

## 16. Výtvarná, pracovní, tělesná, hudební výchova na ZŠ praktické a speciální

### VÝTVARNÁ VÝCHOVA

Výtvarná výchova patří mezi obory, které mají ve všeobecném vzdělávání evropského typu nejdelší tradici. V českých zemích počíná již Obecným školním řádem z roku 1774. V roce 1869 bylo kreslení jako povinný učební předmět uzákoněno na všech školách. Zhruba od stejné doby lze u nás i ve světě datovat počátky teorie všeobecného výtvarného vzdělávání. Za první didaktický materiál pro výtvarnou edukaci považujeme Komenského Informatorium školy mateřské a některé pasáže z jeho Didaktiky.

V *Rámcovém vzdělávacím programu pro základní vzdělávání - příloha upravující vzdělávání žáků s lehkým mentálním postižením* je vzdělávací obor Výtvarná výchova součástí vzdělávací oblasti Umění a kultura

#### Cíle stanoví učební osnovy (vzdělávací programy):

- vytvářet vztah k umělecké a přírodní kráse,
- naučit rozpoznávat vkusné věci,
- kultivovat estetický vkus ve vztahu k sobě a okolí,
- osvojit si základní výtvarné dovednosti,
- rozvíjet vnímání, senzibilitu, fantazii, vůli, intelekt i tvořivost žáků.
- V rámci výuky jsou realizována průřezová témata Osobnostní a sociální výchova, Výchova k myšlení v evropských a globálních souvislostech, Multikulturní výchova, Environmentální výchova

**Obsah Vv** je vymezen osnovami do 3 základních bloků:

- **Výtvarné osvojování skutečnosti** → zaměřené na rozvoj poznávacích schopností, rozlišování tvarové a estetické hodnoty věcí a seznámení se s jejich funkcemi, rozvoj pozornosti, vnímání, představivosti a paměti.
- **Dekoratивní a prostorové práce** → spojené experimentováním, při kterém se žáci seznamují s vybranými materiály a technikami, zaměřené rámcově na oblast kresby, malby, prostorových artefaktů a dekorativní práce.
- **Výtvarné umění a životní prostředí** → rozvoj hodnocení různých oblastí umění, seznamuje s díly našeho a světového umění, s kulturou bydlení, odívání, ochranou přírody.

Vv je na **ZŠ speciální** obsahově spojena s pracovním vyučováním. Obecně zasahuje do všech tematických bloků programu (netýká se tedy jen pracovní a výtvarné výchovy), přesto se blíže realizuje ve specifických tematických celcích předmětu - pracovní a výtvarná výchova.

*Nižší stupeň ZŠ speciální* → práce s papírem a modelování.

*Vyšší stupeň ZŠ speciální* → práce s papírem a modelování, základní výtvarné techniky, prostorové a dekorativní práce, seznámení s obrazy českých výtvarníků.

#### **Další funkce Vv:**

- ✓ vyhledávací (vyhledávání výtvarných talentů),
- ✓ diagnostická,
- ✓ terapeutická.

U mentálně retardovaných je ego potlačené a výtvarná výchova je pomáhá uvolnit – malířská činnost osvobozuje z uzavřenosti, do které retardované odsoudilo prostředí zdravých jedinců.

## 1.stupeň

### Žák by měl na konci 1. období (1. – 3. ročník)

- Zvládnout základní dovednosti pro vlastní tvorbu
- Rozpoznávat, pojmenovat a porovnat linie, barvy, tvary, objekty ve výsledcích tvorby
- vlastní, tvorby ostatních i na příkladech z běžného života (s dopomocí učitele)
- Uplatňovat vlastní zkušenosti, prožitky a fantazii při tvůrčích činnostech, být schopen
- sdělit výsledky své činnosti svým spolužákům

