

Západočeská univerzita v Plzni
Fakulta pedagogická

Bakalářská práce

2017

Veronika Märzová

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI

FAKULTA PEDAGOGICKÁ
KATEDRA HUDEBNÍ KULTURY

**HUDEBNĚ POHYBOVÉ ČINNOSTI V MATEŘSKÉ
ŠKOLE DRMOUL
(se zaměřením na třídu Kuřátek)**
BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Veronika Märzová

Předškolní a mimoškolní pedagogika, obor učitelství pro mateřské školy

Vedoucí práce: PhDr. Štěpánka Lišková, Ph.D.

Plzeň, 2017

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury a zdrojů informací.

Plzeň, 20.3 2017

.....
vlastnoruční podpis

Tímto bych chtěla velice poděkovat vedoucí práce PhDr. Štěpánce Liškové, Ph.D. za odborné vedení, cenné rady, připomínky, trpělivost a především za čas, který mi věnovala při tvorbě této bakalářské práce. Děkuji také přátelům a své rodině, obzvláště pak svým třem dětem za shovívavost při psaní práce a podporu během celého studia.

Originál zadání práce (student obdrží od svého vedoucího práce).

Obsah

SEZNAM ZKRATEK	4
ÚVOD	5
1 HUDEBNĚ POHYBOVÉ ČINNOSTI V MŠ	7
1.1 Význam hudebně pohybových činností v MŠ	7
1.2 Literatura k hudebně pohybovým činnostem v MŠ	9
2 MOTIVACE DĚTSKÉHO HUDEBNĚ POHYBOVÉHO PROJEVU V MŠ.....	15
3 ČLENĚNÍ HUDEBNĚ POHYBOVÝCH ČINNOSTÍ V MŠ	17
3.1 Pohybová a taneční průprava	18
3.1.1 Držení těla, uvolňovací cviky, jednoduché pohybové prvky	19
3.1.2 Chůze, běh, poskoky	20
3.2 Elementární pohyb s rytmickou deklamací	21
3.3 Pohyb v kontextu s hudebním doprovodem	23
3.4 Pohyb v kontextu s pěveckými činnostmi	25
3.5 Hudebně pohybové a taneční hry.....	26
4 UPLATNĚNÍ HUDEBNĚ POHYBOVÝCH ČINNOSTÍ V MŠ	
DRMOUL	29
4.1 Mateřská škola Drmoul.....	29
4.1.1 Organizační a materiální zabezpečení výuky HV v MŠ	
Drmoul.....	30

4.2 ŠVP PV v MŠ Drmoul v kontextu s hudebně pohybovými činnostmi	32
4.2.1 TVP PV třídy Kuřátek v MŠ Drmoul v kontextu s hudebně pohybovými činnostmi.....	34
4.3 Možnosti uplatnění hudebně pohybových činností v MŠ Drmoul.....	36
4.3.1 Možnosti uplatnění hudebně pohybových činností během dne ve třídě Kuřátek.....	36
4.3.2 Hudebně pohybový kroužek v MŠ Drmoul	37
4.3.2.1 Instruktažní ukázka hodiny v hudebně pohybovém kroužku	38
5 METODICKÉ NÁMĚTY PRO HUDEBNĚ POHYBOVÉ ČINNOSTI JAKO REFLEXE PRAXE V MŠ DRMOUL.....	43
5.1 Pohybová improvizace, taneční průprava a práce s hudebními kontrasty	43
5.2 HPČ v práci s říkadlem	44
5.3 Pohyb v kontextu s pěveckými činnostmi.....	45
5.4 Pohyb v kontextu s pěveckými činnostmi.....	47
5.5 Hudebně pohybová hra	48
5.6 Pohyb v kontextu s hudebním doprovodem, pohybová improvizace.....	49
ZÁVĚR	51
RESUMÉ.....	53
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY A PRAMENŮ	54

SEZNAM OBRÁZKŮ.....	57
SEZNAM TABULEK	58
PŘÍLOHY	59

SEZNAM ZKRATEK

MŠ – mateřská škola

ZŠ – základní škola

HPČ – hudebně pohybové činnosti

HPK – hudebně pohybový kroužek

HPV – hudebně pohybová výchova

HV – hudební výchova

RVP PV – rámcový vzdělávací program předškolního vzdělávání

ŠVP PV – školní vzdělávací program předškolního vzdělávání

TVP PV – třídní vzdělávací program předškolního vzdělávání

IB – integrované bloky

ZUŠ – základní umělecká škola

kap. – kapitola

srov. – srovnání

pozn. – poznámka

apod. – a podobně

aj. – a jiné

tzv – takzvaně

ÚVOD

Svůj vřelý vztah k hudbě jsem získala již jako malé dítě. K hudbě mě vedl můj dědeček, který měl muzikální vlohy. Byl učitelem hry na bicí nástroje a flétnu v hudební škole a byl členem Západočeského symfonického orchestru. Od pěti let jsem navštěvovala Základní uměleckou školu v Mariánských Lázních, kde jsem krátce chodila do tanečního oddělení, pak jsem přešla na hru na klavír a hlavně na sólový, sborový a komorní zpěv. Těmto oborům jsem se věnovala až do ukončení studia na Střední hotelové škole v Mariánských Lázních. Poté jsem působila jako člen několika kapel rockové hudby, kde jsem zpívala a hrála na akordeon a alt saxofon. S jednou z nich spolupracuji dodnes. Před dvěma lety jsem byla oslovena paní ředitelkou mateřské školy, zda bych nechtěla jít učit do mateřské školy právě kvůli mým bohatým hudebním zkušenostem a vztahu k hudbě.

Hudba i pohyb jsou mi velice blízké a tak jsem po mém nástupu do mateřské školy (dále jen MŠ) začala vést hudebně pohybový kroužek (dále jen HPK). Dítě, hudba a pohyb patří k sobě. V dnešním světě techniky, kdy je pohyb u dětí nahrazován sledováním televize či hrami na počítači a tabletu, civilizačních tlaků a neustálém nedostatku času, je hudba a pohyb oázou pohádkového vidění, veselím a štěstím, které dovede umění tak štědře a nezištně rozdávat.

Pohybová aktivita u dětí klesá. Nebezpečím se pak pro ně stává obezita, civilizační onemocnění v dospělosti či vadné držení těla způsobené ochablým svalstvem zad. Z těchto a dalších důvodů je nutné pravidelně zařazovat pohybové aktivity již v mateřských školách. Právě pobyt zde výrazně přispívá k rozvoji osobnosti dítěte.

Téma mé bakalářské práce jsem si tak zvolila na základě zájmu o hudebně pohybové aktivity dětí v předškolním věku. Jejím cílem je prohloubení vědomostí a shromáždění a utřídění poznatků o hudebně pohybových činnostech (dále jen HPČ) a tyto poznatky pak dále využít při začlenění hudebně pohybových činností do výuky v MŠ Drmoul. V úvodu teoretické části se tak budu věnovat významu hudebně pohybových činností a literatuře, která se vztahuje právě k hudebně pohybovým činnostem v MŠ. Dále se budu zabývat motivací k uvedení pohybových aktivit s dětmi předškolního věku a především jednotlivými druhy hudebně pohybových činností využívaných v MŠ. Ve čtvrté části představím blíže Mateřskou školu Drmoul¹. Uvedu, v jaké podobě jsou zde hudebně

¹ ZŠ a MŠ Drmoul, Školní 26, Drmoul 35472

pohybové činnosti realizovány, a podrobněji přiblížím moji činnost s dětmi v hudebně pohybovém kroužku. Vzhledem k množství materiálu z vlastní činnosti zaměřím práci především na mé zkušenosti z praxe, tudíž na HPČ ve třídě Kuřátek v MŠ Drmoul. Z tohoto důvodu tedy došlo po dohodě s konzultantem k zúžení a většímu zaměření tématu práce. Obecné závěry o HPČ v MŠ Drmoul pak přinesu pouze v oblasti zkoumání školního vzdělávacího programu předškolního vzdělávání a naplnění výstupů jeho bloků informacemi z rozhovorů s učiteli. Praktická část bakalářské práce bude spočívat ve vypracování metodických karet, které se budou vázat k jednotlivým složkám hudebně pohybové výchovy. Tyto karty mohou posloužit jako inspirace či podklad pro mé kolegy a kolegyně z ostatních mateřských škol, které mají zájem u dětí předškolního věku probouzet a rozvíjet vztah k hudbě, muzikálnosti a pohybu pomocí hudebně pohybových činností.

1 HUDEBNĚ POHYBOVÉ ČINNOSTI V MŠ

1.1 Význam hudebně pohybových činností v MŠ

Je nesporné, že pohyb je jedním z nejpřirozenějších projevů člověka a obzvláště u dětí předškolního věku je součástí jejich každodenních činností. Právě dětské hry a zábava jsou plné pohybu. Na základě svých zkušeností při práci s dětmi mohu konstatovat, že zdravé dítě není potřeba do pohybových aktivit nutit, zúčastňuje se jich se zájmem a přináší mu radost a uspokojení. Děti nám vlastně svým pohybem sdělují to, co zatím nejsou schopné formulovat slovně. Vyjadřují své emoce, prožitky i přání. *„Dítě, kterému není v předškolním věku umožněna dostatečná pohybová aktivita, které neprožije svůj předškolní věk ve hrách, nemá prostor a čas pro uskutečnění svých přání a uspokojování potřeb, je pro svůj další úspěšný život nejen ochuzeno, ale přímo poškozeno.“* (Kurková, 1989, s. 10)² Tato slova Libuše Kurkové snad nejlépe vystihují, jak moc je pohyb a hry pro děti v mateřské škole zásadní a nezbytný.

Podle Berdychové (Berdychová in Bělinová a kol., 1980, s. 182)³ mají pohybové činnosti význam i pro správný tělesný růst a jsou nenahraditelným zdrojem podnětů pro poznávání okolního světa a také základem pro utváření vztahů k činnosti, lidem a věcem. Tvoří také předpoklady pro další komunikaci dítěte se světem, napomáhají rozvoji myšlení, citu, vůle a řeči. Podobně vystihuje význam pohybu i Dvořáková a doplňuje, že: *„zvládnutý pohyb je podnětem k lepšímu sebevědomí a sebepojetí. Dává nám možnost ukázat, co umím, prosadit se, změřit síly, ale i pomoci někomu, kdo si neví rady.“* (Dvořáková, 2011, s. 66)⁴

A právě s problémy vlastního sebepojetí, sebevědomí, sebejistoty, ale i empatie a vztahu k ostatním se děti předškolního věku často potýkají. Z toho vyplývá, že pohybové aktivity tak tvoří nezbytnou a velmi důležitou součást předškolního vzdělávání dětí.

² KURKOVÁ, Libuše. *Hudebně pohybové hry v mateřské škole: učebnice pro 3. ročník studijního oboru Učitelství pro mateřské školy na středních pedagogických školách*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1989.

³ BERDYCHOVÁ, Jana. Třídění her a jejich výchovné využití. In: BĚLINOVÁ, Ludmila a kol. *Pedagogika předškolního věku: učební text pro I. – IV. ročník středních pedagogických škol*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1980.

⁴ DVOŘÁKOVÁ, Hana. *Pohybové činnosti v předškolním vzdělávání*. Vyd. 2. Praha: Raabe, 2011. ISBN 978-80-86307-88-6.

Obecně můžeme říci, že pohybová výchova je prostředkem pro zlepšování pohybových dovedností uvedených mezi dovednostmi nelokomočními⁵, lokomočními⁶ a manipulačními⁷ (Dvořáková, 2011). V MŠ se pohybové dovednosti mohou uplatňovat samostatně, například ve cvičebních jednotkách tělesné výchovy, při ranním cvičení, tělovýchovných chvilkách, pobytu venku či při pohybových hrách. K procvičování a rozvíjení těchto dovedností je ideální propojit pohyb s hudbou. „*Hudba pohyb vyvolává, rozvíjí a inspiruje jej.*“ (Kurková, 1989, s. 10)

Tato práce se bude prioritně zabývat právě pohybem v kontextu s hudební výchovou. Ta se v MŠ realizuje prostřednictvím čtyř druhů činností: pěveckých, poslechových, instrumentálních a právě pohybových. Jednotlivé činnosti však nestojí osamoceně, ale navzájem se často prolínají a kombinují⁸. Veškerý pohybový projev dětí by měl tedy logicky vyplývat z pěveckých, poslechových a instrumentálních činností. Zezula a Janovská (Zezula, Janovská, 1987)⁹ vidí podstatu hudebně pohybových činností ve spojení hudby s pohybem a spojení pohybu s hudbou. Vezměme si příklad, kdy dítě při zpěvu nebo při poslechu hudby začne spontánně poskakovat, tleskat, pokyvovat hlavou apod. – hudba tak napomáhá rozvíjet pohyb. A naopak pohyb může pomoci při rozvíjení hudebních schopností¹⁰ a dovedností¹¹ dítěte. Například pohybem rozvíjíme rytmické cítění^{12, 13} nebo

⁵ Nelokomoční dovednosti: jsou to změny poloh těla a pohyby částí těla. (Dvořáková, 2011, s. 28)

⁶ Lokomoční dovednosti: pohyb při nich spočívá v přemísťování těla v prostoru a může být velmi různorodý. (Dvořáková, 2011, s. 33)

⁷ Manipulační dovednosti: schopnost dětí manipulovat s různými předměty, seznamovat se s jejich vlastnostmi a ovládat je. (Dvořáková, 2011, s. 43)

⁸ Srov. Kapitola 3.

⁹ ZEZULA, Jiří a Olga JANOVSKÁ. *Hudební výchova v mateřské škole: (metodika): učebnice pro 2. až 4. ročník studijního oboru Učitelství pro mateřské školy na středních pedagogických školách i pro praxi učitelů mateřských škol.* Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1987.

¹⁰ Schopnosti jsou individuální vlastnosti, které tvoří předpoklad určitých činností, ale na druhé straně jsou současně těmito činnostmi utvářeny a rozvíjeny. (Zezula, Janovská, 1987, s. 17) Rozvoj hudebních schopností je významným předpokladem pro kvalitu příštích hudebních dovedností. K základním hudebním schopnostem, které ovlivňují celkovou hudebnost, pak patří hudebně sluchové schopnosti, rytmické a tonální cítění, emocionální reakce na hudbu, hudební paměť a představivost. (Kodejška, 2002, s. 11)

¹¹ Hudební dovednosti jsou nácvikem a učením získané předpoklady k vykonávání určitých hudebních činností. Jsou podmíněny úrovní schopností. (Holas, 2001, s. 44–45) Mezi základní hudební dovednosti dětí patří například vyjádření jednoduchých rytmů podle rytmické deklamace „hrou na tělo“, zazpívat ve dvoutónovém či třítónovém rozsahu krátké hudební modely, umět se pohybovat v rytmu písně. (Zezula, Janovská, 1987, s. 24)

¹² „*Rytmické cítění je základní a fylogeneticky nejstarší hudební schopností, která se rozvíjí z vrozeného pohybového instinktu a souvisí s psychomotorickými vlastnostmi dítěte.*“ (Kodejška, 2002, s. 17) Jedná se o schopnost aktivně vnímat a reprodukovat časově pohybový průběh hudby. Hudba totiž vždy probíhá v určitém čase. (Zezula, Janovská, 19987, s. 29)

můžeme vyjádřit tempové i dynamické odlišnosti a výškové rozdíly v melodii. „*Není podstatné, z čeho vycházíme, zda z hudby, či z pohybu. Rozhodující je, aby hudební a pohybový projev byly opravdu v souladu a aby mohly tak společně působit na všestranný rozvoj dětské muzikálnosti a tanečnosti.*“ (Zezula, Janovská, 1987, s. 176)

Pokud shrneme výše uvedená fakta autorů odborných publikací, vztahujících se k pohybové výchově v MŠ, můžeme říci, že hudebně pohybové činnosti rozvíjejí pohybové dovednosti dětí ve spojení s hudbou, smysl pro rytmus, poskytují příležitost k emocionálnímu sebevyjádření, umožňují poznávání a ověřování hudebních zákonitostí a v neposlední řadě rozvíjejí kreativitu a estetické cítění dětí. Nesmíme zapomenout, že dopřávají i příležitost k relaxaci a vzájemné komunikaci. Hudebně pohybové činnosti jsou tudíž jednou z podstatných složek hudební výchovy. V jejich ústředí stojí vždy v popředí právě hudba.

1.2 Literatura k hudebně pohybovým činnostem v MŠ

Pro hledání informací k problematice hudebně pohybových činností v MŠ jsem zvolila několik reprezentativních titulů knih. Z literatury jsem vybírala tituly, které jsou za a) didakticky zaměřené i na oblast pohybových aktivit, b) poskytují materiál k hudebně pohybovým činnostem a c) směřují do oblasti preparace pohybových aktivit dětí. Celkový výčet titulů zahrnuje 16 knih.

Základní literaturu s didaktickým zaměřením (ad a, b i c) reprezentují především publikace autorů Jiřího Zezuly a Olgy Janovské **Hudební výchova v mateřské škole**¹⁴ a její **dílčí metodická příručka Hudební výchova v mateřské škole**¹⁵. Přestože se jedná o tituly z roku 1987 potažmo 1988, jde dle mého názoru o nejlépe zpracované metodiky v oblasti hudební výchovy (dále jen HV) dětí předškolního věku. Autoři se v knize zabývají všemi složkami HV, tudíž i hudebně pohybovou. Člení ji na jednotlivé

¹³ Více o rytmickém cítění můžeme nalézt ve výborné práci kolegyně Kateřiny Noskové, *Rozvoj rytmického cítění u dětí předškolního věku (s akcentací Metody dobrého startu)*. NOSKOVÁ, Kateřina. *Rozvoj cítění u dětí předškolního věku (s akcentací Metody dobrého startu)*. Plzeň, 2015. Bakalářská práce. Západočeská univerzita v Plzni. Vedoucí práce: PhDr. Štěpánka Lišková, Ph.D.

¹⁴ Zezula, Janovská, 1987.

¹⁵ STRNADOVÁ, Karla a Jiří ZEZULA. *Hudební výchova v mateřské škole: dílčí metodická příručka k programu výchovné práce pro mateřské školy*. Praha: Naše vojsko, 1988.

kategorie¹⁶, které v knize podrobně popisují, včetně pohybové průpravy. V metodice je mnoho konkrétních příkladů, které lze s dětmi předškolního věku praktikovat, a jsou rozděleny podle věkových skupin dětí¹⁷.

K předním autorům zabývajícím se hudebně pohybovou výchovou (dále jen HPV) u dětí předškolního patří Libuše Kůrková. Její titul **Hudebně pohybové hry v mateřské škole**¹⁸ patří k nepostradatelným pomůckám při vedení HPV v MŠ. V knize nalezneme členění hudebně pohybových činností do jednotlivých složek¹⁹. Ke každé složce hudebně pohybové výchovy jsou uvedeny náměty²⁰ her a příkladů pro praktické využití při práci s dětmi. Součástí titulu je i notová příloha se 48. skladbami a písněmi. Kniha splňuje všechna tři kritéria výběru (**ad a, b i c**).

V užším výběru zkoumaných knih pro potřebu této práce nesmí rozhodně chybět **Hudební činnosti pro předškolní vzdělávání**²¹ autorky Marie Liškové. Jde o jednu z mála knih, ve které autorka propojuje HPV s Rámcovým vzdělávacím programem předškolního vzdělávání (dále jen RVP PV)²². Dále jsou v knize rozebrány veškeré složky HV. Ve 3. kapitole se tak autorka věnuje i HPČ, které dělí do jednotlivých kategorií²³. U každé kategorie jsou uvedeny konkrétní příklady hudebně pohybových aktivit a metodické postupy k jejich správnému uchopení. Činnosti jsou řazeny od nejjednodušších po složitější²⁴.

Další knihou, využitelnou v praxi MŠ, je **Hudba a pohyb ve škole**²⁵. I když se v ní autorka, Eva Jenčková, zaměřuje především na děti mladšího školního věku, mnohé náměty se dají upravit pro děti předškolního věku. Kromě klasických pohybových činností spojených s říkadlem, lidovou písní, pohádkou apod. se autorka v knize zabývá pohybovou

¹⁶ Srov. kapitola 3

¹⁷ viz Příloha A/1 Hudební výchova v mateřské škole

¹⁸ Kůrková, 1989.

¹⁹ Srov. kapitola 3

²⁰ viz Příloha A/2 Hudebně pohybové hry v mateřské škole

²¹ LIŠKOVÁ, Marie. *Hudební činnosti pro předškolní vzdělávání*. Vyd. 2. Praha: Raabe, 2006. ISBN: 80-86307-26-3.

²² RVP PV: Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání je kurikulární dokument, který: „vymezuje hlavní požadavky, podmínky a pravidla pro institucionální vzdělávání dětí předškolního věku.“ (Smolíková, 2010, s. 6). RVP PV je závazný pro všechny mateřské školy, které jsou zařazeny v síti škol a školských zařízení.

²³ Srov. kapitola 3

²⁴ viz Příloha A/3 Hudební činnosti pro předškolní vzdělávání

²⁵ JENČKOVÁ, Eva. *Hudba a pohyb ve škole*. Vyd. 2. Hradec Králové: Tandem, 2005. ISBN 80-903115-7-1.

průpravou²⁶, pohybem s rekvizitami či pohybovým projevem s hudebními nástroji a nezapomíná ani na motivaci dětského hudebně pohybového projevu. I tato publikace se dá zařadit do všech bodů výběru (**ad a, b i c**).

Dětem předškolního věku je určena další zkoumaná publikace Pavla Jurkoviče, **Od Výkřiku k písničce**²⁷. Jeho kniha je specifická tím, že se v ní autor spíše než metodikou snaží čtenáře zaujmout vlastními zkušenostmi a radami z hudební oblasti při práci s dětmi. Titul jsem do mé práce zařadila z důvodu, že se v něm autor podrobně věnuje elementárnímu pohybu s rytmickou deklamací včetně hry na tělo, motivací a v neposlední řadě lidovým hrám. „*Je dobré a užitečné, když dětská hra je spojena s pohybem. Vzhledem k tomu, že řada dětských her, jež naše děti dnes zaměstnávají, se hraje vsedě, je zdravé vracet se k některým hrám minulosti, které vznikaly a hrály se v přírodě.*“ (Jurkovič, 2012, s. 65) V knize nalezneme vedle rytmických her i notové zápisy písní a náměty jak s písní pracovat²⁸. Kniha spadá k bodům **ad b, c**.

Titulem didakticky zaměřeným na oblast pohybových aktivit (**ad a**) je kniha Hany Dvořákové **Pohybové činnosti v předškolním vzdělávání**²⁹. Jak již název napovídá, kniha se zaměřuje předně na tělesnou výchovu a pohybové činnosti. Nalezneme zde propojení pohybových činností s RVP PV a autorka věnuje jednu kapitolu také hudebně pohybové výchově (rytmické a taneční činnosti). V knize je publikováno mnoho námětů k pohybovým hrám³⁰.

Mezi tituly směřující do oblasti preparace hudebně pohybových aktivit dětí (**ad c**) zařazují prioritně knihu od Evy Kulhánkové **Taneční hry s písničkami**³¹. Autorka v knize připravila zásobu pohybových variací na známé i méně známé lidové písně. Mnohé z nich navazují na dávné dětské hry, přibližují lidovou tvorbu a motivují k uvolněnému estetickému pohybu. Kniha obsahuje vyzkoušené taneční hry, které autorka hrála a tančila s dětmi v MŠ. Publikace je rozdělena do tří oddílů. První část je určena nejmladším dětem (tří až čtyřletým). Druhá část je věnována dětem od pěti let. Hry z třetí části věnuje autorka šestiletým dětem a jsou vhodné i pro děti na 1. stupni ZŠ.

²⁶ viz Příloha A/4 Hudeba a pohybo ve škole

²⁷ JURKOVIČ, Pavel. *Od výkřiku k písničce*. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-7367-750-3.

²⁸ viz Příloha A/5 Od výkřiku k písničce

²⁹ Dvořáková, 2011.

³⁰ viz Příloha A/6 Pohybové činnosti v předškolním vzdělávání

Také kniha **Zpíváme a hrajeme si s nejmenšími**³² od Aleny Tiché a Mileny Rakové přináší náměty jak pomocí her a zábavných činností seznamovat děti od nejtělejšího věku se zvuky, rytmem, jak je naučit naslouchat hudbě a vést je k aktivnímu zpěvu. Autorky nám v publikaci ukazují, k čemu mohou písničky děti vybídnout. Například k malování, společnému povídání, k tanečnímu a pohybovému vyjádření nebo k rytmickému doprovodu. „*Nemusíme přitom umět hrát na žádný hudební nástroj, stačí ruce a nohy – tleskání, dupání, pleskání do stehů nebo luskání prsty.*“ (Tichá, Raková, 2014, s. 15) Kniha obsahuje také přílohové CD³³.

Dalším velice přínosným titulem k hudebně pohybové výchově je kniha **Písničky a říkadla s tancem**³⁴ autorky Evy Kulhánkové. Kniha obsahuje náměty pro pohybovou výchovu dětí od 3 do 10 let. Ty jsou rozčleněny a uvedeny v kontextu s ročním obdobím. U každé písničky je uvedena míra obtížnosti jejího nácviku, notová příloha a návrh na pohybové ztvárnění. Sama autorka v knize říká, že uvedené pohybové provedení či tanec jsou jen malou ukázkou mnoha možností, jak s dětmi pracovat. Nápadů v publikaci by spíše měly otevírat cestu ke kreativě a nápaditosti pedagogů. Současně k tomu ale připomíná: „*Doporučuji pracovat spíše jednoduše, ale s nadšením a zájmem dětí než využívat příliš komplikovaný pohyb a doprovod, na který se děti musí soustředit, a pak se ztrácí radost z pohybu a ze zážitku.*“ (Kulhánková, 2015, s. 11)

Kniha **Hrajeme si ve školce**³⁵ od autorů Hurdová, Tetourová, Jurkovič, přináší nejen pohádky, písničky, říkadla a verše o zvířátkách, ale také dění v průběhu roku v návaznosti na roční období. Uvedené náměty a jejich varianty tak lze uplatňovat v rámci integrovaných bloků školního vzdělávacího programu. Ke každému měsíci v roce jsou nastíněny možnosti, jak můžeme již zmiňované pohádky, písničky, říkadla a verše spojit

³¹ KULHÁNKOVÁ, Eva. *Taneční hry s písničkami: od 4 let do 9 let*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2013. ISBN 80-7367-108-5.

