

BUBNOHRANÍ



Obsah

1	Vzdělávací program a jeho pojetí.....	5
1.1	Základní údaje	5
1.2	Anotace programu.....	6
1.3	Cíl programu	6
1.4	Klíčové kompetence a konkrétní způsob jejich rozvoje v programu.....	6
1.5	Forma	7
1.6	Hodinová dotace	7
1.7	Předpokládaný počet účastníků a upřesnění cílové skupiny.....	7
1.8	Metody a způsoby realizace.....	7
1.9	Obsah – přehled tematických bloků a podrobný přehled témat programu a jejich anotace včetně dílčí hodinové dotace	7
1.10	Materiální a technické zabezpečení	10
1.11	Plánované místo konání	10
1.12	Způsob vyhodnocení realizace programu v období po ukončení projektu.....	11
1.13	Kalkulace předpokládaných nákladů na realizaci programu po ukončení projektu	12
1.14	Odkazy, na kterých je program zveřejněn k volnému využití.....	13
2	Podrobně rozpracovaný obsah programu.....	14
2.1	Tematický blok č. 1 Bubnohraní – 20 hodin	14
2.1.1	Hra na djembe – 2 hodiny	14
2.1.2	Instrumentální orchestr – 2 hodiny.....	19
2.1.3	Zvonkohraní – 2 hodiny.....	23
2.1.4	Bubnohraní a orchestr – 2 hodiny.....	26
2.1.5	Emoce, ruchy ve scéně – 2 hodiny.....	28
2.1.6	Instrumentální orchestr i s vyrobenými nástroji – 2 hodiny	31
2.1.7	Aina a Zeka	33
2.1.8	Pohádka o dvou princích bratrech – 2 hodiny.....	37
2.1.9	Malý princ – 2 hodiny	42
2.1.10	Živly – 2 hodiny.....	46
2.2	Tematický blok č. 2 Výroba hudebních nástrojů – 6 hodin	50
2.2.1	Výroba Didgeridoo – 2 hodiny.....	50
2.2.2	Výroba jednoduchých nástrojů – 2 hodiny.....	53



2.2.3 Výroba fanfrnochu – 2 hodiny.....	58
2.3 Tematický blok č. 3 Tradice – 4 hodiny	62
2.3.1 Vánoce – 2 hodiny	62
2.3.2 Jaro, Velikonoce – 2 hodiny.....	64
2.4 Tematický blok č. 4 Workshopy – 6 hodin.....	67
2.4.1 Workshop 1–3 hodiny	67
2.4.2 Workshop 2–3 hodiny	67
2.5 Tematický blok č. 5 Závěrečný koncert – 1 hodina	68
3 Metodická část	69
3.1 Metodický blok č. 1 Bubnohraní.....	69
3.1.1 Hra na djembe – úvod	70
3.1.2 Instrumentální orchestr.....	76
3.1.3 Zvonkohraní.....	81
3.1.4 Bubnohraní a orchestr.....	84
3.1.5 Emoce, ruchy ve scéně	88
3.1.6 Instrumentální orchestr i s vyrobenými nástroji – 2 hodiny	90
3.1.7 Aina a Zeka	93
3.1.8 O dvou princích bratrech – 2 hodiny	99
3.1.9 Malý princ – 2 hodiny	105
3.1.10 Živly – 2 hodiny.....	108
3.2 Metodický blok č. 2 Výroba hudebních nástrojů.....	111
3.2.1 Výroba didgeridoo	112
3.2.2 Výroba jednoduchých nástrojů	116
3.2.3 Výroba fanfrnochu.....	121
3.3 Metodický blok č. 3 Tradice.....	124
3.3.1 Vánoce	125
3.3.2 Jaro, Velikonoce	128
3.4 Metodický blok č. 4 Workshopy	131
3.4.1 Workshop 1	131
3.4.2 Workshop 2	133
3.5 Metodický blok č. 5 Závěrečný koncert.....	134
4 Příloha č. 1 – Soubor materiálů pro realizaci programu.....	136



3.1.1 Hra na djembe	136
3.1.7 Aina a Zeka	140
3.1.8 Pohádka o dvou princích bratrech	141
3.1.9 Malý princ.....	143
3.1.10 Živly.....	145
3.2. Výroba hudebních nástrojů	146
3.3 Metodický blok č. 3 Tradice.....	146
3.3.1 Vánoce	146
3.3.1. Závěrečná reflexe – baňky.....	147
3.3.2. Jaro, Velikonoce	148
Závěrečný sebehodnotící a hodnotící dotazník s výstupy a kompetencemi.....	149
Odkazy na všechny rytmy.....	151
5 Příloha č. 2 – Soubor metodických materiálů	152
6 Příloha č. 3 – Závěrečná zpráva o ověření programu v praxi	188



1 Vzdělávací program a jeho pojetí

1.1 Základní údaje

Výzva	Budování kapacit pro rozvoj škol II
Název a registrační číslo	Ve škole po škole
Název programu	Bubnohraní
Název vzdělávací instituce	Středisko služeb školám a zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků Brno, příspěvková organizace od 1. 7. 2021 Vzdělávací institut pro Moravu, zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků a středisko služeb školám, příspěvková organizace
Adresa vzdělávací instituce a webová stránka	Hybešova 15, Brno, 602 00 http://www.sssbrno.cz
Kontaktní osoba	Mgr. Hana Knapová
Datum vzniku finální verze programu	červenec 2021
Číslo povinně volitelné aktivity výzvy	02_16_32
Forma programu	Prezenční Týmová spolupráce
Cílová skupina	3. a 4. ročník, 1. stupeň ZŠ
Délka programu	37 hodin
Zaměření programu (tematická oblast, obor apod.)	Poznávání tradic a kultur, uchování si vztahu k vlastní identitě, kultuře, tradicím a jazyku a podpora zájmu dětí a mládeže o specifika vlastního regionu, včetně tradic a zvyků většinové společnosti i sociálních, etnických a kulturních menšin, podpora vzdělávacích projektů zaměřených na poznávání historie, tradic a kultury. Rozvoj talentu dětí a žáků v rámci formálního, zájmového a neformálního vzdělávání, podpora dlouhodobé a systematické práce s talentovanými dětmi a mládeží. Využívání kreativního a inovativního potenciálu dětí a mládeže.



	Spolupráce škol a školských zařízení s organizacemi a institucemi, které se zabývají pomocí dětem a mládeži s omezenými příležitostmi.
Tvůrci programu	Mgr. Jitka Hodálová, Mgr. Blanka Machková
Odborný garant programu	Mgr. Renata Hubáčová
Odborní posuzovatelé	
Specifický program pro žáky se SVP (ano x ne)	NE

1.2 Anotace programu

Program Bubnohraní uvádí děti velmi praktickou formou do světa rytmů a melodií. Bohatě využívá rytmických a melodických nástrojů, lidského hlasu a pro děti přitažlivých vzdělávacích postupů. Průběžně jim dále umožňuje poznávat historii, tradice i kulturu, a to jak naši, tak některých afrických národů. Současně si přirozeně osvojují potřebné komunikační kompetence a cesty k vytvoření přátelského prostředí.

Program je prvořadě určen žákům 1. stupně ZŠ, ale může být s užitkem uplatněn i jinde.

1.3 Cíl programu

Program vede žáky k rozvoji hudebního vnímání i cítění, tvůrčího vyjádření pomocí hudebních nástrojů (zejména rytmických). Posiluje jejich schopnosti neverbální komunikace a vlastního vyjádření. Zlepšuje u nich mluvený a čtený projev vlivem rytmu. Prohlubuje prožitek z hudby, pomocí relaxací uvolňuje napětí a stres, skrze prožitek z hudby žáci formulují své pocity a sebereflexi.

Průběžně umožňuje žákům získat znalosti z oblasti kultury, historie a tradic. Stejně tak žáky vede k prohloubení jejich sociálních a komunikačních kompetencí.

Zdokonaluje u žáků jejich schopnosti a dovednosti na hudebních nástrojích.

1.4 Klíčové kompetence a konkrétní způsob jejich rozvoje v programu

1. Komunikace v mateřském jazyce

Program podporuje verbální a neverbální komunikaci a vlastní sebevyjádření.

Rozšiřuje znalost hudební terminologie.

Podporuje rozvoj mluveného a čteného projevu.

2. Schopnost učit se

Hudební metody s využitím rytmických a melodických nástrojů zlepšují schopnost soustředit se a učit se. Také podporují schopnost nalézat nové postupy, rozvíjí kreativitu.

3. Sociální a občanské schopnosti



Bubnohraní pomáhá a zvyšuje schopnost emočního vyjádření, zapojení do skupiny a schopnost spolupráce, naslouchání druhým.

4. Kulturní povědomí a vyjádření

Bubnohraní má v sobě i zakódované etnické hudební prvky. Žáci se seznámí s historií a vývojem hudebních nástrojů.

1.5 Forma

Prezenční program se skupinou.

1.6 Hodinová dotace

15 x 2 hodiny projektové výuky, 2 x 3 hodiny workshop, 1 hodina závěrečný koncert

celkem 37 hodin

1.7 Předpokládaný počet účastníků a upřesnění cílové skupiny

12 žáků

3. – 4. ročník, 1. stupeň ZŠ

1.8 Metody a způsoby realizace

Program je kombinací několika metod:

- praktické osvojování dovedností spojených s rytmickými nástroji, které umožňuje dětem, aby se aktivně podílely na hudební tvorbě i souhře
- výklad nových informací, který umožňuje dětem se orientovat v tom, co prakticky konají
- vytváření příležitostí k zážitku krásy a radosti
- aktivní tvorba dětí
- skupinová spolupráce

Jednotlivé bloky jsou završeny samostatným hudebním workshopem vedeným učitelem hudební výchovy a externím profesionálním hudebníkem.

1.9 Obsah – přehled tematických bloků a podrobný přehled témat programu a jejich anotace včetně dílčí hodinové dotace

Tematický blok Bubnohraní č. 1–20 hodin

Seznámení žáků s bicím nástrojem djembe a se základy hry na tento nástroj. Procvičení jednoduchých rytmů, doplněných písní. Na závěr celého tematického bloku muzikoterapie.



Téma č. 1 Hra na djembe – úvod 2 hodiny

Předvedení hry na djembe, krátká ukázka rytmu. Seznámení s hudebním nástrojem, jeho částmi, objasnění základů hry na tento neobvyklý hudební nástroj. Provedení rozbubnovací rozcvičky, učení se jednoduchému rytmu s názvem Krok. Výuka písně ve 4/4 nebo 2/4 taktu, kterou doprovodíme rytmem Krok. Na závěr pasivní hudební prožitková výchova, před jejíž samotnou realizací proběhne seznámení s jejími principy a pravidly.

Téma č. 2 Instrumentální orchestr 1–2 hodiny

Přivítání se s dětmi, rozbubnování, opakování již naučeného rytmu Krok a následné seznámení se s rytmem Vlak, kde využijeme prvky dramatizace. Předvedení nástrojů učitelem a ukázka hry na ně, poté si děti vyberou nástroj a zahrají si na orchestr. Na závěr relaxace pomocí hudebního prožitku.

Téma č. 3 Zvonkohraní 2 hodiny

V první části tématu hra na djembe (první vyučovací hodina) a v druhé hodině seznámíme žáky se zvonkohrami s následnou hrou na ně.

Téma č. 4 Bubnohraní a orchestr 2 hodiny

V první hodině výuka nového rytmu a hra dvou jednoduchých rozdílných rytmů současně. V druhé části hra na instrumentální orchestr.

Téma č. 5 Emoce, ruchy ve scéně 2 hodiny

Pomocí hudebních nástrojů vyjádříme lidské emoce (smutek, radost, zlost), hra na film a zvukaře. Práce ve 2 skupinách. První skupina hraje scénku, druhá skupina danou dramatizaci „nazvučuje“ – doprovází na hudební nástroje.

Téma č. 6 Instrumentální orchestr s novými nástroji 2 hodiny

Výuka indiánského rytmu. V další části hodiny hra na instrumentální orchestr, který rozšíříme o vyrobené nástroje z Bloku Výroba hudebních nástrojů – Téma č. 1 Didgeridoo, Téma č. 2 Výroba jednoduchých nástrojů.

Téma č. 7 Aina a Zeka 2 hodiny

Dvouhodinová lekce motivovaná příběhem o dvou sourozencích z afrického prostředí. Jsou zde navozeny představy pohybů mořských živočichů a přírody kolem. V druhé polovině jsou děti rozděleny do dvou skupin; jedna doprovází na djembe, metalofon, tamburínu, chimes a druhá se snaží napodobit pohyby např. rejnoka, medúzy či stromu, se kterým si pohrává vítr. Je zde tedy využito prvků dramaterapie a výrazového tance.

Téma č. 8 Pohádka o dvou princích bratřech 2 hodiny

Dvouhodinová lekce zaměřená na doprovod pohádkového příběhu. Dětem se vypráví pohádka a ony doprovázejí děj na zvolené hudební nástroje. Ve druhé hodině si zahrajeme pohádku ještě jednou (děti si vymění role), avšak beze slov, pouze jako pantomimu za doprovodu nástrojů.



Téma č. 9 Malý princ 2 hodiny

Dvouhodinová lekce motivovaná příběhem o Malém princí (A. de S. Exupery). V první části děti krátce seznámíme s příběhem. Vyprávíme o tom, na jaké planetě žil, o jeho růži, jaké planety později navštívil (Král, Domýšlivec, Pijan, Byznysmen, Lampář), na každé se zastavíme pro její charakteristiku slovně a snažíme se to hudebně vyjádřit.

Ve druhé hodině použijeme bubny djembe, kdy zkusíme hrát na nástroje podle prostředí, ve kterých bychom mohli cestovat s Malým princem. Některé děti hrají na nástroj, jiné prochází prostředím různých planet. Navštívíme Planetu stalagmitů, Planetu plochou, Planetu mlžnou, Planetu bahnitou, Planetu horkou, Planetu deštivou. Děti mohou vymýšlet další.

Téma č. 10 Živly 2 hodiny

Dvouhodinová lekce, kde jsou různými nástroji a pomůckami simulovány jednotlivé živly. Lekce je motivovaná cestou vlakem, vždy mezi jednotlivými stanovišti (živly) přejíždíme v zástupu. Na stanovištích se děti doprovází na nástroji vhodnými pro určitý element.

Tematický blok Výroba nástrojů č. 2–6 hodin

Tento blok je zaměřen na výrobu vlastních hudebních nástrojů, které jsou užívány v tématu č. 6 Instrumentální orchestr s novými nástroji. Seznámení s historií a využitím hudebních nástrojů v praxi.

Téma č. 1 Výroba didgeridoo 2 hodiny

První dvouhodinová lekce tohoto bloku zaměřena na výrobu dechového nástroje didgeridoo.

Téma č. 2 Výroba jednoduchých nástrojů 2 hodiny

Výroba 4 jednoduchých doprovodných nástrojů: shaker, kazoo, zvonky, malá kytara.

Téma č. 3 Výroba fanfrnochů 2 hodiny

Dvouhodinová lekce věnovaná především výrobě fanfrnochů.

Fanfrnoch vyluzuje ojedinělý zvuk a není náročné na něho hrát ani ho vyrobit. Děti se výrobou tohoto hudebního nástroje dozví zajímavosti o historii, mohou doprovázet typické písně, ve kterých se fanfrnoch používal, ale i běžné lidové.

Fanfrnoch lze využít k rytmickému doprovodu písní, ale pokud vyrobíme více nástrojů o různých objemech nádob, můžeme získat i disharmonický souzvuk.

Tematický blok Tradice č. 3–4 hodiny

Tento blok je věnovaný našim tradicím Vánocům a Velikonocům, především využití hudebních nástrojů při těchto oslavách.



Téma č. 1 Vánoce 2 hodiny

V první hodině hra na bubny a zpěv. Výuka písně Na Vánoce dlouhý noce. V druhé hodině práce s hudebními nástroji a hudebním doprovodem na zvonkohry, metalofon a dřívka.

Téma č. 2 Jaro 2 hodiny

Hudební rozcvička v novém rytmu – výuka nového osmidobého rytmu a písně Vrby se nám zelenají. Postupně ke zpěvu přidáváme hru na zvonkohru a metalofon.

Tematický blok Workshopy č. 4–6 hodin

Tento blok je věnovaný neformálnímu vzdělávání. Přizvaný externí lektor je specialista na zážitkovou hudbu. Díky svým kompetencím a profesionalitě, osvědčenými postupy zvyšuje u dětí dovednosti a schopnosti v této oblasti.

Téma č. 1 Workshop 3 hodiny

První workshop seznamuje s postupy využívanými v zážitkové hudbě pod vedením externího lektora. Jsou zde předvedeny nové hudební nástroje.

Téma č. 2 Workshop 3 hodiny

Zde se navazuje na workshop č. 1. Upevňují se zde hudební a zážitkové postupy pod vedením externího lektora.

Tematický blok Koncert č. 5–1 hodina

Koncert za účasti rodičů. Zde děti předvedou své získané dovednosti a znalosti z programu Bubnohraní.

1.10 Materiální a technické zabezpečení

Bubny djembe – 13 ks × 5 000 Kč

Další hudební nástroje a pomůcky 20 000 Kč

Obaly a boxy na hudební nástroje 15 × 1 000 Kč

Podložky a polštáře 12 × 1 000 Kč

Materiál pro výrobu vlastních hudebních nástrojů 2 × 5 000 Kč

1.11 Plánované místo konání

Základní škola, skupina dětí věkově odpovídající cílové skupině.

Základní a mateřská škola Didaktis s. r. o., Bzenecká 23, Brno, 628 00



1.12 Způsob vyhodnocení realizace programu v období po ukončení projektu

Setkání se zainteresovanými lidmi, vyhodnocení programu, splnění cílů, zvolených metod, forem práce, úpravy v metodické i obsahové části kurzu, hodnocení dostatku příloh.

Vyhodnocení realizace programu proběhne formou diskuze se zapojenými lektorkami i ostatními členy projektu. Zhodnotí se časová náročnost, atraktivita pro žáky a využitelnost získaných dovedností.

Po skončení realizace je program vhodný jako kroužek při ZŠ, DDM nebo při ZUŠ. Určitě je možné program realizovat i v jiných organizacích, které se věnují dětským volnočasovým aktivitám.

Využití najdou jednotlivé lekce i v rámci hudební výchovy nebo ke zvýšení čtenářské gramotnosti (práce s textem, poslechem, prožitkem) na ZŠ.

Workshopy se dají velmi vhodně včlenit do výuky v ZŠ v rámci prohloubení hudební výchovy, ale i jako zážitkový a relaxační prvek v rámci různých vzdělávacích projektů nebo k rozšíření školní výuky.



1.13 Kalkulace předpokládaných nákladů na realizaci programu po ukončení projektu

Počet realizátorů/učitelů: 2 osoby

Položka		Předpokládané náklady
Celkové náklady na realizátory/učitele (1 odborný učitel, 1 asistent)		39.750 Kč
z toho	Hodinová odměna pro 1 odborného učitele (DPP bez odvodů, 1 hodina výuky včetně přípravy)	450 Kč
	Hodinová odměna pro 1 asistenta (DPP bez odvodů, 1 hodina výuky včetně přípravy)	300 Kč
	Workshop – specialista (2 × 3 h)	12.000 Kč
Náklady na zajištění prostor (učebna – pronájem 300 Kč/hod)		11 100 Kč
Ubytování, stravování a doprava účastníků		0 Kč
z toho	Doprava účastníků	0 Kč
	Stravování a ubytování účastníků	0 Kč
Náklady na pomůcky a materiál		120.000 Kč
z toho	Hudební nástroje	100.000 Kč
	Odměny žákům, materiál na výrobu nástrojů,	20.000 Kč
Režijní náklady		4.150 Kč
z toho	Stravné a doprava organizátorů	0 Kč
	Ubytování organizátorů	0 Kč
	Poštovné, telefony	500 Kč
	Doprava a pronájem techniky	0 Kč
	Propagace	500 Kč
	Ostatní náklady	1.150 Kč
	Odměna organizátorům	2.000 Kč
Náklady celkem	12 žáků ve skupině	174.000 Kč
Poplatek za 1 žáka		14.500 Kč



1.14 Odkazy, na kterých je program zveřejněn k volnému využití

Použité obrázky, fotografie, videa a všechny notové materiály v programu Bubnohraní, pokud není uvedeno jinak, jsou autorským dílem Jitky Hodálové a Blanky Machkové.

Mapa Mali (viz Příloha) je z Wikipedie Autor: Marcos Elias de Oliveira Júnior – Vlastní dílo, Volné dílo

Mapa Norska (viz Příloha) je z Wikipedie: Tento dokument smí být kopírován, šířen nebo upravován podle podmínek [Svobodné licence GNU pro dokumenty](#) verze 1.2 nebo libovolné vyšší verze publikované nadací [Free Software Foundation](#). Dokument nemá neměnné části ani texty na předním či zadním přebalu. Kopie textu licence je k dispozici v oddíle nazvaném [GNU Free Documentation License](#).

Fotografie z Mali (viz Příloha) je použita z Pixabay – Volné pro komerční užití, není nutné uvádět zdroj.

Fotografie Norska (viz Příloha) je použita z Wikimedia Commons, Ximonic (Simo Räsänen), CC BY-SA 4.0

Program je zveřejněn k volnému využití na stránkách:

www.rvp.cz

<https://www.sssbrno.cz/projekty/projekt-ve-skole-po-skole>



Program Bubnohraní podléhá licenci Creative Commons Uveďte původ-Zachovejte licenci 4.0 Mezinárodní. Pro zobrazení licenčních podmínek navštivte <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>.



2 Podrobně rozpracovaný obsah programu

2.1 Tematický blok č. 1 Bubnohraní – 20 hodin

2.1.1 Hra na djembe – 2 hodiny

Seznámíte se s hudebním nástrojem djembe, osvojíte si základy hry a názvosloví. Naučíte se už nový rytmus, a dokonce si doprovodíte známou píseň na djembe.

Cíle dvouhodinové lekce

- osvojíte si základy hry na djembe
- vnímáte metrum pomocí rytmické rozcvičky
- propojíte zpěv a rytmus v jeden celek
- popíšete části bubnu a názvy jednotlivých úderů
- pojmenujete svoje pocity při pasivní prožitkové hudební výchově

1. hodina

Podrobně rozpracovaný obsah:

Uvítání a seznámení s programem

Sezení je připraveno do kruhu a před každou židlí stojí djembe.

Vidíte, že máme připravené židle do kruhu. Proč si myslíte, že je to do kruhu? Všichni na sebe lépe vidíme, zvuk z bubnů se lépe sjednotí a zní jednotně.

Sedněte si a chytněte se za ruce s tím, koho máte vpravo i vlevo. To bude při našich programech, které máme teď před sebou, takové tajné znamení, že patříme k sobě. Já tomu, kdo je po mé pravé ruce stisknu ruku a ten udělá totéž svému sousedovi vpravo. Jestlipak tenhle stisk se mi zleva vrátí?

Před vámi stojí hudební nástroj. Víte, jak se jmenuje?

Jmenuje se „džembe“ – a jak se k nám dostalo – to se také dneska dozvíte. Ale vy se na ně nebudete jen koukat – vy se na ně naučíte hrát. To bude překvapení, až to někomu předvedete. To jen tak někdo neumí.

Ukázka hry na djembe (1 minuta)

Ale já to už umím. Podívejte.

Pustím vám ukázkou hry na djembe.



Podívejte se na video <https://youtu.be/wR4BnNYp9Dk>

Nastavení pravidel a diskuze

Než se pustíme do toho, abyste už dneska i vy byli schopní na tohle „džembe“ něco zahrát, tak si teď zahrajeme na takový parlament. Vymyslíte pravidla, jak s takovými hudebními nástroji zacházet. Víte



například, kolik může djembe stát v obchodě? Tipněte si. (4–5 tisíc) Škola jich může pořídit pouze několik, proto se k nim musíme chovat opatrně.

Utvořte tři skupinky po čtyřech, nejrychlejší bude, když se dáte dohromady tak, jak sedíte vedle sebe. Jedna čtveřice budete vy tři..., druhá vy..., a třetí už nám zbyla. Každému týmu dám papír s podložkou. A na něj budete zapisovat, co podle vás musíme dělat, abychom ty pěkné nástroje ochránili, abychom jim neublížili. Zkuste při tom nevykřikovat a vzájemně se poslouchat, abyste na ten papír mohli napsat to, na čem se shodnete. A abyste to současně neprozrazovali těm dalším týmům. Máte na to deset minut.

Po 10 minutách pokračuje:

Ted' ten váš výtvar podejte týmu, který je po vaší pravé ruce. A společně ho prozkoumejte. U pravidla, které se vám zdá dobré, udělejte ☺. U pravidla, které nepovažujete za správné, udělejte otazník. Máte na to tři minuty. Pak to zase pošlete týmu po vaší pravé ruce. A ten s tím udělá totéž. Taký během tří minut.

Po třech minutách dá vedoucí programu pokyn k výměně.

Po dalších třech minutách každá skupina přečte pravidla, která jim přijdou správná a přečtou i pravidla s otazníky. Na ty jim odpoví děti, která tam pravidla napsaly, a zdůvodní, proč jim ta pravidla přišla důležitá. Vedoucí programu společně s dětmi na nový papír sepiše pravidla, na kterých se všichni dohodli. Děti i vedoucí programu to podepíší.

Vidíte, jak jste to zvládli. Pravidla nám zde budou pořád viset.

Původ djembe (4 min)



Učitel pustí z YouTube tohle video: FOLI (there is no movement without rhythm) original version by Thomas Roebers and Floris Leeuwenberg

Pustím vám video a rozdám pracovní listy.

Podívejte se na pracovní list a tipněte si, na kterém obrázku by mohli tamější lidé vyrábět djembe?

Ano, přišlo k nám z Afriky. Ze státu, který se jmenuje Mali. Příště by nám někdo mohl na mapě ukázat, kde ten stát je. Je to takový jejich národní nástroj. Ale dneska už ho lidé znají po celém světě, protože hra na něj je docela jednoduchá a přitom zábavná.

A to si začneme zkoušet.

Ukážu vám rozdíl ve zvuku, když jinak postavím a uchopím buben. Když si ho takhle nakloním, stisknu koleno a udeřím, zní takto... Když ho postavím na zem a udeřím, zní takto ... Víte, čím to je? A který zvuk je lepší?





Výuka hry na djembe – rozcvička

Ano, když je buben nakloněný, zvuk je lépe slyšet.

Vezměte si každý djembe a napodobte můj postoj.

Nyní si zahrajeme výškový tón. Hraje se třemi prsty, které nesmí zůstat po úderu na bláně bubnu. Musí se odrazit. Hrajte podle mě a přesně napodobujte moje ruce.



Nyní si zahrajeme středový tón. Hraje se celou dlaní, nejdelší prst je ve středu bubnu. Předvedu vám to. Hrajte podle mě a přesně napodobujte moje ruce. Musíte si dát pozor, úder vychází pouze ze zápěstí, nemáváte celou rukou.



Nyní si zahrajeme basový tón. Celou dlaní lehce udeříte do středu bubnu. Hrajte podle mě a přesně napodobujte moje ruce. Tento úder se hraje celou paží.



Začínáme na výškových tónech, kdy střídáme levou a pravou ruku po jednom úderu. Pozor, musíte mě bedlivě sledovat a poslouchat, budu dělat v rytmu drobné změny, najděte je a hned je se mnou hrajte.



Podívejte se na video <https://youtu.be/7e1KAQnJeGE>

To stejné provedeme ve středových tónech. Na závěr hrajeme basové tóny, ale zde střídáme pouze po jednom úderu levou a pravou rukou.

Rytmus Krok (10–15 minut)

Rytmus se naučíme napřed v pomalém tempu. Ale napřed si označíme jednotlivé údery: basový **tum**, výškový **ta**, středový **ty**. Doprovodíme rytmus i slovně: **tum, ta, ta, ty, tum, ta, ta, ty**, ... Předvedu vám to. Děti, přidejte se.



Podívejte se na video <https://youtu.be/ArwZTt5oTU0>

2. hodina

Zpěv – Kočka leze dírou, Já mám koně (10 min)

Tuhle hodinu už propojíme naučený rytmus **Krok** s nějakou písničkou. Zkusíme si zazpívat Kočka leze dírou (*případně Já mám koně*).

Propojení písničky a rytmu Krok (15 min)

Zkusíme to zazpívat ještě jednou a já k tomu budu bubnovat rytmus **Krok**. Kdo bude chtít, tak se přidá.

Výborně a zkusíme to všichni. Kdo si ještě netroufá, bude zpívat a bubnovat pouze výškové tóny (metrum) a nebude se trápit, že mu ještě nejde propojit rytmus **Krok** s písni.

Závěrečná muzikoterapie (15 minut)

Děti, každý si vezměte podložku a polštář. Najděte si místo, které se vám líbí, kde si myslíte, že se budete cítit dobře.

Nyní si zavřete oči, zaposlouchejte se do hudby a představujte si, že vás ta hudba přenesle někam, kde by vám mohlo být dobře. Možná v duchu uvidíte zajímavé věci, lidi, zvířata, přírodu.

Budu postupně hrát na chimes, djembe, kalimba.





Závěrečná reflexe (5 min)

Mě by zajímalo, jestli jste někdo, něco viděl, cítil, nebo někde byl? – *zpětná vazba od účastníků*

Zkuste mi popsat části bubnu.

Kdo mi předvede výškový úder? Kdo mi zahraje středový úder? A kdo basový?

Rozdám vám kolečko velikosti blány bubnu. Pastelkami mi nakreslete, kde byste měli prsty při výškovém úderu. Prsty můžete obkreslit. Teď mi nakreslete jinou barvou, kde byste měli ruce při středovém úderu a jinou barvou, kde by byl basový úder.

2.1.2 Instrumentální orchestr – 2 hodiny

Zopakujete si rytmus **Krok**, zahrajete si na instrumentální orchestr, prožijete si pasivní hudební prožitkovou výchovu.

Cíle dvouhodinové lekce

- osvojíte si základy hry na djembe
- vnímáte metrum pomocí rytmické rozcvičky
- propojíte zpěv a rytmus v jeden celek
- popíšete části bubnu a názvy jednotlivých úderů
- pojmenujete svoje pocity při pasivní prožitkové hudební výchově

1. hodina

Podrobně rozpracovaný obsah:

Přivítání a rozcvička (10 min)

Pošleme si opět stisk, věřím, že se mi vrátí z druhé strany kruhu.

Připravte si djembe a nejdříve si zopakujeme v rozcvičce všechny úder, které jsme se minule naučili. Pokuste se přesně napodobovat moje ruce.

Začínáme na výškových tónech, kdy střídáme levou a pravou ruku po jednom úderu. Pozor, budu měnit rytmus.



Podívejte se na video <https://youtu.be/7e1KAQnJeGE>

Opakování rytmu Krok (5–10 min)

Pamatujete si někdo tento rytmus?

Rytmus si zopakujeme napřed v pomalém tempu. Také využijeme slovní říkanku (označení tónů): basový **tum**, výškový **ta**, středový **ty**. Doprovodíme tedy rytmus i slovně: **tum, ta, ta, ty, tum, ta, ta, ty**.



Podívejte se na video <https://youtu.be/ArwZTt5oTU0>

Rytmus Krok s písni

Zopakujeme si píseň, kterou jsme zpívali (píseň ve 4/4 nebo 2/4 taktu) v minulé hodině (Kočka leze dírou, Já mám koně, ...).

Nyní si vyzkoušíme přidat do písni rytmus Krok. Ukážu vám to.

Nácvik nového rytmu Vlak (10 min)

Rytmus Vlak vychází z rytmu Krok, je tam navíc 2x výškový úder. Vypadá takto: **tum, ta, ta, ty, ta, ta**.



Podívejte se na video <https://youtu.be/WkNparoNRxw>

Dramatizace rytmu Vlak (10 min)

Děti, zahrajeme si na vlak. Nastoupíme do vlaku na nějakém nádraží, které si určíme, třeba na hlavním nádraží v Brně. Vlak se nejdříve rozjíždí, proto budeme hrát rytmus pomalu a postupně budeme zrychlovat, protože vlak také jede rychleji. Při jízdě se budeme dívat z okna. Kdo si myslí, že by něco mohl vidět, tak to řekne. Jakmile se budeme blížit do cílové stanice, tak vlak bude opět zpomalovat.



2. hodina

Podrobně rozpracovaný obsah:

Předvedení nástrojů, terminologie (10 min)

Děti, ukážu a předvedu vám tyto zajímavé nástroje:

- shaker

perkusi nástroj ve tvaru vajíčka



- kalimba

melodický nástroj, kde se prsty rozeznívají kovové pláty



- agogo

perkusiční nástroj, který má zvonivý zvuk. Hraje se na něj dřevěnou paličkou.



- chimes

perkusiční nástroj, který má zvonivý zvuk. Hraje se na něj dřevěnou paličkou.



Vyzkoušení nástrojů dětmi

Každý nástroj nechám kolovat a vy si je vyzkoušíte. Budete na ně hrát jemně. Když si nebudete vědět rady, určitě vám pomůžu.

Hra na orchestr (10 min)

nástroje: chimes, agogo, shaker, kalimba, dřívka, triangel, rolničky, drhlo

Každý si vyberte nástroj a máte 1 minutu si vyzkoušet, jestli hraje.

Nyní si zahrajeme na instrumentální orchestr, já budu dirigent. Víte, kdo je to dirigent?

Já budu řídit celý orchestr. Budu vás zapínat do hry smluveným znamením (gesto otočení knoflíku) a budu vás i vypínat (otočení knoflíku na druhou stranu). Když vás zapnu, začnete hrát jednoduchý rytmus (učitel předvede pár velmi jednoduchých rytmů), který budete hrát pořád dokola. Na dirigenta se musíte pořád dívat.

Pasivní muzikoterapie

Děti, každý si vezměte podložku a polštář. Najděte si místo, které se vám líbí, kde si myslíte, že se budete cítit dobře.

Nyní si zavřete oči, zaposlouchejte se do hudby a představujte si, že vás ta hudba přenesle někam, kde by vám mohlo být dobře. Možná uvidíte zajímavé věci, lidí, zvířata, přírodu.

Budu hrát postupně na chimes, djembe, kalimbu.

Závěrečná reflexe

Mě by zajímalo, jestli jste někdo, něco viděl, cítil, nebo někde byl? – *zpětná vazba od účastníků*

Děti, ukažte mi na prstech, jak se vám dnes Bubnohraní líbilo. Deset prstů je nejvyšší hodnocení.

Kdo zahraje výškový úder? (všichni zopakují) Kdo předvede středový úder? A kdo basový?

2.1.3 Zvonkohraní – 2 hodiny

1. hodina

Po přivítání si procvičíme údery, zopakujeme si rytmy **Krok** a **Vlak**, využijeme i dramatizaci. A budeme dnes i hádat.

Podrobně rozpracovaný obsah:

Cíle dvouhodinové lekce

- osvojíte si základy hry na zvonkohru a metalofon
- vnímáte metrum pomocí rytmické rozcvičky
- propojíte zpěv a rytmus v jeden celek
- popíšete části zvonkohry a metalofonu
- pojmenujete svoje pocity a úspěšnost při dnešní lekci

Přivítání a rozcvička (10 min)

Pošleme si opět stisk, věřím, že se mi vrátí z druhé strany kruhu.

Připravte si djembe a nejdříve si zopakujeme v rozcvičce všechny údery, které jsme se už naučili. Nezapomeňte, že máte přesně napodobovat moje ruce.

Začínáme na výškových tónech, kdy střídáme levou a pravou ruku po jednom úderu. Pozor, budu měnit rytmus.





Podívejte se na video <https://youtu.be/7e1KAQnJeGE>

Opakování rytmu Krok (5–10 min)

Pamatujete si někdo tento rytmus?

Doprovodíme tedy rytmus ze začátku i slovně: **tum, ta, ta, ty, tum, ta, ta, ty, ...** Děti, opakujte po mně.



Podívejte se na video <https://youtu.be/ArwZTt5oTU0>

Opakování rytmu Vlak s dramatizací (10 min)

Kdo si dokáže vzpomenout a zahrát Vlak?

Rytmus Vlak vychází z rytmu Krok, je tam navíc 2x výškový úder. Vypadá takto: **tum, ta, ta, ty, ta, ta.**



Podívejte se na video <https://youtu.be/WkNparoNRxw>

Nastoupíme do vlaku na nějakém nádraží, třeba na hlavním nádraží v Praze. Vlak se nejdříve rozjíždí, proto budeme hrát rytmus pomalu a postupně budeme zrychlovat, protože vlak také jede rychleji. Při jízdě se budeme dívat z okna. Kdo si myslí, že by něco mohl vidět, tak to řekne. Jakmile se budeme blížit do cílové stanice do Brna, tak vlak bude opět zpomalovat.

Poslech $\frac{3}{4}$ a $\frac{4}{4}$ rytmu (2 min)

Zahrají vám 2 rytmy. Jeden bude na 3 doby a druhý na 4 doby, ale neřeknu, který budu hrát první, zkuste to uhádnout.

Proč si myslíte, že ten první byl na 3 doby?

Žáci zkouší sami vytvořit rytmus ve $\frac{3}{4}$ a $\frac{4}{4}$ taktu (10 min)

Každý vymyslete rytmus na 3 nebo 4 doby.

Postupně si rytmy v kruhu předvedeme a napodobíme hraním. Budete hádat, kdo vymyslel rytmus na 3 nebo 4 doby.



2. hodina

Předvedeme si hru na zvonkohru a metalofon. Naučíme se na zvonkohru doprovod k písni Dů valaši, dů.

Podrobně rozpracovaný obsah:

Předvedení nástrojů, terminologie (5–10 min)

Podívejte se, zvonkohra je tvořena 13 kameny, které jsou barevně odlišené pro větší přehlednost. Hraje se na ně dřevěnou paličkou, která musí po úderu odskočit, nesmí zůstat ležet na kameni. V dávných dobách to byly opravdu kameny, ale časem se nástroje zmodernizovaly a kameny se nahradily kovovými pláty, avšak název už zůstal.



Metalofon je tvořen také kameny, ale hraje se na něj plstěnou paličkou. Tón zní dlouze.



Existují ještě xylofony, které mají dřevěné kameny a hraje se na ně nejčastěji gumovou nebo plstěnou paličkou.

Je důležité na nástroje hrát jemně a vždy až na můj pokyn. Víte proč?

Budete hrát nyní všichni zaráz a já vám budu vysvětlovat, jak se na zvonkohru hraje.

Slyšeli jste mě?

Ne? Tak už víte proč :-)

Vyzkoušení nástrojů dětmi (10 min)

Děti, vyzkoušejte si hrát na zvonkohry. Vytvářejte si vlastní melodie nebo si zkuste hrát jednoduché písničky např. Kočka leze dírou. Předvedu vám to.

Píseň Dú valaši, dú s doprovodem zvonkoher (20 min)

Znáte píseň Dú valaši, dú?

Ne? Tak se ji nejdříve naučíme.

Teď si píseň doprovodíme na zvonkohry. Budete hrát střídavě tóny **F, C**. Předvedu vám to.

Můžete u té písně se zvonkohrou chodit v rytmu písně a hrát doprovod.

Napadne vás, který rytmus na djembe bychom mohli použít jako doprovod?

Ano, Krok. Tak si ho zahrajeme do písně.

Rozdělíme se na dvě poloviny. Tahle část bude hrát doprovod na zvonkohry a ta druhá na djembe. Pak se prohodíme.

Závěrečná reflexe (5 min)

Rozdáme si pracovní listy.

Vidíte takový žebřík, který má 6 políček. Vybarvěte políčka podle toho, jak si myslíte, že se vám dnes dařilo. Čím více se vám dařilo, tím víc políček vybarvěte.

Druhý žebřík vybarvěte podle toho, jak se vám dnešní zvonkohraní líbilo.

Cíle dvouhodinové lekce

- osvojíte si základy hry na zvonkohru a metalofon
- vnímáte metrum pomocí rytmické rozcvičky
- propojíte zpěv a rytmus v jeden celek
- popíšete části zvonkohry a metalofonu
- pojmenujete svoje pocity a úspěšnost při dnešní lekci

2.1.4 Bubnohraní a orchestr – 2 hodiny

1. hodina

Budeme si dnes povídat pomocí hudebních nástrojů.



Podrobně rozpracovaný obsah:

Cíle dvouhodinové lekce

- upevníte si základy hry na zvonkohru a metalofon
- vnímáte metrum pomocí rytmické rozcvičky
- propojíte zpěv a rytmus v jeden celek
- popíšete části zvonkohry a metalofonu
- pojmenujete svoje pocity a úspěšnost při dnešní lekci

Přivítání a rozcvička (10 min)

Pošleme si opět stisk, věřím, že se mi vrátí z druhé strany kruhu.

Připravte si djembe a nejdříve si zopakujeme v rozcvičce všechny údery, které jsme se už naučili. Nezapomeňte, že máte přesně napodobovat moje ruce.

Začínáme na výškových tónech, kdy střídáme levou a pravou ruku po jednom úderu. Pozor, budu měnit rytmus.



Podívejte se na video <https://youtu.be/7e1KAQnJeGE>

Nácvik nového rytmu Rozhovor (5–10 min)

Děti, kdo mi předvede rozhovor? Co to je?

I v hudbě si můžete povídat. Poslouchejte, tohle je první část (*Učitel hraje první část Rozhovoru*) a tohle je odpověď (*učitel hraje druhou část*).

Zkusíme si to slovně 🗣️ první část rytmu Rozhovoru **ta, ta, ta, tum**. Druhá část **tum, tum, ta**.



Podívejte se na video <https://youtu.be/iDuxysE3KtU>

Hra na otázku a odpověď (5–10 min)

Rozdělíme se na dvě poloviny. První hraje 2x otázku a druhá polovina 2x odpověď (*můžeme napřed začít pouze slovní říkankou **ta, ta, ta, tum x tum, tum, ta**, a pak teprve na djembe*) Po nějaké době se prostřídáme.

Rozhovor ve dvojhlase (5–10 min)

Budeme opět na dvě poloviny.

Hrajeme tentokrát rozhovor celý, ale druhá polovina začne od odpovědi (začne druhou částí rytmu Rozhovoru **tum, tum, ta** a navazuje první částí ... hraje ho naopak). Po čase se prostřídáme.

Opakování rytmu Vlák

Zahrajeme si rytmus **Vlák**.



2. hodina

Zopakujeme si názvosloví nástrojů, zahrajeme si na instrumentální orchestr.

Podrobně rozpracovaný obsah:

Opakování nástrojů, terminologie

Děti, jak se jmenují tyhle nástroje?

Předvedu vám nástroje z minulé lekce, zkuste je pojmenovat a popsat.

Hra na orchestr (20 min)

Každý si vyberte nástroj a máte 1 minutu si vyzkoušet, jestli hraje podle vašich představ (zvuk, ...).

Nyní si zahrajeme na instrumentální orchestr, já budu opět dirigent.

Budu vás zapínat do hry smluveným znamením (gesto otočení knoflíku) a budu vás i vypínat (otočení knoflíku na druhou stranu). Když vás zapnu, začnete hrát jednoduchý rytmus, který budete hrát pořád dokola. Na dirigenta se musíte pořád dívat.

Pasivní muzikoterapie (10 min)

Děti, každý si vezměte podložku a polštář. Najděte si místo, které se vám líbí, kde si myslíte, že se budete cítit dobře.

Nyní si zavřete oči, zaposlouchajte se do hudby a představujte si, že vás ta hudba přenesle někam, kde by vám mohlo být dobře. Možná uvidíte zajímavé věci, lidí, zvířata, přírodu.

Budu hrát na chimes, djembe, kalimbu.

Závěrečná reflexe

Mě by zajímalo, jestli jste někdo, něco viděl, cítil, nebo někde byl? – *zpětná vazba od účastníků*

Děti, ukažte na prstech, jak se vám dnešní hraní líbilo. Co nového jste se dnes naučily?

2.1.5 Emoce, ruchy ve scénce – 2 hodiny

1. hodina

V této hodině si zahrajeme na zvukaře u filmu. Pomocí hudebního nástroje djembe vyjádříme zvukově: ***počasí, jak běží kůň přes překážky, jak jede vlak*** apod.

Pomůcky: djembe, zvonkohry, metalofon, a další nástroje z projektu



Podrobně rozpracovaný obsah:

Cíle dvouhodinové lekce

- upevníte si základy hry na zvonkohru, metalofon a djembe
- vnímáte metrum pomocí rytmické rozcvičky
- rozvíjíte si fantazii
- analyzujete zvuky a vytváříte podobné zvuky
- pojmenujete svoje pocity a úspěšnost při dnešní lekci

Přivítání a rozcvička (10 min)

Pošleme si opět stisk, věřím, že se mi vrátí z druhé strany kruhu.

Připravte si djembe a nejdříve si zopakujeme v rozcvičce všechny údery, které jsme se už naučili. Nezapomeňte, že máte přesně napodobovat moje ruce.

Začínáme na výškových tónech, kdy střídáme levou a pravou ruku po jednom úderu. Pozor, budu měnit rytmus.



Podívejte se na video <https://youtu.be/7e1KAQnJeGE>

Prostřednictvím djembe vyjádříme – počasí, kůň běží po závodní dráze a skáče přes překážky, ... (15 min)

Jak zahrajete na djembe déšť? Když prší... prší pořád stejně? Jak by vypadal zvuk lijáku? Krupobití? Blesku?

Jak vypadá, když svítí slunce? (děti většinou ukazují blánu bubnu). Chůze mravence, myšky, kočky, slona, ...

Představte si, že jste každý z vás koník a běžíte závod.

Zahraji vám na djembe koníka a zkuste mě napodobit.

Nyní běžíte po dráze (výškové tóny, které jsou rychlé, po čase se zpomalí, protože je na dráze překážka). A pozor! Překážka – hop! Zase běžíte po dráze.

A máme tu zatáčku doprava a zatáčku doleva.

Dramatizace rytmu Vlák (10 min)

Kdo si dokáže vzpomenout a zahrát Vlák?

Rytmus Vlák vychází z rytmu Krok, je tam navíc 2x výškový úder. Vypadá takto: **tum, ta, ta, ty, ta, ta.**



Podívejte se na video <https://youtu.be/WkNparoNRxw>



Nastoupíme do vlaku na nějakém nádraží, třeba na hlavním nádraží v Olomouci. Vlak se nejdříve rozjíždí, proto budeme hrát rytmus pomalu a postupně budeme zrychlovat, protože vlak také jede rychleji. Při jízdě se budeme dívat z okna. Kdo si myslí, že by něco mohl vidět, tak to řekne. Jakmile se budeme blížit do cílové stanice do Brna, tak vlak bude opět zpomalovat.

2. hodina

Forma

V této části lekce si zahrajeme scénku, kterou budeme doprovázet hudebními zvuky.

Podrobně rozpracovaný obsah:

Prostřednictvím ostatních nástrojů – emoce, rozhovor (5–10 min)

Všichni si vyberte nějaký hudební nástroj.

Zahrajte mi, jak by vypadal smutek, radost, nepřátelství a přátelství, strach, lenost a pracovitost, ...

Scénka o vlaku (20 min)

Nyní si zahrajeme slibované malé divadlo.

Budeme potřebovat 3 pasažéry. Víte, kdo je pasažér?

Dále průvodčího, čápa a koně.

Ostatní děti budou dělat zvuky.

Nyní vám povyprávím příběh.

Scénka: Dva pasažéři čekají na nástupišti, přijde k nim průvodčí a označí jim lístek, pasažéři si nastoupí do vlaku. Začne jemně pršet, vlak už bude vyrážet, zahouká, v tom se objeví třetí pasažér a rychle dobíhá na vlak. Průvodčí mu označí lístek a pasažér si sedne na místo. Vlak se rozjede, jede krajinou, pasažéři uvidí na poli čápa, jak po něm chodí a klape zobákem. Po čase uvidí běžícího koně. Vlak vjede na nádraží.

Příběh vám řeknu ještě jednou a zkusíme vymyslet zvuky.

- Jak označíme, že průvodčí označí jízdenku? (*cink trianglem?*)
- Zavření dveří u vlaku? (*dřívka?*)
- Jemné pršení?
- Vlak už se chystá odjíždět...
- Rozjíždění vlaku...
- Čáp na poli...
- Běžící kůň...
- Vlak vjede na nádraží...

Rozdělím vás na dvě skupiny a zahrajeme si celou scénku. Jedna skupina jsou herci a druzí zvukaři a dodávají scéně zvuky a ruchy. Pak vás vystřídám.



Závěrečná reflexe

Nakreslete na papír smajlíka, jak se vám dnes dařilo a dalšího smajlíka, jak se vám dnešní bubnohraní líbilo.

Co vás nejvíce zaujalo?

Naučili jste se něco nového? Řekněte mi to.

2.1.6 Instrumentální orchestr i s vyrobenými nástroji – 2 hodiny

1. hodina

Naučíme se nový indiánský rytmus.

Cíle dvouhodinové lekce

- upevníte si základy hry na djembe
- vnímáte metrum pomocí rytmické rozcvičky
- aktivně hrajete a improvizujete na hudební nástroje
- popíšete hudební nástroje a dokážete je porovnat s jinými nástroji
- pojmenujete svoje pocity při pasivní prožitkové hudební výchově

Podrobně rozpracovaný obsah:

Přivítání v kruhu

Dnes si místo stisku ruky pošleme rytmus. Předvedu vám rytmus a vy si ho postupně pošlete.



Podívejte se na video <https://youtu.be/UXb7kMvEF7E>

Bubnovací rozcvička

Připravte si djembe a nejdříve si zopakujeme v rozcvičce všechny úder, které jsme se už naučili. Nezapomeňte, že máte přesně napodobovat moje ruce.

Začínáme na výškových tónech, kdy střídáme levou a pravou ruku po jednom úderu. Pozor, budu měnit rytmus.



Podívejte se na video <https://youtu.be/7e1KAQnJeGE>

rytmus **Šlape to**



Podívejte se na video <https://youtu.be/JLOZO2pGvfo>



Podívejte se na video <https://youtu.be/Dk5XW1hCqDU>



Opakování známých rytmů – Krok, Rozhovor, Vlak (10–15 min)

Nový indiánský rytmus (podle L. Holzera) (15 min)

Děti, víte, kdo jsou indiáni? Jak vypadají?

Naučíme se rytmus, který indiáni používají večer při svých rituálních tancích. Rytmus má 2 části. První vypadá takto. Ta druhá je vlastně rytmus Vlak.

Určitě jste si všimly, že v první části jsou 4 basové úder, proto je budeme počítat. Pojďte hrát a počítat se mnou. Výborně.