### Na konci 2. období (4. – 5. ročník)

- uplatňovat základní dovednosti pro vlastní tvorbu, realizovat svůj tvůrčí záměr
- rozlišovat, porovnávat, třídit a pojmenovat linie, barvy, tvary, objekty, rozpoznávat
- jejich základní vlastnosti a vztahy (kontrasty – velikost, barevný kontrast), získané
- zkušenosti uplatňovat podle svých schopností při vlastní tvorbě, při vnímání tvorby
- ostatních, při vnímání umělecké produkce i na příkladech z běžného života
- (s dopomocí učitele)
- při tvorbě vycházet ze svých zrakových, hmatových i sluchových vjemů, vlastních
- prožitků, zkušeností a fantazie
- vyjádřit (slovně, mimoslovně, graficky) pocit z vnímání tvůrčí činnosti vlastní, ostatních, i uměleckého díla (RVP ZV – LMP, 2005)

## **Kreslení**

*Základní poučení* dítěte v **linii, čáře a tvaru**. Z hlediska didaktických cílů 1. ročníku je nutné, aby žáci byli schopni běžné věci denní potřeby, které jsou převážně prostorové – trojrozměrné, vědomě transponovat do trojrozměrného zobrazení.

Při *výběru témat* využíváme nejdříve konkrétního názoru – nejlépe s přírodní tématikou. Od názoru vede cesta k výtvarným představám, děti kreslí ilustrační doprovod k pohádkám, bájím, pověstem...

## **Malování**

Technika malby staví mentálně postižené děti přinejmenším před dvojici specifických problémů:

- 1) Jakým způsobem je možné se vyrovnat s danou plochou.
- 2) Jak pracovat s barvou.

➤ **Plocha** → z pohledu dětí symbolizuje prostředí, v němž se pohybují. Projekce dítěte (figury) do plochy nám může hodně napovědět o úrovni jeho sebevědomí, aspiraci, sociální či citové karenci v kolektivu vrstevníků, ale především v rodině.

Pro část mentálně postižených žáků je příznačná jistá bezradnost, jestliže je postavíme před úkol zaplnit plochu výkresu projevuje se u dětí epileptických a úzkostlivých. U schizofreniků – barevné překrytí celé plochy bezesbýtku.

- ✓ **technika prvotního impulzu** – začátek skvrna, bod nebo náznak linie,
- ✓ „**mozaika**“ – kompoziční cvičení, manipulace s vystřiženými barevnými tvary,
- ✓ **technika barevných skvrn** – barevné kapky → rozfoukávání, snaha domalovat obrázek,
- ✓ **dekorativní a ornamentální motivy** – rytmus, symetrie.

- **Barva** → třídění a pojmenování, procvičování barev a jejich odstínů, přechod od konkretizace k cvičení s představami, po zvládnutí se přikročí k „cítění“ barev, rozpoznání kontrastu, odvozené barvy – manipulace s barevnými skvrnami.

*Výtvarné techniky* – kresba, malba, modelování, koláž, popř. suchá jehla a kombinované techniky.

### **Modelování**

Uvádí žáky do prostoru, nutí žáky vědomě prožívat i přemýšlet nad prostorovými vztahy a zákonitostmi. Obohacují své poznatky o tvaru a barvě a nově se zabývají **hmotou a strukturou materiálu**.

Nejprve modelujeme podle *názoru* a později z *představ*.

- **Materiál klasický** → modelína, modurit, modelářská hlína, modelářská sádra, modelování ze sněhu.  
➤ **Materiál netradiční** → dřevo, oblázky, papírové krabice, vázaná sláma, škrobem fixovaný papír, hadry a provazy.

### **Vv by měla:**

- ✓ podat základní poučení o barvě, tvaru, ploše, struktuře a materiálu a adekvátních výrazových prostředcích,
- ✓ naučit žáky překonávat bezradnost z plochy a barvy,
- ✓ vnitřně motivovat pro hru s tvarem a barvou, navozovat pocit radostné atmosféry i relaxaci,
- ✓ přinášet poznatky v oblasti sebepercepce a percepce prostoru,
- ✓ posilovat sebevědomí dětí, probouzet pocit zadostiučinění z originality jejich projevu.