³² TICHÁ Alena a Milena RAKOVÁ. *Zpíváme a hrajeme si s nejmenšími: od narození do 8 let*. Vyd. 3. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0629-3.

³³ Tituly *Taneční hry s písničkami* a *Zpíváme a hrajeme si s nejmenšími* hodnotí pozitivně i kolegyně Eliška Nováková ve své bakalářské práci *Literatura pro HV v MŠ po roce 2010 (průzkum trhu včetně reedice)*. V práci jsou tituly vysoce hodnoceny ve výčtu 22 publikací zabývajících se hudebními činnostmi v MŠ. NOVÁKOVÁ, Eliška. *Literatura pro HV v MŠ po roce 2010 (průzkum trhu včetně reedice)*. Plzeň, 2015. Bakalářská práce. Západočeská univerzita v Plzni. Vedoucí práce PhDr. Štěpánka Lišková, Ph.D.

³⁴ KULHÁNKOVÁ, Eva. *Písničky a říkadla s tancem*. Vyd. 5. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0994-2.

³⁵ HURDOVÁ, Eva, Marie TETOUROVÁ a Pavel JURKOVIČ. *Hrajeme si ve školce*. Ilustrovala Edita PLICKOVÁ. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0507-4.

s pohybem, s hrou na tělo, jak při nich využít zvuky předmětů z našeho okolí či jednoduché melodické i rytmické nástroje Orffova instrumentáře³⁶. Kniha obsahuje i CD s 24 písničkami Pavla Jurkoviče.

Dalším významným autorem, který se svojí prací věnuje dětem předškolního věku je hudební skladatel Petr Jistel. Jeho publikace **Kolotoč her, písní a říkadel**³⁷ je určena dětem od 3 do 8 let a jak již název napovídá, nalezneme v ní kromě písniček pro nejmenší také hádanky, říkadla a hudebně pohybové hry. Všechny tyto činnosti jsou námětově rozděleny do jednotlivých měsíců v roce a autor u nich uvádí i doprovod pro rytmické a melodické nástroje.

Dále doplňuji výčet použité literatury pro přípravu práce o knihu zahraniční autorky Floriany D'Andrea. Její publikace **Rozvíjíme hudební vnímání a vyjadřování**³⁸ z roku 1996 předkládá náměty hudebních činností, které skutečně děti motivují ke hře a zároveň vhodně rozvíjejí hudební i ostatní múzické schopnosti a učí děti základnímu hudebnímu poznání. V kapitole 10. Podoby hudby – jak je znázornit tělem se autorka zabývá hudebními činnostmi a jejich vazbou s činnostmi pohybovými. Autorka zde popisuje, že hudba a pohyb nemusí být pokaždé tancem. „*Mějte na paměti, že nemáme jen paže a nohy, ale také prsty, jejichž pohyb je velmi působivý, máme hlavu, která se dokáže hýbat, a totéž platí i o pánvi; můžeme se pohybovat, i když ležíme na zádech nebo na břiše.*“ (D'Andrea, 1998, s. 71)

Název další publikace **Zpíváme si s dětmi**³⁹ od Marie Liškové může zavádět pouze k pěveckým činnostem. Autorka ale hned v úvodu knihy zmiňuje propojenost hudební výchovy se všemi jejími složkami. Publikace se tak věnuje jak pěveckým, tak i pohybovým a rytmickým činnostem. A nejen to, Lišková v knize přibližuje možnost tzv. globální výchovy dětí. Jedná se o takový styl práce, u kterého není zapotřebí dělit výchovné činnosti po složkách. „*Plně totiž postačí dobře vedená hudební výchova.*“ (Lišková, 2005, s. 9)

³⁶ Nástroje orffovského instrumentáře se dělí do dvou základních skupin: **a) rytmické** – bubínek, tamburína, ozvučná dřívka, rourkový bubínek, dřevěný blok, drhlo, triangel, činel, prstové činelky, zvonek, rolničky; **b) melodické** – zvonkohry (sopranové, altové), metalofony, xylofony.

³⁷ JISTEL, Petr a kol. *Kolotoč her, písní a říkadel*. Vyd. 2. Ilustrovala Petra ŠALANSKÁ, Praha: Muzikservis, 2001. ISBN 80-86233-13-8.

³⁸ D'ANDREA, Floriana. *Rozvíjíme hudební vnímání a vyjadřování*. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-232-7.

³⁹ LIŠKOVÁ, Marie. *Zpíváme si s dětmi*. Praha: Grada, 2005. ISBN 80-247-0855-8.

Náměty v jednotlivých kapitolách se tak dají různě rozšiřovat, kombinovat, pozměňovat a propojovat s nehudebními činnostmi.

V užším výběru uvádím knihu Zdeňka Šimanovského **Hry s hudbou a techniky muzikoterapie**⁴⁰, knihu alternativní, přesahovou, která není prioritně určena pro MŠ. V knize najdeme techniky z oblasti muzikoterapie, hudební a dramatické výchovy. Publikace je doplněna skutečnými příběhy dětí, kterým hudba pomohla v jejich dalším rozvoji. Autor představuje svoji knihu jako manuál her a metodických postupů, ve kterých dominuje hudba a rytmus ve spojení s pohybem, mluveným slovem a fantazií. A právě z toho důvodu ji zařazuji do zkoumaného vzorku knih. Pro potřeby hudebně pohybových činností na MŠ je nutné dobře zvážit volbu té které aktivity vzhledem k věku dětí.

V následující publikaci, **Lidové písničky a hry s nimi**⁴¹, se autoři Zdeněk Šimanovský a Alena Tichá věnují především pěveckým činnostem. K práci s písní patří neodmyslitelně také pohyb a tak jsou známé lidové písničky v knize doplněny náměty k hrám, motivací k pohybu, která koresponduje s motivy písně nebo náměty k dramatizaci. Přestože autoři uvádí, že je zpěvník věnován dětem od 3 let, najdou se v něm mnohdy písně a aktivity vhodné spíše pro děti mladšího školního věku. Ke knize je přiloženo CD s lidovými písněmi.

Pokud shrneme prostudovanou literaturu zabývající se hudebně pohybovými činnostmi pro děti předškolního věku, zjistíme, že mezi její pilíře patří stále literatura od Zezuly, Janovské a Libuše Kurkové. Z těchto autorů pak vychází i ostatní. Pohybovým činnostem se pak věnuje především autorka Hana Dvořáková. Co se týká literatury uvádějící materiály k hudebně pohybovým činnostem, shledávám mezi ní jako nejpřínosnější publikace od autorky Evy Kulhánkové. Knihy od Zdeňka Šimanovského jsou určené spíše pro práci s dětmi mladšího školního věku. Přesto v nich, stejně jako v ostatních zmíněných publikacích nalezneme náměty her a činností, které nás mohou inspirovat pro naši práci s dětmi předškolního věku.

⁴⁰ ŠIMANOVSKÝ, Zdeněk. *Hry s hudbou a techniky muzikoterapie ve výchově, sociální práci a klinické praxi*. Vyd. 4. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-928-6.

⁴¹ ŠIMANOVSKÝ, Zdeněk a Alena TICHÁ. *Lidové písničky a hry s nimi*. Vyd. 5. Praha: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-1070-2.

2 MOTIVACE DĚTSKÉHO HUDEBNĚ POHYBOVÉHO PROJEVU V MŠ

Při realizaci hudebně pohybových činností je zapotřebí využívat působivé **motivace**. Ta patří, obzvláště u dětí předškolního věku, ke každému výchovně vzdělávacímu procesu. Proto věnujeme této problematice zvláštní kapitolu. Z předkládané literatury se o problematice motivace zmiňuje většina uvedených autorů.

Právě pomocí motivace můžeme vést děti k uvědomělému provádění pohybu tak, aby působil přirozeně a účelně. Pohyb ve spojení s hudbou je pro dítě samo o sobě velmi inspirativní a atraktivní činnost, která ho těší a baví. Hudba svými prostředky přímo vybízí k pohybovému vyjádření. (Zezula, Janovská, 1987)

V hudbě bývá často použito integračních impulzů z **jiných druhů umění**⁴², které dětem rozšiřují spektrum pohledů a emocionálně podněcují jejich pohybové aktivity ve spojení s hudbou. (Jenčková, 2005) Je proto velmi vhodné hledat motivaci k dětskému hudebně pohybovému projevu právě v těchto složkách.

V některých situacích se motivačně uplatňují zejména různé **kostýmové doplňky a rekvizity**⁴³. Motivačně působí také osobní podíl dětí na volbě či zhotovení vhodné rekvizity k pohybu. Pro děti je velice motivující zapojit do hudebně pohybových činností také **drobné rytmické hudební nástroje**⁴⁴.

K jedné z nejúčinnějších motivací dětského pohybového projevu patří **slovní motivace**. Nejvhodnější formou motivace je vyprávění příběhů ze života a prostředí, které děti důvěrně znají (rodina, škola, příroda, zvířátka, pohádky).

Učitel vyprávěním navodí příslušnou atmosféru a na jejím základě podněcuje emoce a fantazii dětí. Slovní motivace tak navodí pocity, které v dětech evokují odpovídající pohyb. (Kulhánková, 2015)

Při slovní motivaci učitel využívá často přirovnání: našlapujeme jako kočky, pochodujeme jako vojáci, tančíme jako víly. Součástí motivace je i to, že **učitel** dětem

⁴² Výtvarné, dramatické, literární.

⁴³ Rekvizity používané při hudebně pohybových činnostech jako pomůcka k dokonalejšímu provedení pohybu mohou mít i zástupnou funkci. (Kurková, 1989) Např. kroužek může být zrcadlo, korunka, náhrdelník, studánka; vařečka může být květina; šátek naznačuje ladinu motýla, tanec víly, lehký vánek, padající listy. Jako rekvizitu můžeme použít k činnosti i maňáška, panenku, autíčko aj., kteří se mohou stát diváky a děti jim předvádějí své pohybové dovednosti (pozn. autorky).

⁴⁴ Pozn. autorky.

předvede příslušný pohyb či pohybovou vazbu a děti jeho pohyby imitují. „Pro nás je důležité, že děti v tomto věku mají silně rozvinutou schopnost napodobovat a že napodobování je základním prvkem jejich her. Hra s napodobováním uspokojuje potřebu dítěte uvolnit se a připravuje ho pro vážnou činnost.“ (Jasanová, 1992, s. 14)⁴⁵

I Jurkovič vidí velký význam v motivaci samotným učitelem. Jak ze zkušenosti víme, učitel je pro malé děti vzorem a inspirací k napodobení. To co umí jejich učitel, chtějí umět také. (Jurkovič, 2012)

Dítě může být do hudebně pohybové hry vtaženo i na základě **vizuálního či audiovizuálního dojmu**, tj. na základě zhlédnutého obrazu, obrázkové knihy, videozáznamu. Spojení zrakového vjemu s vnímáním hudby je pro děti velice účinné. „Přítomnost obrázkové složky rozšiřuje spektrum dětského vnímání o taneční, herecké, výtvarné a scénické prostředky, které spolu s hudbou napomáhají dětem k vytvoření názorné představy o díle jako celku, podněcují jejich obrazotvornost a fantazii, navozují představu živého představení.“ (Jenčková, 2005, s. 18)

Vhodnou rolí v motivaci dětí může být, pokud pro ně mateřská škola uspořádá **živé hudební či taneční představení pro děti**. Jeho aktéry mohou být například děti ze ZUŠ, mohou však proběhnout též formou besídky, kterou uspořádají děti z jiné třídy MŠ.

⁴⁵ JASANOVÁ, Nadja. *Hudba, pohyb, kresba, slovo*. Vyd.2. Praha: Svojtka a Vašut, 1992. ISBN 80-8552-08-3.

3 ČLENĚNÍ HUDEBNĚ POHYBOVÝCH ČINNOSTÍ V MŠ

Tato kapitola se zabývá samotným členěním hudebně pohybových činností, neboť k jejich realizaci může docházet v široké škále činností. Pokud se podíváme do odborné literatury, zjistíme, že členění činností do jednotlivých kategorií se různí. Je tedy na učitelích, jakou volbu či kombinaci zvolí a s jakým záměrem⁴⁶.

Například **Lišková** dělí hudebně pohybové činnosti takto: držení těla, uvolňovací cviky, jednoduché pohybové prvky; chůze, běh, poskoky; pohybové hry; hra na tělo; pohyb a hudebně vyjadřovací prostředky; pohyb a poslech; pohybová improvizace; dětské lidové taneční hry; pohybové ztvárnění písní. (Lišková, 2006, s. 47)

Kurková uvádí HPC ve třech hlavních kategoriích. Rozlišuje a) Hudebně pohybovou přípravu (zahrnuje pohybovou a taneční přípravu), b) Hudebně pohybové hry a tance s pravidly (zahrnuje lidové hry, tance se zpěvem, říkadla, lidové i umělé písně s pohybem, umělé pohybové hry a taneční hry) a c) Improvizované hudebně pohybové hry (nemají pevně stanovená pravidla pohybu). (Kurková, 1989, s. 11)

Jenčková přímo hudebně pohybové aktivity nedělí, ale zmiňuje se v tomto smyslu o hudebně pohybovém projevu dětí různými prostředky. Mezi tyto prostředky patří: správné držení těla, chůze a její proměny, pohybová specifika řeči, rytmická řeč těla, pantomimické prostředky, taneční prostředky. Hudební projev pak může být spojen s říkadly, dětskými a lidovými písněmi, dětskými hudebně pohybovými hrami se zpěvem, hudební pohádkou, poslechem hudebních děl. (Jenčková, 2005)

Kulhánková vidí v hudebně pohybových činnostech tři tematické celky: a) pohybovou přípravu, tj. pokyny ke správnému držení těla v klidu a pohybu, tělesná cvičení, b) hudebně pohybovou část, ve které se využívá dětská hravost a fantazie a umožňuje jim pohybovou a hudební seberealizaci a c) tance, taneční ztvárnění písní a taneční hry. (Kulhánková, 2010, s. 12)⁴⁷

Zežula a Janovská uvádí vedle pohybové přípravy následující formy hudebně pohybové výchovy: a) elementární pohyb s rytmickou deklamací, b) pohyb s hudebním

⁴⁶ Pozn. autorky.

⁴⁷ KULHÁNKOVÁ, Eva. *Hudebně pohybová výchova: metodická příručka pro hudební výchovu ve škole*. Ilustroval: Patricie KOUBSKÁ. Vyd. 3. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-730-5.

doprovodem, c) lidové taneční hry a d) taneční hry umělé a jiné drobné formy. (Zezula, Janovská 1987, s. 177)

Nesmíme však opominout, že veškeré složky pohybové výchovy se prolínají s činnostmi pěveckými, poslechovými a instrumentálními. Z důvodu přehlednosti i s respektem k prostudované literatuře a zkušenostem ze studia na vysoké škole v oblasti tělesné výchovy volím pro členění hudebně pohybových činností následující kategorie.

Pohybová a taneční průprava (obsahující lokomoční dovednosti⁴⁸, pohyby rukou, taneční prvky a kroky⁴⁹, správné držení těla, uvolňovací cviky)

Elementární pohyb s rytmickou deklamací (obsahující hru na tělo)

Pohyb v kontextu s hudebním doprovodem (obsahující improvizaci, pohybové vyjádření změn v hudbě)

Pohyb v kontextu s pěveckými činnostmi (obsahující pohybové ztvárnění písně)

Hudebně pohybové a taneční hry (obsahující lidové taneční hry a různé hudebně pohybové hry)

3.1 Pohybová a taneční průprava

K tomu, aby děti byly schopné hudbu pohybově vyjádřit (tj. synchronizovat pohyb hudební se svým vlastním), je musíme především naučit, jak se správně hýbat. Tyto pohybové schopnosti je nezbytné rozvíjet od útlého věku soustavným cvičením. Hudebně pohybová výchova se tak neobejde bez **elementární pohybové a taneční průpravy**.

Pohybovou přípravou rozumíme všechny nejjednodušší formy pohybu, jako jsou: chůze, běh, poskoky, lezení, podřepy, švihové pohyby rukou, tleskání, pleskání, cvalové poskoky, přísunný krok, poskočný krok, otáčení apod. (Strnadová, Zezula, 1988) i osvojení si základních pohybových dovedností potřebných pro realizaci stylizovaného či improvizovaného tance.

Jejím smyslem je rozvíjet pohybové dovednosti a kultivovaný projev pohybu. (Kurková, 1989) Přípravná cvičení tak vedou děti k uvědomování pohybu a jeho procítění. Zde je úzce spjata hudební výchova s tělesnou, protože právě v té si děti nejčastěji osvojují jednotlivé prvky pohybové přípravy. Zezula a Janovská uvádějí, že si je mohou

⁴⁸ viz Příloha B/1 Lokomoční dovednosti

⁴⁹ viz Příloha B/2 Základní taneční kroky

procvičovat také ve spojení s hudbou v tzv. komplexních formách, jako jsou hudebně pohybové a taneční hry, v písničkách s pohybovým ztvárněním, v pohádkových námětech s pohybem a instrumentálním doprovodem. (Zezula, Janovská, 1987)

Dále se pohybová příprava zaměřuje na cvičení, která uvolňují svalové napětí i na cvičení, která vytvářejí a upevňují návyk správného vznošeného držení těla. (Kurková, 1989)

V rámci pohybové přípravy si dále osvojují též základní taneční prvky a kroky. U dětí předškolního věku zůstáváme u elementárního tanečního pohybu. Taneční prvky u dětí rozvíjejí představivost a fantazii a neměly by postrádat citový prožitek. Prostřednictvím správně vedené pohybové přípravy se děti v předškolním věku učí procítit svoje tělo a ovládat pohyb v prostoru. (Kurková, 1989)

Děti jsou zvyklé na pohyb především po obvodu místnosti v elipse nebo kruhu. Pro prostorovou orientaci je ale důležité ovládat pohyby různými směry: vpřed, vzad, vpravo, vlevo, do kruhu, ze středu kruhu, kolem své osy, po spirále, po diagonále či ve vlnovkách.

V následujících podkapitolách si jednotlivé složky pohybové přípravy blíže rozebereme.

3.1.1 Držení těla, uvolňovací cviky, jednoduché pohybové prvky

Důležitým základem dokonalého pohybu je **správné držení těla**. Každý jedinec má svůj charakteristický postoj, který je dán například stavbou těla, dědičností, návyky, věkem či zdravotním stavem.

Při nácviku správnému držení těla kontrolujeme, aby děti držely hlavu zpříma, nevytahovaly ji z temena a nepredsouvaly bradu. Ramena, jsou volně spuštěna, držena do šíře, což dětem umožní vyklenout hrudník. Chybné je ramena zvedat nebo vytáčet dopředu. Záda jsou přímá a břicho zatažené. Dolní končetiny jsou u sebe, nohy propnuté, paty nevytočené. (Lišková, 2006, Kurková, 1989)

Nácvik správného držení těla je možný pomocí rozmanitých aktivit. Při nácviku je dobré vybírat takové prvky a cviky, které jsou dětem pochopitelné a odpovídají jejich rozumovému chápání. Držení ramen a hlavy si děti mohou trénovat například hrou na loutky s vodíci drátky a hadrové panáčky. „Trhání různých druhů ovoce v sadu“ pak může dětem pomoci se správným držením zad.

Další oblastí společnou s tělesnou výchovou jsou **cviky na uvolnění svalstva**.

Cviky na uvolnění vycházejí z uvědomění si napětí a následného povolení tohoto napětí. Nejjednodušším cvikem je zatínání ruky v pěst, její podržení ve chvílkovém napětí a poté její povolení a uvolnění. Motivovat děti k uvědomění si napětí a uvolnění můžeme i prostřednictvím představy pevně postaveného sněhuláka a roztávajícího sněhuláka.

Do pohybové průpravy patří v neposlední řadě různé **pohybové prvky** sloužící ke kultivaci a koordinaci pohybů. Do jejich pohybového ztvárnění by se měla zapojit i sama učitelka a nácvik prvků vhodně spojit se slovní motivací. Je mnohem zábavnější a lehčí, když určitý pohyb spojíme s konkrétní představou, kterou děti znají a hudebně pohybovou výchovu propojit s výchovou dramatickou. Pohybem pak můžeme napodobit např. chůzi krále, chůzi čápa, pochod vojáků, pohyb stromu ve větru, mávání na rozloučenou, létání motýlů, protahování kočky, běhání pejska, skoky srnky apod.

3.1.2 Chůze, běh, poskoky

Pro veškeré taneční hry a jiné drobné formy je nesmírně důležité naučit děti správně chodit a běhat. Děti by si měly dále osvojit krok poskočný, přísuny či otáčení. Tyto elementární taneční pohyby v prostoru se mohou zdát na první pohled snadné, přesto je potřeba jim věnovat při nácviku pozornost.

Chůze by měla vycházet z přirozeného pohybu dětí. Má svůj přirozený rytmus, který je ovládaný reflexně. Tento rytmus chůze přispívá k rozvoji rytmicko-metrického cítění dětí. Pravidelnost střídavého pohybu pak vede děti ke schopnostem udržet tzv. pulsující rytmus. Při nácviku chůze dbáme na vzpřímené držení těla, měli bychom našlapovat měkce a tiše a dodržovat rytmičnost. (Lišková, 2006)

Pravidelnou rytmickou chůzi můžeme doprovodit hrou na bubínek. Základní hodnotou chůze je čtvrt'ová nota.

Chůze má mnoho podob. U dětí můžeme procvičovat chůzi vpřed i vzad, chůzi v kole, točení na místě nebo chůzi v podřepu. U starších dětí můžeme zkusit i kříženou chůzi stranou. Chůzi lze provádět i ve dvojicích či skupinách. Děti mohou chodit po špičkách, po patách, či se zvedáním kolen. Dále chodí podle tempa – pomalu, rychle nebo podle povahy hudebního doprovodu – radostně, s napětím, se strachem. (Jenčková, 2005)

K nácvičku opět volíme vhodnou slovní motivaci například pomocí přirovnání: pochodujeme jako vojáci, jdeme jako princezny. K procvičování chůze můžeme využít deklamaci říkadla, zpěv lidové písně⁵⁰, doprovodné hry na tělo, reprodukovanou hudbu či již zmiňovaný doprovod na rytmické nástroje.

Z chůze vychází **běh**. Je to v podstatě zrychlená chůze. Měl by být pružný a měkký. Základní hodnotou běhu je nota osminová, kterou můžeme vytvářet hrou na dřívka. (Kurková, 1989)

Chůzi a běh můžeme střídat. Zpočátku střídáme chůzi a běh hrou na odlišné hudební nástroje. Děti tím vizuálně lépe pochopí kontrast rychlého a pomalejšího tempa. Po sluchovém zafixování změny tempa pak učitel může hrát na jeden hudební nástroj a pouze měnit tempo. Kontrastní tempa je dobré střídat po delších úsecích. Nácviček běhu je možné realizovat v hudebně pohybových hrách či lidových písních⁵¹.

Chůzi můžeme střídat i s **poskoky**. Ty by měly být taktéž pružné a děti by se při nich měly lehce odrážet. Poskoky děti většinou vyjadřují radost a jsou pro ně příjemným osvěžením a uvolněním. Při pohybu v prostoru pak můžeme přidat poskočný krok, přísunný krok nebo cval.

3.2 Elementární pohyb s rytmickou deklamací

Jedná se o propojení mluvené rytmičované řeči s hrou na tělo. K rytmičování řeči je nejvhodnější použít dětská říkadla či lidové písně. Můžeme deklamovat ale i samotná slova či sousloví. Hrou na tělo rozumíme takový soubor činností, při kterých využívá dítě své tělo jako hudební nástroj. Svým tělem tedy vytváří v součinnosti s hudbou či bez ní různé zvuky i různé druhy pohybu. „Už děti v nejučtější věku jsou schopny vykovávat řadu různých pohybů, zvláště pak těch, které vyvolávají nějaký zvuk.“ „Je to přitažlivá cesta ke zvládnutí jemné motoriky: lákadlem je zvuk, žádoucím efektem složitější pohyb.“ (Jurkovič, 2012, s. 72)

⁵⁰ Například písně: Na tom pražském mostě, Pekla vdolky, Pod našim okýnkem. (Kulhánková, 2010, s. 18)

⁵¹ Například písně: To je zlaté posvícení, Utíkej, Káčo. (Kulhánková, 2010, s. 19)

Při hře na tělo dochází nejen k rozvoji jemné motoriky a koordinaci pohybů, ale i k rozvoji rytmického a metrického cítění. Lišková přisuzuje hře na tělo ještě rozvíjení paměti, vedení k lepší soustředěnosti a koncentraci. (Lišková, 2006)

Dle mého názoru rozvíjí také dětskou fantazii, tvořivost a kreativitu. Hru na tělo můžeme brát i jako předstupeň hry na dětské lehkoovladatelné nástroje (Orffův instrumentář). Ruce a nohy jsou naším nejjednodušším hudebním nástrojem, díky kterému zvládneme pestrou rytmickou hru se zvuky. Výhodou této hry je, že se jí mohou zúčastnit všechny děti najednou.

Ke hře na tělo využíváme **tleskání**⁵². Tleskání se nejlépe daří, když levá ruka je nastavena dlaní vzhůru jako bubínek a o ni pak tleská pravá ruka jako palička. Tento jasný tón můžeme změnit, když z dlaní vytvoříme „mušličku“ a tleskáme proti sobě. Dosáhneme tak tlumeného tónu. (Jurkovič, 2012) **Pleskání**⁵³ – jde o pleskání dlaní do steh. Dalším prvkem jsou **podupy**, které mají celou řadu variant. Při výraznějších podupech mírně zvedneme nohu v kolenou a dopadneme na celé chodidlo, střídavě levou a pravou. Můžeme je provádět jak vsedě tak při chůzi. (Jurkovič, 2012) **Ťukání** dvou prstů jedné ruky do dlaně druhé ruky, **pleskání** dlaně jedné ruky na hřbet ruky druhé a další⁵⁴.

Rytmická deklamace je vždy spojena zpočátku s tleskáním, později kombinujeme více druhů pohybů⁵⁵. „*Je to dobré cvičení nejen pro rozvíjení rytmického cítění, nýbrž i pro pohotovost, postřeh a pozornost.*“ (Zezula, Janovská, 1987, s. 180)

Tleskáním, pleskáním a podupy reprodukuje rytmus⁵⁶, metrum⁵⁷, těžké doby taktu, začátky veršů, závěrečné části veršů, ostinato⁵⁸, hru v pomlce, vícehlasy⁵⁹. K nácvičku využíváme nejdříve dvoudobý takt, později přejdeme k taktu třídobému.

