

Dechová cvičení spojujeme i s prvky pohybovými a uklidňujícími, především s pohyby paží:

1. Vdech: z připažení zvolna vzpažit.
Výdech: zvolna připažit.
2. Vdech: ruce v bok, mírný záklon.
Výdech: ruce v bok, mírný předklon.
3. Vdech: ruce v bok, výpon.
Výdech: ruce v bok, stoj spatný.

Při výdechu můžeme napodobit hlas zvuk větru, vlaku nebo hada.

3. Hlasová cvičení

Měkké nasazení tónu – cvičíme několika způsoby:

Mami

Představte si děti, že jste dostaly ve škole jedničku, máte velikou radost a chcete říct mamince, tak na ni zavoláte:

- děti sedí na židličkách nebo na koberci, uvolní se a hluboce se nadechnou, pak v nejpřirozenější poloze jejich hlasu dají zaznít slovu „mami“ a uvolněně vydechnou zbytek vzduchu z plic
- když zazní z úst slovo „mami“, znovu krátce vdechnou a opět vysloví „mamí“. Tak opakujeme čtyřikrát až pětkrát za sebou. Všímám si, zda se přídech podobá průběžnému vdechu, který je jenom na okamžik přerušen zazněním slova, zda při vzrůstajícím množství vzduchu v dechovém ústrojí nezesilují hlas a nezvyšují polohu, nasazování musí být měkké.
- se vzrůstajícím vdechem zesilují hlas a zvyšují jeho polohu, všímám si, zda nevychylují hrtan a nenapínají rty, musí docházet k uvolnění čelisti

Tímto trojím způsobem můžeme pracovat se slovem „máma“ a prodlužovat koncové ó.

Motivaci můžeme obměňovat:

„představte si, že se něčeho bojíte, třeba proti vám běží velký pes a voláte maminku, aby vám pomohla“

„dneska vám není dobře, bolí vás hlava, voláte z postele na maminku, aby vám přinesla prášek“

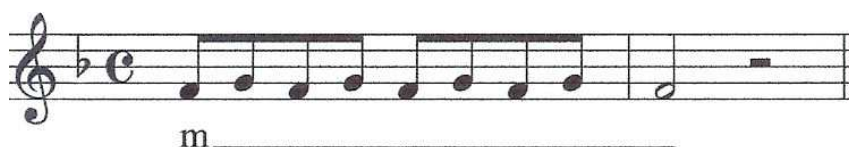
„bratříček vám rozbil hračku, máte zlost a chcete to žalovat mamince“

Medvědi

Děti si představí, že jsou medvědi v lese, hledají dobrý med a bručí. Mohou se u toho pohybovat jako medvědi i tančit.

Představu měkkého nasazení navodíme zpěvem brumenda – zpěv zavřenými ústy, ale zuby jsou mírně od sebe – rozvinutého do vokálu **o**.

Cvičení brumendem provádíme v rozsahu e1 – a1.



Zvon

Zahrajeme si na zvony, budeme zvonit. Děti si mohou při zpěvu přiložit prst na nosní, čelní, lícni kost a ucítí chvění. Řekneme, že jde o začátek rezonance, která nám pomáhá vytvářet pěkný tón.

Měkké nasazení dětem přiblížíme slabikami **bim, bam** nebo **min, mon, mun, men**. Seskupení hlásek v tomto cvičení je záměrné: **b, i, e** mají vliv na důkladné rozeznívání přední části dutiny ústní, **m** nosní, **a** ovlivňuje výhodné spojení ústní a hrdelní dutiny a **u** působí na klenutí měkkého patra a paterních oblouků. Na tyto slabiky zpíváme maximálně v rozsahu kvinty.



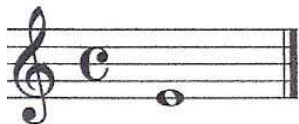
3. 1. Hlasová cvičení s použitím textu

Musíme stále dbát, aby děti intonovaly čistě, zřetelně vyslovovaly se správným zněním a posazením všech souhlásek a samohlásek i v koncovkách. Dodržují se délky slabik, přízvuky, frázování. Cvičení opakujeme několikrát

na jeden dech, po zvládnutí základního cvičení můžeme postupně zvyšovat počet repetic.

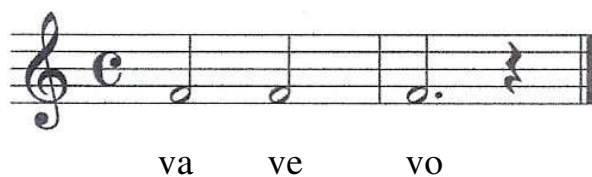
Vždy začínáme od nejpřirozeněji a nejvolněji znějícího tónu v nižší střední poloze a postupujeme po půltónech nahoru i dolů na malém hlasovém rozsahu.

a) - na jednom tónu



1. Můj máj
2. Jouvej
3. Moudrý mouřenín
4. Nameleme, nemeleme
5. Putovala k mámě
6. Méně míní Máňa
7. Sázela tam mák
8. Darovala mu dárek

- na jednom tónu na procvičování vokálů



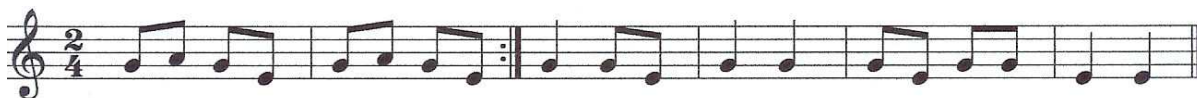
b) na sestupné kvartě



1. Pojedeme k tetě,
2. Varovala je včas,
3. Dovedu to dobře,
4. Bolelo mě to,
5. Vozili tam seno,

nepojedeme k tetě.
nevarovala je včas.
nedovedu to dobře.
nebolelo mě to.
nevozili tam seno.