Kdo pozná rytmus v druhé části? Ano, je to vlak. Pojďme si ho zahrát dohromady s první částí.



Podívejte se na video <https://youtu.be/vfBbFOC9MMw>

Děti, indiánský rytmus budu hrát pořád dokola a nebojte se, budu pořád říkat, co hraji. Připojujte se ke mně. Pokud si nebudeš jistý, hraj na výškových tónech pouze metrum. Víte, co je to metrum? Ukážu vám to. Až chytneš metrum, zkus se trefit do basových úderů, které jsou v první části. Jsou čtyři.

2. hodina

Zahrajeme si na naše vyrobené nástroje.

Podrobně rozpracovaný obsah:

Předvedení nástrojů, terminologie (10 min)

Děti, vidíte před sebou spoustu nástrojů. Ukažte mi shaker.

Ted' mi ukažte kazoo. Jak se na něj hraje?

Kdo mi ukáže Didgeridoo? Chimes? ...

Vyzkoušení nástrojů dětmi (3 min)

Děti, vyberte si nástroj a zahrajte si na něj. Můžeš si nástroj vyměnit za jiný.

Hra na orchestr (20 min)

Nyní si zahrajeme na instrumentální orchestr, já budu dirigent.

Budu vás zapínat do hry známým gestem (otočení knoflíku) a budu vás i vypínat (otočení knoflíku na druhou stranu). Když vás zapnu, začnete hrát jednoduchý rytmus, který budete hrát pořád dokola. Na dirigenta se musíte pořád dívat.

Závěrečná muzikoterapie s reflexí (15 min)

Děti, každý si vezměte podložku a polštář. Najděte si místo, které se vám líbí, kde si myslíte, že se budete cítit dobře.



Nyní si zavřete oči, zaposlouchejte se do hudby a představujte si, že vás ta hudba přenesle někam, kde by vám mohlo být dobře. Možná uvidíte zajímavé věci, lidí, zvířata, přírodu.

Budu hrát na chimes, djembe, kalimbu.

Závěrečná reflexe

Mě by zajímalo, jestli jste někdo, něco viděl, cítil, nebo někde byl? – *zpětná vazba od účastníků*

Cíle dvouhodinové lekce

- upevníte si základy hry na djembe
- vnímáte metrum pomocí rytmické rozcvičky
- aktivně hrajete a improvizujete na hudební nástroje
- popíšete hudební nástroje a dokážete je porovnat s jinými nástroji
- pojmenujete svoje pocity při pasivní prožitkové hudební výchově

2.1.7 Aina a Zeka

Cíle dvouhodinové lekce

- upevníte si základy hry na djembe
- dozvíte se zajímavosti o životě v Africe
- nakouknete pod pokličku africké hudby
- zvládnete hrát na některé alternativní hudební nástroje a uvidíte je z nového pohledu
- pojmenujete svoje úspěchy i nezdary při závěrečném kruhu

1. hodina

V této hodině se budeme věnovat jednak bubnování, jednak si poslechnete příběh, který podpoříme doprovodem na bubny. Je třeba, abychom si zopakovali rytmus **Krok** a rytmus **Vlak** – budeme je dnes potřebovat. Jdeme na to!

Tančíte rádi? Co tančíte nejradši? Viděli jste někdy někoho tančit? Co se vám na tom líbilo? Viděl někdo z vás tanec, který se netančí u nás? Kde – např. na dovolené v exotických krajích? Znáte jeho název?

Víte, jak se tančí třeba v Africe? Jaká hudba doprovází tyto tance? Viděli jste to někdy? Hrají tam na hudební nástroje, na které se hraje u nás?

Děti samozřejmě velmi rychle přijdou na to, že se chceme dobrat k bubnům djembe.

Myslíte, že mají lidé v Africe nějaký národní tanec, který umí tančit úplně všichni, nebo se spíš nechávají vést vlastní intuicí, tím, co cítí?

Tance domorodých obyvatel Afriky vycházejí z pozorování přírody. Aby tam lidé tančili, nemusí se učit žádné kroky, jen poslouchají hudbu (zpravidla bubnů djembe) a pohybují se v jejím rytmu. Pokud se tančí ve skupině, bývá to ještě silnější zážitek.



Zaposloucháte-li se například do dunění kopyt divokých koní, začnete vnímat jeho rytmus, kterému se Vaše tělo přizpůsobuje a tanec je na světě. Můžete to i zkusit, ukázku vám pustím.

Můžeme si teď pustit ukázku, na které je vidět, jak je život afrických obyvatel spojen s rytmem (video čas 0:36). Co jste tam viděli? Myslíte, že ti lidé v ukázce tančili sami od sebe, nebo je kroky někdo musel naučit?

Stejně jako Afričané, i my se setkáváme s pravidelnými pohyby, zvuky, které tvoří rytmus. Zkuste se zamyslet a přijít na nějakou činnost, kterou opakujeme dennodenně mnohokrát a ze které bychom mohli udělat podobnou hudbu. Rozhlédněte se kolem sebe, vyzkoušejte různé zvuky věci ve vašem okolí. Zkuste s kamarádem něco podobného, jako v ukázce, vytvořit. Netvořte „umělé“, nahodilé rytmy. Mělo by to být něco, co následuje za normálních okolností po sobě.

Ukážeme si příklad 4 zvuků následujících po sobě, např. otevření a zavření dveří:

1. zvuk – stisknutí kliky u dveří
2. zvuk – otevření dveří
3. zvuk – přivření dveří
4. zvuk – puštění kliky

Vidíte, tyto zvuky obvykle následují hned po sobě, jeden po druhém, ani jeden nemůžeme vynechat, abychom dveře otevřeli a zavřeli. Taky tam nemůžeme přidat třeba ťuknutí tužkou o lavici, protože to obvykle při otevírání dveří neděláme.

Dám vám teď pár minut, abyste zkusili utvořit nějaký rytmus ze zvuků ve svém okolí.

Pokud chcete, můžete předvést ostatním, co jste vymysleli.

Povíme si teď příběh o dvou dětech, které byly asi tak ve stejném věku, jako jste teď vy.

Abyste si je snadněji představili, ukážu vám obrázky. Děti, o kterých je tento příběh, mohly vypadat třeba takhle.

Tady je ten příběh:

Kdesi v Africe byla vesnice, která se jmenovala Kraal. Tam žila holčička jménem Aina se svým bratrem jménem Zeka. Ve vesnici bylo pozdvižení. Chystala se tam tradiční slavnost tanců. Všichni z vesnice tančili, mnozí v krásných maskách. Jenže pro Ainu a Zeka to znamenalo spíše utrpení. Nechtěli tančit, protože to neuměli. Jejich nohy je neposlouchaly. I když se ptali dospělých, každý jim jen řekl: Podívej se kolem sebe, pozoruj přírodu a poslouchej své tělo.

Děti chodily po vesnici a viděly chýše, lidi, zvířata, stromy a nedaleké moře, ryby a rejnoky v něm, ale lidi tančit neviděli. „Škoda, mohli bychom to okoukat!“, myslely si. Slavnost měla být už druhý den a je stále nic nenapadalo.



Jejich tatínek byl rybářem a každý večer jezdil ve své loďce na otevřené moře rybařit. Toho večera vzal děti s sebou. Loďka se pomalu nakláněla ze strany na stranu, a protože Aina a Zeka byli po celém dni unavení, brzy je moře ukolébalo k spánku. Můžeme se teď všichni chytit okraje židle nebo své podložky a naklánět se v rytmu vln také.

Zdál se jim krásný sen: stali se z nich rejnoci a spolu s dalšími plavali v hlubinách oceánu. Jejich ruce již nebyly rukama, ale byly z nich obrovité, dlouhé, ladné ploutve. Nohy jako by vůbec neměli, stal se z nich ocas. Celí se zploštili a voda je příjemně hladila po celém těle a moře nádherně šumělo v uších. Užívali si nádheru korálů kolem sebe, pestrobarevných rybek. Honili se v hejnu s ostatními rejnoky – kamarády, předháněli malinké rybičky, schovávali se před vypasenými kosatkami.

Ted' vám budu zpívat, co si zpívali oni. Opakujte po mně:

„Óa úe, íva tyka tumba, massa massa massa.“ Postupně budeme zesilovat, a i vy můžete. Až budete umět všechna slova, spojíme písničku s již známým rytmem Krok na djembe a několikrát si ji zopakujeme.

To vám šlo pěkně, ale zpátky k našemu příběhu. Aina a Zeka se také zastavili na místě a jen tak kolem sebe nechávali plout teplý proud oceánu.

To si potichu zpívali:

/: „Dim pararara dim pá,

dim pararara dim pá.

Upa upa upa upá,

upa upa upa upá.“:/

Poslechněte si tuto písničku a postupně se ke mně přidejte. K této písničce se nám hodí zase rytmus **Vlak** – tak si ho k ní zahrajeme a můžeme postupně zrychlovat.

Ainu a Zeku však náhle probudil tatínek: „Aino, Zeku, jsme doma.“

Děti si uvědomily, že to vše se jim jenom zdálo. Zanechalo to v nich však krásný pocit splynutí se svým okolím.

Druhý den se konala taneční slavnost. A jak to bylo dál? Zapojily se děti do tančení? Co se v nich změnilo? Všimly si na sobě něčeho nového? Jak se to líbilo jejich okolí? Jak to lidé mysleli, když jim říkali, ať pozorují své okolí? Čeho si měli všimnout?

Schválně vám neřeknu, jak to dopadlo – vaším úkolem je to vymyslet. Jak se asi děti na moři cítily? Proč byl pro ně důležitý kolébavý pohyb na loďce?



2. hodina

Podrobně rozpracovaný obsah:

Ted' se rozdělíme do dvou skupin. Jedna skupina bude hrát některý z naučených rytmů na djembe, druhá bude tančit. Pokud budete dobře poslouchat bubny, možná uslyšíte rytmy živočichů v moři, stromy ve větru apod. Nejprve vám ale pustím ukázkou toho, co byste třeba mohli v hudbě slyšet. Abyste mohli zapojit více svoji fantazii, připojíme i další nástroje.

Pohyb rejnoka (doprovod: djembe + improvizace na metalofon)

Děti, stoupněte si do řady, v rukou budete držet velký igelit. Když začne hrát hudba, zvedněte jej nad hlavy a jakoby „plujte“ prostorem (igelit – jeho kratší délka – za vámi bude vlát). Ale pozor – igelit, totiž vaše dlouhé ploutve, by se mohly lehce roztrhnout, musíte se jeden ohlížet na druhého. Rejnok by neměl stát na místě, ale pořád se alespoň mírně pohybuje. Rejnok může mít rozpětí ploutví až 6–9 m, proto potřebuje opravdu širé moře.

Ten, kdo doprovází na metalofon, může navodit pohyb ploutví nahoru (glissando nahoru) a dolů (glissando dolů).

Až si tento pohyb vyzkoušíte, vyměníte si skupiny, aby si ho mohli vyzkoušet i další děti.

Pohyb medúzy (doprovod: djembe + improvizace na tamburínu)

Jeden z vás bude představovat hlavu medúzy, kolem pasu si bude přidržovat igelit v jeho polovině. Dlouhé konce chytí ostatní děti a společně plují prostorem, hlava řídí rychlost a směr.

Doprovod na tamburínu: Ten, kdo doprovází na tamburínu, může využít různé intenzity a charakteru zvuků. Např. když chobotnice natahuje chapadla = třes tamburínou, čím více natažená chapadla těsně před „vykopnutím“, tím víc se třes zesiluje. Chobotnice „udělá plavecké tempo“, vykopne = úder do tamburíny.

Pohyby chobotnice (doprovod – improvizace na chimes)

Ted' budeme potřebovat 4 děti. Semkněte se do úzké skupinky (chobotnice se latinsky nazývá octopus, protože má dohromady 8 očí, 8 chapadel), v pase vás svážeme delší šálou/obinadlem. Volné konce igelitu budou přidržovat ostatní děti a celý tento kolos se zkusí pohybovat prostorem za doprovodu na chimes a djembe.

Pohyby stromů ve větru (doprovodíme se na djembe a použijeme k tomu naučené údery:

Výškový tón bude jako vánek, středový = vítr, basový = hrom. Najděte si svoje místo v místnosti, nemusíte stát v řadách ani skupinkách. Staly se z vás ted' stromy. Nad sebou budete držet tento veliký igelit, což bude jako vaše koruna. Pozor, stromy se nehýbou z místa, ale zakoření. Můžete si na to vyzout boty a pořádně roztáhnout prsty jako kořeny. Jeden z vás ted' bude hrát na djembe. Podle hudby zkuste pohybovat se svou korunou. Pokud bude znít jen jemná hudba, jako vánek, jemně pohybujte listy své koruny, můžete foukat zespoda do své koruny, nadnášet ji špičkami prstů. Pokud uslyšíte, že se zvedá vítr, chyťte svou korunu raději do pěstí nebo mezi dlaně. Pokud však uslyšíte hrom, vaše



koruna se naklání sem a tam, vy ji taky musíte chytit pevně oběma rukama, aby vám ji vichřice neunesla. Jenom pozor na to, abyste si svou korunu nezničili! Pevně, ale jemně :).

Když jsme si teď vyzkoušeli vítr i některé mořské živočichy, zkusíte vymyslet i vlastní nápady? Např.

- skupinka malých rybiček – ve skupině plují blízko sebe, ale přesto se nikdy nedotknou;
- vítr, který nosí suché listí; větrný vír;
- s dlouhým igelitem na malování můžeme vyzkoušet i bezvětrí = igelit rozprostřeme na zem, všichni si na něj sednou/lehnou a po určitou dobu se nesmí ozvat ani šustění, ani se nesmí nikde pohnout;
- „jaké je to pod ledem“ – položíme se na zem a těsně nad sebou si podržíme igelit co nejvíc v rovině

Na závěr si lehneme na koberec, zavřeme oči. Pohodlně si lehni, můžeš zavřít oči. Představ si, že jsi někde u moře, můžeš si jít zaplavat. Je příjemně teplo, voda tě nadnáší a hladí tě. Jsi v bezpečí a kolem jen šumí moře. Víš, že někde daleko v oceánu se prohání rybky. Voda nadnáší tvoje nohy, tělo, ruce, hlavu. Ležíš jako na měkkém polštáři a užíváš si slunce.

Na závěr celou lekci společně zhodnotíme. Jak se ti spolupracovalo s ostatními? Jaké pocity jsi měl/a při představě, že pluješ mořem jako rejnok/chobotnice/jedna z hejna rybek? Chtěl/a jsi být např. chapadly místo hlavy?

2.1.8 Pohádka o dvou princích bratrech – 2 hodiny

Cíle dvouhodinové lekce

- upevníte si základy hry na djembe
- procvičíte si svou schopnost spolupráce a naslouchání ostatním
- zvládnete hrát na některé alternativní hudební nástroje
- pojmenujete svoje úspěchy i nezdary při závěrečném kruhu

1. hodina

Podrobně rozpracovaný obsah:

Nejprve provedeme rozbubnování, připomeneme si již známé rytmy.

Dnes si povyprávíme pohádku, ale nebudeme jenom poslouchat. Zahrajeme si na tvůrce pohádkové hudby a příběh doprovodíme hrou na djembe a další nástroje. A protože potřebujeme vypravěče a postavy, rozpočítáme se na první a druhé tak, jak sedíme u djembe. Jedna skupina bude představovat vypravěče a druhé rozdáme role. Nebojte se, v další hodině se vyměníte. Teď si vysvětlíme pravidla.

Jedna skupina bude hrát „filmovou hudbu“ na djembe. To budou vypravěči. Ti musí hrát velmi tiše, aby byl příběh slyšet. Můžeme hrát pouze základní střídání pravé a levé ruky, kdy každá ruka udeří pouze jednou. Druhá skupina dostane role postav z pohádky. Pokud se vyskytne v pohádce jméno tvé postavy v jakémkoliv pádu a tvaru, zahraješ 1x na svůj nástroj. To znamená, že pokud tvoje postava



bude král, budeš hrát, když uslyšíš např. slova král, krále, králi, králem atd. Nebude ale hrát, pokud uslyší „vladař“, „královna“ a jiná slova.

Pokud hraje vypravěč, nehraje postava a naopak – musíte tedy spolupracovat a velmi pozorně poslouchat, abyste se nepřehlušili.

Začínáme vyprávět spolu s doprovody na djembe. Vypravěči musí hrát velmi tiše, abychom všichni slyšeli. A teď už ta pohádka!



Pohádka o dvou princích bratrech

Kdysi bylo malé království (zvuk vypravěči). V tom království žil moudrý král (zvuk král) se svou krásnou ženou, královnou (zvuk královna). Měli dva syny. Starší, princ Drsoň (zvuk Drsoň), byl silný, všem uměl zlostně pohrozit tak, že se ho báli (zvuk vypravěči). Byl pověstný tím, že je lepší se mu vyhnout, protože když se mu něco nelíbilo, udělil každému nějaký trest (zvuk vypravěči). Mladší princ Jasoně (zvuk prince Jasoně) v síle vůbec nevynikal. Kdyby měl bojovat se zlým drakem, třeba Smrtihlavem (zvuk Smrtihlava), nikdy by ho neporazil. Jenže princ Jasoně (zvuk prince Jasoně) měl jinou zbraň než sílu, kterou oplýval princ Drsoň (zvuk princ Drsoň) – měl svou hlavu (zvuk vypravěči). Asi si říkáte, že není možné bojovat hlavou, ale je to tak. Princ Jasoně (zvuk prince Jasoně), na rozdíl od svého bratra, prince Drsoně (zvuk prince Drsoně) totiž vždycky poslouchal, co říkají ostatní – třeba moudré babičky (zvuk babičky) – a tak se mnohým věcem přiučil (zvuk vypravěči).

Jednoho dne, zrovna, když se princ Jasoně, Drsoň, královna a král procházeli zahradou, potkali moudrou babičku. Pozdravili ji a chtěli se s ní dát do řeči, ale zrovna přijel královský posel, který přinesl králi zprávu. Král a královna četli a princ Jasoně, Drsoň i babička poslouchali: „Naše princezna, krásná Dobromila, se ocitla v zajetí strašného draka Smrtihlava. Kdo ji z tohoto zajetí vysvobodí a zbaví naše království draka Smrtihlava, dostane princeznu Dobromilu za manželku.“

Král, královna, princ Jasoně, princ Drsoň ani babička nevěřili svým uším. Princezna Dobromila a v zajetí draka Smrtihlava? Princi Drsoni, to bude úkol hodný tebe, řekl si princ Drsoň. Princ Jasoně jen mlčel. Nechtěl se vyhnout úkolu, jen přemýšlel, jak by princeznu Dobromilu ze spárů strašného draka Smrtihlava vysvobodil. Ale král řekl: Pojedete oba dva. Královna dala králi za pravdu. Musí jet i Jasoně, i Drsoň. Drsoň je odvážný, ale Jasoně zase rozvážný.

Hned druhý den se oba princové vydali na cestu do vedlejšího království. Vyjeli spolu, ale Drsoň se nemohl dočkat souboje s drakem, následné slávy, a hlavně princezny Dobromily. Proto pobídl koně a bratra předjel, aby byl u draka Smrtihlava jako první. Kdyby to jen král a královna tušili!

Ještěže měl Jasoně oči otevřené! V chaloupce u lesa uviděl známou moudrou babičku. „Babičko! Babičko!“, volal na ni. Ale babička ho neslyšela. Proto zavolal ještě jednou, nahlas: „Babičko! To jsem já, princ Jasoně, přece se známe!“ Babička prince Jasoně hned poznala. Za to, že ji princ tak pěkně pozdravil a choval se k ní hezky, mu babička dala dar ze všech nejvzácnější: radu. „Princi Jasoni, poradím ti, jak vyzrát nad drakem Smrtihlavem. Je silný a pokud mu tvůj bratr, princ Drsoň, usekne jednu hlavu, hned mu vedle naroste jiná. Mečem Smrtihlava nelze přemoci, ale chytrostí by to možná šlo. Drak je totiž velmi lechtivý. Dál už je to na tobě, princ Jasoni“, řekla babička a odmlčela se. Princ Jasoně jí poděkoval a s myšlenkami na svého bratra, krále, královnu, princeznu, draka i babičku nasedl na koně a jel bojovat po svém.

Cesta, po které princ Jasoně jel, končila u vysoké skály a na jejím samotném vrcholku bylo hnízdo draka Smrtihlava. Když to viděl, poznal, že nemá sílu na to, aby Smrtihlava přemohl silou. Přesně tak, jak mu to babička napověděla. Ach, babičko! Babičko moje milá! Dokonce měl strach. Co když Jasoně spadne dolů, když za Smrtihlavem poleze? A co jestli ho drak Smrtihlav shodí z vysoké skály? Co když se mu



nepodaří zachránit princeznu Dobromilu? Dobromilo, ach Dobromilo! Dobromilo moje milá! Kéž bych tě, Dobromilo vysvobodil ze spárů Smrtihlava! Napadlo ho také, že možná jeho bratr Drsoň Smrtihlava již přemohl. Jasoň jde pozdě. Řekl si ale, že to alespoň zkusí. Musel šplhat vysoko na skálu. Když k drakovi Smrtihlavovi dorazil, měl už jeho bratr namále. Princ Drsoň vyzval draka na souboj, a tak začala nekonečná bitva. Usekl mu hlavu a ta mu znova narostla. „Děkuji ti, babičko milá“, vzpomněl si Jasoň s vděčností. Princi Drsoňovi už docházely síly, i když byl silný a statný. Sám prostě na Smrtihlava nestačil. Už už hrozilo, že Smrtihlav udolá Jasoňova bratra Drsoně k smrti. Kdo zachrání Dobromilu? Král ani královna to nebude. Ani babička. Kdo teda bude tím hrdinou? Drsný Drsoň? Jasný Jasoň? Nevím, vyprávějme tedy dál.

Tu vyskočí z trní princ Jasoň. Troufá si jít blíže, ještě blíže – a už je přímo u draka Smrtihlava. Ale co to dělá? Blázen! On se pokouší se ho dotknout??? Vždyť on nemá ani meč! Holou rukou lechtá draka na zádech. Smrtihlav je tak překvapený a skutečně tak lechtivý, že se válí ze strany na stranu. Směje se tak, že zapomíná, kde je a řítí se z vysokého útesu dolů. „Hurá!“, volá princ Jasoň. Hurá, volá princ Drsoň, který měl už namále. Hurá, volají všechna lesní zvířátka. Princ Drsoň jenom unaven odpočíval. Tu vyběhla překvapená princezna Dobromila. Celou dobu držela Jasoňovi i Drsoňovi pěsti. Děkovala princům, že ji zachránili. „To je bratrova práce“, řekl princ Drsoň a musel uznat, že silou se všechno vyřešit nedá.

A byla svatba. Princ Jasoň s princeznou Dobromilou byli moc šťastní. Král a královna jim přáli mnoho štěstí. Princ Drsoň na svatbě skoro nepobyl. Kde myslíte, že byl? No přece v královské knihovně! Našel tam totiž knihu o krvelačných dracích. Četl a četl. A nakonec se z něj stal odborník na draky. Žádný Smrtihlav si na něho už nikdy nepřišel. Dobromila a Jasoň pozvali na svatbu i moudrou babičku. A co drak? O tom už nikdy nikdo neslyšel.

Líbila se vám pohádka? Která pohádková postava byla dobrá, která zlá? O které nevíme, jaká byla? Která se vám nejvíce líbila? Jak se vám hráli vypravěči? Jak se vám hrály jednotlivé postavy?



2. hodina

Forma

V této hodině bude hrát pohádku celá skupina dětí ještě jednou, tentokrát se však vyměníte a pohádka bude beze slov. Jak se takovému „předvádění“ říká? Ano, je to pantomima – budou za nás mluvit pouze hudební nástroje.

Podrobně rozpracovaný obsah:

Ono se řekne pantomima, ale je už těžší ji zahrát. Mohlo by se stát, že byste se v příběhu trochu ztratili. Třeba byl jeden princ už bojoval s drakem a druhý by teprve lenošil doma. Proto je potřeba se na své kamarády herce pořádkem dívat a snažit se poznat, kterou část pohádky právě vyprávíme. Nevadí, že by nám nerozuměl někdo zvenčí, kdo pohádku nezná. Teď si ji vyprávíme jen sami pro naši skupinku.

Trošku by vám mohly pomoci nedokončené věty, které vám budu říkat, a vy je nástroji dokončíte. Tak vlastně povyprávíme celý příběh. Vezměte si svoje nástroje a jdeme na to.

- Na zámku žili.... (Jasoň, Drsoň, král, královna). (vypravěči)
- Na vysoké skále žil... (Smrtihlav) (vypravěči).
- V jedné chaloupce žila... (babička) (vypravěči).
- Ve vedlejším království žila princezna...(Dobromila). (vypravěči)
- Zmocnil se jí drak... (Smrtihlav). (vypravěči)
- Poslali na něho prince... (Drsoně), ale potom poslali i prince... (Jasoně). (vypravěči)
- Princové.... (Jasoň a Drsoň) jeli ke draku... (Smrtihlavovi) vysvobodit princeznu... (Dobromilu).(vypravěči)
- Starší princ...(Drsoň) ujel svému bratrovi... (Jasoňovi). (vypravěči)
- Ten mladší...(Jasoň) potkal starou... (babičku). (vypravěči)
- Ta... (babička) mu řekla, jak porazit.... (Smrtihlava). (vypravěči)
- Starší...(Drsoň) bojoval se... (Smrtihlavem). (vypravěči)
- Tento veliký strašlivý... (Smrtihlav) vyhrával. (vypravěči)
- Mladší bratr... (Jasoň) si vzpomněl na rady moudré... (babičky) a lezl nahoru. (vypravěči)
- Mladší bratr myslel na... (babičku, Drsoně, Dobromilu, krále, královnu). (vypravěči)
- Když vylezl nahoru, uviděl: ... (Smrtihlava, Drsoně a Dobromilu). (vypravěči)
- Nemohl zde vidět: ... (krále, královnu, babičku). (vypravěči)
- Viděl ale, jak spolu bojují... (Smrtihlav a Drsoň). (vypravěči)
- Zašel až blízko k obrovskému strašnému...(Smrtihlavovi). (vypravěči)
- Začal toho příšerného...(Smrtihlava) lechtat. (vypravěči)
- Kdo si mohl konečně odpočinout, protože mu už docházely síly? (Drsoň) (vypravěči)
- Kdo si oddechl, že bude vysvobozen? (Dobromila) (vypravěči)
- Kdo se skutálel ze skály dolů? (Smrtihlav) (vypravěči)
- Kdo na skále vůbec nebyl? (král, královna, babička) (vypravěči)
- Kdo chytrému princovi dobře poradil? (babička) (vypravěči)
- Šťastný mladý pár, ... (Dobromila a Jasoň) odjeli do království a vzali se. (vypravěči)



- V celém království už nikdy nikdo neslyšel o... (Smrtihlavovi). (vypravěči)
- Rodiče princů... (Jasoně) a... (Drsoně) byli šťastní. (vypravěči)
- Pan... (král) se svou... (královnou) předali vládu mladším. (vypravěči)
- Na svatbu přišla i stará... (babička). (vypravěči)
- Starší princ... (Drsoň) se stal odborníkem na draky. (vypravěči)

Vše dobře dopadlo. Hurá!

Na závěr si sedneme do kruhu a popovídáme si o tom, co jsme společně tvořili. Jaké pro vás bylo hrát vaši roli? Chtěli byste si příště vyzkoušet i jinou? Líbilo se vám to? Myslíte, že by bylo možné si tuto hru zahrát i s jiným příběhem? S jakým?

2.1.9 Malý princ – 2 hodiny

Cíle dvouhodinové lekce

- upevníte si základy hry na djembe
- zopakujete si základní znalosti o sluneční soustavě
- dozvíte se o příběhu Malý princ a několika částech z této knihy
- zvládnete hrát na alternativní hudební nástroje
- pojmenujete svoje úspěchy i nezdary při závěrečném kruhu

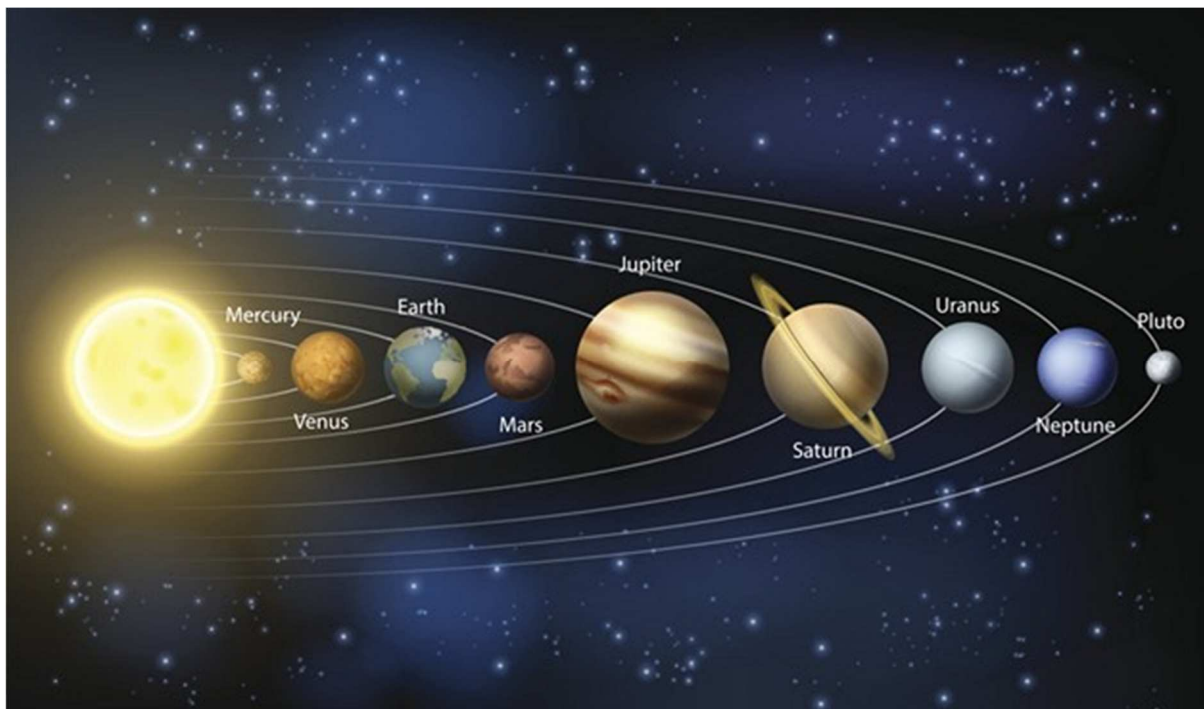
1. hodina

Podrobně rozpracovaný obsah:

Na začátku si zahrajeme na djembe, abychom si procvičili, zopakovali již známé rytmy a rozehráli se.

Děti, jak se jmenuje planeta, na které žijeme? Znáte i další planety v naší Sluneční soustavě? A některé jiné? Víte, co je to Vesmír? Podívejte se třeba na naši sluneční soustavu. Dovedli byste pojmenovat planety podle obrázku?





Zdroj: <https://www.alik.cz/a/planety-slunecni-soustavy>

Dnes se podíváme do jednoho příběhu, který o planetách také vypráví. Jmenuje se Malý princ a napsal ho slavný francouzský spisovatel Antoine de Saint-Exupéry. Vypráví o pilotovi, který se svým letadlem ztroskotal na poušti moc daleko od jakékoliv civilizace. Neměl s sebou nikoho jiného, a tak začal letadlo opravovat sám. Náhle se však stalo něco zvláštního. Z ničeho nic se před ním objevil zvláštní človíček. Co tam dělal? Kde se tam vzal? Později se v knize dozvíme, že přišel z cizí planety. Cestou se zastavil na několika dalších planetách a na každé z nich bylo také něco zvláštního. Ten malý človíček se jmenoval Malý princ. Malý princ odcestoval ze své vlastní planety a navštívil mnohé další. My některé z nich projdeme spolu s ním.

V kruhu uprostřed na zemi rozmístíme hudební nástroje. Přečteme první část příběhu o králi.

První planeta

Na první planetě bydlel král. Všem chtěl kralovat, ale neměl čemu, protože na jeho planetě nikdo nebyl. Příběh o tomto králi si teď přečteme a vy zatím přemýšlejte, kterým z těchto hudebních nástrojů byste krále vyjádřili.

Teď jsme v polovině příběhu a je čas našemu králi přiřadit jeden z nástrojů. Až ho vybereme, bude putovat v kruhu, budete si ho předávat. Vždy, když uslyšíte slovo **Král**, zahrajete na vybraný nástroj a posunete ho dalšímu v kruhu. Takto dočteme příběh o této planetě.

Jaké vlastnosti měl král – byl zlý, nebo hodný? Jak se choval k druhým lidem? Bylo Malému princovi s tímto člověkem dobře? Chtěli byste s takovým člověkem kamarádit? Co byste mu řekli? Pomohlo by mu něco?

Druhá planeta

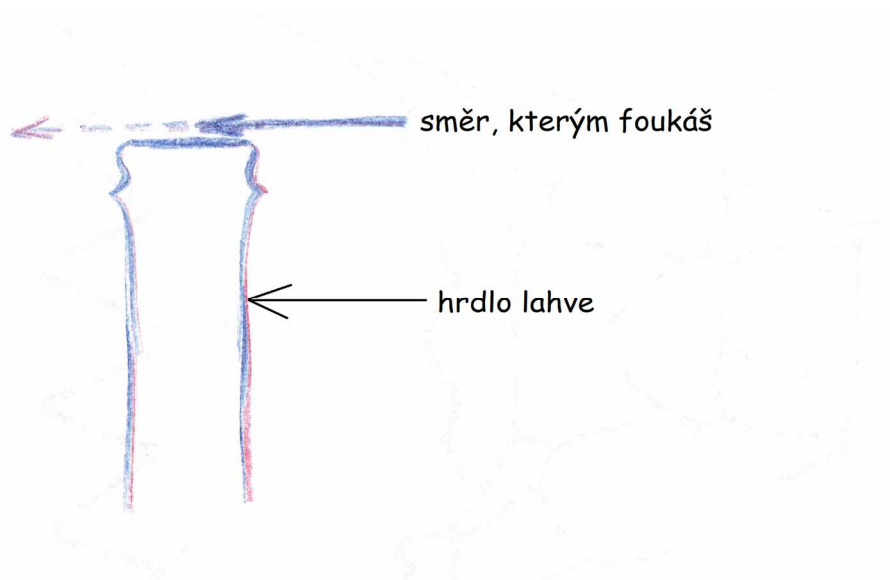
Ted' zkuste hádat, kdo bydlel na druhé planetě. Záměrně vám to neprozrazuji. Jméno tohoto člověka budu vynechávat a místo něj udělám jen „hmmmm“. Vaším úkolem je vymyslet jeho jméno a nástroj, který by se k němu hodil.

Tak, ted' jsme v polovině příběhu. Jaké jméno jste vymysleli? Až ho vymyslíme, můžeme si příběh zase dočíst.

Znáte někoho takového? Je to dobrý kamarád? Umí druhého člověka pochválit, nebo chválí jen sám sebe? Co byste mu vzkázali?

Třetí planeta

Na třetí planetě se naučíme děti houkat na lahve. Lahev si přiložíme těsně k puse, abychom se jí dotkli rty. Pak foukneme jakoby vodorovně do dálky přes horní okraj hrdla. Tímto směrem:



Ted' vám dám chvilku na vyzkoušení. Zkuste houkat např. dlouze, krátce, potichu, nahlas, jako ozvěna, jeden po druhém v kruhu, v různě početných skupinách atd.

Ted' už nás ale čeká příběh, který budeme opět doprovázet zvuky. Při slově „pijan“ zahoukáme na hrdlo lahvi.

Je pití alkoholu zdravé? Mohou pít alkohol děti? Proč? Potřeboval pijan nějakého člověka, aby mu pomohl?

Čtvrtá planeta

Čtvrtá planeta byla obývaná jedním hodně zvláštním člověkem. Neměl nikdy na nikoho čas. Poslouchejte a zkuste zase najít vhodný hudební nástroj.

Znáte člověka, který je pořád zaměstnaný? Co ho zaměstnává? Proč to dělá? Co by měl dělat jinak?

Poslední planeta

Na poslední planetě bydlel Lampář. Ten musel rozžít a zhasínat lampu. To si teď ukážeme. Jeden z vás bude Slunce, které bude držet baterku a svítit na planetu Lampáře. Další z vás bude ta lampářova planeta a bude se neustále pomalu otáčet. Na této planetě se muselo neustále rozsvěcet a zhasínat, a to právě dělal Lampář. Podívejte, kolik měl práce!

Když jsme teď přečetli první část Lampářova příběhu, je čas mu vybrat i hudební nástroj.

Co si myslíte o Lampáři? Byl užitečný, nebo ne?

2. hodina

Podrobně rozpracovaný obsah:

Teď budeme cestovat na různé planety my. Na zemi vidíte lístečky, na kterých jsou zespodu napsané názvy planet, na které budeme putovat. Vylosujme si tedy první planetu!

Planeta stalagmitů

Stalagmit je krápník, který roste od země nahoru. Řeknu teď kouzelné slovo: „Štronzo“, a teď jste se všichni na takové stalagmity proměnili. Pokud cinknu na *chimes*, můžete se zase pohybovat. Jeden z vás bude Malý princ (můžeme ho označit třeba šátkem) a může chodit mezi stalagmity. Malý princ, pozor! Stalagmity jsou sice pevné, ale zároveň i moc křehké, musíš se mezi nimi pohybovat opatrně!

Kdo z vás by na takové planetě mohl bydlet? Jak by ses tam cítil/a? Bylo by tam teplo nebo zima, větrno? Jaká by tam žila zvířata?

Plochá planeta

Abychom si snáze představili tuto planetu, použijeme padáku na cvičení. Všechny holky si mohou stoupnout na padák a všichni kluci budou padák držet. Tato planeta má zvláštní vlastnost. Když se po planetě chodí tiše a pomalu, je plochá (padák leží), ale pokud někdo udělá zvuk, planeta se rozbouří (kluci mohou třepat padákem, holky musí překračovat „vlny“). Nebojte, potom se vystřídáte.

Kdo z vás by na takové planetě mohl bydlet? Jak by ses tam cítil/a? Bylo by tam teplo nebo zima, větrno? Jaká by tam žila zvířata?

Planeta mlhy

Teď budeme pracovat ve dvojicích. Jeden z dvojice bude mít šátkem zavázané oči, ale může mluvit. Druhý vidí, ale nemluví. Můžeme mu zavázat šátkem pus, aby bylo snadnější si to uvědomit. Společně mají dorazit ke zvuku, který budu vydávat na nějaký nástroj v rohu místnosti. Svá stanoviště budu měnit.

Kdo z vás by na takové planetě mohl bydlet? Jak by ses tam cítil/a? Bylo by tam teplo nebo zima, větrno? Jaká by tam žila zvířata?



Bahnitá planeta

Zabořili jste se někdy do hlubokého bahna? Tak to jste byli jako na naší planetě. Jistě se tam bude taky těžké pohybovat. Abychom si to lépe představili, svážeme si pomocí šátků ve dvojicích nohy k sobě. Bude to těžší než jít sám, protože budete muset trochu spolupracovat. A ještě jedna obtíž – můžete se pohybovat pouze „jako raci“ – je tu opravdu hodně bahna. Tolik, že nejde chodit po dvou. Sedněte si na zem a posunujte se pouze oporou o ruce. Možná by se nám k tomu hodilo agogo.

Kdo z vás by na takové planetě mohl bydlet? Jak by ses tam cítil/a? Bylo by tam teplo nebo zima, větrno? Jaká by tam žila zvířata?

Horká planeta

Zde se zastavíme jenom krátce. Vzpomeňte si teď, kdy vám bylo opravdu horko. Pot vám stékal po tvářích a nebylo kam se schovat. Jako na poušti. Uf. Hodí se nám k tomu třeba chimes, co myslíte? Jděte se napít! :)

Kdo z vás by na takové planetě mohl bydlet? Jak by ses tam cítil/a? Bylo by tam teplo nebo zima, větrno? Jaká by tam žila zvířata?

Deštivá planeta

Po tak náročném pobytu na horké planetě si zasloužíme zchlazení. Ale ne, prší tu pořád! Teď prší málo, to je jako piano v hudbě. To můžeme jenom chodit. Ale ne, déšť zesiluje! To je jako mezzoforte v hudbě! Raději se jděte schovat! Co se to děje? Že by pořádný liják? To je forte, musíme přidat, utíkejte se schovat! Tak, a teď už sami poznáte, kdy je jen takový deštík a kdy pořádná bouřka. Budu teď hrát na dešťovou hůl a vy se můžete řídit vlastním sluchem. A ještě něco: na této planetě se nesmí mluvit – stejně by nebylo nic slyšet, protože bubnování deště vše přehluší.

Kdo z vás by na takové planetě mohl bydlet? Jak by ses tam cítil/a? Bylo by tam teplo nebo zima, větrno? Jaká by tam žila zvířata?

Máme za sebou velikou cestu a zasloužíme si odpočinek. Můžete si lehnout na podložku a už jen vzpomínat na jednotlivé planety a jejich obyvatele. Přeneseme se ale zpět na planetu Zemi, rozhlédněte se kolem sebe a pojmenujte si v duchu věci kolem sebe, barvy, které vidíte, pocity (teplo, chlad, žízeň, únava, úleva apod.). Kde jste se cítili dobře a kde ne? Co vám bylo příjemné/nepříjemné, co se vám povedlo/nepovedlo?

2.1.10 Živly – 2 hodiny

Cíle dvouhodinové lekce

- upevníte si základy hry na djembe
- víte, jaké existují živly a jaké mají vlastnosti
- zvládnete hrát na alternativní hudební nástroje
- pojmenujete svoje úspěchy i nezdary při závěrečném kruhu



1. hodina

Podrobně rozpracovaný obsah:

Dobrý den, děti. Slyšel někdo z vás o tom, že je někdo živel? Co tím je myšleno? Jaký je? A co je to vlastně živel? Znáte něco, co je takhle označováno? Jistě, jsou to oheň, voda, vzduch, země. Možná jste slyšeli ještě např. o dřevě, kovu a podobně, ale nás dnes budou zajímat hlavně ty první čtyři. Abychom mohli začít s hrami a příběhy, připravíme se na ně díky rytům bubnu. Přitom můžete přemýšlet o tom, co jsme si říkali. Třeba vám hudba nějak napoví.

Hra na vlak

„Vlakem“ budeme cestovat mezi jednotlivými stanovišti. Jak již víte, vlak nejedí stále tou stejnou rychlostí. Jezdí z úplného zastavení až po pěknou rychlost! Zkusíme si na takový vlak zahrát. Nejprve pojedeme pomalu. V hudbě bychom mohli takové tempo označit třeba jako *lento*. Stoupneme si ve dvojicích do zástupu. Sousedu chytíme třeba za ruku a můžeme těmto rukama opisovat kruh jako to dělají kola vlaku. Druhou rukou chytíme rameno souseda před námi. Začneme říkat „už to jede, už to jede“, a pomalu se pohybujeme. Nesmíme ztratit ani jeden vagonek, všechny vagony jsou důležité.

Takhle bychom se ale nikam nedostali. Pokud tedy chceme jet trochu rychleji, zkusíme trochu přidat na tempu a jinou říkanku: „To si to sypeme, to si to sypeme“, v hudbě bychom mohli najít takové tempo třeba pod latinským názvem *moderato*. Ale pokud se chceme vydat na delší výlet, musíme přidat ještě trochu: „Toto sype, toto sype“, v latině *allegro*. Věřte, nebo ne, ale jsou ještě rychlejší vlaky. To, pokud chceme překonat ještě větší vzdálenost. Náš vlak si bude říkat: „To si fičím, to si fičím“. To už je *presto*. To už je opravdu rychlé tempo, kterým bychom snadno dosáhli i vzdálenějších cílů.

Vlak však potřebuje nejen zrychlovat, ale i zpomalovat. Nakonec se úplně zastaví a chvíli odpočívá – „čššššššš“.

Posaďte se do kruhu, právě jsme dorazili na první stanoviště, kde si budeme povídat o ohni, prvním z živlů.

Oheň

Možná jste někdy slyšeli, že oheň (a vlastně by se to dalo říct o jakémkoliv z živlů) je dobrý sluha, ale zlý pán. Co to znamená? Jak nám oheň může sloužit? Kdy už nám neslouží, ale panuje? Kdo by nám v tom případě mohl pomoci? Znáš telefonní číslo na hasiče nebo prostě nějakou záchrannou službu? Manipulovali jste někdy s ohněm? Můžeme oheň spatřit někde v přírodě, kdy ho nezaložil člověk?

Nyní se posaďte k bubnům a zahrajeme si na ně některá přísloví týkající se ohně. Budeme střídat basový a výškový tón.

Sedí stařík na střeše, kouří, ale nekřeše. – Co je to? Znáte tuto hádanku? Zkusme si ji zahrát v duchu jedné z nálad, které máme na lístečkách uprostřed na zemi. Dala by se tato hádanka zahrát a říct třeba bojácně? Jak by zněla hravě? Atd.



Kučero, Kučero, co to u vás bručelo? Náká kráva nebo bejk, nákej ďas to musel bejt. - Co myslíte, že u Kučerů bručelo? Jakou náladu si vylosujeme tentokrát? Jak to bude znít?

Nikdo se tak dobře nemá, jako čerti v pekle, ve dne v noci přikládají, pěkně sedí v teple. Kdo vylosuje kartičku s náladou? Dokážeme deklamovat o čertech v pekle lichotivě? Zamilovaně? Ospale? Atd.

Nálady/pocity: bojácně, hravě, vesele, smutně, lehce, lichotivě, vážně, hladově, zamilovaně, ospale, uvolněně

Dáme teď bubny stranou, opět se seřadíme do zástupu a jedeme vlakem na další stanoviště. Tím bude vzduch.

Vzduch

Co to znamená vzduch? K čemu ho potřebujeme? Můžeme ho vidět? Můžeme si nějak dokázat, že opravdu existuje, i když je průhledný? Která zvířata se umí pohybovat ve vzduchu? Potřebuje ho ještě někdo jiný, než člověk a zvířata?

Zde se pokusíme létat ve vzduchu. Že to neumíte? To přece nevadí! Ve své fantazii můžeme dělat všechno, co se nám zlíbí, a třeba i létat. Dokázal by někdo z vás zahrát na zvonkohře nejvyšší (jako vysoká oblaka) a nejnižší (jako něco, co je hluboko pod zemí) zvuk? Přidáme i druhou zvonkohru. Na tu bude hrát někdo z vás, každá zvonkohra však bude hrát vždycky jiný tón. Ukažte rukou na tu zvonkohru, která hraje více „v oblacích“, výš. Nebo můžete ukázat jednou rukou, jak vysoko hraje jedna zvonkohra a jak nízko ta druhá. Chvilku si s tím pohrajme.

Když už to všichni rozeznáme, můžete udělat dvojice. Jedna dvojice bude hrát na zvonkohry a úkolem ostatních bude dorazit k té zvonkohře, která hraje vyšším tónem, můžete si představovat, že „létá výš“. Za chvilku se vystřídáme.

Seznámili jsme se s druhým živlem a teď je čas vyrazit dále. Uklidíme nástroje, opět se seřadíme do zástupu a jedeme vlakem na další stanoviště.

2. hodina

Podrobně rozpracovaný obsah:

Voda

Zkuste uhodnout hádanku. Poznáte, jaký živel nás čeká teď? Běžím, běžím, nemám dech, přitom ležím na zádech. (řeka) Vodě češe vlásky, dělá z ní provázky. (děšť) Jaký živel mají řeka a děšť společný? No, přece vodu!

Teď se rozdělíme na dvě skupiny. Každá skupina bude představovat 1 potok. Seřadte se do zástupů a „tečte“ volně prostorem jako voda. Někdo může hrát na kalimbu, která by mohla být podobná zvuku vody. Pokud se dva potoky setkají, plynou kolem sebe a každý s každým se krátce pozdraví, stačí pohledem, a „tečete“ dále. Až oba potoky splynou v jednu řeku, v zástupu dvojřad opět protékají



prostorem. Nakonec řeka doteče až na koberec, kde splyne s mořem. Tam si můžete lehnout a chvíli odpočívat.

Země

Viděli jste někdy létajícího obra? Nebo trpaslíka? Já také ne, ve všech příbězích jsou to postavy, které stojí oběma nohama pevně na zemi.

A protože země je poslední ze čtyř živlů, který nás dnes čeká, zahrajeme si právě na obra a trpaslíka. Rozdělíme se do dvojic – jeden ve dvojici je obr a druhý je trpaslík. Obr reaguje na zvuk bubnu, na který bude hrát jeden z další dvojice. Pokud buben hraje, obr se pohybuje. Trpaslík zase poslouchá dřívka. Pokud ta hrají, pohybuje se trpaslík. Samozřejmě mohou oba nástroje hrát současně. Obr a trpaslík jsou kamarádi, i když jsou každý úplně jiný. Mohou se jen tak procházet, mohou ale zažívat různá dobrodružství. Jen nesmí mluvit – obr by trpaslíka svým hlasem úplně ohlušil a trpaslíka by zas obr vůbec nezaslechl. Už se těším, až nám povyprávíte své vlastní příběhy a jak jste si rozuměli.

Jak jste se cítili, coby obři a trpaslíci? Jakou má výhodu být větší/menší, než všichni ostatní? Jakou to má nevýhodu? V čem byste se cítili lépe?

Všechny živly dohromady

Dojeli jsme do cíle. Posadíme se na zem do kruhu, uprostřed máte na výběr různé nástroje. Každý si může zvolit jeden nástroj. Budu říkat různá slovní spojení (např. hluboký potok, široká řeka, hurikán, vánek, poušť, deštný prales, hořící les, plamínek svíčky apod.) a vy je zkuste zahrát na svůj nástroj.

Na závěr v sobě necháme všechny živly doznít. V každém z nás je kousek hořícího ohně, trochu klidné vody, pevné země i vznášejícího se vzduchu. Který živel myslíte, že je ten váš? Který máte nejraději a proč? Kterého byste potřebovali v životě víc?



2.2 Tematický blok č. 2 Výroba hudebních nástrojů – 6 hodin

2.2.1 Výroba Didgeridoo – 2 hodiny

1. hodina

Podrobně rozpracovaný obsah:

Cíle dvouhodinové lekce

- upevníte si základy hry na djembe
- vnímáte metrum pomocí rytmické rozcvičky
- popíšete původ didgeridoo
- porovnáte didgeridoo s jinými dechovými nástroji (flétnou, ...)
- vyrobíte si didgeridoo a hrajete na něho
- pojmenujete svoje úspěchy i nezdary při závěrečném kruhu

Přivítání a rozcvička (10 min)

Pošleme si opět stisk, věřím, že se mi vrátí z druhé strany kruhu. Ale nebudu vám říkat, kterým směrem stisk posílám.