### **2. stupeň - Žák by měl**

- uplatňovat základní dovednosti při přípravě, realizaci a prezentaci vlastního tvůrčího záměru
- uplatňovat linie, barvy, tvary a objekty v ploše i prostoru podle vlastního tvůrčího záměru, využívat jejich vlastnosti a vztahy, pojmenovat je ve výsledcích vlastní tvorby
- i tvorby ostatních, vnímat a porovnávat jejich uplatnění v běžné i umělecké produkci
- při vlastní tvorbě vycházet ze svých vlastních zkušeností, představ a myšlenek, hledat a zvolit pro jejich vyjádření nejvhodnější prostředky a postupy, zhodnotit a prezentovat výsledek své tvorby, porovnávat jej s výsledky ostatních
- vnímat a porovnávat výsledky běžné i umělecké produkce, slovně vyjádřit své postřehy a pocity (RVP ZV – LMP, 2005).

Na tomto stupni už můžeme předřadit náročnější smyslová cvičení „vcítění se“ do atmosféry výtvarného díla. Dále pak výtvarné ztvárnění konkrétního pocitu.

- **Prostorové cítění** → prostorové práce s kovem, drátem, pletivem. Pro uvedený materiál je vhodná zvláště figurativní tvorba – dráty tvoří skelet postavy na který nalepíme kusy gázoviny, jutoviny či novinového papíru.

## **PRACOVNÍ VÝCHOVA**

Pracovní výchova připravuje děti a mládež na práci. V základních školách se pracovní výchova promítá do předmětu pracovní vyučování, označovaný dnes v české základní škole jako pracovní činnosti, který zahrnuje technickou výchovu, rodinnou výchovu a pěstitelské práce. Předmět pracovní vyučování má umožňovat žákům osvojení různých praktických dovedností, pracovních postupů a technik, pochopení různých technologií, rozvíjí tvořivé schopnosti žáků, probouzí zájem o různé profese a uvádí je do světa práce

Ve své obecné části se cíle a úkoly pracovního vyučování na praktické škole shodují s cíli polytechnické výchovy a pracovního vyučování dětí běžné populace.

**Obecné úkoly** - (základní pracovní dovednosti) .Předmět vytváří u dětí s mentálním postižením základní pracovní vědomosti (o materiálu, nástrojích, pracovních postupech..) rozvíjí manuální a intelektové pracovní dovednosti a návyky v této oblasti a tak připravuje žáky k účasti ve výrobní praxi a je jedním z nejdůležitějších prostředků jejich profesionální orientace.

**Speciální úkoly** (terapeutické, zdatnost i v jiném oboru, než triviu)

- reedukace a kompenzace deficitních schopností → zmírňuje motorické poruchy, zdokonaluje kognitivní funkce, stimuluje řeč a myšlení, snižuje nedostatky prostorové orientace...
- sociální rehabilitace → např. organizační forma výrobní praxe žáků,
- diagnostické - jemná a hrubá motorika, úroveň řeči, kognitivních funkcí.

**Obsah výuky** - Cvičení manuálních schopností (tvoří převážný díl obsahu výuky),  
Rozvoj intelektových schopností.(systematický nácvik).

### **Didaktické zásady:**

**princip názornosti** - Učitel musí využívat názorných prostředků a to nejen demonstraci didaktického cíle, to je vzorového finálního výrobku, ale opakovaně (zejména u nižších ročníků) i při demonstraci pracovních nástrojů, materiálů, a již naučených pracovních postupů. K názoru v nižších ročnících využíváme více trojrozměrných předmětů (maketa, modely) a pomůcek dvojrozměrných (obraz, fotografie). Ve vyšších ročnících využíváme k názoru pomůcek znakové podstaty (schémata, nákresy)

**princip uvědomělosti** - je pochopení pracovního úkolu. Učitel si musí být jistý, že každý žák ví naprosto přesně, co se od něj očekává. Musíme si uvědomit, že mentálně retardovaný žák pracuje uvědoměle jen v případě, že je motivován to znamená přesvědčen o praktickém významu své činnosti