Pokud hrajeme **rytmus**, nacvičujeme ho pomocí deklamace slov, slovních spojení či říkad. Nedoporučuje se tleskání rytmu písní – zpěv pak při nesprávném vedení může

⁵² **Druhy tleskání:** normální, tvrdé (tleskáme do natažených dlaní), měkké, skluzem (podobné jako u hry na činely), před tělem, za tělem, nad hlavou, vedle těla vpravo, vlevo, u země, pod koleno, s natáčením trupu, tleskání ve dvojici do rukou druhého.

⁵³ **Druhy pleskání:** pleskání oběma rukama současně, pleskání střídavě pravou a levou rukou, pleskání pouze jednou rukou.

⁵⁴ viz Příloha C/1 Příklady her k rytmické deklamaci slov a sousloví

⁵⁵ viz Příloha C/2 Příklad hry na tělo kombinací pohybů

⁵⁶ Rytmus – střídání tónů či zvuků různé délky.

⁵⁷ Metrum – pravidelné střídání přízvučných a nepřízvučných dob v taktu.

⁵⁸ Ostinato – stále stejný, opakující se rytmický úryvek, který zní v průběhu písně.

⁵⁹ viz Příloha C/3 Příklad rytmičace hádanky vícehlasem

přejít pouze v deklamaci textu. (Lišková, 2006) Při hře **metra** upevňujeme smysl pro pravidelnou pulsaci. Hru metra nacvičujeme spojením zpěvu a pochodu. Hra **těžké doby** je hra první doby v taktu. Na těžkou dobu tleskneme, na lehkou dobu dáme ruce od sebe. Tento typ hry je vhodný ke zpěvu písní. Tím, že vynecháme hru nepřízvučné doby, vznikne větší prostor pro samotný zpěv.

Spojení pohybu s hudbou se objevuje i v mnoha dalších činnostech, především ve spojení s hudebním doprovodem.

3.3 Pohyb v kontextu s hudebním doprovodem

Toto spojení se nám promítá již v pohybové průpravě, kdy například hrou na bubínek či zvučná dřívka udáváme správný rytmus či tempo. Pokud k pohybu zvolíme hudební doprovod, zaměřujeme se při něm především na výrazové prostředky hudby, které nám vytváří hudební náladu – veselou, tesknou, slavnostní, rozvernou, smutnou. Mezi výrazové prostředky patří právě rytmus, dále tempo, melodie a dynamika. (Zezula, Janovská, 1987) Děti většinou tyto prostředky vyjadřují pohybem znázorňující určitý děj nebo osobu, zvířátko, či věc. Spojují tím pohyb se svoji představou.

Nejlépe upoutáme pozornost dětí hudebními kontrasty, při kterých dochází ke změně pohybu. Aby děti byly schopny kontrasty rozpoznat, musíme je vyjadřovat velmi názorně. (Kurková, 1989) K hudebním kontrastům může učitel použít improvizované hry na klavír či jiný hudební nástroj nebo použít etudy s hudebními kontrasty⁶⁰.

Kontrasty v hudbě **pomalů – rychle**. Jedná se o změny tempa. Pomalé pohyby může vyjadřovat plížící se kocour nebo loudavě se plazící želva. Při rychlém tempu pak přiběhnou myšky nebo mravenci⁶¹. Tempo se může měnit i postupně, zrychlovat (jako rozjíždějící se vlak nebo roztáčející se kolotoč na pouti) a naopak zpomalovat (vlak nebo kolotoč se zastavují). Zachycení postupných změn tempa jsou pro děti obtížnější, proto je velmi dobré spojit je s určitou představou, která bude dětem blízká. (Dvořáková, 2011)

Pojmy v hudbě **vysoko – nízko** vyjadřují změny v melodii. Představu vysokého tónu přiblížíme dětem hlasem ptáků, kteří létají vysoko na obloze či jablíček rostoucích vysoko

⁶⁰ Mezi autory dětských pohybových etud patří např. Petr Eben (Rozdíly a protiklady), Jana Nečasová (Vodník a víla), I. Hurník (Taneček pro víly), V. Trojan (Kuřátko a slon).

v koruně stromů⁶². Naopak nízké tóny připomínají něco těžkého, tajemného – chůzi medvěda, temný les.

Silně – slabě jsou přívlasky hudební dynamiky. Hlasitost hudby mohou děti vyjádřit silou pohybu (jako myšky x jako nosorožci) nebo změnou prostoru – je-li doprovod tichý, jdou děti v malém kroužku; je-li doprovod hlasitý, roztáhnou se do velkého kruhu, nebo velikostí pohybu – při tiché hudbě dělají děti malé krůčky, při hlasité velké kroky⁶³. (Kulhánková, 2010)

Pokud poznáváme **krátké a dlouhé tóny**, jedná se o změny v rytmu. Nejvhodnější je vyjít ze slovních rytmů, vytleskáváním jmen, barev, slov na dané téma. (Kulhánková, 2010) Krátké tóny můžeme též vytukávat na zvučná dřívka v osminových hodnotách a představovat při tom tikot hodin. Děti vyjadřují krátké noty během s rychlým střídáním zvedání kolen. Dlouhé tóny v celých hodnotách hrané na triangel představují například odbíjení času na kostele. Děti předvádějí pohyb v předklonu dlouhým máváním paží ze strany na stranu.

Kurková shledává podobné hry zaměřené na různé složky elementárního hudebního vyjádření jako velice vhodné činnosti, které vedou děti k aktivnímu, soustředěnému a citlivému vnímání hudby. (Kurková, 1989)

K těmto herním námětům, při kterých děti reagují na nápadné změny v hudebním doprovodu, můžeme zařadit i pohybovou improvizaci⁶⁴. To znamená, že děti poslouchají hudbu a svůj pohyb utvářejí podle vlastních představ a nápadů. Rozvíjí tak vlastní fantazii a tvořivé schopnosti. (Zezula, Janovská, 1987)

Šimanovský dodává, že improvizace rozvíjí u dětí smysl pro rytmus, muzikálnost, koordinaci pohybů, spolupráci a také schopnost spontánně vyjadřovat své emoce. (Šimanovský, 2011)

Přestože u improvizace ponecháváme dětem volnost, je třeba zpočátku děti nenápadně vést tím, že jim budeme dávat vhodné náměty k vyjádření určité nálady

⁶¹ viz Příloha D/1 Hra Šneček a myška (hra k rozlišování změny tempa pomalu – rychle)

⁶² viz Příloha D/2 Hra Na sochy (hra k rozlišování změny melodie vysoko – nízko)

⁶³ viz Příloha D/3 Hra Čerti z pekla (hra k rozlišování změny dynamiky silně – slabě)

⁶⁴ viz příloha D/4 Píseň Mráček a dráček (pohybová improvizace)

skladby⁶⁵. Improvizaci dětí lze usměrňovat i přímým zapojením učitelky, kdy děti zpočátku její pohyby napodobují. Někdy se děti ostýchají improvizovat pohybem. V takovém případě Šimanovský radí, chytnout se v kruhu za ruce a improvizovat nejprve chvíli společně. Kruh vytváří u lidí pocit jednoty a bezpečí a držení za ruce dodává odvalu a jistotu. (Šimanovský, 2011)

Pohybovou improvizaci můžeme podpořit také různými tanečními pomůckami, jako jsou například šátky, stuhy, švihadla, obruče či balónky. Tyto pomůcky odvedou pozornost od cíleného pohybu a šátky a stuhy dodají pohybu lehkost, ladnost a tanečnost.

Vedle hudebního doprovodu se pohyb velice často pojí se zpěvem.

3.4 Pohyb v kontextu s pěveckými činnostmi

Pěvecké činnosti tvoří základ při rozvoji hudebnosti dítěte a jsou pro něj důležité i po ostatních stránkách. Vedou k uvolnění hlasového orgánu, prohlubují dýchání a posilují dýchací svalstvo. Kultivují též mluvní a zpěvný projev dítěte. Zezula dále uvádí, že zpívání přispívá i k psychické pohodě, což ovlivňuje velmi často jednání a postoje člověka. (Strnadová, Zezula, 1988) „*Při zpěvu jsou děti plně aktivní: samy se hudebně projevují, chtějí si písničku zazpívat, naučit se jí.*“ (Zezula, Janovská, 1987, s. 47)

Zpěv spojený s pohybem je nejpřirozenějším hudebním projevem dítěte. To potvrzují i slova Aleny Tiché: „*Svižné a veselé písničky už při poslechu nutí děti kývat tělem do rytmu. Ti temperamentnější vyskočí a točí se dokola, či tančí po celé místnosti. Mnohdy si děti při spontánní radosti z pohybu vystačí samy.*“ (Tichá, 2014, s. 15)

Nejčastěji děti spojují se zpěvem **chůzi**. Snaží se chodit například podle metra písni. Tuto činnost můžeme v mateřské škole uplatnit kdykoliv během dne; na vycházce, cestou ke stolečkům, při řazení v šatně apod. Písni k chůzi je dostatek⁶⁶. Musíme je však přizpůsobit tempu dětské chůze.

Ve spojení se zpěvem a pohybem můžeme mluvit také o **pohybovém ztvárnění písni**. Každá písnička je jiná. Některá má zajímavý text, jiná melodii nebo rytmus. Při

⁶⁵ Při interpretaci veselé skladby představují děti pohybem hrající si kořata nebo si představí, že venku pobíhají za bublinami z bubulifuku. U vážné skladby mohou napodobovat pocity ze ztráty milé hračky nebo loučení s kamarádem.

⁶⁶ Písni k chůzi: např. Zlatá brána, Had leze z díry, Holka modrooká, Tluče bubeníček.

poslechu nebo vlastním zpěvu pak děti často pohybem vystihují to, co je v písničce zaujalo. (Tichá, Raková, 2014)

Při pohybovém ztvárnění písně tak můžeme vycházet buď z textu písně, nebo z hudební formy. Obě možnosti můžeme i vzájemně kombinovat. Ke ztvárnění využíváme různé elementární pohyby, které kombinujeme s hrou na tělo a rytmickou deklamací. Pokud vycházíme z textu písně, vyjadřujeme pohybem to, o čem se v písni zpívá. Patří sem především písničky s pracovní tematikou⁶⁷.

Jestliže se rozhodneme pohybem ztvárnit **formu písně**, využijeme k tomu taneční prvky – různé krokové variace, otočky, úklony, apod. Prvky, které k provedení zvolíme, musí být jednoduché, snadno zapamatovatelné a přiměřené k věku dítěte.

Tanec ve dvojici nebo skupině přináší další obohacení – znásobí veselí a často i pohybovou pestrost. Děti se přitom učí citlivě vnímat druhého, pohotově reagovat a také se ukáznit a podřídit se společnému pohybu⁶⁸.

Se zpěvem se často pojí i lidové taneční hry, které si společně s hudebně pohybovými hrami rozebereme v následující kapitole.

3.5 Hudebně pohybové a taneční hry

Lidové taneční hry patří mezi nejoblíbenější pohybové aktivity dětí. Jedná se o drobné hudební a taneční útvary, založené většinou na jednodílné až třídílné písňové formě. (Zezula, Janovská, 1987) Lidové taneční hry se pojí se zvyky, tradicemi, tanci, lidovými písněmi a způsobu života našich předků. Tvoří tak zvláštní část v dětském hudebně-tanečním folkloru. (Kulhánková, 2013) Nejčastěji je spojujeme s lidovými písněmi, které mají pro dětský hlas vhodný tónový rozsah, jednoduchý rytmus a snadno zapamatovatelný text. Z tohoto důvodu si mohou děti zpěv i pohyb osvojovat současně. V tanečních lidových hrách se snoubí hudební, pohybové i dramatické složky. Některé hry však mohou být založeny jen na prosté radosti z jednoduchého tanečního pohybu.

Pokud se podíváme na strukturu lidových tanečních her, zjistíme, že ve většině případů tvoří základní pohyb chůze v různých prostorových útvarech. (Mišurcová, 1958)⁶⁹ Mezi tyto útvary patří nejčastěji zástup⁷⁰, řada⁷¹, kruh⁷².

⁶⁷ Písně s pracovní tematikou: Až jí budu velká, Pekla vdolky, Šel zahradník do zahrady, Šla Nanyňka do zelí aj.

Dále zjistíme, že podstatou velké části her pro menší děti je přibírání dětí do skupiny, do kruhu a pak zase zmenšování skupin⁷³. Také se často ve hrách tvoří jedna či více bran k zachycení některého dítěte⁷⁴. Dalším prvkem může být napodobování pracovních činností⁷⁵. (Kulhánková, 2013) V některých lidových hrách se pro změnu vyskytují krátké tradované stylizované tanečky⁷⁶.

Pokud shrneme význam uplatňování lidových her v HPČ na MŠ z obecného hlediska, můžeme souhrnně konstatovat, že jejich prostřednictvím mohou děti projevit svoje city, vztahy, ale hlavně uspokojují jejich přirozenou touhu vesele si pohrát, zaspívat a zatančit. Možná právě proto patří k nejoblíbenějším pohybovým aktivitám.

Velice blízko k lidovým hrám mají současné **hudebně pohybové hry**. Oproti lidovým hrám mají širší okruh námětů, neomezují se na někdejší život dětí na venkově a jsou pohybově pestřejší. Hudebně pohybové hry často vycházejí z rytmické deklamace dětských říkadel či rozpočítadel, dětských popěveků a písní s jednoduchým pohybem. (Jenčková, 2005)

Než začneme rozebírat hudebně pohybové hry, připomeňme si stručně, co to vlastně hra je. Hra tvoří jednu z hlavních činností dětí předškolního věku. Hrou dítě zvládá dovednosti důležité pro pozdější školní výuku – učí se koordinovanému pohybu potřebnému k psaní, kreslení, při hře na hudební nástroj nebo při sportu. Hra je dobrovolná činnost, ve které se dítě realizuje, a tak mu přináší uspokojení a radost. Každá hra má však svá pravidla, kterými je třeba se řídit. Kdo je porušuje, hru nejen kazí, ale činí ji nesmyslnou. Dodržováním pravidel a řádu hry se děti učí ovládat své city, projevy a brát ohled na druhé, což je důležité pro rozvíjení mezilidských vztahů. Hra je zajímavá i na

⁶⁸ Příklad ztvárnění písně pohybem viz Kapitoly 5.3 a 5.4

⁶⁹ MIŠURCOVÁ, Věra. *Hry se zpěvem*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1958.

⁷⁰ Metodický nácvik zástupu – malé děti si za zástup přivyknou hrou na vlak, starší děti hrou na vojáky. (Mišurcová, 1958, s. 19)

⁷¹ Metodický nácvik řady – utvořit s malými dětmi řadu je obtížné. Starší děti učíme radě tak, že se chytí lana nebo tyče vedle sebe a tak pochodují vpřed, vzad, vpravo a vlevo. (Mišurcová, 1958, s. 19)

⁷² Metodický nácvik kruhu – u malých dětí učitelka začne tvořit kruh s dvěma až třemi dětmi a točí se kolem určitého předmětu, postupně přibírá další děti. Kruh lze nacvičit i pomocí hry Na kuželky. Z kuželek se postaví kruh, děti chodí v kruhu kolem nich, kdo kruh poruší a kuželku porazí, je ze hry vyloučen. (Mišurcová, 1958, s. 19)

⁷³ viz Příloha E/1 Hra Na konopky

⁷⁴ viz Příloha E/2 Hra Zlatá brána

⁷⁵ viz Příloha E/3 Hra Na mák

⁷⁶ viz Příloha E/4 Hra Na trnky

pohled, střídá se v ní napětí s uvolněním. Dobře vedená hra má tudíž pozitivní vliv na dětskou psychiku. (Kulhánková, 2013)

Když si budeme děti při hře dobře všimnout, zjistíme, jak intenzivně hru prožívají ať už mimikou, gesty, pohyby. Každý hru prožívá jinak podle své povahy, někdo s napětím, někdo se zjevným potěšením. „*Dětská hra přináší tomu, kdo ji hraje, intenzivní prožitek.*“ (Jurkovič, 2012, s. 71)

Jednou ze součástí dětských her jsou právě hry hudebně pohybové. Jejich hlavním znakem je pohybová aktivita v prostoru, proto se v nich často užívá rytmická chůze v kruhu, zástupu nebo dalších prostorových obrazců⁷⁷. Velmi často se v nich objevuje též soutěživost dětí⁷⁸. Součástí hudebně pohybových her soutěživého typu bývají často různé rekvizity nebo znějící předměty⁷⁹. (Jenčková, 2005)

Hudebně pohybových her je nepřehledné množství, navíc je lze různě námětově obměňovat. Jenčková se zmiňuje v souvislosti s kreativní obměnou známých pravidel ve hře o tzv. tvořivé hudebně pohybové hře. „*Její vyšší kreativní forma spočívá v samostatném vymezení pohybových pravidel na základě dosavadních zkušeností dětí s vytvářením hudebně pohybových paralel.*“ (Jenčková, 2005, s. 105) Touto kreativní obměnou můžeme rozumět například to, že u hry Židličková⁸⁰ si nebudou děti sedat na židli v momentu, kdy přestane hrát hudba, ale například v momentu, kdy v hudebním doprovodu uslyší hrát tóny ve vysoké poloze.

I v hudebně pohybových hrách stejně jako u lidových tanečních her dochází ke spojení všech složek hudební výchovy. Děti se v nich mohou hudebně realizovat, uplatnit svou fantazii a získat sebevědomí, jak uvádí podobně i Kulhánková: „*Pohybem s hudbou a zpěvem se učí překonávat ostych, nejistotu a nepochopení. Tím, že spontánně vyjadřuje radost nebo strach, uvolňuje v sobě napětí a odbourává stres.*“ (Kulhánková, 2013, s. 8)

⁷⁷ viz Příloha E/5 Hra Na molekuly

⁷⁸ viz Příloha E/6 Hra Dva kruhy

⁷⁹ viz Příloha E/7 Hra Orchester

⁸⁰ Hra Židličková: Hra, při níž si děti na signál rychle sedají na židli postavené do kruhu. Židli je vždy o jednu méně než dětí, které se hry účastní. Pustíme hudbu a děti chodí okolo kruhu, když hudba přestane hrát, musí si děti co nejrychleji sednout na volnou židli. Na koho židle nevyjde, odchází ze hry. Postupně odebíráme další židle, dokud ve hře nezůstane poslední hráč, ten vyhrál. (Dvořáková, 2011, s. 113)

4 UPLATNĚNÍ HUDEBNĚ POHYBOVÝCH ČINNOSTÍ V MŠ DRMOUL

V předchozích kapitolách jsme si přiblížili význam hudebně pohybových činností (dále jen HPČ), důležitost motivace při těchto činnostech a rozdělili je do jednotlivých kategorií. V této kapitole se zaměříme na praktické využití pohybových činností na konkrétní mateřské škole v obci Drmoul. Školu nejprve představím a přiblížím její školní vzdělávací program (dále jen ŠVP), potažmo třídní vzdělávací program (dále jen TVP) třídy Kuřátek, ve které působím jako učitelka. Ve vzdělávacích programech se zaměříme především na propojenost s HPČ. Dále se podíváme při jakých činnostech se HPČ na škole uplatňují a představím zde také hudebně pohybový kroužek, který na mateřské škole vedu.

4.1 Mateřská škola Drmoul

Obec Drmoul leží v Karlovarském kraji, na samém okraji pohoří Českého lesa, 3,5 km jihozápadně od Mariánských Lázní. Obcí prochází hlavní silnice Plzeň – Cheb už od roku 1762. Obec má 900 obyvatel. Mateřská škola (dále jen MŠ) se nachází ve středu obce, v blízkosti hlavní silnice, ale zároveň je dostatečně ukryta před hlukem a nebezpečím. MŠ je součástí většího objektu, kde se nachází obecní úřad, kulturní dům, pošta, knihovna a školní jídelna. K areálu náleží také nově vybudovaná ekozahrada. Od 1. 1. 2003 je MŠ sloučena se Základní školou Drmoul (dále jen ZŠ).

MŠ je dvoutrídni, zajišťuje celodenní péči a její kapacita je 44 dětí. Zřizovatelem je obec Drmoul. Budova je dvoupodlažní s bezbariérovým přístupem do přízemí. Zde se nachází třída Kuřátek, kterou navštěvují nejmladší děti od 2 do 4 let. Dále zde nalezneme šatnu a WC s umývárnu. Třída je rozdělena na dvě místnosti – hernu a ložnici. Prostory jsou dostatečně velké, a tudíž vyhovují veškerým hygienickým předpisům.

Druhá třída Včeliček, kam dochází děti od 4 do 6 let, je v prvním patře budovy. Jedná se o jednu místnost, kde prostor pro odpočinek je od rušné části třídy oddělen nábytkovou stěnou. Dále ke třídě náleží WC s umývárnu a šatna. Na tomtéž podlaží je také šatna a WC pro personál.

MŠ je ze tří stran obklopena velkou zahradou přírodního typu. Zahrada je vybavena herními prvky z přírodních materiálů, nachází se zde vrbové stavby, kamenné záhonky,

dřevěné prolézačky, pískoviště, teepee⁸¹ a indiánský totem. V okolí MŠ jsou louky, pole, lesy i rybníky – ideální místa pro výchovně vzdělávací i relaxační vycházky. V blízkosti školy se nachází také budova ZŠ, což je velkou výhodou především pro budoucí prvňáčky, protože v posledním půlroce před vstupem do ZŠ se předškoláci účastní některých hodin spolu se současnými prvňáčky a seznamují se tak s prostředím, které bude součástí jejich příštích let při nástupu k povinné školní docházce. Blízkost ZŠ také umožňuje účast dětí z MŠ na akcích pořádaných ZŠ a lepší spolupráci mezi MŠ a ZŠ. Do budoucna bychom také rádi pro předškolní děti využívali prostory tělocvičny ve škole, kde by si mohly vyzkoušet a seznámit se s takovým cvičebním náčiním, které v MŠ nemají k dispozici.

4.1.1 Organizační a materiální zabezpečení výuky HV v MŠ Drmoul

MŠ Drmoul je zřízena jako škola s celodenním provozem s určenou dobou od 6.30 do 16.00 hodin. Ranní příchod dětí končí v 8.00 hodin⁸². Tato doba od 6.30 do 8.00 je využívána ke spontánním aktivitám dětí. Dle vlastní vůle se mohou zapojit i do činností nabídnutých učitelkou. Učitelka se v této části dne zaměřuje především na individuální práci s dětmi. Po 8.00 hodině se obvykle s dětmi scházíme v ranním kruhu, kde se všichni přivítáme a vedeme diskuzi k tématu dne, někdy i ke spontánním připomínkám dětí. Poté nastává rozvíčka a pohybová hra. Od 8.30 do 9.00 hodin probíhá hygiena, příprava na svačinu a svačina. V 9.00 hodin se děti odebírají k řízené činnosti vedené učitelkou. Většinou se jedná o výtvarnou činnost, dramatickou, hudební nebo edukační činnost rozvíjející předmatematické či předčtenářské dovednosti dětí. V 9.45 se děti oblékají a připravují na pobyt venku. V době od 11.15 do 12.00 je oběd a osobní hygiena. Vyzvedávání dětí po obědě je doporučováno od 11.45 do 12.15 hodin. Od 12.00 do 14.00 probíhá čtení pohádky před odpočinkem a odpočinek samotný. Po odpočinku je prostor na pohybovou chvíli. Poté se děti odeberou k odpolední svačině. Od 14.45 do 15.30 jsou každý lichý týden pro děti pořádána od pondělí do čtvrtku tvořivá odpoledne. Tato odpoledne tvoří v pondělí a ve středu malovací kroužek a v úterý a ve čtvrtek hudebně pohybový kroužek. Dětem, které tyto kroužky nenavštěvují, jsou v době od 14.45 do

⁸¹ Teepee – indiánský stan

⁸² Pozdější příchod dítěte je možný na základě dohody.

odchodu domů nabízeny individuální činnosti učitelkou nebo probíhají spontánní aktivity dětí. V letním období tráví děti tuto dobu na školní zahradě.

Uvedené časy jsou pouze orientační. Veškeré činnosti a aktivity jsou voleny a prováděny s ohledem na zájmy a potřeby dětí střídají činnosti klidové s dynamickými a také tak, aby byly respektovány podmínky vzdělávání vyplývající z RVP PV⁸³.

Zejména při pohybových aktivitách se jedná o zabezpečení dostatečného prostoru, času a pestrého výběru podnětů a pomůcek k činnosti. Stejně tomu tak bude i u pohybových činností spojených s hudbou. K tomu, aby u dětí docházelo k efektivnímu rozvíjení hudebních a pohybových dovedností, je třeba nejen výuku správně řídit a organizovat, ale nabízet dětem také potřebnou pomoc, oporu a poskytovat jim zpětnou vazbu.

Z organizačního hlediska je možné zařadit hudebně pohybové aktivity do každé části dne, ve které probíhá aktivní činnost (Srov. kap. 4.3.1). Pohybové aktivity probíhají formou spontánní i částečně nebo zcela řízené⁸⁴ činnosti dětí. Uskutečňují se jak individuálně, tak i ve skupinách nebo hromadně.

Po materiální stránce je hudebně pohybová výchova na naší škole také dostatečně zabezpečena. Ve třídě Kuřátek máme k dispozici: z hudebních nástrojů piano, vozembouch, tom-tom, ve třídě Včeliček pak kytaru. Obě třídy jsou též vybaveny nástroji Orffova instrumentáře, doplněny o rytmická dřevěná vejce, řehačky, drhla⁸⁵. K přehrávání reprodukováné hudby je v obou třídách k dispozici CD přehrávač. Z pomůcek používaných při pohybových činnostech bych ráda zmínila ve třídě Kuřátek žíněnky, lavičku, malé i velké obruče, míče, velké molitanové kostky, kužele, prolézací tunel, barevné otisky dlaní a chodidel a jiné drobné pomůcky. Ve třídě Včeliček je vybavení doplněno o barevný padák, žebřiny a švédskou bednu. Ačkoliv disponujeme na MŠ poměrně velkou hernou ve třídě Kuřátek i širokým výběrem pomůcek k pohybovým aktivitám v obou třídách, myslím si, že by přesto bylo pro děti velkým přínosem využívat alespoň jednou v týdnu při tělovýchovných jednotkách prostory tělocvičny v nedaleké základní škole.

⁸³ Rámcový vzdělávací program předškolního vzdělávání, 2010, s. 32–36.