Připravte si djembe a nejdříve si zopakujeme v rozcvičce všechny údery, které jsme se naučili. Nezapomeňte, že máte přesně napodobovat moje ruce.

Začínáme na výškových tónech, kdy střídáme levou a pravou ruku po jednom úderu. Pozor, budu měnit rytmus.



Podívejte se na video <https://youtu.be/7e1KAQnJeGE>

Opakování rytmů

Zopakujeme si rytmy, které jsme se dosud naučili. Kdo mi ukáže rytmus **Krok**?

Pamatuje si někdo Vlák? Tak ho prosím zahrajte.

Ukázka didgeridoo s povídáním (15 minut)

Podívejte se pozorně na tohle krátké video a zkuste přijít na to, odkud ten člověk může být, jak na to hraje.



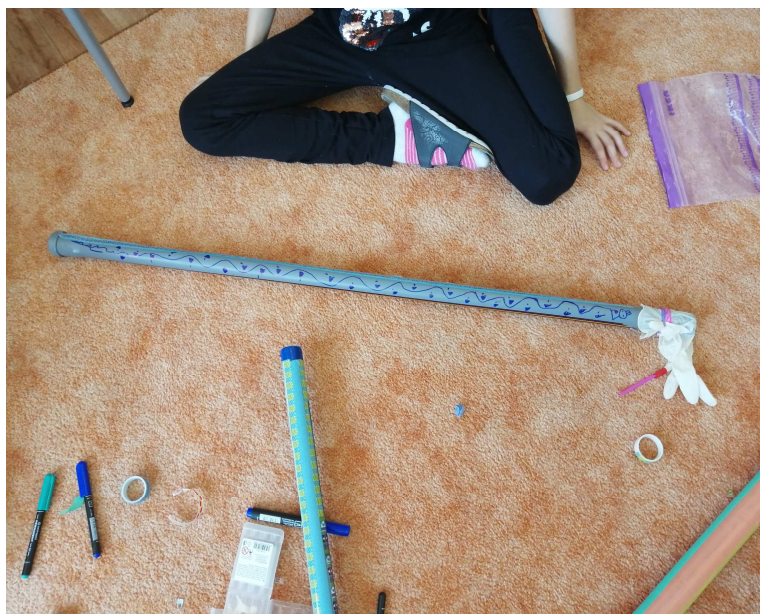
*Učitel pustí z YouTube kanálu **Didge project** tohle video: Traditional Didgeridoo Rhythms by Lewis Burns, Aboriginal Australian Artist.*

Ano, je vidět, že člověk žije jinak než my. Je to původní obyvatel Austrálie, který hraje na didgeridoo. Původní obyvatelé nástroj používali a používají při svých obřadech a rituálech. Zajímavostí je, že hráči při hře používají nekonečný dech – zároveň se nadechují a vdechují vzduch do nástroje.



Já vám teď ukážu naše didgeridoo, které si dnes vyrobíme.

Je podobné jinému nástroji?



2. hodina

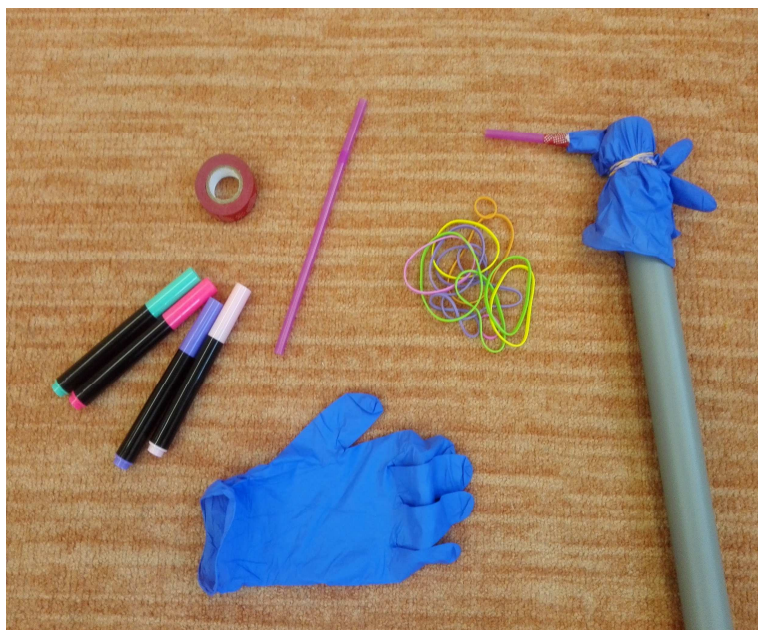
Forma

Vyrobíme si vlastní didgeridoo.

Každý si vezme jednu trubku, rukavici, brčko, nůžky a lepicí pásku.

Pomůcky:

djembe, novodurové, trubky, gumové jednorázové rukavice, lepicí pásky, brčka, gumičky, nůžky, permanentní fixy



Podrobně rozpracovaný obsah:

Popis pracovního postupu

Vezmeme si jedny gumové rukavice a na konci jednoho (libovolného) prstu uděláme nůžkami malý otvor, kterým protáhneme kousek brčka (7 cm) a omotáme lepicí páskou, aby brčko dobře v rukavici těsnilo. Rukavici nasadíme na trubku pomocí gumičky. Do brčka se fouká a didgeridoo vydává zajímavý zvuk :-). Didgeridoo je skoro hotové, chybí jen ozdobení. Děti, fixami nebo lepicími páskami si můžete vaše didgeridoo vyzdobit.

Výroba nástroje (20–30 min)



Hra na didgeridoo (10–15 min)

Předvedeme si vaše nástroje.

Po skupinách si secvičte nějakou krátkou skladbu.



Podívejte se na video https://youtu.be/ug_nqO9xj_k

Závěrečný kruh

Posílám po kruhu tohle didgeridoo. Kdo ho bude mít v ruce, může říci, co se mu dnes podařilo, co by příště udělal jinak a co se mu líbilo.

2.2.2 Výroba jednoduchých nástrojů – 2 hodiny

1. hodina

Dnes si vyrobíme další zajímavé hudební nástroje.

Podrobně rozpracovaný obsah:

Cíle dvouhodinové lekce

- upevníte si základy hry na djembe
- vnímáte metrum pomocí rytmické rozcvičky
- popíšete nové hudební nástroje
- porovnáte vyrobené hudební nástroje se skutečnými
- vyrobíte si hudební nástroje a hrajete na ně
- pojmenujete svoje úspěchy i nezdary při závěrečném kruhu

Přivítání a rozcvička (10 min)

Pošleme si opět stisk, věřím, že se mi vrátí z druhé strany kruhu. Ale nebudu vám říkat, kterým směrem stisk posílám.

Připravte si djembe a nejdříve si zopakujeme v rozcvičce všechny údery, které jsme se naučili. Nezapomeňte, že máte přesně napodobovat moje ruce.

Začínáme na výškových tónech, kdy střídáme levou a pravou ruku po jednom úderu. Pozor, budu měnit rytmus.



Podívejte se na video <https://youtu.be/7e1KAQnJeGE>

Opakování rytmu (10 min)

Zopakujeme si rytmy, které jsme se dosud naučili. Kdo mi ukáže rytmus **Krok**?

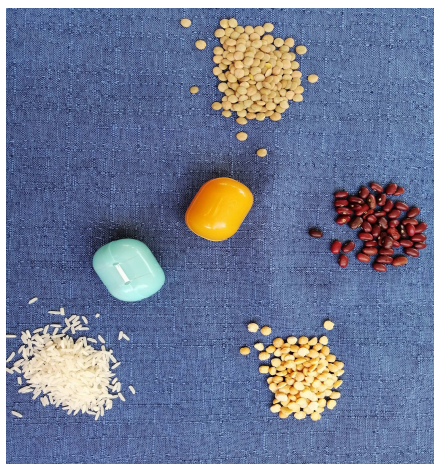
Pamatuje si někdo rytmus **Vlak**?

Ukázka nástrojů s popisem výroby (40 min)

Děti, ukážeme si jaké nástroje si dnes vyrobíme. Takhle vypadá shaker. Připomíná vám něco?



Shaker



Asi nejznámější nástroj. Do obalů z kinder vajíček nasypeme rýži nebo čočku nebo jinou luštěninu. Děti, zkoumejte a poslouchajte různé zvuky při různých druzích obsahu. Shaker si ozdobte permanentním fixem.

Malá kytara

Tohle je kytara, možná spíš ukulele.

Na krabičku navlékáme gumičky a drnkáme prsty o gumičky.



Kazoo

Víte, co je tohle? Ne? To je kazoo. Předvedu vám ho.





Do ruličky se provrtá dírka a na jeden konec připevníme (pomocí gumičky) igelit. Druhým otvorem přikládáme pusku a foukáme.

Zvonky

A poslední jsou zvonky.

Na různě velké keramické květináče se hraje dřevěnou paličkou. Zjistěte, který zvuk je lepší. Když se hraje na květináč, který má dno nahoře, nebo když má dno dole?



Vylosujete si, který nástroj si vyrobíte. Můžete si mezi sebou vylosované lístky s názvem nástroje vyměnit. Pokud zbyde čas, budete si moci vyrobit ještě jeden nástroj.

Všechny nástroje ozdobte kresbou nebo malbou, máte připravené fixy i tempery. Můžete využít i lepicí pásky.

Pomůcky

djembe, plastové obaly od kinder vajíček, rýže (čočka, hrách, ...), ruličky od toaletních papírů a kuchyňských ubrousků, igelit, gumičky, nůžky, různé keramické květináče, dřevěné paličky (od zvonkoher), krabičky od kapesníků (mohou být i jiné krabičky), fixy (popř. tempery, štětce, kelímky na vodu)

2. hodina

Vyrábíme si shaker, kazoo, malou kytaru a zvonek, podle návodu, který jsem vám před chvílí ukázala. Pokud si nebudete vědět rady, zeptejte se kamaráda, pokud nebude vědět ani on, určitě se ptejte mě.

Podrobně rozpracovaný obsah:

2. hodina plynule navazuje na 1. hodinu.

Předvedení vyrobených nástrojů (10 min)

Nyní si ukážeme, jak se vám daří hrát na vaše krásné nástroje. (Necháme děti hrát na jejich vyrobené nástroje.)

Utvořte skupinky, ve kterých budou zastoupeny všechny nástroje alespoň po 1 kousku, a zkuste něco secvičit. Pokud nebudete vědět jak, tak si můžete zahrát na instrumentální orchestr. Jeden z vás bude dirigent a ostatní budete hrát na nástroje.

Závěrečný kruh

Posílám po kruhu shaker. Kdo ho bude mít v ruce, tak s ním zatřese a může nám říct, co se mu dnes podařilo, co by příště udělal jinak a co se mu líbilo.

2.2.3 Výroba fanfrnochů – 2 hodiny

Cíle dvouhodinové lekce

- upevníte si základy hry na djembe
- víte, co je to fanfrnoch a k jakému účelu se používal
- vyrobíte si hudební nástroje a hrajete na ně
- pojmenujete svoje úspěchy i nezdary při závěrečném kruhu

1. hodina

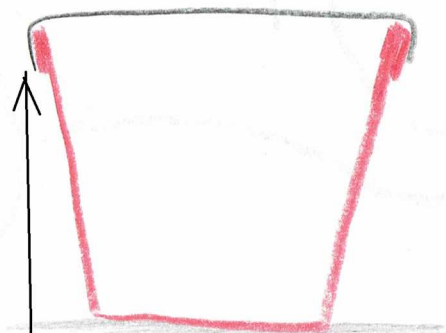
Dobrý den, dnes se přivítáme s jedním docela starým hudebním nástrojem, který si i vyrobíme. Může vypadat různě, vždycky má však něco společného. Než se pustíme do práce, vyzkoušíme si, jak zní spolu s bubny djembe. Vzpomeňte si na rytmus **Krok**, který nám krásně poslouží jako základ písničky Fanfrnoch.

Fanfrnoch, nebo také bukač nebo bukál patří ke koledám a koledování. Jeho zvuk se musí tahat za koňské žíně z malého soudku. Patří mezi blánové nástroje. Jinak je to obyčejný džbán, na jehož hrdlo je natažena kůže s otvorem, do něž se upevnily koňské žíně. Charakteristický bučivý zvuk nástroje, připomínající zvuk ptáka bukače, se tvoří popouštěním těchto žíní mokřýma rukama. Většinou hrají dva. Jeden drží džbán, druhý tahá mokřýma rukama za žíně.

Ted' už nastal čas si takový fanfrnoch vyrobit. Jak? Tady je návod.



1. Vyberte si velikost nádoby, která se vám líbí. Připravte si vhodnou velikost kůže/koženky. Je dobré ji mít raději trochu větší, aby vám později nechyběl materiál a dobře se vám fanfrnoch vázal.

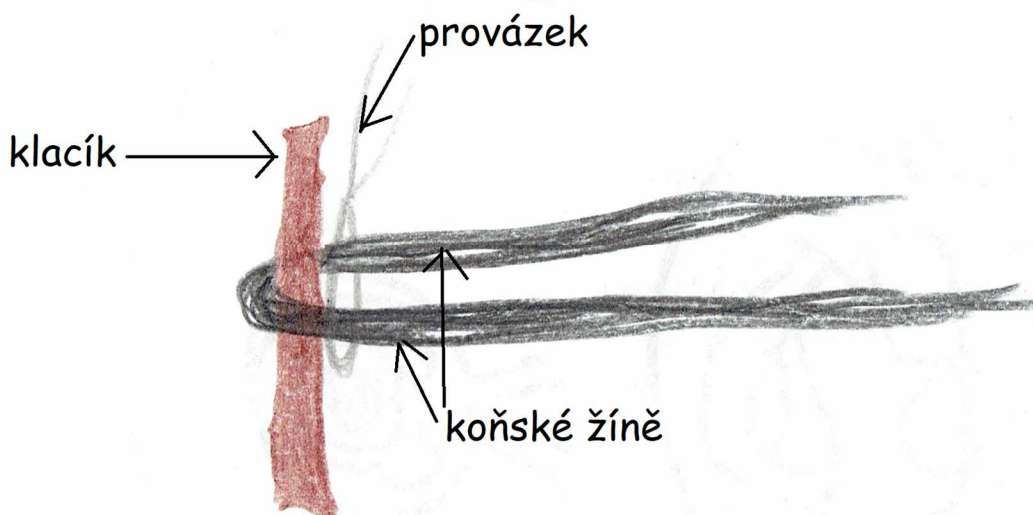


příliš malá kůže/koženka

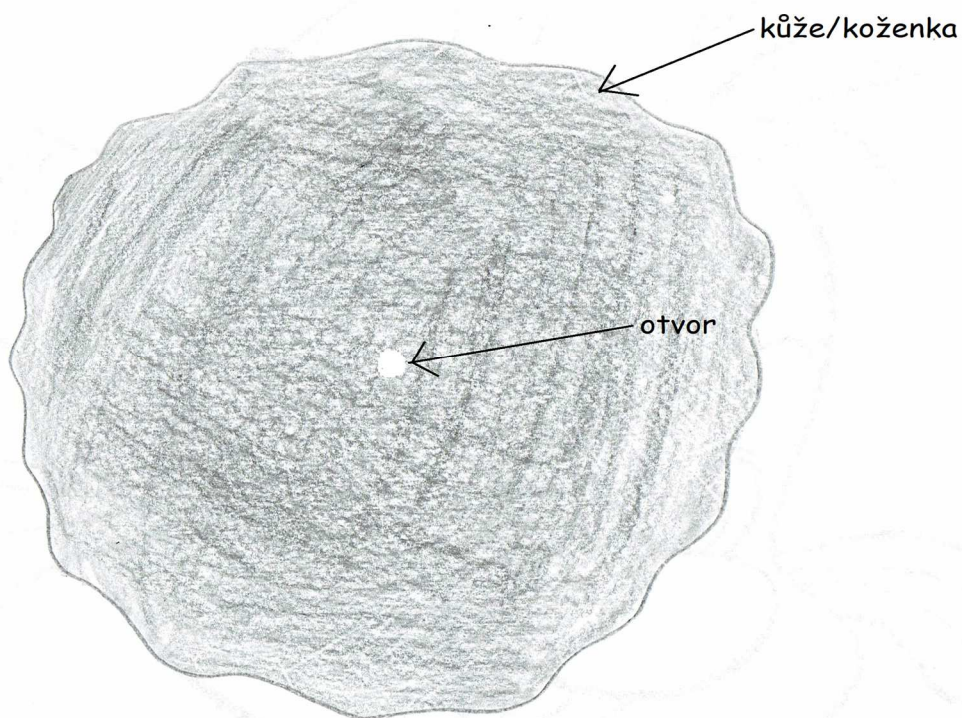


dostatečně velká koženka

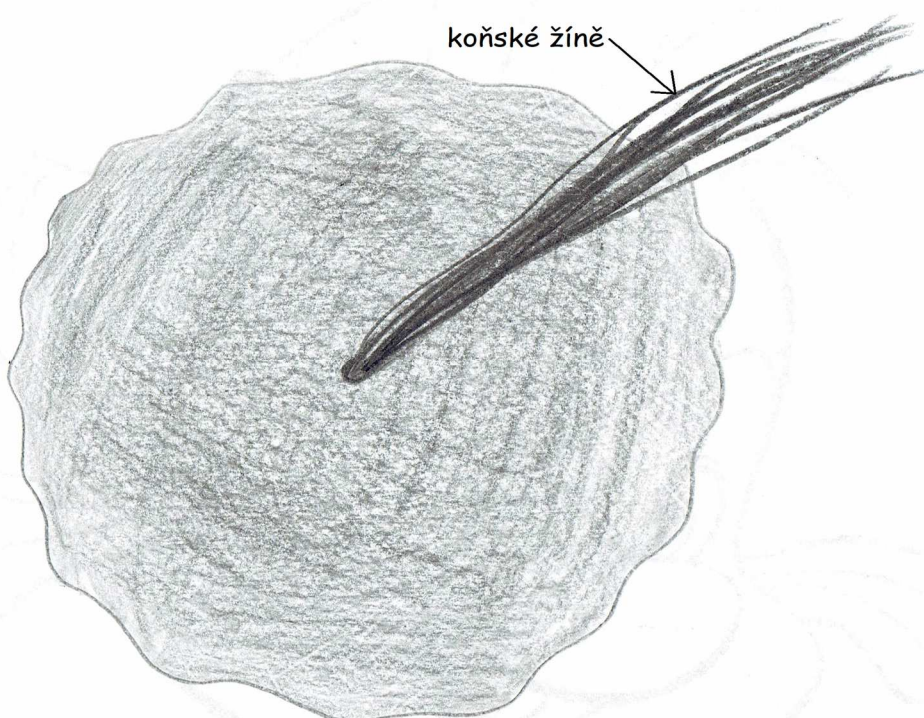
2. Upevníme koňské žíně na připravený kousek větvičky, klacíku a PEVNĚ zavážeme provázkem.



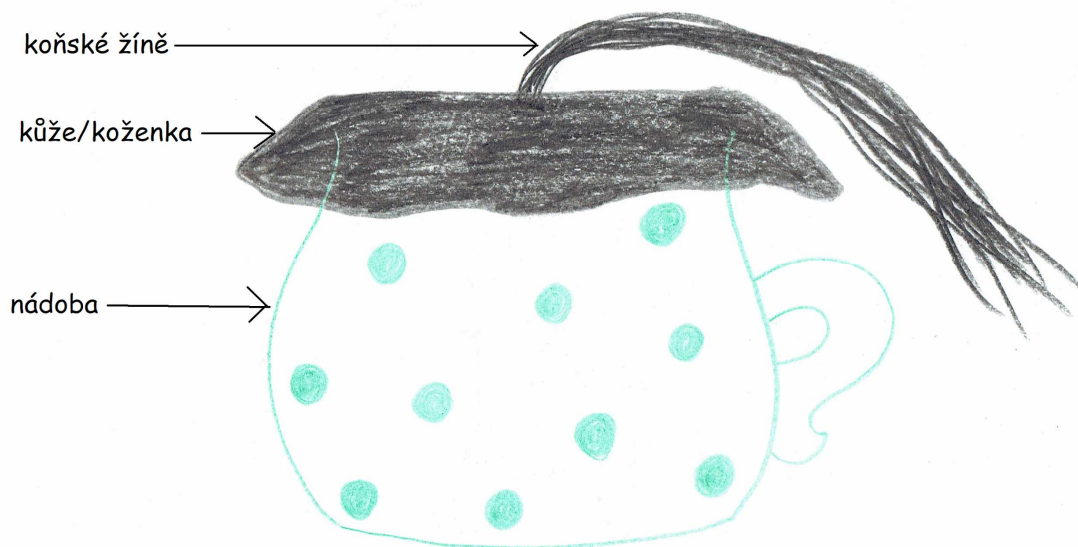
3. Doprostřed kusu kůže vytvoříme pomocí kladiva a kovové raznice malý otvor. Je možné jej vytvořit klasickou kancelářskou děrovačkou nebo nůžkami.



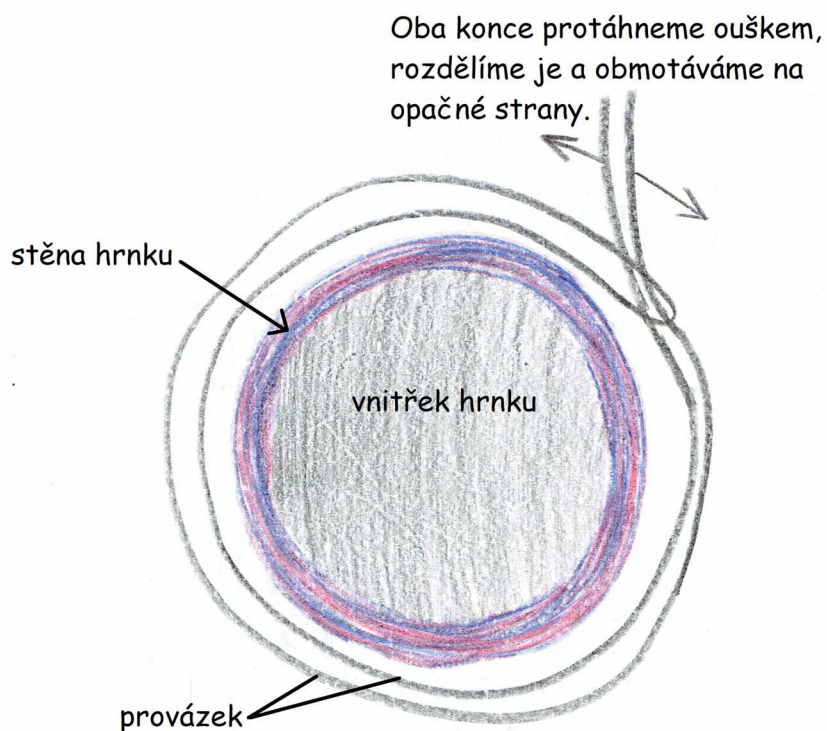
4. Protáhneme volné konce žíní otvorem tak, aby žíně vyčuhovaly na líci kůže, tj. na straně, která bude na fanfrnochu venkovní.



5. Kůži i s žíněmi položíme na otvor džbánu tak, aby žíně visely směrem ven a klacík dovnitř.



6. Pomocí provázku upevníme kůži za hrdlo džbánu. Kůže musí být opravdu pevně přivázaná a napnutá. Toto je nejtěžší část a zpravidla je třeba dvou lidí, aby ji zvládli. Jeden přidržuje kůži/koženku na nádobě tak, aby byla napjatá, druhý váže provázek. Je dobré první smyčku provést dle obrázku a pak konce rozdělít každý na jednu stranu a vázat dál – oba konce omotávat kolem nádoby jiným směrem (pohled na nádobu shora).



7. Pořádně utáhneme provázek okolo hrdla džbánu a odstříhneme přebytečnou kůži/koženku.

2. hodina

Forma

Pokračujeme s výrobou fanfrnochů.

Až budeme mít hotovo, můžeme si namočit ruce a zkusit zahrát známé písničky. Bylo by fajn se naučit tu, kterou jsme slyšeli na začátku.

Na závěr si zahrajeme na novoroční koledování s fanfrnochů podle výše zmíněné písně.

1. Fanfr, fanfr, fanfrnoch, nastává nám nově rok.

Nově rok nám nastává, koledy se nandává, /: hou hou haleluja:/.

2. Buku, buku, buku, otevřete ruku,

Koledy nám dejte, nic se nám nesmějte, /: hou hou haleluja:/.

3. Mlynář mele mouku v tom bílém klobouku,

Mlynářka zas krupici v té ušaté čepici, /: hou hou haleluja:/.

Jak se ti fanfrnoch povedl? Co bylo nejtěžší, co nejlehčí? Líbí se ti zvuk? Chtěl/a by ses někdy zúčastnit takového koledování, o kterém jsme si povídali?

2.3 Tematický blok č. 3 Tradice – 4 hodiny

2.3.1 Vánoce – 2 hodiny

Vánoční atmosféru si užijeme s vánoční koledou Na Vánoce dlouhé noci, kterou si doprovodíme na djembe a další hudební nástroje.

1. hodina

Cíle dvouhodinové lekce

- upevníte si základy hry na djembe, zvonkohry a metalofon
- vnímáte metrum pomocí rytmické rozcvičky
- propojíte zpěv a hru na hudební nástroje
- popíšete hudební nástroje a dokážete je porovnat s jinými nástroji
- pojmenujete svoje pocity a úspěchy při závěrečné reflexi

Podrobně rozpracovaný obsah:

Přivítání v kruhu

Dnes si místo stisku ruky pošleme rytmus. Zahrají vám jednoduchý rytmus a pošleme si ho po kruhu.



Podívejte se na video <https://youtu.be/UXb7kMvEF7E>



Bubnovací rozcvička

Připravte si djembe a nejdříve si zopakujeme v rozcvičce všechny údery, které jsme se už naučili. Nezapomeňte, že máte přesně napodobovat moje ruce.

Začínáme na výškových tónech, kdy střídáme levou a pravou ruku po jednom úderu. Pozor, budu měnit rytmus.

Rytmus Krok (5 min)

Zopakujeme si rytmus **Krok**.



Podívejte se na video <https://youtu.be/ArwZTt5oTU0>

Nácvik koledy Na Vánoce dlouhý noce (10 min)

Dostali jste noty s novou koledou. Já vám ji nyní pustím a vůbec se nebojte se připojit zpěvem do refrénu. Víte, co je to refrén?

Koledu si několikrát zazpíváme. Hlavně první sloku pořád dokola, abychom se jí naučili.

Zapojení dřívka do koledy (5 min)

Do refrénu budeme tleskat rytmus. Myslíte, že někdo víte jaký?

Vezměte si dřívka, pokud už by na vás nezbyla, ťukejte rytmus zlehka na djembe. Můžeš využít i tleskání. Budeme to opět hrát pořád dokola.

Myslím, že nám to už jde.

Zazpíváme si koledu dvakrát za doprovodu dřívka, tleskání a djembe v refrénu.

Doprovod koledy na djembe a dřívka (10 min)

Děti, vy budete zpívat koledu a já vám do toho budu hrát rytmus **Krok**.

Zkuste se mnou hrát na djembe a zpívat koledu. Komu by to nešlo, bude hrát na djembe pouze výškové tóny (*metrum*). Zkusíme si to několikrát.

Protože už nám jde zpívat a hrát rytmus **Krok** dohromady, tak si to ještě vylepšíme.

Rozdělíme se na dvě poloviny. Jedna část bude hrát rytmus **Krok** a druhá vyťukávat rytmus na dřívka do refrénu. Až se to naučíme, tak skupiny prohodíme.

2. hodina

Podrobně rozpracovaný obsah:

Hra na zvonkohry (10 min)

Zazpíváme si koledu Na Vánoce dlouhý noce a já vás doprovodím na zvonkohru.



Děti, teď se to naučíte i vy. Zahrajete 2 x G a 2 x D, a to celé opakujete. Super, ještě jednou.

V refrénu se hraje 6 x G a 1 x D a 1 x G.

Dám vám čas, abyste se to naučily.

Výborně! Zahrajeme si to všichni. Kdo si to nepamatuje celé, nevadí, hraje pouze první část.

Rozdělíme se na dvě poloviny. První bude pouze zpívat a tleskat do refrénu rytmus, druhá část bude hrát doprovod na zvonkohry. Pak se prohodíte.

Hra na metalofon (5–10 minut)

Zazpíváme si koledu Na Vánoce dlouhý noce a já vás doprovodím tentokrát na metalofon.

Protože metalofon máme jenom jeden, budete se na něm spravedlivě střídat. Využijeme i zvonkohry a naučíme se na nich part metalofonu. Víte, co znamená part?

Na metalofon se hraje ve dvojhlase. To znamená, že zahrajete 2 tóny současně. Budete hrát GD, DA, GD, DA. Pojďte si to zkusit. Super! Ještě několikrát.

Refrén zní takto 4 x GD, 1 x DA, 1 x GD

Dám vám čas, abyste se to naučily.

Propojení zvonkoher, metalofonu a zpěvu (5–10 minut)

Rozdělíme se na dvě poloviny. První polovina bude hrát zvonkohry, druhá polovina metalofon. Pak se prohodíme. Zahrajeme si to několikrát.

Koleda Na Vánoce dlouhý noce s celou instrumentací a zpěvem (10 minut)

Děti, přišel okamžik, kdy si to zahrajeme na všechny dnešní nástroje.

Vyberte si nástroj, vyzkoušejte si ho (*1 minuta*), klidně si zahrajte část doprovodu.

Píseň si zahrajeme několikrát a zkusíš si vystřídat hudební nástroje.

Závěrečná reflexe (5 min)

Děti, vybarvěte první baňku podle toho, jak se vám dařilo dnes hrát na nástroje a zpívat.

Druhou baňku, zda jste se něco nového naučily nebo dozvěděly.

Třetí, jak se vám dnešní lekce líbila.

2.3.2 Jaro, Velikonoce – 2 hodiny

1. hodina

Jaro (Velikonoce) oslavíme jarní písničkou ***Vrby se nám zelenají***, kterou si doprovodíme na hudební nástroje.



Cíle dvouhodinové lekce

- upevníte si základy hry na djembe, zvonkohry a metalofon
- vnímáte metrum pomocí rytmické rozcvičky
- propojíte zpěv a hru na hudební nástroje
- popíšete hudební nástroje a dokážete je porovnat s jinými nástroji
- pojmenujete svoje pocity a úspěchy při závěrečné reflexi

Podrobně rozpracovaný obsah:

Přivítání v kruhu

Dnes si místo stisku ruky pošleme rytmus. Zahrají vám jednoduchý rytmus a pošleme si ho po kruhu.



Podívejte se na video <https://youtu.be/UXb7kMvEF7E>

Bubnovací rozcvička

Připravte si djembe a nejdříve si zopakujeme v rozcvičce všechny údery, které jsme se už naučili. Nezapomeňte, že máte přesně napodobovat moje ruce.

Začínáme na výškových tónech, kdy střídáme levou a pravou ruku po jednom úderu. Pozor, budu měnit rytmus.

Bubnovací rozcvička s novým rytmem „Šlape to“ (10 min)

Nový rytmus se naučíme v rámci rozcvičky. Je celkem svižný, prostě musí šlapat. Střídáte pouze výškové (popř. středové) údery. Pak levou zahrajete bas a k tomu 3 výškové údery. **Tum, ta, ta, ta**



Podívejte se na video <https://youtu.be/JLOZO2pGvfo>

Rytmus ještě více zamotáme :-). Přidáte bas i pravou rukou: **tum, ta, tum, ta – rytmus musí „šlapat“!** Střídáte pravidelně pravou a levou ruku.



Podívejte se na video <https://youtu.be/Dk5XW1hCqDU>

Dramatizace rytmu Vlák (5 min)

Nyní si zahrajeme něco, co už známe. Vlák. Kam pojedeme?

Osmidobý rytmus (5–10 min)

Dnes mám pro vás ještě jeden rytmus. Má 8 dob.

Budete hrát 2x bas, 2x středový úder, 2x výškový, 2x středový a opět 2x basový. Ruce se pravidelně střídají pravá, levá: **tum, tum, ty, ty, ta, ta, ty, ty**



Podívejte se na video <https://youtu.be/AxJDWKnmd4>



Začnu hrát a zkuste se připojit. Komu by to zpočátku nešlo, bude hrát pouze výškové tóny.

Nácvik písně Vrby se nám zelenají (10 min)

Budete nyní opakovat po mě.

Děti, při slovech **na dvě strany prokvétají**, vzpažíte a spojíte ruce nad hlavu, jako koruna vrby a otáčíte se na jednu stranu a na druhou. Při slovech **radujme se**, vyskočíte a 2x tlesknete a při **veselme se** to stejné, vyskočíte a 2x tlesknete.

Opakujeme, dokud se to všichni nenaučí.

Propojení osmidobého rytmu s písní (10 min)

Děti, budete zpívat, a já budu hrát osmidobý rytmus.

Výborně. Nyní si vezměte djembe a budete hrát také.

Rozdělíme se na dvě skupiny, jedna hraje na djembe, druhá zpívá a pohybově ztvárňuje. Pak vystřídáme.

2. hodina

Hra na zvonkohru (10 min)

Zazpíváme si Vrby se nám zelenají a já vás doprovodím na zvonkohru.

Teď se to naučíte i vy. Rozdělíme si doprovod na dvě části.

V té první budete hrát 3 x F, 3 x C, 3 x F, 3 x C.

Budeme to zkoušet pořád dokola.

Výborně!

Nyní si zahrajeme tu druhou část 2 x F, C, F, 2 x F, C, F

Opět si to dáme několikrát dokola.

Nyní obě části spojíme, nebojte se, budu vám napovídat. 3 x F, 3 x C, 3 x F, 3 x C, 2 x F, C, F, 2 x F, C, F

Super!

Hra na metalofon (5 min) podle věku dětí, 1. – 2. třída raději nezařazovat

Mám pro vás dobrou zprávu! Hra na metalofon je lehčí než na zvonkohru.

Zpívejte písničku a já vás doprovodím na metalofon.

Hrajete 2 x F, C, 2 x F, C, F, C, F, C



Protože metalofon máme jenom jeden, budete se na něm spravedlivě střídat. Využijeme i zvonkohry a naučíme se na nich part metalofonu.

Dám vám dostatek času, abyste se to naučily.

Propojení zvonkoher a metalofonu (5–10 min)

Zkusíme spojit zvonkohry a metalofon. Kdo si pamatuje melodii na zvonkohru?

Bezva! Nyní se rozdělíme na část zvonkoher a část metalofonů. Zkusme to dát dohromady.

Přidání hry na djembe (Osmidobý rytmus) (10 min)

Rozdělíme se ještě na jednu část, která bude hrát na djembe **Osmidobý rytmus**.

Pojďme to dát dohromady!

Závěrečná muzikoterapie (10 min)

Děti, každý si vezměte podložku a polštář. Najděte si místo, které se vám líbí, kde si myslíte, že se budete cítit dobře.

Nyní si zavřete oči, zaposlouchejte se do hudby a představujte si, že vás ta hudba přenesle někam, kde by vám mohlo být dobře. Možná uvidíte zajímavé věci, lidí, zvířata, přírodu.

Učitel hraje postupně na nástroje, které si vybral.

Závěrečná reflexe

Zajímalo by mě, jestli jste někdo, něco viděl, cítil, nebo někde byl? – *zpětná vazba od účastníků*

Každé dítě se vyjádří k závěrečné prožitkové hudební produkci, popisuje své pocity, představy apod.

2.4 Tematický blok č. 4 Workshopy – 6 hodin

2.4.1 Workshop 1–3 hodiny

Děti, ráda bych vám představila profesionálního hudebníka (Luboše Holzera). Hraje na několik hudebních nástrojů a na některé vás naučí i hrát. Dokáže vám pomocí hudby povprávět různé příběhy a přenesle vás do světa fantazie.



Podívejte se na video ([práce externího lektora s dětmi](#))

Závěrečná reflexe

Zajímalo by mě, jestli jste někdo, něco viděl, cítil, nebo někde byl? – *zpětná vazba od účastníků*

2.4.2 Workshop 2–3 hodiny

Opět za námi přišel hudebník (Luboš Holzer). Předávám mu slovo.



Podívejte se na video ([práce externího lektora s dětmi](#))



Závěrečná reflexe

Zajímalo by mě, jestli jste někdo, něco viděl, cítil, nebo někde byl? – *zpětná vazba od účastníků*

2.5 Tematický blok č. 5 Závěrečný koncert – 1 hodina

Podrobně rozpracovaný obsah:

Děti, připravíme pro rodiče koncert. Každý dostane list papíru a napíše, které skladby by rád na koncertě předvedl. Sestavíme si pak program pole toho, kolik jste dali jednotlivým skladbám hlasů.

Psaní skladeb na lístky (2 minuty)

Tvorba programu (5 minut)

Podívejte, tady na tabuli jsem napsala seznam skladeb, které jsme se během Bubnohraní naučili. Budu dělat čárky u skladeb, které jste si zapsali. Ty, které budou mít nejvíce čárek, budeme hrát na koncertě.

Zkouška na koncert (20 minut)

Zahrajeme si skladby podle toho, jak jsme si dohromady sestavili program.

Nachystejte hudební nástroje a začneme se zkoušením koncertu.



3 Metodická část

3.1 Metodický blok č. 1 Bubnohnaní

Rytmus je nedílnou součástí lidské kultury už od pravěku. A nejen kultury, dokonce v každém z nás tepe. Srdeční rytmus slyšíme v určitých životních etapách a chvílích. Rytmus je důležitý při nádechu a výdechu, tím se dostáváme k podstatě řeči a čtení i matematiky. Žáci do sebe přirozeným způsobem nasávají pravidelnost a řád. V programu Bubnohnaní se využívá stále se opakující rytmus, který má daná pravidla, a naopak pomocí určitých pravidel můžeme sestavit rytmus. Dochází i k většímu rozvoji motoriky. Další důležitou částí tohoto programu je prožitek, jak ze společného hraní, tak i z poslechového zážitku z hudby a následné relaxaci. Střídají se zde pracovní a učební procesy s aktivně oddechovými.

Propojení s neformálním vzděláváním dává žákům příležitost se setkávat s odborníky přes zážitkovou hudební výchovu, často se jedná o profesionální hudebníky, kteří mohou ukázat nejen své hudební dovednosti, ale přiblížit i profesionální svět hudby. Potřebné kompetence (dovednosti) si děti osvojují skutečnou praxí, která je vhodně doplněna potřebnými informacemi a následnou reflexí. Díky společnému hraní (v kruhu) se prohlubují sociální kompetence, vytváření kamarádských vztahů i neformální autority externích lektorů. Dětem otevírá i oblasti, na které se v běžné výuce nedostává potřebný čas, nebo jsou zcela mimo ni: například zážitek relaxace.

Externí lektori přes zážitkovou hudbu by měli být garantovaní muzikoterapeutickými asociacemi, např. CZMTA, EACM. Nebo například absolventi akreditovaného oboru Celostní muzikoterapie. Určitě je vhodné poznat práci externího lektora dopředu, protože každý bude mít trochu jiné hudební a metodické postupy. Více o průběhu, vedení a metodice workshopů viz kapitola 5 Příloha č. 2.

Jak ověřit cíle a výstupy tohoto programu? Někteří žáci budou mít více vrozených vloh pro rytmus a hudbu než jiní. Vlohy se postupně začnou měnit ve schopnosti a následně v dovednosti. Někteří žáci si budou osvojovat rytmy rychleji než druzí. Je velmi důležité, aby žáci nebyli srovnáváni mezi sebou. Naopak dáváme zpětnou vazbu jednotlivým žákům, jak se sami posunuli během časového období. Např. „Před měsícem jsi hrál v rytmu Krok pouze bas a nyní po měsíci hraní dovedeš zahrát i výškové tóny.“ Je vhodné, aby zpětná vazba probíhala i od samotných žáků.

Tento program si hlavně dává za cíl maximální rozvoj žáků v rytmickém vnímání, v tvořivé činnosti, v prožitku z hudby, v rozvoji fantazie a také, aby žáci dovedli verbálně a nonverbálně vyjádřit své pocity. Na závěr programu je vhodné si ověřit pomocí sebehodnotícího a hodnotícího dotazníku (viz Příloha), zda žáci vnímají, že získali nové dovednosti, řeknou několik informací o djembe a jaký mají vztah k hudbě. Tento dotazník s výstupy vyplňuje i lektor na základě svého dlouhodobého pozorování. Doporučuji, aby dotazník lektor přizpůsobil dětem (dle věku, schopnostem, ...).

Blok je rozdělen do 15 témat, v nichž se děti učí hře na bicí a melodické nástroje, prohlubují svoje dovednosti a schopnosti v oblasti hudební výchovy, hudebního cítění, sebevyjádření, rozvíjí si klíčové kompetence. Navíc zcela přirozeně prohlubují své vzájemné vztahy a učí se spolupracovat. Druhý



lektor pomáhá s přípravou lekcí, věnuje se individuálně dětem, řeší náhlé situace během lekce, zajišťuje klidný průběh relaxace a pomáhá svou hrou při skupinovém muzicírování. Jsou zde i dva workshopy s externím lektorem. Témata je možné zařadit do výuky v jiném pořadí, než jsou v programu. Učitel si je přizpůsobí svým potřebám a možnostem. Workshopy by měly být včleněny během realizace programu. Bubnohraní končí závěrečným koncertem.

Lekce jsou dvouhodinové (2 x 45 min) a první hodina plynule přechází do druhé. Menším dětem je vhodné včlenit uprostřed malou pauzu. Workshopy jsou tříhodinové. Závěrečný koncert i s přípravou trvá jednu hodinu.

3.1.1 Hra na djembe – úvod

1. hodina

Učitel hraje žákům krátkou ukázkou rytmu na djembe. Seznamuje děti s nástrojem a ukazuje základy hry. Následuje rozbubnovací rozcvička a po ní je nácvik jednoduchého rytmu, kterému říkáme Vlak.

Cíle dvouhodinové lekce

- základy hry na djembe
- vstřebání metra pomocí rytmické rozcvičky
- propojení zpěvu a rytmu, názvosloví
- pasivní prožitková hudební výchova
- sebevyjádření a formulování prožitku

Forma

- hromadná – žáci i s učitelem sedí v kruhu

Klíčové kompetence

- komunikace v mateřském jazyce – rytmus pomáhá s rytmizací slov, při čtení automatizuje nádechy a čtení. Při hře na djembe vstřebávají děti rytmus a s ním i metrum.
- Sociální – spoluvytváření pravidel v týmu; bubnování v kruhu – zapojení do skupiny

Metody

- předvádění a pozorování – žáci pozorují a poslouchají hru na djembe
- instruktáž – učí se základům techniky hry na djembe
- napodobování – děti napodobují postavení rukou
- diskuzní

Doporučení

- upozornit děti, aby hrály spíš potichu, nepoužívat moc síly
- pokud někomu nepůjde hned rytmus, je vhodné dítěti ukázat, že hraje pouze metrum nebo pouze basový úder



- je důležité mít nachystaná videa dopředu

Pomůcky

Djembe, psací potřeby, papír

Podrobně rozpracovaný obsah:

- **přivítání** – posílání stisku nebo je možný jiný pozdrav dle invence učitele a dětí
- 2 minuty, **diskuze** – Co si děti myslí, že je Bubnohraní a co budeme během celého kurzu dělat?
- 5–10 minut – nastavení pravidel

Je důležité dětem nastavit pravidla z důvodu manipulace a používání nástrojů vyšší cenové hodnoty. Při špatném držení bubnu může dojít k pádu a nástroj se může trvale poškodit. Na blánu bubnu také nic nepokládáme ani ho nepoužíváme jako stůl, opět by mohlo dojít k poškození. Je důležité dětem vštípit, že s bubny se manipuluje opatrně.

Děti pracují ve skupinkách po 4 členech. Každá skupina má svůj list papíru A4, kam zapisuje pravidla. Jednotlivé papíry se posouvají o skupinu dál, kde se každý seznamuje s vytvořenými pravidly předcházející skupiny, v případě souhlasu nakreslí zatržítka, pokud nesouhlasí nebo nějakému pravidlu nerozumí, píše otazník. Papíry s pravidly prochází všemi skupinami. Poté probíhá diskuze a sepsání společných pravidel, na kterých se všichni dohodnou. Děti pravidla (smlouvu) potvrzují svým podpisem, otiskem prstu, nebo učitel určí jiné stvrzení smlouvy. Pravidla visí v učebně, na přístupném a viditelném místě.

- 1 minuta, předvedení hry na djembe

Učitel předvádí krátkou ukázkou hry na djembe (stačí opakující se jednoduchý rytmus) a pustí ukázkou například:



Podívejte se na video <https://youtu.be/mm0JQ-bSbqM>

- 10 minut, teorie a historie o nástroji



Učitel pustí z YouTube video od třetí minuty: FOLI (there is no movement without rhythm) original version by Thomas Roebers and Floris Leeuwenberg

Starší děti dostanou pracovní listy viz 3.1.1., kde jsou dva obrázky a tipují, zda djembe pochází z Afriky z Mali nebo z Norska.

Djembe pochází z Afriky z Mali. Patří mezi bubny tzv. pohárovité, kvůli tvaru korpusu neboli těla, který je vyroben z jednoho kusu kmene. Kůže je kozí, ale dříve se používala z antilop.

Zde se rozvíjí znalosti z oblasti zeměpisu, a to na pozadí určitého kulturního povědomí.



- 5 minut, **výuka hry na djembe** – postavení rukou a pozice bubnu

Touto částí programu se vstupuje do hlavní fáze této hodiny, která je zaměřena na osvojení si základních dovedností potřebných ke hře na djembe. Průběžně se pak děti posilují v schopnosti vyjádřit rytmus.

Djembe stiskneme koleny a mírně nakloníme směrem od těla. Můžeme překřížit nohy, aby byl buben více stabilní.



?

Na djembe se zpravidla hraje dlaní a prsty. Při hře rozeznáváme tři základní zvuky:

Basový – vytváří se úderem celé uvolněné dlaně do středu bubnu. Po úderu ruka nesmí zůstat ležet na kůži (buben se nerozezní). Hraje se celou rukou od ramene.



Středový – špička nejdelšího prstu je ve středu bubnu a konec dlaně naráží nebo je u hrany bubnu. Hraje se pouze od zápěstí.



Výškový – se vytváří pomocí tří prstů: ukazováček, prostředníček a prsteníček. Pouze horní částí těchto 3 prstů se udeří ke kraji bubnu, čímž se vytvoří pronikavý vysoký tón. Hraje se pouze od zápěstí.



Existuje ještě jeden úder – **slap**. Je to kombinace středového a výškového úderu. Hraje se jako středový úder, ale ruka je více posunutá ke kraji. Dlaň dopadne zčásti na okraj bubnu a prsty se více šlehne o kůži. Zvuk je pronikavější, výraznější. Tento úder hrát s dětmi nebudeme.

- 10 minut, rozcvička

Dětem vysvětlujeme, že by měly napodobovat přesný postoj vašich rukou a hrát ve stejném rytmu a metru jako vy.

Začínáme na výškových tónech, kdy střídáme levou a pravou ruku po jednom úderu.

Až se skupina rytmicky více sjednotí, budeme hrát po dvou úderech: L, L, P, P, L, L, P, P.

Pak po třech a můžeme navyšovat i na čtyři údery.



Podívejte se na video <https://youtu.be/7e1KAQnJeGE>

To stejné provedeme ve středových tónech. Na závěr hrajeme basové tóny, ale zde střídáme pouze po jednom úderu levou a pravou ruku. (Schopnost učit se a sociální kompetence)

- 10–15 minut, **rytmus Krok**



Podívejte se na video <https://youtu.be/ArwZTt5oTU0>

Rytmus učíme napřed v pomalém tempu. Je vhodné si pozici rukou označit: basový **tum**, výškový **ta**, středový **ty**. Doprovodíme rytmus i slovně: tum, ta, ta, ty, tum, ta, ta, ty, ... Až začne být skupina v rytmu jednotná, můžeme mírně zrychlit.

2. hodina

Naučíme nebo zopakujeme se žáky píseň ve 4/4 nebo 2/4 taktu, kterou doprovodíme rytmem Krok. Na závěr proběhne pasivní muzikoterapie, kde předem vysvětlíme principy a pravidla.

Forma

- hromadná

Klíčové kompetence

- komunikace v mateřském jazyce – rytmus pomáhá s rytimizací slov, při čtení automatizuje nádechy a čtení. Při hře na djembe vstřebávají děti rytmus a s ním i metrum.
- Sociální – spoluvytváření pravidel v týmu; bubnování v kruhu – zapojení do skupiny

Metody

- předvádění a pozorování
- prožitková – závěrečná muzikoterapie

Pomůcky

Djembe, relaxační podložky a polštáře, kalimba, chimes

Podrobně rozpracovaný obsah:

- 10 minut, **nácvik písně v 4/4 nebo 2/4 taktu**: např. Kočka leze dírou, Já mám koně. Používáme známé písně.
- 15 minut, propojení písně a rytmu Krok
- 15 minut, závěrečná muzikoterapie

Děti leží na podložkách, popř. s polštáři, mají zavřené oči a zaposlouchají se do tónů, rytmů a melodií nástrojů.

Učitel hraje postupně na nástroje: chimes, djembe, kalimba



Druhý učitel má hlavně na starosti průběh prožitkové hudební výchovy, aby se děti nerušily. Pomáhá jim zaposlouchat se a uvolnit se při poslechu.

- 5 minut, závěrečná reflexe

Reflexe je důležitou součástí hodiny – zpětná vazba od účastníků: jak se jim pracovalo, jakou si odnáší zkušenost, dovednost, co pro ně bylo nové, neočekávané, obtížné apod.

Každé dítě se vyjádří k závěrečné prožitkové hudební produkci, popisuje své pocity, představy apod. (Sociální a komunikační kompetence)

Ptáme se dětí: Zkuste mi popsat části bubnu.

Kdo mi předvede výškový úder? Kdo mi zahraje středový úder? A kdo basový?

Na závěr každé dítě dostane papírové kolečko (velikost blány bubnu) a pastelkami nakreslí pozice ruky a prstů při jednotlivých úderech. Tím si ověříme, jestli žáci pochopili jednotlivé údery a v dalších hodinách budeme tuto dovednost více upevňovat.

3.1.2 Instrumentální orchestr

Opakování rytmu Krok. V druhé části hrajeme na instrumentální orchestr a na závěr provádíme pasivní muzikoterapii s následnou reflexí.

