



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



Internacionalizace, spolupráce, inovace, reflexe a evaluace v přípravě budoucích učitelů

CZ.02.3.68/0.0/0.0/19_068/0015764

Metodika předmětu

Pěvecká výchova 2

KHK/PEV2

Autor metodiky

Mgr. et Mgr. Romana Feiferlíková, Ph.D.



Metodika výuky předmětu Pěvecká výchova (PEV2)

Cíl metodiky a zaměření úprav předmětu

Cílem této metodiky je poskytnout podrobnosti a doporučení k realizaci předmětu KHK/PEV2 Pěvecká výchova 2, který je realizován na Katedře hudební výchovy a kultury na Fakultě pedagogické Západočeské univerzity v Plzni. Je to předmět pro studenty 1. ročníku bakalářského studijního oboru Hudba se zaměřením na vzdělávání v letním semestru, plynule navazuje na kurz ze zimního semestru KHK/PVB1.

Veškeré úpravy předmětu, které jsou popsány a komentovány v této metodice, byly provedeny ve snaze o podporu rozvoje kompetencí pro evaluaci a autoevaluaci pedagogické práce a reflexi výukových procesů u studentů oboru. Naší snahou bylo rovněž podporovat a rozvíjet pedagogicko-psychologické dovednosti v oblasti evaluace vzdělávacích výsledků žáků, poskytování zpětné vazby žákovi a metod hodnocení žáků. Cílem programu předmětu je vypěstovat základní dovednosti v oblasti zpěvu a získat tak kompetence pro zpěv samotný, jeho hodnocení i jeho výuky v rámci hudební výchovy. S evaluací se při pěveckých dovednostech pracovalo vždy, nyní je nově zařazena do sylabu předmětu. Zároveň je přidána autoevaluace, kdy se student sám učí hodnotit každý, byť částečný pokrok v získání pěveckých dovedností. Studenti jsou tak vedeni ke kritickému myšlení a komplexnímu pohledu na vlastní pěvecké aktivity.

Pro koho je metodika určena

Metodika pěvecké výchovy je pedagogům předmětu KHK/PEV2 Pěvecká výchova 2, použít ji mohou i studenti bakalářského oboru Hudba se zaměřením na vzdělávání.

Kdy byla metodika zpracována

Dokument byl zpracován v roce 2022. Autorem je vyučující předmětu R. Feiferlíková.

Rozsah metodiky

Dokument je zpracován v rozsahu 10 výukových lekcí, 22 stran.



Metodické poznámky pro vyučujícího

Pokyny pro pravidelnou a opakující se činnost učitele (je nutné opakovat v lekcích stejné činnosti, abychom časem získali dovednosti):

- Učitel analyzuje a opravuje **nádech a nádechové postavení**:
 - Nádech musí být intenzivní a hluboký do dolní části hrudního koše, preferujeme nádech pusou.
 - Při nedodržení správného nádechu je dech krátký a nevystačí na zpěv celé pěvecké fráze.
- **Dech musí být zastaven** a udržen v nádechovém místě:
 - Při zpěvu nevydechujeme, zpíváme na zastaveném dechu.
 - Při nedodržení uniká dech do tónu = tón je dyšný.
 - Při nedodržení nevytvoříme tzv. dechovou oporu, která je základním kamenem znělého zpěvu a která nám usnadňuje zpěv z hlediska intonačního i z hlediska kvality tónu.
- Učitel analyzuje a opravuje **posazení tónu**:
 - Pro realizaci tónu je třeba najít správné umístění v oblasti nosu nebo čela.
 - „Bod rezonance“ je jeden bod, do kterého pomocí výslovnosti souhlásky vyslovujeme tón, je dobré si bod předem vizualizovat.
 - Rezonance, posazení tónu „do masky“ je důležité pro nosnost a jasnost tónu, pro snadnější ovládání tvořeného tónu.
 - „Bod rezonance“ najdeme v oblasti kořene nosu, např. při dlouhé výslovnosti „N“ nebo opakovaném vyslovování slova banka, mango. Při výslovnosti je možné se prsty dotýkat nosu a hmatem snadno zjistíme, kde je místo s lehkou vibrací. A do tohoto místa se snažíme vyslovovat všechny souhlásky zpívaného textu.
 - Při nedodržení není výsledný tón znělý a nosný a pro jeho zesílení musíme použít tlaku, což ve výsledku ovlivní kvalitu tónu.
- Učitel analyzuje a opravuje **prostor v dutině ústní**:
 - Je třeba hlídat kulaté a vysoko vypjaté tvrdé patro a také přirozené uložení jazyka od kořene po špičku na dně ústní dutiny z akustických důvodů.
 - Při nedodržení není výsledný tón kvalitní (zní „rozplácle“ nebo jakoby s „plnou pusou“).
- Učitel analyzuje a opravuje **vyslovení samohlásek** do volného hrdla:
 - Je třeba hlídat hluboké vyslovení všech samohlásek s pocitem nízkého držení kořene jazyka a sníženého hrtanu s cílem uvolnění oblasti krku, což způsobí uvolněné znění tónu s plnou barvou a možnost využít dechovou oporou.
 - Při nedodržení je hlas mělký, méně barevný, málo nosný.
- Učitel analyzuje a opravuje **vyslovení souhlásek** vpředu:
 - Je třeba hlídat výslovnost souhlásek na horních zubech, tím zajistíme srozumitelnost zpívaného textu a posunutí tónu „do masky“.
 - Při nedodržení je hlas méně jasný, znělý a méně nosný.



Průběh výukové lekce

- Pokračujeme s teorií vztahující se k tvorbě hlasu, tato znalost je nutná k pochopení fungování hlasu.
- Lekci začínáme opět rozezpíváním. Opakujeme pěvecko-technická cvičení z minulého semestru a na nich upevňujeme již získané dovednosti.
- Po rozezpívání pokračujeme nácvičením skladeb. Notový materiál je vybraný předem a pro všechny studenty je stejný. Obsahuje jednoduché etudy, lidové písně ze sbírky L. Janáčka Moravská lidová poezie v písních. Důvodem jednotného repertoáru je urychlení práce při skupinové výuce.
- Novou skladbu napřed zazpíváme, analyzujeme notový zápis, ve kterém poukážeme na kritická místa a vysvětlíme, jak je řešit i s odkazem na pěvecko-technické cvičení které řeší stejný nebo podobný problém.
- Rozložení činností v hodině je ustálené, technická cvičení pravidelně opakujeme, nacvičené skladby taktéž, protože opakováním rozvíjíme a upevňujeme pěvecké dovednosti, ale také dovednosti sluchové, dále pak rozvíjíme evaluační a sebeevaluační kompetence.
- Skladby, se kterými se student seznámí ve výuce, pak dále procvičuje mimo výuku dle svého času. Získá-li pocit, že má skladbu již nacvičenou, nahraje ji a pošle vyučujícímu ke kontrole. Vyučující si nahrávku poslechne a ohodnotí. V případě kladného hodnocení nahrávku přijme, v případě nedostatků nahrávku okomentuje a navrhne studentovi, co a jak má opravit. Student pak znovu píseň nahraje a znovu pošle ke kontrole vyučujícímu. Celý proces se může několikrát opakovat, dokud vyučující nahrávku neuzná. Na neobratnosti může případně vyučující upozornit v přímé výuce a znovu probrat a procvičit řešení.
- Pro nahrávky písní využíváme domluvené úložiště.

Poznámka pro vyučujícího

Přímá výuka společně s kontrolou nahrávek je činnost náročná na čas. Ale určitě je tento kombinovaný způsob výuky pro studenty přínosný, protože kvůli nahrávkám musí pravidelně cvičit, čímž zlepšuje své dovednosti v oblasti pěvecké techniky. Své nahrávky podrobuje autoevaluaci a sám rozhoduje, zda nahrávku pošle, či zda udělá další, ve které se pokusí o zlepšení. Při časové dotaci 1 hodině týdně a skupinové výuce je to prospěšné.

