#### KLÍČOVÉ KOMPETENCE A JEJICH VZTAH K HUDEBNÍ VÝCHOVĚ

Marie Lišková (výňatek z rigorózní práce)

RVP člení klíčové kompetence do šesti skupin

1) kompetence k učení,

2) kompetence k řešení problémů,

3) kompetence komunikativní,

4) kompetence sociální a interpersonální,

5) kompetence občanské

6) kompetence pracovní.

**1) Kompetence k učení**[[1]](#footnote-1)

*Na konci základního vzdělání žák:*

* *vybírá a využívá pro efektivní učení vhodné způsoby, organizuje a řídí vlastní učení,*

*projevuje ochotu věnovat se dalšímu učení a celoživotnímu učení*

*⮚ vyhledává a třídí informace a na základě jejich pochopení, propojení a systematizace je*

*efektivně využívá v procesu učení, tvůrčích činnostech a praktickém životě*

*⮚ operuje obecně užívanými termíny, znaky a symboly, uvádí věci do souvislostí, propojuje*

*do širších celků poznatky z různých vzdělávacích oblastí a na základě toho si vytváří*

*komplexnější pohled na společenské a kulturní jevy*

*⮚ samostatně pozoruje a experimentuje, získané výsledky porovnává, kriticky posuzuje   
 a vyvozuje z nich závěry pro využití v budoucnosti*

*⮚ poznává smysl a cíl učení, má pozitivní vztah k učení, posoudí vlastní pokrok a určí*

*překážky či problémy bránící učení, naplánuje si, jakým způsobem by mohl své učení*

*zdokonalit, kriticky zhodnotí výsledky svého učení a diskutuje o nich*

Docílit „Kompetence k učení“ znamená dosáhnout v podstatě pozitivního vztahu žáků k získávání informací, jejich ochoty rozvíjet své schopnosti a dovednosti, a to nejen v době školní docházky, ale i během celého života. K tomuto na první pohled jednoduchému cíli však nevede snadná cesta. Zájmy žáků jsou ovlivňovány množstvím faktorů jako např. školní atmosférou, rodinným prostředím, vztahem rodičů ke vzdělávání atd. V získávání kompetencí k učení hraje důležitou roli osobnost učitele (temperament, charakter, odborné znalosti, entusiasmus, schopnost empatie atp.). Žák se mnohdy zajímá   
o určitý obor jen díky učiteli, který ho svým postojem dokázal vhodně motivovat. Podstatná je i organizační stránka vyučovacího procesu, jako je počet dětí ve třídách, možná spolupráce asistenta učitele ve vyučovacím procesu, speciální učebny.

Nejlepší možnou pobídkou k formování pozitivního vztahu žáků k učení jsou praktické hudební činnosti se zřetelným, výsledným a hmatatelným efektem. Hudba je hra v pravém slova smyslu. Tvořivé činnosti jsou oním motorem k učení, k radosti z vlastních schopností, k poznávání, k emocionálním prožitkům a tím i chuti k dalšímu vzdělávání. Cílem hudebních aktivit je motivovat žáky k vlastní hudební tvorbě, hře na hudební

nástroj, zpěvu, pohybovým aktivitám. Každá z hudebních činností současně umožňuje vzbudit zájem žáků i o jiné oblasti vzdělávání.

**Kompetence k učení a vokální činnosti**

Prostřednictvím zpěvu písní rozvíjíme paměť žáků, motivujeme je k získávání poznatků z rozličných oblastí života (obsah písní je nositelem různorodých informací, které lze využít v rozličných oborech vzdělávání). Se zpěvem a hlasovou výchovou souvisejí různé poznatky (okysličování organismu, artikulace – rozvoj řeči, rezonanční dutiny, hlasová hygiena, atd.), které nacházejí uplatnění v praktickém životě. Při nácviku intonačních dovedností se žáci učí pracovat s obecně užívanými znaky (notopis).

Prostřednictvím zpěvu poznávají smysl a cíl učení (např. zpěv a relaxace). Jsou schopni posuzovat vlastní pokrok v učení – konkrétně ve zpěvu.

**Kompetence k učení a instrumentální činnosti**

Prostřednictvím experimentování, konkrétně improvizací – hrou na lehkoovladatelné nástroje, rozvíjíme u žáků tvořivé myšlení. Seznamování s nástroji Orffova instrumentáře se může stát součástí vyhledávání a třídění informací. Žáci se učí operovat s obecně užívanými symboly (symboly nástrojů uvedené v partituře). Prostřednictvím hry na lehkoovladatelné nástroje poznávají smysl a cíl učení (smyslové poznání, nejjednodušší hudební rytmy vyluzované hudebními nástroji a jejich vliv na lidský organismus). Hra na hudební nástroje podněcuje zájem získat informace o rozličných materiálech (dřevo, kov, bambus, apod.), z nichž jsou nástroje vyrobeny.