1. hodina

Po přivítání se s dětmi rozbubnujeme, pak si zahrajeme rytmus Krok, následně Vlák, kde využíváme prvky dramatizace.

Cíle dvouhodinové lekce

- základy hry na djembe
- vstřebání metra pomocí rytmické rozcvičky
- propojení zpěvu a rytmu
- názvosloví
- pasivní a aktivní prožitková hudební výchova
- sebevyjádření a formulování prožitku

Forma

- hromadná – žáci i s učitelem sedí v kruhu

Metody

- předvádění a pozorování – žáci pozorují a poslouchají hru na djembe
- instruktáž – učí se základům techniky hry na djembe
- napodobování – děti napodobují postavení rukou
- metoda inscenační – rozjíždění vlaku, zpomalování vlaku



Klíčové kompetence

- Komunikace v mateřském jazyce – rytmus pomáhá s rytmiizací slov, při čtení automatizuje nádechy a čtení. Při hře na djembe vstřebávají děti rytmus a s ním i metrum.
- Sociální – bubnování v kruhu – zapojení do skupiny; dramatizace.
- Schopnost učit se – žáci se budou učit pracovat se svým hlasem, zkusí si improvizovat; naučí se nový rytmus Vlák.

Pomůcky

djembe

Podrobně rozpracovaný obsah:

- přivítání v kruhu
- 10 minut, bubnovací **rozcvička**

Připomenutí pravidla hry na tento hudební nástroj, tj. přesný postoj rukou a hra ve stejném rytmu a metru podle vzoru lektora. Nápodoba práce rukou.

Začínáme na výškových tónech, kdy střídáme levou a pravou ruku po jednom úderu.

Po rytmickém sjednocení celé skupiny budeme hrát po dvou úderech: L, L, P, P, L, L, P, P.

Pak po třech a můžeme navyšovat i na 4 údery.



Podívejte se na video <https://youtu.be/7e1KAQnJeGE>

Totéž provedeme ve středových tónech. Na závěr zkusíme basové tóny, ale zde střídáme pouze po jednom úderu levou a pravou ruku.

- 5–10 minut, opakování **rytmu Krok**



Podívejte se na video <https://youtu.be/ArwZTt5oTU0>

Rytmus učíme napřed v pomalém tempu. Je vhodné si pozici rukou slovně označit: basový **tum**, výškový **ta**, středový **ty**. Doprovodíme rytmus i slovně: **tum, ta, ta, ty, tum, ta, ta, ty, ...** V okamžiku, kdy je skupina v rytmu jednotná, můžeme mírně zrychlovat.

- 5 minut, rytmus **Krok s písni**

Zopakujeme s dětmi píseň, kterou jsme zpívali (píseň ve 4/4 nebo 2/4 taktu) v minulé hodině.

- 5–10 minut, nový **rytmus Vlák**

Rytmus **Vlák** vychází z rytmu Krok, je tam navíc 2x výškový úder. Je v 6/8 rytmu. Vypadá takto: **tum, ta, ta, ty, ta, ta.**





Podívejte se na video <https://youtu.be/WkNparoNRxw>

- 5–10 minut, dramatizace **rytmu Vlak**

Vlak se rozjíždí z nádraží, proto rytmus hrajeme velmi pomalu, následně velmi zvolna zrychlujeme. Ptáme se dětí, co vidí z vlaku napravo, nalevo. Slova pronášejí do rytmu. Zrychlíme do možného maxima, podle schopností dětí, a pak zpomalujeme, protože vjíždíme na hlavní nádraží, například v Brně. Děti mohou i napodobit zvuky, které dělá vlak. (Sociální a komunikační kompetence)

2. hodina

Ukazujeme a předvádíme dětem jednotlivé nástroje (chimes kalimba, zvonkohra, agogo, dřívka, ...), jak se na ně hraje, jaké vydávají zvuky. Následně si je děti zkouší samy, vybírají si jeden nástroj a hrají hru na orchestr. Na závěr hraje na nástroje učitel, děti poslouchají, snažíme se o reflexi, ptáme se dětí na jejich pocity.

Forma

- hromadná – žáci pracují i s učitelem v kruhu současně
- individuální – každé dítě hraje individuálně na svůj vybraný nástroj a hraje svůj rytmus

Metody

- předvádění a pozorování – žáci pozorují a poslouchají hru na nástroje
- instruktáž – učí se základům techniky hry na nástroje
- napodobování – děti napodobují hru na nástroje

Klíčové kompetence

- Komunikace v mateřském jazyce – rytmus pomáhá s rytmiizací slov, při čtení automatizuje nádechy a čtení. Rozšiřování hudební terminologie – názvy nástrojů, jejich využití. Využití nonverbální komunikace pomocí nástrojů a vlastního sebevyjádření.
- Sociální – hra v kruhu – zapojení do skupiny. Děti se budou učit naslouchat druhým a snažit se svou hrou podpořit společné hraní celé skupiny.
- Schopnost učit se – žáci se budou učit hrát na nové nástroje a hledat i nové, své vlastní postupy hry na tyto nástroje, budou objevovat zvuk.

Pomůcky

chimes, kalimba, ozvučná dřívka, drhlo, agogo, triangel, shaker, tambura, relaxační podložky, polštáře

Podrobně rozpracovaný obsah:

- 10 minut, předvedení nástrojů, **terminologie**



Shaker

perkurní nástroj ve tvaru vajíčka



Kalimba

melodický nástroj, kde se prsty rozeznívají kovové pláty

Tento nástroj mají děti velmi v oblibě. Je vhodný k improvizaci, každá vytvořená nahodilá melodie na kalimbě zní výborně.



Agogo

perkusiční nástroj, který má zvonivý zvuk. Hraje se na něj dřevěnou paličkou.



Chimes

perkusiční nástroj, který má zvonivý zvuk. Hraje se na něj dřevěnou paličkou.



- 10 minut, vyzkoušení nástrojů dětmi

Necháme kolovat nástroje, aby si je mohly děti vyzkoušet.

- 10 minut, hra na orchestr

Každé dítě si vybírá nástroj. Učitel představuje dirigenta a postupně zapojuje děti do hry smluveným gestem – jako když zapnete knoflík u starého rádia. Dítě by mělo opakovat neustále dokola určitý rytmus nebo melodii. Během hry může rytmus nebo melodii změnit. Stejným gestem pak děti vypínáme. Na závěr hraje jeden nebo dva hráči. Tuto hru na orchestr opakujeme, děti si mohou vybrat jiný nástroj. (Schopnost učit se a sociální kompetence)

- 10 minut, pasivní muzikoterapie

Děti si lehají na podložky, mohou si vzít polštáře. Zavrou oči a zaposlouchávají se do tónů, rytmů a melodií nástrojů.

Učitel hraje postupně na nástroje: chimes, djembe, kalimba

Druhý učitel má na starosti průběh prožitkové hudební výchovy.

- 5 minut, závěrečná reflexe

Každé dítě se vyjadřuje k závěrečné prožitkové hudební produkci, jaké to v něm vyvolalo pocity, zda si něco představovalo apod. Děti ukáží počet prstů (max. 10), jak se jim to líbilo. Co nového se dnes naučily?

Zpětnou vazbu a cíle dvouhodinové lekce je možné ověřit dotazníkem, graficky viz Zvonkohraní (příloha) nebo i ústně.

3.1.3 Zvonkohraní

1. hodina

Po přivítání následuje rozbubnování, zopakování rytmu Krok následně Vlák, kde využíváme prvky dramatizace. Předvádíme třídobý a čtyřdobý rytmus, děti hádají, o jaký takt se jedná. Na závěr si děti samy tvoří rytmus v těchto dobách.

Cíle dvouhodinové lekce

- základy hry na djembe a zvonkohru
- vstřebání metra pomocí rytmické rozcvičky
- propojení zpěvu a rytmu
- názvosloví
- pasivní a aktivní prožitková hudební výchova
- sebevyjádření a formulování prožitku

Forma

- hromadná – žáci pracují i s učitelem v kruhu současně

Metody

- předvádění a pozorování – žáci pozorují a poslouchají hru na zvonkohru
- instruktáž – učí se základům techniky hry na zvonkohru
- napodobování – děti napodobují hru na nástroj

Klíčové kompetence

- Komunikace v mateřském jazyce – rytmus pomáhá s rytmiací slov, při čtení automatizuje nádechy a čtení. Při hře na djembe vstřebávají děti rytmus a s ním i metrum.



- Sociální – bubnování v kruhu – zapojení do skupiny; dramatizace.
- Schopnost učit se – žáci se budou učit pracovat se svým hlasem, zkusí si improvizovat.
- Kompetence k řešení problémů – žáci zkusí poznat 3/4 a 4/4 takt a sami zkusí vymyslet rytmus v uvedených taktech.

Pomůcky

djembe

Podrobně rozpracovaný obsah:

- přivítání v kruhu
- 10 minut, bubnovací **rozcvička**

viz 3.1.2.

- 10 minut, opakování rytmu **Krok**



Podívejte se na video <https://youtu.be/ArwZTt5oTU0>

viz. 3.1.2.

- 10 minut, rytmus **Vlak** s dramatizací

Vlak se rozjíždí z nádraží, proto rytmus hrajeme velmi pomalu, následně velmi zvolna zrychlujeme. Ptáme se dětí, co vidí z vlaku napravo, nalevo. Slova pronášejí do rytmu. Zrychlíme do možného maxima, podle schopností dětí, a pak zpomalujeme, protože vjíždíme na hlavní nádraží, například v Brně. Děti mohou i napodobit zvuky, které dělá vlak. (Sociální a komunikační kompetence)

- 2 minuty – **poslech** 3/4 a 4/4 rytmu



Podívejte se na video <https://youtu.be/WkNparoNRxw>

Lektor hraje postupně rytmus ve 3/4 taktu a ve 4/4. Děti určují a měly by i zdůvodnit, proč si myslí, že je tento rytmus třídobý nebo čtyřdobý. (Kompetence k řešení problémů)

- 10 minut, **žáci zkusí** sami vytvořit **rytmus** ve 3/4 a 4/4 taktu

Postupně si rytmy v kruhu předvádíme a napodobíme hraním.

2. hodina

Forma

Předvádíme žákům hru na zvonkohru, kterou slovně popisujeme. Můžeme pro kontrast zahrát na metalofon. Učíme se na zvonkohru doprovod k písni Dů valaši, dů.



Forma

- hromadná – žáci pracují i s učitelem v kruhu současně
- individuální – každé dítě hraje individuálně na svůj vybraný nástroj a hraje svůj rytmus

Metody

- předvádění a pozorování – žáci pozorují a poslouchají hru na nástroje
- instruktáž – učí se základům techniky hry na nástroje
- napodobování – děti napodobují hru na nástroje

Klíčové kompetence

- kompetence k učení – žák samostatně pozoruje a objevuje zkoušením hru na nástroje
- komunikace v mateřském jazyce – program podporuje verbální a nonverbální komunikaci, že žáci prostřednictvím hudebních nástrojů vyjadřují svoji náladu, emoce, prožitky, své hudební cítění; žáci se naučí nové názvosloví nástrojů
- kompetence sociální a občanské – hraní v kruhu – zapojení do skupiny, naslouchání druhým a přizpůsobení hry

Pomůcky

zvonkohry, metalofon

Podrobně rozpracovaný obsah:

- 5–10 minut, předvedení nástrojů, **terminologie**

Zvonkohra je tvořena 13 kameny (kovovými pláty), které jsou barevně odlišené pro větší přehlednost. V Evropě mají zvonkohry stejně barevně sladěné kameny. Hraje se na ně dřevěnou paličkou, která musí po úderu odskočit, nesmí zůstat ležet na kameni.



Metalofon je tvořen také kameny, ale hraje se na něj plstěnou paličkou. Tón zní dlouze.



Existují ještě xylofony, které mají dřevěné kameny a hraje se na ně nejčastěji gumovou nebo plstěnou paličkou.

Je důležité dětem připomenout, že na nástroj hrajeme jemně a je potřeba dodržovat pokyny učitele.

- 10 minut, vyzkoušení nástrojů dětmi

Děti si zkouší hrát na zvonkohry. Vytvářejí si vlastní melodie nebo zkouší hrát jednoduché písničky, např. Kočka leze dírou.

- 20 minut, píseň **Dú valaši, dú** s doprovodem zvonkoher

Učíme se nebo si zopakujeme s dětmi píseň **Dú valaši, dú** viz Příloha 3.1.3. Na zvonkohry hrajeme ve čtvrtřvých dobách střídavě **F, C**. Děti zkouší hrát o oktávu výš, mohou u toho i se zvonkohrami chodit, aby si lépe uvědomily dvoudobý takt. Je možné propojit píseň s hrou na djembe. Část dětí hraje na zvonkohry, část na djembe rytmus **Krok**, a pak se vystřídají.

- 5 minut, závěrečná reflexe

Děti vyplňují **pracovní list** s dvěma tabulkami viz Příloha 3.1.3. V první tabulce odpovídají na otázku: Jak se jim dařilo v dnešním zvonkohraní? Tabulka je tvořena 6 políčky, čím více se jim dařilo, tím více vyplňují políčka. Tzn, že ten, komu se velmi dařilo, má vybarvenou celou tabulku. V druhé tabulce odpovídají na otázku: Jak se jim zvonkohraní líbilo?

3.1.4 Bubnohraní a orchestr

1. hodina

Učíme děti dva jednoduché rytmy, které spojujeme v jeden rytmus **Rozhovor**. První část navozuje svojí intonací otázku a druhá část zase odpověď. Během hodiny si dělíme děti do 2 skupin a zkoušíme hrát oba rytmy zároveň jakoby ve dvojhlase.

Cíle dvouhodinové lekce

- základy hry na djembe
- vstřebání metra pomocí rytmické rozcvičky
- propojení zpěvu a rytmu
- názvosloví
- pasivní a aktivní prožitková hudební výchova
- sebevyjádření a formulování prožitku

Forma

- hromadná – žáci i s učitelem sedí v kruhu

Klíčové kompetence

- komunikace v mateřském jazyce – rytmus pomáhá s rytmiizací slov, při čtení automatizuje nádechy a čtení. Při hře na djembe vstřebávají děti rytmus a s ním i metrum; rytmus **Rozhovor** podporuje verbální a nonverbální komunikaci (otázka – odpověď)
- sociální – spoluvytváření pravidel v týmu; bubnování v kruhu – zapojení do skupiny

Metody

- předvádění a pozorování – žáci pozorují a poslouchají hru na djembe
- fixační – upevňují si základy techniky hry na djembe
- napodobování – děti napodobují postavení rukou, napodobují i nový rytmus

Doporučení

- improvizace je velmi důležitý prostředek svobodného hudebního vyjádření dítěte, proto každé dítě pozitivně podporujeme v jeho aktivitě.

Pomůcky

Djembe

Podrobně rozpracovaný obsah:

- přivítání v kruhu
- 10 minut, bubnovací rozcvička

viz Příloha 3.1.1.

- 5–10 minut, nový rytmus **Rozhovor**

První část rytmu Rozhovor **ta, ta, ta, tum**. Druhá část **tum, tum, ta**.



Podívejte se na video <https://youtu.be/iDuxysE3KtU>

Učíme děti rytmus dohromady.



- 5–10 minut, hra na otázku a odpověď

Dělíme děti na dvě poloviny. První hraje 2x otázku a druhá polovina 2x odpověď. Po nějaké době děti prostřídáváme.

- 5–10 minut, rozhovor ve dvojhlase

Děti dělíme na dvě poloviny, které hrají oba rytmy zároveň. Po nějaké době děti prostřídáme.

- 5 minut, opakování rytmu Vlák



Podívejte se na video <https://youtu.be/WkNparoNRxw>

2. hodina

V úvodu hodiny opakujeme s dětmi názvosloví nástrojů. Vyberou si nástroj a hrajeme si na orchestr. Na závěr hrajeme dětem na nástroje, poslouchají a dávají následnou reflexi.

Forma

- hromadná – žáci pracují i s učitelem v kruhu současně
- individuální – každé dítě hraje individuálně na svůj vybraný nástroj a hraje svůj rytmus

Metody

- předvádění a pozorování – žáci pozorují a poslouchají hru na nástroje
- instruktáž – učí se základům techniky hry na nástroje
- napodobování – děti napodobují hru na nástroje

Klíčové kompetence

- Komunikace v mateřském jazyce – rytmus pomáhá s rytmiací slov, při čtení automatizuje nádechy a čtení. Rozšiřování hudební terminologie – názvy nástrojů, jejich využití. Využití nonverbální komunikace pomocí nástrojů a vlastního sebevyjádření.
- Sociální – hra v kruhu – zapojení do skupiny. Děti se budou učit naslouchat druhým a snažit se svou hrou podpořit společné hraní celé skupiny.
- Schopnost učit se – žáci se budou učit hrát na nové nástroje a hledat i nové, své vlastní postupy hry na tyto nástroje, budou objevovat zvuk.

Pomůcky

chimes, kalimba, ozvučná dřívka, drhlo, agogo, triangel, shaker, tamburína, zvonkohra, (metalofon), relaxační podložky, polštáře

Podrobně rozpracovaný obsah:

- 5 minut, opakování nástrojů, **terminologie**
- 1 minuta, vyzkoušení nástrojů dětmi



Děti si zahrají na svůj vybraný nástroj.

- 20 minut, hra na orchestr

Každé dítě si vybere nástroj. Učitel představuje dirigenta a postupně zapojuje děti do hry smluveným gestem – jako když zapnete knoflík u starého rádia. Dítě by mělo opakovat neustále dokola určitý rytmus nebo melodii. Během hry může rytmus nebo melodii změnit. Stejným gestem pak děti vypínáme. Na závěr hraje jeden nebo dva hráči. Tuto hru na orchestr opakujeme, děti si mohou vybrat jiný nástroj.

- 10–15 minut, pasivní muzikoterapie

Děti leží na podložkách, popř. s polštáři, mají zavřené oči a zaposlouchají se do tónů, rytmů a melodií nástrojů.

Učitel hraje postupně na nástroje: chimes, djembe, kalimba

Druhý učitel má hlavně na starosti průběh prožitkové hudební výchovy, aby se děti nerušily. Pomáhá jim zaposlouchat se a uvolnit se při poslechu.

- 5 minut, závěrečná reflexe

Každé dítě se vyjádří k závěrečné prožitkové hudební produkci, popisuje své pocity, představy apod.



3.1.5 Emoce, ruchy ve scéně

1. hodina

V této hodině zkusíme s dětmi, jak vyjádřit pomocí djembe: počasí, běžícího koně přes překážky, jak jede vlak apod. S ostatními nástroji zkusíme vyjádřit emoce.

Cíle dvouhodinové lekce

- základy hry na djembe
- vstřebání metra pomocí rytmické rozcvičky
- propojení zpěvu a rytmu
- názvosloví
- propojení dramatizace s hudbou
- pasivní a aktivní prožitková hudební výchova
- sebevyjádření a formulování prožitku

Forma

- hromadná – žáci pracují i s lektorem v kruhu současně

Metody

- předvádění a pozorování – žáci pozorují a poslouchají hru na djembe
- instruktáž – učí se techniku hry na djembe
- napodobování – děti napodobují postavení rukou
- klíčové kompetence
- komunikace v mateřském jazyce – rytmus pomáhá s rytmizací slov, při čtení automatizuje nádechy a čtení. Při hře na djembe vstřebávají děti rytmus a s ním i metrum; rytmus **Rozhovor** podporuje verbální a nonverbální komunikaci – emoce, ruchy
- sociální – spoluvytváření pravidel v týmu; bubnování v kruhu – zapojení do skupiny
- schopnost učit se – žáci hledají nové postupy, jak vyjádřit emoce, jak prší apod.

Doporučení

- děti předvádění velmi baví, proto je důležité udržet disciplínu
- je vhodné si hlídat čas a také nachystat si příběh dopředu

Pomůcky

djembe, zvonkohry, metalofon, a další nástroje z projektu

Podrobně rozpracovaný obsah:

- přivítání v kruhu
- 15 minut, bubnovací rozcvička – viz 3.1.1.
- 15 minut, **prostřednictvím djembe vyjádříme** – počasí, kůň běží po závodní dráze a skáče přes překážky, ...



Pokládáme dětem otázky typu: jak zahraješ na djembe *děšť*. Můžeme si s tématem více hrát, na začátku prší málo, pak více. Děti předvádí, jak by vypadal liják, krupobití apod.

Další otázky: Jak vypadá, když svítí slunce? (děti většinou ukazují blánu bubnu). Chůze mravence, myšky, kočky, slona, ...

Každé dítě si představí, že je koník a běží po dráze (například výškové údery), napřed rychle, před překážkou zpomalí, přeskočí překážku – hop (basový úder), běží do zatáčky (můžou se děti nahnout), přes příkop, kde je voda, pak na další překážku, a skončí v cíli. V této hodině není nic špatně, záleží na fantazii lektora a dětí.

- 10 minut, dramatizace rytmu **Vlak**
- Vlak se rozjíždí z nádraží, proto rytmus hrajeme velmi pomalu, následně velmi zvolna zrychlujeme. Ptáme se dětí, co vidí z vlaku napravo, nalevo. Slova pronášejí do rytmu. Zrychlíme do možného maxima, podle schopností dětí, a pak zpomalujeme, protože vjíždíme na hlavní nádraží, například v Brně. Děti mohou i napodobit zvuky, které dělá vlak.

2. hodina

Pokračujeme aktivitou z první hodiny hrou na otázku a odpověď. Následně budou děti zkoušet vyjádřit emoce. V další části bude jedna skupina dětí hrát scénku a druhá ji bude ozvučovat nástroji.

Forma

- hromadná – žáci pracují i s učitelem v kruhu současně
- skupinová – děti pracují ve skupině

Metody

- předvádění a pozorování – žáci pozorují a poslouchají hru na djembe
- instruktáž – učí se techniku hry na djembe
- napodobování – děti napodobují postavení rukou

Klíčové kompetence

- komunikace v mateřském jazyce – rytmus pomáhá s rytmizací slov, při čtení automatizuje nádechy a čtení. Při hře na djembe vstřebávají děti rytmus a s ním i metrum; rytmus **Rozhovor** podporuje verbální a nonverbální komunikaci – emoce, ruchy
- sociální – spoluvytváření pravidel v týmu; bubnování v kruhu – zapojení do skupiny
- schopnost učit se – žáci hledají nové postupy, jak vyjádřit emoce, jak prší apod.

Pomůcky

djembe, zvonkohry, metalofon, a další nástroje z projektu

Podrobně rozpracovaný obsah:

- 5–10 minut, prostřednictvím ostatních nástrojů – emoce, rozhovor



Navazujeme na předchozí hodinu.

Děti vyjadřují na nástroje: smutek, radost, nepřátelství a přátelství, strach, lenost a pracovitost, ...

- 30 minut, scénka o vlaku

Osoby: 6 dětí = 3 pasažéři, průvodčí, čáp, kůň

Scénka: Dva pasažéři čekají na nástupišti, přijde k nim průvodčí a označí jim lístek, pasažéři si nastoupí do vlaku. Začne jemně pršet, vlak už bude vyrážet zahouká, v tom se objeví třetí pasažér a rychle dobíhá na vlak. Průvodčí mu označí lístek a pasažér si sedne na místo. Vlak se rozjede, jede krajinou, pasažéři uvidí na poli čápa, jak po něm chodí a klape zobákem. Po čase uvidí běžícího koně. Vlak vjede na nádraží. Učitel může příběh více zpestřit podle své fantazie.

Je vhodné nachystat polštáře nebo židle pro pasažéry – vlak.

Scénku dětem dopředu představíme a domluvíme si, jak by se dalo vyjádřit označení jízdenky (např. cink zvonkohry). Když si pasažéři sednou ve vlaku na židli, tak by to také mělo udělat zvuk (dřívka, djembe), zvuk utíkajícího pasažéra. Vymyslet zvuk na čápa, koně, vlak, houkání, chůze,

Celou scénku řídí učitel. Může jí celou provázet mluveným slovem nebo to nechá na dětech. Záleží na věku a šikovnosti dětí, které si mohou vymyslet i velmi krátké dialogy mezi průvodčím a pasažéry.

Rozdělíme děti na dvě skupinky a hrajeme scénku i s ruchy. Skupinky střídáme.

- 5 minut, závěrečná reflexe

Žáci na papír nakreslí smajlíka, jak se jim dnes dařilo a dalšího smajlíka, jak se jim dnešní bubnohraní líbilo. V závěrečném kruhu by konkrétně řekly, co se jim dařilo.

3.1.6 Instrumentální orchestr i s vyrobenými nástroji – 2 hodiny

1. hodina

Přivítání se s dětmi, bubnovací rozcvička, procvičování známých rytmů a učení se nového indiánského rytmu.

Cíle dvouhodinové lekce

- základy hry na djembe a další hudební nástroje
- vstřebání metra pomocí rytmické rozcvičky
- propojení zpěvu a rytmu
- názvosloví
- pasivní a aktivní prožitková hudební výchova
- sebevyjádření a formulování prožitku



Forma

- hromadná – žáci i s učitelem sedí v kruhu

Metody

- předvádění a pozorování – žáci pozorují a poslouchají hru na djembe
- instruktáž – učí se základům techniky hry na djembe
- napodobování – děti napodobují postavení rukou

Klíčové kompetence

- Komunikace v mateřském jazyce – rytmus pomáhá s rytmiací slov, při čtení automatizuje nádechy a čtení. Při hře na djembe vstřebávají děti rytmus a s ním i metrum.
- Sociální – bubnování v kruhu – zapojení do skupiny; dramatizace.

Pomůcky

djembe

Podrobně rozpracovaný obsah:

- přivítání v kruhu
- 10 minut, bubnovací rozcvička, rytmus **Šlape to** (nácvik viz 3.3.2. Jaro, Velikonoce).



Podívejte se na video <https://youtu.be/JLOZO2pGvfo>



Podívejte se na video <https://youtu.be/Dk5XW1hCqDU>

viz 3.1.1.

- 20 minut, opakování známých rytmtů – Krok, Rozhovor, Vlák
- 15 minut, nový **indiánský rytmus** (podle L. Holzera)

Rytmus má dvě části. První obsahuje 4 basové údery a 4 výškové údery. Druhá část je totožná s rytmem Vlák. Tum, ta, tum, ta, tum, ta, tum, ta, tum, ta, ta, ty, ta, ta. Pomáhá, když budete basové údery dětem říkat nahlas a počítat je: **raz** (tum), ta, **dva** (tum), ta, **tři** (tum), ta, **čtyři** (tum)



Podívejte se na video <https://youtu.be/vfBbFOC9MMw>

2. hodina

V této hodině si hrajeme několikrát na instrumentální orchestr, který rozšíříme o vyrobené nástroje z Bloku Výroba hudebních nástrojů – Téma č. 1 Didgeridoo, Téma č. 2 Výroba jednoduchých nástrojů.

Forma

- hromadná – žáci pracují i s učitelem v kruhu současně
- individuální – každé dítě hraje individuálně na svůj vybraný nástroj a hraje svůj rytmus



Metody

- předvádění a pozorování – žáci pozorují a poslouchají hru na nástroje
- instruktáž – učí se základům techniky hry na nástroje
- napodobování – děti napodobují hru na nástroje

Klíčové kompetence

- kompetence k učení – žák samostatně pozoruje a objevuje zkoušením hru na nástroje
- komunikace v mateřském jazyce – program podporuje verbální a nonverbální komunikaci, to znamená, že žáci prostřednictvím hudebních nástrojů vyjadřují svoji náladu, emoce, prožitky, své hudební citění; žáci se naučí nové názvosloví nástrojů,
- kompetence sociální a občanské – hraní v kruhu – zapojení do skupiny, naslouchání druhým a přizpůsobení hry.

Pomůcky

chimes, zvonkohra, kalimba, ozvučná dřívka, drhlo, agogo, triangel, shaker, tamburína, vlastní shaker, kazoo, didgeridoo, zvonky z květináčů, drnkací kytarka

Podrobně rozpracovaný obsah:

- 5 minut, předvedení nástrojů, terminologie

Opakujeme s dětmi názvosloví a všechno o nástrojích, které máme k dispozici.

- 5 minut, vyzkoušení nástrojů dětmi

Děti si samy vyzkouší nástroje.

- 20 minut, hra na orchestr

Každé dítě si vybírá nástroj. Učitel představuje dirigenta a postupně zapojuje děti do hry smluveným gestem – jako když zapnete knoflík u starého rádia. Dítě by mělo opakovat neustále dokola určitý rytmus nebo melodii. Během hry může rytmus nebo melodii změnit. Stejným gestem pak děti vypínáme. Na závěr hraje jeden nebo dva hráči. Tuto hru na orchestr opakujeme, děti si mohou vybrat jiný nástroj.

- 15 minut, závěrečná muzikoterapie s reflexí

Děti leží na podložkách, popř. s polštáři, mají zavřené oči a zaposlouchají se do tónů, rytmů a melodií nástrojů.

Učitel hraje postupně na tři nástroje.

Druhý učitel má hlavně na starosti průběh prožitkové hudební výchovy, aby se děti nerušily. Pomáhá jim zaposlouchat se a uvolnit se při poslechu.



Reflexe je důležitou součástí hodiny – zpětná vazba od účastníků: jak se jim pracovalo, jakou si odnáší zkušenost, dovednost, co pro ně bylo nové, neočekávané, obtížné apod.

Každé dítě se vyjádří k závěrečné prožitkové hudební produkci, popisuje své pocity, představy apod.

3.1.7 Aina a Zeka

Cíle dvouhodinové lekce:

- dozvědět se zajímavosti o africké hudbě
- vyzkoušet si pohybovou improvizaci na hudební doprovod na djembe
- podpořit fantazii, spolupráci, respekt k práci druhého člověka
- cílem může být také zážitek samotný, který by mohl podpořit výše uvedené

Forma:

- hromadná – všichni sedí v kruhu s bubny, uprostřed je co největší místo k pohybu. V průběhu programu se děti budou pohybovat vevnitř v kruhu.

Klíčové kompetence:

- kompetence k učení – dítě samostatně pozoruje a experimentuje při hraní na jednotlivé hudební nástroje
- komunikace v mateřském jazyce – program podporuje verbální a neverbální komunikaci, to znamená, že žáci prostřednictvím řeči těla, jeho pohybů a hry na hudební nástroje vyjadřují svoji náladu, emoce, prožitky, své hudební cítění
- kompetence sociální a občanské, komunikativní – děti se dozvídají zajímavosti o cizích kulturách, spolupracují ve skupině

Metody

- praktické (napodobování, předvádění a pozorování, improvizace, dramatizace)
- slovní (vysvětlování a rozhovor, instruktáž)

Doporučení

- je potřeba si hlídat čas a mít dopředu připravené videoukázky

Pomůcky

Bubny djembe, příběh, obrázky, noty (pro učitele), např. notebook, na kterém dětem můžeme pustit video

Podrobně rozpracovaný obsah:

V této hodině se budeme věnovat jednak bubnování, jednak si poslechneme příběh, který podpoříme doprovodem na bubny. Je třeba, abychom si zopakovali rytmus **Krok** a rytmus **Vlak** – budeme je dnes potřebovat. Jdeme na to!



„Děti, tančíte rády? Co tančíte nejradši? Viděly jste někdy někoho tančit? Co se vám na tom líbilo? Viděl někdo z vás tanec, který se netančí u nás? Kde – např. na dovolené v exotických krajích? Znáte jeho název?“

„Víte, jak se tančí třeba v Africe? Jaká hudba doprovází tyto tance? Viděly jste to někdy? Hrají tam na hudební nástroje, na které se hraje u nás?“

Děti samozřejmě velmi rychle přijdou na to, že se chceme dobrat k bubnům djembe.

„Myslíte, že mají lidé v Africe nějaký národní tanec, který umí tančit úplně všichni, nebo se spíš nechávají vést vlastní intuicí, tím, co cítí?“

Vysvětlíme dětem, že tance domorodých obyvatel Afriky vycházejí z pozorování přírody. Aby opravdu tančily, nemusí se učit žádné kroky, jen poslouchají hudbu (zpravidla bubnů djembe) a pohybují se v jejím rytmu. Největší prožitek z kolektivního tance je hodně umocněn, pokud se tančí ve skupině.

„Zaposloucháte-li se například do dunění kopyt divokých koní, začnete vnímat jeho rytmus, kterému se vaše tělo přizpůsobuje a tanec je na světě.“ Doporučujeme pustit z internetu jakýkoliv zvuk koňských kopyt při klusání.

„Stejně jako Afričané, i my se setkáváme s pravidelnými pohyby, zvuky, které tvoří rytmus. Zkuste se zamyslet a přijít na nějakou činnost, kterou opakujeme dennodenně mnohokrát a ze které bychom mohli udělat podobnou hudbu. Rozhlédněte se kolem sebe, vyzkoušejte různé zvuky věci ve vašem okolí. Zkuste s kamarádem něco podobného, jako v ukázce, vytvořit. Netvořte umělé, nahodilé rytmy. Mělo by to být něco, co následuje za normálních okolností po sobě.“

Můžeme uvést příklad 4 zvuků následujících po sobě, např. otevření a zavření dveří:

1. zvuk – stisknutí kliky u dveří
2. zvuk – otevření dveří
3. zvuk – přivření dveří
4. zvuk – puštění kliky

„Vidíte, tyto zvuky obvykle následují hned po sobě, jeden po druhém, ani jeden nemůžeme vynechat, abychom dveře otevřeli a zavřeli. Taky tam nemůžeme přidat třeba ťuknutí tužkou o lavici, protože to obvykle při otevírání dveří neděláme.“

Dětem dáme asi 5 minut, aby zkusily utvořit nějaký rytmus ze zvuků ve svém okolí.

Následně děti, které chtějí, mohou předvést ostatním, co vymyslely. Snažíme se nesrovnávat, spíše oceníme snahu a vedeme děti k tomu, aby v klidu vyslechly, co předvádí druzí. Učí se tím ohleduplnosti, respektu a úctě k práci druhého člověka.

„Povíme si teď příběh o dvou dětech, které byly asi v asi tak stejném věku, jako jste teď vy.“



Můžeme dětem ukázat obrázek afrických dětí, aby si je snadněji představily. „Děti, o kterých je tento příběh, mohly vypadat třeba takhle.“



Příběh:

Kdesi v Africe byla vesnice, která se jmenovala Kraal. Tam žila holčička jménem Aina se svým bratrem jménem Zeka. Ve vesnici bylo pozdvižení. Chystala se tam tradiční slavnost tanců. Všichni z vesnice tančili, mnozí v krásných maskách. Jenže pro Aina a Zeka to znamenalo spíše utrpení. Nechtěli tančit, protože to neuměli. Jejich nohy je neposlouchaly. I když se ptali dospělých, každý jim jen řekl: „Podívej se kolem sebe, pozoruj přírodu a poslouvej své tělo.“

Děti chodily po vesnici a viděly chýše, lidi, zvířata, stromy a nedaleké moře, ryby a rejnoky v něm, ale lidi tančit neviděli. „Škoda, mohli bychom to okoukat!“, myslely si. Slavnost měla být už druhý den a je stále nic nenapadalo.

Jejich tatínek byl rybářem a každý večer jezdil ve své loďce na otevřené moře rybařit. Toho večera vzal děti s sebou. Loďka se pomalu nakláněla ze strany na stranu, a protože Aina a Zeka byli po celém dni unavení, brzy je moře ukoľéballo k spánku.

Zdál se jim krásný sen: stali se z nich rejnoci a spolu s dalšími plavali v hlubinách oceánu. Jejich ruce již nebyly rukama, ale byly z nich obrovité, dlouhé, ladné ploutve. Nohy jako by vůbec neměli, stal se z nich ocas. Celí se zploštili a voda je příjemně hladila po celém těle a moře nádherně šumělo v uších. Užívali si nádhery korálů kolem sebe, pestrobarevných rybek. Honili se v hejnu s ostatními rejnoky – kamarády, předháněli malinké rybičky, schovávali se před vypasenými kosatkami.

(Učitel dětem zpívá po částech píseň, děti ji opakují a tím se ji učí.

Zpívali si u toho:

„Óa úe, íva tyka tumba, massa massa massa.“ – noty viz příloha č. 1. Tento popěvek několikrát opakujeme, postupně zesilujeme. Až umí všechny děti slova, připojíme hru na djembe rytmus **Krok**. Popěvek se skládá pouze ze dvou tónů o velké tercii, které střídáme – začínáme vyšším tónem.

Chvíli se ale také zastavili na místě a jen tak kolem sebe nechávali plout teplý proud oceánu.

To si potichu zpívali:

/: „Dim pararara dim pá,

dim pararara dim pá.

Upa upa upa upá,

upa upa upa upá.“ :/

(Opakujeme opět několikrát dokola, až si děti zafixují melodii, a přitom hrajeme na djembe 3/4 rytmus. Až si jsou děti jisté slovy i melodií, přejdeme na rytmus **Vlak** a postupně zrychlujeme – rozjíždějící se vlak, a přitom stále zpíváme.)

Náhle je probudil tatínek: „Aino, Zeku, jsme doma.“



Děti si uvědomily, že to vše se jim jenom zdálo. Zanechalo to v nich však krásný pocit splynutí se svým okolím.

Druhý den se konala taneční slavnost. A jak to bylo dál? Zapojily se děti do tančení? Co se v nich změnilo? Všimly si na sobě něčeho nového? Jak se to líbilo jejich okolí? Jak to lidé mysleli, když jim říkali, ať pozorují své okolí? Čeho si měly všímat?

Děti mohou domýšlet konec příběhu, který zde záměrně neuvádíme.

2. hodina

Metody

- praktická (napodobování, předvádění, pozorování, hra na hudební nástroj)
- slovní (rozhovor)

Klíčové kompetence

- kompetence k učení – žák samostatně pozoruje a experimentuje při hraní na jednotlivé hudební nástroje
- komunikace v mateřském jazyce – program podporuje verbální a neverbální komunikaci, to znamená, že žáci prostřednictvím hudebních nástrojů vyjadřují svoji náladu, emoce, prožitky, své hudební citění
- kompetence sociální a občanské, komunikativní – děti se dozvídají zajímavosti o cizích kulturách, spolupracují ve skupině

Forma

V další hodině napodobujeme jednotlivé živočichy v moři za doprovodu různých nástrojů. Děti jsou rozděleny na dvě skupiny, které se střídají. Vždy jedna skupina dramatizuje, druhá doprovází na hudební nástroje.

Pomůcky

- Odkazy na internetová videa a počítač na jejich přehrávání (lépe dataprojektor)
- Djembe, metalofon, agogo, tamburína, chimes, mikroténové sáčky, velký igelit používaný na malování bytu

Podrobně rozpracovaný obsah:

Děti jsou rozděleny do dvou skupin. Jedna skupina hraje některý z naučených rytmů na djembe, druhá tančí. Za hudebního doprovodu ztvárňujeme prostřednictvím výrazového tance jednotlivé živočichy v moři, stromy ve větru apod. Nejprve děti sledují video ukázkou a poté zkusí napodobit pohyby a vcítit se do určitého pohybu.

Vyzkoušíme například tyto pohyby:

- pohyb rejnoka (doprovod: djembe + improvizace na metalofon)



- pohyb medúzy (doprovod: djembe + improvizace na agogo)
- pohyby chobotnice (doprovod – djembe + improvizace na tamburínu)
- pohyby stromů ve větru (doprovod – djembe + improvizace na chimes)

Poté, co si děti vyzkouší uvedené pohyby, se skupiny vymění a celý postup se opakuje. Podněcujeme děti, aby vymýšlely i vlastní varianty.

Podrobně rozpracovaný obsah:

Vyzkoušíme tyto pohyby za doprovodu chimes (hraje učitel nebo určený žák):

- pohyb rejnoka (doprovod: djembe + improvizace na metalofon): Děti si stoupnou do řady a v rukou drží za sebou všichni za jednu dlouhou stranu velký igelit. Když začne hrát hudba, zvednou jej nad hlavy a jakoby „plují“ prostorem (igelit – jeho kratší délka – za nimi vlaje). Jelikož je igelit velmi široký, ale zároveň by se mohl lehce roztrhnout, musí se jeden ohlížet na druhého, aby se v prostoru třídy otočili a pluli zase zpět. Rejnok by neměl stát na místě, ale pořád se alespoň mírně pohybuje. Rejnok může mít rozpětí ploutví až 6–9 m, proto použijeme co největší délku igelitu.

Doprovod na metalofon: můžeme navodit pohyb ploutví nahoru (glissando nahoru) a dolů (glissando dolů).

- pohyb medúzy (doprovod: djembe + improvizace na tamburínu): 1 dítě = hlava medúzy, si kolem pasu přidržuje igelit v polovině. Dlouhé konce chytí ostatní děti a společně plují prostorem, hlava řídí rychlost a směr.

Doprovod na tamburínu: Ten, kdo doprovází na tamburínu, může využít různé intenzity a charakteru zvuků. Chobotnice natahuje chapadla = třes tamburínou, čím více natažená chapadla těsně před „vykopnutím“, tím víc se třes zesiluje. Chobotnice „udělá plavecké tempo“, vykopne = úder do tamburíny. „Plavecká tempa“ se opakují a děti ztvárňují pohyb těla medúzy.

- pohyby chobotnice (doprovod – improvizace na chimes): 4 děti se semknou do úzké skupinky (chobotnice – octopus – má dohromady 8 očí), v pase jsou svázaný delším šálou/obinadlem. Volné konce igelitu přidržují ostatní děti a opět se pohybují prostorem za doprovodu na chimes.
- pohyby stromů ve větru (doprovod – djembe – děti by měly užívat naučených úderů: výškový = vánek, středový = vítr, basový = hrom): děti stojí nepravidelně rozmístěné na koberci. Nad sebou drží igelit (mají jakoby plochou střechu). Krajní děti drží igelit za kraje igelitu, děti uprostřed skupiny chytí igelit do hrsti. Podle toho, jak hraje doprovázející hráč na djembe, děti pohybují s igelitem. Vánek = děti pouze foukají zespoda do igelitu, nadnáší ho špičkami prstů. Vítr = chytí igelit do pěstí nebo mezi dlaně. Hrom = chytí oběma rukama s prsty v pěst.

Poté, co si děti vyzkouší uvedené pohyby, je podněcujeme, aby vymýšlely vlastní nápady (např. skupinka malých rybiček – ve skupině plují blízko sebe, ale přesto se nikdy nedotknou; vítr, který nosí



suché listí; větrný vír; s dlouhým igelitem na malování můžeme vyzkoušet i bezvětrí = igelit se rozprostře na zem, děti si na něj sednou/lehnou a po určité době se nesmí ozvat ani šustění, ani se nesmí nikde pohnout; „jaké je to pod ledem“ – děti leží na zemi a nad sebou si drží igelit co nejvíc v rovině atd.).

Na závěr si děti lehnou na koberec, zavřou oči. Navodíme relaxační představu:

“Pohodlně si lehni, můžeš zavřít oči. Představ si, že jsi někde u moře, můžeš si jít zaplavat. Je příjemně teplo, voda tě nadnáší a hladí tě. Jsi v bezpečí a kolem jen šumí moře. Víš, že někde daleko v oceánu se prohání rybky. Voda nadnáší tvoje nohy, tělo, ruce, hlavu. Ležíš jako na měkkém polštáři a užíváš si slunce.”

Jako doprovod můžeme použít i zvuku šustění mikrotenového sáčku. Učitel volně střídá nástroje, se kterými jsme v této hodině pracovali: metalofon, agogo, tamburínu, chimes, děti si představují prostředí moře a odpočívají.

Závěr

Na závěr celou lekci společně zhodnotíme a necháme děti, aby zkusily vyjádřit své pocity při jednotlivých aktivitách. Např.: „Jak se ti spolupracovalo s ostatními? Jaké pocity jsi měl/a při představě, že pluješ mořem jako rejnok/chobotnice/jedna z hejna rybek? Chtěl/a jsi být např. chapadly místo hlavou?“ apod.

3.1.8 O dvou princích bratřech – 2 hodiny

1. hodina

Cíle dvouhodinové lekce:

- vyzkoušet si aktivní podílení se na dramatizaci pohádky
- získání zkušenosti s různými barvami tónů, charakterem zvuků
- rozvoj hudební a sluchové představivosti

Forma

- hromadná
- skupinová
- samostatná práce žáků v instrumentálním orchestru

Děti hudbou doprovází pohádkový příběh na zvolené hudební nástroje. Ve druhé hodině dětem ukazujeme kartičky s barvami, zkoušíme improvizovat na nástroje a dotváříme příběh.



Klíčové kompetence

- kompetence k učení – žák samostatně pozoruje a experimentuje při hraní na jednotlivé hudební nástroje
- komunikace v mateřském jazyce – program podporuje verbální a neverbální komunikaci tzn., že žáci prostřednictvím hudebních nástrojů vyjadřují svoji náladu, emoce, prožitky, své hudební cítění
- kompetence sociální a občanské, komunikativní – děti se dozvídají zajímavosti o cizích kulturách, spolupracují ve skupině

Metody

- slovní – vyprávění, instruktáž, produkční metody
- praktické – předvádění, pozorování

Doporučení:

Pro lepší znázornění (alespoň pro menší děti) by bylo možné použít dětské kresby jednotlivých postav. Lze použít i obrázků v příloze, ze kterých společně vybereme, která kresba se na kterou postavu nejlépe hodí. Obrázek vždy můžeme položit na zem před dítě, které hraje tu kterou roli.

Je možné dětem před čtením pohádky připomenout, jakou funkci má ve čteném textu přímá řeč, jak ji poznají.

V pohádce se objeví dvě zvukově podobná slova: odvážný a rozvážný. Je dobré zjistit, jestli děti mezi těmito slovy vidí nějaký rozdíl a popř. si ho osvětlit.

Pomůcky

- Bubny djembe, text pohádky, různé nástroje na výběr, obrázky na výběr.

Podrobně rozpracovaný obsah:

Nejprve provedeme rozbubnování (cca 20 min.).

Poté učitel uvede pohádku: „Dnes si povyprávíme pohádku, ale nebudeme jenom poslouchat. Zahrajeme si na tvůrce pohádkové hudby a příběh doprovodíme hrou na djembe a další nástroje“.

Děti rozdělíme do dvou zhruba stejně početných skupin a vysvětlíme pravidla:

- Jedna skupina bude hrát „filmovou hudbu“ na djembe = VYPRAVĚČI. Ti musí hrát velmi tiše, aby byl příběh slyšet. Můžeme použít pouze základní střídání pravé a levé ruky, kdy každá ruka udeří pouze jednou. Druhá skupina dostane role postav vyskytujících se v pohádce – ostatní nástroje dle výběru dětí. Je třeba vybrat nástroj zvukem alespoň trochu odpovídající charakteristice postavy. Pokud se vyskytne v pohádce její jméno (v jakémkoliv pádu a tvaru), zahraje dítě 1x na nástroj.
- Pokud hraje vypravěč, nehraje postava a naopak – děti musí spolupracovat a velmi pozorně poslouchat.



V textu pohádky jsou nadužívaná jména postav, je to kvůli účelu pohádky.

Návrh nástrojů odpovídajících postavám:

- král: buben
- královna: metalofon/zvonkohra/xylofon
- princ Jasoň: shaker/vajíčko (chrástítko)/dřívka
- princ Drsoň: drhlo/agogo
- princezna Dobromila: chimes/triangl/činelky
- moudrá babička: kalimba/rolničky/zvoneček
- drak Smrtihlav: tamburína

Začínáme vyprávět spolu s doprovody na djembe. Vypravěči hrají velmi tiše, abychom všichni slyšeli. Pro ilustraci jsou v závorkách uvedeny na začátku pohádky místa, kde by měl zaznít zvuk nástrojů. Další použití nástrojů je velmi intuitivní.

Pohádka o dvou princích bratrech

Kdysi bylo malé království (zvuk vypravěči). V tom království žil moudrý král (zvuk král) se svou krásnou ženou, královnou (zvuk královna). Měli dva syny. Starší, princ Drsoň (zvuk Drsoň), byl silný, všem uměl zlostně pohrozit tak, že se ho báli (zvuk vypravěči). Byl pověstný tím, že je lepší se mu vyhnout, protože když se mu něco nelíbilo, udělil každému nějaký trest (zvuk vypravěči). Mladší princ Jasoň (zvuk prince Jasoně) v síle vůbec nevynikal. Kdyby měl bojovat se zlým drakem, třeba Smrtihlavem (zvuk Smrtihlava), nikdy by ho neporazil. Jenže princ Jasoň (zvuk prince Jasoně) měl jinou zbraň než sílu, kterou oplýval princ Drsoň (zvuk princ Drsoň) – měl svou hlavu (zvuk vypravěči). Asi si říkáte, že není možné bojovat hlavou, ale je to tak. Princ Jasoň (zvuk prince Jasoně), na rozdíl od svého bratra, prince Drsoně (zvuk prince Drsoně) totiž vždycky poslouchal, co říkají ostatní – třeba moudré babičky (zvuk babičky) – a tak se mnohým věcem přiučil (zvuk vypravěči).

Jednoho dne, zrovna, když se princ Jasoň, Drsoň, královna a král procházeli zahradou, potkali moudrou babičku. Pozdravili ji a chtěli se s ní dát do řeči, ale zrovna přijel královský posel, který přinesl králi zprávu. Král a královna četli a princ Jasoň, Drsoň i babička poslouchali: „Naše princezna, krásná Dobromila, se ocitla v zajetí strašného draka Smrtihlava. Kdo ji z tohoto zajetí vysvobodí a zbaví naše království draka Smrtihlava, dostane princeznu Dobromilu za manželku.“

Král, královna, princ Jasoň, princ Drsoň ani babička nevěřili svým uším. Princezna Dobromila a v zajetí draka Smrtihlava? Princi Drsoni, to bude úkol hodný tebe, řekl si princ Drsoň. Princ Jasoň jen mlčel. Nechtěl se vyhnout úkolu, jen přemýšlel, jak by princeznu Dobromilu ze spárů strašného draka Smrtihlava vysvobodil. Ale král řekl: Pojedete oba dva. Královna dala králi za pravdu. Musí jet i Jasoň, i Drsoň. Drsoň je odvážný, ale Jasoň zase rozvážný.

Hned druhý den se oba princové vydali na cestu do vedlejšího království. Vyjeli spolu, ale Drsoň se nemohl dočkat souboje s drakem, následné slávy, a hlavně princezny Dobromily. Proto pobídl koně a bratra předjel, aby byl u draka Smrtihlava jako první. Kdyby to jen král a královna tušili!