Obsah lekcí

1. lekce

Teorie k tvorbě hlasu.

Opakování pěvecko-technických cvičení z předchozího semestru.

2. lekce

Teorie k tvorbě hlasu.

Opakování pěvecko-technických cvičení z předchozího semestru.

N. Vaccai č. 13 L. Janáček – Kouzlo (Moravská lidová poezie v písních).

3. lekce

Teorie k tvorbě hlasu.

Opakování pěvecko-technických cvičení z předchozího semestru.

Opakování skladeb z minulých hodin L. Janáček – Komu kytky (Moravská lidová poezie v písních).



4. lekce

Teorie k tvorbě hlasu.

Opakování pěvecko-technických cvičení z předchozího semestru.

Opakování písní z minulých hodin.

Etuda H. Panofka č. 3 - poznámky k nácviu L. Janáček – Muzikanti (Moravská lidová poezie v písních).

5. lekce

Teorie k tvorbě hlasu.

Opakování pěvecko-technických cvičení z předchozího semestru.

Opakování písní z minulých hodin L. Janáček – Záře od milého (Moravská lidová poezie v písních).

6. lekce

Teorie k tvorbě hlasu.

Opakování pěvecko-technických cvičení z předchozího semestru.

Opakování písní z minulých hodin L. Janáček – Obrázek milého (Moravská lidová poezie v písních).

7. lekce

Opakování pěvecko-technických cvičení z předchozího semestru.

Opakování písní z minulých hodin Etuda N. Vaccai č. 9.

8. lekce

Opakování pěvecko-technických cvičení z předchozího semestru.

Opakování písní z minulých hodin – L. Janáček Láska (Moravská lidová poezie v písních).

9. lekce

Opakování pěvecko-technických cvičení z předchozího semestru.

Opakování písní z minulých hodin.

10. lekce

Opakování pěvecko-technických cvičení z předchozího semestru.

Opakování písní z minulých hodin L. Janáček – Pěřečko (Moravská lidová poezie v písních).

1. lekce

Teorie k tvorbě hlasu

- Vlastnosti hlasu – Lidský hlas hodnotíme podle jeho základních vlastností – barva, síla, výška, kvalita a pružnost.

Barva hlasu

- Je pro každého člověka charakteristická, je daná individuálně.
- Závisí na velikosti a tvaru rezonančních dutin, na jejich slizniční výstelce, na kvalitě a elasticitě tkání fonačně artikulačního aparátu.
- Je dědičná.



- Během života se hlas v závislosti na věku mírně mění – souvisí se stárnutím tkání – mění se obsah vody, pružnost, ...

Síla hlasu

- Závisí na schopnosti rozkmitání sliznice hlasivek, na síle výdechového proudu, odporu, který kladou hlasivky, na velikosti hlasivkového svalu, umístění hlasivek v hrtanu, na velikosti krku, a hlavně na tvaru a velikosti rezonančních prostor.
- Každé zmenšení rez. prostor snižuje nosnost a sílu hlasu.
- Cvičením posilujeme hlasivkový sval – hlas sílí.
- Hlas zesílí optimálním umístěním v rezonanci.

Výška hlasu

- Závisí na délce hlasivek, na elasticitě vláken hlasivkových tkání, na natažení hlasivek, na schopnosti rozkmitání jejich blanité části. Tzn.
- Výška hlasu závisí na schopnosti natažení hlasivek a jejich rozkmitání. Čím vyšší tón, tím větší počet kmitů/sec.
- Anatomické vlastnosti hlasivek jsou geneticky dané, výška hlasu určena vlastnostmi tkání.
- Hlasový rozsah lze rozšířit cvičením.

Praktická cvičení

- Opakování pěvecko-technických cvičení z předchozího semestru.
- Pěvecký nádech s vytvořením prostoru v dutině ústní.
- Posazení tónu do rezonance.

Pozn. pro učitele

- Zastavení dechu je klidový stav, kdy nenadechujeme ani nevydechujeme, připomíná zastavení dechu při škytavce
- Výdech je kontrolovaný a pomalý, hlídáný roztaženými mezižeberními svaly, např. jako představa foukání lehounkého vánku, „syčení“ (sssss) nebo šumění (ššššš).

Evaluace

Správnost posazení tónu do rezonance můžeme posoudit i díky lehkému brnění v oblasti kořene nosu nebo horního rtu. Můžeme kontrolovat dotykem prstů (vyučující ukáže, kam jemně položit prsty: na ohryzek a jeho okolí).

Vi – ri – vi – ri – vi – ri – vi – ri – vi – ri



Pozn. pro učitele

- Rychlý nádech pusou s vyklenutým patrem a jazykem dole (stejně jako u brumenda).
- Zastavení dechu pomocí mezižeberních svalů a vizualizace bodu rezonance, do něhož umístíme výslovnost souhlásky V a R a při zpěvu melodie vyslovujeme souhlásku stále do stejného místa.
- Zpíváme požadovanou melodii – sestupných pět stupnicových tónů a posouváme směrem dolů (viz nahrávka a komentář cvičení vi – ri – vi – ri).

Evaluace

Při zpěvu cvičení nesmí vzniknout žádný tlak v oblasti krku. Případný tlak identifikujeme sluchem (tlačený, sevřený tón). K odstranění tlaku může napomoci důsledná a aktivní výslovnost samohlásky a dotyk prstů v oblasti hrtanu, který dokáže najít místo tlaku.

Ne – o – e – o – e – o – e – o – e



Pozn. pro učitele

- Rychlý nádech pusou s vyklenutým patrem a jazykem dole (stejně jako u brumenda).
- Zastavení dechu pomocí mezižebních svalů a vizualizace bodu rezonance, do něhož umístíme výslovnost souhlásky N a při zpěvu melodie vyslovujeme souhlásku stále do stejného místa.
- Výslovnost samohlásek je také velmi důležitá, protože její vyslovení uvolní krk, obě musí být vyslovené stejně hluboko do stejně uvolněného krku.
- Při zpěvu se snažíme nehýbat nastaveným vnitřním prostorem v puse a nezvedáme hrtan.
- Klid v oblasti krku můžeme zkontrolovat prsty – jako si nahmatáváme uzliny a toto místo musí být před začátkem zpívání a během zpěvu uvolněné bez sebemenší tenze.
- Student si zvyká na kombinaci nečinnosti a aktivity. Nečinnost je v oblasti hrtanu a aktivita je v napětí na horním tvrdém patře.

Evaluace

Při zpěvu cvičení nesmí vzniknout žádný tlak v oblasti krku. Případný tlak identifikujeme sluchem (tlačený, sevřený tón). K odstranění tlaku může napomoci důsledná a aktivní výslovnost samohlásky a dotyk prstů v oblasti hrtanu, který dokáže najít místo tlaku.

No – o – o – o – o



Pozn. pro učitele

- Rychlý nádech pusou s vyklenutým patrem a jazykem dole (stejně jako u brumenda).
- Zastavení dechu pomocí mezižebních svalů a vizualizace bodu rezonance, do něhož umístíme výslovnost souhlásky N a při zpěvu melodie vyslovujeme souhlásku stále do stejného místa.
- Výslovnost samohlásek je také velmi důležitá, protože její vyslovení uvolní krk, obě musí být vyslovené stejně hluboko do stejně uvolněného krku.
- Na 1. tónu nemáme zcela otevřenou pusu, máme lehce vyklenuté patro v puse. Patro zvedáme při zpěvu stoupající melodie jako když zíváme. Současně s tím necháváme kořen jazyka bez pohybu ležet a vyslovujeme samohlásku do hloubky krku.
- Při zpěvu se snažíme nehýbat nastaveným vnitřním prostorem v puse a při stoupající melodii nezvedáme hrtan.