⁸⁴ „Při řízených činnostech je třeba hledat takové způsoby organizace a řízení, které co nejvíce respektují individuální předpoklady a různou úroveň dětí.“ (Dvořáková, 2011, s. 107)

⁸⁵ viz Příloha F Materiální vybavení pro hudební činnosti

4.2 ŠVP PV v MŠ Drmoul v kontextu s hudebně pohybovými činnostmi

Školní vzdělávací program předškolního vzdělávání (dále jen ŠVP PV) vychází z Rámcového vzdělávacího programu předškolního vzdělávání. ŠVP PV obsahuje identifikační údaje o mateřské škole, obecnou charakteristiku školy, charakteristiku vzdělávacího programu, podmínky vzdělávání, organizaci vzdělávání, obsah vzdělávání a evaluaci. My se v této kapitole budeme zabývat především obsahem vzdělávání Mateřské školy Drmoul a jeho propojeností s hudebně pohybovými činnostmi.

Při tvorbě ŠVP PV dbáme na to, aby se vzdělávání dětí přizpůsobovalo vývojovým, fyziologickým, kognitivním, sociálním a emocionálním potřebám dětí. Také si musíme uvědomit, zda navrhované činnosti zabezpečují všechny tři hlavní cíle RVP PV: zda se jimi děti učí a rozvíjejí dovednosti a poznání, zda si při nich osvojují hodnoty, na nichž je naše společnost založena a zda má každé dítě příležitost se samostatně rozhodnout a vyjádřit. (Smolíková, 2010)

Jako metody práce upřednostňujeme situační učení, které dětem srozumitelně ukazuje životní souvislosti. Dále užíváme metody prožitkového a kooperativního učení hrou a činnostmi, které jsou založeny na přímých zážitcích dětí a v neposlední řadě spontánní sociální učení založené na principu přirozené nápodoby.

Současný název ŠVP PV naší školy je Křížem krážem kalendářem. Dokument je platný od 1. 9. 2015 do 31. 8. 2017 a na jeho tvorbě se podílely všechny učitelky působící v době přípravy nového ŠVP PV na škole. Vzdělávací obsah je rozdělen do 10 integrovaných bloků: **1. Ahoj, školko. 2. Barevný podzim. 3. Foukej, foukej větříčku. 4. Sváteční čas. 5. Padá sníh, pojedeme na saních. 6. Pohádkový čas. 7. Jaro ťuká na vrátka. 8. Všechno jede, co má kola. 9. Čas květů. 10. Sláva, nazdar výletu.** Každý blok je dále rozdělen na týdenní podtémata a obsahuje charakteristiku, očekávané výstupy a navrhované činnosti⁸⁶.

⁸⁶ viz Příloha G/1 Ukázka ŠVP PV Křížem, krážem kalendářem MŠ Drmoul

Pokud prostudujeme očekávané výstupy každého integrovaného bloku, vždy nalezneme alespoň jeden, který můžeme realizovat prostřednictvím hudebně pohybových činností (viz tabulka 1). Nabídka navrhovaných činností v ŠVP PV z oblasti hudebně pohybové výchovy je však bohužel velmi sporadická. V některých integrovaných blocích činnosti z oblasti hudebně pohybové výchovy zcela chybí. Z toho důvodu uvádím vlastní návrhy činností z oblasti HPV (viz tabulka 1, poslední odstavec), kterými lze naplňovat očekávané výstupy z ŠVP PV.

Tabulka 1 Očekávané výstupy a navrhované činnosti ze ŠVP PV Křížem, krázem kalendářem v kontextu s hudebně pohybovými činnostmi

Název bloku	Příklady očekávaných výstupů z ŠVP PV	Lze realizovat pomocí hudebně pohybových činností	Navrhované činnosti dle ŠVP PV z oblasti HPV	Vlastní navrhované činnosti z oblasti HPV
Ahoj, školko	získat jistotu v kolektivu MŠ, navazovat přátelské vztahy	✓	hudebně pohybové hry	lidové taneční hry a jiné stylizované tance
Barevný podzim	rozvíjet hrubou motoriku	✓	hudebně pohybové hry	pohybová průprava
Foukej, foukej, větříčku	vědomě napodobit pohyb	✓	✗	práce s hudebními kontrasty
Sváteční čas	spolupracovat se skupinou, podílet se na dění ve třídě	✓	✗	hudebně pohybová hra
Padá sníh, pojedeme na saních	být si jistější v hudebním projevu	✓	hra na tělo	hra na tělo
Pohádkový čas	umět napodobit taneční krok a sladit ho s hudbou	✓	karneval	pohybové ztvárnění písně
Jaro ťuká na vrátka	seznámit se s vybranými druhy domácích a hospodářských zvířat	✓	písně a básně s jarní tematikou	rytmická deklamace slov a sousloví, imitace hlasů zvířat doprovázená pohybem
Všechno jede, co má kola	mít povědomí o lidské činnosti	✓	✗	zpěv spojený s chůzí
Čas květů	umět na veřejnosti vystoupit s hudebním projevem	✓	tanečky	pohybové ztvárnění písně
Sláva, nazdar výletu	zvládat pohyb v různém prostředí a terénu	✓	✗	hudebně pohybová hra

Pokud bych měla shrnout obsah vzdělávání ŠVP PV z pohledu propojení s HPČ, musím konstatovat, že **očekávané výstupy v ŠVP PV lze realizovat prostřednictvím hudebně pohybových činností v každém integrovaném bloku**, ovšem mezi navrhovanými činnostmi v ŠVP PV je zmíněna pouze omezená nabídka hudebně pohybových činností.

Z toho důvodu jsem vedla s ostatními učitelkami rozhovory, v rámci kterých jsem zjišťovala, zda mimo mě, naplňují očekávané výstupy vyplývající z ŠVP pomocí HPČ i ostatní kolegyně, a kterými nejčastěji. Dále jsem se kolegyň dotazovala, jak často HPČ zařazují, v které části dne je realizují a zda při nich využívají nějaké doplňkové pomůcky.

Z rozhovorů jsem zjistila⁸⁷, že **všechny kolegyně naplňují** očekávané výstupy z ŠVP vedle jiných i prostřednictvím HPČ a snaží se je zařazovat v rámci TVP PV každý den. **Nejčastěji pak uplatňují hudebně pohybové hry, hru na tělo a pohybovou přípravu**, o něco méně pohybové ztvárnění písně či zpěv spojený s chůzí. Nejméně využívají pohybové improvizace a práce s hudebními kontrasty. Dále z rozhovoru plyne, že **nejčastěji jsou HPČ uplatňovány při ranních hrách, ranním cvičení a pobytu venku**⁸⁸. Většina učitelek při činnostech využívá i různé pomůcky, především cvičební (obruče, žíněnky, míče, kužely), dále šátky nebo Orffovy hudební nástroje.

Z výše uvedeného vyplývá, že **při přípravě Třídního vzdělávacího programu předškolního vzdělávání** (dále jen TVP PV) **nejsou HPČ na MŠ Drmoul opomíjeni** (Srov. 4.2.1), ale navzdory tomu se zcela samozřejmě stávají součástí jednotlivých bloků např. v té podobě, jaká se při pohledu na názvy bloků nabízí.

4.2.1 TVP PV třídy Kuřátek v MŠ Drmoul v kontextu s hudebně pohybovými činnostmi

Pro potřeby práce v jednotlivých třídách vznikají týdenní či jinak časově rozvržené plány, které tvoří TVP PV. TVP PV je tedy souhrnem dokumentů, vztahujících se

⁸⁷ viz Příloha G/2 Rozhovor s učitelkami na Mateřské škole Drmoul zaměřený na začlenění HPČ do TVP PV (ze dne 14.2. 2017, Drmoul)

⁸⁸ Ve třídě Kuřátek se však snažíme HPČ zařadit v jakékoli části dne (srov. Kap. 4.3.1)

k plánování, realizaci a evaluaci vzdělávacích činností v konkrétní třídě mateřské školy, které vycházejí z ŠVP PV. (Váchová in Svobodová, 2010)⁸⁹

Vytvářet tento dokument není pro mateřské školy povinností. Nesmíme však opomíjet fakt, že povinností učitele je pracovat s dětmi plánovitě,⁹⁰ a proto se vytváření TVP PV doporučuje.

V této kapitole se budeme zabývat TVP PV třídy Kuřátek, ve které působím jako učitelka. Dosud do třídy běžně docházely děti ve věku 2,5 – 4 let. Od ledna roku 2017 jsou do třídy přijímány i děti od 2 let, o které pečuje chůva⁹¹. Na třídě Kuřátek pracuji s kolegyní Kateřinou Hanzlíkovou a každá si vytváříme v rámci TVP PV vlastní týdenní plány. TVP PV vychází z ŠVP PV Křížem, krážem kalendářem a při jeho sestavování dostáváme jako učitelky velký prostor pro naši tvořivost. Z ŠVP PV si vybíráme na každý týden témata, očekávané výstupy, popřípadě nabízené činnosti integrovaného bloku daného měsíce a ty pak dále rozpracováváme na konkrétní téma činnosti⁹². Činnosti a očekávané výstupy volíme tak, aby se výchovně vzdělávací proces v průběhu celého týdne dotýkal všech vzdělávací oblasti RVP PV⁹³.

Dle prostudovaného TVP PV třídy Kuřátek, který obsahuje již konkrétní témata činností, vyplývá, že já i moje kolegyně při práci s dětmi HPC zařazujeme. Dokladem je i zde níže uvedená srovnávací tabulka (Srov. Tabulka 2). Ke každému tématu činnosti jsem přiřadila HPC, ze které téma vychází⁹⁴. Konkrétní zvolené téma činnosti se pak pojí k podtématům integrovaných bloků (dále jen IB) TVP PV třídy Kuřátek.

⁸⁹ VÁCHOVÁ, Alena. Třídní vzdělávací program. In SVOBODOVÁ, Eva. *Vzdělávání v mateřské škole: školní a třídní vzdělávací program*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-774-9.

⁹⁰ „Předškolní pedagog odpovídá za to, že program pedagogických činností je cílevědomý a je plánován....“ (Smolíková, 2010, s. 44)

⁹¹ Jedná se o dva chlapečky. Vzhledem k nízkému věku těchto dvou chlapců, jejich hlavní cíl vzdělávání směřuje do oblasti samoobsluhy a získání sociálních návyků. Obvykle mívají svůj režim dne a do řízených činností se zapojují dle jejich vlastního zájmu.

⁹² viz Příloha G/3 Ukázka z TVP PV třídy Kuřátek

⁹³ Vzdělávací oblasti RVP PV: Dítě a jeho tělo, Dítě a jeho psychika, Dítě a ten druhý, Dítě a společnost, Dítě a svět.

⁹⁴ Uvádím vlastní navrhované HPC, jelikož, jak již bylo zmíněno v kap. 4.2, HPC mezi navrhovanými činnostmi k uplatnění očekávaných výstupů v ŠVP PV chybí.

Tabulka 2 Příklady konkrétních témat k HPČ z TVP PV třídy Kuřátek k vybraným IB

Konkrétní zvolené téma činnosti ⁹⁵	Navrhované HPČ k naplnění očekávaných výstupů	Název bloku <i>Podtéma</i>	Očekávaný výstup z ŠVP PV
Na konopky	lidová taneční hra	Ahoj, školko <i>Já a moji kamarádi</i>	získat jistotu v kolektivu MŠ, navazovat přátelské vztahy
rytmická hra Velký - malý	rytmická deklamace doprovázena hrou na tělo	Jaro ťuká na vrátka <i>Na dvorku</i>	seznámit se s vybranými druhy domácích a hospodářských zvířat
Prší, prší	práce s hudebními kontrasty	Foukej, foukej, větříčku <i>Prší, prší, jen se leje</i>	vědomě napodobit pohyb
Hra Na žabičky	hudebně pohybová hra	Barevný podzim <i>V lese</i>	poznat vybrané druhy živočichů
Houbičková rozcvička	pohybová průprava	Barevný podzim <i>V lese</i>	rozvíjet hrubou motoriku
Šel zahradník do zahrady	zpěv spojený s chůzí	Všechno jede, co má kola <i>Ten dělá to a ten zas tohle</i>	mít povědomí o lidské činnosti
Šípková Růženka	pohybové ztvárnění písně	Pohádkový čas <i>Cesta do pohádky</i>	umět napodobit taneční krok a sladit ho s hudbou

4.3 Možnosti uplatnění hudebně pohybových činností v MŠ Drmoul

V této kapitole se nejprve zaměřím na uvedení konkrétních příkladů HPČ, uvedených v tabulce 2 (Srov. kap. 4.2.1), které se uplatňují při práci s dětmi během dne ve třídě Kuřátek. V další podkapitole dále ve stručnosti uvedu, jak se mohou HPČ stát součástí zájmového kroužku, který rovněž vedu.

4.3.1 Možnosti uplatnění hudebně pohybových činností během dne ve třídě Kuřátek

Ve třídě Kuřátek jsou HPČ součástí především ranních her, kdy je prostor pro individuální formu vzdělávání. V tomto čase je realizujeme v podobě **rytmické deklamace slov a sousloví doprovázené hrou na tělo**⁹⁶ (Srov. kap. 3.2). Slova a sousloví různě obměňujeme tak, aby korespondovala s tematickým celkem týdne.

⁹⁵ Konkrétní témata činností z tabulky jsou podrobně zpracované v přílohách práce a v kap. 5.

⁹⁶ viz Příloha C/1 Příklady her k rytmické deklamaci slov a sousloví

Také ranní kruh je vhodným místem k zařazení hudební chvílky – téma dne často uvádíme **písničkou, kterou doprovázíme chůzí v kruhu**, nebo se pěkně **zpěvně vítáme**⁹⁷.

Velký prostor pro uplatnění pohybových činností pak dostáváme při **ranní rozcvičce**⁹⁸. V rámci ní zařazujeme **prvky pohybové průpravy**, dbáme na **správné držení těla, uvolňovací cviky**, nebo procvičujeme druhy **chůze, běhu, poskoku** apod. (Srov. kap. 3.1) Ranní cvičení doplňujeme **pohybovou hru**⁹⁹ (Srov. kap. 3.5), která koresponduje s tematickým celkem týdne.

Pokud jako řízenou činnost zvolíme HPC, vybíráme si většinou **práci s hudebními kontrasty**¹⁰⁰ (Srov. kap. 3.3) **nebo pohybové ztvárnění písně**¹⁰¹ (Srov. kap. 3.4). Při těchto činnostech obvykle užíváme prvky, které jsme si osvojili v pohybové přípravě při ranním cvičení.

Také při pobytu venku uplatňujeme některé složky hudební výchovy. Vycházku s dětmi čas od času zpestřujeme **chůzí spojenou se zpěvem písně**¹⁰² – děti tak pochodují v metru písně. Ve volném prostranství lze také **napodobovat pohyb přírody** (větve, listí, růst květiny apod.). Naopak při pobytu na školní zahradě často hrajeme **pohybové hry** či tančíme **lidové taneční hry**¹⁰³.

Pohybovou chvílku po odpočinku tvoří ve třídě Kuřátek **relaxační cvičení a protahovací cviky**¹⁰⁴.

Mezi odpolední činnosti dětí z obou tříd (Kuřátek i Včeliček) na MŠ Drmoul je také jednou za 14 dní, v úterý a ve čtvrtek, zařazen **hudebně pohybový kroužek**.

4.3.2 Hudebně pohybový kroužek v MŠ Drmoul

Jednou z možných forem uplatnění HPC může být i hudebně pohybový kroužek (dále jen HPK). Ten v MŠ Drmoul funguje od 1. 9. 2014, doby mého nástupu do mateřské školy na pozici učitelky. O jeho vedení jsem byla požádána paní ředitelkou, jelikož v té době na škole chyběla učitelka s rozšířeným hudebním vzděláním a hudebními

⁹⁷ viz Příloha H/1 Volací motivky k rannímu kruhu

⁹⁸ viz Příloha H/2 Houbičková rozcvička

⁹⁹ Námět k pohybové hře viz kap. 5.5 (Na Žabičky)

¹⁰⁰ Námět k práci s hudebními kontrasty viz kap. 5.1 (Prší, prší)

¹⁰¹ Námět pohybového ztvárnění písně viz kap. 5.4 (Šípková Růženka)

¹⁰² Například k písni Šel zahradník do zahrady související s tématem: Ten dělá to a ten zas tohle

¹⁰³ viz Příloha E/1 Hra Na konopky

zkušenostmi. Zavedení HPK na mateřské škole bylo pozitivně přijato i ze strany rodičů, což se projevilo velkým počtem přihlášených dětí. Kapacita kroužku byla ale omezena a stanovena na 15 dětí ve věku od 4–6 let.

První půlrok byl kroužek veden každé úterý od 14.30 do 15.15. Od března 2015 do června 2016 jsem kroužek vedla jako externí pracovník z důvodu mého odchodu na mateřskou dovolenou, hodina a den konání kroužku zůstaly stejné jako v předchozím roce. Tento školní rok (2016/2017) došlo k menším organizačním změnám. Opět jsem nastoupila do MŠ Drmoul jako učitelka na poloviční úvazek a kroužek je veden jednou za 14 dní v úterý a ve čtvrtek od 14.45 do 15.30. V letošním školním roce kroužek navštěvuje 10 dívek a 5 chlapců z toho 3 dívky jsou ze třídy Kuřátek, zbytek ze třídy Včeliček a 1 chlapec ze třídy Kuřátek a zbytek chlapců ze třídy Včeliček.

Záměr a náplň HPK je ale od prvního dne neměnný, a tím je rozšíření a zdokonalování hudebně pohybových dovedností získaných při běžných činnostech vyplývajících ze školního vzdělávacího programu školy (Srov. kap. 4.2). Vzhledem k menšímu počtu dětí v kroužku je více prostoru k individuálnímu přístupu při práci s dětmi. Stručný náhled do instruktážní hodiny tohoto kroužku tak přinese opět důkazy o HPČ v MŠ Drmoul, tentokrát v rámci zájmových aktivit.

4.3.2.1 Instruktážní ukázka hodiny v hudebně pohybovém kroužku

Jako ukázkou hodiny hudebně pohybového kroužku (dále jen HPK) představuji blok s názvem **Kočíčí bál**, který jsem v HPK opakovaně úspěšně realizovala. Zde uvedené aktivity mohou být námětem pro práci ostatních učitelů MŠ v oblasti hudebně pohybové výchovy. Námět Kočíčí bál vychází z publikace Zpíváme si s dětmi od Marie Liškové¹⁰⁵ a je doplněn mými vlastními nápady k hudebně pohybovým aktivitám¹⁰⁶.

Jak jsem zmiňovala v předchozí kapitole, v HPK je smíšená věková skupina dětí, tudíž je nutné dětem zařazovat aktivity různé obtížnosti. Právě níže uvedené činnosti se

¹⁰⁴ viz Příloha H/3 Protahovací cviky

¹⁰⁵ Lišková, 2005, s. 27– 30.

¹⁰⁶ U námětů vlastních činností jsou iniciály V. M. (Veronika Märzová)

dají různě modifikovat dle věku a hudebně pohybových dovedností dětí. V bloku je využito všech složek hudebně pohybových činností uvedených v mé práci (Srov. kap. 3).

Název bloku HPČ: Kočičí bál

Věková skupina: 4–6 let

Počet dětí: max. 15

Pomůcky: klavír, bubínek, obruče

Časová náročnost: cca 45 minut

Zaměření: správné držení těla, procvičování chůze, běhu, pohybová improvizace, pohybové ztvárnění písně, rytmizace básně pomocí hry na tělo

Motivace a činnosti: Jako motivaci k započetí činnosti používám motivační příběh o kočičce, která se chystá na bál.

Jak to asi na takovém kočičím bále vypadá? Pojd'te děti, proměníme se na kočičky a kocoury a na kočičí bál si zahrajeme.

Začneme přípravou na bál.

Děti napodobují pohyb učitelky. K této nápodobě využijeme hru **Na zrcadlo**. Děti tak pohybem realizují celou škálu kočičích pohybů: protažení si tělíčka, kočičí hřbet, umytí si tlapkami oušek, očiček, natahování vousků, upravování ocásku, srovnání tělíčka (**správné držení těla**)¹⁰⁷.

K nácvičku **chůze a běhu** kočičky využijí rytmu bubínku (viz obrázek 1)¹⁰⁸, na který hraje učitelka.



Obrázek 1 Chůze, běh

Na bále se bude nejen tančit, ale i zpívat. A tak se musí kočičky i kocouři **rozezpívat**. Melodii známé písničky (viz obrázek 2)¹⁰⁹ zpívají děti na různé slabiky (mňau, mňau, cí, cí, vrrr, vrrr, vrrr, ňaf, ňaf apod.).

¹⁰⁷ Správné držení těla viz kapitola 3.1.1

¹⁰⁸ Obrázek 1 = Lišková, 2005, s. 29

¹⁰⁹ Obrázek 2 = Lišková, 2005, s. 27

 Kočka leze dírou

Lidová píseň z Čech



Obrázek 2 Kočka leze dírou

Samotný bál začíná naší známou písničkou Kočka leze dírou. Každá kočička či kocour si na klavírní doprovod písničky vymyslí vlastní taneček, který ostatním předvádí¹¹⁰ (**pohybová improvizace**). Zbylé kočičky a kocouři se pozorně na taneční představení dívají a písničku zpívají.

Nyní si všichni na plese zatančí společný taneček (**ztvárníme píseň pohybem**).

Pohybový doprovod (V. M.): Děti utvoří proti sobě dvě řady tak, aby každý měl proti sobě tanečnicka. Všechny vzpaží levou rukou a pravou dají v bok.

1. – 2. takt: na 1. dobu v taktu úkrok vlevo (za vzpaženou rukou), (celkem 2 úkroky)
3. – 4. takt: na 1. dobu v taktu úkrok vpravo (za rukou v bok), (celkem 2 úkroky)
5. – 6. takt: obě ruce v bok, na 1. dobu v taktu mírný podřep (celkem 2 podřepy)
7. – 10. takt: chytíme se za ruce s tanečnickem proti nám a točíme se dokolečka (vyměníme si pozice)

11. – 14. takt: točíme se dokolečka na druhou stranu (vrátíme do výchozí pozice)

Bál je u konce. A co se na něm přihodilo? Poslouchejte:

„Přišly tři kočky na kočičí bál,

byla tam muzika, kocour tam hrál.

Kocour hrál i kočky hrály,

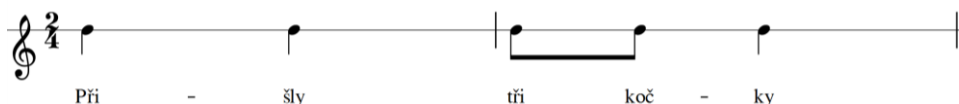
Skákaly a tancovaly,

prošoupaly troje boty¹¹¹.“

¹¹⁰ Pokud se některé z dětí ostýchá, mohou tančit i dvě děti najednou.

¹¹¹ Lišková, 2005, s. 28

Děti budou **deklamovat básničku pomocí improvizované hry na tělo** (V. M.). K této činnosti využijeme hry Na řetěz, ve které se bude básnička posílat po krátkých úryvcích dál v kruhu. Sedíme na židličkách v kruhu. První úryvek (viz obrázek 3)¹¹² začne učitelka improvizovanou hrou na tělo¹¹³.



Obrázek 3 Úryvek říkadla **Kočičí bál**

Lehkým plesknutím do stehna kamaráda vedle sebe pak dá signál, že pokračuje v básničce právě on. Takto si básničku posílají třeba dvakrát dokola, dokud se nevystřídají všechny děti.

Na úplný závěr hodiny si zahrajeme **pohybovou hru** Proč myši tancovaly (viz obrázek 4). Děti si utvoří dvojice. Jedno dítě z dvojice představuje kocoura, druhé myš. V průběhu hudebního doprovodu písňe se děti volně pohybují po herně. Jakmile v hudebním doprovodu nastane pauza, myšky se běží schovat do předem připravených obručí (děr). Kocouři je honí. Každý z kocourů se snaží chytit svoji myšku (druhé dítě z dvojice utvořené na začátku hry). Chytí-li kocour myš před dírou, vymění si role. Pokud se myška stihne schovat, role zůstávají¹¹⁴.

¹¹² Obrázek 3 = z vlastního archivu V. M.

¹¹³ Například: *Přišly* – podupy střídavě levá, pravá noha, *tři kočky* – lehké pleskání na temeno hlavy

¹¹⁴ Hra je upravena autorkou práce. Originál hry viz obrázek 4.



Proč myši tancovaly

text: V. Sokolová
mel.: P. Jistel

D A7 D A7

Ko - cou - ň se na pouť da - li, pro - to my - ši tan - co - va - ly.

G D A7 D

Po - zva - ly kde kte - rou tet - ku, sněd - ly kde co by - lo k sněd - ku.

M D A7 G

2. Pily, jedly, jedly, pily, do rána se veselily,
ale ráno znenadání vrátili se z cesty páni.
3. Měli velkou laskominu na pečínku, na slaninu,
ale myšky všechno sluply a včas do svých dírek vhuply.

Myši a kocouři chodí po herně (každá myš má svého kocoura). Po dozpívání písně běží myšky do předem připravených děr (kroužků). Kocouři je honí. Chytí-li myš před dírou, vymění si role. Dostane-li se myš do díry, nesmí jí již kocour chytit, role zůstávají.



Obrázek 4 Proč myši tancovaly¹¹⁵

Shrnutí:

K výuce HPČ na MŠ Drmoul mohou na základě výše uvedených informací, obohacených zkušenostmi z provozu vlastní třídy Kuřátek i samotné školy, souhrnně konstatovat, že jednotlivé hudebně pohybové činnosti (dále jen HPČ) lze v MŠ uplatňovat a) ve třídách v rámci celého dne (Srov. kap. 4.2.1), ale i b) v mimotřídních aktivitách (Srov. kap. 4.3.2). Dále mohou konstatovat, že HPČ lze realizovat jak v homogenní třídě, tak ve smíšené věkové skupině dětí, kdy každé z dětí realizuje HPČ dle svých vlastních dispozic a dovršeného stupně hudebních a pohybových dovedností.

Pro realizaci HPČ je MŠ Drmoul dostatečně materiálně vybavena jak hudebními tak cvičebními pomůckami a učitelky je při výuce často využívají. HPČ jsou zde uplatňovány každý den, nejčastěji při ranních hrách, ranním cvičení a pobytu venku, a to v podobě hudebně pohybových her, hry na tělo, pohybové průpravy, dále pak pohybového ztvárnění písně, zpěvu spojeného s chůzí i pohybové improvizace. Mezi dětmi jsou pak jednoznačně nejoblíbenější různé hudebně pohybové hry.