Ještěže měl Jasoň oči otevřené! V chaloupce u lesa uviděl známou moudrou babičku. „Babičko! Babičko!“, volal na ni. Ale babička ho neslyšela. Proto zavolal ještě jednou, nahlas: „Babičko! To jsem já, princ Jasoň, přece se známe!“ Babička prince Jasoně hned poznala. Za to, že ji princ tak pěkně pozdravil a choval se k ní hezky, mu babička dala dar ze všech nejcennější: radu. „Princi Jasoni, poradím ti, jak vyzrát nad drakem Smrtihlavem. Je silný a pokud mu tvůj bratr, princ Drsoň, usekne jednu hlavu, hned mu vedle naroste jiná. Mečem Smrtihlava nelze přemoci, ale chytrostí by to možná šlo. Drak je totiž velmi lechtivý. Dál už je to na tobě, princ Jasoni“, řekla babička a odmlčela se. Princ Jasoň jí poděkoval a s myšlenkami na svého bratra, krále, královnu, princeznu, draka i babičku nasedl na koně a jel bojovat po svém.

Cesta, po které princ Jasoň jel, končila u vysoké skály a na jejím samotném vrcholku bylo hnízdo draka Smrtihlava. Když to viděl, poznal, že nemá sílu na to, aby Smrtihlava přemohl silou. Přesně tak, jak mu to babička napověděla. Ach, babičko! Babičko moje milá! Dokonce měl strach. Co když Jasoň spadne dolů, když za Smrtihlavem poleze? A co jestli ho drak Smrtihlav shodí z vysoké skály? Co když se mu nepodaří zachránit princeznu Dobromilu? Dobromilo, ach Dobromilo! Dobromilo moje milá! Kéž bych tě, Dobromilo vysvobodil ze spárů Smrtihlava! Napadlo ho také, že možná jeho bratr Drsoň Smrtihlava již přemohl Jasoň jde pozdě. Řekl si ale, že to alespoň zkusí. Musel šplhat vysoko na skálu. Když k drakovi Smrtihlavovi dorazil, měl už jeho bratr namále. Princ Drsoň vyzval draka na souboj, a tak začala nekonečná bitva. Usekl mu hlavu a ta mu znova narostla. „Děkuji ti, babičko milá“, vzpomněl si Jasoň s vděčností. Princi Drsoňovi už docházely síly, i když byl silný a statný. Sám prostě na Smrtihlava nestačil. Už už hrozilo, že Smrtihlav udolá Jasoňova bratra Drsoně k smrti. Kdo zachrání Dobromilu? Král ani královna to nebude. Ani babička. Kdo teda bude tím hrdinou? Drsný Drsoň? Jasný Jasoň? Nevím, vyprávějme tedy dál.

Tu vyskočí z trní princ Jasoň. Troufá si jít blíže, ještě blíže – a už je přímo u draka Smrtihlava. Ale co to dělá? Blázen! On se pokouší se ho dotknout??? Vždyť on nemá ani meč! Holou rukou lechtá draka na zádech. Smrtihlav je tak překvapený a skutečně tak lechtivý, že se válí ze strany na stranu. Směje se tak, že zapomíná, kde je a řítí se z vysokého útesu dolů. „Hurá!“, volá princ Jasoň. Hurá, volá princ Drsoň, který měl už namále. Hurá, volají všechna lesní zvířátka. Princ Drsoň jenom unaven odpočíval. Tu vyběhla překvapená princezna Dobromila. Celou dobu držela Jasoňovi i Drsoňovi pěsti. Děkovala princům, že ji zachránili. „To je bratrova práce“, řekl princ Drsoň a musel uznat, že silou se všechno vyřešit nedá.

A byla svatba. Princ Jasoň s princeznou Dobromilou byli moc šťastní. Král a královna jim přáli mnoho štěstí. Princ Drsoň na svatbě skoro nepobyl. Kde myslíte, že byl? No přece v královské knihovně! Našel tam totiž knihu o krvelačných dracích. Četl a četl. A nakonec se z něj stal odborník na draky. Žádný Smrtihlav si na něho už nikdy nepřišel. Dobromila a Jasoň pozvali na svatbu i moudrou babičku. A co drak? O tom už nikdy nikdo neslyšel.



S dětmi si popovídáme:

- o charakteristikách postav – hlavně o princích Jasoňovi a Drsoňovi. Dozvěděli jsme se z pohádky, jací byli?
- o tom, jak se jim hrály jednotlivé postavy pohádky
- jak se cítili vypravěči

Získáme tak zpětnou vazbu.

2. hodina

Ve druhé hodině si děti mohou vyměnit role. Nástroje odpovídající rolím by však měly zůstat stejné, aby to děti nepletlo.

Opět vzniknou dvě skupiny – vypravěči a postavy.

Pohádku hrajeme ještě jednou, avšak ve zkrácené verzi. Děti by tedy měly mít v paměti děj pohádky, aby ho byly schopné reprodukovat, doplňovat na nástroje. Pokud to je třeba, pomůžeme trochu vyprávěním, aby se v příběhu neztratily.

Na závěr se posadíme do kruhu a vše ještě jednou zhodnotíme. Získáváme od dětí zpětnou vazbu. Ptáme se, jak jim jejich role seděla, jestli by si chtěly vyzkoušet jinou úlohu a proč.

Forma

Ve druhé hodině hraje pohádku celá skupina dětí ještě jednou, tentokrát však beze slov, pantomimicky – mluví za nás pouze hudební nástroje.

Metody

- improvizace
- experiment, produkční metoda

Pomůcky

Nástroje stejné jako si děti zvolily v první hodině.

Podrobně rozpracovaný obsah:

Následuje výměna rolí u dětí oproti minulé hodině a to tak, aby si všichni vyzkoušeli i opačné pocity v daných úlohách a mohli pochopit ostatní. Pracují dvě skupiny, rozdělené na vypravěče a postavy z pohádky.

Aby se děti v příběhu hned neztratily, učitel jim pomáhá tím, že heslovitě či krátkými větami připomíná jednotlivé události z pohádky a děti je doplňují hrou na nástroje. Spoléháme na neverbální komunikaci, při výčtu více postav hodících se k dokončení věty netrváme na jednom pořadí. Vždy by však měly zaznít všechny postavy, které se do věty hodí.



Za každou větou se ozve opět domluvený úder/motiv vypravěčů. Dojde tak k určitému pravidelnému sledu zvuků.

- Na zámku žili.... (Jasoň, Drsoň, král, královna). (vypravěči)
- Na vysoké skále žil... (Smrtihlav) (vypravěči).
- V jedné chaloupce žila... (babička) (vypravěči).
- ve vedlejším království žila princezna...(Dobromila). (vypravěči)
- Zajal ji drak... (Smrtihlav). (vypravěči)
- Poslali na něho prince... (Drsoně), ale potom poslali i prince... (Jasoně). (vypravěči)
- Princové... (Jasoň a Drsoň) jeli ke draku... (Smrtihlavovi) vysvobodit princeznu... (Dobromilu). (vypravěči)
- Starší princ...(Drsoň) ujel svému bratrovi... (Jasoňovi). (vypravěči)
- Ten mladší...(Jasoň) potkal starou... (babičku). (vypravěči)
- Ta... (babička) mu řekla, jak porazit.... (Smrtihlava). (vypravěči)
- Starší...(Drsoň) bojoval se... (Smrtihlavem). (vypravěči)
- Tento veliký strašlivý... (Smrtihlav) vyhrával. (vypravěči)
- Mladší bratr... (Jasoň) si vzpomněl na rady moudré... (babičky) a lezl nahoru. (vypravěči)
- Mladší bratr myslel na... (babičku, Drsoně, Dobromilu, krále, královnu). (vypravěči)
- Když vylezl nahoru, uviděl: ... (Smrtihlava, Drsoně a Dobromilu). (vypravěči)
- Nemohl zde vidět: ... (krále, královnu, babičku). (vypravěči)
- Viděl ale, jak spolu bojují... (Smrtihlav a Drsoň). (vypravěči)
- Zašel až blízko k obrovskému strašnému...(Smrtihlavovi). (vypravěči)
- Začal toho příšerného... (Smrtihlava) lechtat. (vypravěči)
- Kdo si mohl konečně odpočinout, protože mu už docházely síly? (Drsoň) (vypravěči)
- Kdo si oddechl, že bude vysvobozen? (Dobromila) (vypravěči)
- Kdo se skutálel ze skály dolů? (Smrtihlav) (vypravěči)
- Kdo na skále vůbec nebyl? (král, královna, babička) (vypravěči)
- Kdo chytrému princovi dobře poradil? (babička) (vypravěči)
- Šťastný mladý pár, ... (Dobromila a Jasoň) odjeli do království a vzali se. (vypravěči)
- V celém království už nikdy nikdo neslyšel o... (Smrtihlavovi). (vypravěči)
- Rodiče princů... (Jasoně) a... (Drsoně) byli šťastní. (vypravěči)
- Pan... (král) se svou... (královnou) předali vládu mladším. (vypravěči)
- Na svatbu přišla i stará... (babička). (vypravěči)
- Starší princ... (Drsoň) se stal odborníkem na draky. (vypravěči)

Vše dobře dopadlo. (mohou krátce zahrát všichni)

Na závěr celé lekce sedíme v kruhu a celou hodinu zhodnotíme. Získáváme od dětí zpětnou vazbu, rozvíjíme komunikaci, sebevyjádření, posilujeme pocit vlastní hodnoty a sebeuvědomění.



3.1.9 Malý princ – 2 hodiny

1. hodina

Cíle dvouhodinové lekce:

- Seznámení se s knihou Malý princ, částečná dramatizace pomocí hudby
- Rozvoj hudební představivosti
- Aktivní užití alternativních hudebních nástrojů, asociace k různým prostředím a situacím

Forma

- hromadná forma
- skupinová forma. Děti krátce seznámíme s příběhem. Vyprávíme o tom, jaké planety Malý princ navštívil (Kráľ, Domýšlivec, Píjan, Byznysmen, Lampář), na každé se zastavíme pro její charakteristiku a snažíme se to hudebně vyjádřit.

Klíčové kompetence

- kompetence k učení – žák samostatně pozoruje a experimentuje při hraní na jednotlivé hudební nástroje
- komunikace v mateřském jazyce – program podporuje verbální a neverbální komunikaci tzn., že žáci prostřednictvím hudebních nástrojů vyjadřují svoji náladu, emoce, prožitky, své hudební citění
- kompetence sociální a občanské, komunikativní – děti se dozvídají zajímavosti o cizích kulturách, spolupracují ve skupinách

Metody

- metoda slovní (práce s textem, rozhovor)
- názorně demonstrační (pozorování a předvádění)

Doporučení:

Možné rozšíření úvodu nebo vyprávění o knize Malý princ:

Kniha o Malém princi začíná zvláštní hádankou pro dospělé. Tuto hádanku vytvořil chlapec, který moc rád kreslil, jenže dospělí jeho kresbám nerozuměli. „Podívejte, co třeba nakreslil (ukážeme kresbu hroznýše zažívajícího slona – viz příloha). Co myslíte, že je na obrázku? (děti hádají, co je na obrázku) Je to had hroznýš, který právě spolknul slona. Ten chlapec si tehdy myslel, že tak velký hroznýš bude dospělým nahánět strach, protože tito hadi spolýkají svoji oběť vcelku. Jenže dospělí viděli v obrázku jen klobouk. Ptali se ho, proč by měl klobouk nahánět strach. Aby svou kresbu dospělým vysvětlil, nakreslil vnitřek toho hroznýše. Myslel si, že teď se dospělí budou bát. Jenže ti mu poradili, aby raději nechal kreslení otevřených a zavřených hroznýšů a zajímal se spíše o zeměpis, dějepis, počty a mluvnici. A tak se stalo, že dospělým uvěřil a už nekreslil.“

„Myslíte si, že dospělí poradili tomuto chlapci dobře? Nakreslili jste někdy něco podobného? Jak na to dospělí reagovali?“



Pomůcky

Více nástrojů k výběru dle dohody (djembe, metalofon, zvonkohra, ozvučná dřívka, shaker, kalimba, drhlo, tamburína, triangel, chimes, agogo). Tabule + popisovače/křídly. Lahve (skleněné či PET) na počet dětí. Baterka a žlutý nafukovací balonek nebo jakýkoliv míč (představuje Slunce), lahve (PET nebo skleněné) pro každé dítě. Kniha Malý princ, jakákoliv kniha o vesmíru, kde jsou nakreslené planety sluneční soustavy (doporučené), popř. model Sluneční soustavy.

Podrobně rozpracovaný obsah:

Na úvod této lekce hrajeme na djembe, abychom si procvičili, zopakovali již známé rytmy a rozehráli se.

Připomeneme si, jak se jmenuje planeta, na které žijeme, představujeme si planety v naší Sluneční soustavě. Povídáme si o tom, co si děti představují pod pojmem Vesmír, ukazujeme si obrázky planet v knize/planety na modelu.

„Dnes se podíváme do jednoho příběhu, který o planetách také vypráví. Jmenuje se Malý princ a napsal ho slavný francouzský spisovatel Antoine de Saint-Exupéry. Vypráví o pilotovi, který se svým letadlem ztroskotal na poušti moc daleko od jakékoliv civilizace. Neměl s sebou nikoho jiného, a tak začal letadlo opravovat sám. Náhle se však stalo něco zvláštního. Z ničeho nic se před ním objevil zvláštní človíček. Co tam dělal? Kde se tam vzal? Později se v knize dozvíme, že přišel z cizí planety. Cestou se zastavil na několika dalších planetách a na každé z nich bylo také něco zvláštního. Malý princ odcestoval ze své vlastní planety a navštívil mnohé další. My některé z nich projdeme spolu s ním.“

V kruhu uprostřed na zemi rozmístíme hudební nástroje. Přečteme první část příběhu o králi:

1. Na první planetě bydlel král. Všem chtěl kralovat, ale neměl čemu, protože na jeho planetě nikdo nebyl. Čteme dětem první polovinu příběhu a děti přitom přemýšlí, jakým hudebním nástrojem by vyjádřily obyvatele této planety. V polovině příběhu zastavíme čtení, vybereme všichni dohromady jeden nástroj a ten putuje v kruhu, děti si ho předávají. Vždy, když uslyší slovo „Král“, zahrají na vybraný nástroj a posunou ho dalšímu v kruhu. Takto dočteme příběh o této planetě. Pokládáme dětem otázky, kterými první příběh rozebereme: „Jaké vlastnosti měl král – byl zlý, nebo hodný? Jak se choval k druhým lidem? Bylo Malému princovi s tímto člověkem dobře? Chtěli byste s takovým člověkem kamarádit? Co byste mu řekli? Pomohlo by mu něco?“
2. „Teď zkuste hádat, kdo bydlel na druhé planetě.“ Záměrně to dětem neprozrazujeme a slovo „domýšlivce“ vynecháváme nebo použijeme místo něj nějaký zvuk, např. „hmmm“. Úkolem dětí je vymyslet, jak by takového člověka charakterizovali. Příběh dočteme opět do poloviny. Pokud děti potřebují pomoc s vymyšlením charakteristiky osoby na planetě, pokládáme jim opět návodné otázky a zkusíme na to přijít společně. Následně opět přemýšlíme nad výběrem hudebního nástroje, který by svým zvukem charakterizoval domýšlivce. Druhou polovinu příběhu dočteme opět s tímto nástrojem a jeho předáváním v kruhu. Opět probereme



vlastnosti domýšlivce: „Znáte někoho takového? Je to dobrý kamarád? Umí druhého člověka pochválit, nebo chválí jen sám sebe? Co byste mu vzkázali?“

3. Třetí planeta – Pijan. Zde budeme potřebovat lahve rovnou od začátku příběhu. Naučíme děti houkat na lahve. Aby si to děti pořádně vyzkoušely, dáme jim chvíli a zkusíme houkat, např. dlouze, krátce, potichu, nahlas, jako ozvěna, jeden po druhém v kruhu, v různě početných skupinách atd. Potom začneme číst příběh a děti opět doprovázejí příběh zvuky. Při slově „pijan“ děti zahoukají na hrdlo lahví. Zde se po skončení krátkého příběhu nabízí otázky jako: „Je pití alkoholu zdravé? Mohou pít alkohol děti? Proč? Potřeboval pijan nějakého člověka, aby mu pomohl?“ Samozřejmě varujeme děti před pitím alkoholu, ale snažíme se přizpůsobit rozhovor jejich věku.
4. Čtvrtá planeta – Byznysmen. Opět postupujeme podobně jako u předchozí planety.
5. Pátá planeta – Lampář. Vysvětlíme dětem, kdy lampář musel rozžít a zhasínat lampu (demonstrativní ukázka – jedno dítě představuje Slunce, které drží baterku a svítí na planetu, která se otáčí kolem své osy (druhé dítě drží balonek = planeta). Ostatní děti udeří na buben vždy, když se „planeta“ otočí a lampář musí rozsvítit/zhasnout. Po přečtení první části příběhu společně vybereme odpovídající nástroj, který dětem tuto planetu či lampáře připomíná a příběh dočteme. Následuje krátký rozhovor, aby děti mohly vyjádřit svoje názory a pocity.

2. hodina

Forma

- skupinová – děti hrají na nástroje ve skupině
- hromadná – vysvětlování učitele všem dětem
- projektová – děti hrají na nástroje, řeší určitý problém

Metody

- názorně demonstrační (pozorování a předvádění)
- praktická (napodobování, manipulování)

Pomůcky

- Více nástrojů k výběru dle dohody (djembe, metalofon, zvonkohra, ozvučná dřívka, shaker, kalimba, drhlo, tamburína, triangel, chimes, agogo). Šátky, padák na cvičení. Dešťová hůl či štěrchací nástroj.

Podrobně rozpracovaný obsah:

V následující hodině se demonstruje představa dalších prostředí (planet) a děti budou pracovat s emocemi v prostoru.

Je možné využít k tomu kartičky (viz příloha) s nabídkou názvů planet:

Děti si losují lístky a vždy cestují na příslušnou planetu. Učitel pokládá návodné otázky, např.: „Kdo by na takové planetě mohl bydlet? Byl by tam tento člověk sám? Jak by ses tam cítil/a? Bylo by tam teplo



nebo zima, větrno? Jaká by tam žila zvířata?“ atp. Zpravidla je zde uvedeno, že na příslušné nástroje hraje učitel, ale může se samozřejmě střídat s dětmi.

PLANETA STALAGMITŮ – děti se volně pohybují v prostoru, učitel řekne „štronzo“, a z dětí se stanou krápníky. Jeden (označený šátkem) je Malý princ a proplétá se mezi stalagmity. Musí chodit opatrně, aby žádný krápník nespadl, jsou křehké, i když pevné.

PLOCHÁ PLANETA – využijeme padáku na cvičení nebo větší plochy látky. Polovina dětí chodí po padáku, polovina jím manipuluje. Když se po planetě chodí tiše, je plochá (padák leží), ale pokud někdo udělá zvuk, planeta se rozbouří (třepání padákem, děti musí překračovat „vlny“).

PLANETA MLHY – děti budou pracovat ve dvojicích. Jeden z dvojice má zavázané oči, ale může mluvit. Druhý vidí, ale nemluví. Mají dorazit ke zvuku, který vydává učitel na libovolný nástroj v rohu místnosti (svá stanoviště mění).

BAHNITÁ PLANETA – šátky si děti ve dvojicích nohy svážou k sobě, takže se jim hůře chodí. Sednou si na zem a pouze se posunují oporou o ruce. Učitel improvizuje na libovolný nástroj (např. agogo).

HORKÁ PLANETA – krátké zastavení na této planetě má simulovat velké horko, kdy se není kam schovat. Učitel doprovází hrou na chimes.

DEŠTIVÁ PLANETA – učitel hraje na dešťovou hůl nebo štěrchací hudební nástroj a podle dynamiky děti chodí nebo běhají (piano = chůze, mf = mírný běh, f = běh). Na této planetě se nesmí mluvit – stejně by nebylo nic slyšet, protože bubnování deště vše přehluší.

Na závěr lekce si děti lehnou na podložku a učitel postupně prostřídá všechny využitě nástroje, aby si děti připomněly jednotlivé planety a jejich obyvatele. Přeneseme se zpět na planetu Zemi, děti se rozhlédnou a pojmenují věci kolem sebe, barvy, které vidí, pocity (teplo, chlad, žízeň, únava, úleva apod.). Poté děti vypráví o tom, kde se cítily dobře a kde ne, co jim bylo příjemné/nepříjemné, co se jim povedlo/nepovedlo.

3.1.10 Živly – 2 hodiny

Cíle dvouhodinové lekce:

- seznámení se s živly, jejich dramatizace a prožití
- aktivní prožitková hudební výchova
- sebevyjádření pomocí hudby, pohybu

Forma

- hromadná
- skupinová



Klíčové kompetence

- kompetence k učení – žák samostatně pozoruje a experimentuje při hraní na jednotlivé hudební nástroje
- komunikace v mateřském jazyce – program podporuje verbální a neverbální komunikaci tzn., že žáci prostřednictvím hudebních nástrojů vyjadřují svoji náladu, emoce, prožitky, své hudební citění
- kompetence sociální a občanské, komunikativní – děti se dozvídají zajímavosti o cizích kulturách, spolupracují ve skupině

Metody

- slovní (vysvětlování, práce s textem, rozhovor)
- předvádění
- pozorování a instruktáž
- praktické (napodobování, experimentování)

Pomůcky

Bubny djembe, kartičky s náladami, šátky, dva pro každou dvojici, dvě zvonkohry/metalofony, kalimba

1. hodina

Podrobně rozpracovaný obsah:

- Úvod – přivítání, rozbubnování (opakování naučených rytmů)
- Hra na vlak

„Vlakem“ budeme cestovat mezi jednotlivými stanovišti. Děti naučíme 4 úrovně rychlosti vlaku, které budou deklamovat při simulaci jízdy (v zástupu). Doprovodíme je pohybem paží:

- Už to jede, už to jede – pomalu - 2/2 rytmus
- To si to sypeme, to si to sypeme – zrychlíme – 3/4 rytmus
- Toto sype, toto sype – rychlé tempo – 4/4 rytmus
- To si fičím, to si fičím – nejrychlejší – 4/4 rytmus

Děti se postaví do zástupu a chytí se vždy předchozího za paže. Tempo udává první v zástupu a všichni společně projedou celým prostorem. Když dorazí zpátky doprostřed, „vypustí páru“ (čššššššš...) a usednou do kruhu, což bude první stanoviště. Následně zase objedou třídu a usednou doprostřed „jako“ ke druhému stanovišti atd.

Jednotlivá stanoviště:

1) OHEŇ – popovídáme o ohni, jestli je bezpečná manipulace s ním, jak se nazývá povolání zabývající se likvidováním ohně, jestli lze oheň vidět v přírodě, aniž by ho založil člověk (sopky), jestli máme oheň doma (plynové sporáky, svíčky), jak se rozdělává a co musíme udělat, aby nebyl nebezpečný apod.



Děti sedí v kruhu s bubny, hrají, a přitom v rytmu deklamují známou říkanku. Uprostřed jsou na zemi kartičky s názvy vybraných nálad, hráči se jeden po druhém střídají a ten, co je na řadě, mění kartičky (vždy je jedna nahoře a podle té se hraje a deklamuje). Až se další rozhodne, vymění kartičku a pokračuje se podle nové nálady/pocitu.

Vhodné říkanky (na bubny můžeme použít střídání BASU a VÝŠKY – 2/2 rytmus):

- Sedí stařík na střeše, kouří, ale nekřeše. (to je hádanka – komín)
- Kučero, Kučero, co to u vás bručelo? Náká kráva nebo bejk, ňákej ďas to musel bejt.
- Nikdo se tak dobře nemá, jako čerti v pekle, ve dne v noci přikládají, pěkně sedí v teple.

Nálady/pocity: bojácně, hravě, vesele, smutně, lehce, lichotivě, vážně, hladově, zamilovaně, ospale, uvolněně

Dáme bubny stranou, opět se seřadíme do zástupu a jedeme vlakem na další stanoviště.

2) VZDUCH – popovídáme si s dětmi, co to znamená vzduch, jestli ho můžeme nějak vidět, k čemu ho potřebujeme, která zvířata se umí pohybovat ve vzduchu, které stroje apod.

Na tomto stanovišti se pokusíme létat, a to co nejvýš. Ukážeme dětem (na zvonkohře) zvuk, který je vysoký a nízký. Přidáme i druhou zvonkohru a necháme děti posoudit, který zvuk je vyšší a který nižší.

Děti rozdělíme do dvojic. Jedna z dvojic bude hrát na zvonkohry – každý v protilehlé části místnosti, další dvojice si svážou nohy a zavážou oči. Postaví se doprostřed a poslouchají hrající zvonkohry. Musí spolupracovat a nesmí mluvit; měli by dorazit ke zvonkohře, která hraje vyšším tónem. Poté vystřídáme děti hrající na zvonkohry a hra se opakuje.

Uklidíme nástroje, opět se seřadíme do zástupu a jedeme vlakem na další stanoviště.

3) VODA – viz 2. hodina

4) ZEMĚ – viz 2. hodina

5) VŠECHNY ŽIVLY DOHROMADY – viz 2. hodina

2. hodina

Podrobně rozpracovaný obsah:

Na vytvoření bílého šumu coby podkladu pro hru na potoky použijeme reprodukováný zvuk – doporučujeme pustit z internetu jakýkoliv bílý šum – vodu.

3) VODA – Dorazili jsme až k vodě. Popovídáme si opět s dětmi, kde se voda v přírodě vyskytuje (potoky, řeky, jezera, moře, ...), zda máme vodu i doma a jak se tam dostane (nádrže, potrubí, rozvody vody). Můžeme se i zeptat, kdo umí plavat apod.

Rozdělíme děti do dvou zástupů (= dva potoky).



Učitel děti doprovází na kalimbu a potoky „tečou“ krajinou (chodí v zástupu nebo se drží za ruce). Občas tečou daleko od sebe, občas se potkají a tečou vedle sebe. Chvilí děti necháme se volně pohybovat krajinou a hraje, pak hru zastavíme a vysvětlíme jim, že když se menší potoky setkají, může vzniknout jedna větší řeka. Děti tedy utvoří jednu řeku (zástup dvojic, kdy dítě drží jednou rukou souseda a druhou toho, kdo jde před dítětem) a opět se pohybují po prostoru za doprovodu kalimby. Takto „dotečeme“ až do moře (koberec), kde se děti položí naznak a nechávají se volně unášet na hladině. Necháme je chvíli odpočívat, pak uklidíme nástroje, opět se seřadíme do zástupu a jedeme vlakem na další stanoviště.

4) ZEMĚ – Hra na obry a trpaslíky. Popovídáme si s dětmi o živlu „země“, co znamená tento pojem a co všechno zahrnuje. Také co to znamená, když se někdo cítí jako obr anebo trpaslík, jestli už se takto někdy cítili a jaké to pro ně bylo.

Děti jsou rozděleny opět do dvojic. Jedna dvojice hraje (pak se vystřídají)

- buben (simuluje obra, když hraje, obr se pohybuje. Buben hraje rychle = obr se pohybuje rychle; hraje silně = obr dupe apod.)
- a klapátko/dřívka (značí trpaslíka – ten se pohybuje, když hraje jeho nástroj).

Jeden ve dvojici je obr, druhý je trpaslíkem. Mohou spolu kamarádit, zastrašovat se, hrát si, podnikat výlety atd. V každé dvojici se může odvíjet samostatný příběh.

Je vhodné tuto hru nejprve vyzkoušet pouze s jednou dvojicí, aby děti pochopily princip hry.

Uklidíme nástroje, opět se seřadíme do zástupu a jedeme vlakem na další stanoviště

5) VŠECHNY ŽIVLY DOHROMADY – dojeli jsme do cíle. Děti sedí na zemi v kruhu, uprostřed mají na výběr z různých nástrojů. Každý si vybere jeden nástroj. Učitel říká různá témata (např. hluboký potok, široká řeka, hurikán, vánek, poušť, deštný prales, hořící les, plamínek svíčky apod.) a děti hrají na svůj nástroj (improvizují). Opět je možné jít po kruhu, aby každé dítě zahrálo pouze jednu náladu nebo situaci a mělo možnost se projevit samo, aby bylo slyšet.

Závěr – doznění a sdílení: posadíme se nebo lehneme na podložku/koberec, zhodnotíme s dětmi formou rozhovoru, co se jim dařilo a co ne, snažíme se získat zpětnou vazbu.

3.2 Metodický blok č. 2 Výroba hudebních nástrojů

Tento blok je zaměřen na výrobu vlastních hudebních nástrojů, které jsou užívány v tématu č. 6 Instrumentální orchestr s novými nástroji.

Seznámení s historií a využitím hudebních nástrojů v praxi.

Jedná se o jednoduché nástroje, které jsou napodobeninou složitějších profesionálních nástrojů.

Výjimkou je výroba fanfrnochu, který se téměř rovná profesionálnímu nástroji.



3.2.1 Výroba didgeridoo

1. hodina

Přivítání, hra na djembe, výroba dechového nástroje didgeridoo.

Cíle dvouhodinové lekce

- upevňování techniky hry na djembe
- vstřebání metra pomocí rytmické rozcvičky
- propojení zpěvu a rytmu
- názvosloví
- vyrábění didgeridoo
- rozvíjení fantazie a tvořivosti
- sebevyjádření a formulování prožitku

Forma

- hromadná – žáci pracují i s učitelem v kruhu současně
- individuální – každé dítě si vyrobí svůj nástroj, který si jedinečně vyzdobí.

Metody

- předvádění a pozorování – žáci pozorují výrobu nástroje
- instruktáž – učí se techniku hry na didgeridoo a djembe
- napodobování – děti napodobují postavení rukou na nástroji

Klíčové kompetence

- komunikace v mateřském jazyce – vzdělávací program rozšiřuje hudební terminologii
- sociální – spoluvytváření pravidel v týmu; bubnování v kruhu – zapojení do skupiny
- schopnost učit se – žáci hledají nové postupy při výrobě i hraní
- kulturní povědomí a vyjádření – seznámení s etnickými prvky

Doporučení

- je potřeba si hlídat čas a mít dopředu připravené video ukázky
- děti vedeme ke spolupráci, proto by si měly vzájemně vypomáhat při výrobě hudebního nástroje

Pomůcky

djembe, novodurové, trubky, gumové jednorázové rukavice, lepicí pásky, brčka, gumičky, nůžky, permanentní fixy

Podrobně rozpracovaný obsah:

- přivítání v kruhu
- 10–15 minut, bubnovací rozcvička



Viz příloha 3.1.1.

- 10 minut, opakování rytmů

Zopakujeme rytmy, které jsme se dosud naučili.

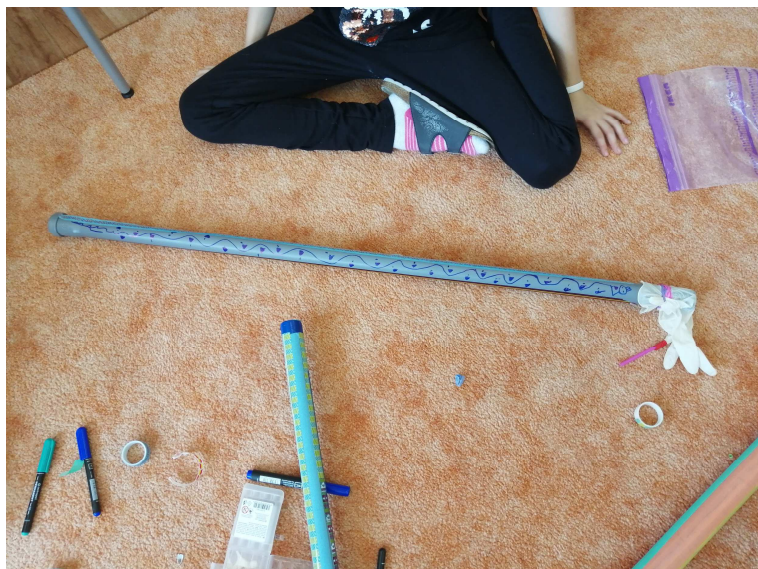
- 10–15 minut, ukázka didgeridoo s povídáním



Učitel pustí z YouTube kanálu **Didge project** tohle video: Traditional Didgeridoo Rhythms by Lewis Burns, Aboriginal Australian Artist.

Historie: Didgeridoo je dechový nástroj australských domorodců. Jedná se o tenký kmen, který je dutý díky termitům. Zajímavostí je, že hráči při hře používají nekonečný dech – zároveň se nadechují a vdechují vzduch do nástroje. Původní obyvatelé používali a používají didgeridoo při svých obřadech a rituálech.

Učitel má předem vyrobený nástroj z novodurové trubky a předvádí ho dětem.



2. hodina

V této části si vyrábíme vlastní didgeridoo.

Forma

- hromadná – žáci pracují i s učitelem v kruhu současně
- individuální – každé dítě si vyrobí svůj nástroj, který si jedinečně vyzdobí

Metody

- předvádění a pozorování – žáci pozorují výrobu nástroje
- instruktáž – učí se techniku hry na didgeridoo a djembe
- napodobování – děti napodobují postavení rukou na nástroji



Klíčové kompetence

- komunikace v mateřském jazyce – vzdělávací program rozšiřuje hudební terminologii
- sociální – spoluvytváření pravidel v týmu; bubnování v kruhu – zapojení do skupiny
- schopnost učit se – žáci hledají nové postupy při výrobě i hraní
- kulturní povědomí a vyjádření – seznámení s etnickými prvky

Pomůcky

djembe, novodurové, trubky, gumové jednorázové rukavice, lepicí pásky, brčka, gumičky, nůžky, permanentní fixy

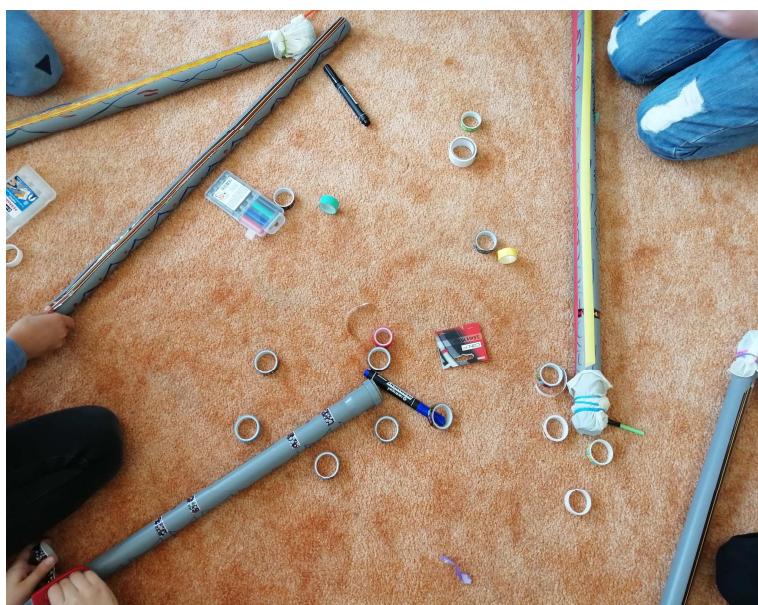


Podrobně rozpracovaný obsah:

- 5 minut, popis pracovního postupu

Vezmeme si jedny gumové rukavice a na konci jednoho (libovolného) prstu uděláme nůžkami malý otvor, kterým protáhneme kousek brčka (7 cm) a omotáme lepicí páskou, aby brčko dobře v rukavici těsnilo. Rukavici nasadíme na trubku pomocí gumičky. Didgeridoo je skoro hotové, chybí jen ozdobení. Děti si mohou fixami pokreslit trubku, rukavici. Do brčka se fouká a didgeridoo vydává zajímavý zvuk. Je vhodné koupit různé délky trubek, aby děti mohly zkoumat souvislosti s délkou a tónovou výškou nástroje.

- 20–30 minut, výroba nástroje



- 10 minut, hra na didgeridoo

Předvedení jednotlivých nástrojů. Po skupinkách mohou děti secvičit nějakou skladbu, kterou si vymyslí.



Podívejte se na video https://youtu.be/ug_nqO9xj_k

- 5 minut, závěrečný kruh

Na závěr probíhá reflexní kruh. Necháme kolovat např. vyrobené didgeridoo a ten, kdo ho má v ruce, mluví o tom, co se mu dařilo, co ne a co se mu líbilo.

3.2.2 Výroba jednoduchých nástrojů

1. hodina

Po přivítání hrajeme na djembe. Pak si vyrábíme s dětmi jednoduché rytmické i melodické nástroje.

Cíle dvouhodinové lekce

- upevňování techniky hry na djembe
- vstřebání metra pomocí rytmické rozcvičky
- propojení zpěvu a rytmu
- názvosloví
- vyrábění hudebních nástrojů
- rozvíjení fantazie a tvořivosti
- sebevyjádření a formulování prožitku

Forma

- hromadná – žáci pracují i s učitelem v kruhu současně
- individuální – každé dítě si vyrobí svůj nástroj, který si jedinečně vyzdobí

Metody

- předvádění a pozorování – žáci pozorují výrobu nástroje
- instruktáž – učí se techniku hry na nástroje a djembe
- napodobování – děti napodobují postavení rukou na nástroji

Klíčové kompetence

- komunikace v mateřském jazyce – vzdělávací program rozšiřuje hudební terminologii
- sociální – spoluvytváření pravidel v týmu; bubnování v kruhu – zapojení do skupiny
- schopnost učit se – žáci hledají nové postupy při výrobě i hraní

Doporučení

- je potřeba si hlídat čas
- děti vedeme ke spolupráci, proto by si měly vzájemně vypomáhat při výrobě hudebního nástroje

Pomůcky

djembe, plastové obaly od kinder vajíček, rýže (čočka, hrách, ...), ruličky od toaletních papírů a kuchyňských ubrousků, igelit, gumičky, nůžky, různé keramické květináče, dřevěné paličky (od zvonkoher), krabičky od kapesníků (mohou být i jiné krabičky), permanentní fixy (popř. tempery, štětce, kelímky na vodu)

Podrobně rozpracovaný obsah:

- přivítání v kruhu



- 15 minut, bubnovací rozcvička

viz 3.1.1.

- 10–15 minut, **opakování rytmů**
- 10 minut, ukázka nástrojů s popisem výroby

Děti si losují, který nástroj si vyrobí. Je možné, aby si mezi sebou měnily vylosované nástroje.

Shaker



Asi nejznámější nástroj. Do obalů z kinder vajíček nasypeme rýži nebo čočku nebo jinou luštěninu. Děti mohou zkoumat různé zvuky při různých druzích obsahu. Shaker si děti ozdobí permanentním fixem.

Malá kytara

Další celkem známý nástroj. Na krabičku navlékáme gumičky a drnkáme prsty o gumičky.



Kazoo



Do ruličky se provrtá dírka a na jeden konec připevníme (pomocí gumičky) igelit. Druhým otvorem přikládáme pusu a foukáme.

Zvonky



Na různě velké keramické květináče se hraje dřevěnou paličkou. Necháme děti zkoumat, jestli je zvuk lepší, když je květináč dnem vzhůru nebo není.



Všechny nástroje je vhodné ozdobit kresbou nebo malbou.

2. hodina

Pokračování ve vyrábění jednoduchých nástrojů s následnou hudební produkcí.

Forma

- hromadná – žáci pracují i s učitelem v kruhu současně
- individuální – každé dítě si vyrobí svůj nástroj, který si jedinečně vyzdobí

Metody

- předvádění a pozorování – žáci pozorují výrobu nástroje
- instruktáž – učí se techniku hry na nástroje a djembe
- napodobování – děti napodobují postavení rukou na nástroji

Klíčové kompetence

- komunikace v mateřském jazyce – vzdělávací program rozšiřuje hudební terminologii
- sociální – spoluvytváření pravidel v týmu; bubnování v kruhu – zapojení do skupiny
- schopnost učit se – žáci hledají nové postupy při výrobě i hraní

Pomůcky

djembe, plastové obaly od kinder vajíček, rýže (čočka, hrách, ...), ruličky od toaletních papírů a kuchyňských ubrousků, igelit, gumičky, nůžky, různé keramické květináče, dřevěné paličky (od zvonkoher), krabičky od kapesníků (mohou být i jiné krabičky), permanentní fixy (popř. tempery, štětce, kelímky na vodu)

Podrobně rozpracovaný obsah:

- 30 minut, výroba nástrojů
- 10 minut, hra na nástroje

Předvedení jednotlivých nástrojů. Po skupinkách děti secvičí nějakou skladbu, kterou si vymyslí.

- 5 minut, závěrečný kruh

Na závěr proběhne reflexní kruh. Necháme kolovat například vyrobený shaker. Mluví pouze ten, kdo ho má v ruce. Hovoří o tom, co se mu dařilo, co ne a co se mu líbilo, popř. nelíbilo.

3.2.3 Výroba fanfrnochů

Cíle dvouhodinové lekce:

- vyrobit fanfrnoch – podpora tradic

Forma:

- skupinová – děti tvoří ve skupinách, vzájemně si pomáhají

Klíčové kompetence

- Kompetence pracovní – snaží se používat bezpečně materiály, nástroje a vybavení, chápe hodnotu kvality práce a funkčnosti výrobku
- Kompetence k řešení problémů – učí se posoudit, jestli práci zvládne, která část bude obtížná či snadná
- Kompetence k učení – samostatně pozoruje pracovní postup a snaží se jej zapamatovat tak, aby zhotovil funkční a estetický výrobek
- Kompetence občanské – poznává některé starodávные zvyky a tradice a učí se vážit si jich

Metody

- frontální
- vyprávění, rozhovor
- skupinová a kooperativní
- dovednostně-praktická metoda

Doporučení

- je potřeba si hlídat čas a mít dopředu připravené video ukázky, pokud budou použity



- děti vedeme ke spolupráci, proto by si měly vzájemně vypomáhat při výrobě hudebního nástroje
- Motivace také možná zde s pomocí videa na YouTube, kde je výroba fanfrnoch popsána.

Pomůcky

Vyrobený fanfrnoch jako ukázka, miska s vodou, staré džbány, větší hrnky nebo terakotové květináče různých velikostí, kůže nebo koženka, kousek dřívka nebo klacíku, kladivo a raznice nebo děrovačka nebo nůžky na vytvoření otvoru, tvrdá podložka (při použití děrovačky či nůžek nemusí být), provázek na upevnění kůže, koňské žíně, nůžky, počítač s přístupem na internet (ukázka hry na fanfrnoch a ukázka ptáka bukače).

1. hodina

Přivítání, rozbubnování, doprovod hrou na fanfrnoch.

Podrobně rozpracovaný obsah:

Přivítání

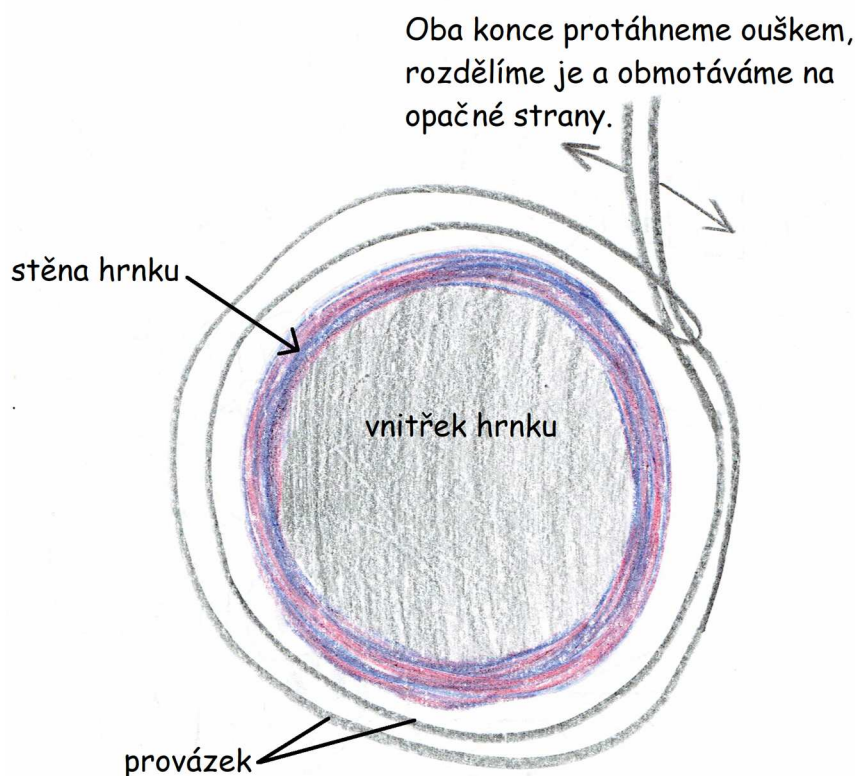
- 5 minut, motivace: Ukázka hry na fanfrnoch – učitel
- 3 minuty, ukázka hry na fanfrnoch – z internetu
- 10 minut, expozice: výklad učitele o historii nástroje: Fanfrnoch, nebo také bukač nebo bukál patří ke koledám a koledování. Jeho zvuk se musí tahat za špagát z malého soudku. Patří mezi blánové nástroje. Jinak je to obyčejný džbán, na jehož hrdlo je natažena kůže s otvorem, do nějž se upevnily koňské žíně. Charakteristický bučivý zvuk nástroje, připomínající zvuk ptáka bukače (odtud jeho zvuk – nahrávku ptáka bukače lze sehnat na internetu) se tvoří popouštěním těchto žíní mokrými rukama. Většinou hrají dva. Jeden drží džbán, druhý tahá.

S dětmi si popovídáme o tom, odkud fanfrnoch pochází, k čemu sloužil, jak se jim jeho zvuk líbí a co jim připomíná, představíme jeho části a pustíme ukázkou zpěvu ptáka bukače, ukážeme obrázek (viz odkaz na zpěv ptáka).



Seznámení s úkolem (výrobou nástroje):

- Upevníme koňské žíně na připravený kousek větvičky nebo větší knoflík a PEVNĚ zavážeme provázkem. Je možné tento krok dětem předpřipravit nebo alespoň pomoci s pevným zavázáním, aby později nedocházelo k vysmekávání žíní.
- Doprostřed kusu kůže vytvoříme pomocí kladiva a kovové raznice malý otvor. Je možné jej vytvořit klasickou kancelářskou děrovačkou.
- Protáhneme volné konce žíní otvorem tak, aby žíně vyčuhovaly na líci kůže, tj. na straně, která bude na fanfrnochu venkovní.
- Kůži i s žíněmi položíme na otvor džbánu tak, aby žíně visely směrem ven a knoflík/kolíček dovnitř.
- Pomocí provázku upevníme kůži za hrdlo džbánu. Kůže musí být opravdu pevně přivázaná a napnutá. Toto je pro děti nejtěžší část – je třeba zvážit, jestli jsou děti schopny uvázat provázek pevně. Při tomto kroku je třeba dvou lidí – jeden přidržuje kůži/koženku na nádobě tak, aby byla napjatá, druhý váže provázek. Je dobré první smyčku provést dle obrázku a pak konce rozdělit každý na jednu stranu a vázat dál – oba konce omotávat kolem nádoby jiným směrem (viz obrázek, pohled na nádobu shora).



Pořádně utáhneme provázek okolo hrdla džbánu a odstříhneme přebytečnou kůži/koženku.

2. hodina

Forma

Pokračujeme s výrobou fanfrnoch (dokončování). Děti budou mít k dispozici různé velikosti terakotových květináčů, abychom získali širší rejstřík zvuků. Čím větší nádoba, tím hlubší zvuk vznikne. Nakonec si na vyrobené nástroje zahrajeme a zkusíme doprovodit jednoduché písně (vč. písně Fanfrnoch).

Metody

- Dovednostně-praktická metoda – hraní na hudební nástroje, dramatizace.

Pomůcky

- Džbány nebo terakotové květináče různých velikostí, kůže, velké podlouhlé knoflíky s širokými dírkami nebo 5–10 cm velké kolíčky (pevné klacíky apod.), kladivo a raznice/kancelářská děrovačka, tvrdá podložka (nemusí být, pokud použijeme děrovačku), provázky, koňské žíně, nůžky, misky s obyčejnou vodou z kohoutku. Zvláště velkou pozornost věnujeme výběru provázek, které musí být opravdu pevné, aby se netrhaly. Nám se osvědčily provázky řeznické, které se běžně používají na svázání tlačenkového střeva (nekloužou, uzel drží lépe než na běžném provázku a je pevný).

Podrobně rozpracovaný obsah:

Pokračujeme v předešlé hodině. Po dokončení výroby fanfrnochů si sedneme do kruhu a předvedeme jednotlivé nástroje (prezentace). Naučíme děti hrát, aby se jim podařilo vyloudit správný zvuk. Zkoušíme různou sílu držení žíní, různou rychlost tahání.

Doprovodíme rytmicky zpěv jednoduchých lidových písní a koled.

Naučíme děti píseň Fanfrnoch

Závěr: Zkusíme dramatizovat novoroční koledování s fanfrnoch. Na internetu jsou k dispozici nahrávky novoročního koledování. Do koledy Fanfrnoch můžeme zkusit zakomponovat různé dětské říkanky, mnohdy je to legrace.

Zhodnotíme postup výroby fanfrnoch a zda se dětem práce povedla a jsou s ní spokojeni.

3.3 Metodický blok č. 3 Tradice

Tento blok je zaměřený na vánoční a velikonoční tematiku. Jde o propojení hry na hudební nástroje se zpěvem. Využijeme tradiční koledu a lidovou píseň.



3.3.1 Vánoce

1. hodina

Přivítání, rozbubnovací rozcvička, opakování rytmu Krok. Učíme se koledu Na Vánoce dlouhý noce a po upevnění textu první sloky přidáme rytmus **Krok**.

Cíle dvouhodinové lekce

- upevňování techniky hry na djembe a ostatní nástroje
- vstřebání metra pomocí rytmické rozcvičky
- propojení zpěvu a rytmu
- názvosloví
- porozumění a kulturní rozvíjení našich tradic
- rozvíjení fantazie a tvořivosti
- sebevyjádření a formulování prožitku

Forma

- hromadná – žáci i s učitelem sedí v kruhu

Klíčové kompetence

- komunikace v mateřském jazyce – rytmus pomáhá s rytmiací slov, při čtení automatizuje nádechy a čtení. Při hře na djembe vstřebávají děti rytmus a s ním i metrum.
- sociální – spoluvytváření pravidel v týmu; bubnování v kruhu – zapojení do skupiny
- kulturní povědomí a vyjádření – uvědomění si tradic

Metody

- předvádění a pozorování – žáci pozorují a poslouchají hru na djembe
- instruktáž – učí se základům techniky hry na djembe
- napodobování – děti napodobují postavení rukou na djembe, napodobují melodii koledy
- slovní – dialog o významu a historii Vánoc
- praktické – hraní na hudební nástroje

Pomůcky

Djembe, dřívka, zvonkohry, metalofon

Podrobně rozpracovaný obsah:

- přivítání
- 10 minut, bubnovací rozcvička
- 5 minut, rytmus **Krok**

Zopakujeme s dětmi rytmus **Krok**.