- Klid v oblasti krku můžeme zkontrolovat prsty – jako si nahmatáváme uzliny a toto místo musí být před začátkem zpívání a během zpěvu uvolněné bez sebemenší tenze.

Evaluace

Při zpěvu cvičení nesmí vzniknout žádný tlak v oblasti krku. Případný tlak identifikujeme sluchem (tlačený, sevřený tón). K odstranění tlaku může napomoci důsledná a aktivní výslovnost samohlásky a dotyk prstů v oblasti hrtanu, který dokáže najít místo tlaku.

Jo – o – o – o – stacato (NOVÉ CVIČENÍ)



Pozn. pro učitele

- Rychlý nádech pusou s vyklenutým patrem a jazykem dole (stejně jako u brumenda).
- Zastavení dechu pomocí mezižebních svalů a vizualizace bodu rezonance, do něhož umístíme výslovnost souhlásky J.
- Výslovnost samohlásek je také velmi důležitá, protože její vyslovení uvolní krk, obě musí být vyslovené stejně hluboko do stejně uvolněného krku.
- Na 1. tónu zvedneme patro jako když zíváme, abychom připravili prostor pro 2. vyšší tón. Současně s tím necháváme kořen jazyka bez pohybu ležet a vyslovujeme samohlásku do hloubky krku.
- Při zpěvu vyššího tónu se snažíme nehýbat nastaveným vnitřním prostorem v puse a při stoupající melodii nezvedáme hrtan.
- Klid v oblasti krku můžeme zkontrolovat prsty – jako si nahmatáváme uzliny a toto místo musí být před začátkem zpívání a během zpěvu uvolněné bez sebemenší tenze.

Evaluace

Při zpěvu cvičení nesmí vzniknout žádný tlak v oblasti hrtanu. Pokud vznikne, je to nedostatkem volnosti v oblasti hrtanu a nedostatečným vyslovením samohlásky „o“ do hloubky (vyučující může ukázat kontrolu dotykem prstů – jemně je položit na ohryzek a jeho okolí).

Mi – i – i – ma – a – a – mi



Pozn. pro učitele:

- Rychlý nádech pusou s vyklenutým patrem a jazykem dole (stejně jako u brumenda).
- Zastavení dechu pomocí mezižebních svalů a vizualizace bodu rezonance, do něhož umístíme výslovnost souhlásky M a i nevyslovené souhlásky a při zpěvu melodie vyslovujeme souhlásku stále do stejného místa.
- Výslovnost samohlásek je také velmi důležitá, protože jejich vyslovení uvolní krk, obě (i, a) musí být vyslovené stejně hluboko do neměnného se uvolněného krku.
- Při zpěvu se snažíme nehýbat kořenem jazyka a při stoupající melodii nezvedáme hrtan.
- Klid v oblasti krku můžeme zkontrolovat prsty – jako si nahmatáváme uzliny a toto místo musí být před začátkem zpívání a během zpěvu uvolněné bez sebemenší tenze.

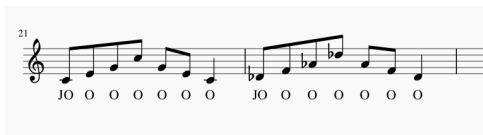


- V notovém záznamu etudy jsou zakresleny nádechy (červeně), které nám stanovují dechové fráze.

Evaluace

Při zpěvu cvičení nesmí vzniknout žádný tlak v oblasti hrtanu. Kontrola probíhá sluchem a vizuálně napětím krku. Pokud tlak vznikne, je to nedostatkem volnosti v oblasti hrtanu a nedostatečným vyslovením samohlásky „o“ do hloubky (vyučující může ukázat kontrolu dotykem prstů – jemně je položit na ohryzek a jeho okolí).

Jo – o – o – o – o – (c1 – e1 – g1 – c2 – g1 – e1 – c1) na vázané „o“ (NOVÉ CVIČENÍ)



Pozn. pro učitele:

- Rychlý nádech pusou s vyklenutým patrem a jazykem dole (stejně jako u brumenda).
- Zastavení dechu pomocí mezižebních svalů a vizualizace bodu rezonance, do něhož umístíme výslovnost souhlásky J a i nevyslovené souhlásky a při zpěvu melodie vyslovujeme souhlásku stále do stejného místa.
- Výslovnost samohlásek je také velmi důležitá, protože jejich vyslovení uvolní krk, musí být vyslovené stejně hluboko do neměničícího se uvolněného krku.
- Při zpěvu se snažíme nehýbat kořenem jazyka a při stoupající melodii nezvedáme hrtan.
- Klid v oblasti krku můžeme zkontrolovat prsty – jako si nahmatáváme uzliny a toto místo musí být před začátkem zpívání a během zpěvu uvolněné bez sebemenší tenze.
- Nejvyšší tón by neměl být akcentovaný (to znamená použití tlaku). Bez akcentu musíme více dbát na přípravu prostoru na horním patře a držení kořena jazyka v nízké pozici.

Evaluace

Při zpěvu cvičení nesmí vzniknout žádný tlak v oblasti hrtanu. Kontrola probíhá sluchem a vizuálně napětím krku. Pokud tlak vznikne, je to nedostatkem volnosti v oblasti hrtanu a nedostatečným vyslovením samohlásky „o“ do hloubky (vyučující může ukázat kontrolu dotykem prstů – jemně je položit na ohryzek a jeho okolí).

2. lekce

Teorie k tvorbě hlasu

Rezonance – místo znění tónu – Rezonancí hlas získává barvu a sílu

- **Hlavová** rezonance je součástí každého tónu v celém hlasovém rozsahu.
- Tvoří ji „maska“ – tóny znějí v čele, u kořene nosu, v líčkách (rozeznívána předními konzonanty m, n, d, v, j + vokály i, e) „kopule“ – tón zní v temeni hlavy, v zadním prostoru úst a v nosohltanu (rozezněna při „ing“ nebo angl. „ing“, podobně „u“, „o“) nad měkkým patrem vzniká kulatý měkký tón, který se šíří k temeni a k čelu i na hrudní kost.

Hrudní rezonance

- Ozývá se při mluvě nebo zpěvu nižších tónů, při tlaku dechu se izoluje.



- K navození měkké hrudní rezonance uijeme vokály, které uvolňují hrtan – “a“ „ou“ ve spojení s, d, tr, g, h, j, v.

Propojení hrudní a hlavové rezonance

- Správně tvořený tón obsahuje v určitém poměru vždy obě rezonance.
- K propojení dojde při volném hrtanu a klidném dechu – ozve se měkký a plně znělý tón.

Praktická cvičení – rozezpívání

Opakování pěvecko-technických cvičení z předchozího semestru a nových cvičení (viz 1. lekce).

Nácvik etudy N. Vaccaie č. 13

- Etudy opakují jeden pěvecko-technický problém, pro který známe řešení, ale častým procvičováním ho musíme zautomatizovat, jde o zapamatování si mechanického pohybu ve správném čase.
- V případě této etudy jde o skok melodie v malém rozsahu – kvinty (již jsme řešili intervalovou vzdálenost tercie v minulém semestru).
- Na skok v melodii nahoru reagujeme zvyšováním prostoru v dutině ústní, přičemž si musíme pamatovat, že nový prostor musí být dokončený dříve, než máme zpívat vysoký tón (ve skoku ten 2. tón).

