

OBSAH	3
Úvod	7
1. Hlas, mluvení, zpěv	9
2. Hlasová výchova a její význam	9
3. Anatomie a fyziologie hlasového ústrojí	10
3.1 Dýchací ústrojí	10
3.1.1 Dýchací ústrojí a jeho součásti	10
3.1.2 Typy dýchání	13
3.2 Hlasové (fonační) ústrojí	14
3.2.1 Hrtan	14
3.2.2 Hlasivky	15
3.2.3 Hlasová štěrbina - glottis	16
3.2.4 Vznik hlasu - fonace	16
3.2.5 Vlastnosti lidského hlasu a tónu	17
3.2.6 Hlasové začátky	18
3.2.7 Hlasové rejstříky	18
3.3 Artikulační ústrojí	20
3.3.1 Součásti artikulačního ústrojí	20
4. Technika zpěvného hlasu	22
4.1 Složka dechová - dechová technika	23
4.1.1 Pěvecké dýchání, znaky dýchání	23
4.1.2 Příklady dechových cvičení	24
4.1.3 Pokyny k dechovým cvičením	25
4.2 Složka hlasová – hlasová technika	26
4.2.1 Základní druhy spojování (členění) tónů	26
4.2.2 Melodické ozdoby jako součást hlasové techniky	29
4.2.3 Vybrané pěvecké termíny označující různý způsob zpěvu, tvoření tónu	29

4.2.4 Hlasová cvičení	31
4.2.4.1 Obecně platné zásady k hlasovým cvičením, k tvoření tónu	31
4.2.4.2 Hlasová cvičení a jejich dělení	32
4.2.4.3 Obměny hlasových cvičení	35
4.2.4.4 Další poznámky k rozezpívání (k hlasovým cvičením)	36
4.3 Složka artikulační – artikulační technika	36
4.3.1 Artikulace samohlásek při zpěvu	36
4.3.1.1 Vokálový trojúhelník	37
4.3.1.2 Příklady cvičení na vyrovnávání vokálů	38
4.3.2 Artikulace souhlásek při zpěvu	38
4.3.3 Postup při nácvičku artikulace	41
5. Dětský hlas a hlasová mutace	41
5.1 Vývoj dětského hlasu do mutace	41
5.2 Hlasová mutace - proměna chlapeckého a dívčího hlasu v dospívání	42
5.2.1 Hlasová mutace a její znaky	42
5.2.2 Fáze mutace	43
5.2.3 Zpěv za mutace	44
6. Hlas dospělého člověka	44
6.1 Druhy hlasu a jejich rozsah	45
6.2 Druhy zpěvu	46
7. Hlasové poruchy	47
7.1 Organické poruchy	47
7.2 Funkční (neurodynamické) poruchy	48
7.3 Vady a chyby zpěvního hlasu	50
8. Hlasová hygiena a prevence hlasových poruch	51
8.1 Zásady hlasové hygieny	51
9. Vokální činnosti ve školní a mimoškolní praxi	53

9.1 Vokální imitace, vokální intonace, vokální improvizace	53
9.1.1 Vokální imitace (nápodoba)	53
9.1.2 Vokální intonace	54
9.1.3 Vokální improvizace	55
9.2 Práce s písní	55
9.2.1 Příprava ke zpívání	56
9.2.2 Návčik písňě - metodika práce s písni	56
9.2.3 Přednes	57
Literatura	59