Podívejte se na video <https://youtu.be/ArwZTt5oTU0>

- 10 minut, nácvik koledy Na Vánoce dlouhý noce



Podívejte se na video <https://www.YouTube.com/watch?v=I3g0- ISup4>

koleda viz Příloha 3.3.1.

Tato koleda se učí většinou snadno, je melodická a má výrazný rytmus. Stačí, pokud budou děti bezpečně umět první sloku.

- 5 minut, **zapojení dřívka** do koledy

Dětem při nácviku nové písně pomáhá, když píseň rytmicky podpoříme například hrou na ozvučná dřívka. Na refrén hej, hej, koleda, hej koleda, koleda, vyťukávají dřívka rytmus. Pokud je dřívka málo, mohou děti tleskat nebo hrát rytmus na djembe. V této části se děti naučí koledu celou.

- 10 minut, doprovod koledy na djembe a dřívka

Děti zpívají koledu a učitel hraje rytmus **Krok**. Postupně se děti zapojují s hrou na djembe (rytmus **Krok**) do koledy.

Děti rozdělíme na 2 skupiny, na hráče na djembe a hráče na dřívka. Zpíváme koledu s celým rytmickým doprovodem. Jeden učitel hraje se skupinou na djembe, druhý učitel se skupinou na dřívka.

2. hodina

V druhé hodině učíme děti doprovod na zvonkohry a metalofon a hrajeme koledu na všechny nástroje.

Forma

- hromadná – žáci i s učitelem sedí v kruhu

Klíčové kompetence

- komunikace v mateřském jazyce – rytmus pomáhá s rytmiizací slov, při čtení automatizuje nádechy a čtení; při hře na djembe vstřebávají děti rytmus a s ním i metrum
- sociální – spoluvytváření pravidel v týmu; bubnování v kruhu – zapojení do skupiny
- kulturní povědomí a vyjádření – uvědomění si tradic

Metody

- předvádění a pozorování – žáci pozorují a poslouchají hru na djembe
- instruktáž – učí se techniku hry na djembe
- napodobování – děti napodobují postavení rukou na djembe, napodobují melodii koledy
- slovní – dialog o významu a historii Vánoc
- praktické – hraní na hudební nástroje



Pomůcky

Djembe, dřívka, zvonkohry, metalofon

Podrobně rozpracovaný obsah:

- 10 minut, hra na zvonkohry

koleda viz Příloha 3.3.1.

Děti postupně učíme hru na zvonkohry. V další části průběhu hodiny jsou děti rozděleny do 2 skupin. První skupina zpívá a druhá skupina dětí hraje na zvonkohry, skupiny prohodíme.

- 5–10 minut, hra na metalofon

Děti postupně učíme hru na metalofon. Protože je metalofon pouze jeden, ostatní děti se učí tento part na zvonkohry.

- 5–10 minut, propojení zvonkoher a metalofonu

V této části hodiny rozdělíme děti na dvě skupiny, jedna hraje na zvonkohry svůj part a další skupina hraje part metalofonu. Skupiny mezi sebou střídáme.

- 10 minut, koleda Na Vánoce dlouhý noce s celou instrumentací a zpěvem

Na závěr spojíme hru na všechny nástroje dohromady. Je vhodné děti střídat ve hře na různé nástroje.

- 5 minut, závěrečná reflexe

Pracovní list viz Příloha 3.3.2.

Děti vybarví první baňku podle toho, jak se jim dařilo. Druhou, zda se něco nového naučily nebo dozvěděly a třetí, jak se jim dnešní lekce líbila.

Baňka je rozdělená na 4/4.

- Celá baňka vybarvená – dařilo se mi úplně
- Je vybarvená ze 3/4 – téměř se mi dařilo
- Je vybarvená z 1/2 – dařilo se mi napůl
- Je vybarvená z 1/4 – moc se mi nedařilo, dařilo se mi trochu
- Není vybarvená – vůbec se mi nedařilo

Hodnocení vychází ze základů sebehodnocení. Dítě si samo uvědomuje svůj úspěch, svoje schopnosti a nově nabyté dovednosti.



3.3.2 Jaro, Velikonoce

1. hodina

Přivítání, bubnovací rozcvička, nový rytmus **Šlape to**. Jde o střídání pravé a levé ruky, kde se střídá bas s výškovým úderem. Rytmus potřebuje trochu cviku, proto je nutné opakování v rozcvičkách. Učíme děti osmidobý rytmus, postupujeme od basových úderů přes středové k výškovým a nazpět. V závěru hodiny se učíme píseň Vrby se nám zelenají.

Cíle dvouhodinové lekce

- upevňování techniky hry na djembe a ostatní nástroje
- vstřebání metra pomocí rytmické rozcvičky
- propojení zpěvu a rytmu
- názvosloví
- porozumění a kulturní rozvíjení našich tradic
- rozvíjení fantazie a tvořivosti
- sebevyjádření a formulování prožitku

Forma

- hromadná – žáci pracují i s učitelem v kruhu současně

Metody

- předvádění a pozorování – žáci pozorují a poslouchají hru na djembe
- instruktáž – učí se techniku hry na djembe
- napodobování – děti napodobují postavení rukou

Klíčové kompetence

- komunikace v mateřském jazyce – rytmus pomáhá s rytmiizací slov, při čtení automatizuje nádechy a čtení. Při hře na djembe vstřebávají děti rytmus a s ním i metrum; rytmus **Rozhovor** podporuje verbální a nonverbální komunikaci (otázka – odpověď)
- sociální – spoluvytváření pravidel v týmu; bubnování v kruhu – zapojení do skupiny
- kulturní povědomí a vyjádření – uvědomění si tradic
- je potřeba si hlídat čas a mít nachystané video ukázky

Pomůcky

- djembe

Podrobně rozpracovaný obsah:

- přivítání v kruhu
- 10 minut, bubnovací rozcvička s novým rytmem „Šlape to“

Nový rytmus se učí v rámci rozcvičky, kdy střídáte pouze výškové (popř. středové) údery. Pak levou zahrajete bas a k tomu 3 výškové údery. **Tum, ta, ta, ta**





Podívejte se na video <https://youtu.be/JLOZO2pGvfo>

Přidáte bas i pravou rukou: **tum, ta, tum, ta** – rytmus musí „šlapat“ a střídat pravidelně pravou a levou ruku.



Podívejte se na video <https://youtu.be/Dk5XW1hCqDU>

- 5 minut, dramatizace rytmu Vlák
- 10 minut, osmidobý rytmus

Hraje se 2x bas, 2x středový úder, 2x výškový, 2x středový a opět 2x basový. Ruce se pravidelně střídají pravá, levá: **tum, tum, ty, ty, ta, ta, ty, ty**



Podívejte se na video <https://youtu.be/AxjJDWKnmd4>

- 10 minut, nácvik písně Vrby se nám zelenají (noty viz Příloha 3.3.2.)

Osvědčilo se mi píseň hned propojit s pohybem.

Děti stojí a při slovech **na dvě strany prokvétají**, vzpaží a spojí ruce nad hlavu, jako koruna vrby a otáčí se na jednu stranu a na druhou. Při slovech **radujme se** (poskok a 2x tlesknout do rytmu), **veselme se** (poskok a 2x tlesknout do rytmu). Opakujeme, dokud se to všichni nenaučí.

- 10 minut, propojení osmidobého rytmu s písní

Děti zpívají a učitel hraje osmidobý rytmus. Postupně se děti připojují s novým rytmem do písně.

Rozdělíme děti na dvě skupiny, jedna hraje na djembe, druhá zpívá a pohybově ztvárňuje. Pak vystřídáme.

2. hodina

Zpěv písně Vrby se nám zelenají, který doprovázíme pohybem. Postupně ke zpěvu přidáváme hru na zvonkohru, metalofon a djembe.

Forma

- hromadná – žáci pracují i s učitelem v kruhu současně
- skupinová – děti pracují v rámci skupiny podle nástroje

Metody

- předvádění a pozorování – žáci pozorují a poslouchají hru na djembe
- instruktáž – učí se techniku hry na djembe
- napodobování – děti napodobují postavení rukou
- praktické – hra na nástroje



Klíčové kompetence

- komunikace v mateřském jazyce – rytmus pomáhá s rytmiizací slov, při čtení automatizuje nádechy a čtení. Při hře na djembe vstřebávají děti rytmus a s ním i metrum; rytmus **Rozhovor** podporuje verbální a neverbální komunikaci (otázka – odpověď)
- sociální – spoluvytváření pravidel v týmu; bubnování v kruhu – zapojení do skupiny
- kulturní povědomí a vyjádření – uvědomění si tradic

Pomůcky

djembe, zvonkohry, metalofon, noty, podložky, polštáře

Podrobně rozpracovaný obsah:

- 10 minut, hra na zvonkohry

noty viz Příloha 3.3.2.

Nacvičíme s dětmi zvonkohru, spíš to budou opakovat po nás, než aby to vyčetly samy z not. Při nácvičce můžeme používat i zjednodušené postupy. Po čase propojíme se zpěvem.

- 5 minut, hra na metalofon
- 5–10 minut, propojení zvonkoher a metalofonu

V této části procvičujeme zpěv, zvonkohry a metalofon dohromady.

- 5 minut, přidání hry na djembe

Píseň i s instrumentací máme hotovou, jen budeme střídát hráčské skupiny. Druhý učitel hráčsky podporuje celou instrumentaci, je vždy se skupinou, kde by mohly být obtíže.

- 10 minut, pasivní relaxace

Učitel hraje na své 3 vybrané nástroje.

Děti si lehnou na podložky, mohou si vzít polštáře. Zavřou oči a snaží se zaposlouchat do tónů, rytmů a melodií nástrojů.

Druhý učitel by měl na starosti průběh prožitkové hudební výchovy, aby se děti nerušily a naučily se zaposlouchat a uvolnit se.

- 5 minut, závěrečná reflexe

Reflexe je důležitou součástí hodiny – zpětná vazba od účastníků: jak se jim pracovalo, jakou si odnáší zkušenost, dovednost, co pro ně bylo nové, neočekávané, obtížné apod.

Každé dítě se vyjádří k závěrečné prožitkové hudební produkci, jaké v něm hudba vyvolala pocity a představy (zda něco ve svých představách vidělo, cítilo...).



3.4 Metodický blok č. 4 Workshopy

Proč jsou v programu workshopy?

Workshop je intenzivní hudebně zážitkový proces pod vedením zkušeného externího lektora s praxí. Aby bylo dosaženo co nejvyššího působení a účinku na všechny účastníky, byly zvoleny 2 workshopy po 3 hodinách.

Účastníci (děti, pedagogové) se na workshopu seznámí se základy muzikoterapeutického bubnování na šamanský buben a perkuse se současným volným, intuitivním zpěvem. Cílem je naučit účastníky základům dynamické relaxace, pochopení principů relaxace jako takové (hlavně pro pedagogy a asistenty) a jejího celkového zdravotního prospěchu.

Během workshopu se využívají **perkuse** – nejrůznější hrkadla, štěrchadla, drhla, klepadla, dřevěné i kovové pláty ve stojanu, zavěšené kovové tyčinky a trojúhelníky, kovové zvonce, činelky, misky, gongy, pánvičky a roztodivné kovové nádoby, trubkové zvony, kovové barely s vykováním dnem. Dále se využívají nástroje zvukomalebné, tak zvané **idiofony** – samoznějící, sem patří zvláště gongy a tibetské misky i zvonce. Velkou rodinu tvoří nástroje rotační – frčák, bzučák, včela, ptáček napodobující ptačí a zvířecí zvuky. Vydávají zvuk, pokud se s nimi točí ve vzduchu. Nástroje s tykví používané národy, které tykvoité rostliny hojně pěstují, opletené provázky s korálky, hromozvuky, kovové řetízky na bubínku, kterým se rytmicky otáčí, sušené plody rostlin, uvnitř kterých jsou semena, jenž štěrchají a mnohé další roztodivné nástroje z celého světa. Důležitý je fakt, že jsou vyrobené z přírodních materiálů a ručně lidmi, kteří je používají roky, století a tisíciletí, a mají přirozený zvuk a ladění.

Workshop s externím lektorem má vždy tyto části:

- aktivní část – aktivní zapojení všech účastníků s využitím nástrojů, zpěvu a někdy i pohybu
- prožitková část – se odvíjí jak při aktivních částech, tak i při pasivních krátkých relaxacích. Při pasivních krátkých relaxacích učitel, lektor hraje a zpívá na vybrané hudební nástroje a děti zaujímají pasivní recipientskou roli. V klidu leží, sedí a vnímají, poslouchají. Tyto zklidňující pasáže patří neodmyslitelně k celému mnohohrstevnatému procesu Bubnohraní.
- zpětná vazba od dětí – je velmi důležitá pro další průběh celého workshopu. Podle reakcí dětí lektor upravuje další vývoj workshopu.

Podrobnější popis metodiky a průběhu workshopů je v kapitole 5 Příloha č. 2.

3.4.1 Workshop 1

Workshopy doplňují celý tento program o neformální vzdělávání, které zaštiťuje odborník na zážitkovou hudbu. Je důležité, aby učitel znal práci externího lektora a mohl děti připravit na tuto činnost. Během workshopu si děti osvojují nové dovednosti a prohlubují a zkvalitňují své hudební prožitky. Učitel i druhý lektor je vždy na workshopu přítomen.



Cíle workshopu

- upevňování techniky hry na djembe a ostatní nástroje
- vstřebání metra pomocí rytmické rozcvičky
- propojení zpěvu a rytmu
- názvosloví nových nástrojů
- rozvíjení fantazie a tvořivosti
- sebevyjádření a formulování prožitku

Forma

- hromadná – žáci pracují i s externím lektorem v kruhu současně
- skupinová – děti pracují v rámci skupiny podle nástroje

Metody

- předvádění a pozorování – žáci pozorují a poslouchají hru na djembe a další nástroje
- instruktáž – učí se techniku hry na djembe, šamanský buben a další nástroje
- napodobování – děti napodobují postavení rukou, napodobují hru na šamanský buben
- praktické – hra na nástroje

Klíčové kompetence

- komunikace v mateřském jazyce – rytmus pomáhá s rytmiizací slov, při čtení automatizuje nádechy a čtení. Při hře na djembe vstřebávají děti rytmus a s ním i metrum
- sociální – posilování spolupráce v týmu; bubnování v kruhu – zapojení do skupiny
- kulturní povědomí a vyjádření – uvědomění si tradic

Doporučení

- připravit děti na to, co je bude na workshopu čekat
- je vhodné i dopředu představit (výkladem, videoukázkou) externího lektora

Pomůcky

djembe, šamanské bubny, další muzikoterapeutické nástroje, viz úvod, podložky, polštáře

Podrobně rozpracovaný obsah:

Zde je natočený workshop s externím lektorem PaedDr. Lubomírem Holzerem:



Podívejte se na video ([práce externího lektora s dětmi](#))

Osvědčilo se mi, že jsme vždy s druhým učitelem seděli mezi dětmi a vždy se aktivně účastnili programu, tzn., že jsme dělali všechny aktivity, které dělaly i děti. Díky tomu se děti cítily více v bezpečném prostředí a pomohlo jim to v úspěšném konání. Pokud se vyskytl nějaký problém, například nějaká aktivita byla příliš lehká (nebo těžká), tak jsme externího lektora upozornili.



- přivítání v kruhu
- 10 minut, bubnovací **rozcvička**

Připomenutí pravidla hry na tento hudební nástroj, tj. přesný postoj rukou a hra ve stejném rytmu a metru podle vzoru lektora. Nápodoba práce rukou.

- 10 minut, závěrečná reflexe

Reflexe je důležitou součástí hodiny – zpětná vazba od účastníků: jak se jim pracovalo, jakou si odnáší zkušenost, dovednost, co pro ně bylo nové, neočekávané, obtížné apod.

Každé dítě se vyjádří k závěrečné prožitkové hudební produkci, jaké v něm hudba vyvolala pocity a představy (zda něco ve svých představách vidělo, cítilo...).

3.4.2 Workshop 2

Workshop 2 navazuje na workshop 1. Děti si upevňují své hudební dovednosti a schopnosti.

Cíle workshopu

- upevňování techniky hry na djembe a ostatní nástroje
- vstřebání metra pomocí rytmické rozcvičky
- propojení zpěvu a rytmu
- názvosloví nových nástrojů
- rozvíjení fantazie a tvořivosti
- sebevyjádření a formulování prožitku

Forma

- hromadná – žáci pracují i s externím lektorem v kruhu současně
- skupinová – děti pracují v rámci skupiny podle nástroje

Metody

- předvádění a pozorování – žáci pozorují a poslouchají hru na djembe a další nástroje
- instruktáž – učí se techniku hry na djembe a šamanský buben
- napodobování – děti napodobují postavení rukou, napodobují hru na šamanský buben
- praktické – hra na nástroje

Klíčové kompetence

- komunikace v mateřském jazyce – rytmus pomáhá s rytmiizací slov, při čtení automatizuje nádechy a čtení. Při hře na djembe vstřebávají děti rytmus a s ním i metrum
- sociální – posilování spolupráce v týmu; bubnování v kruhu – zapojení do skupiny
- kulturní povědomí a vyjádření – uvědomění si tradic

Pomůcky

djembe, šamanské bubny, další muzikoterapeutické nástroje, podložky, polštáře



Podrobně rozpracovaný obsah:



Podívejte se na video ([práce externího lektora s dětmi](#))

- 10 minut, závěrečná reflexe

Reflexe je důležitou součástí hodiny – zpětná vazba od účastníků: jak se jim pracovalo, jakou si odnáší zkušenost, dovednost, co pro ně bylo nové, neočekávané, obtížné apod.

Každé dítě se vyjádří k závěrečné prožitkové hudební produkci, jaké v něm hudba vyvolala pocity a představy (zda něco ve svých představách vidělo, cítilo...).

3.5 Metodický blok č. 5 Závěrečný koncert

S žáky je potřeba se na koncert připravit. Vycházíme z toho, co se žákům líbí, co rádi hrají. Každé dítě píše na lístek skladby, které by rádo na koncertě hrálo. Z těchto návrhů vytvoříme program. Skladby, které jsou vybrány, si procvičujeme. Pak následuje koncert.

Závěrečný koncert se koná za účasti rodičů. Žáci zde prezentují své nabyté dovednosti a schopnosti, které získaly během programu Bubnohraní.

Cíle koncertu

- propojení zpěvu a rytmu
- předvedení a aplikace nabytých dovedností

Forma

- hromadná – žáci pracují i s učitelem i druhým lektorem v kruhu současně
- skupinová – děti pracují v rámci skupiny podle nástroje

Metody

- předvádění a pozorování – žáci předvádí hru na djembe a další nástroje
- napodobování – děti napodobují postavení rukou
- praktické – hra na nástroje a zpěv

Klíčové kompetence

- komunikace v mateřském jazyce – rytmus pomáhá s rytmiizací slov, při čtení automatizuje nádechy a čtení. Při hře na djembe vstřebávají děti rytmus a s ním i metrum
- sociální – posilování spolupráce v týmu; bubnování v kruhu – zapojení do skupiny



Doporučení

- s dětmi na začátku nacvičovací hodiny krátce zopakujeme (stačí slovně), co jsme se všechno naučili za skladby během celého programu Bubnohraní, abychom si všichni oživilí paměť
- je vhodné s dětmi koncert dopředu nazkoušet
- koncert zřejmě bude uvádět jeden z učitelů (mohou i děti)

Pomůcky

djembe, zvonkohry, metalofon, další muzikoterapeutické nástroje

Podrobně rozpracovaný obsah:

- 20–30 minut, koncert

Osvědčilo se mi, tu první nácvičovou část, mít v jiný den, než je koncert. Program by neměl být dlouhý, stačí 20–30 minut. Konečnou podobu programu by měl doladit učitel, protože nejlépe posoudí, které skladby vyzní nejlépe.

Závěrečná reflexe u této lekce neprobíhá, protože by narušila slavnostní atmosféru koncertu.



4 Příloha č. 1 – Soubor materiálů pro realizaci programu

3.1.1 Hra na djembe

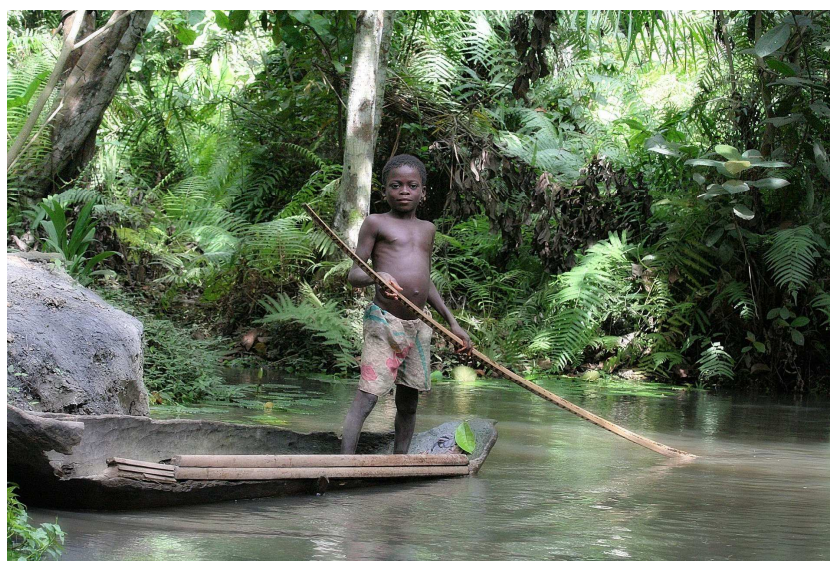
Afrika – Mali



Evropa – Norsko



Afrika – Mali



Evropa – Norsko



3.1.3 Zvonkohraní

3.1.3. Téma č. 3. Zvonkohraní

DŮ VALAŠI, DŮ

Lidová píseň
z Moravy

Mírně

1. Dů va - la - ši, dů, ho - re dě - di -
2. Dů va - la - ši, dů, ho - re dě - di -

nů, je - den ne - so pep - řek, dru - hý ve - ze čes - nek,
nů, je - den ne - se jiš - ku, dru - hý čer - ta v miš - ku,

tře - tí ci - bu - lu, tře - tí ci - bu - lu.
tře - tí ci - bu - lu, tře - tí ci - bu - lu.

valach = pastýř

xv



Sebehodnocení

Podle toho, jak se ti dnes dařilo, vybarvi políčka (maximum je 6):

--	--	--	--	--	--

Zvonkohraní se mi líbilo:

--	--	--	--	--	--



3.1.7 Aina a Zeka

MASSA MASSA

ó - a ú - e,

í - va - ty - ka tum - ba,

mas - sa, mas - sa, mas - sa.

Při učení se tohoto popěvku můžeme využít ozvěny. To znamená, že jej rozdělíme na 3 části (1.: Óa úe, 2.: Íva tyka tumba, 3.: Massa, massa, massa). Vždy jednu část předzpívá učitel, děti opakují. Následně druhou část zaspívá učitel, děti opakují. Další část zaspívá učitel, děti opakují.



Dim parara dim pá

Dim pa-ra-ra-ra dim-pá, dim pa-ra-ra-ra dim-pá, u-pa u-pa u-pa u-pá,

u-pa u-pa u-pa u-pá. kil-fu-ma - tó-ri. Ki-ri laj laj laj ki-ri laj laj

laj ki-ri la-pi-pa-po - pe-pi-pe. Ki-ri pe-pi pe. šš šš húúú

Text písně Fanfr, fanfr, fanfrnoch:

1. Fanfr, fanfr, fanfrnoch, nastává nám novej rok.

Novej rok nám nastává, koledy se nandává, /: hou hou haleluja:/.

2. Buku, buku, buku, otevřete ruku,

Koledy nám dejte, nic se nám nesmějte, /: hou hou haleluja:/.

3. Mlynář mele mouku v tom bílým klobouku,

Mlynářka zas krupici v té ušaté čepici, /: hou hou haleluja:/.

3.1.8 Pohádka o dvou princích bratrech

Pohádka o dvou princích bratrech

Kdysi bylo malé království (zvuk vypravěči). V tom království žil moudrý král (zvuk král) se svou krásnou ženou, královnou (zvuk královna). Měli dva syny. První, princ Drsoň (zvuk), byl silný, všem uměl zlostně pohrozit tak, že se ho báli (zvuk vypravěči). Byl pověstný tím, že je lepší se mu vyhnout, protože když se mu něco nelíbilo, udělil každému nějaký trest (zvuk vypravěči). Mladší princ Jasoň (zvuk prince Jasoně) v síle vůbec nevynikal. Kdyby měl bojovat se zlým drakem, třeba Smrtihlavem (zvuk Smrtihlava), nikdy by ho neporazil. Jenže princ Jasoň (zvuk prince Jasoně) měl jinou zbraň – měl svou hlavu (zvuk vypravěči). Asi si říkáte, že není možné bojovat hlavou, ale je to tak. Princ Jasoň (zvuk prince



Jasoně), na rozdíl od svého bratra, prince Drsoně (zvuk prince Drsoně) totiž vždycky poslouchal, co říkají ostatní – třeba moudré babičky (zvuk babičky) - a tak se mnohým věcem přiučil.

Jednoho dne, zrovna, když se princ Jasoň, Drsoň, královna a král procházeli zahradou, potkali moudrou babičku. Pozdravili se s ní a chtěli se s ní dát do řeči, ale zrovna přijel královský posel, který přinesl králi zprávu. Král a královna četli a princ Jasoň, Drsoň i babička poslouchali: „Naše princezna, krásná Dobromila, se ocitla v zajetí strašného draka Smrtihlava. Kdo ji z tohoto zajetí vysvobodí a zbaví naše království draka Smrtihlava, dostane princeznu Dobromilu za manželku.“

Král, královna, princ Jasoň, princ Drsoň ani babička nevěřili svým uším. Princezna Dobromila a v zajetí draka Smrtihlava? Princi Drsoni, to bude úkol hodný tebe, řekl si princ Drsoň. Princ Jasoň jen mlčel. Nechtěl se vyhnout úkolu, jen přemýšlel, jak by princeznu Dobromilu ze spárů strašného draka Smrtihlava vysvobodil. Ale král řekl: Pojedete oba dva. Královna dala králi za pravdu. Musí jet i Jasoň, i Drsoň. Drsoň je odvážný, ale Jasoň zase rozvážný.

Hned druhý den se oba princové vydali na cestu do vedlejšího království. Vyjeli spolu, ale Drsoň se nemohl dočkat souboje s drakem, následné slávy, a hlavně princezny Dobromily. Proto pobídl koně a bratra předjel, aby byl u draka Smrtihlava jako první. Kdyby to jen král a královna tušili!

Ještěže měl Jasoň oči otevřené! V chaloupce u lesa uviděl známou moudrou babičku. „Babičko! Babičko!“, volal na ni. Ale babička ho neslyšela. Proto zavolal ještě jednou, nahlas: „Babičko! To jsem já, princ Jasoň, přece se známe!“ Babička prince Jasoně hned poznala. Za to, že ji princ tak pěkně pozdravil a choval se k ní hezky, mu babička dala dar ze všech nejceněnější: radu. „Princi Jasoni, poradím ti, jak vyvrát nad drakem Smrtihlavem. Je silný a pokud mu tvůj bratr, princ Drsoň, usekne jednu hlavu, hned mu vedle naroste jiná. Mečem ho nelze přemoci, ale chytrostí by to možná šlo. Drak je totiž velmi lechtivý. Dál už je to na tobě, princ Jasoni“, řekla babička a odmlčela se. Princ Jasoň jí poděkoval a s myšlenkami na svého bratra, krále, královnu, princeznu, draka i babičku nasedl na koně a jel bojovat po svém.

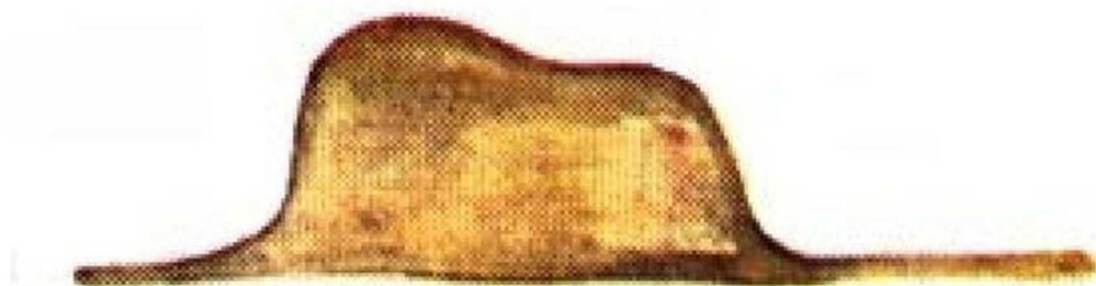
Cesta, po které princ Jasoň jel, končila u vysoké skály a na jejím samotném vrcholku bylo hnízdo draka Smrtihlava. Když to viděl, poznal, že nemá sílu na to, aby Smrtihlava přemohl silou. Přesně tak, jak mu to babička napověděla. Dokonce měl strach. Co když spadne? A co jestli ho drak Smrtihlav shodí dolů z vysoké skály? Co když se mu nepodaří zachránit princeznu Dobromilu? Napadlo ho také, že možná jeho bratr Smrtihlava již přemohl, Jasoň jde pozdě. Řekl si ale, že to alespoň zkusí. Musel šplhat vysoko na skálu. Když k drakovi Smrtihlavovi dorazil, měl už jeho bratr namále. Princ Drsoň vyzval draka na souboj, a tak začala nekonečná bitva. Usekl mu hlavu a ta mu znova narostla. „Děkuji ti, babičko milá“, vzpomněl si Jasoň s vděčností. Princi Drsoňovi už docházely síly, i když byl silný a statný. Sám na Smrtihlava nestačil. Už už hrozilo, že Smrtihlav udolá Jasoňova bratra k smrti. Když tu vyskočí z trní princ Jasoň. Holou rukou lechtá draka na zádech. Smrtihlav je tak překvapený a skutečně tak lechtivý, že se válí ze strany na stranu. Směje se tak, že zapomíná, kde je, a řítí se z vysokého útesu dolů. „Hurá!“, volá princ Jasoň. Princ Drsoň jenom unaven odpočíval. Tu vyběhla překvapená princezna Dobromila. Celou dobu držela Jasoňovi i Drsoňovi pěsti. Děkovala princům, že ji zachránili. „To je bratrova práce“, řekl princ Drsoň a musel uznat, že silou se všechno vyřešit nedá.



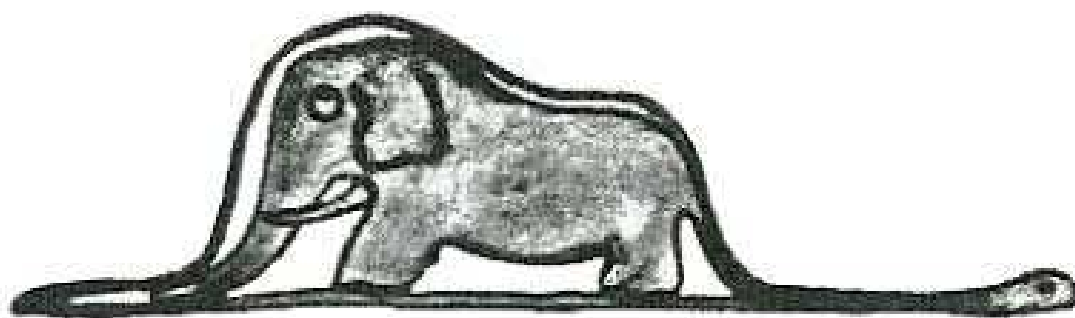
A byla svatba. Princ Jasoň s princeznou Dobromilou byli moc šťastní. Král a královna jim přáli mnoho štěstí. Princ Drsoň na svatbě skoro nepobyl. Kde myslíte, že byl? No přece v královské knihovně! Našel tam totiž knihu o krvelačných dracích. Četl a četl. A nakonec z něj byl také moudrý člověk. Dobromila a Jasoň pozvali na svatbu i moudrou babičku. A co drak? O tom už nikdy nikdo neslyšel.

3.1.9 Malý princ

Hroznýš, jak zažívá slona – kresba z knihy Malý princ:



Kresba č. 2 pro vysvětlení dospělým – kresba z knihy Malý princ:



Kartičky s názvy planet:

PLANETA STALAGMITŮ

PLOCHÁ PLANETA

PLANETA MLHY

BAHNITÁ PLANETA

HORKÁ PLANETA

DEŠTIVÁ PLANETA



3.1.10 Živly

Kartičky s náladami:

BOJÁCNĚ	VÁŽNĚ
HRAVĚ	HLADOVĚ
VESELE	ZAMILOVANĚ
SMUTNĚ	OSPALE
LEHCE	UVOLNĚNĚ
LICHOTIVĚ	



3.2. Výroba hudebních nástrojů

3.3 Metodický blok č. 3 Tradice

3.3.1 Vánoce

Na Vánoce dlůhé noce

3. A my vše - ci pod pe - ři - nú, Mi - ku - láš aj s Ka - te - ři - nú.

13 R: Hej, hej, ko - le - da, hej, ko - le - da, ko - le - da.

The musical score is written on two staves. The first staff has a treble clef and a key signature of one sharp (F#). It contains four measures of music, each with a chord symbol above it: G, D, G, and D. The lyrics are '3. A my vše - ci pod pe - ři - nú, Mi - ku - láš aj s Ka - te - ři - nú.' The second staff also has a treble clef and a key signature of one sharp. It contains four measures of music, with chord symbols G, D, and G above the first three measures. The lyrics are 'R: Hej, hej, ko - le - da, hej, ko - le - da, ko - le - da.' There are triplets indicated by a '3' over the notes in the second and fourth measures of the second staff.

1. Na Vánoce dlůhé noce
Nepfeletí křepelice

3. A my všeci pod peřinů
Mikuláš aj s Kateřinů

R: [: Hej, hej, koleda
Hej, koleda, koleda :]

R.

2. Za stodolů vrána skáče
A v komůrce děvče pláče

R.

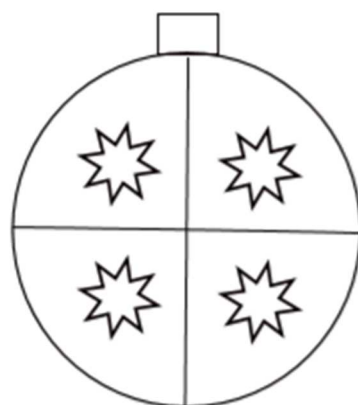
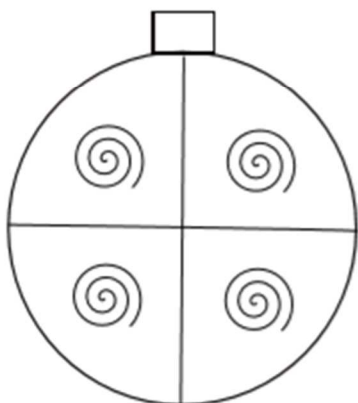
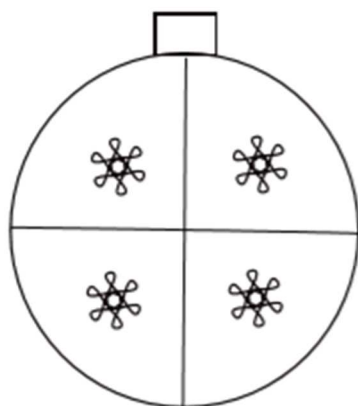
zv MET.

The musical score is written on four staves. The first two staves are for a vocal part (labeled 'zv') and the last two are for a metronome part (labeled 'MET.'). The key signature is one sharp (F#). The first staff has a treble clef and contains four measures of music. The second staff has a treble clef and contains four measures of music. The third staff has a treble clef and contains four measures of music. The fourth staff has a treble clef and contains four measures of music. The notes are mostly quarter notes and eighth notes.



3.3.1. Závěrečná reflexe – baňky

3.3.1



3.3.2. Jaro, Velikonoce

Vrby se nám zelenají

Handwritten musical score for the song "Vrby se nám zelenají". The score is written on six staves, organized into three systems of two staves each. The key signature is one flat (B-flat) and the time signature is 2/4. The first system consists of two staves. The second system is labeled "ZV." (Zpěv) and also consists of two staves. The third system is labeled "MEI." (Mezi) and also consists of two staves. The notation includes various note values (quarter, eighth, and sixteenth notes), rests, and bar lines. There are also some small handwritten markings below the notes, possibly indicating fingerings or breath marks.



Závěrečný sebehodnoticí a hodnoticí dotazník s výstupy a kompetencemi.

Program Bubnohraní 🥁	Žák (doplňuje pomocí smajlíků)	Učitel
Djembe držím správně		
Basový úder hraji		
Středový úder hraji		
Výškový úder hraji		
Rytmus Krok		
Rytmus Vlák		
Rytmus Šlape to		
Indiánský rytmus		
Rytmus Rozhovor		
Daří se mi zaposlouchat se do hudby		
Dokážu popsat moje pocity při hudebním zážitku		
Můj nejoblíbenější rytmus je		
Nejvíce se mi líbila lekce		
Myslím si, že největší pokrok z mých spolužáků udělal/a (...napíš proč?)		
Mohu se ještě zlepšit v		
Napiš alespoň 3 informace o djembe		
Chtěl/a bych vyznat realizátorům		

Žáci do svého **sloupečku** kreslí smajlíky viz tabulka níže. Lektor do svého **sloupce** také zakreslí smajlíky a může to doplnit slovním hodnocení.



Znak	Význam znaku	Popis obsahu znaku
	úplně	Dílčí výstupy uplatňuji i v nových situacích (zvládám automaticky, bez obtíží i složitější úkoly).
	osvojeno	Dílčí výstupy mám osvojeny (zvládám známé situace).
	částečně	Dílčí výstupy mám osvojeny částečně, i známé situace mi činí obtíže, potřebuji s nimi pomoci.
	ještě nezvládám	Dílčí výstupy dosud nemám osvojeny.



Odkazy na všechny rytmy

Rozcvička

<https://youtu.be/7e1KAQnJeGE>

Rozcvička – posílání rytmu (pouze výškové tóny)

<https://youtu.be/UXb7kMvEF7E>

Krok

<https://youtu.be/ArwZTt5oTU0>

Vlak

<https://youtu.be/WkNparoNRxw>

Rozhovor

<https://youtu.be/iDuxysE3KtU>

Šlapeto

<https://youtu.be/JLOZO2pGvfo>

<https://youtu.be/Dk5XW1hCqDU>

Indiánský

<https://youtu.be/vfBbFOC9MMw>

Osmidobý

<https://youtu.be/AxjJDWKnmd4>



5 Příloha č. 2 – Soubor metodických materiálů

Workshopy Bubnohraní pro žáky základní školy, první stupeň.

Použité nástroje: Bubny djembé, šamanské – rámové bubny, perkuse

- Průběh a vedení workshopu
- Metodický postup a zdůvodnění

Motto: **Rytmus je člověku vrozen tepem srdce, pulsací přírody a Vesmíru.**

Vše vibruje na společném základě.

V rámci workshopů Bubnohraní jsou využívány základní jednoduché, muzikoterapeutické postupy a techniky podle metody CMLH – Celostní muzikoterapie Lubomíra Holzera. Je nanejvýše vhodné Bubnohraní používat v rámci ŠVP pro podporu výchovně vzdělávacího procesu v celé jeho šíři, ve všech vzdělávacích předmětech a jejich rozmanitosti. Jedná se tedy o využití jednoduchých základních hudebně prožitkových technik pro velice významnou podporu celého výchovně vzdělávacího procesu. Hlavně však s výrazným prospěchem a mnoha benefity pro své žáky. Pravidelné Bubnohraní zlepšuje koncentraci, výdrž i paměť. Rozvíjí a podporuje abstraktní myšlení a tvůrčí činnosti i celkový potenciál žáků. V oblasti činnosti lidského mozku a centrální nervové soustavy probíhají na EEG měřitelné pozitivní změny. Přechod do hladiny alfa na EEG, frekvenční rozpětí 7,5 – 13,5 Hz má prokazatelně pozitivní zdravotní a celkový prospěšný vliv na lidský organizmus. Fyziologické procesy reagují synchronně. Dochází k zpomalení tepové a dechové frekvence a k relaxaci celého organismu. Pokud se nám podaří postupně dosahovat hlubší hladiny théta, frekvenční rozpětí na EEG 3,5 – 7,5, Hz, jsou účinky zmiňovaných aktivit ještě výraznější a dále se prohlubují. V celé šíři výchovně vzdělávacího procesu pozorujeme postupné zlepšování. Musíme ovšem dbát na pravidelnost a dlouhodobost využití Bubnohraní. Pedagogickým pracovníkům se tedy nabízí k použití nový nástroj pro zlepšování kvality výchovně vzdělávacího procesu. Bereme v úvahu i růstový potenciál atraktivity základní školy pro všechny žáky bez rozdílu sociálního či zdravotního zařazení a typu.

Bubnovat a hrát na perkuse se může naučit každý. Podle dvaceti pěti lety používané osvědčené metodiky Lubomíra Holzera se naučí bubnovat a zpívat každý. Pravidelné bubnování má prokazatelný muzikoterapeutický účinek. Posiluje imunitu a celkové zdraví. Zvyšuje tvorbu NK buněk – velké bílé krvinky bojující s nákazami a zhoubným bujením. Platí to ovšem pouze pro muzikoterapeutický typ bubnování vyučovaný L. Holzerem.

Účel a cíl workshopů Bubnohraní (historie a vývoj používání bubnů, perkusí, zpěvu a tance):

Účastníci (děti, žáci, pedagogové) workshopu Bubnohraní se seznámí se základy muzikoterapeutického bubnování na buben djembé, šamanský buben a perkuse se současným volným, intuitivním zpěvem. Cílem workshopů jsou mimo jiné prokazatelné benefity v rámci výchovně vzdělávacího procesu, který je primární, a naučit účastníky základům dynamické relaxace, pochopení principů relaxace jako takové (hlavně pro pedagogy a asistenty) a jejího celkového zdravotního prospěchu. Což se zvláště v dnešní covidové době jeví jako velice důležitý aspekt.



Určitou část bicích nástrojů, obecně nazýváme **perkuse**. Týká se to hlavně nástrojů lidových a etnických a nástrojů vytvářejících rytmické struktury, barvy a plochy. Perkuse ve zmíněném smyslu jsou nejrůznější hrkadla, šterchadla, drhla, klepadla, dřevěné i kovové pláty ve stojanu, zavěšené kovové tyčinky a trojúhelníky, kovové zvonce, činelky, mísy, gongy, pálničky a roztodivné kovové nádoby, trubkové zvony, kovové barely s vykováním dnem. Používáme s oblibou nástroje zvukomalebné tak zvané idiofony – samoznějící, sem patří zvláště gongy a tibetské mísy i zvonce. Velkou rodinu tvoří nástroje rotační – frčák, bzučák, včela, ptáček napodobující ptačí a zvířecí zvuky. Vydávají zvuk, pokud se s nimi točí ve vzduchu. Nástroje s tykví používané národy, které tykvovité rostliny hojně pěstují opletené provázky s korálky, hromozvuky, kovové řetízky na bubínku, kterým se rytmicky otáčí, sušené plody rostlin, uvnitř kterých jsou semena, jenž šterchají, a mnohé další roztodivné nástroje z celého světa. Perkusi jsou tisíce. Není možné je zde všechny vyjmenovat. Důležitý je fakt, že jsou vyrobené z přírodních materiálů a ručně lidmi, kteří je používají roky, století a tisíciletí. Ví tudíž přesně jak. Pro úplnost máme i tzv. klasické bicí nástroje, používané v klasické hudbě i v ostatních hudebních žánrech. Buben obecně patří k nejstarším hudebním nástrojům.

Lidé se od samého počátku své existence snažili prostřednictvím bubnování zajistit přízeň, pomoc a ochranu přírodních sil, Země, Vesmíru a přírodních bytostí a duchů. Žádali „bytosti z duchovního nehmotného světa“ o ochranu, pomoc, vedení a sílu a uváděli se jejich prostřednictvím do změněných, mimořádných, tranzovných a extatických stavů mysli a těla. Bubnování můžeme také chápat jako tep srdce naší Matky Země, která se snaží neustále navrátit vše do rovnováhy. Člověk je stále součástí přírody jako vše živé i anorganické. Bohužel jsme se z přírody vyčlenili a stavíme se nad ni.

Vše kolem nás i v nás bez přestání od počátku světa rytmicky pulzuje. Vše má svůj slyšitelný i neslyšný rytmus, viditelný i skrytý pulz. Rytmus je univerzálním jazykem. Jsme částčkami Vesmíru, přírody. Celý Vesmír, Země, živá i neživá příroda, vše pulzuje na společném rytmickém základě. Rytmus je komunikace. Člověk se od počátku své existence projevuje také rytmicky – bubnuje, zpívá a tančí, poskakuje, pobíhá a dělá pohyby. To jsou všechno různé formy rytmických projevů. Veškeré životní funkce a tělesné procesy jsou rovněž rytmické.

Bubny, bubnování, tanec a zpívání dokáží léčit. Zvuk, a tedy i hudba jsou energie. Léčením hudbou a zvukem se zabývá muzikoterapie. Nejzkušenějšími odborníky na tento speciální druh léčení jsou po všechny časy a na celém světě šamani. Šamani používají k léčebným úkonům bubny, chřestidla, extatický tanec a zpěv. Nechejme se inspirovat na naší cestě k pochopení bubnů, bubnování a zpívání kulturami přírodních národů. Ale také zapomenutou kulturou původních obyvatel, kteří žili ve střední Evropě – našimi praslovanskými předky, Kelty i starými Germány. Tato cesta je nám vlastní. Vydejme se za poznáním bubnů, bubnování a zpívání tak, jak to činili i naši dávní předkové. Bubnování je komunikace, komunikace beze slov. Bubnuješ-li, dorozumíváš se. Bubnováním můžeme ladit svůj organizmus, léčit a uzdravovat ho. Náš organizmus i náš život se projevuje rytmicky. Naše existence je spojená s rytmy v nás i kolem nás. Tělesné rytmy nejsou nikdy přesné podle chronometru. Různě se odchylují, zrychlují, zpomalují. Dechová a tepová frekvence se neustále mění, podle toho, co náš organismus potřebuje, v jakém režimu zrovna pracuje. Jiný rytmus máme ve spánku, jiný ráno, po jídle, odpoledne, večer, jiný při i po fyzické námaze. Naše tělesné rytmy se neustále proměňují v závislosti



na vnitřní i vnější situaci. Denní období, roční období, životní fáze, fáze slunce, měsíce a planet – všechny tyto faktory ovlivňují naši životní pulzaci. Bubnováním můžeme naše životní rytmy pozitivně ovlivňovat a ladit se i do harmonické fáze s přírodou a vesmírem.

Chci se naučit bubnovat! Říká si mnoho lidí. Co nás na bubnech a bubnování tolik přitahuje? Je to celosvětově vzrůstající obliba etnické hudby a všeho, co s tím souvisí? Nebo lidská potřeba připojovat se k vzedmuté vlně módních trendů? Či snad vnitřní touha po jiné než masové kultuře, potřeba dorozumívat se jinými průduchy, než jsou oficiální mediální kanály? Je to snad přitahování skupinou lidí, která je spojována stejnými vibracemi, stejným vnitřním rytmickým pulzem? Může to být projev volání hlasu přírody, matky Země, volání hlasu předků? Jsme možná tím vším intuitivně taženi, neviditelným lanem všudy přítomného a vším pronikajícího rytmického víření a nekončícího pulzování. Bubny, bubnování a zpívání nám pomohou k nalezení sebe sama jako součásti přírody, Země a Vesmíru. Pomohou nám k znovobjevení radosti ze hry, k radosti z dorozumívání se beze slov, ke komunikaci s ostatními bytostmi, přírodou a Vesmírem.

Lektor workshopu a bubnování PaedDr. Lubomír Holzer vás seznámí se základy muzikoterapeutického bubnování podle vlastní metody, kterou učí a praktikuje již více jak dvacet pět let v tuzemsku i v zahraničí. Muzikoterapeutické bubnování nemá žádná omezení. Roli nehraje zdravotní stav, sociální ani zdravotní zařazení člověka či jeho eventuální zdravotní diagnózy. Vše je fyziologické, harmonické a zdraví prospěšné. Muzikoterapeutické bubnování má svoje zákonitosti a principy, které jsou vytvořeny s ohledem na maximální zdravotní prospěch bubnujících. Workshopy Bubnohraní vás provází přední český muzikoterapeut PaedDr. Lubomír Holzer, autor původní muzikoterapeutické metody CMLH (Celostní muzikoterapie Lubomíra Holzera). Věnuje se muzikoterapii, bubnování a studiu šamanských kultur i naší dávné slovanské historie již více jak dvacet pět let.

Podívejme se blíže na bubny použité ve workshopech Bubnohraní.



Africké djembé „djembé“ vyrobené v ČR – pohárovitý jednohlavý buben

Djembe (čti džembe), synonyma jsou djimbe, jembe, jenbe, yembe, sanbanyi: často se setkáme s názorem, že se jedná o buben původem ze západní Afriky, z Mali. Není tomu tak ani náhodou. Tedy takzvaný buben djembé patří k tzv. „pohárovitým“ bubnům s kůží pouze na jedné straně (tzv. jednohlavý buben). Tělo bubnu je vyrobeno z afrického tropického dřeva – různých druhů mahagonu. Kůže, kterou je buben potažen, byla původně z antilop, dnes se používá především kozí kůže; na buben se natahuje pomocí kovových obručí a provazů. Na djembe se většinou hraje dlaněmi a prsty.

Nejnovější etnologické, antropologické i archeologické výzkumy z celého světa, a hlavně z území České republiky nám dávají zcela jiný nový pohled. Pohárovitý jednohlavý buben se používal ve střední Evropě již v období eneolitu (6–7 tisíc let zpět), jak nám dokládají archeologické nálezy z Prahy a z archeologické lokality Hlinsko u Lipníku nad Bečvou. Bubny zde nalezené jsou keramické, jednohlavé a pohárovité. Soudobé objevení zmíněných bubnů rovněž v jižní Americe u indiánských kmenů nám rovněž pohled na původ těchto bubnů zásadně mění. Popisované bubny se vyráběly a stále vyrábějí i u nás. Materiálem korpusu bývá jasan, bříza, lípa, topol, osika, olše a jiné dřeviny. Kůže se používá nejčastěji kozí. Mohou být ovšem i kůže z vysoké lesní zvěře (jelen, daněk, srnec) a dokonce i z divokých prasat.