Pozn. pro učitele

- Postup – 1. tón zpíváme v běžném prostoru s lehce vyklenutým patrem a položeným jazykem na dně pusy, v konci znění 1. tónu zvedneme patro a vědomě přidržíme (přitlačíme) kořen jazyka dole – v tomto novém prostoru zazpíváme horní tón.
- V notovém záznamu jsou zakresleny značky ve tvaru **“horního obloučku”**, které nám označují tón, na kterém je nutné zvětšit prostor v dutině ústní podle popisu viz výše. Podle hlasové polohy studenta je možné nepracovat s prostorem na každém označeném tónu speciálně v nižších polohách (jako např. v 1. frázi – skok z d1 na a1, ale určitě je nutné tuto přípravu učinit od tónu a1 s přípravou na d2 a výše.
- Problematická je příprava prostoru na začátku 4. fráze, protože zde je odrazová nota pouze osminová, proto musíme pohybem reagovat velmi rychle.
- V notovém záznamu jsou zakresleny značky ve tvaru **“V”** platné pro nádechy, které nám stanovují trvalé dechové fráze, tzn. nádechy musí být vždy na stejném místě, proto musí být fráze dobře promyšlené.
- Každý nádech v sobě nese přípravu na zpěv – rychlý nádech pusou s vyklenutým patrem a jazykem dole – zastavení dechu pomocí mezižebních svalů – představa umístění výslovnosti první souhlásky na kořen nosu a pak teprve realizujeme zpěv – platí pro fráze třetí, pátou, šestou, sedmou.
- Zpíváme se stále zastaveným dechem, hlídáme výdech držením nádechového postavení hrudního koše a snažíme se všechny souhlásky vyslovovat na jednom místě, držet klenutí patra v dutině ústní a vyslovovat samohlásky do volného krku.

Evaluace

Dokážeme-li připravovat prostor pro vyšší tóny před tím, než máme vysoké tóny zpívat, zajistíme si schopnost zpívat v potřebném rozsahu bez napětí a tenze plným hlasem. Kontrola



probíhá sluchem a případně vizuálně. Pokud vznikne v oblasti hrtanu napětí, hrtan nám vystoupí a krk se uzavře. Zvuk tónu není příjemný na poslech a pocit ze zpívaného tónu je nedobrý. K nápravě vede důsledná hluboká vyslovovat každé samohlásky za pomoci položen kořene jazyka do dolní polohy (podobnost s vyšetřením krku u lékaře – špachtle vám přimáčkne kořen jazyka dolu a vyslovíme hluboko položené “a” - vyzkoušej si to). Výsledný zpěv musí být příjemný mám i posluchačům pocitově i zvukově.

Nácvik písně L. Janáčka Kouzlo

- V notovém záznamu jsou zakresleny nádechy “V”, které nám stanovují dechové fráze (dechovou frází určíme podle probíhající melodie – je-li uzavřená, a podle textu – obsahuje podmět a přísudek).
- Zpíváme se stále zastaveným dechem, hlídáme výdech držením nádechového postavení hrudního koše a snažíme se všechny souhlásky vyslovovat na jednom místě, držet klenutí patra v dutině ústní a vyslovovat samohlásky do volného krku.

Pozn. pro učitele

- Téměř každý vysoký tón v této písni začíná po nádechu, proto prostor pro něj – vyklenuté patro a položený kořen jazyka na dno pusy připravujeme v rámci nádechu. Viz 1. fráze.
- 2. takt by měl být v melodii napojen bez nádechu, proto postup pro snadnější a zvukově vyrovnaný zpěv musí vést přes přípravu prostoru na posledním tónu v 1. taktu, aby byl prostor připravený pro 1. tón ve 2. taktu – pro nejvyšší tón. Postup je stejný – v konci odrazového tónu zvedneme patro a vědomě přidržíme kořen jazyka dole – v tomto novém prostoru zazpíváme a vyslovíme horní tón.

Evaluace

Dokážeme-li připravovat prostor pro vyšší tóny před tím, než máme vysoké tóny zpívat, zajistíme si schopnost zpívat v potřebném rozsahu bez napětí a tenze plným hlasem. Kontrola probíhá sluchem a případně vizuálně. Pokud vznikne v oblasti hrtanu napětí, hrtan nám vystoupí a krk se uzavře. Zvuk tónu není příjemný na poslech a pocit ze zpívaného tónu je nedobrý. K nápravě vede důsledná hluboká vyslovovat každé samohlásky za pomoci položen kořene jazyka do dolní polohy (podobnost s vyšetřením krku u lékaře – špachtle vám přimáčkne kořen jazyka dolu a vyslovíme hluboko položené “a” - vyzkoušej si to). Výsledný zpěv musí být příjemný mám i posluchačům pocitově i zvukově.

3. lekce

Teorie k tvorbě hlasu

Kvalita hlasu

- Označuje příměs neharmonických zvuků v hlase. Pokud sed objevuje dyšnost nebo chrapot, pak změněná kvalita hlasu.
- „Šustivý hlas“ „sípavý hlas“ – způsobeno onemocněním hlasivek (uzlíky, nerovnosti na hlasívkách – polyp, cysta, rýha), únavou.

Pružnost a ohebnost hlasu

- Schopnost hlasu rychle a plynule měnit výšku zpívaných tónů. Lze zlepšit tréninkem.



Praktická cvičení

Opakování pěvecko-technických cvičení z předchozího semestru a nových cvičení (viz 1. lekce).

Opakování písní z minulých hodin.

Nácvik písně L. Janáčka Komu kytky

- Zpíváme na zastaveném dechu, jehož výdech hlídáme držením nádechového postavení hrudního koše, tedy mezižeberních svalů.
- Snažíme se všechny souhlásky z textu písně vyslovovat na jednom místě, (tj. „v bodu rezonance“).
- Snažíme se vyslovovat samohlásky do volného krku s hlubokým hrtanem a bez pohybu na kořeni jazyka.
- Zároveň se snažíme držet klenutí patra v dutině ústní.

Pozn. pro učitele

- V notovém záznamu jsou zakresleny malé obloučky, které nám označují tón, na kterém je nutné zvětšit prostor v dutině ústní podle popisu viz výše, abychom byli schopni zazpívat kvalitní vyšší tón.
- V této písni L. Janáčka není tolik míst pro přípravu a pokud jsou, tak řeší malé intervalové skoky nahoru (dokonce interval m. 2). Přesto nebo právě proto JE nutné prostor připravit a napětí na patře zvýšit.
- Ještě si v této písni musíme dát pozor na klesající kvintu ve 4. taktu (a1-d1). Na 1 tónu je nutné vyslovit samohlásku (če-), kořen jazyka při tom zůstává dole a měl by zůstat i při vyslovení 2. tónu (-ve-) za současného držení kulatého patra v puse. Na poslední tón je nutné přidržet nebo zvýšit napětí na patře pro malý interval nahoru. Při tom je důležité cíleně vyslovovat všechny souhlásky z textu na jednom místě, aby znění melodie zůstalo jednotné, kompaktní a znělé.
- V notovém záznamu jsou zakresleny nádechy (značka V), které nám stanovují dechové fráze. V této písni je důležitý text, který nám pomáhá ve stanovení frází (tj. prostoru od nádechu k nádechu) a stanovuje nádech hned po 1. taktu (viz notový zápis).
- Každý nádech znamená přípravu těla na zpěv rychlý nádech pusou s vyklenutým patrem a jazykem dole – zastavení dechu pomocí mezižeberních svalů – představa umístění výslovnosti první souhlásky na kořen nosu a pak teprve realizujeme zpěv.

Evaluace

Dokážeme-li připravovat prostor pro vyšší tóny před tím, než máme vysoké tóny zpívat, zajistíme si schopnost zpívat v potřebném rozsahu bez napětí a tenze plným hlasem. Kontrola probíhá sluchem a případně vizuálně. Pokud vznikne v oblasti hrtanu napětí, hrtan nám vystoupí a krk se uzavře. Zvuk tónu není příjemný na poslech a pocit ze zpívaného tónu je nedobrá. K nápravě vede důsledná hluboká vyslovovat každé samohlásky za pomoci položen kořene jazyka do dolní polohy (podobnost s vyšetřením krku u lékaře – špachtle vám přimáčkne kořen jazyka dolu a vyslovíme hluboko položené “a” - vyzkoušej si to). Výsledný zpěv musí být příjemný nám i posluchačům pocitově i zvukově.