¹¹⁵ Obrázek 4 = Jistel, 2001, s. 48

5 METODICKÉ NÁMĚTY PRO HUDEBNĚ POHYBOVÉ ČINNOSTI JAKO REFLEXE PRAXE V MŠ DRMOUL

V závěrečné kapitole bakalářské práce představím vlastní i zčásti převzaté metodické náměty pro hudebně pohybové činnosti, které se mi osvědčily při práci s dětmi předškolního věku, ať již v HV ve třídě Kuřátek či v hudebně pohybovém kroužku MŠ Drmoul.

Činnosti jsem vybírala tak, aby **každá zastupovala jednu ze složek hudebně pohybové výchovy** (Srov. kap. 3) a byly v nich zohledněny všechny věkové skupiny dětí. Uvádím tak zde příklady práce k **pohybové a taneční průpravě, k elementárnímu pohybu s rytmickou deklamací, k pohybu v kontextu s hudebním doprovodem, k pohybu v kontextu s pěveckými činnostmi a příklad hudebně pohybové hry**. Ve třech případech se jedná o mé vlastní náměty k činnosti¹¹⁶, rozpočítadlo En, ten, tyč zpracované Libuší Kůrkovou jsem upravila a doplnila o hru na tělo, námět Šípková Růženka je pak převzatý od autorky Evy Kulhánkové a s posledním námětem Baobaby jsem se setkala na letním kurzu Orffovy školy.

Jak jsem již dříve zmiňovala v bakalářské práci, je důležité děti při činnostem vhodně motivovat (Srov. kap. 2). Proto i následující náměty jsou doplněny krátkou motivací, která děti k činnosti přiláká.

5.1 Pohybová improvizace, taneční průprava a práce s hudebními kontrasty

Název tématu: Prší, prší¹¹⁷

Věková skupina: 3–6 let

Počet dětí: různý

Pomůcky: klavír, zvučná dřívka z Orffova instrumentáře

¹¹⁶ U vlastních námětů autorky práce je označení V. M. (Veronika Märzová)

¹¹⁷ Námět činnosti V. M.

Zaměření: pohybová improvizace, reakce na dynamické rozdíly¹¹⁸ v písni změnou pohybu, procvičování chůze a běhu

Motivace: Venku se nám rozpršelo. Déšť, ale nemusí být jen nepříjemný a protivný. Třeba kytičky, stromy a zvířátka v přírodě ho mají velmi rády a je pro ně i pro nás lidi užitečný. I my si s ním můžeme užít spoustu zábavy. Můžeme si o něm zazpívat a zahrát si na něj.

Popis hry: Ke hře použijeme známou lidovou píseň Prší, prší¹¹⁹. Děti mají v rukách ozvučná dřívka a rozestaví se volně v prostoru. Při improvizované předeře písni (4 takty) hrané ve forte děti pobíhají po prostoru a silně ťukají na dřívka (představují bouřku). Následuje 1. sloka písni, kterou učitelka hraje v pianu. Děti položí dřívka na zem a za chůze slabě vyťukávají „kapky“ dvěma prsty do dlaně druhé ruky. Mezihra (4 takty) je opět improvizovaná ve forte (bouřka), děti si vezmou ze země dřívka, silně jimi o sebe ťukají a pobíhají. 2. sloka se opět hraje v pianu – děti reagují na změnu jako při 1. sloce. Motivy se mohou střídat tak dlouho, jak učitel uzná za vhodné. Končíme pianem, při závěru písni zvolníme tempo, děti tak poznají, že se blíží závěr a z chůze si sednou do dřepu (poslední kapička dopadla na zem – je po dešti).

5.2 HPČ v práci s říkadlem

Název tématu: En, ten, tyč¹²⁰

En, ten, tyč je rozpočítadlo, při kterém využíváme hry na tělo a doprovodné rytmické nástroje Orffova instrumentáře.

Věková skupina: 5–6 let

Počet dětí: max. 13

Pomůcky: rytmické nástroje z Orffova instrumentáře

Zaměření: rozvíjení rytmického citění dětí pomocí deklamace říkadla; seznámení s drobnými rytmickými nástroji; využívání pohybu při hře na tělo

¹¹⁸ Kontrasty silně–slabě

¹¹⁹ viz Příloha I/1 Prší, prší.

¹²⁰ Hra je upravena autorkou práce. Originál hry in: Kurková, 1989, s. 48–49.

Motivace: Podívejte se děti, kolik tady mám zajímavých hudebních nástrojů (bubínek, tamburínu, rolničky, triangel, činelky, chřestidla a další). Abychom se nemuseli dohadovat, kdo si na jaký nástroj zahraje, spravedlivě se rozpočítáme. Na koho padne poslední slovo rozpočítadla, si vybere libovolný nástroj a bude na něj doprovázet naše rozpočítadlo.

Popis hry: Děti utvoří kruh. Kolem kruhu učitelka rozloží (v bezpečné vzdálenosti, aby nedošlo k úrazu dětí či zničení nástroje) malé rytmické nástroje z Orffova instrumentáře¹²¹. Počet nástrojů ve hře by měl odpovídat počtu dětí. Uprostřed kruhu stojí rozpočítávající (dítě nebo učitelka), při rozpočítávání chodí od jednoho k druhému. Děti v kruhu stojí na místě a doprovází rozpočítadlo hrou na tělo vyznačující metrum rozpočítadla¹²². Rozpočítávající ukazuje taktéž podle metra 2/4 taktu, nezastavuje se tak ani ve 2. taktu na slovo „tyč“ ani ve 4. taktu na slovo „pryč“ apod. Pouze v posledním taktu ukáže **jen** na 1. dobu (slovo „ven“), druhou dobu neukazuje. Děti ji ani nehrají na tělo.

Na koho padne poslední slovo, odejde z kruhu, vezme si jeden nástroj ležící na zemi a při dalším opakování rozpočítadla chodí po vnější straně kruhu a hraje rytmus nebo metrum rozpočítadla. Po každém opakování odejde z kruhu jedno dítě, takže se nám rozrůstá skupina dětí hrajících na nástroje a naopak zmenšuje se skupina dětí hrajících na tělo. Ten, kdo zůstane v kruhu jako poslední, si vezme zbylý nástroj a naposledy si všichni společně řeknou rozpočítadlo. Tím hra končí.

5.3 Pohyb v kontextu s pěveckými činnostmi

Název tématu: Šla Nanyňka do zelí¹²³

V následujícím námětu HPČ si předvedeme pohybové ztvárnění známé lidové písně Šla Nanyňka do zelí¹²⁴. Pohyb vychází z textu písně a kombinuje se zde větší počet tanečních prvků. Proto je tato činnost určeno spíše dětem starším – předškolákům.

Věková skupina: 5–6 let

Počet dětí: 2–16

¹²¹ Ozvučná dřívka, rolničky, chřestidla, bubínek, tamburína apod.

¹²² viz Příloha I/2 En, ten, tyč

¹²³ Pohybové ztvárnění písně podle V. M.

¹²⁴ viz Příloha I/3 Šla Nanyňka do zelí

Pomůcky: klavír, košíčky z papíru¹²⁵

Zaměření: pohybové ztvárnění písně vycházející z textu, pohybová průprava

Motivace: Byla jedna holčička jménem Anička. Jednoho dne ji maminka dala krásný nový košík a poslala na pole pro zelí, aby mohla uvařit dobrý oběd. Anička se ale domů vrátila s nepořízenou. Plakala a v ruce držela docela zničený košíček. Víte děti, co se Aničce přihodilo? Jedna známá písnička o tom vypráví. Víte, která? Šla Nanyňka do zelí. A my si ten příběh můžeme nejen zazpívat, ale i zatančit.

Pohybový doprovod:

Děti se rozdělí na dvě skupiny: skupina A = Nanyňky, skupina B = Pepíčkové¹²⁶.

Výchozí postavení skupiny A = děti stojí v držení za ruce ve dvojicích čelem vpřed, volná ruka v bok

Výchozí postavení skupiny B = děti stojí v hloučku, ruce v bok, natočené bokem vpřed

1. SLOKA:

1. – 4. takt (Skupina A) = poskočným krokem v držení za ruce ve dvojicích se přemístí z výchozího bodu do středu místnosti

1. – 4. takt (Skupina B) = stojí na místě, ruce v bok, na každou 1. dobu pokrčí kolena a tělem se mírně natáčí střídavě vlevo, vpravo

5. – 8. takt (skupina A) = sedne si do dřepu a napodobuje trhání zelí

5. – 8. takt (skupina B) = stejně jako 1. – 4. takt (skupina B)

9. – 10. takt (skupina A) = stejně jako 5. – 8. takt (skupina A)

9. – 10. takt (skupina B) = cval stranou ke skupině A

11. – 12. takt (skupina A) = vztyk ze dřepu, 2 kroky chůze vzad, přídup

11. – 12. takt (skupina B) = podupy na místě (napodobujeme dupání po košíčku)

13. – 16. takt (skupina A) = jedna ruka v bok, na druhé vztyčit ukazováček (naznačovat trestání)

13. – 16. takt (skupina B) = ruce v bok, poskočným krokem se otáčíme na místě

¹²⁵ Papírové košíčky si mohou vytvořit samy děti v rámci výtvarné činnosti.

¹²⁶ Nemusí být dodrženo pravidlo, že chlapci představují Pepičky a holčičky Nanyňky. Někdy je možné, že máme ve třídě zastoupené jedno pohlaví neúměrně k tomu druhému. Já nechávám volbu role zcela

2. SLOKA:

1. – 4. takt (skupina A) = ruce v bok, na každou 1. dobu pokrčí kolena a tělem se mírně natáčí střídavě vpravo, vlevo

1. – 4. takt (skupina B) = stoj na místě, na 1. dobu pokrčí kolena a natáčením rukou vpravo a vlevo naznačuje zápor

5. – 8. takt (skupina A) = stejně jako 1. – 4. takt

5. – 8. takt (skupina B) = pochoduje na místě

9. – 12. takt (skupina A) = pochoduje na místě, natáčením rukou vpravo a vlevo naznačuje zápor

9. – 12. takt (skupina B) = stoj na místě, na každou 1. dobu pokrčí kolena

13. – 16. takt (skupina A) = ruce v bok, krok poskočný v prostoru

13. – 16. takt (skupina B) = ruce v bok, krok poskočný v prostoru

5.4 Pohyb v kontextu s pěveckými činnostmi

Název tématu: Šípková Růženka¹²⁷

Tato činnost se také zaměřuje na pohybové ztvárnění vycházející z textu písně, ale pohyb při ní není tak náročný jako u předchozího námětu. Navíc se jedná o píseň pojednávající o pohádkovém příběhu, který zaujme i mladší děti.

Věková skupina: 3–6 let

Počet dětí: 7 a více

Pomůcky: korunka pro princeznu, koruna pro prince, větší šátek

Záměr: pohybové ztvárnění písně pomocí základních tanečních prvků

Motivace: Děti, chcete slyšet pohádku o jedné princezně, kterou postihla zlá kletba? Možná, že jste ji už někdy slyšeli vyprávět, ale už vám ji i někdo zpíval? Že ne, tak tedy poslouchejte, já vám tu pohádku zazpívám (viz obrázek 5)¹²⁸ a pak si ji zatančíme¹²⁹.

na dětech, zasahuji pouze v případě, že se všichni přidají k jedné skupině. V tom případě role určím s tím, že při příštím opakování písničky si děti role vymění.

¹²⁷ Kulhánková, 2013, s. 104.

¹²⁸ Obrázek 5 = in: Kulhánková, 2013, s. 104.

¹²⁹ Tato činnost je dětmi velice oblíbená. Když jsme ale na píseň tančili poprvé, naskytl se mi problém, že všechna děvčátka chtěla být Růženkou a nikdo nechtěl hrát zlou babu. Problém jsem motivačně

Popis pohybu:

Šípková Růženka

A ži - la by - la Rů - žen - ka, Rů - žen - ka, Rů - žen - ka, a
ži - la by - la Rů - žen - ka šíp - ko - vá.

A přišla jednou bába zlá, bába zlá, bába zlá,
a přišla jednou bába zlá, řekla jí:

Růženko, usni na sto let, na sto let, na sto let,
Růženko, usni na sto let, hluboko.

A rostlo trní do výše, do výše, do výše,
a rostlo trní do výše, vysoko.

A přijel jednou krásný princ, krásný princ, krásný princ,
a přijel jednou krásný princ, řekl jí:

Růženko milá, probuď se, probuď se, probuď se,
Růženko milá, probuď se ze spaní.

A byla svatba veliká, veliká, veliká,
Růženka měla ženicha jako květ.

1. sloka: Děti stojí v kruhu na místě, houpají spojenými pažemi a zpívají děj pohádky, nebo jdou po kruhu. Jedno dítě – Růženka – se pohybuje v kruhu a tanečním pohybem vyjadřuje děj. Může mít v ruce šáteček nebo míček a pohrává si s ním. Případně si Růženka poskočí, otočí se, utrhne si kytíčku, přivoní k ní, zatočí se s ní, dá si jí do vlasů atd.
2. sloka: Přichází další dítě – ježibaba. Když se vžije do role, zvolí i odpovídající držení těla a pohyby rukou. Navodíme jenom slovně atmosféru tím, že se např. zeptáme: „Jak by se pohybovala stará zlá čarodějnice?“
3. sloka: Ježibaba maluje rukama nad Růženkou kruhy – začarovává ji – a Růženka se postupně od hlavy uvolňuje – usíná, až si lehne na zem. Zároveň přecházejí do dřepu všechny děti v kruhu – usne celý zámek.
4. sloka: Od konečků prstů se děti protahují směrem vzhůru, až skončí ve stoji, paže různě v upažení nebo vzpažení v ostrých tvarech – jako trní.
5. sloka: Poskoky nebo přeskoky „přijíždí“ další dítě – princ – a malíkovou hranou ruky seká jako mečem do keřů, které se postupně podle jeho naznačeného seknutí zlomí nebo ohnou; na další seknutí spadnou na zem.
6. sloka: Princ se nakloní k Růžence, pohládí ji a Růženka se probudí. Princ Růženku (jako) „posadí před sebe na koně“ a odjíždějí do princova zámku.
7. sloka: Slaví se velká svatba a všichni tancují. Někdo tancuje sám, některé děti se domluví a utvoří dvojice nebo i trojice, případně si předem připraví, jak budou na svatbě tancovat.

Obrázek 5 Šípková Růženka

5.5 Hudebně pohybová hra

Název tématu: Na žabičky¹³⁰

Hra Na žabičky patří mezi dětmi k jedné z nejoblíbenějších. Jedná se o pohybovou hru, při níž děti reagují změnou pohybu na signál v podobě pauzy v hudebním doprovodu.

Věková skupina: 2,5–6 let

Počet dětí: 3 a více

vyřešila tím, že ta, která bude hrát babu, bude při dalším opakování písně hrát princeznu. Tato motivace výborně zabrala a pro příště byly role rozděleny bez jakýchkoli problémů a dohadů.

¹³⁰ Námět činnosti V. M.

Pomůcky: dvě větší žíněnky, klavír či jiný hudební nástroj (možno nahradit reprodukcí hudbou)

Zaměření hry: reakce pohybem na změnu v hudebním doprovodu

Motivace: Je jaro, zvířátka se probudila ze zimního spánku, všichni vylézají ze svých úkrytů a tak tomu je i u žabiček, které vyskakují z rybníčku a poskakují si po břehu a nastavují se sluníčku. Kolem rybníčka se rozléhá hlasité kvákání – žabí koncert. S příchodem jara se ale z teplých krajín vrací i žabí nepřítel – čáp. Pozor žabky, honem se před ním schovávají zpátky do rybníčka.

Popis hry: Uprostřed místnosti rozložíme žíněnky (rybník), děti (žabičky) při hudebním doprovodu písně Žabka Chlubilka¹³¹ poskakují nejprve ve vzporu dřepmo (později se pohyby mohou různě modifikovat) kolem žíněnky. V momentu, kdy přestane hudba hrát, musí děti co nejrychleji naskákat na žíněnky (k rybníku přilétá čáp a žabky se před ním musí schovat). Čápa představuje učitelka popřípadě dítě, které nechce hrát žabku a chůzi kolem žíněnky kontroluje, zda jsou opravdu všechny děti celým tělem na žíněnce. Chůzi doprovází tleskáním předpažených rukou, naznačující klapání čapího zobáku. Pokud je některé z dětí čápem chyceno, jde si odpočinout stranou. Po chvíli čáp odlétá a žabky opět vyskakují z rybníčku. Hra se opakuje.

5.6 Pohyb v kontextu s hudebním doprovodem, pohybová improvizace

Název tématu: Baobaby¹³²

V této činnosti děti využívají improvizovaného pohybu na skladbu Vzpomínka¹³³. Improvizace dětí je usměrňována pouze slovní motivací, která je přivede na pohyby představující růst stromu, z malého klíčku až po obrovskou korunu velikého stromu baobabu.

Věková skupina: 4–6 let

¹³¹ viz Příloha I/4 Žabka Chlubilka

¹³² Zpracováno podle námětu z 15. letního kurzu HUDBA A DOBRODRUŽSTVÍ, pořádaného Českou orffovou společností, ve dnech 4. 7. – 8. 7. 2016, v ZUŠ Bedřicha Smetany, Doubravka, Zábělská ulice 25, Plzeň. Aktivita byla uvedena v dílně pohybu vedené Kateřinou Liskovou.

¹³³ Vzpomínka. In: Youtube.com [online]. 2016 [cit. 2017-02-06]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=6JTdxF7rCug>.

Počet dětí: různý

Pomůcky: CD přehrávač, CD Sluneční orchestr¹³⁴, obrázek baobabu¹³⁵

Zaměření: poslech hudby a její vyjádření pohybem

Motivace: Znáte děti pohádku Malý princ¹³⁶? V té pohádce se setkává docela malý princ s pilotem letadla, který havaroval v poušti. Malý princ mu vypráví, jak se v poušti ocitl on, že spadl z jedné planety, kde byl na návštěvě. Také mu říkal, že on sám pocházel z planety, na které rostou velikánské stromy jménem baobaby. Ty stromy jsou tak veliké, že jejich kořeny prorostly celou planetou a koruny stromů dosahují až k okraji další planety. A víte, z čeho může takový velký strom vyrůst? Z úplně obyčejného semínka, které se zasadí do půdy. My si na ty stromy teď zahrajeme a budeme postupně z toho semínka vyrůstat.

Popis pohybu: Pohyb vychází z podporu na předloktích klečmo sedmo¹³⁷, (malé semínko), pomalu zvedáme jednu ruku, druhou ruku (první výhonky si prorážejí cestu na sluníčko), ruce různě kroutíme do stran, postupně zvedáme hlavu a kulatě rolujeme záda do kleku sedmo, (roste nám kmen stromu). Kroutivými pohyby trupu ze strany na stranu a pohyby rukou (větví) představujeme jak do nás (stromů) fouká vítr. Pomalu se dostáváme přes klek do vzporu dřepmo, natahujeme nohy, z předklonu se obrateli po obratli zvedáme, poslední se napřímí hlava (vyrostl nám celý strom) – gradace skladby. Stále napodobujeme pohyby větví ve větru. Přichází zklidnění skladby: ze stromů vylétnou motýlci a ptáčci. Děti se záhy změní na poletující motýlky a ptáčky. Drobným během se proplétají v prostoru třídy, pažemi napodobují pohyb křídel a třepetají prsty. S koncem skladby usedají na koberec (květ).

¹³⁴ Sluneční orchestr. *Sluneční Orchestr*: [CD]. 1995. č. 1. Vzpomínka 3:48.

¹³⁵ viz Příloha I/5 Motivační obrázky ke hře Baobaby

¹³⁶ SAINT-EXUPÉRY, Antoine de. *Malý princ*. Ilustroval Vladimír FUKA, přeložil Richard PODANÝ. V Praze: Albatros, 2015. ISBN 978-80-00-04036-3.

¹³⁷ Polohy k popisu pohybu viz Příloha I/6 Cvičící polohy

ZÁVĚR

Tato bakalářská práce je zaměřena na hudebně pohybové činnosti (dále jen HPČ) v předškolním vzdělávání a jejich uplatnění v Mateřské škole Drmoul.

V úvodních kapitolách práce jsem se věnovala významu HPČ a sbírala teoretické znalosti z odborných knih zabývajících se hudebně pohybovými činnostmi. Také jsem se zaměřila na způsoby motivace, které lze při realizaci HPČ s dětmi využít.

Ve třetí kapitole jsem s pomocí odborné literatury rozčlenila HPČ do jednotlivých kategorií, a to následovně: pohybová a taneční průprava, elementární pohyb s rytmickou deklamací, pohyb v kontextu s hudebním doprovodem, pohyb v kontextu s pěveckými činnostmi a hudebně pohybové a taneční hry. Každou uvedenou kategorii jsem pak podrobně rozpracovala a dokladovala ji příklady konkrétních témat aktivit v přílohovém materiálu práce.

Čtvrtou kapitolu jsem zacílila přímo na hudebně pohybové činnosti realizované v Mateřské škole Drmoul, a to především ve třídě Kuřátek. Školu jsem zde stručně představila a věnovala se obsahu vzdělávání ŠVP PV s názvem Křížem, krážem kalendářem z pohledu propojení s HPČ. Po analýze ŠVP PV jsem zjistila, že očekávané výstupy z něj vyplývající, lze prostřednictvím HPČ naplňovat v rámci každého integrovaného bloku, ovšem mezi navrhovanými činnostmi v ŠVP PV je z oblasti HPČ zmíněna pouze omezená nabídka. Z rozhovorů, které jsem vedla s kolegyněmi, však jasně vyplynulo, že přes tyto nedostatky v ŠVP PV, jsou HPČ každodenní součástí TVP PV v obou třídách školy. Nejčastěji jsou z HPČ využívány: hra na tělo, hudebně pohybové hry, pohybová průprava či pohybové ztvárnění písně. Ve třídě Kuřátek jsou HPČ rozšířeny navíc o pohybovou improvizaci a práci s hudebními kontrasty. Dále jsem se v kapitole v rámci MŠ Drmoul zmínila o možnostech uplatnění HPČ, a to jak během dne ve třídě Kuřátek, tak také při mimotřídní činnosti v hudebně pohybovém kroužku, který vedu.

Praktickou část práce pak tvoří vlastní i zčásti převzaté metodické náměty pro hudebně pohybové činnosti. Tyto metodické náměty byly vytvořeny na základě zkušeností z vlastní praxe při práci s dětmi předškolního věku, a jsou voleny tak, aby zastupovaly každou složku HPČ zmíněnou v bakalářské práci.

Psaní této práce pro mě bylo velkým přínosem. Získala jsem cenné poznatky a vědomosti vztahující se k problematice hudebně pohybové výchovy na MŠ. Načerpala jsem mnohé další náměty k činnostem a objevila některé nové možnosti, jak s dětmi

hudebně pohybové činnosti realizovat. Veškeré získané poznatky tak mohu využít při mé další práci s dětmi. Věřím, že tato práce může být přínosem i dalším kolegům, kteří by si chtěli rozšířit poznatky v oblasti hudebně pohybové výchovy. Práce může posloužit také jako malá ukázka mnoha možností, jak zakomponovat HPČ do předškolního vzdělávání dětí, či jako inspirační zdroj k tvorbě vlastních námětů činností. Vždyť právě kreativita a tvořivost je nedílnou součástí práce každého pedagoga, neboť: „...*chodit bez rizika cestami, které už před námi ze zvyku zvolily tisíce jiných, je pro budoucnost nás všech neplodné. Vydejte se i cestičkami, kde kvete a voní něco nového a nezvyklého. Může to být krásné dobrodružství, jen se nechat zlákat.*“ (Jurkovič, 2012, s. 130).

RESUMÉ

Tato práce se zabývá hudebně pohybovými činnostmi dětí předškolního věku a dále jejich uplatněním na konkrétní Mateřské škole Drmoul. Teoretická část obsahuje seznámení s odbornou literaturou týkající se hudebně pohybových činností a následné dělení těchto činností na jednotlivé kategorie hudebně pohybové výchovy. Další část práce je věnována Mateřské škole Drmoul a zjišťování, v jaké míře se zde uplatňují hudebně pohybové činnosti především pak ve třídě Kuřátek či v jiných mimotřídních aktivitách školy. Praktická část je zaměřena na metodické náměty hudebně pohybových činností. Jedná se o šest námětů činností, které byly vytvořeny na základě zkušeností z vlastní praxe.

SUMMARY

This bachelor thesis is concerned with preschool children's activities in the field of moving and music activities focussed on the Nursery school in Drmoul. The first part of the work presents specialized literature about moving and music activities and then categorization of those activities within the education. The next part concentrates on the Nursery school in Drmoul. This part has described and evaluated the level of using the moving and music activities focussing on the class called „Chicks“, and also their usage during the out-of-class activities. The practical part is orientated on the methods and ways of moving and music activities. There are six kinds of activities which were created and used on the basis of my own experiences with the children.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY A PRAMENŮ

1. BERDYCHOVÁ, Jana. Třídění her a jejich výchovné využití. In: BĚLINOVÁ, Ludmila a kol. *Pedagogika předškolního věku: učební text pro I. - IV. ročník středních pedagogických škol*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1980.
2. D'ANDREA, Floriana. *Rozvíjíme hudební vnímání a vyjadřování*. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-232-7.
3. DVOŘÁKOVÁ, Hana. *Pohybové činnosti v předškolním vzdělávání*. Vyd. 2. Praha: Raabe, 2011. ISBN 978-80-86307-88-6.
4. DVOŘÁKOVÁ, Hana. *Pohybem a hrou rozvíjíme osobnost dítěte*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-819-7.
5. HOLAS, Milan. *Malý slovník základních pojmů z hudební pedagogiky a hudební psychologie*. Praha: Akademie múzických umění, 2001. ISBN 80-85883-79-1.
6. HURDOVÁ, Eva, Marie TETOUROVÁ a Pavel JURKOVIČ. *Hrajeme si ve školce*. Ilustrovala Edita PLICKOVÁ. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0507-4.
7. JASANOVÁ, Nadja. *Hudba, pohyb, kresba, slovo*. Vyd. 2. Praha: Svojtka a Vašut, 1992. ISBN 80-8552-08-3.
8. JENČKOVÁ, Eva. *Hudba a pohyb ve škole*. Vyd. 2. Hradec Králové: Tandem, 2005. ISBN 80-903115-7-1.
9. JENČKOVÁ, Eva. *Hudební žerty s Mikulášem a čerty 2. díl*. Hradec Králové: Tandem, 2003. 46. s., Hudba v současné škole. ISBN 80-903115-1-2.
10. JENČKOVÁ, Eva. *Muzika od potoka*. Hradec Králové: Tandem, 2014. Hudba v současné škole. s. 23. ISBN 978-80-86901-23-7.
11. JISTEL, Petr a kol. *Kolotoč her, písní a říkadel*. Ilustrovala Petra ŠALANSKÁ, Vyd. 2. Praha: Muzikservis, 2001. ISBN 80-86233-13-8.
12. JURKOVIČ, Pavel. *Od výkřiku k písničce*. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-7367-750-3.
13. KODEJŠKA, Miloš. *Integrativní hudební výchova dítěte předškolního věku*. Praha: Univerzita Karlova – Pedagogická fakulta, 2002. ISBN 80-7290-080-3.
14. KULHÁNKOVÁ, Eva. *Hudebně pohybová výchova: metodická příručka pro hudební výchovu ve škole*. Ilustroval: Patricie KOUBSKÁ. Vyd. 3. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-730-5.

