

# OBSAH

Úvod .....	15
<b>PÁR SLOV O HISTORII MUZIKOTERAPIE .....</b>	<b>17</b>
Pravěk .....	17
Starověk .....	18
Středověk .....	19
Renesance a novověk .....	20
17. a 18. století .....	20
19. a 20. století .....	20
Současnost .....	21
<b>TEORETICKÁ ČÁST – PŘÍPRAVA A VEDENÍ LEKCE .....</b>	<b>24</b>
Příprava .....	24
Volba tématu .....	24
Úvodní kolečko a kolující pozdrav .....	24
Náladoměr .....	25
Rozehřívací fáze .....	25
Koncentrace .....	25
Hlavní činnost .....	25
Umění improvizovat .....	26
Doznění a sdílení (reflexe) .....	26
Závěr lekce .....	27
<b>Některá upozornění a práva hráčů (klientů, žáků atd.) .....</b>	<b>28</b>
Společenské konvence .....	28
Dramatické konvence .....	28
Konvence v terapii .....	28
Právo nevědět .....	29
Vážné se vždy nerovná cenné .....	29
Hra = svoboda .....	29
Spory a konflikty .....	29
Hodnocení a atmosféra ve skupině .....	30
Vztahy ve skupině .....	30
Vztahy s kolegy .....	31
Překážky práce .....	31

<b>TERAPIE, PEDAGOGIKA A JEJICH HRANICE .....</b>	<b>33</b>
Muzikoterapie ve speciální pedagogice.....	34
Prostor a vybavení (ideální představa).....	34
Oblečení a obutí.....	35
<b>Význam použitých ikon.....</b>	<b>36</b>
<b>1. HRY S RYTMEM .....</b>	<b>39</b>
<i>Marcela</i> .....	40
<b>Rytmické hry v kruhu .....</b>	<b>42</b>
Tleskání .....	42
Dialogy tleskáním .....	43
Dupání v kruhu I .....	44
Dupání v kruhu II.....	45
Kroky za zády.....	46
Ťukání.....	46
Hra na tělo.....	47
<b>Bubnování.....</b>	<b>48</b>
Lavina rytmu.....	48
Rytmus nálady .....	48
Bubnujeme svá témata .....	49
Hledání společného rytmu.....	49
Dialog dvou bubnů .....	50
Tep srdce.....	50
Na výdrž .....	51
Akcentovaný rytmus .....	51
Rytmy a činnosti .....	52
Pohybová improvizace.....	52
Indiánský rituál .....	53
Rituály .....	54
Rytmické hádanky .....	54
Africká cvičení v kruhu.....	55
„Bubnování na pusu“ .....	55
Melodický scat .....	56
<b>Hry s rytmem a pohybem .....</b>	<b>56</b>
Červení a Bílí .....	56
Krysař .....	57
Natřásání se .....	57
Některé figury pohybu .....	58

Houpání .....	60
Máslostroj .....	60
Hra ruky .....	61
Na houslaře .....	62
Upozornit na sebe .....	63
Na dirigenty.....	64
Na vláčky .....	64
Putovní plyšák.....	65
Tajný dirigent (zpěvák).....	66
Dva kruhy .....	66
<b>Rytmus a řeč .....</b>	<b>67</b>
<i>Hry s říkačkami</i> .....	67
<i>Říkačky s předem danými pohyby</i> .....	67
Ráček.....	67
Ramsese .....	68
Ta naše bába .....	70
Třesky plesky .....	70
Říkačky v kruhu.....	71
Říkačky a improvizace .....	72
Texty říkaček.....	72
Hana – Hana, Jan – Jan .....	74
Rytmus slov a vět.....	75
Rýmovánky .....	75
Čtyřverší .....	76
Rýmy na jména .....	76
Ano – ne .....	77
Hra na vlaky.....	77
Dostihy.....	78
Na zvuk továrny.....	78
<b>2. HRY S PŘEDMĚTY A NÁSTROJI .....</b>	<b>79</b>
<i>Pepa</i> .....	80
Hudební nástroje.....	81
Hry s Orffovými nástroji.....	81
<b>Orffovy nástroje .....</b>	<b>82</b>
Jednodušší formy hry .....	82
Opaky .....	82
Dialogy nástrojů.....	83

