticha. Po chvíli řeknu dítěti, že nyní ono bude chodit a buben bude naopak hrát podle jeho chůze. Vyzvu dítě, aby chodilo a zastavovalo, a bubnuju na jeho kroky, Povzbudím jej, aby dělalo vedle pravidelných kroků i

neočekávané. Poděkuji dítěti a vyzvu jej, aby se posadilo na elipsu. Vyzvu k aktivitě další dítě.

Do školek patří pouze libozvučné nástroje, je to pro rozvoj hudebního cítění. Cílem je dítě naučit poslechu, který v sobě kultivuje a rozvíjí. Zvonky patří do smyslového materiálu, poskytují dětem smyslové vjemy a zvyšují tak přesnost jejich sluchového vnímání. Práce se zvonky má jasnou posloupnost lekcí, začíná se od správného zacházení s jednotlivými zvonky, pak následuje přes smyslové vjemy – párování, řazení a pojmenování zvonku. Dále se předvádí, že hudební klávesnice mají hlubší tóny vlevo a vyšší vpravo a to ve spojení s termíny hluboké tóny a vysoké tóny. Slovní zásoba se pak rozšiřuje o slova vysoký, vyšší, nejvyšší a hluboký, hlubší, nejhlubší. Spojení se stupnicí nahoru a dolů a pohybem celého těla. Děti mají se zvonky příležitost zpívat, improvizovat na ně a hrát známé melodie podle sluchu. Když děti mají stupnici na poslouchanou, řekneme jim, že každý tón má své jméno. Pro děti to může být fascinující. Zvonky jsou v dvojím provedení, tvoří páry. Mají stupnici základních 8 tónů s bílými podstavci a hnědými podstavci, plus 5 tónů, které značí půltóny s černými podstavci a hnědými podstavci. Zvonky půltóny zařazujeme až po na poslouchání stupnice. Zvonky jsou postaveny na speciálních dvou deskách, které znázorňují klávesnice. Hnědé zvonky stojí před bílými. Na zvonky používáme paličku a tlumič. Paličku držíme špetkovým úchopem. Po lekcích, kdy děti se seznámili s materiálem, nošením zvonků a jejich jednotlivých tónů, přejdeme k lekci párování.

**název:** Párování zvonků

**materiál:** zvonky, palička, tlumič

**předpoklad:** jak nosit a rozeznít zvonek

**cíl:** přiřadit k sobě stejné tóny zvonků, rozvíjení paměti na výšku tónu

**prezentace:** pro jedno dítě nebo malou skupinu

Zkontrolujeme zvony tak, že zahrajete na hnědé zvonky nahoru a na bílé dolů. (Od této chvíle každá prezentace začne tímto způsobem.)

Poprvé jim ukážu ukázkou. Vyberu dva hnědé zvonky, dostatečně od sebe vzdálené a postavím je před podložku, promíchám hnědé zvonky. Zahraji na jeden bílý zvonek a poté hraji na hnědé zvonky, dokud nenajdu stejný tón. Po shodě postavím odpovídající hnědý zvonek před bílý zvonek. Vyzvu dítě, zda by chtělo najít taky stejný pár, takto postupujeme se zbývajícimi

zvonky, které jsou spárované. Zkontrolujeme všechny páry tak, že rozeznáme nejdříve bílý a pak hnědý zvonek. Další kontrola je, že přehrajeme hnědé zvonky nahoru a bílé dolů.

Další hra na párování je, že hnědé zvonky, paličku a tlumič položíme promíchané na vzdálenější stolek. Na domácím stolku se zvonky je rovněž palička a tlumič. Posunu jeden bílý zvonek dopředu. Zahraju na něj, paličku odložím a přejdu k hnědým zvonkům na vzdálenější stolek a hledám pár. Další hra, polovina dětí si vezme jeden zvonek hnědý do rukou, druhá polovina bílý zvonek, děti se postaví do dvou řad proti sobě. Řady mají stejnou barvu zvonku. Dospělý zahraje na první bílý zvonek v řadě a pak na hnědý. Všichni zavrtí hlavou, aby dali najevo, že toto není pár, se nyní stanou oficiálními soudci toho, co je a co není pár. Pokud nejde o pár, dospělý zahraje znovu na první bílý zvonek a pak na druhý hnědý v řadě. Takto se pokračuje, dokud není pár nalezen. Pokud je lichý počet dětí, může jeden hrát na zvonky.