Šamanské bubny vyrobené u nás.



Šamanské bubny jinak řečené též indiánské a dle konstrukce rámové patří k naší středoevropské kultuře zcela neodmyslitelně. Korpus je tvořen dřevěným kruhem z buku, jasanu apod. Na něm je nejčastěji natažená zvířecí kozí kůže či kůže lesní vysoké zvěře – jelen, daněk, srnec. V našich podmínkách na něj hrajeme jednou paličkou. Můžeme říci, že šamanský buben používají všechny kultury a národy i kmeny po celou dobu lidské existence a na celém světě bez rozdílu. Šamanský buben je nejstarší formou bubnu na světě vyrobeného člověkem z rámu, kůže – hrací blány a výpletu.

Pravidelné bubnování na šamanské bubny s volným zpěvem má celkově blahodárné účinky na lidský organizmus. Studie vedená v roce 2001 doktorem Barry Bittmanem a publikovaná s odbornou recenzí v časopise *Alternative Therapies in Health and Medicine*, prokázala, že skupinové bubnování významně posiluje imunitní systém. U jedinců, kteří pravidelně bubnují, prioritně ve skupině, se současným zpěvem, pozorujeme statisticky významné zvýšení aktivity organismu při tvorbě tzv. NK buněk (NK – natural killer – přirozený zabíječ). Výrazně se zvyšuje i jejich počet. Tyto buňky vyhledávají a ničí rakovinové buňky a viry. Jsou důležitou součástí naší imunity. Bubnování nám přináší hlubokou dynamickou relaxaci, změněné stavy vědomí při přechodu elektrické mozkové aktivity do nižších hladin (na EEG hladina alfa = 7,5 – 13,5, Hz a théta = 3,5 – 7,5 Hz). Bubnující se celkově uvolní, odpočinou od denního shonu, starostí, stresu a zbytečných neustálých myšlenek, získají energii a dobrou náladu. Jde o to přepnout, vyčistit si hlavu, opustit zbytečné přemýšlení a obavy, získat energii, chuť a elán do dalšího života. To vše můžete zažít už při prvním setkání se speciálním pedagogem, lektorem, hudebníkem a muzikoterapeutem PaedDr. Lubomírem Holzerem. Účinky se ovšem dostavují pouze při pravidelném hraní. Budeme společně hrát na bubny djembé, na šamanské bubny, perkuse a zpívat

s nimi. Dle situace můžeme se šamanskými bubny i tančit. Rytmus je člověku vrozen tepem srdce. Zpívat může každý, kdo slyší a mluví. Na setkání při Bubnohraní s vámi se těší Lubomír Holzer.

Lektor workshopu bubnování v rámci Bubnohraní

- **Jméno:** PaedDr. Lubomír Holzer
- **Kontakt:** e-mail: lubomir.holzer@seznam.cz, www.muzikoterapie.net
- **Profesní profil, praxe:** absolvent Pedagogické fakulty Univerzity Palackého Olomouc, obor: speciální pedagogika – vychovatelství.

Muzikoterapeut, speciální pedagog, lektor, odborný garant muzikoterapie a supervizor, profesionální hudebník, zpěvák, herec, loutkoherec, režisér, scénárista, skladatel, textař, libretista.

Praxe: Filozofická fakulta Univerzity Palackého v Olomouci, Institut celoživotního vzdělávání – externista, výuka muzikoterapie.

Pedagogická fakulta Univerzity Palackého v Olomouci – výuka expresivních terapií pro speciální pedagogy

Fakulta zdravotnických věd Univerzity Palackého v Olomouci – výuka speciální pedagogiky a muzikoterapie v rámci studia ergoterapie

Lektor Muzikoterapie, Ostravská univerzita v Ostravě, Pedagogická fakulta – externí lektor kurzu „Prevence syndromu vyhoření“.

Předseda Evropské Asociace Celostní Muzikoterapie – EACM a její profesní člen

Muzikoterapeutická praxe více jak dvacet pět roků (více jak 20.000 hodin přímé muzikoterapeutické práce) s klienty ze všech zdravotních, sociálních i věkových skupin (mentální postižení, autismus, ADHD – LMD, kombinované vady a smyslové postižení, psychická onemocnění, předškolní i školní věk, dospívající, studenti, dospělí, senioři, vedoucí a řídící pracovníci – prevence syndromu vyhoření, pracovníci v pomáhajících profesích, učitelé, lékaři a všichni potřební).

Zdůvodnění:

Při pravidelném a dlouhodobém praktikování bubnování dle popisované metodiky dochází prokazatelně a měřitelně ke zlepšování všech aspektů výchovně vzdělávacího procesu. Z více jak dvaceti pětileté praxe víme, že jinými způsoby je zmiňovaný efekt jen těžce dosažitelný. Navíc zde pracujeme dle principu J. A. Komenského školy hrou. Kolektivní hra a zpěv na zmíněné nástroje podporují pocit sounáležitosti dětského žákovského kolektivu a pocit bezpečí. Děti se do školy těší. Škola hrou a názornost, nápodoba rozvíjejí dětský organizmus, celé dítě harmonicky a zcela přirozeně.

Výchovně vzdělávací cíl:



Rozvoj neuromotorických dovedností a senzorického smyslového potenciálu dětí prvního stupně základní školy za účelem významné podpory zkvalitnění a zatraktivnění výchovně vzdělávacího procesu a celkové podpory **výchovně vzdělávací činnosti**. Při popisovaných činnostech dochází k harmonickému rozvoji činnosti obou mozkových hemisfér a vyvážení jejich dominancí. V praxi to znamená významný rozvoj intelektuálních schopností dětí se současnou podporou tvůrčího a abstraktního myšlení a činností s tím spojených.

Prožitková část:

Prožitková část celého procesu v této metodice popisovaného se odvíjí jak při aktivních částech, tak i při pasivních krátkých relaxacích. Při pasivních krátkých relaxacích učitel, lektor hraje a zpívá na vybrané hudební nástroje a děti zaujímají pasivní recipientskou roli. V klidu leží, sedí a vnímají, poslouchají. Tyto zklidňovací pasáže patří neodmyslitelně k celému mnohvrstevnatému procesu workshopu v Bubnohraní. Opět se jedná o výraznou podporu výsledku celé náplně popisované metodiky. Zmíněná podpora působí ve všech vrstvách a úrovních dětské osobnosti. Vyšší nervová činnost, činnost mozku, fyziologické procesy, psychika, emoce, tělesné funkce a manuální dovednosti, vše se propojuje, ladí a harmonizuje.

Praktická aktivní část

Aktivní část je naplňována a realizována dle popisované metodiky. Jedná se o Bubnohraní s použitím bubnů djembé, šamanských bubnů, perkusí a současného zpěvu. Zpěv můžeme pojmut jako tzv. volnou improvizaci nebo zpěv písní s konkrétním textem. Text je opět spjat s popisovanou metodikou a využívanými prvky Celostní muzikoterapie.

Metodika a praxe

Metodický postup – průběh workshopu bubnování vychází z mnohaleté pedagogické, speciálněpedagogické muzikoterapeutické, profesionální hudební činnosti, zkušeností a vedení bubenických i jiných kurzů v celé České republice i v zahraničí.

Při workshopu Bubnohraní je využíváno přednostně tzv. muzikoterapeutické bubnování, jež má zcela jasně a přesně definované zákonitosti, které je nutné dodržovat a respektovat. Bubnování je energeticky velice silná muzikoterapeutická technika, a proto je nezbytné vždy postupovat v souladu s jeho principy. Každý pohyb rukou je výsledkem myšlenky, zformulovaného záměru a rozhodnutí, které se projeví pohyby při hraní na buben. Zároveň je to velmi výrazný energetický impuls, lépe řečeno jsou to průběžné energetické impulzy. Na energetické úrovni se účastní všechny vyjmenované části člověka, neboť vše se odehrává celostně – holisticky. K tomu se přidává vibrace bubnu, způsobená vlivem hraní. Vibrace korpusu a blány bubnu, ze kterých vzniká zvuk bubnu a zvukové vlny, se šíří naším okolím a rovněž mají svůj vliv na naše energetické pole, energetické pole prostředí, ve kterém hrajeme, a energetická pole našich posluchačů – recipientů, uživatelů, dětí v procesu Bubnohraní, nevylučuje. Abychom fungovali v oblasti muzikoterapeutického bubnování v souladu s řečeným, je nezbytné dodržovat mnohá pravidla a požadavky, které budou po částech popsány. Tak jako má muzikoterapie



odlišné požadavky a cíle od hudby, stejnou měrou se liší hudebnické, koncertní hraní na bubny od muzikoterapeutického.

Jedním ze základních pravidel je **pravidelné střídání pravé a levé ruky během výměny úderů na buben**. Jak už jsme dříve napsali, při workshopu Bubnohraní jde o rozvoj a terapeutickou podporu pravoheemisférových činností, o vytvoření stavu jednotného mozku a o stabilizaci elektrické aktivity mozku do hladiny alfa. Procesuálně nám to umožňuje již zmíněné pravidelné střídavé hraní levou a pravou rukou, čímž zcela rytmicky aktivujeme senzorická a neuromotorická korová centra mozku. Po minimální nutné době, která je osm až deset minut hry ve stejném rytmickém modelu a tempu, se nám daří dosahovat synchronicity pravé a levé mozkové hemisféry a současně stavu, či hladiny alfa, elektrické aktivity lidského mozku, měřeno a zobrazeno na EEG. Zkušený muzikoterapeut EEG nepotřebuje, neboť alfa hladinu na sobě rozpozná zcela přesně podle určitých charakteristických energetických vjemů. Hloubka a intenzita vnímání vlastního mozku je dána osobní zkušeností, ale i momentální situací vnějších i vnitřních vlivů. Energetické vjemy vnímáme mnoha rozličnými způsoby. Cítíme zřetelný energetický vjem na obvodu hlavy. Energeticky vnímáme celou horní část naší lebky a mozku ve směru nad obočím a nad ušima. Silný vjem se rozšíří na celou hlavu i mozek. Energizace se rozšířila až na ramena. To jsou základní fáze energetického vnímání naší hlavy a mozku, tím pádem i hladiny alfa, mnohdy se ještě prohlubující do hladiny théta. Na EEG jsou tyto stavy charakterizovány rozpětím vlnových frekvencí. Alfa vlny kmitají v rozmezí $\alpha=7,5 - 13,5$ Hz a vlny théta mají ještě nižší kmitočet $\theta=3,5 - 7,5$ Hz. Zároveň přesně víme, že probíhá dynamická relaxace, což je stav, který je kýženým výsledkem našeho působení během workshopů v Bubnohraní. Je nám jasné, že rozdíl mezi zmíněným a koncertním hraním je na první pohled zcela zřetelný. Učitel, lektor, který používá metodu PaedDr. Lubomíra Holzera, musí dbát principů daných celostní muzikoterapií. Hudebník je na těchto parametrech nezávislý a vytváří primárně jistý druh umění, estetického a exhibičního zážitku. Má zcela volný prostor k sebevyjádření a nemusí brát ohled na nic a na nikoho. V této souvislosti musíme již na začátku upozornit na zjištěný fakt. Mnoho lidí – „expertů na bubnování“ – má představu, že pokud zvládli určitou měrou hru na bubny (jedno, jestli bicí soupravu, nebo etnické bubny, zvláště pak djembe), tak mohou působit v naší oblasti. Bohužel je to veliký omyl. V naší metodice workshopů Bubnohraní můžeme používat pouze rytmy a rytmické struktury, které podléhají celkem přesnému vymezení, mají jasně dané parametry a jsou vytvořené pro Bubnohraní. Jsou to rytmy povětšinou základní s pravidelným a rovnoměrným rozdělením základní doby. Učitel hraje jeden rytmický model s možností modifikací, ovšem s respektováním zvoleného rytmického modelu. Dodržuje stejné tempo a vyrovnanou dynamiku. Bubnová pasáž trvá minimálně deset minut, což je nezbytný čas. Se všemi náležitostmi Bubnohraní, potažmo bubnování nás postupně seznámí následující text.

Pokud se kdokoliv rozhodne bubnovat a získá dojem, že může hrát, jak umí, a tím už působí, upozorňujeme takového „dobrodruha“, že bohužel vůbec netuší, co činí. Zmíněný přístup a hazardování je potom jednou z příčin, že u některých dětí i studentů může při bubnování docházet k disbalanci psychosomatické, emoční i energetické stability. Tělesné projevy, které takové rozladění provázejí, mohou dojít až ke stavu celkové nevolnosti a mohou být rovněž rizikové pro osoby, které měly v dětství epileptické záchvaty, nebo které mají epilepsii diagnostikovanou. Jistě nebezpečí takového nezodpovědného přístupu bychom mohli vysledovat i pro některé další typy diagnóz.



Z terénu k nám bohužel přicházejí zprávy, že mezi námi působí jistý počet těchto „specialistů bubeníků“, kteří se vydávají za experty na bubnování či snad dokonce za muzikoterapeuty, nebo ještě hůře, muzikoterapii vyučují. Pokud tedy neustále zdůrazňujeme nutnost dodržovat stanovené parametry popisované metodiky workshopů Bubnohraní a nezbytnost specializovaného vzdělání, činíme tak i s vědomím popsanych rizikových faktorů.

Jak se na něj hraje

Jak buben djembe uchopit a držet. Základní údery – basový, středový a výškový úder. Základy notového zápisu. Systém bubnové notace.

Buben se stane naším přítelem, průvodcem, rádcem a pomocníkem v okamžiku, kdy na něj zvládneme hrát tak, abychom na to nemuseli myslet, abychom se stali jeho součástí, částí pulzujících vibrací. Vzájemné splynutí lidské bytosti a bytosti bubnu je úžasný proces, který nám přinese zcela nové prožitky a kvalitu vnímání a prožívání. V Bubnohraní musíme vnímat vždy nejen sebe, ale což je podstatné, i naše svěřence – děti, ty, se kterými pracujeme. Vypadá to jednoduše. Bez dlouhodobého výcviku nemůžeme stavu rozšířeného a širokospektrálního vnímání dosáhnout. Vnímáme sebe, svou hru i zpěv. Vnímáme naše svěřence kolem sebe a nezapomínáme na ně, cítíme je a chápeme, máme empatické vnímání – vhléd. Bubnování nám neslouží k sebeprosazení a vyčlenění se, ani k exhibici. Vždy je podřízeno našemu cíli a danému konceptu práce. Je to komunikace, rozhovor, vcítění se, vhléd, porozumění a pochopení, dorozumívání, dorozumění se, služba pro potřebné. Příslušníci přírodních národů se svým bubnem hovoří, oslovují ho a žádají o pomoc. Dělejme to také, má to svůj hlubší význam. Inspirací nám může být následující píseň.

Jak buben uchopit a držet

Než vysvětlíme podrobněji údery a než začneme bubnovat, je nejprve nezbytné buben nějak uchopit a držet. Popišme si nejdříve držení djembe. Existuje několik způsobů jeho držení při bubnování. Nejjednodušší je uchopení bubnu mezi stehny vsedě na židli. Buben přidržíme mezi stehny tak, aby obruč, kterou je kůže napínána, byla přibližně ve výši horní strany stehna a buben byl mírně skloněn dopředu. Úhel naklonění by měl být zhruba takový, aby naše předloktí a dlaň s prsty byly při položení na buben přibližně v rovině. Tato poloha rukou platí obecně a je pro úderovou techniku nejvhodnější a nejpřirozenější. Při tomto způsobu držení bubnu se snažíme, pokud možno, sedět zpříma a mít uvolněné ruce. V jiném případě se časem dostaví bolesti zad a krku a energie nemůže volně proudit energetickými centry a drahami. Rovněž je dobré pod bubnem zkřížit nohy, což nám usnadní jeho držení a fixaci polohy. Tento způsob ovšem závisí od velikosti bubnu a bubeníka. Buben držíme, pokud možno ve vzduchu, mírně nad zemí. Umožníme tak zvuku, který vychází spodním otvorem, aby se v pořádku dostal do prostoru a předvedl se v celé své mohutnosti, barevnosti a síle. Když buben stojí na zemi, částečně zamezujeme proudění zvuku, tlumíme jej, buben není pružně uložen a při razantních úderech trpí zápěstí a klouby. Úder je tvrdý a postrádá zvukovou plastičnost. Korpus bubnu, který při hraní vibruje, přenáší své kmitání na naše tělo. Tím působí fyzikálně vibračně – jeho chvění proniká do našeho těla a příznivě ovlivňuje všechny úrovně. Kmitáním přímo ovlivňuje energetická centra ve své



blízkosti. Působí bez překážek na první a druhou čakru. Pokud máme buben uchopen pružně, jeho vibrace se mohou volně šířit celým naším tělem. Je to ovšem také dáno velikostí bubnu a hráče.

Další používaný způsob je zavěšení bubnu na popruh a hra vestoje. Vezmeme popruh dlouhý přibližně 45 metru a široký asi 4–5 centimetrů, užší se zařezává a radost z bubnování se vytrácí. Popruh podvlékne zepředu pod nohou bubnu (nejlépe vkleče, buben leží na zemi), vedeme jej oboustranně přes bedra dozadu na záda, kde jej překřížíme, aby nám nesjížděl, a přes obě ramena pokračujeme dopředu. Podle velikosti bubnu a postavy bubeníka upravíme délku a popruh přivážeme na svislé provazy (tzv. poledníky), které napínají kůži – blánu bubnu. Oba konce popruhu upevníme na napínací provazy doprostřed, do jednoho místa pod obruč bubnu. Buben je tak pěkně vyvážený. Nohu bubnu máme mezi stehny a kotelní kupředu, šikmo nahoru. Buben je skloněn pod takovým úhlem, aby ruce přirozeně a volně spočinuly na kůži a pohodlně se nám bubnovalo. Tomu rovněž odpovídá výše zavěšení bubnu. Ve chvíli, kdy máme jistě vyzkoušenou délku popruhu a tím i výšku zavěšení bubnu, která nám opravdu sedí a je pohodlná, můžeme konce popruhu opatřit karabinkami, nebo jiným rychloupínacím systémem. Usnadní a zrychlí nám to celou operaci. Je dobré si to pořádně vyzkoušet, každému může sedět něco jiného. Tento způsob držení bubnu je vhodný pro adepty, kteří mají v pořádku záda a mají dobrou kondici. Svou roli hraje též velikost a váha bubnu. Buben na popruhu nám umožňuje volný pohyb prostorem a přiměřeně radostný taneční, nebo rituální projev.

Způsob, rozšířený hlavně mezi bubeníky profesionály, je uchycení bubnu do stojanu. Těchto variant je přibližně tolik, jako bubeníků. Stojany jsou buďto industriální, nebo si hráči nechávají stojan vytvořit přesně podle své libosti a oblíbeného způsobu hry. Na buben můžeme hrát vestoje či vsedě, podle typu bubnů, hudebního žánru a uměleckého záměru. Nám jde o provoz v rámci Bubnohraní a tomu přizpůsobíme držení bubnu. Doporučujeme djembe držet prvním způsobem, vsedě na židli mezi nohama. Při Bubnohraní střídáme hudební nástroje a při tomto uchopení je manipulace s bubnem nejrychlejší i nejpohodlnější.

V přírodě často využíváme držení bubnu, které můžeme nazvat: „sedím a klečím“. Buben v přírodních podmínkách, kdy s sebou nemáme židli, leží na zemi a bubeník na něm buďto vsedě klečí nebo na něm sedí, nebo jenom klečí. Záleží to na materiálu, velikosti bubnu a tonáži bubeníka. To jsou čtyři nejrozšířenější a nejpoužívanější modely držení djembe. Pro bubny noňofo, juka a jim podobné se tyto způsoby dají používat podobně. Vzhledem k velikosti těchto nástrojů je lépe držení různě zkoušet a dojít pokusně k nejvýhodnější variantě. Darbuka má též několik možností držení, jedním z nich je známé držení bubnu mezi nohama, avšak technika hry je odlišná.

Základní údery – zvuky při hraní rukama. Basový, středový a výškový úder

Na buben typu djembe, noňofo, a podobné jednohlavé bubny používáme tři základní údery – zvuky. Říkáme jim také podle charakteristického zvuku a způsobu hry údery znělé. Z těch jsou odvozeny mnohé další. Existují rovněž mnohé pokročilé techniky hry na buben, ke kterým se probubnujeme posléze.

Prvním je basový úder celou dlaní doprostřed bubnu.



Druhý je středový úder prsty od kraje ke středu bubnu, s možnou oporou dlaně přes hranu bubnu.

Třetí je výškový úder, prsty na okraj, respektive hranu bubnu.

To platí při hře rukama. Stále je nutné mít na paměti, že sebelepší učební text nenahradí kontakt s živým učitelem, odborníkem na rytmy a hry na djembe. V souladu s celostní muzikoterapií si současně uvědomujeme, že workshopy Bubnohraní a použití bubnů v tomto procesu se v mnohém odlišuje od běžného provozu a na tomto místě je kontakt s učitelem – nezastupitelný. I v době, kdy už budeme bubnovat sami a budeme i nezávisle konat workshop, si občas uvědomme, že nikdy neumíme úplně vše, stále se máme co učit, opakovat, rozvíjet a prohlubovat. Nejsou to prázdná slova. Mají hluboký význam, který doceníme vždy, když se setkáme s někým, kdo to umí lépe, kdo je dál, ale setrvává v klidné pokoře a hluboké vděčnosti.

Při workshopu a použití bubnu djembe v praxi volíme názorný systém, při kterém děti co možná nejvěrněji napodobují učitele, lektora, jeho pohyby rukama, to znamená, kterou rukou lektor hraje, kolikrát do bubnu udeří a kam, se děti snaží přesně učitele lektora napodobit, hrát na buben přesně jako on. Tomuto způsobu říkáme též bubenická rozvíčka a děti se během ní naučí bez složitého a dlouhého vysvětlování základní úderu na buben, elementární rytmické útvary a rovněž jednoduché, základní bubnové figury. Výuka nápodobou respektuje rozdíly ve vnitřní dynamice dětí, jejich různé schopnosti a neuromotorické možnosti. Zároveň je maximálně efektivní, přitom jednoduchá a zábavná. Podobným způsobem pracujeme při workshopu Bubnohraní při aplikaci aktivní bubnové relaxace. Zmíněný postup je metodicky modifikován tak, aby odpovídal požadavkům Bubnohraní, potřebám a možnostem dětí. To znamená, že při workshopu neprobíhá výuka, ale aktivní relaxace prostřednictvím hry na bubny djembe. Děti hrají bez složitých instrukcí s učitelem, který pouze vhodně skupinu motivuje a udělí vstupní instrukci. Vyzve děti, účastníky Bubnohraní, aby hráli s ním. Prakticky vždy respektujeme typ dětské skupiny a její možnosti. Těmito kritériím přizpůsobíme jednoduchý verbální úvod. Vždy záleží na tvůrčím a kreativním potenciálu konkrétního učitele.

Následující text se ubírá jiným směrem. Popisuje detailně veškeré náležitosti postupné výuky hry na djembe. Je určen k domácímu použití jednotlivému dítěti, studentu, které zrovna nemá k dispozici přímý kontakt se svým učitelem. Zároveň je ovšem určen důležitě i realizujícímu učiteli, či lektorovi. Chceme-li dosáhnout vysoké hráčské úrovně a možná i mistrovství, měli bychom poznat všechny podrobnosti i tajemná zákoutí, která jsou s bubnem djembe spojena.

Ať už si vybereme jakýkoliv způsob držení bubnu, technika úderu je vždy stejná. Pro středový a výškový úder doporučujeme vždy způsob hraní **zápěstím**. Při rychlých tempech, technicky náročných pasážích a dlouhodobém hraní se opravdu vyplatí a po čase poznáme jeho výhody. Předloktí se do určité míry pohybuje též, ale hlavní pohyb a energie by měla vycházet ze zápěstí. Basový úder naopak hrajeme předloktím, pohyb vychází z lokte. Mnoho bubeníků hraje takřka celými pažemi. Je to fyzicky náročné, rychlost má své hranice dané mechanikou pohybu a počtem zapojených svalových skupin. Elegance se vytrácí a místo bubeníků pozorujeme kováře. Dlouholetou praxí jsme došli k jednoznačnému preferování hry zápěstím pro středový a výškový úder a s těmito způsoby hry na buben vás také budeme seznamovat. Basový úder hrajeme předloktím.



Basový úder a zvuk

První je basový úder naplocho celé dlaně a prstů na střed bubnu. Abychom mohli uplatnit basový úder, musíme mít buben o určitém průměru. Pokud je buben přibližně stejné velikosti, jako je délka a rozměr naší dlaně, nebo menší, nemůžeme tento úder použít, neboť se nám nepodaří touto technikou basový zvuk z bubnu vyloudit. Tento fakt zjistíme jednak poměřením blány a dlaně a jednak poslechem zvuku bubnu. U malého bubnu se nám ozve něco jiného než basový zvuk. I tak lze basový úder zahrát, pouze jinou technikou, viz středový úder na buben. Basový úder vedeme shora doprostřed kůže nataženou dlaní a prsty. **Pohyb u basového úderu vychází z lokte a hrajeme ho jako jediný celým předloktím.** Všechny prsty držíme u sebe. Dlaň a prsty se nacházejí v rovině. Ruka je před úderem nachystaná nad místem úderu asi 4–7 cm rovnoběžně nad blánou bubnu, jak si kdo svou přesnou polohu najde. Po úderu využijeme přirozené pružnosti kůže bubnu, ta dá ruce impuls k odrazu. Odraz ruky nám umožní přípravu na další úder. Ruku nám vrátí do počáteční polohy. Odrazu kůže se nám plně začne dařit využívat v okamžiku uvolněných zápěstí a vnímáním pohybu blány, což je dáno postupným cvičením. K nácviku je důležité přistoupit s velkou dávkou optimismu a trpělivosti. Vše se postupně vytvoří. Úder opakujeme několikrát za sebou, střídáme pravidelně levou a pravou ruku ve stejném tempu. Hrajeme z lokte a ruce držíme volně v přirozené poloze. Hledáme správné místo úderu podle zvuku a vylepšujeme techniku. Tyto základní pohyby je praktické zkusit vždy od levé ruky, nehledě k tomu, jakou má kdo laterální. Je nezbytné hned od začátku zvládnout, pokud možno co nejlépe základní údery – jejich zvukovou i technickou kvalitu, jinak budeme neustále přemýšlet, proč nám to nehraje tak pěkně jako těm bubeníkům, které jsme slyšeli někde na koncertě nebo z CD, a radost ze hry bude menší, než bychom očekávali. Zkoušejme také úder několikrát za sebou jednou rukou a potom druhou rukou a hledejme kvalitní basový, plný zvuk, bez přílišných příměsí ostatních frekvencí. Kupříkladu použijeme model 8 + 8. Osmkrát levou a osmkrát pravou rukou. Můžeme rovněž později použít model 4 + 4 nebo 3 + 3.

Po absolvování tohoto základního tónového a úderového průzkumu začneme používat obě ruce, neboť vždy jedna ruka je méně hbitá a poněkud neochotná spolupracovat. Je to dáno tzv. laterální, jinak řečeno tím, zda je člověk pravák, nebo levák. Začneme vždy levou rukou. To je dáno potřebou aktivace pravé mozkové hemisféry. Tím hned zkraje pracujeme na emancipaci levé a pravé ruky, která je pro bubnování velmi důležitá. Údery pravidelně střídáme a ruce kontrolujeme očima, hlídáme techniku hry. Důležitá je rovněž sluchová kontrola zvuku, který od bubnu očekáváme. V tomto případě toužíme zahrát krásný plnotučný basový tón, který rozezvučí celý prostor, ve kterém hrajeme. Síla úderu by neměla být přehnaná, zůstaňme u střední intenzity, jak říkají hudebníci – mezzoforte. Při hraní basového úderu respektujeme také vibrační vlastnosti kůže našeho bubnu. Basový úder rozvibruje kůži tzv. do výšky, kdy mezní polohy jednotlivých kmitů jsou od sebe nejvzdálenější a potřebují k pohybu nejdelší čas. Ten musíme kůži poskytnout a ona nás společně s bubnem odmění a potěší krásným basem. V praxi to znamená, že basový úder nepoužíváme pro příliš rychlé bubnování. Neberme tento výrok limitně, záleží pouze na naší technické vybavenosti. Jsme na začátku a vše se teprve učíme. Basový zvuk – úder – nám udává většinou první dobu, nebo další důležité okamžiky v rytmické figurě, kterou právě hrajeme. Může ovšem zastávat i jiné funkce.



Vlastní průzkum basového zvuku našeho bubnu nejlépe provedeme bubnováním. Boucháme střídavě několikrát levou a několikrát pravou rukou, dlaní a prsty (vždy z lokte) doprostřed kůže. Poloha ruky na kůži záleží na průměru bubnu a na velikosti naší dlaně. Ruku nenecháváme ležet na bláně, ale okamžitě po úderu ji zvedáme přiměřeně vzhůru, k tomu nám pomůže i pružnost kůže, která ruku odrazí. Ruka ležící na kůži zvuk bubnu tlumí a v tomto případě chceme slyšet znějící bas, tak tedy ruce pryč. Zatlučený úder se rovněž používá, o tom se dovíme v dalším textu. Správnou polohu rukou na kůži zjistíme jednoduše tak, že najdeme místo, kde nám po úderu zazní opravdu jen basový tón, bez příměsi ostatních zvuků, které dobrý buben vždy obsahuje. To je také jedno z kritérií při posuzování kvality bubnu – košatost jeho zvuku. Čím je buben bohatší a barevnější ve zvuku, tím je lepší a potěcha ze hry je pak velmi příjemná.

Potřebnou sílu úderu zjistíme rovněž zkusmo. Pro začátek je dobrá taková síla, která nám zřetelně a příjemně rozezvučí basový tón našeho bubnu. Bubnujeme od levé ruky. Začneme levou a střídáme ruce pravidelně v pomalém tempu. Soustředíme se na kvalitu zvuku, na techniku úderu na postavení rukou, dlaní a prstů. Po čase nutném k základnímu zvládnutí úderu můžeme poněkud zrychlit a držet rychlejší tempo. Pro emancipační cvičení rukou použijeme jednoduchý model. Říkám mu přátelsky 8 + 8. To znamená osm pravidelných úderů od levé ruky a osm od pravé. Můžeme používat i kratší sledy úderů – 4 + 4. Tempo se nemění, síla úderu rovněž ne. Po základním vytvoření basového úderu, jeho techniky pohybu a patřičného zvuku přistoupíme již ke střídavému hraní levou a pravou rukou. V muzikoterapii nevyžadujeme znalost a čtení notového zápisu ani většinou z not nehrajeme. Zapsáno to vypadá následovně, viz Schéma č. 1. Všichni nečtou notový zápis, proto použijeme také schéma pomocí písmen. Pro ty, kteří čtou noty, budeme basový úder zapisovat v basovém klíči na notě F, pro základní zápis použijeme čtvrtovou notu, jejíž délku trvání nám určí pouze naše schopnosti a konkrétní záměr. Hudebně je to tempo, ve kterém chceme hrát. Udává se číselným údajem, přiřazeným většinou ke čtvrtkové notě.

Příklad: čtvrtková nota = 120, což značí, že rychlost naší hry odpovídá sto dvaceti jednotlivým úderům za minutu.

Schéma č. 1

Basový úder, levá ruka, pravá ruka, jedničky.

L	P	L	P	L	P	L	P	L	P	L	P
L	P	L	P								

1: B B B B B B B B B B B B B B B B

A tak stále dokola, avšak ne do úplného vysílení!

Tohoto kombinovaného schematického zápisu budeme používat neustále, proto ho jen pro pořádek vysvětlíme. L = pravá ruka, P = pravá ruka. 1 – jedničky: tomuto modelu říkáme „jedničky“, protože střídáme pravidelně jeden úder levou a jeden pravou rukou. B – basový úder. Ne všichni znají noty, a z toho důvodu tato substituce. Jedničky mohou být noty s různou délkou trvání – noty půlové, čtvrté, osminové i šestnáctinové. Nota celá se na bubny hraje jen „s vypětím největších sil“, proto ji neuvádíme. Praktický význam celé noty při hraní na bubny není žádný, neboť většinou hrajeme kratší hodnoty. Místo toho použijeme raději pomlky. Tyto názvy a schematický a notový zápis budeme používat i v dalším textu. Tomuto stylu hraní se říká střídavá průběžná technika. Pro muzikoterapii je zásadní.

Středový úder a zvuk

Druhým základním úderem je středový, který hrajeme převážně prsty; dosahují přibližně ke středu bubnu. Pohyb nyní vychází ze zápěstí. Dlaň ruky se při úderu může opřít o hranu bubnu, prsty jsou uvolněné. Hra s oporou je použitelná v pomalejších tempech, při středních a rychlých tempech držíme zápěstí nad bubnem bez opory. Při úderu prsty dopadají jako palička ke středu bubnu. Místo dopadu je dáno průměrem bubnu a velikostí dlaně bubeníka. Pružnost kůže nám sama prsty odrazí. Směr a hlavní síla úderu jdou do prstů, které fungují jako paličky. Prsty držíme, pokud možno u sebe. Palce jsou rovnoběžně spjaty s prsty tak, abychom si je o sebe neomlátili. Snažíme se veškeré pohyby prstů, rukou a dlaní minimalizovat. Je to výhodné a při technickém, rychlém a dlouhotrvajícím hraní poznáme význam těchto rad. Paže, ruce a prsty jsou uvolněné, sedíme zpříma. Ve zvuku bubnu je přítomný lehce basový a středový zvuk bubnu. Středový zvuk vzniká blíže okraji kůže bubnu. Tento úder je tedy nejbarevnější a využívá velké zvukové spektrum bubnu. Používá se velmi často, takřka průběžně.

U bubnů s malým průměrem, to je přibližně stejným, nebo menším, než je naše dlaň, používáme tento typ úderu jako basový. Rovněž při rychlém hraní, kdy by nás basový úder zdržoval, můžeme středový úder použít jako náhradu za basový.

Nácvik tohoto úderu je podobný jako u basového. Nejprve hledáme místo úderu a tím i zvukovou kvalitu. Polohu prstů najdeme tak, že položíme dlaně na buben tím způsobem, aby prsty dosahovaly a směřovaly ke středu bubnu. Je to již známé pravidlo „technika a zvuk“. Použijeme opět model L 8 + P 8 – osmkrát levou rukou a osmkrát pravou rukou nebo kratší schéma 4 + 4 i 3 + 3. Střídáme podle potřeby, a tak dlouho, až se nám zvuk a technika začne z bubnu vynořovat. Po uchopení středového tónu začneme bubnovat rukama střídavě. A sice opět od levé ruky, která je u praváků méně hbitá a která se poněkud vzpírá poslušnosti. Střídáme pravidelně v pohodlném tempu, které nám nečiní žádné potíže, údery levou a pravou rukou, viz Schéma č. 2. Síla úderu je taková, aby se nám kýžený zvuk příjemně ozval a zazněl prostorem. Zvukovou kvalitu si od počátku hlídáme, abychom dostali od bubínku takové tóny, které chceme hrát a slyšet, a výrazová škála naší hry nám poskytla očekávanou potěchu. V notách budeme středový úder zapisovat v basovém klíči na notě: c. Pro zápis použijeme čtvrté noty. Pravidelně střídáme úder levou a pravou rukou.

Schéma č. 2



L P L P L P L P; 1 - jedničky; S – středový úder;

L P L P L P L P L P L P
L P L P



1: S S S S S S S S S S S S S

Opakovat přiměřeně dlouho, nepřecvičovat do únavy, dbát na provedení úderu i zvukovou kvalitu.

V okamžiku, kdy zvládneme zvukovou a technickou kvalitu úderu, můžeme zvyšovat rychlost bubnování. Pro rozvoj emancipace levé a pravé ruky používáme bubnování v maximální rychlosti, které jsme momentálně schopni, tak abychom údery střídali pravidelně a ruce nás ještě poslouchaly. Při pokročilejších modelech a jejich učení se nám opravdu může přihodit stav, že se nám ruce vymknou z kontroly a nemůžeme je přinutit dělat to, co od nich očekáváme, co chceme. To jsou okamžiky, kdy nám to už „mozek nebere“ a je výhodné na chvíli změnit činnost. Můžeme jít obejmout a políbit milovanou osobu nebo si uvařit oblíbený čaj.

Úspěšně nám zní středový úder na buben, máme z něho radost a chceme se naučit více. To je správný okamžik pro složitější rytmickou figuru, viz – Schéma č. 3. Říkáme jí „2 – dvojky“, a je to první vícečetný úder. Při tomto úderu střídáme vždy dva údery levou a dva pravou rukou.

Schéma č. 3

L L P P L L P P L L P P L L P P; 2 – dvojky – každou rukou dvakrát; S – středový úder;

L L P P L L P P L L P P L L P P



2: S S S S S S S S S S S S S

Opakujeme mnohokrát, ve stálém tempu.

Snažíme se udržet bubnování dvojek pravidelné a ve stejné rychlosti a síle. Chcete-li se opravdu dopracovat velké rytmické pregnance, doporučuji používat metronom. Stačí několik let a budete při potřebné míře talentu jako on. Metronom je ale opravdu pro zatvrzelé a definitivně rozhodnuté bubeníky, kteří neznají nikoho, než buben, a zapomínají kvůli němu i na jídlo. Toto cvičení nám výborně uvolní ztuhlá zápěstí a pravá a levá ruka se k sobě začnou chovat mnohem přátelštěji. Pro adepty bubnování, kteří jsou dychtiví dalších modelů elementárních rytů, máme v zásobě kombinaci dvou již známých a zvládnutých grifů. Je to střídání tzv. dvojek a kombinace jedničky a dvojky. Začneme

dvojkami a ve stejném tempu je vystřídáme basovou jedničkou a středovou dvojkou; pak opět dvojky, a tak stále dokola, viz Schéma č. 4. Pro názornost uvádíme i notový zápis, který nám naši představu dotvoří. Použili jsme v prvním taktu osminové a ve druhém taktu čtvrtové noty i jejich kombinaci.

Schéma č. 4

První takt - [:2L 2P 2L 2P:]; 2 – dvojky; S – středový úder; a ve stejném tempu druhý takt – kombinace 1B – basová jednička s 2S – středovou dvojkou [:1L 2P 1L 2P:]. Oba takty se opakují. Jinak zapsáno: 2S; [: LL PP LL PP:]; a výměna 1B2S [:1L 2P 1L 2P:]; vysvětlivka: [: úsek bubnování mezi závorkami s dvojtečkou zopakuj:]



2+1+2: S S S S S B S S B S S

Každý takt zopakujte dvakrát a následně opakujeme mnohokrát to celé dokola, vždy s levou začínající rukou.

Doplníme tvorbu pamětních vazeb použitím rytmických říkadel, která při muzikoterapeutické práci běžně používáme. Tvoříme je pomocí slabik – Tum, Tu a Ta, Dum, Du a Da, Ru a Ka i jejich rozličnou kombinací (Ru - ka, ta, ru - ka apod.). Schéma č. 4 převedeme na rytmické říkadlo, takzvané „rytmikadlo“: první takt – Tu - tu, ta - ta, tu - tu, ta - ta. Vidíme, že pro levou ruku používáme slabiku, ve které je samohláska - **u**. Pro pravou ruku používáme vždy samohlásku – **a**. Řečené pravidlo budeme používat bez výjimek a vždy. Rytmikadlo pro druhý takt: Tum, ta - ta, tum, ta - ta. Rytmická říkadla nám mnohdy pomohou lehce a bez zábran vytvořit v myslích i neuromotorických a somatických systémech paměťové vzorce, které nám budou nápomocny při vlastním bubnování.

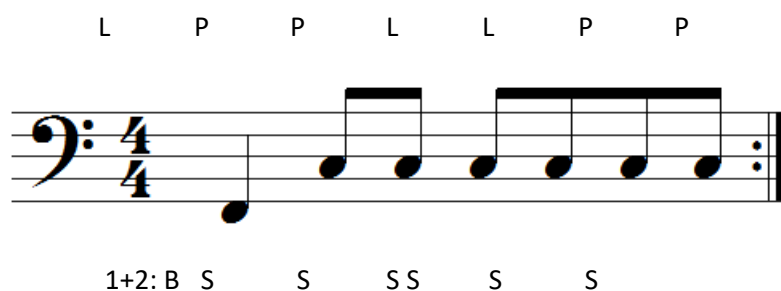
Uvedená rytmická schémata je výhodné cvičit po částech, ve zvládnutém tempu a později je spojovat do větších celků. Každý si je také může různě kombinovat a vytvářet nová. Postupně máme možnost zvyšovat rychlost bubnování a průběžně měnit sílu úderu. Naučíme se tak používat dalšího výrazového hudebního prostředku, kterému se říká **dynamika** neboli změna hlasitosti v závislosti na čase. První dva úder, basový a středový, jsme jednotlivě zvládli a nastal čas jejich zárodečného, postupně dozrávajícího přátelství. Jednoduchou kombinaci máme také za sebou. Představte si kombinaci těchto dvou úderů, jak jdou zvukově i pohybově za sebou. Naučíme se tuto jednoduchou, o to více však prospěšnou techniku. Můžeme jí také říkat představová vizualizace. Uchopte zvuk basového a středového úderu do paměti a rovněž si představte pohyb rukou při jejich hraní. Tuto paměťovou operaci několikrát zopakujte a pokuste si představu fixovat v paměti. Vizualizační představová technika vám usnadní učení se čehokoliv a umožní učební proces zrychlit.

Máme před sebou první skutečný rytmický model, který už můžeme používat pro hraní jednoduchých bubnových písní. K rytmickému rozvoji psychických, neuromotorických a svalových dovedností, zapamatování i procvičování používáme s velkým úspěchem (jak už bylo řečeno), rytmická říkadla, řečená též „**rytmikadla**“. Pro lepší chápání, rychlejší učení a trvalejší ukládání do paměti vás naučím jednoduchou techniku rytmických říkadel. Každé rytmické schéma může mít své říkadlo, každý úder na buben může mít svou charakteristickou slabiku, která nám ho zároveň zvukově popisuje. Tato rytmikadla nám pomohou při nácviku rytmů a úderů. Budeme je postupně přiřazovat a používat. Prakticky se dají posléze zpívat i při samotném bubnování.

K jejich tvorbě, jak víme, používáme slabiky, které obsahují samohlásku **u** a samohlásku **a**. Pro Schéma č. 5 máme rytmické říkadlo: Tum, ta – ta, tu – tu, ta – ta. Slabika, ve které je **u**, nám označuje hru levou rukou a na slabiku, ve které je **a**, hrajeme pravou rukou.

Schéma č. 5:

[: L PP LL PP L PP LL PP :]; 1+2+2+2; [: 1B 2SS 2SS 2SS 1B 2SS 2SS 2SS :]; B – basový úder; S – středový úder.
Rytmikadlo: Tum, ta – ta, tu – tu, ta – ta.



Rytmikadlo: Tum ta ta tu tu ta ta

Schéma opakujeme stále dokola, kontrolujeme práci rukou, rukoklad, kvalitu úderu, zpíváme si rytmické říkadlo.

Rukokladem nazýváme kladení rukou na buben. Vyjadřuje nám jedním slovem, jaké údery hrajeme, kolikrát kterou rukou a kam do bubnu udeříme. Rukoklad nám charakterizuje použité rytmické schéma a vytváří bubnovou melodii, charakteristickou pro konkrétní rytmický model.

V průběhu dalšího cvičení zařadíme nový rozvíjející prvek. Tím je otočení rukokladu. Doposud jsme začínali hrát od levé ruky. Nyní rukoklad otočíme a začneme zrcadlově identicky hrát od ruky pravé. Po přiměřené době, dané naší houževnatostí, začínáme hrát opačnou rukou než hlavní, nazýváme ji rukou podpurnou. Je určena naší pravorukostí, či levorukostí. Leváci mají dominantní – hlavní a šikovnější – ruku levou a praváci pravou. Tímto způsobem budeme průběžně vytvářet obourukost hraní na djembe. Každý člověk ovšem při hraní stejně preferuje pouze jednu ruku a tou většinou začíná a hraje těžké doby. Vodítkem nám bude notový zápis, který se nyní blíže naučíme.

Základy notového zápisu. Systém bubnové notace.

Jak vypadá notový zápis, to už jsme prvotně zjistili, ale bude podpůrné, když se s ním blíže obeznámíme. V tomto okamžiku si kousek odskočíme od bubnových úderů, abychom si osvojili jednoduchý notový zápis, bez kterého se později při rytmickém členění a zápisu složitějších grifů neobejdeme. Mezinárodně a univerzálně na celém světě používaným hudebním jazykem je notový zápis. Je to jediný, opravdu všem srozumitelný, psaný komunikační prostředek. Máme před sebou univerzální hudební jazyk. Vyvíjel se mnoho staletí a vyvíjí se dál. Jeho vývoj určují a provádějí sami jeho uživatelé – hudebníci. Není diktován žádnou vládou, náboženstvím ani nadnárodní korporací. Vyvíjí se sám, ze své podstaty a potřeby sloužit zasvěceným. Budeme používat noty, které nás informují o délce a výšce zvuku, který chceme zahrát. Dávají nám dopředu představu o vzájemných vztazích mezi nimi a časový pojem o rytmickém modelu, který chceme hrát, nebo zpívat. Pro naši komunikaci a pochopení zápisů vám nabízím přehled o těchto notových hodnotách a dalších potřebných notových značkách. Rytmické modely budeme zapisovat notami a již vysvětlenými a popsány symboly. Současně ovšem vždy vytvoříme rytmické říkadlo, které má místo stejné kvality, jako má notový zápis. Všichni neumí noty. Mnozí se je nechtějí učit a někteří jim nikdy neporozumí. Jiní zase nevědí, kde je pravá a kde levá ruka. I z těchto důvodů máme v rytmikadlech velikého a ničím nenahraditelného pomocníka.

Noty jsou seřazené podle délky trvání. Jejich různá hodnota nám vyjadřuje vzájemné vztahy. Nejdelší je nota celá, následuje nota půlová a další, vždy polovinu času trvající – nota čtvrtová a osminová. Následující nota má tedy vždy poloviční dobu trvání té předcházející. Délka psané noty je údaj pomyslný, vztažený ke skutečné rychlosti našeho hraní. Reálný čas nám určí až tempo rytmického modelu, skladby, či písně, kterou budeme hrát.

Schéma č. 6



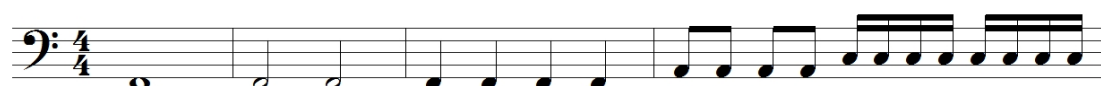
Zápis:

První takt – celá nota; druhý takt – 2 půlové noty; třetí takt – 4 čtvrtové noty; čtvrtý takt – 8 osminových not; na konci řádku – opakovací symbol pro celý řádek, takt nebo libovolný počet taktů.

Legenda: notový řádek, nazývaný též notová osnova, je tvořen pěti linkami a čtyřmi mezerami. Počítáme je odspodu nahoru. Noty zapisujeme na linky a do mezer. Noty zapisujeme také pod a nad osnovu, do pomocných mezer a na pomocné linky, ty si pouze představujeme a v praxi je píšeme s konkrétní notou (tvoří s ní celek). Notový řádek začíná v našem případě takzvaným basovým klíčem (je to symbolické označení, mající za sebou dlouhý vývoj), který se kromě jiného používá pro zápis bicích nástrojů, a dvě tečky označují polohu noty – **f**, která se nalézá na čtvrté lince. Notové klíče, jak je zřejmé, určují, která notová linka je určena, pro který tón. V současnosti se používá **g** klíč (houslový), **F** klíč (basový) a různé druhy **c** klíčů. Dalším symbolem je zlomek 4/4, psaný též v podobě dvou čtyřek nad sebou. Tímto způsobem zapisujeme různé druhy taktů. Čtyřčtvrtový neboli čtyřdobý takt, který je značen symbolem na začátku řádku – dvě čtyřky nad sebou, je základně rozdělen, jak z názvu plyne, na

čtyři doby a jeho délka tomu odpovídá. Tomuto symbolu říkáme metrum. Metrum se v hudbě značí právě zmíněným symbolem a charakterizuje nám jeden hudební takt. Takt je přesně vymezený, krátký časový hudební úsek, do kterého je možno zapsat definované množství základních rytmických hodnot. Metrum – takt – zapisujeme několika způsoby: (my budeme používat zlomky) jako dvě číslice nad sebou nebo ve zlomku – dvě čtyřky, šestka a osmička, trojka a čtyřka a celá řada dalších variant. Dvě čísla vyjadřují zlomek, kde jmenovatel naznačuje základní rytmickou hodnotu rozdělující takt a číselník udává, kolikrát se tato hodnota v taktu zopakuje. V našem případě 4/4 takt znamená, že základem jsou čtvrté noty a jeden takt rovněž čtyři noty obsahuje.

Schéma č. 7



Zápis:

Celá nota; 2 půlové noty; 4 čtvrté noty; 4 osminové noty; 8 šestnáctinových not; na konci řádku dvojčára – symbol pro zakončení notového řádku nebo hudební fráze.

Schéma č. 8



Zápis triolový:

Dvě půlové noty; dvě velké trioly, čtyři malé trioly.

Legenda:

Triola rozděluje svou základní notu na tři stejné díly. Velká triola dělí půlovou notu na tři díly, které musíme zahrát během jejího trvání. Ve čtyřčtvrtovém taktu, který je značen symbolem – dvě čtyřky nad sebou na začátku řádku, jsou v jednom taktu dvě velké trioly. Malá triola nám vyjadřuje, že musíme čtvrté noty rozdělit na tři stejné díly a tímto způsobem ji zahrát. Ve čtyřdobém metru jeden takt obsahuje čtyři malé trioly. Tak bychom mohli pokračovat při dalším dělení základní doby na osminy a šestnáctiny. Trioly by vždy rozdělovaly zvolenou základní notu na tři stejné díly.

Rekapitulace:

Celá nota – má délku čtyř stejně dlouhých dob, jejichž délka je závislá na zvoleném tempu – rychlosti, kterou chceme hrát.

Půlová nota – je polovinou celé noty.

Čtvrté noty – rozděluje celou notu na čtyři stejné doby.

Osmínová nota – rozděluje čtvrtovou notu na dva stejně dlouhé úseky.

Šestnáctinová nota – rozděluje osmínovou notu na dva stejně trvající celky a čtvrtovou notu na čtyři stejné úseky. Viz Schéma č. 9.