Hra s výměnou .....	84
Hrajeme poslepu .....	84
Na zadané téma .....	85
Chvilé setkání.....	86
<b>Elementární nástroje .....</b>	<b>87</b>
Na zvuky a tóny .....	87
Pokličková kapela .....	87
Hrajeme na hřeben .....	88
Zvonivý závěs .....	88
Skleničkofon .....	89
Chřestidla .....	89
Škrabky.....	90
Na dva majáky .....	90
<b>3. IMPROVIZACE POHYBEM NA HUDBU .....</b>	<b>91</b>
<i>Amuzikální Anička .....</i>	<i>92</i>
Pár metodických poznámek.....	93
<i>Jak začít s pohybovou improvizací.....</i>	<i>93</i>
<i>Jak si pomáhat .....</i>	<i>93</i>
<i>Jakou hudbu zvolit .....</i>	<i>93</i>
<b>Improvizace pohybem na hudbu .....</b>	<b>94</b>
Improvizovaný tanec.....	94
Jsme modrá .....	95
Chůze v různém prostředí .....	95
Chůze různých typů .....	96
Z lehu do pohybu a zpět.....	96
Hry se šátkem .....	97
Hemžení.....	98
Tančící ruce .....	98
Tančíme svoji náladu .....	99
Na dervíše.....	99
Roztančená zrcadla .....	100
V jeskyni u moře .....	101
Činnosti a příběhy.....	102
Divošská oslava země .....	103
Oživlé šátky .....	103
Bál strašidel .....	104
Medvěd a myška.....	105

Bouře.....	105
Obr a trpaslík.....	106
Hejno ryb .....	106
Souboje při hudbě.....	107
Na zvířátka.....	107
Hudební obrázky .....	108
Lepič plakátů.....	108
Napadení rojem včel .....	109
Jak rostou stromy .....	109
Na sochy hudby I .....	110
Na sochy hudby II.....	111
Dialogy pohybem.....	111
Na stromy a ptáčky.....	112
Pochody a průvody .....	112
Na myšky na strništi .....	113
Na koncert .....	113
Jedeme na výlet .....	114
Opičí rozcvička s hudbou .....	115
Skupinové etudy podle hudby .....	116
<i>Další hudební skladby k uvolněné improvizaci pohybem .....</i>	<i>116</i>
<b>4. HRY SE ZPĚVEM.....</b>	<b>117</b>
<i>Hrozná třída .....</i>	<i>118</i>
<i>Peče se dělátko... ..</i>	<i>120</i>
<b>Hry se zpěvem.....</b>	<b>121</b>
Zpěvavý kruh.....	121
Na starý gramofon .....	121
Hravé zpívání .....	122
Štafetový zpěv .....	123
Zpíváme si s obavou .....	124
Zpíváme si s hněvem .....	124
Zpíváme s radostí.....	125
Zpíváme se smutkem .....	125
Zpíváme s láskou, něhou a soucitem .....	126
Ozvučené šátky .....	126
Kánon.....	127
Písničkový mišmaš.....	128
Na orchestrion.....	128

Na playback (dabing).....	129
Melodické hádanky .....	129
Na rebela .....	130
Na toulavé noty .....	130
Helke medreeke.....	131
Na orchestr .....	131
Písnička se slovem <i>voda, voděnka</i> .....	132
Hudební molekuly .....	133
Písničkové molekuly .....	134
O nejhlupejší song .....	135
Zpěv s překážkami .....	135
Na kudrnatou Káču .....	136
Krabička .....	137
Pějme píseň dokola .....	138
Na hudbu telegrafních sloupů.....	139
Na tetřeva hlušce .....	139
„Tak si zpíváme“.....	140
Na včely .....	141
Když má Matěj velkou radost .....	142
Na stříbrný balon.....	143
Hudební tichá pošta.....	144
Zpíváme svá jména .....	144
Zvukové kulisy k písničkám .....	145
Skladba na základě ostinata .....	145
Zpíváme na čas.....	146
Tátova zamilovaná.....	146
Plížená .....	147
Zpěv podle grafické partitury.....	147
Hry s jazykolamy a čtyři svišti .....	148
Indiánská hudební hra .....	150
Zpívající břicho .....	150
Hymna prázdnin .....	151
Zvony.....	151
Švédská ukolébavka.....	152
Na ozvěnu .....	154
Hudební přihořívá.....	154
Rozstříhané písničky.....	155
Hudební zkratky .....	155
Na kuňku.....	156