**princip soustavnosti** – zabezpečuje plynulé a postupné osvojování vědomostí, dovedností i návyků v hodinách pracovního vyučování a je dána obsahem osnov. Po absolvování školy by měli mít žáci přehled o všech základních oborech a činnostech a osvojeny adekvátní pracovní dovednosti a návyky

**princip přiměřenosti**

**princip trvalosti** - je akceptována tehdy, když žáci dovedou v praxi s jistotou uplatnit svoje poznatky.

Prostředkem naplnění zásady je samostatná práce a časté opakování podstatných prvků učiva

**princip individuálního přístupu** - vyjadřuje požadavek respektovat ve vyučování, podle možností psychické i fyzické zvláštnosti každého žáka. Jedním z předpokladů pro uplatňování této zásady je provedení diagnózy individuálních zvláštností žáků.

**Princip aktivity** - vyjadřuje požadavek, aby žák nebyl pasivním účastníkem vyučování, ale aby vykonával činnosti, k nimž je učitelem veden a podněcován. Kromě aktivní činnosti duševní,

podněcuje učitel žáky i k různé činnosti manuální, tak jak to vyplývá z cíle a obsahu předmětu pracovního vyučování

### **Metody pracovního vyučování**

Volba metod vyučování se podřizuje nejen obsahům a cílům vyučování, ale především mentálnímu věku a specifickým dětí. Lze je střídat a kombinovat.

- *rozhovor* → motivační metoda,
- *instruktáž* → nutná před začátkem každé práce,
- *praktické cvičení* → je stěžejní metodou prac. vyučování,
- *práce s technickou literaturou* → jako samostatnou metodu nepoužíváme,
- *dlouhodobé pozorování žáků* → důležitá při hodnocení a klasifikaci,
- *rozběr žakovských produktů* → klasifikace má mít výchovnou a stimulující funkci.

### **Tvorba plánu**

Skupinová spolupráce celého kolektivu – žáci přichází s návrhy, učitel schvaluje a zamítá jednotlivé body postupu a analyzuje chyby. Sestavený pracovní postup si zapíše do dílenských deníků – dle praktického postupu si zatrávají jednotlivé splněné body. Nutné cílevědomě a soustavně cvičit schopnost zpětné vazby.

### **Organizační formy pracovního vyučování**

1. *Úvodní část* → kontrola přítomnosti a připravenosti žáků; instruktáž s motivací, seznámení s pracovním úkolem a jeho prakt. upotřebením, demonstrace modelem nebo vzorovým výrobkem, dle náčrtu zakreslení kót, skupinové sestavení technologického postupu, demonstrace materiálu, nástroje a způsobu měření.
2. *Etapa* → připravení pracovního místa a pozorování pracovního úkonu; připomenutí pravidel bezpečnosti práce.
3. *Hlavní část* → naplněna žakovským cvičením.
4. *Závěrečná etapa* → vyhodnocení pracovní kázeň, úsilí žáků a výsledku jejich činnosti; úklid pracoviště.

**Ostatní organizační formy** → exkurze, veřejně prospěšné práce, pomocné práce při údržbě školy, výrobní praxe.

**Struktura pracovního vyučování** → dílenské práce, pěstitelské práce, práce v domácnosti. Vzájemné prolínání těchto vyučování.

Výše jmenované složky prolínají všemi ročníky. Do třetího ročníku je poměr složek vyrovnaný z hlediska časové dotace. Od čtvrtého ročníku do osmého (postupně dochází k dělení výuky podle pohlaví) je poměr hodinové dotace dílenských prací k pracím v domácnosti u chlapeckých skupin 3:1 a u skupin dívek 1:3. V posledním ročníku je poměr hodinové dotace dílenských prací u chlapců ještě vyšší a u dívek klesá.

### **Obsah pracovního vyučování na nižším stupni ZŠ praktické**

- činnosti s drobným materiálem,
- práce s modelovací hmotou,
- montáž a demontáž činností,
- práce s papírem a kartonem,

- nácvik sebeobslužných návyků,
- práce v domácnosti,
- pěstitelské práce.