**Kompetence k učení a hudebně pohybové činnosti**

Kromě orientace v prostoru, rozvíjení motoriky, koordinace pohybů, manipulace s předměty (vybírání vhodných způsobů  efektního učení), získávají žáci poznatky z oblasti biologie člověka (lidské tělo – pojmy), kultury cizích národů - význam tance v mimoevropských kulturách (vyhledávání informací). Žáci pracují s obecně užívanými pojmy. Prostřednictvím pohybových aktivit poznávají smysl a cíl učení (zájmová oblast), učí se posoudit vlastní pokrok v této oblasti, případně určit překážky bránící v učení   
a rozvoji v této činnost.

**Kompetence k učení a poslechové činnosti**

Poslechem hudby motivujeme žáky k vlastní aktivní hře na hudební nástroj, což souvisí s vybíráním a využíváním vhodných způsobů a metod práce, vedoucích k efektivnímu učení. Žáky motivujeme k poznávání vědy a techniky – samostatné pozorování a experimentování (ovládání CD přehrávače, DVD, MP3, přenos dat prostřednictvím multimédií, motivace k práci s CD ROMy). Tím vytváříme u dětí nezbytně nutný základ pro práci s informacemi.

S poslechem hudby samozřejmě souvisí i operování s obecně užívanými termíny (hudebně vyjadřovací prostředky), vyhledávání a třídění informací (hudební nástroje, hudební osobnosti). Prostřednictvím poslechu motivujeme žáky k dalšímu vzdělávání i v jiných oblastech (např. výtvarná výchova, historie, zeměpis, evropská i mimoevropská kultura).

Jak je patrné, veškeré hudební aktivity přispívají buď přímo nebo nepřímo k vytváření pozitivních vztahů žáků k intelektuálním hodnotám a snaze k vzbuzení zájmu o celoživotní vzdělávání. Významnou součástí motivace žáků k učení je hodnocení, které dává prostor k prožití úspěchu, čímž vede ke zvyšování sebevědomí žáků.

Schopnost učitele probudit zájem žáků o pestrou nabídku hudebních aktivit a propojit je s aktualitami současného bytí patří k pravému umění učitelské profese.

Praktické hudební činnosti a současně jejich výsledný, hmatatelný efekt, je pro žáky základní školy tou nejlepší možnou stimulací k formování jejich pozitivního vztahu k učení. Tvořivé činnosti jsou oním motorem k učení, radosti z vlastních schopností, poznání, emocionálního prožitku a tím chuti k dalšímu vzdělávání.

Cílem hudebních aktivit je proto motivovat žáky k vlastní hudební tvorbě, hře na hudební nástroj, zpěvu, pohybovým aktivitám.

**2) Kompetence k řešení problémů**[[2]](#footnote-2)

*Na konci základního vzdělání žák:*

*⮚ vnímá nejrůznější problémové situace ve škole i mimo ni, rozpozná a pochopí*

*problém, přemýšlí o nesrovnalostech a jejich příčinách, promyslí a naplánuje způsob*

*řešení problémů a využívá k tomu vlastního úsudku a zkušeností*

*⮚ vyhledá informace k řešení problému, nachází jejich shodné, podobné a odlišné znaky,*

*využívá získané vědomosti a dovednosti k objevování různých variant řešení, nenechá*

*se odradit případným nezdarem a vytrvale hledá konečné řešení problému*

*⮚ samostatně řeší problémy; volí vhodné způsoby řešení; užívá při řešení problémů*

*logické, matematické a empirické postupy*

*⮚ ověřuje prakticky správnost řešení problému a osvědčené postupy aplikuje při řešení*

*obdobných nebo nových problémových situací, sleduje vlastní pokrok při zdolávání*

*problémů kriticky myslí, činí uvážlivá rozhodnutí, je schopen je obhájit, uvědomuje si*

*zodpovědnost za svá rozhodnutí a výsledky svých činů zhodnotí*

Kompetence k řešení problémů souvisí s rozvojem myšlenkových operací. Dnes je již vědecky prokázáno, že aktivní pěstování hudby podporuje rozvoj myšlení, logických operací. S tím vším souvisí i rozvoj představivosti, fantazie a tvořivosti (tvořivé myšlení, řešení problémů). Prostřednictvím vhodně volených aktivit můžeme tedy nejen pozitivně ovlivnit hudební rozvoj žáků, ale také podpořit jejich schopnosti a dovednosti v dalších oblastech vzdělávání.