15. KULHÁNKOVÁ, Eva. *Písničky a říkadla s tancem*. Ilustroval: Patricie KOUBSKÁ. Vyd. 5. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0994-2.
16. KULHÁNKOVÁ, Eva. *Taneční hry s písničkami: od 4 let do 9 let*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2015. ISBN 80-7367-108-5.
17. KURKOVÁ, Libuše. *Hudebně pohybové hry v mateřské škole: učebnice pro 3. ročník studijního oboru Učitelství pro mateřské školy na středních pedagogických školách*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1989.
18. LIŠKOVÁ, Marie. *Hudební činnosti pro předškolní vzdělávání*. Vyd. 2. Praha: Raabe, 2006. ISBN: 80-86307-26-3.
19. LIŠKOVÁ, Marie. *Zpíváme si s dětmi*. Praha: Grada Publishing, 2005. ISBN 80-247-0855-8.
20. MIŠURCOVÁ, Věra. *Hry se zpěvem*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1958.
21. NOSKOVÁ, Kateřina. *Rozvoj citění u dětí předškolního věku (s akcentací Metody dobrého startu)*. Plzeň, 2015. Bakalářská práce. Západočeská univerzita v Plzni. Vedoucí práce: PhDr. Štěpánka Lišková, Ph.D.
22. NOVÁKOVÁ, Eliška. *Literatura pro HV v MŠ po roce 2010 (průzkum trhu včetně reedic)*. Plzeň, 2015. Bakalářská práce. Západočeská univerzita v Plzni. Vedoucí práce PhDr. Štěpánka Lišková, Ph.D.
23. SAINT-EXUPÉRY, Antoine de. *Malý princ*. Ilustroval Vladimír FUKA, přeložil Richard PODANÝ. V Praze: Albatros, 2015. ISBN 978-80-00-04036-3.
24. SMOLÍKOVÁ, Kateřina. *Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání*. Praha: Výzkumný ústav pedagogický, 2010. ISBN 80-87000-33-5.
25. STRNADOVÁ, Karla a Jiří ZEZULA. *Hudební výchova v mateřské škole: dílčí metodická příručka k programu výchovné práce pro mateřské školy*. Praha: Naše vojsko, 1988.
26. ŠIMANOVSKÝ, Zdeněk. *Hry s hudbou a techniky muzikoterapie ve výchově, sociální práci a klinické praxi*. Vyd. 4. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-928-6.
27. ŠIMANOVSKÝ, Zdeněk a Alena TICHÁ. *Lidové písničky a hry s nimi*. Vyd. 5. Praha: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-1070-2.
28. TICHÁ Alena a Milena RAKOVÁ. *Zpíváme a hrajeme si s nejmenšími: od narození do 8 let*. Vyd. 3. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0629-3.

29. VÁCHOVÁ, Alena. Třídní vzdělávací program. In SVOBODOVÁ, Eva. *Vzdělávání v mateřské škole: školní a třídní vzdělávací program*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-774-9.
30. VOLFOVÁ, Hana a Ilona KOLOVSKÁ. *Předškoláci v pohybu 2*. Praha: Grada Publishing, 2009. ISBN 978-80-247-2748-6.
31. VOLFOVÁ, Hana. *Rozcvičky v mateřské škole I*. Pedagogické centrum Plzeň, 1998, ISBN 80-7020-066-9.
32. ZEZULA, Jiří a Olga JANOVSÁ. *Hudební výchova v mateřské škole: (metodika): učebnice pro 2. až 4. Ročník studijního oboru Učitelství pro mateřské školy na středních pedagogických školách i pro praxi učitelek mateřských škol*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1987.

ELEKTRONICKÉ ZDROJE:

1. *Baobab 1*. In: Ekozahrada.blog.cz [online]. Aleš Masner, 2012 [cit. 2017-02-12]. Dostupné z: <http://ekozahrada.blog.cz/1205/baobab-strom-zivota>.
2. *Baobab 2*. In: *Wikipedia: the free encyclopedia* [online]. San Francisco (CA): Wikimedia Foundation, 2001 [cit. 2017-02-10]. Dostupné z: <https://cs.wikipedia.org/wiki/Baobab>.
3. *Obec Drmoul* [online]. 2017 [cit. 2017-02-10]. Dostupné z: <http://www.obecdrmol.cz/o-obci/z-historie-obce/>.
4. *Vzpomínka*. In: Youtube.com [online]. 2016 [cit. 2017-02-06]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=6JTdxF7rCug>.

OSTATNÍ ZDROJE:

1. Školní vzdělávací program předškolního vzdělávání Křížem, krážem kalendářem MŠ Drmoul, 2015.
2. Třídní vzdělávací program předškolního vzdělávání třídy Kuřátek, MŠ Drmoul, 2017.

SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek 1 Chůze, běh	39
Obrázek 2 Kočka leze dírou.....	40
Obrázek 3 Úryvek říkadla Kočičí bál	41
Obrázek 4 Proč myši tancovaly.....	42
Obrázek 5 Šípková Růženka	48

SEZNAM TABULEK

Tabulka 1 Očekávané výstupy a navrhované činnosti ze ŠVP PV Křížem, krážem kalendářem v kontextu s hudebně pohybovými činnostmi 33

Tabulka 2 Příklady konkrétních témat k HPČ z TVP PV třídy Kuřátek k vybraným IB..... 36

PŘÍLOHY

SEZNAM PŘÍLOH

SEZNAM PŘÍLOH.....	i
Přílohy A: Ukázky z odborné literatury (ke kap. 1.2).....	iii
Příloha A/1 Hudební výchova v mateřské škole (Zezula, Janovská) ...	iii
Příloha A/2 Hudebně pohybové hry v mateřské škole (Libuše Kurková)iv	iv
Příloha A/3 Hudební činnosti pro předškolní vzdělávání (Marie Lišková).....	v
Příloha A/4 Hudba a pohyb ve škole (Eva Jenčková).....	vi
Příloha A/5 Od výkřiku k písničce (Pavel Jurkovič).....	vii
Příloha A/6 Pohybové činnosti v předškolním vzdělávání (Hana Dvořáková).....	viii
Příloha B: Lokomoční dovednosti a taneční kroky (ke kap. 3).....	ix
Příloha B/1 Lokomoční dovednosti	ix
Příloha B/2 Základní taneční kroky	x
Přílohy C: Hry k rytmické deklamaci (ke kap. 3.2 a kap. 4.3.1)	xi
Příloha C/1 Příklady her k rytmické deklamaci slov a sousloví	xi
Příloha C/2 Příklad hry na tělo kombinací pohybů.....	xii
Příloha C/3 Příklad rytmizace hádanky vícehlasem.....	xiii
Přílohy D: Hry k výrazovým prostředkům v hudbě (ke kap. 3.3)	xiv
Příloha D/1 Hra Šneček a myška.....	xiv
Příloha D/2 Hra Na sochy	xv
Příloha D/3 Hra Čerti z pekla	xvi
Příloha D/4 Píseň Mráček a dráček	xvii
Přílohy E: Hudebně pohybové a taneční hry (ke kap. 3.5)	xviii
Příloha E/1 Hra Na konopky	xviii
Příloha E/2 Hra Zlatá brána	xix
Příloha E/3 Hra Na mák.....	xx
Příloha E/4 Hra Na trnky	xxi
Příloha E/5 Hra Na molekuly.....	xxii
Příloha E/6 Hra Dva kruhy	xxii
Příloha E/7 Hra Orchestr.....	xxiii

Příloha F: Materiální vybavení třídy Kuřátek pro hudebně pohybové činnosti (ke kap. 4.1.1)	xxiv
Přílohy G: Materiály, z kterých bylo čerpáno (ke kap. 4.2)	xxv
Příloha G/1 Ukázka ŠVP PV Křížem, krážem kalendářem MŠ Drmoul.....	xxv
Příloha G/2 Rozhovor s učitelkami na Mateřské škole Drmoul zaměřený na začlenění HPCČ do TVP PV	xxvii
Příloha G/3 Ukázka z TVP PV třídy Kuřátek.....	xxxi
Přílohy H: Náměty k hudebně pohybovým činnostem v průběhu dne (ke kap. 4.3.1)	xxxii
Příloha H/1 Volací motivky k rannímu kruhu	xxxii
Příloha H/2 Houbičková rozcvička	xxxiii
Příloha H/3 Protahovací cviky	xxxv
Přílohy I: Notové záznamy a obrázky k metodickým námětům pro hudebně pohybové činnosti (ke kap. 5)	xxxvi
Příloha I/1 Prší, prší	xxxvi
Příloha I/2 En, ten, tyč.....	xxxvi
Příloha I/3 Šla Nanyinka do zelí.....	xxxvii
Příloha I/4 Žabka Chlubilka.....	xxxviii
Příloha I/5 Motivační obrázky ke hře Baobaby	xxxix
Příloha I/6 Cvičící polohy	xl

Přílohy A: Ukázky z odborné literatury (ke kap. 1.2)

Příloha A/1 Hudební výchova v mateřské škole (Zezula, Janovská)

Děti 3 – 4 leté				
ÚKOL	HRY	ZAMĚSTNÁNÍ	POBYT VENKU	ODPOLEDNÍ ČINNOSTI
<p>Poznávat zvuky v přírodě a pomocí citoslovcí je napodobovat. Podněcovat děti k nápodobě hlasů zvířat, motivů z pohádek a příběhů.</p> <p>Zaujmout pozornost dětí zpěvem písní a hrou na hudební nástroj.</p> <p>V pohybových hrách s říkadlem a s písní podněcovat děti k rozvoji přirozených pohybů (chůze, běh) a k pravidelným motivovaným pohybům paží, hlavy, trupu.</p> <p>Vést děti k rytmické deklamaci a postupně i k melodizaci slovních celků a krátkých říkadlových melodií v přirozeném tónovém prostoru sestupné malé tercie (<i>sol-mi</i>).</p>	<p>Napodobovat hlasy zvířat při hře s plošnými loutkami (např. Jak ptáci volají – Vrabec, Kukačka, Dudek).</p> <p>Poslech písní: Kampak, kukačko, Foukej, foukej, větríčku aj.</p> <p>Rytmizace slov a soustřídání slovních hodnoty — např. Vrána letí).</p>	<p>Podněcovat děti k rozvoji chůze a běhu v hudebně pohybových hrách (Na hada, Na zajíčka) a při motivovaných pohybech (ve hře Na zvony a zvonky).</p> <p>Rytmizace slov a soustřídání (v hrách Slunce probouzí květiny, Hrajeme si na zvířátka).</p> <p>Rytmicko-melodická práce se slovy a souslo-</p>	<p>Poznávat zvuky (např. auta, strojů, hlasy ptáků) a napodobovat je.</p>	<p>Podněcovat děti k nápodobě hlasů zvířat (Hrajeme si na zvířátka).</p> <p>Poslech písní o zvířatech (hra na zobcovou flétnu):</p> <p>Řetězové rytmicko-melodické hry.</p>
		vímí, říkadlo (Kampak, kukačko, Bum, bum na vrata, Ptáci).		
Děti 4 – 5 leté				
ÚKOL	HRY	ZAMĚSTNÁNÍ	POBYT VENKU	ODPOLEDNÍ ČINNOSTI
<p>Učit děti rozlišovat a napodobovat nehuďbní zvuky, mluvní i zpěvní projev učitelky; upevňovat pěvecké dovednosti v písních a říkadlových melodiích tří až pětitónových. Pečovat o rozvoj přirozeného zpěvního projevu dětí.</p> <p>Rozlišovat hudební nástroje, s nimiž se děti seznámily v nejmladší věkové skupině. Zaujmout pozornost dětí zpěvem písní a hrou na hudební nástroje (klavír, housle, zobcová flétna, kytara, nástroje dětského instrumentáře aj.).</p>	<p>Poznej, kdy si zpíváme a kdy mluvíme: rytmicko-melodické hry s různými slovy a s říkadlovým textem (<i>sol-mi-re-do</i>, např. Vráno, vráno, Cibulenka).</p>	<p>Opakovat písně (podle plánu z předcházejícího roku) s pohybovými prvky a s instrumentálním doprovodem.</p> <p>Poslech a zpěv písní zahranych na housle, na zobcovou flétnu; zpěv s doprovodem bubinku. Pohybové reagování na hudební motivy.</p>	<p>Rozlišovat a napodobovat zvuky v přírodě a v prostředí (auta, stroje, ptáci, zvířata).</p>	<p>Poslech hudební pohádky se zpívanými motivy — nápodoba (např. O veliké řepě, Jak vrabci cestovali).</p> <p>Poslech písní s přírodní tematikou (např. Šel zahradník, Pod naším okýnkem). Zpěv učitelky a hra na zobcovou flétnu, na klavír, na housle.</p>

Obrázek 1 Hudební výchova v mateřské škole (Zezula, Janovská, 1987, s. 216–217)

Příloha A/2 Hudebně pohybové hry v mateřské škole (Libuše Kurková)



Ukazujeme palečkem nohy (sun vpřed, stranou)

Děti stojí rovně a klidně. Střídavě sunou pravou a levou nohu vpřed, jako by chtěly před sebou na podlaže něco ukázat.

Totéž provádíme vpravo a vlevo stranou.

Hrajeme si na gumové panáčky (podřepy)

Děti stojí zpříma, paty mají u sebe a přitom pérojí měkce v kolenou. (Při pohybu se nepředklánějí, pánev směřuje stále kolmo dolů.)

Skáče z místa

Hrajeme si na zajičky (skoky ve dřepu se vzporem)

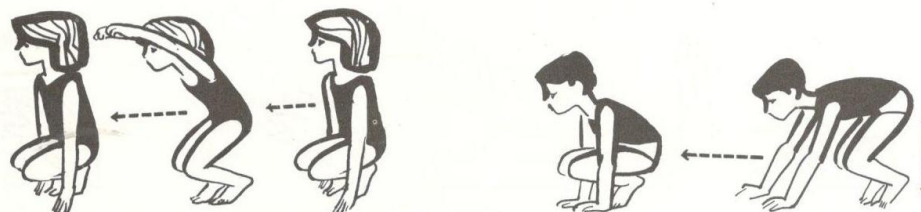
Děti jsou připraveny ve dřepu, paty mají u sebe, rukama se lehce opírají o zem. Pohybovat se začnou tím, že ruce posunou poněkud kupředu, opřou se o ně, potom se odrazí a doskočí blíže k nim. Opět ruce posunou vpřed, odrazí se a doskočí dále kupředu. Tak skáčou stále dál volně v prostoru.

Hrajeme si na žabky (obměna výše uvedených skoků)

Děti jsou připraveny ve dřepu, opírají se lehce rukama o zem. Při prvním skoku se odrazí poněkud šikmo vzhůru vpřed a paže také vymrští obloukem šikmo nahoru. Když dopadnou na zem, opřou se opět lehce rukama o zem.

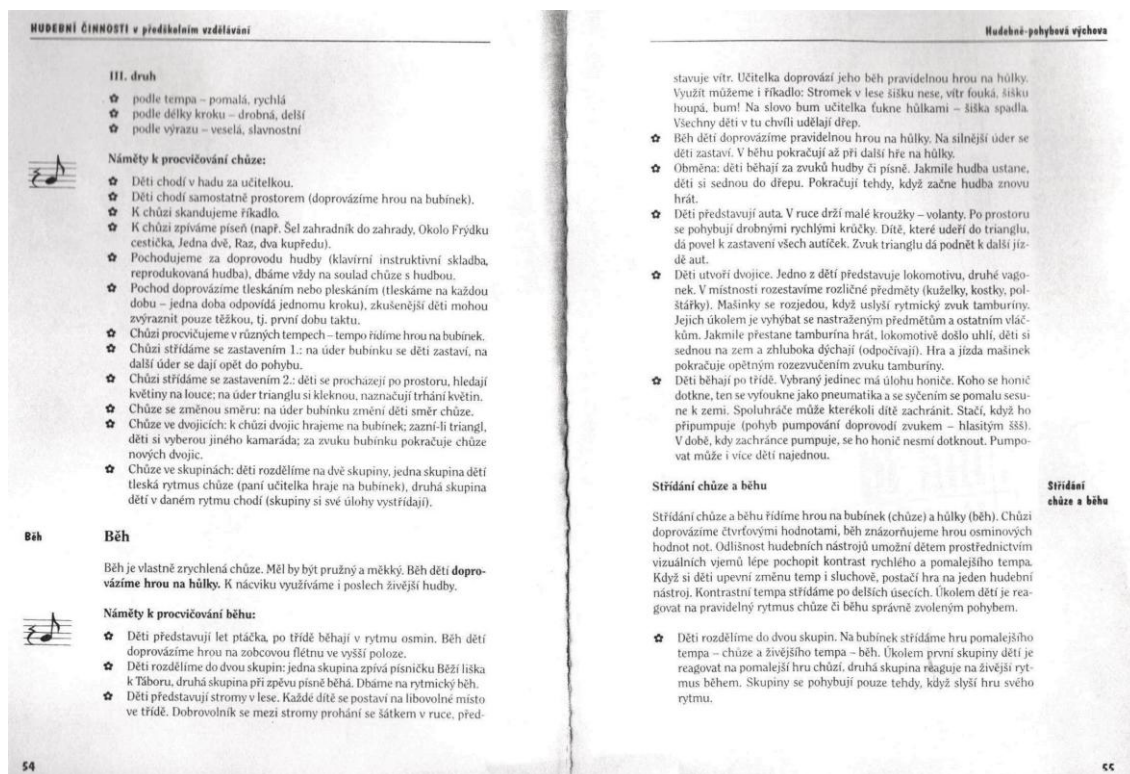
ABYCHOM MĚLI PAŽE LEHKÉ JAKO MOTÝLÍ KŘÍDLA

K celkovému estetickému pohybu patří také kultivovaný pohyb paží. Děti je často mají křečovitě napnuté, proto se nejprve zaměříme na jejich uvolnění. Teprve potom je možné usilovat o stále plastičtější, jemnější a lehčí pohyb.



Obrázek 2 Hudebně pohybové hry v mateřské škole (Kurková, 1989, s. 25)

Příloha A/3 Hudební činnosti pro předškolní vzdělávání (Marie Lišková)



Obrázek 3 Hudební činnosti pro předškolní vzdělávání (Lišková, 2006, s. 54–55)

Příloha A/4 Hudba a pohyb ve škole (Eva Jenčková)

Pravidla správného držení těla

1. Správné držení ramen

Ramena se nesmějí zvedat, ale musí být volně spuštěna celou svou vahou, nikoli však klesat ochable dopředu. Správné provedení lze motivovat představou hvězdičky na prsní kosti se slovy: *Rozsvítíme hvězdičku*. Několikrát s dětmi zopakujeme přechod z ochablého držení ramen do správného, empatický pohyb může probíhat se změnou rolí hadrového panáčka a loutky s vodícími drátky.

2. Správné držení hlavy

Hlava se drží zpřímá, co nejvíc vytažena z temene. Brada přitom míří dopředu, nesmí se zvedat vzhůru ani tisknout ke krku. Cvičení tahu hlavy z temene mohou děti doprovázet empatickým pohybem ruky, jako by natahovaly drátek loutky: *Kašpárek se rozhlíží*. Ověření nesprávného držení hlavy naopak zvýrazníme tlakem dlaně na temeno s pocitem *těžké cihly* na hlavě. Při tomto cvičení již dbáme na koordinaci správného držení ramen.

3. Správné držení zad

Záda mají být vzpřímená, protažená zdola směrem vzhůru. Při cvičení pozorujeme s dětmi rozdíl mezi pohodlně ohnutými zády dopředu a zády krásně protaženými. Správné postavení zad lze cvičit z mírného předklonu s plynulým zvedáním a protažením vzhůru. Starší děti mohou tento pohyb spojit s představou *crescenda*, které se zvolna rozevívá od křížové kosti až k temeni hlavy, samozřejmě nejlépe s hudebním doprovodem. Menším dětem dopřejeme pocit protažených zad představou *trhání ovoce* či *věšení prádla* s navazujícím výponem a vzpažením, opačný pocit si mohou zkusit schoulením zad podle *kočky stočené v klubičku*. Vědomě správné držení zad je třeba spojit se sebekontrolou postavení hlavy a ramenou.

Příloha A/5 Od výkřiku k písničce (Pavel Jurkovič)

Pohyb podle písně (Václav Fischer):

Děti v zástupu znázorňují pohyb vláčku. První dítě má levou ruku v bok, ostatní mají levou ruku vždy na rameni předchozího dítěte. Prave paže opisují v rytmu cvičení podél pravého boku bočné kroužky, znázorňující pohyb kol (vždy jeden celý kroužek na dva kroky). Zástup se pohybuje vpřed krátkými klusovými kroky – na první a druhý verš každé sloky vždy po čtyřech krocích, na třetí až šestý verš (v textu vyznačeno repeticí) vždy po třech krocích. Vláček se zatáčí a může si na povel i zahoukat. (Je možno provádět i na místě.) Můžeme popřípadě rozdělit děti na dvě skupiny, z nichž jedna představuje vláček (pouze se pohybuje, ale nezpívá), kdežto druhá přihlíží a zpívá; za chvíli se obě skupiny vystřídají.

» VLÁČEK

Hudba Petr Eben
Text Václav Fischer

Vesele, živě

Je - de, je - de bez síl - ni - ce,
ne - ve - dou ho ko - lej - ni - ce, je - de vlá - ček, vlak ma - lých
ba - to - lat, je - de vlá - ček, vlak ma - lých ba - to - lat.

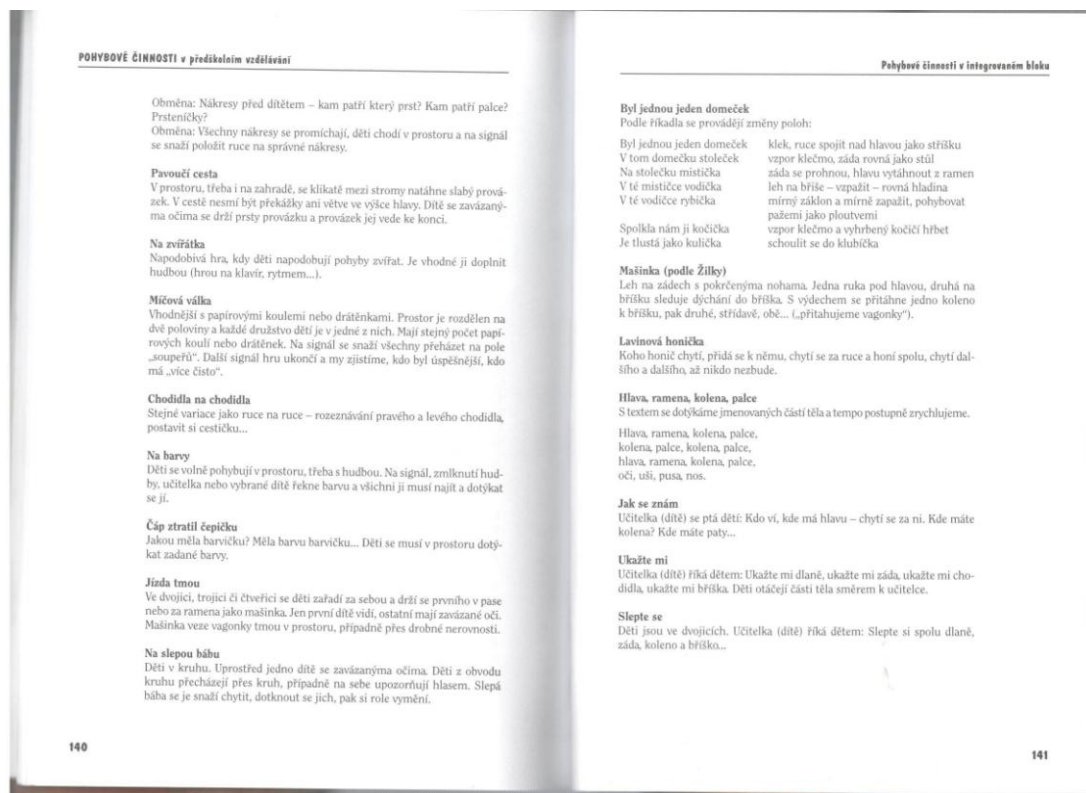
Mašinka je učitelka,
jede vpředu, že je velká.
/: Vzadu Anička,
že je maličká.:/

Jede, jede, nemá kola,
nic mu cestou neodolá.
/: Nebo je to drak?
A teď, babo, rad!./

53

Obrázek 5 Od výkřiku k písničce (Jurkovič, 2012, s. 53–54)

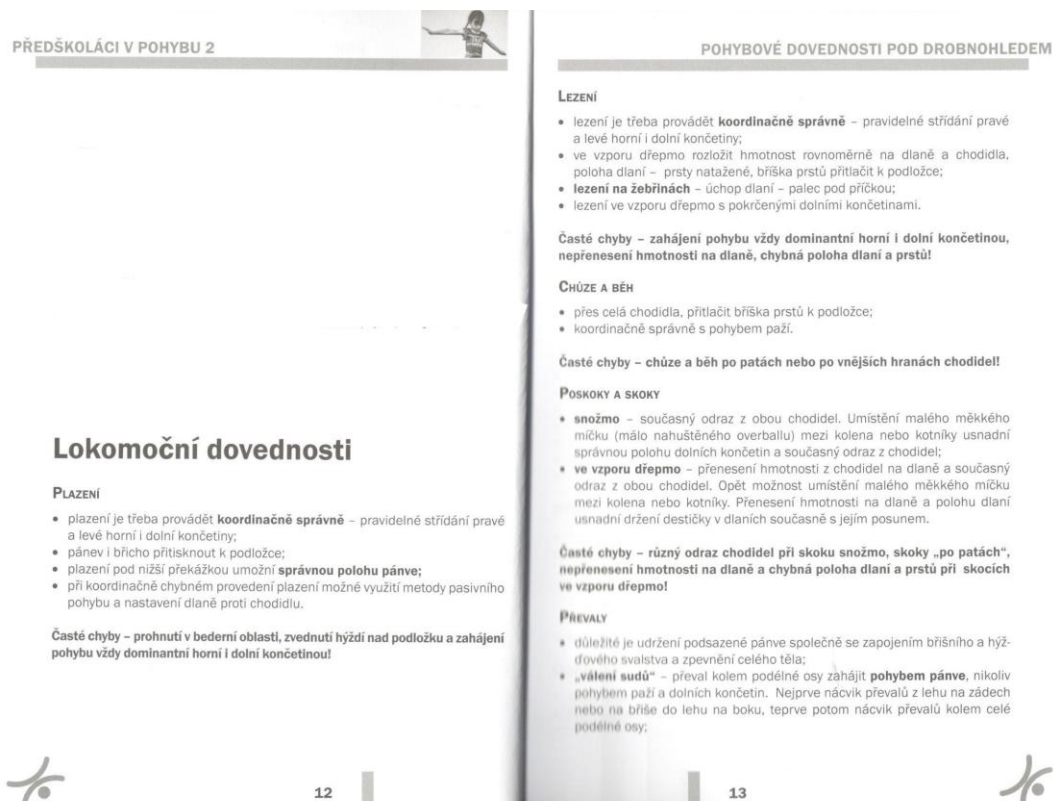
Příloha A/6 Pohybové činnosti v předškolním vzdělávání (Hana Dvořáková)



Obrázek 6 Pohybové činnosti v předškolním vzdělávání (Dvořáková, 2011, s. 140–141)

Příloha B: Lokomoční dovednosti a taneční kroky (ke kap. 3)

Příloha B/1 Lokomoční dovednosti



Obrázek 7 Lokomoční dovednosti (Volfová, Kolovská, 2009, s. 12–13)

Přílohy C: Hry k rytmické deklamaci (ke kap. 3.2 a kap. 4.3.1)

Příloha C/1 Příklady her k rytmické deklamaci slov a sousloví

Hra **Na ozvěnu**. Je založena na opakování hudebního podnětu. Děti opakují vytleskávání rytmu slov po učitelce.

učitelka: děti: učitelka: děti: učitelka: děti: učitelka: děti:

čáp čáp koč-ka koč-ka o-več-ka o-več-ka vla-što-vič-ka vla-što-vič-ka

Obrázek 9 Hra na ozvěnu (z vlastního archivu V. M.)