4. lekce

Teorie k tvorbě hlasu

Hlasové rejstříky (registry)

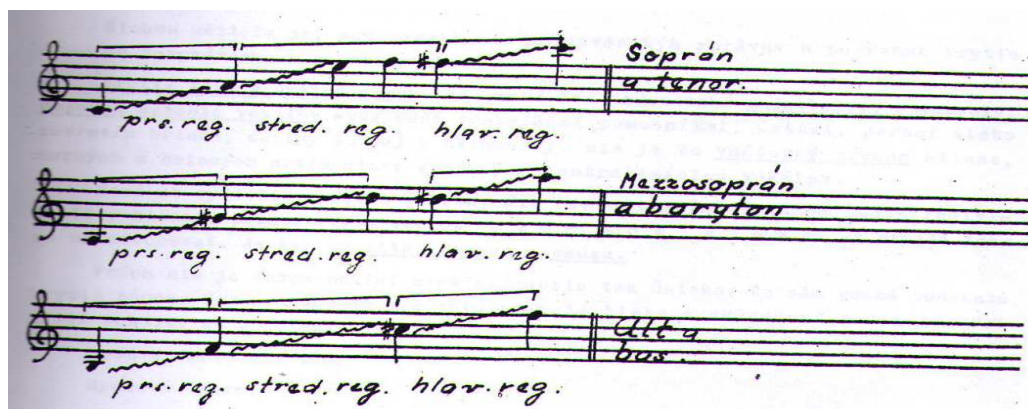
Soubor (řada) tónů podobné akustické kvality tvořených stejnou hlasovou technikou.

Hlasivky se při zpěvu mohou zapojovat třemi odlišnými způsoby:

- Hlasivky pracují samy celou svou hmotou – tvoří tóny *hrudního rejstříku*.
- Hlasivky jsou napínány zvnějšku (vnějšími hrtanovými svaly), pracují pak jen jejich blanité okraje – znějí tóny *hlavového rejstříku*.
- Mostem mezi hrudním a hlavovým rejstříkem je „*střední rejstřík*“.

Pokud pracují mechanismy při napínání hlasivek odděleně, pak vnímáme odlišnou barvu jednotlivých hlas. poloh a *hlasové zlomy* na jejich předělu.

Rejstříky lidského hlasu



Lidský hlas je rozrejstřikován podle výšky tónu (na rozdíl od varhan) – podle M. Vlkové.

Odlišná kvalita zvuku rejstříků zpěváka je individuálně daná a závisí na anatomických a fyziologických vlastnostech fonačního aparátu. U některých rozdíly v akustické kvalitě zvuku mezi rejstříky minimální, u jiných velmi nápadné (zvláště barevné hlasy s větším rozsahem).

Cíl hlasového školení-vytvořit hlas bez hlasových zlomů s vyrovnanou barvou v celém rozsahu-“*voix mixte*“-smíšený hlas. Všechny tóny musí mít stejnou akustickou kvalitu, barvu a charakter.

Praktická cvičení

Opakování pěvecko-technických cvičení z předchozího semestru a nových cvičení (viz 1. lekce).

Opakování písní z minulých hodin.

Nácvik etudy Panofky č. 3

- Etudy jsou jako v jiném nástroji důležité, protože opakuji jeden problém, který se snažíme vyřešit stále stejným způsobem.



- V tomto případě jde o nácvik průběžně tvořeného prostoru v dutině ústní – totéž procvičujeme již 2. semestr v jednom z technických cvičení (viz rozezpívání – cvičení 5).
- Prostor se zvětšuje kvůli nejvyššímu tónu, který ale nesmí být akcentovaný, proto se musí melodicky jen přeběhnout, a proto musí být prostor vystavěný nejpozději na 4. tónu.

Pozn. pro učitele

- Postup – 1. tón zkoncentrujeme do bodu rezonance s vyslovenou samohláskou do uvolněného hrdla a lehce povolenou bradou. Se stoupající melodií zvedáme patro a tlačíme kořen jazyka dolu a stále vyslovujeme samohlásku do hloubky krku. Platí to pro každou melodickou frázi vedoucí nahoru i dolu nebo jen nahoru.
- V etudě jsou ale i fráze začínající na nejvyšším tónu a pak s klesající melodií, tzn. že vysoký tón připravujeme prostorově již v nádechu, např. 3. fráze skladby.
- V notách jsou dále značky „**půlobloučky**“, které nám označují tón, na kterém je nutné zvětšit prostor v dutině ústní podle popisu viz výše.
- V melodii nadechujeme podle značek **V**, které jsou zakresleny notovém záznamu – je třeba je trvale dodržovat.
- Každý nádech znamená přípravu těla na zpěv rychlý nádech pusou s vyklenutým patrem a jazykem dole – zastavení dechu pomocí mezižebních svalů – představa umístění výslovnosti první souhlásky na kořen nosu a pak teprve realizujeme zpěv.
- Obecně zpíváme na zastaveném dechu, jehož výdech hlídáme držením nádechového postavení hrudního koše, tedy mezižebních svalů.
- Snažíme se všechny souhlásky z textu písně vyslovovat na jednom místě, (tj. „v bodu rezonance“).
- Snažíme se vyslovovat samohlásky do volného krku s hlubokým hrtanem a bez pohybu na kořeni jazyka.
- Zároveň se snažíme držet klenutí patra v dutině ústní.

Evaluace

- Dokážeme-li připravovat prostor pro vyšší tóny před tím, než máme vysoké tóny zpívat, zajistíme si schopnost zpívat v potřebném rozsahu bez napětí a tenze plným hlasem. Kontrola probíhá sluchem a případně vizuálně. Pokud vznikne v oblasti hrtanu napětí, hrtan nám vystoupí a krk se uzavře. Zvuk tónu není příjemný na poslech a pocit ze zpívaného tónu je nedobrý. K nápravě vede důsledná hluboká vyslovovat každé samohlásky za pomoci položení kořene jazyka do dolní polohy (podobnost s vyšetřením krku u lékaře – špachtle vám přimáčkne kořen jazyka dolu a vyslovíme hluboko položené „a“ - vyzkoušej si to). Výsledný zpěv musí být příjemný nám i posluchačům pocitově i zvukově.

Nácvik písně L. Janáčka Muzikanti

- V notovém záznamu jsou zakresleny nádechy „V“, které nám stanovují dechové fráze (dechovou frází určíme podle probíhající melodie – je-li uzavřená, a podle textu – obsahuje podmět a přísudek).
- Zpíváme se stále zastaveným dechem, hlídáme výdech držením nádechového postavení hrudního koše a snažíme se všechny souhlásky vyslovovat na jednom místě, držet klenutí patra v dutině ústní a vyslovovat samohlásky do volného krku.



Pozn. pro učitele

- Hned 1. interval 1. fráze může být nestejněměrně znějící, a to v případě, že 1. = nízký tón posadíme nížko, pocitově v krku a 2. tón již usadíme do „bodu rezonance“ = nahoru. Musíme znění obou tónů vyrovnat tím, že nízký tón cíleně vyslovíme nahoře v rezonanci. Pocitově to možná bude vypadat, jako že ten hluboký tón nemůžeme vyzpívat, ale chce to zkusit a nasadit shora. Jinak zde není nutné příliš pracovat horním patrem, jde jen o zachování kulatosti.
- 2. fráze již je jiná – zde musíme prostor pro 2. tón připravit na 1. tónu nám známým pohybem – vyklenutím patra a položením kořene jazyka na dno pusy v rámci vyslovení slabiky mu-.
- 3. a 4. fráze začínají nejvyšším tónem, pro který si připravíme prostor v nádechu před fonací (zpěvem).
- V notovém záznamu jsou zakresleny značky nad tóny (půlobloučky), kde je nutné provést změnu prostoru.