V tvořivých činnostech, které jsou v hudební výchově dominantní, se uplatňuje zejména fantazie, originalita myšlení, kombinační schopnosti. Tvůrčí schopnosti a fantazie jsou naprosto přirozenou součástí dětského světa, zejména žáků mladšího školního věku, kteří ještě jednají bez zábran a studu. Naší snahou je dávat dětem takové podněty, prostřednictvím kterých jejich fantazii podpoříme a vhodně usměrníme. S tvořivostí velmi úzce souvisí rozvoj představivosti, který je nutný k dovršení výsledného efektu - řešení problému. Kompetence k řešení problémů souvisí s vhodnou volbou forem a metod práce. V hudební výchově nazýváme tvořivost improvizací.

**Kompetence k řešení problémů - vokální činnosti**

K vokálním činnostem, které vedou k dosažení kompetencí řešení problémů, řadíme melodizaci říkadel, či rozličných rytmických vět. Žáci mohou rozhodovat o tom, které ze zmelodizovaných říkadel svou melodikou a hudební formou co nejlépe odpovídá literárnímu obsahu říkadla. Dalším problémovým úkolem, který mohou žáci řešit, je dokončování hudebních úryvků - závětí, rozlišování a tvoření ukončené či neukončené melodie. K typickým vokálním aktivitám, které podporují tvořivost a schopnost rychlého rozhodování, patří hudební hry (např. hra na otázku a odpověď, hra na řetěz). K dalším praktickým činnostem, rozvíjejícím schopnost řešit problém řadíme intonaci, zpěv melodie podle notového zápisu či fonogestiky. V souvislosti se zněním vokální skladby mohou žáci rozlišovat intonační čistotu reprodukované písně, mohou spolurozhodovat   
o tom, který ze spolužáků zpívá danou píseň výrazově nejpřesvědčivěji. Řešení problému souvisí i se schopnostmi žáků pracovat s barvou svého hlasu, v uměle navozených situacích.

Na základě vlastního poznání vyhledávají žáci písně dvoudobého metra, odlišují je od písní třídobých. Další hudební poznatky umožňují žákům vyhledávat i písně stejných žánrů (pochod, ukolébavka), nalézat shody či rozdíly související s formou písně, tempem apod.

**Kompetence k řešení problémů - instrumentální činnosti**

Prvotní problémovou situací související s hrou na hudební nástroje je např. schopnost vytvářet netradiční, atypické zvuky prostřednictvím manipulace s nástroji.

Charakteristickou součástí těchto klíčových kompetencí je improvizovaná hra na lehkoovladatelné nástroje, ať rytmické či melodické (žáci např. hledají různé zvukové možnosti k daným situacím, námětům, vyhledávají souvislosti mezi zvukem hudebního nástroje a emocemi, jež dané zvuky vyvolávají; vypořádávají se s určenou hudební formou – délkou improvizace). Pro hru na hudební nástroje a řešení kreativních úkolů jsou typické již zmíněné hudební hry (hra na otázku a odpověď, hra na řetěz).

S hrou na nástroje a klíčovými kompetencemi k řešení problémů souvisejí hudební úkoly jako např. hra ukončené melodie či rytmu, hledání známé písně podle části interpretovaného rytmu, či melodie. V souvislosti s doprovodem písně řeší žáci problém, které konkrétní hudební nástroje zvolit k co nejvhodnějšímu doprovodu. Žáci jsou vedeni poznatky o zvukomalbě nástroje, jeho dozvuku, vhodnost četnosti hry, tempem, dynamikou a samozřejmě i obsahovou stránkou písně.

Problémovou situací je samostatné tvoření předeher, meziher či doher k písním nebo doprovodu písní prostřednictvím základních harmonických funkcí.

K přirozenému řešení problému při instrumentální hře hudebních doprovodů písní patří správná interpretace zapsané melodie (rytmu), nástupy po pomlkách, souhra všech nástrojů, dynamika apod.

**Kompetence k řešení problémů - poslechové činnosti**

Pokud jde o poslech hudby, souvisí s osvojováním těchto klíčových kompetencí rozvoj představivosti, schopnost imaginace a s ní i praktické poznání hudebně vyjadřovacích prostředků. V hudebně poslechových činnostech mají žáci za úkol např. rozpoznat jednotlivé hudební nástroje, žánry. Učí se rozeznávat hudbu pochodovou, taneční, hudbu ke slavnostním příležitostem, k relaxaci apod. Praktická upotřebitelnost tohoto poznání tkví v dalším řešení problémových situací, např. výběru vhodné hudební ukázky   
k animovanému filmu, k jízdě krasobruslaře, k cirkusovému vystoupení, k reklamním upoutávkám, apod. Poslechové aktivity a řešení problému dále souvisejí s celou oblastí sluchové analýzy.