Schéma č. 9



Zápis:

Celá nota; dvě půlové noty; čtyři čtvrtové noty; čtyři osmínové noty, osm šestnáctinových not.

Používají se také menší časové úseky, jako je dvaatřicetinová nota, což je polovina šestnáctinové noty a dvaatřicátá část noty celé, čtyřiašedesátinová nota, což je čtvrtina šestnáctinové noty, polovina dvaatřicetinové noty a čtyřiašedesátá část noty celé.

Osmínová nota = 2 šestnáctinové noty = 4 dvaatřicetinové noty = 8 čtyřiašedesátinových not. Jedna čtvrtová nota obsahuje dvě osmínové = 4 šestnáctinové = 8 dvaatřicetinových not = 16 čtyřiašedesátinových not. Viz Schéma č. 10.

Schéma č. 10



Zápis:

Dvě osmínové noty = 4 šestnáctinové = 8 dvaatřicetinových not = 16 čtyřiašedesátinových not.

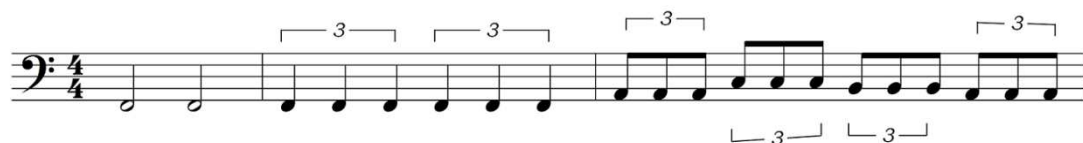
Triolové dělení je rozdělení jedné noty na tři stejné části.

Půlová nota se také rozděluje na tři stejné části, to je tzv. velká triola.

Čtvrtová nota se rovněž může rozdělit na tři stejné části, to je tzv. malá triola. Viz Schéma č. 11.

Nota s tečkou – tečka u noty prodlužuje dobu jejího trvání o polovinu. Viz Schéma č. 11 a.

Schéma č. 11



Zápis:

Dvě půlové noty; dvě velké trioly; čtyři malé trioly.

Schéma č. 11 a



Zápis:

Dvě čtvrtkové noty s tečkou + malá triola; čtvrtková nota s tečkou + osminová nota + čtvrtková nota s tečkou + osmina; osmina s tečkou + šestnáctinová nota + malá triola + osmina s tečkou + šestnáctina + malá triola.

Dalším důležitým dorozumívacím hudebním znakem jsou pomlky. To jsou místa, kde se nehraje, zní ticho. Ticho je také krásná hudba, respektive muzikoterapie. Během pomlky čas běží dále, vnitřní tempo našeho hraní běží latentně bez přerušení. Pomlky odpovídají délkou notám se stejným označením. Rozeznáváme pomlku celou, půlovou, čtvrtovou, pomlku osminovou a šestnáctinovou (používáme i kratší, stejně jako u not – pomlka dvaatřicetinová, čtyřiašedesátinová). Viz Schéma č. 12.

Schéma č. 12



Zápis:

První řádek – celá nota; celá pomlka; půlová nota + půlová pomlka; čtvrtková nota + čtvrtková pomlka + osminová pomlka + osmina + osminová pomlka + osmina; čtvrtková nota + čtvrtková pomlka + osminová pomlka + osmina + šestnáctinová pomlka + osmina s tečkou;

Jestliže potřebujeme zopakovat nějaký úsek písničky, máme k tomu značku pro repetici. Pakliže potřebujeme opakování vícekrát, dopíšeme k repetici příslušnou číslici – graficky. Pro opakování taktu nebo dvou taktů několikrát za sebou se používají následující značky, viz Schéma č. 13.

Kolik a jakých dob obsahuje základní rytmický útvar, podle kterého chceme hrát, nám říká použitý takt. To je časový úsek, který má rozličnou délku podle svého obsahu. Typů taktů je celá řada, pro naši potřebu jich budeme používat několik.

Schéma č. 14



Zápis po taktech:

Basový klíč; 4/4 takt; celá nota; 4 čtvrtové noty; 4 osminy + 4 šestnáctky + čtvrtová nota; čtvrtová pomlka + malá triola + 2 čtvrtky; velká triola + půlová nota; 4 šestnáctky + čtvrtová nota + 4 šestnáctky + čtvrtová nota; malá triola + 2 čtvrtky + 2 osminy; půlová nota + čtvrtka + čtvrtová pomlka + opakovací znaménko pro celé schéma (tzv. repeticce).

Ve čtyřdobém taktu – 4/4, je psána a hrána většina populární, rockové, jazzové a konzumní hudby.

Kratší časový úsek nám označuje dvoučtvrtkový takt a zapisujeme ho takto: 2/4 – obsahuje dvě čtvrtkové noty a příslušný počet kratších notových hodnot. Počítáme ho na dvě.

Schéma č. 15



Zápis po taktech:

Basový klíč; označení pro dvoučtvrtkový takt – 2/4; půlová nota; čtvrtka + 2 osminy; 4 osminy; 2 čtvrtky; 4 osminy; dvě osminy + 4 šestnáctky; 2 osminy + čtvrtka; čtvrtka + 2 osminy; repeticce.

Dvoučtvrtkový takt – 2/4, je charakteristický například pro pochodové písně nebo taneční česko-latinskoamerickou polku a mnohé lidové písně a tance.

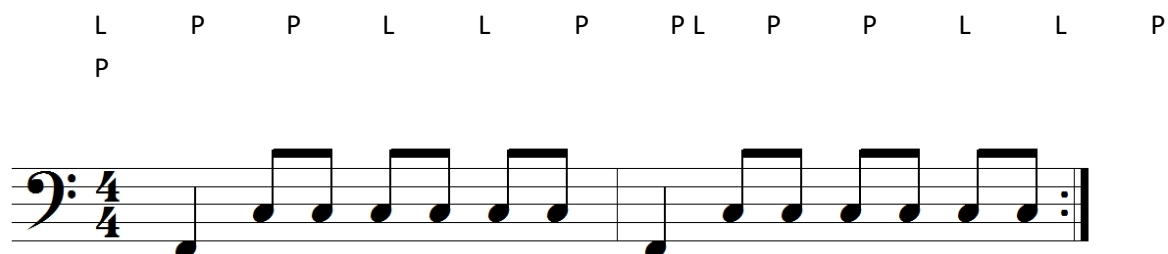
To je sudé rozdělení taktu. V jednom taktu můžeme mít také lichý počet dob. Nejkratším lichým taktem je tříčtvrtkový a zapisuje se takto: 3/4 – obsahuje tedy tři čtvrtkové doby a je znám svým použitím jako valčík. Lichých taktů je mnoho variant a jsou to vlastně složené takty podle vnitřního členění. Pětíčtvrtkový – 5/4, sedmíčtvrtkový – 7/4, devětíčtvrtkový – 9/4, jedenáctíčtvrtkový takt – 11/4 a mnoho dalších variant. Liché rytmy jsou charakteristické pro balkánskou, orientální a arabskou hudbu. Používají se rovněž ve vážné hudbě, v jazzu, v rozmanitých jiných formách a také v národních, či etnických hudbách. Tu a tam se můžeme potkat se 6/4, nebo 12/4 taktem, podle záliby konkrétního hudebního spisovatele, či zapisovače písní. Pakliže máme potřebu jemnějšího rozdělení taktu na kratší úseky, používáme osminové takty, které mohou být zase sudé i lichodobé. Hojně používaným je 6/8 a 12/8. Při lichosti v hudbě se používá 5/8, 7/8, 9/8, 11/8 ale i 13/8. Možností, variant a kombinací je celá řada. Pro naše potřeby a dorozumění budeme používat jen některé, které, to nám ukáže další text.

Vraťme se však k našemu prvnímu čtyřdobému bubnovému modelu – Tum, ta-ta, tu-tu, ta-ta; jenž se stane základem našeho bubenického umu a radosti, kterou nám časem bubnování přinese. Je to komunikace a použití dvou základních úderů, které se již staly součástí našeho bubenického myšlení a možná i našeho života. Basový a středový úder, dva přátelé, kteří se často potkávají a mnohokrát spolu dlouze hovoří. Použijeme naši známou kamarádku vizualizaci a nahrajeme si do paměti zvuk



úderů, které za chvíli použijeme. Ke zvuku přidáme představu pohybu našich rukou a jejich střídání a kombinaci obou. Takto připraveni a s bubnem v pohotovosti vykročíme na stezku kouzelných rytů, magických písní, tanců a rituálů. Schéma č. 16 a tvůj buben nás povede po cestě, na které možná potkáme i sami sebe.

Schéma č.16



bubnu rytmicky a pravidelně. Ihned po úderu musíme prsty z kůže nechat rychle odrazit – zvednout, abychom netlumili zvuk bubnu, výškového úderu. Prsty nezvedáme příliš vysoko, jenom tak, jak vyžaduje síla hraní a ozev výškového zvuku, asi 5–8 cm. Správné místo úderu kontrolujeme rovněž sluchem. Najdeme poslechem místo nejvyššího tónu, který náš buben hraje. Pakliže se nám ozývá „kovový“ zvuk, našli jsme přesně způsob hry a místo, které hledáme a potřebujeme. Zvukovou a technickou kvalitu výškového úderu budeme opět hledat jednou a pak druhou rukou. Nasadíme model L 8 + P 8, osmkrát levou, osmkrát pravou rukou, můžeme i L 4 + P 4 nebo P 3 + L 3 a jejich kombinace. Přichází k nám zvesela a znovu pravidlo „technika a zvuk“. Hrajete, posloucháte, pozorujete ruce a kontrolujete pohyby a místo úderu. Vzpomeňte si na přítelkyni představovou vizualizaci a uložte naši novou dovednost do paměti. Součástí vizualizace, tedy představování si činnosti nebo děje, je fenomén, který jsem nazval **mentalizace**. Mentalizací nazýváme proces, při kterém provádíme rozumovou práci – pochopení a zapamatování si předmětného jevu na úrovni vědomé mysli.

Snažíme se hrát prsty opravdu naplocho a citlivě, neboť při tomto typu úderu může velmi snadno dojít ke zranění prstů, jak měkkých svalových částí, tak kloubního prostoru. Zranit si můžeme zvláště jemné cévky, svalové a šlachové úpony v oblasti kloubů. Tato zranění se velmi špatně hojí a snadno se obnovují.

Pro osvojení výškového úderu použijme rytmická schémata, která jsme použili při nácviku basového a středového úderu. Rozpis cvičení provedeme schematicky i notově, abychom si úplně zvykli komunikovat a rozumět si pomocí těchto různých komunikačních jazyků. Nejdříve zařadíme cvičení na vytvoření výškového zvuku – úderu. V další fázi procvičujeme střídavé údery levou a pravou rukou a elementární rytmické útvary (jedničky, dvojky, trojky atd.), které jsou výborným cvičením na emancipaci levé a pravé ruky a slouží nám k pravidelnému – rytmickému propojování pravé a levé mozkové hemisféry. Pomocí těchto cvičení se také můžeme velice účelně a prospěšně rozehrávat. Výškový úder v notaci zapisujeme rovněž v basovém klíči (všeobecně se bubny notují v basovém klíči) na notě – e, viz Schéma č. 17.

Cvičení: jedničky, dvojky, trojky, čtyřky, pětky a šestky – variace

Schéma č. 17

a) L 8 + P 8 – L L L L L L L L + P P P P P P P P; nebo b) L 4 + P 4 – L L L L + P P P P; možno i c) P 3 + L 3 – P P P + L L L

a) L L L L L L L L P P P P
 P P P P



1: V V V V V V V V V V V V V V V V

b) L L L L P P P P L L L L
P P P P



1: V V V V V V V V V V

c) L L L P P P L L L P P P



1: V V V V V V V V

Cvičení opakuj podle potřeby.

Schéma č. 18

1: jedničky – L P L P L P L P

L P L P L P L P L P L
P L P



1: V V V V V V V V V V

Opakuj přiměřeně stále dokola, avšak ne do nekonečna. Zavčas přejdi k dalšímu cvičení.

Schéma č. 19

2: dvojky – LL PP LL PP LL PP LL PP

L L P P L L P P L L P P L P P



2: V V V V V V V V V V

Dychtivost, kterou z vás cítím, mi umožňuje představit další vícečetný úder jednou rukou, který se nám bude výborně hodit. Jsou to moje velmi oblíbené „3 – trojky“. Zvládnutí tohoto úderu nám ještě více zrychluje a uvolňuje zápěstí a má blahodárný vliv na rozvoj bubenického myšlení. Při objevování trojek začínáme ihned se střídavým hraním levou a pravou rukou a držíme se poznání, které jsme získali v předcházejícím čase. Začínáme levou rukou a bubnujeme podle Schématu č. 20. Ani nyní

nezapomínejte na prospěšné pravidlo „technika a zvuk“. Hraješ, posloucháš a pozoruješ ruce. Vzpomeň si také na přítelkyni představovou vizualizaci a ulož svou novou dovednost do paměti. Se všemi atributy si ji představ a přehraj nejprve v duchu.

Schéma č. 20

3: trojky – LLL PPP LLL PPP LLL PPP LLL PPP

L L L P P P L L L P P P

3: V V V V V V V V V V V V

I tomuto cvičení věnuj přiměřený čas. Příliš dlouhé setrvání u jednoho schématu vede k únavě mozku a můžeme se dostat do fáze tzv.: že nám to už „hlava nebere“ a ruce se nám začnou plést a nechtějí dělat, co po nich chceme. V takové chvíli je lépe si udělat pauzu a pokračovat posléze jiným cvičením nebo bubnování přerušit a konat úplně jinou činnost.

Po trojkách můžeš zařadit čtyřky, které schematicky přeskočíme a podíváme se rovnou na velice zajímavou elementární rytmickou strukturu, kterou jsou 5: pětky. Opět hrajeme nejdříve levou rukou a následovně pravou, viz Schéma č. 21a). Pětky se také dají různě členit. Můžeme hrát schéma 3+2; 2+3; 4+1; 1+4; 2+2+1; 2+1+2 nebo různě kombinace střídat po sobě. Pro názornost nám postačí jeden příklad, který uvádím v Schématu č. 21b).

Schéma č. 21

a) 5: pětky – LLLLL PPPPP LLLLL PPPPP

L L L L L P P P P P L L L L
L P P P P P

1: V V V V V V V V V V V V V V V V V V V V

b) 5: pětky složené – 3 + 2; LLL PP LLL PP LLL PP LLL PP; PPP LL PPP LL PPP LL PPP LL

L L L P P L L L P P L L L P P
L L L P P

3+2: V V V V V V V V V V V V V V V V V V V V V

U tohoto modelu hrajeme všechny údery ve stejném tempu, stejnou silou a myslíme na všechny přívlastky zkušeného úderu. Představa, technika, zvuk, zraková a sluchová kontrola. Levá ruka, volba začínající ruky a její výměna – stejnorukost. Po chvíli můžeš přidat dynamiku. V průběhu hraní zeslabuj a zesiluj, kupříkladu: trojky nahlas, dvojky potichu, nebo průběžně zeslabuj do minimálního zvuku a postupně zesiluj do velké hlasitosti. Variant je opravdu mnoho a nabízejí se ti k použití. Dalším způsobem cvičení je postupné zrychlování, až do maxima, které jste momentálně schopni zahrát a zase od pomalého tempa do maximálního možného zrychlení.

A tak dále, různé varianty a přiměřeně dlouho. Nepřepínej svoje síly a nesetrvávej příliš dlouho u jednoho modelu. Lepší výsledky dosáhneš častější změnou, nemusíš cvičení zvládnout dokonale hned napoprvé. Cvičení do úmoru tě může zavést do uličky stagnace, ze které se obtížně hledá cesta ven. Očekávaný pokrok se jakoby nedostavuje a motivace k dalšímu hraní klesá. Proto se nepřemáhej! V takové chvíli si dej raději i několik dnů pauzu. Během této přestávky se ti může stát, že tě začnou bolet ruce. To je vynikající signál, ruce samy touží po zátěži, po bubnování, a takto ti to dávají na vědomí.

Tak tedy neváhej a hraj!

Jedničky, dvojky, trojky, čtyřky, pětky, šestky a jejich kombinace nám slouží k vytváření zásobárny elementárních rytmických útvarů a dovedností, ze kterých se potom skládají složitější rytmické modely a struktury. Tato zásobárna nám slouží jako operační paměť plná elementárních rytmů a úderů, které posléze začne mozek sám kombinovat a vytvářet tak složitější rytmy.

Popsaná cvičení se nám stanou zábavou v okamžiku, když si ujasníme a pochopíme, že je to počátek krásného výletu do hor, ze kterých je nádherný rozhled pohádkovou krajinou, plnou přátelských bytostí, které nám chtějí pomáhat. Je to barevná krajina zářivého jasu a neustále vířících rytmů, pulzujících a tepajících zvuků. Nejdříve ovšem musíme zdolat nelehký výstup směrem vzhůru a občas budeme muset i kousek sestoupit. Pojdme to vše vydržet, abychom nedosahovali vrcholu již v základním táboře. Tvůj buben je tvým přítelem, rádcem, ochráncem a průvodcem na této cestě.

Těmito cviky nutíme mozek pracovat vrstevnatě, ve více rovinách najednou. Postupně si rozšiřujeme vědomí. Na tomto místě kapitoly, v této chvíli, by každý mohl mít zvládnuté základní údery a jednoduché rytmické rozdělení. Pokud jste opravdu upřímně absolvovali část „**Jak se na něj hraje?**“, máte k použití takový počet dovedností, který vám umožňuje směle brouzdat horskou bystřinou dalšího textu a nořit se do hladin dosud neznámých rytmických a zvukových jezer. Ostatně to děláte pro svůj buben a pro sebe. Zatím.

Doposud jsme sledovali výuku a výklad vytvářený pro velice chápající a talentované samouky. Slovy lze určitě techniky, postupy a jejich nácvik popsat velice obtížně. Bez kontaktu s lektorem výuky hry na djembé se můžeme dopustit chyb a ve svém rozvoji poněkud zabloudit. Při výuce hry na jakýkoliv hudební nástroj je úplná absence učitele nemožná. Vždy musíme alespoň nějakým názorným



způsobem získat základní představu o konkrétním nástroji a způsobu hry na něj. Nejrychlejší a nejsnadnější je to s dobrým učitelem, který je zároveň vynikajícím hráčem.

Při práci se skupinou volíme systém názorné výuky nápodobou. Lektor vysloví pouze úvodní instrukce a klienti, žáci, studenti, opakují vše podle něj, tzv. nápodoba. Veškeré pohyby rukou, kterou rukou, jak a kolikrát, místa úderů, množství a kvalitu úderů, vše, co lektor činí při hraní na djembe, se skupina snaží co nejvěrněji opakovat. Tento způsob výuky je bez složitého vysvětlování a popisování absolutně nejrychlejší a nejúčinnější. Napodobováním se žáci nejsnáze naučí základní pohyby rukama, základní údery na djembé a elementární rytmické útvary. Zároveň tento model používáme v muzikoterapii při aktivní relaxaci. Elegantně se vyhneme výuce a zbytečnému a neúčelnému verbalizování. Z terapeutického pohledu jsou výukové a verbální postupy neúčelné a nepoužíváme je. Při Bubnohraní se používá technika skupinového hraní na djembe a probíhá formou hry a motivačního příběhu, kterým terapeut uvede a zahájí relaxaci. Vše ostatní se děje jakoby samo. Významnou úlohu zde hraje tvůrčí a kreativní potenciál terapeuta a jeho schopnost empatie a vhledu. Muzikoterapeut svou hrou, zpěvem, mimikou, očním kontaktem, dalšími výrazovými – expresivními prostředky a celkovým pozitivním vyzářováním terapii řídí, formuje a posouvá ke kýženému cíli, který je stanoven terapeutickým záměrem a zvolenou technikou. Při bubnování se skupinou, která navštěvuje nejen workshopy Bubnohraní a je záměrem se naučit hrát na buben djembe, používáme tento model také. Nazýváme ho bubnovou rozcvičkou. Začínáme vždy od úplně nejjednodušších pohybů. Hrajeme jemně výškový úder a pravidelně střídáme levou a pravou ruku. Další postup záleží vždy na typu skupiny, se kterou pracujeme – zdali se jedná o terapeutickou skupinu nebo žáky a studenty hry na djembe. Nemá význam dále podrobně vypisovat různé modifikace a typy přesných postupů bubnových rozcviček, respektive průběhů aktivních bubnových relaxací. V mnoha případech, můžeme říci takřka vždy, pracujeme tvůrčím způsobem. Sledujeme vývoj ve skupině a podle něj formujeme náležitý vývoj terapie, či výuky.

Potřebné elementární rytmy

Uvedeme několik základních rytmických schémat – elementárních rytmů, které pravidelně používáme. Jejich účinnost a vhodnost je ověřena více jak dvaceti pěti lety praxe a mnoha tisíci hodinami praktického používání v pasivní i aktivní muzikoterapii pro všechny klienty bez rozdílu zdravotního či sociálního zařazení.

Bubnové schéma „Tum ta-ta tu-tu ta-ta“ s výškovým úderem

Matko Země, otče Slunce

Matko Země, otče Slunce, bratře Měsíci, sestro Venuše a ty, Veškerý Vesmíre! Stůjte nyní na mé straně a dejte mi svou sílu!

Velký medvěd, Velký orl, Divoký kanče, Rychlý jelene a ty, Černý havrane! Stůjte nyní na mé straně a dejte mi svou sílu!



Živel země, Živel Oheň, Živel Voda, Živel Vzduch a Živel éter! Stůjte nyní na mé straně a dejte mi svou sílu!

Matko Země, otče Slunce, bratře Měsíci, sestro Venuše a ty, Veškerý Vesmíre! Stůjte nyní na mé straně a dejte mi svou sílu!

Máme před sebou první skutečně kompletní elementární rytmickou figuru s použitím všech tří základních úderů – basového, středového a výškového, s kombinací jedniček a dvojek. Rytmické říkadlo – Tum ta-ta tu-tu ta-ta nás informuje o čtyřčtvrtečním taktu – 4/4, o rukokladu – kterou rukou kolikrát zahrát. Upřesnění najdeme v notovém a schematickém zápise, viz Schéma č. 22 a). Pro tento rytmus máme k dispozici rovněž jednoduchý text, melodii a tanec v kruhu, viz Schéma č. 22 b). Tanec se prostřednictvím textu učí velice obtížně, proto se o něm zmíním jen náznakem. Tančíme obřadní tanec v kruhu podle rytmu. Kroky přizpůsobíme tempu, rytmu a obsahu textu. Text je zjednodušením úvodní básně této podkapitoly.

Matko Země, otče Slunce, stůjte nyní na mé straně!

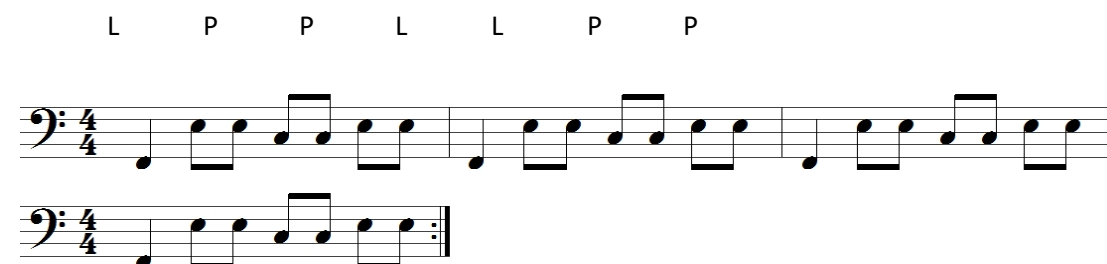
Héja, Héja, Héja, Héja, Héja, Héja, Hej!

Velký medvěde, Velký orle, stůjte nyní na mé straně!

Héja, Héja, Héja, Héja, Héja, Héja, Hej!

Schéma č. 22

a) bubnový rytmický zápis



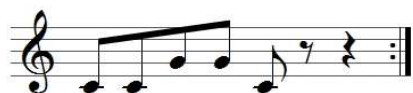
1+2: B V V S S V V

Tum ta ta tu tu ta ta

b) zápis textu a melodie písni

Mat-ko Ze-mě ot-če Slun-ce stůj-te ny-ní na mé stra-ně Hé-ja Hé-ja Hé-ja
ja Hé-ja





Hé-ja Hé-ja Hej!

Ve druhé sloce „Velký medvěd“... melodii přizpůsobíme textu. Vidíme, že melodie písně je zcela triviální – pouze na dvou tónech. Což je ovšem v muzikoterapii velice výhodné, praktické a účinné. V reálu přizpůsobíme ladění našim bubnům. Nikdo nemůže očekávat, že budou bubny přesně naladěné v C dur a melodii budeme zpívat přesně podle notového zápisu. Zápis melodie nám v tomto případě slouží pouze k představě, jaká vzdálenost je mezi jejími tóny, a jaké je rytmické rozdělení taktové doby i melodie samé. Píseň „Matko Země“ je obřadním typem bubnového tance, který se hraje a zpívá na zahájení slavnosti či koncertu, nebo muzikoterapeutické pohádky. Text písně doplňujeme náležitými pohyby rukama, tělem a pantomimicky ho dotváříme. Pomocí velkých jasných a přehledných gest znázorňujeme jednoduše obsah textu. Stejně jako v rytmické složce písně i v gestice aplikujeme krátké opakující se sekvence. Takovým způsobem dále umocňujeme muzikoterapeutické působení a prožitek klientů. Vidíme zde příklad muzikoterapeutické aktivní relaxace s využitím tanečních, pohybových a dramatických prvků. Terapeutickou skupinu rozdělíme na bubeníky, zpěváky a tanečníky. S každou částí skupiny vytvoříme příslušnou aktuální činnost, nepíme na přesném nácviku – vše přijde časem. Klienti napodobují hlavního muzikoterapeuta a koterapeuty. Vše probíhá hravou formou, nic není chyba, vše je správně, vše řešíme s úsměvem.

Pojmenovali jsme další z principů celostní vedení workshopu bubnování při Bubnohraní. Při aplikaci aktivní formy – aktivní relaxace – nikdy nehodnotíme výkony žáků, klientů. Vše je správně. Neberme ovšem ani tento výrok absolutně. Musíme rozlišovat, co patří do výuky a co se už vymyká předpokládanému, či obvyklému průběhu. Excesy a abnormality bychom měli umět rozpoznat a přiměřeně na ně reagovat, adekvátně je zpracovat. Celý proces řídí a koriguje pouze lektor a ten je zodpovědný za optimální a prospěšný průběh. Žáci prožívají, reagují a dotvářejí svou spontánní činností celý akt v rámci workshopu.

V průběhu popisované aktivního hraní se žáci postupně vystřídají. Všichni projdou postem bubeníka, zpěváka i tanečníka. Ostatní personál – učitelé, asistenti, se aktivně zapojují do procesu a je klientům nápomocen při zvládnání všech dovedností.

Bubnové schéma „Tep srdce“

Pasivní relaxace v rámci workshopu Bubnohraní má svoje principy, postupy a přesně pojmenované náležitosti. Těmto kritériím podléhají i elementární rytmické struktury používané při relaxacích. Výchozí parametry vždy dodržujeme. Na prvním místě mějme stále prospěch žáků. V oblasti rytmů a rytmických struktur aplikovaných na workshopu platí několik základních a neměnných pravidel. Vyjmenujeme je nyní v logické návaznosti a v souvislostech našeho konání. Pro jednu relaxační píseň zvolíme konkrétní rytmickou figuru, jejíž vhodnost je náležitě a dlouhodobě ověřena. V průběhu jednotkové relaxační části, která trvá zhruba osm až deset minut, zvolenou figuru zásadně neměníme a udržujeme stále tempo. Variace jsou možné, ale základní rytmický tep musí zůstat zachován.



Zpomalování tempa je možné až na úplný závěr. Dynamiku držíme v adekvátní úrovni, která odpovídá typu terapeutické skupiny, prostředí, ve kterém pracujeme, a jeho akustickým možnostem. Hloubka relaxace a kvalita relaxačního procesu nezávisí na dynamice – síle našeho hudebního projevu. Mýlná je teze, že relaxační hudba má být klidná a tichá. I hybné, svěží a dynamické bubnové rytmy a písně poslouží výborně a účinně relaxačnímu účelu. Spíše bychom se měli vyhnout náhlým, či nečekaným dynamickým změnám. Pracujeme s dynamikou, ale plynule a na větších hudebních plochách. Použijeme obvyklá rytmická schémata našeho kulturního teritoria. Nejčastěji se vyskytující rytmická periodizace na světě je čtyřdobý takt a opakování čtyřtaktových úseků jako základního stavebního kamene hudebních struktur. Přidržíme se řečeného. Rozhodně to bude ku prospěchu našich klientů, muzikoterapie, i nás samotných. Vyjmenovaná pravidla vyplývají také z fyziologie lidské buňky, tvorby a průběhu jejího energetického potenciálu. Lidská buňka potřebuje k postupné energizaci a jejímu udržení osm až deset minut konstantního příjmu zdrojového působení, v našem případě použité živě hrané hudby. Hudební „bubnový“ tok by měl mít po vymezenou dobu stejné tempo, vyrovnanou a parametricky přiměřenou dynamiku, jednu libozvučnou modalitu, žádnou harmonickou změnu, stejné nástrojové i vokální obsazení a pro maximální účinek by měl být hrán živě, na akustické nástroje s přirozeným laděním, vyrobené ručně z přírodních materiálů. Zvolený koncept vyžaduje dodržování těchto parametrů. Lidská buňka se při popsaném působení energeticky nabije a tento potenciál si dokáže udržet. V jiných případech dochází k jejímu vybíjení a kýžený účinek neprobíhá, právě naopak. Vyjmenované informace jsou výsledky dlouholetých lékařských výzkumů vědeckých týmů na mnoha pracovištích ve světě a jsou potvrzeny stovkami subjektivních výpovědí našich klientů i frekventantů kurzů muzikoterapie, či absolventů studia celostní muzikoterapie, neméně ovšem vlastními pozorováními během tisíců hodin terapeutické práce.

Rytmický model nazývaný „Tep srdce“ je v relaxaci zcela výjimečným fenoménem a účinným pomocníkem. Napodobuje skutečný tep srdce a slouží ke zpomalení a k ustálení tepové a dechové frekvence. Zaměřujeme se na fyziologické procesy a ustálení acidobazické rovnováhy, což jsou elementy fyziologické podstaty relaxačního procesu. Rytmus „Tep srdce“ hrajeme na dva basové bubny položené na zemi, na kterých obkročmo sedíme. Bubnujeme pouze basový úder do středu bubnů a současně terapeuticky zpíváme. Píseň je už obsažená v hlasech bubnů, stačí jen vnímat, poslouchat a zpívat slyšené. Rytmicky, úderově a schematicky nám „Tep srdce“ přiblíží Schéma č. 23.

Schéma č. 23

LP LP P LP LP P LP LP P LP LP P

1.: B B B B B B B B B B B

Tep srdce hrajeme souběžně levou i pravou rukou na dvou bubnech basovým úderem. Základ figury hraný na první a druhou dobu v taktu hrajeme oběma rukama mezzoforte – ve střední dynamice a třetí dobu hrajeme pouze pravou rukou a slabě, což je znázorněno schematicky malými písmeny (P a B) nad

a pod notou. Vidíme, že rytmus je taktován ve třetíčtvrtovém taktu. V reálu toto rozdělení ani příliš nevnímáme, neboť třetí doba je hrána tlumeně a na první a druhé době je stejný důraz. Tep srdce je náročný hlavně v udržení neměnného tempa. Vypadá to snadně, ale v praxi má většina lidí tendenci někam neustále pospíchat, a tím pádem zrychlovat. Muzikoterapeutická síla této rytmické figury je právě v její jednoduchosti, stálém tempu a nezadržitelné neustálosti a naléhavosti. Srdce rovněž bije bez přestání a naléhavě, životně důležitě.

Bubnové schéma „Samba“

Bubnové schéma „Samba“ je skutečně základním sambovým rytmem, tak jak jej můžeme slyšet v podání iberoamerických hudebníků – Brazilců. Samba je latinskoamerický tanec ve 2/4 nebo 4/4 taktu. Naše samba (použitý rytmický vzorec) je ovšem pouze určitým derivátem latinskoamerického rytmu a tance. Nicméně nám pro naše bubnování poslouží výborně. Nemá smysl se učit detailně žádné rytmické schéma cizokrajných kultur. Neznáme pořádně jejich historii ani kulturní vývoj a souvislosti jejich minulého a současného života. Nejsme prodchnuti národním duchem ani energií a podnebím cizokrajného teritoria. Jsme příslušníci národa rovněž složeného z řady typických kulturních skupin, které mají společnou hlavně řeč a historii. I u nás sledujeme krajové odlišnosti v mluvě, v lidových zvycích, tancích a hudbě. I kdybychom si oblékli sambové pestrobarevné kostýmy, dohněda se opálili a naučili se portugalsky, Brazilci z nás nebudou a k jejich hudebnímu i tanečnímu projevu se budeme stále pouze přibližovat. Buďme sami sebou v myšlení, v kultuře, v národní hrdosti, v hudbě, tanci i muzikoterapii. Proto jsem napsal, že naše „samba“ je určitým derivátem brazilské – originální. Celé schéma se budeme učit po částech, bude to pro nás výhodné a rychlejší. Jednotaktové schéma rozdělíme na dvě části. Každou část můžeme také hrát samostatně i současně přes sebe. Krásně do sebe zapadají. Začneme chronologicky první částí – prvním taktem, viz Schéma č. 24 a).

Schéma č. 24

a) první takt

L	P	L	P	L	P	L	P	L	P	L	P
L	P	L	P								



1: B V V V B V V V B V V V B V V V

Opakuj mnohokrát dokola. Začni v pomalém tempu a vytvoř nejdříve přesný rukoklad s patřičnými údery. Posléze můžeš tempo zrychlovat. U samby je důležitá neměnnost tempa a taneční, houpavý vnitřní pocit při interpretaci i tanci.

b) druhý takt

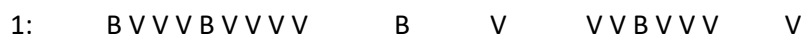
L	P	P	L	P	L	P	P	L	P	L	P
P	L	P	L	P	P	L	P				





Po zvládnutí 1. a 2. části je možné začít hrát obě dohromady. Spojíme obě části v jednu formu, viz Schéma č. 25. A najednou tu máme už velmi slušnou bubenickou práci a zároveň i písničku. Tempo zvolíme nejprve pomalé a posléze ho můžeme stupňovat, ale velmi citlivě a ve prospěch věci. Jako vždy nepřehánět a zavčas nastolit změnu. Opět nezapomeň vystřídat ruce, a pokračovat tak v emancipování levé a pravé ruky.

L	P	L	P	L	P	P	L	P	L	P	L
P	L	P	P	L	P						



Kolik je národů, hudebníků a bubeníků v nich a jejich vzájemného propletení a kombinování, tolik bychom mohli sestrojít variant a rozvíjet základní rytmické vzorce. Vypisovat další modely není nutné, každý si vytvářej dle vlastní chuti, potřeby, dovednosti a fantazie. Měli bychom ale ctít charakter základního rytmického modelu. Variace ho má podpořit, umocnit, nikoliv zamlžit. Bude to alespoň větší rytmické a bubnové dobrodružství.

Z Jižní Ameriky se rychlostí myšlenky přemístíme na východ Středomoří, do světa orientálních krasavic, vůně koření a čajů, podmanivých tanců a hudby. Průvodcem celým tímto světem nám bude rytmus zvaný „Velbloud“. Skutečně má charakter jízdy a pohybu tohoto vytrvalého, i když trochu bláznivého zvířete. Hned na počátku si představme karavanu putující pouští směrem ke vzdálené oáze. Postupně míjíme pozůstatky méně šťastných cestovatelů, několikrát zahlédneme fata morgánu. Velbloud i jeho pohyb zůstává klidný a houpavý. Stejný bude náš přístup k vytváření tohoto rytmického modelu i k jeho interpretaci. Základní model „Velblouda“, který společně vytvoříme, nám přináší Schéma č. 26.

Schéma č. 26

L	P	P	L	P	L	P	P	L	P	L	P
P	L	P	L	P	P	L	P				



1: B V V B V B V V B V B V V B V B V V B V

Hrajeme zcela klidně, uvolněně, nikam nespěcháme, stejně jako velbloud. Fata morgána ani oáza nám neutečou. Jedná se o arabsko-turecký rytmický model slyšitelný takřka ve všech písních této kulturní oblasti. Naše hra je taneční, ovšem nepostrádá ono zvláštní napětí přítomné v arabské hudbě. I tomuto rytmickému modelu pomůže, pokud přikročíme k periodizaci vyššího řádu. Vytvoříme čtyřtaktové modely, které předělíme – spojíme jednotaktovou mezihrou. Meziher můžeme vytvářet velké množství, ale někde je potřeba začít. Základní jednotaktovou mezihru si nyní představíme ve Schématu č. 27.

Schéma č. 27

L	P	L	P	L	P	L	P	L	P	L	P
L	P	L	P	L	P	L	P	L	P	L	P



1: B V V S V V B V V S V V B V V S V V B V V
 S V V

Začínáme vytvářet mezihru od úplně pomalého tempa. Naším cílem je základní typ rytmické mezihry, jejíž modifikace budeme používat v mnoha praktických okamžicích. Zaměříme se na rukoklad a na přesné provedení úderů technicky i zvukově. Pomůckou nám bude říkadlo: „**ta levá, ta pravá, ta levá, ta pravá**“. Jak vyslovujeme, tak i hrajeme. Říkadlo nám má pomoci uvědomit si, kterou rukou začneme hrát vždy jednu trojici not. Ve skutečnosti hrajeme stále střídavě levou a pravou rukou! Máme zvládnuté pomalé tempo, tedy tempo, ve kterém figuru zahrajeme s lehkostí a bez přemýšlení. To je signál, abychom začali postupně zrychlovat. Vždy ovšem přiměřeně našim momentálním schopnostem. Nemá žádný smysl usilovat o rychlost, pokud nám ruce nehrají přesně. Pakliže si v pomalejším tempu vytvoříme a nevědomky zafixujeme nepřesnost, v rychlejších tempech nám budou přibývat komplikace. Nyní je nutné velblouda s mezihrou začít cvičit dohromady. K tomu nám podá instrukce Schéma č. 28.

Schéma č. 28

L P P L P L P P L P L P
P L P

L P L P L P L P L P

Je nejvyšší čas číst noty a oprostit se od pomocných schematických zápisů. Z toho důvodu píšu jen noty. Přinut se podle nich zahrát velblouda s mezhrou. Při nácviu mezhry jsem použil 6/8 – šestiosminový takt. Při učení je jednodušší na pochopení i zahrání. V kontextu se 4/4 zápisem velblouda musíme ovšem již použít skutečnou rytmickou vazbu a tou je notace mezhry malými triolami. Pojďme tuto výzvu přijmout jako jedinečnou možnost osobního rytmického a intelektuálního rozvoje. Bude nám to zajisté ku prospěchu. Velbloudích mezhry máme k dispozici plnou rytmickou spižírnu. Jsou mezhry typově orientálně charakteristické i poněkud implantované. Máme možnost si vybrat. Měli bychom ovládat minimálně čtyři. Jednou z nich může být i pauza na celý takt. Další rytmické vrstvení velblouda vyžaduje vysvětlení učitelem. Z toho důvodu se nebudeme do dalších podrobností pouštět. Pro základní uchopení rytmického schématu „Velbloud“ nám sdělené informace bohatě postačují.

V této chvíli máme k dispozici několik základních rytmických schémat, která nám pro začátek naší bubnové kariéry bohatě stačí. V Bubnohraní používáme mnohem větší množství rytmických figur a také vytváříme nové a další. Pro základní pochopení a naučení se bubnovým dovednostem jsme dobře vybaveni. Šířeji i hlouběji koncipovaná výuka by si vyžádala dvousetstránkovou učebnici zaměřenou pouze na problematiku zvládnutí hry na buben djembe.

Všechny tyto rytmy a rytmické modely se učíme proto, abychom je posléze opustili. Samozřejmě ne definitivně a ne zcela. Tento paradoxní výrok prozkoumejme citlivěji. Dosavadní cvičení nás učinila součástími vibrujícího království rytmu a umožní nám spojení se v jednu bytost s naším bubnem. Jsou naší rytmickou bankou, která nám poskytuje úvěr dobrovolně, sama od sebe a nepožaduje žádný úrok, pouze dobrovolnou věrnost. Bubnování je pro mnohé z vás, pro jednotlivé složky vaší bytosti, činnost nová, doposud nekonaná a ve vlastním nitru neprožívaná. Ruce a ostatní části těla zapojené při bubnování rády přijímají, i přes počáteční nepohodlí, nezvyklé pohyby. Vaše sluchové ústrojí se učí vnímat zvuky produkované přímo vámi a na neobvyklý nástroj. Mozek a psychika zvládají energetické impulzy nebývalé síly a řeší nové úkoly. Proto se učíme elementární rytmické figury a jejich kombinace, aby se staly naší součástí, a v tom okamžiku už je intuitivně používáme a jako bychom je zdánlivě

odložili. Naše podvědomí ovšem dále pracuje pro nás a tyto korálky navléká na hedvábné nitě a věší nám je na ruce a náš buben.

Při Bubnohraní a výuce dalších bubnových dovedností je nejlépe vyhledat zkušeného učitele. Při učení se základních úderů a zvuků bubnu jsme již načerpali některé elementární rytmy a figury. Nyní máme skvělou příležitost jejich zásobárnu doplnit. Z elementárních rytmů se skládají rytmické figury, z těch potom vytváříme složené rytmy – rytmické modely, schémata a další více taktové útvary. Pakliže jich máme dostatek v zásobě, stačí je pouze vytahovat, seřazovat, kombinovat a variovat. Abychom měli naše rytmické jezero napuštěné správnou vibrační tekutinou, v potřebném množství, hustotě a barvě, pojďme realizovat hraní skupinové. To je ideální forma výuky a vede k nejlepším výsledkům. Skupina vytváří vždy pro každého jejího člena oporu a při společném hraní rytmický základ, který si doma těžko někdo obstará. Ve skupině se často sejdou lidé, kteří úplně začínají, s pokročilejšími bubeníky. Tento prvek je výhodou, a tak s ním pracujeme. Elévové se rychleji posouvají kupředu a zkušenější adepti mají prostor se lehce předvést, ostatním pomoci a zároveň dostanou vždy náročnější úkol. Celý systém má tedy obousměrně vysokou motivační a aktivační úroveň.

Při workshopu Bubnohraní na šamanský buben a perkuse používáme popsané postupy a metodiku adekvátně zvolenému nástroji. Principy a základy jsou ovšem stejné.

Závěr:

Metodiky workshopu bubnování a hry na perkuse se současným zpěvem a eventuálně pohybem v rámci workshopu Bubnohraní je významnou pomůckou při rozšiřování kompetencí učitelů základní školy. Zasahuje do oblasti muzikofiletiky. Muzikofiletikou zde rozumíme výhradně využití základních, jednoduchých muzikoterapeutických postupů pro podporu, zkvalitnění a zatraktivnění výchovně vzdělávacího procesu. Tím v našem případě máme defakto na mysli celý mnohohrstevnatý proces Bubnohraní. Pokud chceme, aby bubnování fungovalo v popisované úrovni a významu, je nezbytné patřičnou měrou věnovat pozornost i přípravě učitelů, lektorů, kteří budou bubnování používat při své práci. Na prvním místě pro nás ovšem budiž prospěch dětí, žáků základní školy a jejich harmonický rozvoj, radost a štěstí ze školní docházky.

Zpracoval: PaedDr. Lubomír Holzer



6 Příloha č. 3 – Závěrečná zpráva o ověření programu v praxi

Výzva Budování kapacit pro rozvoj škol II
Povinně volitelná aktivita č. 3, 4, 6 a 7

Zpráva o ověření programu v praxi závěrečná

V průběžné zprávě uvádějte informace o ověření programu s jednou ověřovací skupinou v případě, že bude probíhat následné ověření s další ověřovací skupinou.

V závěrečné zprávě uvádějte souhrnné informace shrnující/rekapituluující celý proces (všechna) ověření programu, popř. informace o ověření programu, které bude realizováno jen s jednou ověřovací skupinou.

I.

Příjemce	Středisko služeb školám a zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků Brno, příspěvková organizace
Registrační číslo projektu	CZ.02.3.68/0.0/0.0/16_032/0008190
Název projektu	Ve škole po škole
Název vytvořeného programu	Bubnohraní
Pořadové číslo zprávy o realizaci	7.

II.

Místo ověření programu	Datum ověření programu	Cílová skupina, s níž byl program ověřen ¹
Základní a mateřská škola Didaktis, Brno	únor 2020 až červen 2021	Žáci 3. a 4. ročníku ZŠ

¹ Uvedte stručně charakteristiku a velikost skupiny (např. 25 žáků 7. ročníku ZŠ apod.) a název organizace.

1



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



III.

1. Stručný popis procesu ověření programu

a) Jak probíhalo ověření programu (organizace, počet účastníků, počet realizátorů atd.)?

Program byl realizován formou 15 dvouhodinových lekcí, 2 workshopů a závěrečného koncertu. Programu se zúčastnilo 12 dětí z 3. a 4. ročníku, 2 lektorky a 1 externí lektor.

Zástupci formálního vzdělávání, 2 lektorky (učitelky z Didaktisu) zajistily metodickou a didaktickou podporu Bubnohraní. Zástupce neformálního vzdělávání zajistil hlubší a intenzivnější prožitek díky své hudební a muzikoterapeutické profesní praxi.

Při realizaci programu byla využita forma skupinové práce. Individuální péče byla zajištěna přítomností druhé lektorky.

b) Jaký byl zájem cílové skupiny?

Cílová skupina pracovala velmi aktivně a se zájmem. Zvládnutí jednotlivých dílčích výstupů pro cílovou skupinu bylo motivující. Díky tomu se podařilo výstupy úspěšně zvládnout.

c) Jaká byla reakce cílové skupiny?

Cílová skupina reagovala vstřícně, se zájmem. Žáci od začátku pracovali aktivně, sami přinášeli a realizovali nové nápady. Nejvíce ocenili skupinové hraní a improvizace.

K pozitivní motivaci přispělo, že někteří žáci se učili na hudební nástroje na Základních uměleckých školách a mohli zde uplatnit svoje schopnosti a dovednosti. Pomohli podpořit souhru a tvorbu hudebních částí programu. Samotný program byl motivací a jeden účastník se přihlásil na hru na bicí na ZUŠ a další dva začali hrát na melodické nástroje.

2. Výsledky ověření

a) Výčet hlavních zjištění/problémů z ověřování programu:

První problém byl naučit žáky dodržovat pravidla při hraní na nástroje. Proto se při druhém ověřování na dodržování pravidel kladl větší důraz a byl více zapracován do metodiky. Druhý problém bylo dodržovat časovou dotaci jednotlivých dílčích aktivit. Zde se to vyřešilo větším zapojením druhé lektorky.

b) Návrhy řešení zjištěných problémů:

Je potřeba, aby od začátku byli lektori důslední a věnovali lekci, která je věnovaná pravidlům velkou pozornost a s žáky to prodiskutovali, aby pochopili, proč je to důležité. Čas se dá ohlídat s pomocí druhého lektora, který zajišťuje i větší individuální práci s jednotlivými žáky nebo menšími skupinami.

c) Bude/byl vytvořený program upraven?

Ano, program je upraven.

2

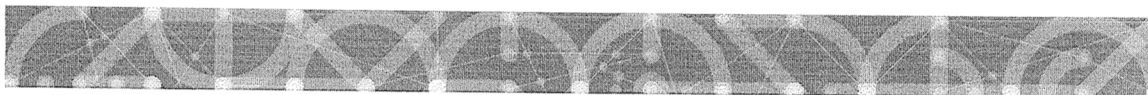


EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání





d) Jak a v kterých částech bude program na základě ověření upraven?

V první lekci Hra na djembe se zvýšila časová dotace na tvorbu pravidel. Celá aktivita na tvorbu pravidel se změnila, jde nyní více do hloubky, pracuje se s porozuměním a zpětnou vazbou od dětí.

3. Hodnocení účastníků a realizátorů ověření²

a) Jak účastníci z cílové skupiny hodnotili ověřovaný program?

*Pomocí dotazníku, bodového hodnocení a smajlíků.
Na bodové škále získal nejvyšší ohodnocení.*

b) Co bylo v programu hodnoceno v rámci ověřovací skupiny nejlépe?

Nejvíce ocenili hru na djembe, instrumentální orchestr a workshopy. Hojně byly zmiňované i instrumentační skladby.

c) Jak byl hodnocen věcný obsah programu?

Získal na bodové škále vysoké body a pozitivní smajlíky. Ocenili atraktivnost programu, možnost velkého výběru nástrojů, na které se naučili hrát.

d) Jak bylo hodnoceno organizační a materiální zabezpečení programu?

Bez připomínek.

e) Jak byl hodnocen výkon realizátorů programu?

Pozitivními smajlíky.

f) Jaké měli účastníci výhrady/připomínky?

Občas měl někdo připomínku, že mu nešel úplně 100% nějaký rytmus a rád by se v něm zdokonalil.

g) Opakovala se některá výhrada/připomínka ze strany účastníků častěji? Jaká?

Ne.

h) Budou případné připomínky účastníků zapracovány do další verze programu?
Pokud ne, proč?

Nevyskytla se žádná opakující se připomínka od účastníků, proto nebyl program upraven.

i) Jak byl program hodnocen ze strany realizátorů programu?

Program se ukázal jako atraktivní a realizovatelný v plném rozsahu.

² Vychází z evaluačních dotazníků žáků, učitelů, realizátorů programů – pracovníků neformálního vzdělávání či záznamů z rozhovorů s dětmi, které příjemce uchovává pro kontroly na místě.





j) Navrhují realizátoři úpravy programu, popř. jaké?

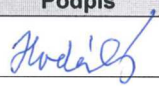
Nenavrhují. Vše již realizátoři zpracovali do finální verze.

k) Budou tyto návrhy realizátorů zpracovány do další verze programu? Pokud ne, proč?

Realizátoři nenavrhli jiné připomínky, vše již do finální verze zpracovali.

l) Konkrétní výčet úprav, které budou na základě ověření programu zpracovány do další/finální verze programu:

Do finální verze již byly zpracovány připomínky z 1. ověřování.

	Titul, jméno, příjmení	Datum a místo	Podpis
Zpracoval/a	Mgr. Jitka Hodálová	19. 7. 2021, Brno	

4



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání


MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