Evaluace

Při zpěvu písni nesmí vzniknout žádný tlak v oblasti krku. Kontrola probíhá sluchem a vizuálně. To můžeme ovlivnit dotykem prstů v oblasti hrtanu (vyučující ukáže: jemně položit prsty na ohryzek a jeho okolí). Uvolnění zajistíme aktivní výslovností samohlásky do krku i souhlásky z kořene nosu. Výsledný stav musí být bez tlaků a tenzí, zpěv nám musí být příjemný. Pokud se nějaká tenze objeví, děláme něco špatně – většinou nevyslovujeme souhlásky do uvolněného krku.

5. lekce

Teorie k tvorbě hlasu

Hrudní rejstřík (hlas)

- Obsahuje frekvence u mužů 65-250 Hz (C-h) u žen 123-440 Hz (H-a1).
- Typický pro hlubokou a nižší hlasovou polohu do e1 (i oblast mluvního hlasu).
- Zní barevně, plně, pokud tvořen silou vnímán jako nekultivovaný, chraptivý, drsný.
- Hlasivky kmitají v plné hmotě a jsou napínány „vnitřním napínačem“ (samotný hlasivkový sval). Lze jej napnout jen do určité výšky tónu (e1, silou lze přetáhnout do h1-es2).
- Bývá spojen se silou dechu a s tvrdými hlasovými začátky.
- Hlas rezonuje v hrudi, při tlaku dechu na hlasivky v krku.

Hlavový rejstřík (hlas)

- U mužů frekvence 250-520 Hz(h-c2), u žen 440-1047 Hz(a1-c3).
- Typický pro vysokou hlas. polohu (tj. pro zpěvní hlas).
- Zní měkce, někdy s dyšnou příměsí.
- Hlasivky kmitají blanitými okraji, jsou napínány vnějším natahovačem (sval na přední straně hrtanu mezi chrupavkou štítnou a prstěncovou) s účastí ostatních vnějších hrtanových svalů.
- Podmínka pro tvorbu hlav. rejstříku – volný hrtan.
- Spojen s měkkými začátky a prohloubeným výdechem od Bránice.



- Činnost hlav. rejstříku navodíme slabou dynamikou a vokálem „U“ (nejlépe v poloze nad f1).
- Hlas tvořený hlav. rejstříkem rezonuje v lebce a v měkké hrudi.

Praktická cvičení

Opakování pěvecko-technických cvičení z předchozího semestru a nových cvičení (viz 1. lekce).

Opakování písní z minulých hodin.

Nácvik písně L. Janáčka Záře od milého

- V notovém záznamu jsou zakresleny značky nad tóny (**půlobloučky**), kde je nutné provést změnu prostoru.
- V notovém záznamu jsou zakresleny nádechy “V”, které nám stanovují dechové fráze (dechovou frází určíme podle probíhající melodie – je-li uzavřená, a podle textu – obsahuje podmět a přísudek).
- Zpíváme se stále zastaveným dechem, hlídáme výdech držením nádechového postavení hrudního koše a snažíme se všechny souhlásky vyslovovat na jednom místě, držet klenutí patra v dutině ústní a vyslovovat samohlásky do volného krku.

Pozn. pro učitele

- První příprava prostoru pro vyšší tón je netradičně na 2. tónu na slabice – **lo**. Prostor připravujeme nám známým pohybem – vyklenutím patra a položením kořene jazyka na dno pusy v rámci vyslovení slabiky a hlavní je udržet klenutí patra i na následnou slabiku **se**, hlavně kvůli výslovnosti samohlásky e, která s nízkým patrem zní „placatě“.
- 2. fráze začíná nejvyšším tónem, pro který si připravíme prostor v nádechu před fonací (zpěvem), opět si pohlídáme vyklenuté patro kvůli samohlásce **že**.
- Další příprava tónu je až v poslední frázi při skoku do tercie na slovech **šo-ha**. Zde si hlavně musíme pohlídat zkoncentrování výslovnosti **h** (z fonetického hlediska hrdelní hláska) nahoru do „bodu rezonance“. Pokud se to nepodaří zafixovat na kořeni nosu, v kombinaci se samohláskou a celá slabika „zapadne“ ve znění dozadu do pusy a bude znít dutě, navíc pocit z jejího zpěvu nebude komfortní.

Evaluace

Při zpěvu písně nesmí vzniknout žádný tlak v oblasti krku. Kontrola probíhá sluchem a vizuálně. To můžeme ovlivnit dotykem prstů v oblasti hrtanu (vyučující ukáže: jemně položit prsty na ohryzek a jeho okolí). Uvolnění zajistíme aktivní výslovností samohlásky do krku i souhlásky z kořene nosu. Výsledný stav musí být bez tlaků a tenzí, zpěv nám musí být příjemný. Pokud se nějaká tenze objeví, děláme něco špatně – většinou nevyslovujeme souhlásky do uvolněného krku.



6. lekce

Teorie k tvorbě hlasu

Smíšený (střední) rejstřík (hlas)

- U mužů tóny malé oktávy (c – h), u žen (cca c1 – a1).
- Skupina 6-8 tónů na rozhraní hrud. a hlav. Rejstříku. Lze je zpívat jak s použitím hrudního (nahoru), tak hlavového (dolů) rejstříku.
- Typický pro střední a vysokou hlasovou polohu ženského a dětského hlasu.
- Spojen s měkkými hlasovými začátky a s intenzivnější prací dech. svalstva.
- Uplatňuje se při střední dynamice, ve výškách při forte.
- Činnost smíš. rejstříku vyvolána předním posazením hlasu – navozují přední světlé vokály “i, e”.
- Hlas rezonuje v předních hlavových prostorách (v masce).

Smíšený hlas „voix mixte“

- Je ideálem zdravého, zvukově vyrovnaného hlasu, volně se v různé dynamice pohybující do výšky i hloubky bez hlasových zlomů a nápadné změny barvy. Uplatňují se v něm všechny rejstříky ve vyvážené součinnosti.
- Poměr hlav. a hrudního rejstříku se ve smíš. Hlase mění podle výšky a síly tónu a zpívaného vokálu.
- Zapojení rejstříků ve smíš. hlase závisí i na prožitku (drama – hrud. rejstřík, cit. laděné – hlavový) a představě kvality hlasu a obsahu jeho sdělení (hlav. – vzdušnost, lehkost, měkký začátek; hrudní – síla, vášeň; střední – jas a světlost).

Další rejstříky lidského hlasu

- **Rejstřík hrdelního hlasu** (25-80 Hz, kontra C – C), schopnost tvorby tohoto hlasu omezená – asijské kultury (aliquotní zpěv – doprovod vyšších tónů).
- **Rejstřík velmi vysokých tónů** – loft, fistule, falzet, superfalzet (muži nad 620 Hz – d2, ženy nad 1390 Hz – d3).

Praktická cvičení

Opakování pěvecko-technických cvičení z předchozího semestru a nových cvičení (viz 1. lekce).

Opakování písní z minulých hodin.

Nácvik písně L. Janáčka Obrázek milého

- V notovém záznamu jsou zakresleny značky nad tóny (**půlobloučky**), kde je nutné provést změnu prostoru.
- V notovém záznamu jsou zakresleny nádechy “V”, které nám stanovují dechové fráze (dechovou frázi určíme podle probíhající melodie – je-li uzavřená, a podle textu – obsahuje podmět a přísudek).



- Zpíváme se stále zastaveným dechem, hlídáme výdech držením nádechového postavení hrudního koše a snažíme se všechny souhlásky vyslovovat na jednom místě, držet klenutí patra v dutině ústní a vyslovovat samohlásky do volného krku.