**Kompetence k řešení problémů - hudebně pohybové činnosti**

Kompetence řešení problémů zde souvisejí s vytvářením různých pohybových etud,   
s pantomimou (předvádění hry na hudební nástroje či pohybové vyjadřování nálady evokované poslechovou skladbou či improvizovanou hrou na hudební nástroje).

Stranou nezůstávají rozmanité pohybové hry, jejichž prostřednictvím se děti učí řešit problematiku hudebně vyjadřovacích prostředků (tempo, dynamika). Prostřednictvím pohybu se žáci snaží proniknout i do podstaty hudební formy, hledají vhodné způsoby pro vyjádření melodicky odlišných částí písní či poslechových skladeb. Určitou problémovou situací je i správné taneční vyjádření skladby v souvislosti s jejím metrem.

Výše uvedenými činnostmi jsou žáci vedeni nejen k rozvoji tvůrčích schopností, k samostatnému myšlení, k řešení problémů, ale i ke správnému rozhodování v daných situacích. S řešením rozličných problémových situací souvisí i zapojení žáků do příprav hudebních vystoupení, včetně choreografie. S kompetencí k řešení problémů úzce souvisí i rozvoj paměti a aplikace již dříve získaných vědomostí na nové situace. Snažíme se o vzbuzení emocionální, sluchové či motorické paměti žáků. Rozvíjení kompetencí k řešení problémů má vliv i na rozvoj zaměřené pozornosti žáků a zlepšování úrovně jejich soustředěného vnímání.

Výhodou tvůrčích hudebních aktivit je podnětné prostředí a vzájemná důvěra mezi pedagogem a žákem. Jejich partnerské vztahy jsou totiž na úrovni spolutvůrců hudebního díla.

**3) Kompetence komunikativní**[[3]](#footnote-3)

*Na konci základního vzdělání žák:*

*⮚ formuluje a vyjadřuje své myšlenky a názory v logickém sledu, vyjadřuje se výstižně,*

*souvisle a kultivovaně v písemném i ústním projevu*

*⮚ naslouchá promluvám druhých lidí, porozumí jim, vhodně na ně reaguje, účinně se*

*zapojuje do diskuse, obhajuje svůj názor a vhodně argumentuje rozumí různým typům*

*textů a záznamů, obrazových materiálů, běžně užívaných gest, zvuků a jiných*

*informačních a komunikačních prostředků, přemýšlí o nich, reaguje na ně a tvořivě je*

*využívá ke svému rozvoji a k aktivnímu zapojení se do společenského dění*

*⮚ využívá informační a komunikační prostředky a technologie pro kvalitní a účinnou*

*komunikaci s okolním světem*

*⮚ využívá získané komunikativní dovednosti k vytváření vztahů potřebných*

*plnohodnotnému soužití a kvalitní spolupráci s ostatními lidmi*

Komunikace je základním prostředkem dorozumívání. Její dovednosti se rozvíjejí od narození. Zpočátku se projevují nonverbálně. Prostřednictvím řeči formulují děti své myšlenky, učí se samostatně projevit, čímž si zároveň vytvářejí vlastní sebevědomí.

Skutečnost, že hudební výchova zahrnuje více aktivit – vokální, instrumentální, poslechové a pohybové činnosti, nám dává četné možnosti k vedení dialogu mezi žákem   
a pedagogem či ke komunikaci mezi spolužáky. Verbální komunikaceje přirozenou součástí veškerých hudebních aktivit. V průběhu vyučovacího procesu založeného na činnostním pojetí si žáci rozdělují role, pomáhají si, spolupracují, potřebují se domluvit. K tomu všemu jsou nutné komunikační dovednosti.

Hudební činnosti umožňují rozvoj jak verbální tak neverbální komunikace.

Podle Jaroslava Křivohlavého je neverbální komunikace „mimoslovní sdělování, vývojově starší než slovní. Má různé podoby, zejména sdělování pohledy (řeč očí), výrazy obličeje (mimika), sdělování pohyby (kinetika), sdělování fyzickými postoji (konfigurace všech částí těla), sdělování gesty (testíka), sdělování doteky (haptáky). Nonverbální komunikace doprovází, zpřesňuje, doplňuje verbální komunikaci. Slouží ke sdělování emocí, zájmů, postojů, záměrů, k přesvědčení lidí“.[[4]](#footnote-4) K neverbální komunikaci patří i modulace, barva či melodika našeho hlasu.