Hra **Velký – malý** (rozšířená verze předchozí hry „Na ozvěnu“ s obměnou odpovědi). Učitelka vytleská slova, děti v odpovědi slova zdrobňují a pleskají jejich rytmus. Ve hře se tak střídají čtvrté a osminové hodnoty.

učitelka: koč-ka ov-ce pra-se krá-va

děti: ko-čič-ka o-več-ka pra-sát-ko kra-vič-ka

Obrázek 10 Hra Velký – malý (z vlastního archivu V. M.)

In: Zezula, Janovská, 1987, s. 33 – 34

Hra **Rytmický řetěz**. Dvě slova „bílá kočička“ posíláme v kruhu dál. Každý je vysloví a současně zatleská. Obměna: Tatáž slova můžeme předvést jinak „bílá“ plesknout na kolena a „kočička“ tlesknout na ruce. Nebo lze vymyslet jiné kombinace s pohyby hlavy, ramen, rukou apod.

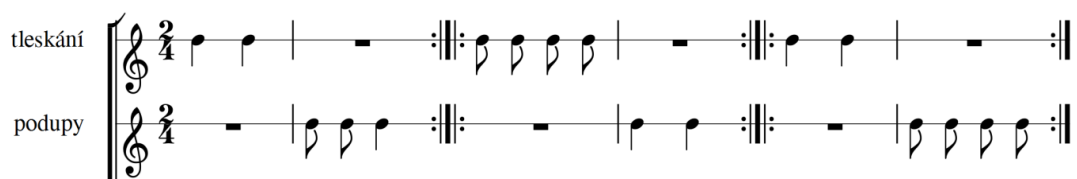
tleskání

bí - lá ko - čič - ka

Obrázek 11 Rytmická deklamace sousloví (z vlastního archivu V. M.)

In: Kulhánková, 2010, s. 25.

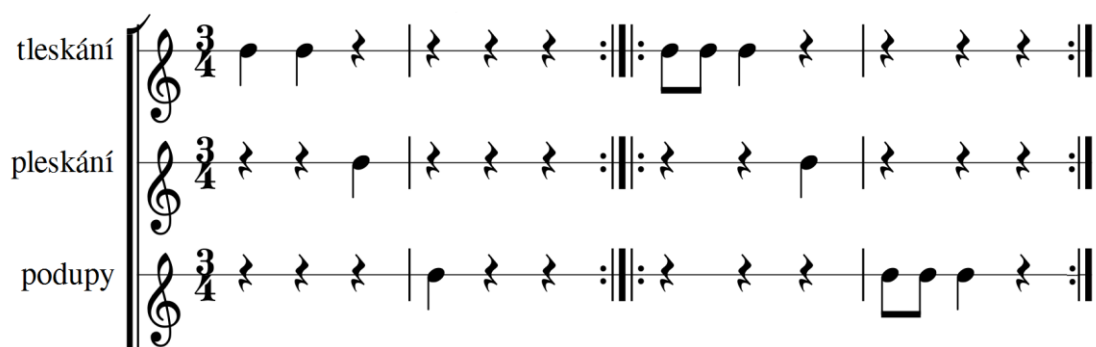
Příloha C/2 Příklad hry na tělo kombinací pohybů



Obrázek 12 Hra na tělo – tleskání, podupy (z vlastního archivu V. M.)

Legenda: Dvakrát si tleskneme před sebou a třikrát zadupáme střídavě levou a pravou nohou. Čtyřikrát si zatleskáme nad hlavou, dvakrát si dupneme střídavě levou a pravou nohou. Dvakrát si tleskneme ve svislém pohybu a čtyřikrát si zadupáme střídavě levou a pravou nohou.

In: Kurková, 1989, s. 30



Obrázek 13 Hra na tělo – tleskání, pleskání, podupy (z vlastního archivu V. M.)

Příloha C/3 Příklad rytmižace hádanky vícehlasem

rytmus $\frac{3}{4}$ Při - šel k nám host, spra - vil nám most.

pulsace $\frac{3}{4}$ host, most, host, most,

metrum $\frac{3}{4}$ při - šel knám, spra - vil nám, při - šel knám, spra - vil nám

r. $\frac{3}{4}$ Bez se - ke - ry bez dlá - ta je pev - ný dost

p. $\frac{3}{4}$ host, most, host, most

m. $\frac{3}{4}$ při - šel knám, spra - vil nám, při - šel knám, spra - vil nám

Obrázek 14 Rytmižace hádanky vícehlasem (z vlastního archivu V. M.)

Legenda: 1. skupina: vyťukává rytmus, 2. skupina střídá slova host, most na těžkých dobách taktových (pulsace), znázorňuje je střídavými podupy, 3. skupina hraje metrum (střídání přízvučných a nepřízvučných — \times — dob v taktu) střídáním tleskání dlaní o dlaň (přízvučná doba) a tleskání hřbetem ruky o dlaň (nepřízvučné doby).

In: Jenčková, 2005, s. 62.

Přílohy D: Hry k výrazovým prostředkům v hudbě (ke kap. 3.3)

Příloha D/1 Hra Šneček a myška

(pohybová hra při změně tempa POMALU – RYCHLE)

V této hře střídáme pomalé lezení a rychlý běh. Na lesní cestičce leze šneček. Leze pomalu, opatrně. Jedno dítě předvede, jak dokáže pomalu a tiše lézt po zemi, záda má rovná, „nese na nich svůj domeček“ (1. – 6. takt). Potom přeběhne přes cestu myška. Jiné dítě běží rychlými krůčky kolem šnečka, odběhne stranou a přikrčí se k zemi (7. – 8. takt). Náměty se mohou různě protahovat či zkracovat, děti se střídají buď ve dvojicích (šneček a myška), nebo utvoříme dvě skupiny – jedna skupina představuje šnečky, druhá myšky.

In: Kurková, 1989. s. 36

7. ŠNEČEK A MYŠKA

Hudba J. Nečasová

The musical score is written for piano in 2/4 time. It consists of three systems of music. The first system is marked 'Largo' and 'pp' (pianissimo), with a tempo of 2/4. The second system is marked 'Fine' and continues the 'Largo' tempo. The third system is marked 'Presto' and 'mf' (mezzo-forte), with a tempo of 2/4. The score includes various musical notations such as notes, rests, and fingerings (1, 2, 3, 4, 5).

Obrázek 15 Šneček a myška

Příloha D/ Obrázek 15: In: KURKOVÁ, Libuše. *Hudebně pohybové hry v mateřské škole: učebnice pro 3. roč. studijního oboru Učitelství pro mateřské školy na středních pedagogických školách*: Notová příloha č. 7. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1989.

Příloha D/2 Hra Na sochy

pohybová hra při změně melodie VYSOKO – NÍZKO

Hra Na sochy

Děti chodí volně za doprovodu klavíru. Doprovod se zastaví a ozve se akord v nízké nebo vysoké poloze. Děti udělají sochu odpovídající slyšené poloze. Například sochu natahující se pro jablíčka, která rostou vysoko ve větvích anebo naopak sochu, která se sehne pro jablíčka spadaná na zemi.

In: Kulhánková, 2010, s. 24.

Příloha D/3 Hra Čerti z pekla¹³⁸

Příklad pohybové hry při změně dynamiky SILNĚ – SLABĚ

Děti rozdělíme na dvě skupiny. Jedna skupina představuje malé čertíky, kteří v pekle slabě blekotají (s dětmi blekotání vyzkoušíme). Druhá skupina představuje staré čerty, kteří blekotají hodně nahlas (opět s dětmi vyzkoušíme). Hra začíná tím, že si všichni čerti sednou v kruhu na zem, kde se zahřívají u kotle (můžeme doprostřed kruhu umístit jakýkoliv předmět představující kotel). Jakmile začne hrát hudební doprovod v pianu, zvednou se malí čertíci a předvádí improvizovaný tanec kolem kotle, při kterém slabě blekotají. Když se hraje ve forte, malí čertíci usednou zpět na zem a přichází tanec starých čertů se silným blekotáním.

K hudebnímu doprovodu použijeme refrén z písně (viz obrázek 16), který můžeme libovolně opakovat a střídat při tom dynamiku.

11 Bu - dli - ky, bu - dli - ky, my jsme čer - ti z pe - kla,
13 bu - dli - ky, bu - dli - ky, Ká - ča by se le - kla,
15 bu - dli - ky, bu - dli - ky, ve ve - li - kém py - tli
17 no - sí - me ne - zbe - dy, kte - ré jsme si chy - tli.
19 Na nás ná - fek ne - pla - tí, my jsme to - tiž čer - ti ro - ha - ti.

Obrázek 16 Budliky, budliky

Příloha D/ Obrázek 16: In: JENČKOVÁ, Eva. *Hudební žerty s Mikulášem a čerty 2. díl*. Hradec Králové: Tandem, 2003. Hudba v současné škole. s. 32–33. ISBN 80-903115-1-2

¹³⁸ Hra je převzatá z kurzu Evy Jenčkové ČERTOVSKE DOVÁDĚNÍ – CHYSTÁME VÁNOČNÍ BESÍDKU ze dne 10.11. 2016 v Karlových Varech.

Příloha D/4 Píseň Mráček a dráček

Pohybová improvizace

Legenda: děti se rozdělí na dvě skupiny. Jedna skupina představuje mráček, druhá papírového dráčka. Zpíváme písničku, děti sledují text. Podle toho, zda se v písni zpívá o mráčku nebo dráčku, se skupiny dětí střídají v improvizaci, kterou napodobují děj písni. Improvizaci dětí můžeme podpořit slovní motivací typu – létáš jako dráček nahoru a dolů. Při improvizaci mohou děti střídat i chůzi s během podle tempa písni. Při poslední sloce „poletují“ dráček i mráček spolu¹³⁹.

Volně

F C F C

Po - di - vil se bí - lý mrá - ček,

F G C rit.

když se tou - lal ob - lo - hou.

Živě

C d e F

Co to le - tí, snad ne drá - ček?

G7 C

Proč ne - cho - dí po no - hou?

1. Podivil se bílý mráček,
když se toulal oblohou.
Co to letí, snad ne dráček?
Proč nechodí po nohou?

2. Nemám nohy ani křídla,
jenom pěkný očásek.
Děti si mě přivázaly
na dlouhatý provázek.

3. A když v polích vítr fouká,
dětem bere čepice.
Lítám si tu sem a tam,
a raduji se velice.

4. Neboj se mě, milý mráčku,
budeme si spolu hrát
na honěnou, schovávačku,
až se setmí, půjdem spát.

5. A tak si tam poletují,
překážejí sluníčku.
Nestihli si odpočinout
ani malou chvíličku.

Obrázek 17 Mráček a dráček

Příloha D/ Obrázek 17: In: Tichá, Raková, 2014, s. 111

¹³⁹ Hra je upravena autorkou práce. Originál hry in: Tichá, Raková, 2014, s. 110 – 111.

Přílohy E: Hudebně pohybové a taneční hry (ke kap. 3.5)

Příloha E/1 Hra Na konopky

NA KONOPKY

Konopky

Hra - je - me si na ko - nop - ky, a - by by - ly vět - ší snop - ky,
má - lo nás, má - lo nás, pojd', Ha - nič - ko, me - zi nás.

Nebo:
Hrajeme si na konopky, pěkné děti máme,
někoho si ponecháme, někoho (Věrušku) vám dáme.

Nebo:
Hrajeme si na konopky, hodné děti máme,
jedno dáme Honzíčkovi, druhé si necháme.

Nebo:
Hrály bychom na konopky, vázaly jsme velké snopky,
moc je nás, moc je nás, jdi, Haničko, pryč od nás.
(mnoho nás, mnoho nás, jdi, Haničko, pryč od nás).

Děti si posedají ve třídě na zem nebo v zahradě na trávě, dvě děti se vezmou za ruce, otáčejí se spolu v kroužku a zpívají. Na konci písně vysloví jméno některého dítěte. Pozvané dítě k nim přistoupí, uchopí se s nimi za ruce a tím zvětší jejich kruh. Děti zpívají znovu a opět na konci písně přiberou dalšího, až do konce – až jsou všichni v kole. Jméno následujícího volí vždycky poslední přibrané dítě.

Nyní můžeme hru ukončit, nebo pokračovat tak, že jedno dítě po druhém z kruhu opět odstupuje a usedá na zem.

Obměny

Jedno dítě prochází mezi sedícími dětmi jako „hlava od hada“ a při každém opakování k sobě přibírá dalšího. Had – zástup dětí – se stále proplétá mezi sedícími, až postupně přibere všechny.

Případně se všichni uchopí za ruce, utvoří kruh a chodí v kroužku. Jedno dítě chodí vně kroužku a u koho se zastaví na konci 6. taktu, toho vezme za ruce, otočí se s ním a na závěr písně se zastaví a pustí. Při pokračování písně chodí vně kruhu už dvě děti, každé si opět zvolí nějakého partnera, zatočí se s ním atd., až nakonec vyberou všechny děti z kruhu.


32 TANEČNÍ HRY S PÍSNÍČKAMI

Obrázek 18 Na konopky (Kulhánková, 2013, s. 32)

Příloha E/2 Hra Zlatá brána

ZLATÁ BRÁNA

Zlatá brána



Zla - tá brá - na o - tev - ře - ná, zla - tým klí - čem po - de - pře - ná,
kdo do ní vej - de, to - mu hla - va sej - de, ať je to ten ne - bo ten, praš - ti - me ho koš - tě - tem.

Jedna dvojice dětí si předem pošeptá, co budou (růže – tulipán, židle – stůl, žirafa – krokodýl atd.). Zvednou spojené ruce a ostatní děti pod nimi v řadě procházejí. Po podejití brány se mohou rozcházet střídavě – jeden vpravo, druhý vlevo – a sejít se zase na konci řady. Na závěr brána „spadne“, a kdo v ní uvázne, toho se zeptají, ke komu se dá. Čí „název“ zvolí, za toho se postaví. Na konci se obě skupiny přetahují.

Případně za koho se postaví, s tím si vymění místo a hra začíná znovu.

Obměna

- Zlatá brána otevřená, zlatým mečem podepřená,
- kdo tam vejde, hlavou sejde.
- Podletěla husička!

Děti stojí v zástupu před dvojicí, která utvoří bránu. Děti v bráně si pošeptají, které z nich je anděl a které čert, ale ostatním to neprozradí. Na první část písně všichni zpívají, ale nepodcházejí, protože děti tvořící bránu dělají jen malý houpavý pohyb pažemi, ale bránu ještě nezvednou. Teprve na druhou část při každém zavolání: „Podletěla husička!“ bránu zvednou a podběhne jedno dítě. Na další zvolání podběhne další a tak až do konce zástupu. Děti se po podběhnutí střídavě zařazují za levého a za pravého v bráně. A teprve na konci, až už se všichni zařadili, se dovědí, za kým to vlastně stáli. Anděl se totiž otočí ke svým dětem a zavolá: „Andělíčky, radujte se!“ a ti, kdo stojí za ním, se roztočí a poskakují. Ale čert vytáhne vařečku a vyplácí a honí své čertíčky.

Obrázek 19 Zlatá brána (Kulhánková, 2013, s. 27)

Příloha E/3 Hra Na mák

Hra známá též pod názvem Na čížečka.

Mírně rychle (Lidová píseň z Čech)



Čí - že - čku, čí - že - čku, ptá - čku ma - li - čký,
po - věz mi, čí - že - čku, jak se - jou mák?
(víš - li pak,) Oj tak, tak se - jou mák, oj tak, tak se - jou mák,
oj tak, tak se - jou mák, tak se - jou mák.

Popis taneční hry:

1.—4. takt (všechny sloky): Děti se vezmou za ruce a otáčejí kruh chůzí doprava. Krok připadne na každou dobu taktu. Uprostřed kruhu se prochází jedno dítě představující čížečka; chodí uvnitř kruhu vlevo.

5.—8. takt (1. sloka): Děti se zastaví, představí si, že na levé ruce drží ošátku nebo košík a pravou rukou rozhazují před sebe semínka (rozmáchlým pohybem na každou lichou počítací dobu). Pozorně se dívají, kam zrnka padají.

5.—8. takt v dalších slokách: Děti se vždy zastaví a podle dítěte v kruhu („čížečka“, kterého se ptají a který jim ukazuje) napodobují pohybem: z kleku při zpěvu písně pomalu vstávají (tak roste mák); obě ruce sevřené v pěst přiloží k sobě ve výši obličeje a pomalým rozevíráním pěstiček a vztyčováním prstů naznačují rozkvétání maku; obě ruce dlaněmi k sobě napodobují makovičku, vztyčují se nad hlavu (mák zraje); pravou rukou děti napodobují odlamování zralých makovic; nabíravými pohyby pravou rukou (na každou lichou dobu) napodobují, jak jedí mák.

Obrázek 20 Na mák (Zezula, Janovská, 1987, s. 190)

Příloha E/4 Hra Na trnky

Na trnky

Dosti rychle, vesele

Po - jdte, ho - lky, do o - bo - rky, chla - pci pů - jdou s ná - mi, pů - jde - me se po - di - va - ti, jsou - li tr - nky
zra - lý. Ne - jsou zra - lý, jsou ky - se - lý,
pů - jdem na ně až v ne - dě - li.

Popis hry. Dvě děti, chlapec a děvče, dva chlapci nebo dvě děvčata utvoří dvojice, stoupnou si proti sobě a uchopí se křížem za ruce. Dvojice se postaví volně po prostoru místnosti, do kruhu nebo do řady. Píseň „Pojďte holky do oborky“ zpívá učitelka.
1.–4. takt. Osmi obyčejnými kroky ustupuje jedno dítě dozadu a druhé jde za ním dopředu. Na jednu čtvrtovou dobu připadne jeden krok.
5.–8. takt. Totéž, avšak dítě, které ustupovalo, jde nyní osm kroků dopředu a druhé dítě ustupuje.
9.–10. takt. Dvojice se zastaví, jedno dítě vezme druhé za pravou ruku a svou pravou dlaní tleskne mu do dlaně.
11.–12. takt. Totéž druhé dítě.
13.–16. takt. Chytí se za ruce a osmi kroky se spolu otáčejí na jednu stranu.
17.–20. takt. Totéž, avšak otáčejí se na druhou stranu.
Píseň se začne zpívat od začátku a hra se opakuje.

74

Obrázek 21 Na trnky (Mišurcová, 1958, s. 74)

Příloha E/5 Hra Na molekuly

Příklad hudebně pohybové hry s rytmickou chůzí v prostoru.

Děti se prochází libovolně po prostoru při zpěvu určité písně. Náhle učitel přestane zpívat, tleskne a zavolá číslo, např. tři, a děti rychle vytvoří trojice – molekuly o počtu tří členů. Kdo zaváhá a není v žádné molekule, jde si sednout. Na povel učitele se vytvořené molekuly „rozbijí“ a členové dál pokračují libovolně v chůzi při zpěvu další písně, kterou učitel zvolí¹⁴⁰.

Příloha E/6 Hra Dva kruhy

Příklad hudebně pohybové hry soutěživého typu.

Hráči ve dvojicích vytvoří dva kruhy. Jeden z každé dvojice je vždy součástí vnějšího a druhý vnitřního kruhu. Oba si dobře prohlédnou svého partnera a otočí se tak, že stojí vedle sebe pravým pramenem. Učitel začne hrát na nástroj nebo pustí rázný pochod a oba kruhy se v jeho rytmu dají do pohybu. Vnější kruh pochoduje po směru hodinových ručiček, vnitřní kruh v protisměru. Po zastavení hudby musí každý co nejrychleji najít svého partnera z dvojice, chytit se spolu za ruce a zvednout je vzhůru. První celá dvojice vyhrává. Pochod můžeme střídat s polkou, valčíkem a jinými rytmy, ve kterých se hráči pohybují.

In: Šimanovský, 2011, s. 66

¹⁴⁰ Hra se dá různě obměňovat a dle věku dětí rozšiřovat viz hra *Hudební molekuly* či *Písničkové molekuly*. In Šimanovský, 2011, s. 133–134.

Příloha E/7 Hra Orchester¹⁴¹

Příklad hudebně pohybové hry se znějícími předměty.

Děti se rozdělí na dvě skupiny. Jedné skupině učitel rozdá různé nástroje Orffova instrumentáře. Děti s nástroji (muzikanti) si stoupnou na jednu stranu místnosti. Proti nim se postaví děti bez nástrojů a začnou je rozpočítávat společným rozpočítadlem. Muzikanti při tom na nástroje hrají metrum rozpočítadla. Každý si rozpočítává libovolně, od koho chce. U koho se mu rozpočítadlo zastaví, k tomu si běží pro nástroj a „oloupený“ muzikant se stává rozpočítávajícím a běží na jejich stranu. Může se stát, že na daný nástroj vyjde rozpočítadlo dvěma i více dětem. Získá ho ten, kdo u muzikanta s nástrojem bude dřív, ostatní se vrací zpět na stranu rozpočítávajících a rozpočítávají znova.

¹⁴¹ Hra je převzatá z kurzu Evy Jenčkové, TÓNY JARA, ze dne 7. 9. 2016 v Karlových Varech.

Příloha F: Materiální vybavení třídy Kuřátek pro hudebně pohybové činnosti (ke kap. 4.1.1)



Obrázek 22 Hudební nástroje ve třídě Kuřátek



Obrázek 23 Orffovy hudební nástroje ve třídě Kuřátek

Přílohy F/Obrázek 22–23: pořízeny autorem bakalářské práce v roce 2017 ve třídě Kuřátek v MŠ Drmoul. Fotografie slouží pro potřebu této bakalářské práce.

Přílohy G: Materiály, z kterých bylo čerpáno (ke kap. 4.2)

Příloha G/1 Ukázka ŠVP PV Křížem, krážem kalendářem MŠ Drmoul

6.2 BAREVNÝ PODZIM

ŘÍJEN

Charakteristika: Díky prostředí, ve kterém je naše školka, velmi blízko do přírody, vesnice se zahradami a především naše ekozahrádka, máme na podzim jedinečnou možnost sledovat proměny přírody v celé její kráse. Zaměříme se na poznávání ovoce a zeleniny, její význam pro zdraví. Plody stromů a práce s nimi. Seznámíme se s ekosystémem les. Koncem měsíce si u výročí svátku naší republiky přiblížíme pojmy naše vlast a znaky české státnosti.

OČEKÁVANÉ VÝSTUPY:

- Naučit se z paměti básně a písně z podzimní tematikou
- Poznat poslechem českou hymnu a znaky české státnosti
- Reprodukovat pohádku a zvládnout jednoduchou dramatickou úlohu
- Chápat prostorové pojmy, zvládat číselnou řadu do 5
- Poznat zeleninu podle chuti, barvy, vzhledu a chápat její význam pro zdraví člověka
- Umět se orientovat v prostoru
- Umět pracovat s přírodninami
- Umět trpělivě naslouchat
- Poznat některé stromy a rostliny v lese
- Chovat se správně v lese, chápat jeho význam pro člověka

NAVRHOVANÉ ČINNOSTI:

- Zdravotní cvičení
- Hudebně pohybové hry
- Pozorování podzimní přírody v lese, stromy, ptáci
- Práce na naší zahrádce
- Ochutnávka ovoce a zeleniny
- Práce s mapou ČR a poznávací hra ČESKO
- Dýňová dílna

TÉMATA:

- NAŠE ZEM
- V LESE
- OVOCE A ZELENINA
- HALLOWEEN

Obrázek 24 Ukázka ŠVP PV Křížem, krážem kalendářem. Barevný podzim (ŠVP PV MŠ Drmoul, s.

6.8 VŠECHNO JEDE, CO MÁ KOLA

DUBEN

Charakteristika: V tomto bloku se zaměříme především na dopravu a bezpečí v silničním provozu a na zásady správného chování v dopravních prostředcích. V přírodě budeme sledovat všechno živé, drobné živočichy a hmyz. Seznámíme se s prací dospělých a různými profesemi. Oslavíme svátek čarodějnic.