Zpívané debaty .....	157
Na babičku.....	157
Já jsem muzikant.....	158
Muž hloupý .....	160
Hlava, ramena, kolena, palce .....	162
Standova osobní písnička .....	163
<b>5. PÍSNÍČKA JAKO NÁMĚT DRAMATICKÉHO DĚJE .....</b>	<b>165</b>
<i>Konsonance</i> .....	166
Živé obrazy.....	167
Šarády .....	167
Dramatizujeme písničky .....	168
<i>Postup dramatizace písničky</i> .....	168
<i>Příklad postupu na písni Červený šátečku</i> .....	169
Dialogizované písně .....	172
Dramatické příhody podle hudby.....	172
Žabí besedy .....	173
O jabloni.....	174
Figurujeme slovesa .....	174
Šanson.....	175
Kramářské písně .....	176
Zpěv a situace v životě.....	177
<i>Příklad improvizované příhody se zpěvem</i> .....	178
<b>6. HUDBA A VÝTVARNÉ TECHNIKY .....</b>	<b>179</b>
<i>Hyperaktivista</i> .....	180
Čárání při hudbě .....	181
Malování při hudbě .....	181
Malované písničky .....	182
Kompozice v prostoru.....	182
Na sochaře .....	183
Hudba si kreslí sama .....	184
Sousoší .....	184
<b>7. HUDEBNĚ-DRAMATICKÉ FORMY .....</b>	<b>185</b>
<i>Medvěd</i> .....	186
<b>Hudební pohádky</b> .....	188
Známé hudební pohádky .....	188

Vlastní pohádka .....	189
Loutka a uspávkanky .....	189
Hudba a loutky.....	190
<b>Tance a taneční hry</b> .....	191
Tance klasické .....	191
Tanec s peříčkem.....	192
Na Indiány.....	192
Pomerančový tanec .....	193
<i>Taneční drama</i> .....	194
Požár Londýna .....	194
<i>Melodram</i> .....	196
Znamé melodramy .....	197
Hra na melodram .....	198
„Hudební kulisy“ .....	199
Hra se zpěvy pro děti.....	199
<i>Divadelní hra se zpěvy</i> .....	199
<i>Opera pro děti</i> .....	200
Hra na operu .....	200
Dětská profesionální opera.....	201
<i>Muzikál</i> .....	202
Muzikály pro děti.....	202

## **8. POSLECH, FANTAZIE A RELAXACE**..... 203

<i>René</i> .....	204
<i>Barvy všech stanic metra</i> .....	205
<i>Obecně o poslechu</i> .....	206
<b>Receptivní metody</b> .....	207
Ticho.....	207
Pauzy.....	207
Poslech a představy .....	208
Imaginární hudba .....	208
Poslech, záznam pocitů.....	209
Volné asociace.....	209
Trojdílný poslech .....	210
Hudební portréty.....	212
Co chci změnit .....	213
Barevná světla, vůně .....	213



<b>Fantazie a hudba</b> .....	214
Nový název pro hudbu .....	214
<i>Fantazie a hudba</i> .....	214
Příběhy v hudbě .....	214
Tančící dlaně .....	215
Poznáváme tvář.....	216
Zvukové koláže .....	217
<b>Relaxace</b> .....	218
<i>Relaxace</i> .....	218
Delší relaxace .....	220
Krátké relaxace .....	223
Unavený medvídek .....	224
Uspávání s hudbou .....	225
Ukolébavky .....	225
Probouzení s hudbou.....	226
Procházka nitrem těla .....	226
Imaginární tanec v těle .....	227
Hudební meditace .....	227
Společná meditace zpěvem .....	228
Jste hudbou... .....	229
<b>Relaxace za pohybu</b> .....	230
Pohybové fantazie .....	230
Na vlajky.....	231
Relaxovaný zpěv.....	231
Na balony.....	232
Velmi pomalé pohyby.....	233
Houpání .....	234
Kaštanek ve vánku .....	234
<b>MÍSTO ZÁVĚRU</b> .....	235
Emoce .....	236
Seznam hudebních skladeb .....	240
Literatura.....	243