Pozn. pro učitele

- První příprava prostoru pro vyšší tón je na 3. tónu na 2. slabice slova dě-**ve**-čka. Prostor připravujeme nám známým pohybem – vyklenutím patra a položením kořene jazyka na dno pusy v rámci vyslovení slabiky a důležité je udržet vyklenutí patra na slabiku **ve** a ještě napětí na patře zvýšit.
- Vyslovení slabiky **-ka** je vhodné fixovat na horních špičácích (pocit jako že máme „draculí“ zuby), což nám pomůže v držení tónu vpředu.
- 2. fráze má vzestupnou melodickou tendenci, proto můžeme začít s velkým prostorem již v nádechu, za předpokladu, že jej dokážeme beze změny udržet na všechny slabiky **do ze-le-né**. Pokud se nám to nedaří, musíme vytvořit prostor přímo na předvrcholovém tónu na slabice **ze**.
- Ve 3. frázi je skok do tercie na slovech **po-tka** – vyklenout patro, položit kořen jazyka na dno pusy díky vyslovení samohlásky a zkoncentrovat výslovnost souhlásky do bodu rezonance, samozřejmě za podpory zastaveného dechu.

Evaluace

Při zpěvu písně nesmí vzniknout žádný tlak v oblasti krku. Kontrola probíhá sluchem a vizuálně. To můžeme ovlivnit dotykem prstů v oblasti hrtanu (vyučující ukáže: jemně položit prsty na ohryzek a jeho okolí). Uvolnění zajistíme aktivní výslovností samohlásky do krku i souhlásky z kořene nosu. Výsledný stav musí být bez tlaků a tenzí, zpěv nám musí být příjemný. Pokud se nějaká tenze objeví, děláme něco špatně – většinou nevyslovujeme souhlásky do uvolněného krku.

7. lekce

Praktická cvičení

Opakování pěvecko-technických cvičení z předchozího semestru a nových cvičení (viz 1. lekce).

Opakování písní z minulých hodin.

Nácvik etudy N. Vaccaie č. 9

- Etudy jsou jako v jiném nástroji důležité, protože opakují jeden pěvecko-technický problém, který se učíme řešit stále stejným způsobem.
- V tomto případě řeší etuda legato v rámci krátkých frází a opět o reakci prostoru v závislosti na melodickém skoku, kdy zvyšujeme napětí na horním patře (např. přes pocit zívání) a zároveň držíme kořen jazyka v co nejnižší poloze (za pomoci výslovnosti samohlásky).
- V notovém záznamu na 1. stránce jsou zakresleny nádechy **“V”**, které nám stanovují dechové fráze (dechovou frází určíme podle probíhající melodie – je-li uzavřená, a podle textu – obsahuje podmět a přísudek). Na 2. stránce nádechy nejsou popsány – zkuste je najít sami.



- Zpíváme se stále zastaveným dechem, hlídáme výdech držením nádechového postavení hrudního koše a snažíme se všechny souhlásky vyslovovat na jednom místě, držet klenutí patra v dutině ústní a vyslovovat samohlásky do volného krku.

Pozn. pro učitele

- Legato udržíme v případě, že tón „vedeme“ ze stejného místa, tj. z „bodu rezonance“, ve kterém zkoncentrujeme výslovnost **každé** souhlásky bez ohledu na místo tvoření z hlediska fonetického. K této aktivitě musí doplnit výslovnost **samohlásek do volného krku** – podaří se za předpokladu udržení kořene jazyka v nízké poloze a pocitovém stažení hrtanu dolu (můžeme kontrolovat hmatem – prsty položíme na hrtan a okolí a při zpěvu kontrolujeme, zda vzniká napětí; pokud ano – pravděpodobně málo vyslovujeme samohlásku nebo neudržíme tón v rezonanci).
- Ve 3. a 4. frázích na 1. stránce jsou místa, kde je nutná příprava prostoru pro vysoký tón předem.
- Na 2. stránce tóny, které jsou odrazovými pro vyšší tón již nejsou určeny – zkuste je najít sami.
- Nezapomínáme, že potřebujeme oporu v těle, kterou nám poskytne vědomě zastavený dech a hluboká výslovnost samohlásky.

Evaluace

Při zpěvu písni nesmí vzniknout žádný tlak v oblasti krku. Kontrola probíhá sluchem a vizuálně. To můžeme ovlivnit dotykem prstů v oblasti hrtanu (vyučující ukáže: jemně položit prsty na ohryzek a jeho okolí). Uvolnění zajistíme aktivní výslovností samohlásky do krku i souhlásky z kořene nosu. Výsledný stav musí být bez tlaků a tenzí, zpěv nám musí být příjemný. Pokud se nějaká tenze objeví, děláme něco špatně – většinou nevyslovujeme souhlásky do uvolněného krku.

8. lekce

Praktická cvičení

Opakování pěvecko-technických cvičení z předchozího semestru a nových cvičení (viz 1. lekce).

Opakování písní z minulých hodin.

Nácvik písni L. Janáčka Láska

- Nádechy jsou v notové textu označeny – všimněte si, že nádech **není** mezi 1. a 2. taktem po repetici.
- Nezapomínáme, že každý nádech spojujeme s nastavením kořene jazyka dolu a mírným vyklenutím horního patra.
- Snažíme se o vědomé činnosti, aby se nám dostaly co nejdříve „pod kůži“ a nemuseli jsme myslet na jednotlivosti a posunout se k vedení melodie a interpretační stránce.

Pozn. pro učitele

- V této písni připravujeme prostor na konci 1. tónu pro 2. tón vyšší o kvintu a v rámci stejné fráze ještě na 3. tónu pro 4. vyšší tón – z toho vyplývá, že při 1. zvedání patra si necháváme



určitou rezervu, abychom napětí mohli ještě zvýšit pro nejvyšší tón (nepředstavujeme si, že pohyby patra jsou ve velkém měřítku, někdy se to odehrává spíše právě v pocitu protažení, vzniku napětí na horním patře); dolní polovina prostoru v dutině ústní je na to jinak, zde bezpodmínečně musíme do hloubky vyslovenou samohláskou docílit uvolnění hrdla a to uvolnění se snažíme udržet jednotné pro všechny samohlásky ve frázi (aby hrtan neputoval dolu s vyslovením – nahoru na konci tónu, znovu dolu s vyslovením a znovu nahoru – snažíme se pohyby minimalizovat).

- 1. takt po repetici si také zaslouží pozornost, protože pokud neudržíme vyslovení souhlásky **-ko** posazenou na kořeni nosu, mohlo by se stát, že spodní tón vypadne z rezonance a kvalita tónu nebude srovnatelná se zněním 1. tónu. Udržení výslovnosti souhlásky pomůže i udržení napětí na patře – nepoddát se klesající melodii a nepovolit kulaté patro.
- 2. tak po repetici už je standardní v tom, že vytváříme prostor pro vysoký tón na předvrcholovém tónu za pomoci nám známé mechaniky pohybu.
- Věnujeme pozornost i výslovnosti samohlásek s kořenem jazyka v dolní pozici s minimem pohybu, artikulujeme pomocí pouze špičky jazyka, která se hýbe.

Evaluace

Při zpěvu písně nesmí vzniknout žádný tlak v oblasti krku. Kontrola probíhá sluchem a vizuálně. To můžeme ovlivnit dotykem prstů v oblasti hrtanu (vyučující ukáže: jemně položit prsty na ohryzek a jeho okolí). Uvolnění zajistíme aktivní výslovností samohlásky do krku i souhlásky z kořene nosu. Výsledný stav musí být bez tlaků a tenzí, zpěv nám musí být příjemný. Pokud se nějaká tenze objeví, děláme něco špatně – většinou nevyslovujeme souhlásky do uvolněného krku.