OČEKÁVANÉ VÝSTUPY:

- Dodržovat zásady bezpečného chování jako účastník silničního provozu
- Chovat se kultivovaně v dopravních prostředcích
- Znat různé druhy dopravních prostředků
- Samostatně formulovat myšlenky a nápady, pocity
- Rozvíjet jazykové schopnosti a dovednosti
- Mít povědomí o lidské činnosti
- Znat některé drobné živočichy a hmyz

NAVRHOVANÉ ČINNOSTI:

- Cesta linkovým autobusem do města
- Četba dopravních příběhů
- Exkurze u některých profesí (u rodičů v zaměstnání)
- Malování, práce s papírem
- Stolní hry s dopravní tematikou
- Čím budu – dramatizace
- Konstruktivní a námětové hry

TÉMATA:

- TEN DĚLÁ TO A TEN ZAS TOHLE
- POZOR SEMAFOR
- V TRÁVĚ
- ČARODĚJNÝ REJ

Obrázek 25 Ukázka ŠVP PV Křížem, kráčem kalendářem. Všechno jede, co má kola (ŠVP PV MŠ Drmoul, s. 18).

Příloha G/2 Rozhovor s učitelkami na Mateřské škole Drmoul zaměřený na začlenění HPČ do TVP PV¹⁴²

Respondentka č. 1 (kolegyně ze třídy Kuřátek)

Otázka: Mohu se tě zeptat na několik otázek vztahujících se k hudebně pohybovým činnostem při tvé práci na třídě? Informace získané v našem rozhovoru budu dále zpracovávat v rámci mé bakalářské práce na téma Hudebně pohybové činnosti v MŠ Drmoul.

Odpověď: Ano, můžeš.

Otázka: Využíváš k naplňování očekávaných výstupů vyplývajících z ŠVP PV HPČ?

Odpověď: Ano, využívám.

Otázka: Které HPČ to jsou?

Odpověď: Hra na tělo, hudebně pohybové hry, pohybovou průpravu, tanečky.

Otázka: Jak často zařazuješ při práci s dětmi HPČ ?

Odpověď: Každý den, minimálně 2x.

Otázka: V které části dne HPČ s dětmi realizuješ?

Odpověď: Při ranních hrách, ranním cvičení, pobytu venku, řízené činnosti. Vlastně je zařazují kdykoli během celého dne.

Otázka: Využíváš při HPČ některé pomůcky? Které?

Odpověď: Ano, Orffovy nástroje, obruče, molitanové kostky. CD přehrávač, na kterém pouštím hudební doprovod.

Otázka: Mají děti nějaké oblíbené konkrétní téma činnosti?

Odpověď: Ano, tanec při písni Sváteční rock and roll¹⁴³ a pohybovou hru Na sochy¹⁴⁴.

¹⁴² Rozhovor ze dne 14.2. 2017 v MŠ Drmoul

¹⁴³ OTRUBA, Martin. *Tanec houbiček*. [CD]. Jitka WALLISCHOVÁ. DMC s.r.o., 2005. č. 24 Sváteční rock'n'roll, 1:37.

¹⁴⁴ Na sochy: Děti se při hudebním doprovodu volně pohybují po prostoru třídy. V momentě přerušení skladby (pauza) musí zůstat stát v pozici, ve které se právě nacházejí. Kdo zareaguje na pauzu jako poslední, jde si odpočinout na lavičku a hra pokračuje. Dvě poslední sochy, které zůstanou ve hře, vítězí.

Respondentka č. 2 (učitelka ze třídy Včeliček)

Otázka: Mohu se tě zeptat na několik otázek vztahujících se k hudebně pohybovým činnostem při tvé práci na třídě? Informace získané v našem rozhovoru budu dále zpracovávat v rámci mé bakalářské práce na téma Hudebně pohybové činnosti v MŠ Drmoul.

Odpověď: Ano, můžeš.

Otázka: Využíváš k naplňování očekávaných výstupů vyplývajících z ŠVP PV HPČ?

Odpověď: Rozhodně ano.

Otázka: Které HPČ to jsou?

Odpověď: Pohybové hry, hry na tělo, zpěv spojený s pohybem, pohybovou přípravu.

Otázka: Jak často zařazuješ při práci s dětmi HPČ ?

Odpověď: Každý den.

Otázka: V které části dne HPČ s dětmi realizuješ?

Odpověď: Hlavně při ranním cvičení, při cvičebních jednotkách, při pobytu venku.

Otázka: Využíváš při HPČ některé pomůcky? Které?

Odpověď: Spíše využívám cvičební náčiní, kroužky, mašle, balony.

Otázka: Mají děti nějaké oblíbené konkrétní téma činnosti?

Odpověď: Nejraději mají pohybovou hru Na kopřivu¹⁴⁵ a z hudebně pohybových činností hru: Lesní ježibaba¹⁴⁶. Rády ale také třeba venku při procházce pochodují při písničkách.

¹⁴⁵ Na kopřivu: Jedno dítě představuje kopřivu. Stojí na jedné straně třídy, vedle obruče představující domeček. Zbytek dětí stojících na druhé straně třídy na „kopřivu“ volají: „*Kopřivo, kopřivo, stojíš moc na křivo, postav se rovně!*“ Kopřiva odpoví: „*Co je vám po mně? Já se jen tak válím, a když chci, tak pálím.*“ V momentě, kdy slova dořekne, se rozběhne a snaží se chytit některé z dětí“. Děti se před kopřivou mohou zachránit včasným doběhnutím do domečku (obruče). Koho „kopřiva“ stihne chytit před domečkem, stává se „kopřivou“ on.

¹⁴⁶ Lesní ježibaba: Děti představují zvířátka v lese, která si uspořádala „tancovačku“. Při hudebním doprovodu si libovolně tančí po prostoru třídy. Přijde zlá lesní ježibaba (fiktivní postava) a zvířátkům hudbu vypne. V tu chvíli se zvířátka musí schovat (sednout si na zem) a počkat, až lesní ježibaba opět odejde. Hra se stále opakuje.

Respondentka č. 3 (učitelka ze třídy Včeliček)

Otázka: Mohu se tě zeptat na několik otázek vztahujících se k hudebně pohybovým činnostem při tvé práci na třídě? Informace získané v našem rozhovoru budu dále zpracovávat v rámci mé bakalářské práce na téma Hudebně pohybové činnosti v MŠ Drmoul.

Odpověď: Ano, můžeš.

Otázka: Využíváš k naplňování očekávaných výstupů vyplývajících z ŠVP PV HPČ?

Odpověď: Ano.

Otázka: Které HPČ to jsou?

Odpověď: Pohybové ztvárnění písně, hra na tělo, pohybová improvizace.

Otázka: Jak často zařazuješ při práci s dětmi HPČ ?

Odpověď: Nejlépe každý den.

Otázka: V které části dne HPČ s dětmi realizuješ?

Odpověď: Při řízené činnosti.

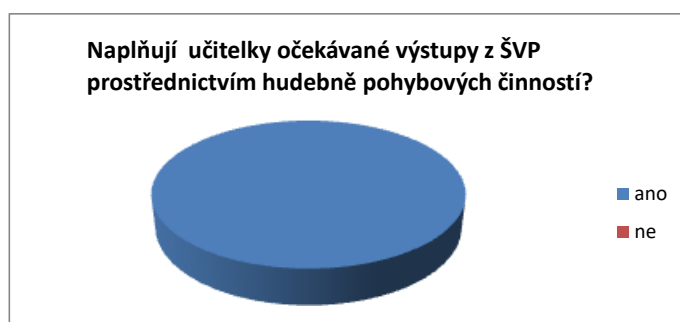
Otázka: Využíváš při HPČ některé pomůcky? Které?

Odpověď: Ne.

Otázka: Mají děti nějaké oblíbené konkrétní téma činnosti?

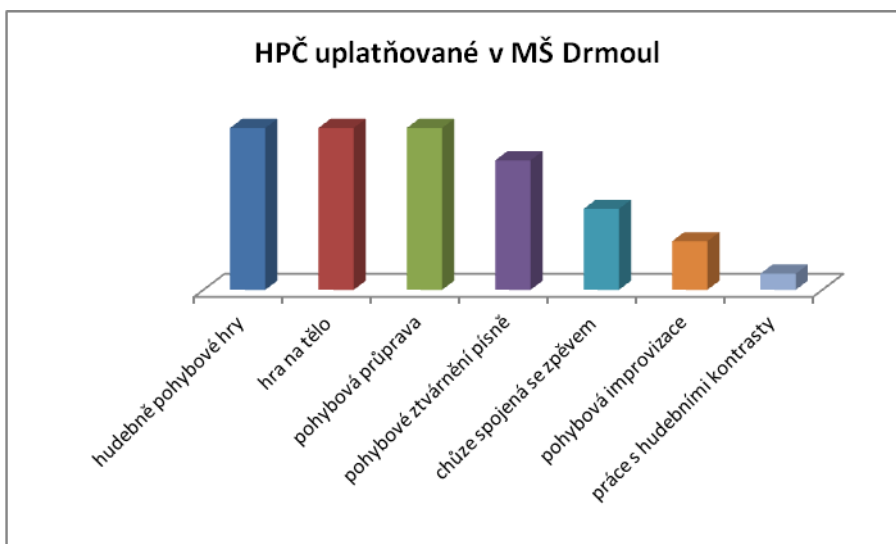
Odpověď: Určitě to jsou hudebně pohybové hry, ale nevzpomenu si teď na žádnou konkrétní.

Shrnutí¹⁴⁷:

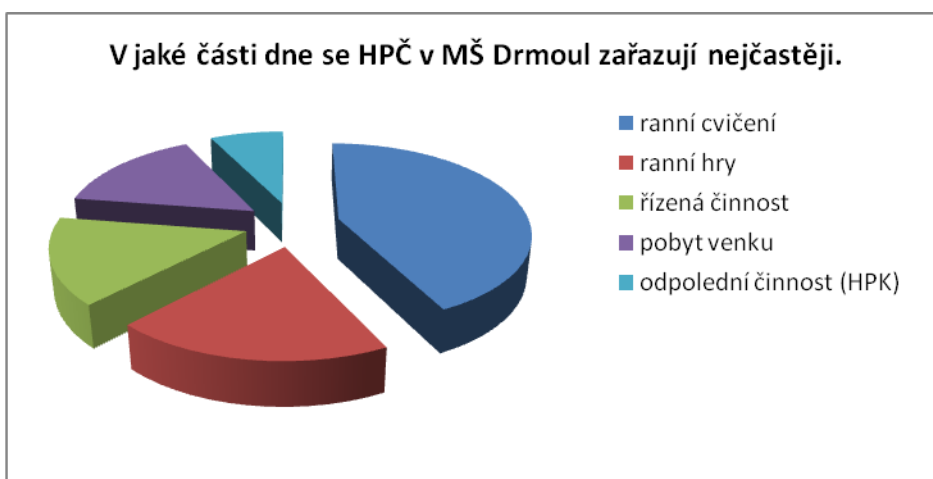


Graf č. 1 Naplňují učitelky očekávané výstupy z ŠVP prostřednictvím HPČ?

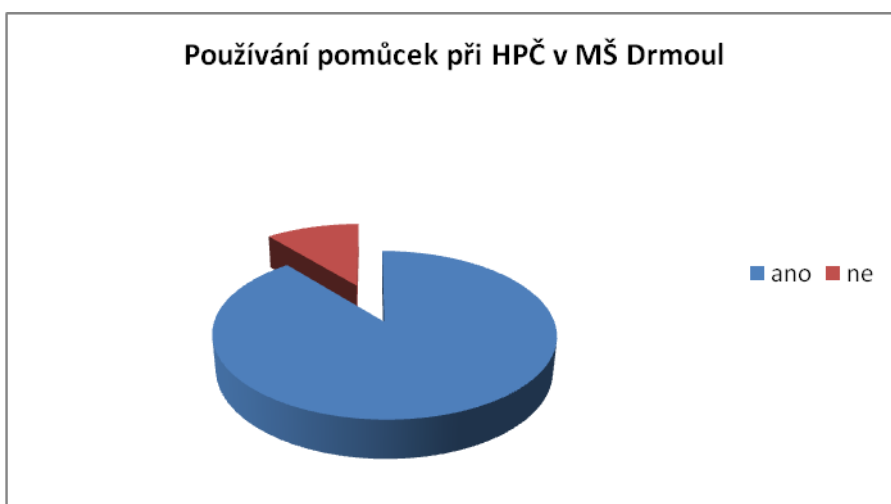
¹⁴⁷ Ve výsledných grafech je zahrnuto i mé vyjádření k začlenění HPČ do TVP PV.



Graf č. 2 HPČ uplatňované v MŠ Drmoul



Graf č. 3 V jaké části dne se zařazují HPČ v MŠ Drmoul



Graf č. 4 Používání pomůcek při HPČ v MŠ Drmoul

Příloha G/3 Ukázka z TVP PV třídy Kuřátek

Integrovaný blok:	AKO1 úkol	Jednotl. části IB :	JA 1 KAMARÁDI	5. - 9. 9. 16
Pedagogický záměr:	Předtisk měřicího pásu 100 měřicí pásy - průprava			
Komunitní kruh na téma:	Křesťanská komunita, každá skupina má svého vůdce			
Diskusní kruh na téma:	Jak mám kamarády			
Nabídka činností:				
Uvnitř MŠ	Uvnitř MŠ-samostatně	Venku		
vytváření útvarů: spustit přelstevní křesťanská komunita: pokřtěný, kněz mýt a nosit křesťanské pokřtěný: kněz, kněz křesťanský přelstevní: jak kamaráti přelstevní úkol: křesťanský kamaráda	vytváření útvarů: spustit přelstevní: úkol měření křesťanské úkol: spustit úkol se kamaráti ke křesťanskému = úkol	úkol: úkol měřicího pásu na křesťanský úkol: úkol měřicího pásu		
Pomůcky:	úkol měřicího pásu úkol měřicího pásu, úkol měřicího pásu			
Individuální zaměření:				

Obrázek 26 Ukázka TVP PV třídy Kuřátka (TVP PV, třída Kuřátka, MŠ Drmoul, s. 2)

Příloha H/2 Houbičková rozcvička¹⁴⁸

Pomůcky: molitanové míčky představující houby, lano nebo švihadla

Popis pohybu:

1. **Rušná část:** Míčky (houbičky) položené na zemi: Každé dítě má svoji „houbičku“ položenou před sebou na zemi. Dle libosti se ji snaží přeskakovat, obíhat, obcházet, kutálet rukou, kolenem, chodidlem, nosí houbičku na břicho (chůze jako rak).

2. **Průpravná část:** Cviky s míčkem (houbičkou): a) položíme si míček na hlavu, snažíme se ho na hlavě udržet bez dopomoci rukou

b) podávání míčku kolem těla

c) míček držíme za zády, poté předvedeme předklon se zapažením

d) z lehu na zádech pokrčmo předklon až do sedu a ťuknout míčkem do kolen, zpět leh

e) sed skrčmo zkřížený, míček nad hlavou, úklony vpravo a vlevo

3. **Hlavní část:** Cvičíme dle hudebního doprovodu na skladby: Houbičková rozcvička (viz obrázek 28) a Bedla baletka (viz obrázek 29). Cvičíme dle textu v písni. Protahujeme části těla a provádíme nácvik chůze a běhu.

4. **Závěr:** zklidnění organismu, protažení: děti zůstanou v kruhu v tureckém sedu. Učitelka shromáždí všechny míčky (houbičky) uprostřed kruhu. Děti se snaží předklonem se vzpažením na ně dosáhnout, postupným rolováním zad se vracejí do základní polohy (tureckého sedu). Cvik opakují 3x. Děti si lehnou na záda, chodidla směřují do středu kruhu. Děti uvolní celé tělo – stanou se hadrovými panáčky. Vyklepají jednu nožku, druhou, jednu ruku, druhou. Na úplný závěr děti posbírají míčky (houbičky) z kruhu a uklidí je.

¹⁴⁸ Cviky jsou čerpány z publikace VOLFOVÁ, Hana. *Rozcvičky v mateřské škole I. díl*. Pedagogické centrum Plzeň: 1998. ISBN 80-7020-021-9.

Houbičková rozcvička

hudba: Martin Otruba
text: Jitka Wallischová

sportovně ♩ = 102

1. Já jsem hou-ba hou-bič ka toh-le je má hla-vič-ka o-to-čím sním a tam
2. Já jsem hou-ba hou-bič ka toh-le je má no-žič-ka našpič-ky se vy-táh-nu
a po-tom sním za - ký-vám o-to-čím sním a tam a po-tom sním za - ký-vám
svo-je zá-da pro-táh-nu našpič-ky se vy-táh-nu svo-je zá-da pro-táh-nu
3. Já jsem hou-ba hou-bič ka toh-le je má roz-cvič-ka bě-žím tam a za-se zpát-ky
do-běh-nu až do po-hád-ky bě-žím tam a za-se zpát-ky do-běh-nu do po-hád-ky

Obrázek 28 Houbičková rozcvička

Bedla baletka

hudba: Martin Otruba
text: Jitka Wallischová

hopsavě ♩ = 140

1. Bed - lič - ka se jme - nu - ji vel - mi rá - da tan - cu - ji.
2. Když se bo - jím tro - šič - ku tak po - kr - čím no - žič - ku.
3. Já jsem hou - ba vy - so - ká ros - tu jed - nou do ro - ka.
A po špič-kách od teď - ka cho - dím ja - ko ba - let - ka,
Do trá - vy se zas - tr - čím po - tom za - se vys - ko - čím,
Svo - ji no - hu na - táh - nu po - rád - ně se pro - táh - nu, **Fine**
a po špič-kách od teď - ka cho - dím ja - ko ba - let - ka.
do trá - vy se zas - tr - čím po - tom za - se vys - ko - čím.
svo - ji no - hu na - táh - nu po - rád - ně se pro - táh - nu.

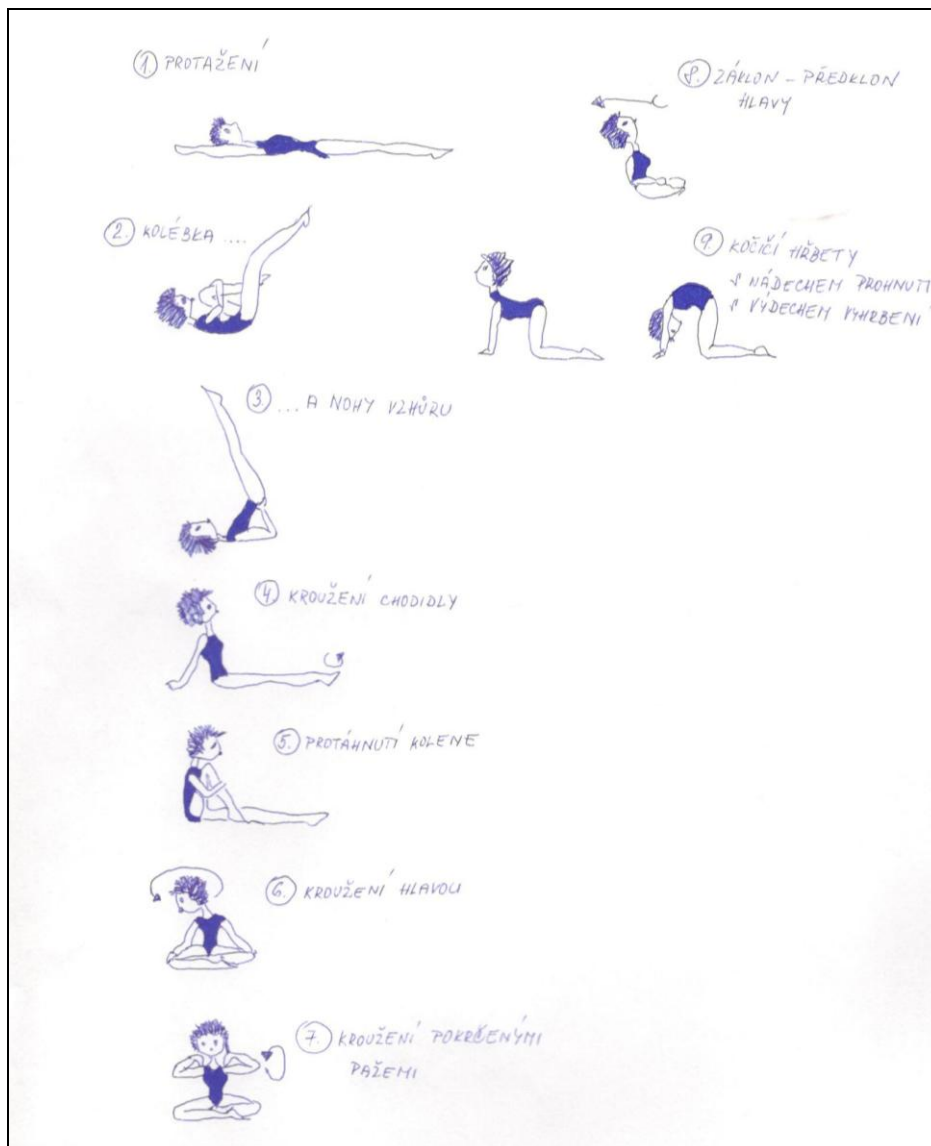
Obrázek 29 Bedla baletka

Příloha H/ Obrázek 28–29: In: OTRUBA, Martin. *Tanec houbiček*. [hudebnina].
Napsal: Jitka WALLISCHOVÁ. DMC s.r.o., 2005. s. 4 a s. 8.

Příloha H/3 Protahovací cviky

Příklady protahovacích cviků užívaných po odpočinku v MŠ Drmoul.

Cviky provádíme vědomě a zvolna.



Obrázek 30 Protahovací cviky (z vlastního archivu V. M.)

Příloha I: Notové záznamy a obrázky k metodickým námětům pro hudebně pohybové činnosti (ke kap. 5)

Příloha I/1 Prší, prší

Prší, prší

lidová

předehra D
f Pr - ší, pr - ší, jen se le - je, kam, ko - nič - ky, po - je - de - me?
 Ku - kač - ka už za - ku - ka - la, má pa - nen - ka za - pla - ka - la.

5 A D Emi A7 D
 Po - je - de - me na lu - ka, až ku - kač - ka za - ku - ká.
 Ku - kač - ko už ne - ku - kej, má pa - nen - ko, ne - pla - kej.

9 dohra rit.....
f *p* *pp*

Obrázek 31 Prší, prší (z vlastního archivu V. M.)

Příloha I/2 En, ten, tyč

En, ten, tyč

lidové říkadlo

En, ten, tyč, Ka - dla, Mád - la, pryč, Kad - la, Mád - la, po - ví - da - la.

7 že by s ná - mi rá - da hrá - la. Ten, ten, ten, ať jde z ko - la ven.

Obrázek 32 En, ten, tyč (z vlastního archivu V. M.)

Příloha I/3 Šla Nanyňka do zelí

Šla Nanyňka do zelí

pohybové ztvárnění písně

česká lidová píseň

C G7 C

Šla Na - nyn - ka do ze - lí do ze - lí, do ze - lí, na - tr - ha - la lu - pe - ní,

7 G7 C G7 C

lu - pe - nič - ka. Při - šel za ní Pe - pí - ček, roz - šla - pal jí ko - ší - ček,

13 F C G7 C

ty, ty, ty, ty, ty, ty, ty to bu - deš pla - ti - ti.

Obrázek 33 Šla Nanyňka do zelí (z vlastního archivu V. M.)

Příloha I/4 Žabka Chlubilka

VELKÁ CHLOUBA ŽAB JE ZHOUBA

ŽABKA CHLUBILKA

hudba a slova: Marie Mat'áková
hudební a textová úpr. EJ

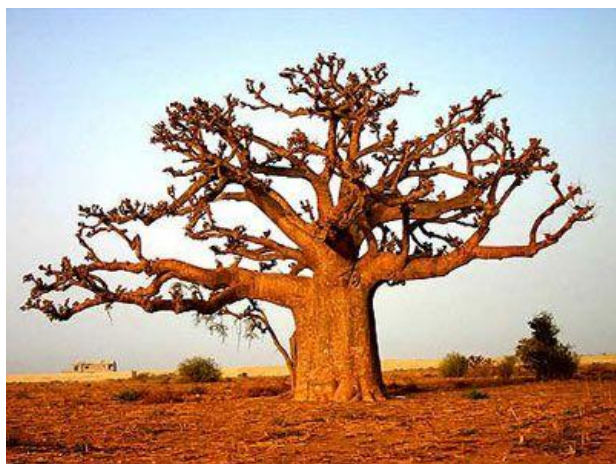
Mírně rychle
C

1. Chlu - bi - la se je - dna ža - bka slu - ní - čku,
3 že za - zpí - vá no - vou ža - bí pí - sní - čku,
5 že za - vo - lá vše - chny ža - bky po rá - nu,
7 po - zvou ta - ké čá - pa k to - mu cho - rá - lu,
9 že za - vo - lá vše - chny ža - bky po rá - nu,
11 po - zvou ta - ké čá - pa k to - mu cho - rá - lu.

2. Bude prý jim ťukat pěkně rytmicky,
nemusi se bát, není to navždycky,
[; nedošlo té žábě, žabce chlubilce,
že ten čáp jen jednou klapne ve chvílce.:]
(Bude po té žábě, žabce chlubilce.)

Obrázek 34 Žabka Chlubilka (JENČKOVÁ, Eva. *Muzika od potoka*. Hradec Králové: Tandem, 2014. Hudba v současné škole. s. 23. ISBN 978-80-86901-23-7).

Příloha I/5 Motivační obrázky ke hře Baobaby



Obrázek 35 Baobab 1 (Baobab. In: Ekozahrada.blog.cz [online]. Aleš Masner, 2012 [cit. 2017-02-12]. Dostupné z: <http://ekozahrada.blog.cz/1205/baobab-strom-zivota>)



Obrázek 36 Baobab 2 (Baobab. In: *Wikipedia: the free encyclopedia* [online]. San Francisco (CA): Wikimedia Foundation, 2001- [cit. 2017-02-10]. Dostupné z: <https://cs.wikipedia.org/wiki/Baobab>).

Příloha I/6 Cvičící polohy



Obrázek 37 Podpor na předloktích klečmo sedmo



Obrázek 38 Klek sedmo



Obrázek 39 Klek



Obrázek 40 Vzpor dřepmo

Příloha I/Obrázek 37–40: pořízeny v roce 2017 v MŠ Drmoul autorem bakalářské práce. Fotografie slouží pro potřeby této bakalářské práce.