### Obsah pracovního vyučování na vyšším stupni ZŠ praktické

- práce s dřevem a kovem,
- práce s plasty,
- práce se sklem,
- technická grafika a komplexní práce s různými materiály,
- elektromontážní práce,
- pěstitelské práce,
- práce v domácnosti.

**Motivace** → pro mentálně retardované dítě je charakteristická motivační nevyhraněnost. (Dítě není schopno diferencovat hlavní a vedlejší motivy).

- **Vliv charakteru pracovního úkolu** → pokud je cílem výrobek prakticky upotřebitelný, motivace žáků má vzrůstající tendenci.
- **Společenská důležitost úkolu** → prvotní motivace mentálně postižených dětí je velmi primitivní, udělat více a dříve než ostatní.
- **Vliv očekávaného hodnocení** → je nejprokazatelnější motivací (je nutné zaměřit se primárně na kvalitu výrobku).
- **„Role“ instruktora** → nejspochopnější žáci pomáhají slabším.
- **„Role“ kontrolora** → pomáhá sledovat učitelé ekonomické využití materiálu, kontroluje technické parametry výrobků atd.
- **Vyhlášení soutěže o nejlepší výrobek** → motivujeme jen ty nejlepší. Žáci s nižší aspirací soutěžení vzdávají předem.

### Deficity myšlenkových operací MP žáků

- **komparace** → vykazuje nejmenší deficit. Děti jsou sice schopny zjistit, v čem se srovnané předměty a jevy liší, obtíže jim ale působí určit jejich shodné znaky. S nácvikem komparace začínáme co nejdříve metodou smyslové výchovy,
- **analýza, syntéza** → značný deficit. Kategoriálnost myšlení, analýza je příliš obecná a povrchní,
- **generalizace** → nejznatelnější deficit. Nedostatečné zevšeobecnění, žáci přenášejí prvky, zkušenosti v hotové, nezměněné podobě,
- **„vnitřní řeč“** → nedostatečná funkce. Důležité je neustále dostatečné, opakované vysvětlování a opravování chyb dítěte přímo při činnosti. Je třeba rozvíjet samostatnost a aktivitu žáka a cvičit vytváření zobecněných dovedností, tj. takových které lze použít ve více činnostech,
- **pojmotvorný proces** → souvisí s generalizací. Pojmy utváříme zevšeobecněním. V dílnách se děti seznamují s novými pojmy, s názvy pracovních nástrojů, materiálů apod.,
- **plánování jejich pracovní činnosti** → projevuje se tím, že žáci začínají plnit úkol bez nutné analýzy a orientace v problému, nejsou schopni sami si sestavit plán, často neumí pracovat ani podle předloženého technologického postupu. Děti mají lépe rozvinuty představy o hotovém výrobku než o plánu jeho výroby,
- **cílevědomost myšlení** → děti pouští ze zřetele cíl – výrobek a nahrazuje ho podružnými cíli, odbočuje od tématu.

# TĚLESNÁ VÝCHOVA

## Druhy Tv

- **Tv výběrová** → určená mimořádně tělesně vybaveným a pohybově nadaným jedincům, se uskutečňuje ve výběrových třídách (školách) sportovně zaměřených, či na výcvikových základnách pod odborným vedením specialistů apod.
- **Normální Tv** → je běžná výchovně-vzdělávací záležitost vymezená osnovami škol.
- **Zdravotní Tv** → je určena těm žákům škol, kteří mají trvale či přechodně změněný zdravotní stav.
- **Léčebná Tv** → je záležitostí zdravotnickou, rehabilitační a fyzioterapeutickou, úzce zaměřenou na nemocného jedince.