9. lekce

Praktická cvičení

Opakování pěvecko-technických cvičení z předchozího semestru a nových cvičení (viz 1. lekce).

Opakování písní z minulých hodin.

Nácvik etudy N. Vaccaie č. 31

- Etudy jsou jako v jiném nástroji důležité, protože opakují jeden pěvecko-technický problém, který se učíme řešit stále stejným způsobem.
- V tomto případě řeší etuda legato v rámci portamenta, tj. krátké noty spodní před vyšší delší, pro kterou si musíme včas připravit prostor. Příprava je poměrně rychle za sebou, proto musí dojít k zpružnění a zrychlení pohybů vedoucích k novému prostoru.
- Kombinujeme s přípravou prostoru pro nejvyšší tón po nádechu.
- V této písni se vyskytují velké skoky, které právě musíme překlenout připravením prostoru v dutině ústní, při tom nesmíme zapomenout na dechovou oporu, která vznikne správným nádechem a zastavením dechu, opřením vyslovované souhlásky o bod rezonance a hlubokým vyslovením samohlásky (pocitově až ne břišní svaly).
- Nádechy jsou v notové textu označeny značkou “V”, nezapomínáme, že každý nádech spojujeme s nastavením kořene jazyka dolu a mírným vyklenutím horního patra.
- Dále jsou v notách vepsány **půlobloučky**, které označují tóny, na kterých stavíme prostor.



- Snažíme se o vědomé činnosti, aby se nám dostaly co nejdříve „pod kůži“ a nemuseli jsme myslet na jednotlivosti a posunout se k vedení melodie a interpretační stránce.
- Zpíváme se stále zastaveným dechem, hlídáme výdech držením nádechového postavení hrudního koše a snažíme se všechny souhlásky vyslovovat na jednom místě, držet klenutí patra v dutině ústní a vyslovovat samohlásky do volného krku.

Pozn. pro učitele

- V této písni se vyskytují velké skoky, které právě musíme překlenout připravením prostoru v dutině ústní, při tom nesmíme zapomenout na dechovou oporu, která vznikne správným nádechem a zastavením dechu, opřením vyslovované souhlásky o bod rezonance a hlubokým vyslovením samohlásky (pocitově až ne břišní svaly).
- Nádechy jsou v notové textu označeny značkou „V“, nezapomínáme, že každý nádech spojujeme s nastavením kořene jazyka dolu a mírným vyklenutím horního patra.
- Dále jsou v notách vepsány **půlobloučky**, které označují tóny, na kterých stavíme prostor.

Evaluace

Při zpěvu písni nesmí vzniknout žádný tlak v oblasti krku. Kontrola probíhá sluchem a vizuálně. To můžeme ovlivnit dotykem prstů v oblasti hrtanu (vyučující ukáže: jemně položit prsty na ohryzek a jeho okolí). Uvolnění zajistíme aktivní výslovností samohlásky do krku i souhlásky z kořene nosu. Výsledný stav musí být bez tlaků a tenzí, zpěv nám musí být příjemný. Pokud se nějaká tenze objeví, děláme něco špatně – většinou nevyslovujeme souhlásky do uvolněného krku.

10. lekce

Praktická cvičení

Opakování pěvecko-technických cvičení z předchozího semestru a nových cvičení (viz 1. lekce).

Opakování písní z minulých hodin.

Nácvik písně L. Janáčka Péřečko

- Nesmíme zapomenout na dechovou oporu, která vznikne správným nádechem a zastavením dechu, opřením vyslovované souhlásky o bod rezonance a hlubokým vyslovením samohlásky (pocitově až ne břišní svaly).
- Nádechy jsou v notové textu označeny, nezapomínáme, že každý nádech spojujeme s nastavením kořene jazyka dolu a mírným vyklenutím horního patra, s tím pak dále pracujeme na konkrétních tónech – označených v notách.
- Snažíme se o vědomé činnosti, aby se nám dostaly co nejdříve „pod kůži“ a nemuseli jsme myslet na jednotlivosti a posunout se k vedení melodie a interpretační stránce.

Pozn. pro učitele

- V této písni se snažíme o maximální legato a přípravu prostoru cílené na nejvyšší.
- Fráze jsou umístěny v kaskádovité melodii, tzn. že melodická fráze v nižší poloze se opakuje ve vyšší poloze, ve frázi jsou víceméně stupňovité kroky, na kterých průběžně zvedáme patro cíleně až k předvrcholovému tónu – ve 2. frázi na slabice **zla**-.



- V následné frázi začínáme nejvyšším tónem, pro který si prostor připravíme v nádechu.

Evaluace

Při zpěvu písni nesmí vzniknout žádný tlak v oblasti krku. Kontrola probíhá sluchem a vizuálně. To můžeme ovlivnit dotykem prstů v oblasti hrtanu (vyučující ukáže: jemně položit prsty na ohryzek a jeho okolí). Uvolnění zajistíme aktivní výslovností samohlásky do krku i souhlásky z kořene nosu. Výsledný stav musí být bez tlaků a tenzí, zpěv nám musí být příjemný. Pokud se nějaká tenze objeví, děláme něco špatně – většinou nevyslovujeme souhlásky do uvolněného krku.

Nově použité evaluační nástroje

Úložiště Google, skupinové fórum. Dovednosti v oblasti evaluace vyučujícího závisí na jeho zkušenostech s prací s hlasem a jeho schopnostech sluchem identifikovat správnost či nesprávnost znění. Projevuje se analýza slyšeného, čím je pedagog zkušenější, tím je analýza rychlejší. Na základě analýzy navrhne vyučující možnosti nápravy slyšených chyb.

Nově vytvořené nebo upravené didaktické materiály

Do základní studijní opory v podobě stávajícího e-kurzu PEV2 v prostředí Moodle bylo doplněno o teorii a praktické pokračování výuky.

Další úpravy e-kurzu spočívají v reflektivních vlastních pěveckých aktivit i pěveckých dovedností svých kolegů. Byla také nově zařazena samostatná práce – nahrávka vlastní pěvecké produkce a její hodnocení a sebehodnocení.

Způsob ověření evaluačních aktivit

Evaluační aktivity byly ověřeny ve výuce v letním semestru akademického roku 2021/2022. V metodice je ověřování zařazeno po každém cvičení nebo nacvičené skladbě.

Použitá literatura a zdroje

BOKŮVKOVÁ, Vlasta; JIROUŠKOVÁ, Svatava. *Uplatnění písní v pěvecké výchově na pedagogické fakultě*. 1. vyd. Plzeň: Západočeská univerzita, 1991. ISBN 80-7043-041-9.

FILIP, V. *Staň se pěveckou hvězdou*. Praha, 2015. ISBN 978-80-7512-163-9.

HUSLER, Frederick. *Zpěv: vrozené fyzické vlastnosti hlasového orgánu: návod k rozvinutí zpěvního hlasu*. 1. vyd. [Ostrava]: F-Print, 1995. ISBN 80-901883-0-3.

LUHANOVÁ-JIROUŠKOVÁ, Svatava; MANDYSOVÁ, Daniela. *Výběr a uplatnění pěveckých etud v pěvecké výchově*. 2. vyd. Plzeň: Západočeská univerzita, 1998. ISBN 80-7082-493-X.

VRCHOTOVÁ-PÁTOVÁ, Jarmila. *Didaktika zpěvu*. ZČU Plzeň, 1997.

VYDROVÁ, Jitka. *Rady ke zpívání*. Praha: Práh, 2009. ISBN 978-80-72-52-252-.

VYDROVÁ, J. a kol. *Praktická cvičení k hlasové výchově pro pedagogy*. Praha: Medical Healthcom, 2014. ISBN 978-80-905554-5-7.

WERBECK-SVÄRDSTRÖMOVÁ, V. *Škola odhalení hlasu*. Franesa, 2020. ISBN 978-80-88337-10-2.