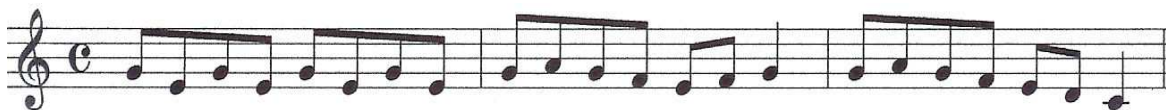
c) melodizovaná říkadla



Zla-tá brána o-te-vře-ná, Kdo do ní ve-jde, tomu hla-va se-jde.
zlatým klíčkem odemčená.



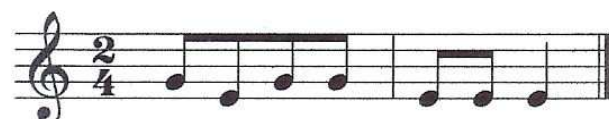
Hou, hou krá-vy jdou ne-sou mlí-čko pod se-bou,
a ta naše ja-lo-vi-čka bu-de dá-vat hodně mlíčka.



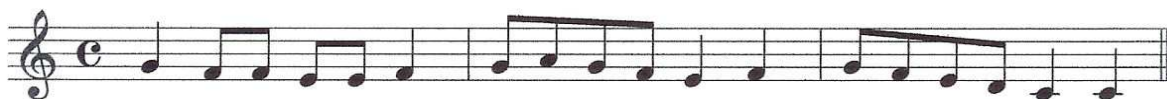
Slouha troubí pod podloubí, slouhová mu pomáhá, až se ce-lá vohejbá.



En-ten-tý-na mandolína, Hou-sle, ba-sa, trumpeta,
po-je-de-me do Ko-lí-na.



po-je-de-me do svě-ta.



Páv se-dí pod dubem, Holubi-čka plá-če, že jí sněd ko-lá-če.
hra-je karty s holubem.



Tluču, tluču mák, ale nevím jak. Po-věz-te mi pa-ní-má-mo



jak se tluče mák.

d) ukolébavky malého rozsahu



Ha - lí, be - lí, ko - ně v ze - lí,
a hří - bát - ka v pe-tr - že - li.



Spi, mé malé po - pě, Spi mi dobrou chví-li, ho-di-nu, tři, čty - ři.
spi, ma-lé ho-lou - bě.

e) halekačky



Vstá-vej vo-spa - lá, vy - žeň do stá - da, pa - stejř trou - bí,
než se při-stro - jíš, krá - vy na-po - jíš, pře-že-ne podloubí.



Mar-já - no, vstaň rá-no, peč vdolky pro holky,



a ko - lá - če pro se - ká - če.



Ha - ló, ha - ló, ha-ló Pe-pí- ku.



Ha-hou, ha-hou, ha-hou, Jo-zíf-ku A - da - mů.

3. 2. Hlasová cvičení na slabikách

- cvičení malého rozsahu

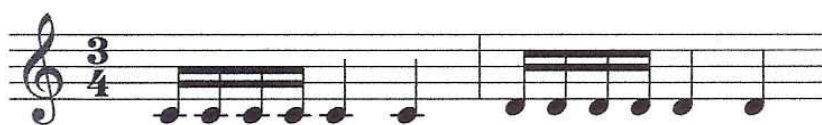
Tato cvičení zpíváme na různých slabikách vyslovovaně i vázaně. Transponujeme je po půltónech v přiměřeném hlasovém rozsahu.



mun mon man men mýn – lé lí lá lé lú.



Bim bam bum, bim bam bum, bim bam bum, bum.



Tra-la-la-la-lé – ra, tra-la-la-la-lé – ra,



Tra-la-la-la-lé –ra, tra-la-la-la-lé – ra, tra-la-la-la-lé – ra.

- cvičení v rozsahu tercie



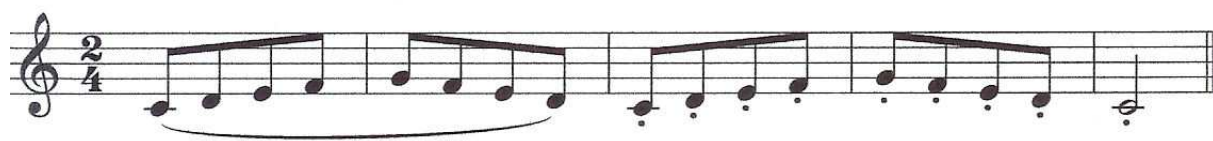
vo vo vo vo vo

- cvičení sestupné



ju _____

- cvičení legata a staccata



vjo _____ vjo o o o o o o o vjo

- cvičení v rozsahu sexty



ma - na - va - za - ma - na - va

- další cvičení




no nu no nu no nu no



ma me mo ma me mo ma



VO VI VO VI VO VI VO VO



ni ne na no nu zi ne ma no mu

U hlasových cvičení sleduji:

- rozezpívání hlasových a dechových orgánů