V základních školách speciálních využíváme především formu normální a zdravotní tělesné výchovy, vycházející z obecně výchovných cílů, a naplňují obsah základních speciálně pedagogických metod redukace, kompenzace a rehabilitace

## Cíle Tv

- **reedukační** → směřují k eliminování některých zvláštností osobnostní struktury mentálně postižených žáků, především nedostatků v diferenciaci a koordinaci pohybů vyplývajících z omezené syntézy – analýzy. Pohybové aktivity souvisí dále s rozvojem poznávacích schopností, rozvíjí bezprostřední vnímání, pozornost, paměť, obrazotvornost a představivost, myšlení a řeč.
- **kompenzační** → zaměřeny převážně na rozvoj takových osobnostních vlastností postiženého, které napomáhají vyrovnávat rozumový deficit dětí. Jsou orientovány jak do oblasti mravní, tak i emocionálně volní a motivační (posilujeme houževnatost, vytrvalost, cílevědomost, cvičíme vůli...).
- **rehabilitační** → můžeme zahrnout rekreační a relaxační úkoly těl. výchovy, úkoly zdravotní (posílení odolnosti organismu, zkvalitnění oběhové a podpůrné soustavy těla, respirace a metabolismu) a v širším slova smyslu i zlepšení sociální adaptability mentálně retardovaných.

## Organizace Tv

Doporučuje se, aby jednotka měla z hlediska fyzické zátěže dětí parabolický průběh – začínáme rušným cvičením (pochod, poklus, honička) jehož účelem je odreagování dětí a navození určitého svalového napětí, následují cvičení dechová, část expoziční a herní – soutěžní. Nakonec opět dechová cvičení, rytmická a zklidňovací zaměřená na správné držení těla.

Pro 7. (a vyšší) ročník školy umožňují osnovy zorganizovat **kurz lyžování**.

Dále pak plavecké kurzy, **turistické aktivity**. V 8.a 9. ročníku je možno zorganizovat několikadenní turistický kurz. Většinou jedno do roka probíhají na škole **sportovní hry** s možností postupu do vyšších kol.

## Zdravotní Tv (ZTv)

Cílem je odstranit nebo zmírnit následující typy zdravotního oslabení:

- **oslabení podpůrně pohybového systému** (poruchy funkce svalových skupin, poruchy páteře),
- **oslabení vnitřních orgánů** (oslabení oběhového a dýchacího systému endokrinního systému, obezity...),
- **oslabení smyslových a nervových funkcí** (oslabení zraku, sluchu, neuropsychická oslabení..).

Tento druh tělovýchovných aktivit může učit pouze pedagog s odbornou způsobilostí pro ZTV.

## **Obsah předmětu Tv**

Je koncipován do tématických bloků seřazených do dvou etap korespondujících s jednotlivými stupni praktické školy.

- **1.etapa (1.-3.ročník)** → důraz na spontánní pohybové činnosti a hry i zdravotně kompenzační činnosti s výrazným podílem hudby, rytmizace pohybu a jeho motivování,
- **2.etapa (4.-6. ročník)** základní činnosti sportovních her či jiných sportů a pohybových aktivit (gymnastika, plavání, turistika) výrazně se posiluje soutěživý moment a organizační složky (pravidla her, úspěch a porážka...) pohybových činností.
- **2.etapa (7.-9.ročník)** → staví především na realizaci pohybových aktivit a sportů v ucelenější podobě a k vedení žáků k větší samostatnosti nejen v realizaci těchto aktivit, ale i při jejich řízení a posuzování.

### ***Konkrétní tematické bloky tělesné výchovy na základní škole praktické***

- ✓ poznatky z tělesné výchovy a sportu, komunikace, organizace, hygiena a bezpečnost v těs. výchově,
- ✓ průpravná kondiční, koordinační, kompenzační, relaxační, vyrovnávací a jiná cvičení,
- ✓ gymnastika ( akrobacie, přeskoky, hrazda, kladina, kruhy, šplh, rytmické a kondiční činnosti s hudbou a rytmickým doprovodem),
- ✓ úpoly,
- ✓ atletika,
- ✓ pohybové hry,
- ✓ sportovní hry,
- ✓ plavání,
- ✓ turistika a pohyb v přírodě,
- ✓ bruslení, lyžování,
- ✓ další doporučené pohybové aktivity zařazené do tělesné výchovy

### ***Tematické bloky na ZŠS***

- ✓ cvičení pro správné držení těla,
- ✓ kondiční cvičení,
- ✓ koordinační cvičení,
- ✓ základy gymnastických cvičení,
- ✓ hudebně-pohybové činnosti,
- ✓ základy sportovních her,
- ✓ sezónní činnosti,
- ✓ cvičení pro rozvoj vytrvalosti, posilování,
- ✓ rytmická gymnastika,
- ✓ atletika.

RVP ZV – LMP určuje pro vzdělávací obor Tělesná výchova následující strukturu vzdělávacích obsahů

1. činnosti ovlivňující zdraví (např. zdravotně zaměřené činnosti, hygiena a bezpečnost při TV)
2. činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností (pohybové hry, gymnastika, sportovní hry)
3. činnosti podporující pohybové učení (komunikace a organizace, zásady chování, pravidla her)



## HUDEBNÍ VÝCHOVA

Je na speciální škole orientovaná k naplnění obecných a speciálních cílů.

### *Obecný cíl*

Rozvoj hudebnosti žáků a jejich pohybovým projevem podle hudby. Žáci si upevňují smysl pro tonalitu, rytmus, tempo a dynamiku, naučí se zpívat v rozsahu jedné a půl oktávy, kultivují svůj hudební projev, získávají základní poznatky o hudebních nástrojích, rozlišují je podle zvuku, získávají elementární vědomosti o stěžejních skladbách naší i světové provenience, včetně jejich autorů, a naučí se s porozuměním naslouchat hudbě.

### *Speciální cíle*

Zaměřeny na uvolnění motoriky, nácvik správného dýchání (ekonomie ducha a přídechu) a artikulace, na rozvoj sluchového vnímání, včetně fonemického sluchu.

**Hv plní** také úkoly zdravotní a to jak v oblasti somatické (posiluje hrudní i břišní svalstvo, podporuje srdeční činnost, metabolismus, diferencuje pohyby svalových skupin hrtanu a učí celkové hygieně hlasu), tak i ve sféře psychické (urychluje proces excitace a inhibice, tím i vytváření dynamických stereotypů kortexu). Muzikoterapeutické postupy mají i jistý terapeutický dopad.

### *Úkoly Hv*

#### ➤ **Napomoci eliminovat a napravovat nedostatky u dětí:**

- *Sluchový výcvik* (rozlišovat různé zvuky, tóny, výšku tónů, sílu zvuků a tónů).
- *Hlasový výcvik* (správné dýchání, artikulace, zacházení s hlasem, intonace ve větě.)
- *Rytmický výcvik v koordinaci s pohybem* (pulsace, metrum, rytmus, tempo.)

#### ➤ **Rozvoj hudebnosti:**

- *Rytmické cítění* (pulsace – realizace písní – rytmičtý doprovod písní).
- *Cít pro melodii* (rozlišování různé síly tónů různých výšek, zpěv písní různého charakteru – pochodových, lyrických atd.)
- *Rozlišení barvy tónů* (různých hudebních nástrojů)
- *Schopnost soustředit se na poslech hudby.*

#### ➤ **Pěstovat aktivní hudební a hudebně pohybový projev:**

- *Koordinace hudby s pohybem.*
- *Prožívání radosti z hudebního projevu.*

### *Složky výchovy:*

- ✓ sluchové, hlasové, dechové a řečové činnosti,
- ✓ instrumentální činnosti a rytmičtá cvičení,
- ✓ hudebně pohybové činnosti,
- ✓ poslech hudby.

Hv na speciální škole má obdobnou strukturu jako na škole praktické a tvoří samostatný předmět ve všech jejích stupních.

## **Rozcvičování v hodinách Hv**

Rozcvičování provádíme kolektivně po demonstraci cviku učitelem. Kolektivní příprava na hudební výchovu následuje ihned po zahájení hodiny, od žáků vyžadujeme nejen klid a soustředění, ale také správný postoj.

- **Svalové rozcvičky** → nutné pravidelné nacvičování svalového napětí. Velkému procentu dětí dnes chybí fyzická zdatnost, žáci praktické školy vedle mentální poruchy trpí často poruchami páteře, jsou oslabeni tělesně.
  - ✓ *aktivní postoj* – při správném postoji cvičíme zpevnění břišních svalů a svalstva hýžd'ového,
  - ✓ *krční svalstvo* - necháme klesnout bradu co nehlouběji k prsní kosti, spuštěnou hlavu otáčíme na strany, doprovázíme rezonujícím zpěvem bimmmm- bammmm,
  - ✓ *mimické svaly* – nafukujeme tvář až k prasknutí,
  - ✓ *jazyk* – čertovské blllllbllll musíme trpělivě nacvičovat,
  - ✓ *rty* – navlhčení jazykem, „žabičky“ se zapojením dolní čelisti, zvuk padajících kapek, vypouštění bublinek, foukání větříku, vichru...
  - ✓ *dolní čelist* – svolávání drůbeže (pipi pipi, puta puta, malá malá)
- **Dechová cvičení** → prvotní problém – kam nadechovat. Nejmohutnější nádech docílíme, když se nadechneme dolní částí plic a využijeme spodní části hrudníku, kde se nám roztáhnou volná žebra a mezižeburní svaly udrží takové množství vzduchu, které potřebujeme k výrazné řeči i ke zpěvu. (žáci se lehce opřou zády o opěradlo, nohy na zemi, kolena u sebe. Nádech nosem výdech ústy a lehce bzučíme bzzzz)
- **Artikulační cvičení** → Hv je důležitým pomocníkem při odstraňování špatné výslovnosti, špatné artikulace, překotné a nevýrazné řeči. Při uvolňovacích cvicích všech svalových skupin mluvidel se zaměříme na správnou výslovnost samohlásek, které nedělají postiženým dětem takové potíže.
- **Pěvecké činnosti** → využíváme absenci zábran u postižených (hlavně mladšího věku) v ústním projevu i v chování. Je však nutné umět jejich projev usměrnit, být vzorem a nenásilně jim vštěpovat návyky správného pěveckého projevu. Rozeznávání masky je velice důležité pro vlastní hlasový projev. Využíváme hlasová cvičení.

## **Hlasové rejstříky hlasové pedagogiky:**

- **hlavový** → horní (při zpěvu označen falzetem), kdy se chvěje jen část hlasivek a rezonance převažuje v hlavě,
- **prsní** → spodní, hlasivky se chvějí celé a rezonance převažuje v podhrtanových dutinách,
- **střední** → kdy se chvějí celé hlasivky a rezonance převažuje v masce (přibližně od očnicových oblouků po klíční kosti).
- **Nácvik nové písně** → musí předcházet úvodní motivace. Největší motivační dopad má ale píseň zazpívaná učitelem za doprovodu nástroje. S žáky si povídáme o náladě písně, o obsahu textu, komu ji zpíváme, kdy a kde.

### ***Instrumentální činnost:***

- ✓ doprovodné nástroje a jejich využití - Orffův instrumentál (triangl, blok, činel, prstové činelky, cinkalo, bubínek, tamburina, hůlky, chřestidlo, drhlo, rolničky) vlastní instrumenty (pomocí dřívěk, plechovek, drátů, plíšků)
- ✓ rytmus a rytmická cvičení.

### ***Hudebně – pohybové hry:***

- ✓ hudební hry,
- ✓ pohybové ztvárnění písní,
- ✓ taneční kroky,
- ✓ pohybové vyjádření nálady,
- ✓ dramaticko – rytmické hry.

### ***Hudební poslech***

U poslechu nestačí jen slovo, je nutné dětem navodit náladu skladby, kterou chceme poslouchat a současně jim zadat konkrétní úkol, jenž z poslechu vyplývá. Při poslechu je třeba, aby žáci měli zavřené oči a hlavy pokud možno položené na lavici. Zabráníme tak jednotlivcům, které nejsme schopni zaujmout, aby během poslechu nenarušovali klid ve třídě a soustředění ostatních.