V hudební výchově souvisí neverbální komunikace především s pohybovou výchovou a s hrou na lehkoovladatelné nástroje, zprostředkovaně je pak spjata s poslechem hudby   
a zpěvem. Prostřednictvím mimiky, gest, pantomimického ztvárnění, vyjadřují žáci své emocionální prožitky z aktivně provozované či poslouchané hudby. Neverbální komunikace je v samé podstatě i součást samotného řízení hudebního procesu .   
Při nácviku písní žáci reagují na neverbální, dirigentská a mimická gesta učitele naznačující tempo, dynamiku, agogiku či náladu prováděného díla.

**Kompetence komunikativní - vokální činnosti**

Prostřednictvím písňového repertoáru rozvíjíme u dětí slovní zásobu. Dovednost formulovat vlastní myšlenky a názory souvisejí s rozborem písní. S dětmi si vyprávíme nejen o obsahu písně a náladě kterou vyvolává, ale i o její formální stránce – hudební formě, melodice, rytmu atd. Diskuse dává prostor k rozvoji vyjadřovacích schopností, současně však vede i ke vzájemnému naslouchání, chápání rozličných pojmů. Vokální

činnosti v sobě zahrnují i melodickou hru na otázku a odpověď, či dialogický rozhovor (děti samostatně vymýšlejí otázky i odpovědi, které zpěvně melodicky improvizují).

Vokální činnosti rozvíjejí i neverbální stránku. Ve smyslu nápodoby je spjata s intonací a barvou řeči, schopností emotivního zabarvení hlasu. Nápodobu hlasů zvířátek, pohádkových postav, zpěv na zvukomalebné slabiky, uplatňujeme především v souvislosti s hlasovou výchovou - správnou tvorbou tónu. Neverbální komunikace je pak samozřejmě součástí vokální interpretace písní. Postoj, mimika, vnitřní napětí při zpěvu má vliv na provedení písně, podílí se na zprostředkování pravdivosti jejího obsahu.

K porozumění různým typům textů přispívá i práce s říkadly (melodizace). Ve vyšších ročnících se žáci orientují i ve specifických hudebních záznamech (notace vokálních skladeb).

**Kompetence komunikativní - instrumentální činnosti**

Komunikativní kompetence rozvíjíme u žáků prostřednictvím nácviku jednoduchých rytmických či melodických doprovodů písní. Žáci se domlouvají, kdo bude hrát na jaký nástroj, vzájemně se upozorňují na nedostatky při hře, jeden od druhého se učí manipulaci s hudebními nástroji. Všechny tyto úkoly předpokládají verbální komunikaci.

Hra na lehkoovladatelné nástroje umožňuje rozvíjet schopnosti porozumět různým typům záznamů, či obrazových materiálů (instrumentální partitura, grafické značky nástrojů orff. instrumentáře), současně i gestům (dirigentská gesta při nácviku skladby).

Manipulací s hudebními nástroji rozvíjíme u dětí i neverbální projevy.

Děti se učí poznávat a vhodně využívat nástroje podle jejich charakteristických znaků (barva, síla). Vlastním výběrem a hrou na ně reprodukují emoce, náladu, názory. Pro neverbální komunikaci je charakteristický instrumentální hudební dialog (dialogické hry mezi žákem a učitelem, mezi žákem a žákem). Prostřednictvím improvizovaného rytmického či melodického dialogu mezi žáky můžeme rozkrýt sociální vztahy a vazby vládnoucí v daném žákovském kolektivu. Způsob hry na nástroj nám odhalí i temperament jednotlivců. Při těchto hrách se uplatní i verbální komunikace posluchačů. Děti, které netradiční rozhovor spolužáků sledují, mají za úkol uhodnout, zda byl dialog radostný, nazlobený, kdo z hráčů byl průbojnější apod.

**Kompetence komunikativní - hudebně pohybové činnosti**

Verbální komunikace je u pohybové výchovy nutná zejména k domluvě žáků. Jedná se například o pohybovou hru na zrcadlo - žáci se musí předem domluvit, kdo bude vedoucím hry a kdo „zrcadlem“. Při tanci se žáci musí dohodnout na způsobu tanečního držení párů, na pravidlech pohybu v kruzích, v řadách. Jakýmsi vrcholem komunikativních dovedností je pak domluva na samostatném „díle,“ choreografii pohybového vyjádření písně či hudební skladby.

Neverbální komunikaci rozvíjíme známými pohybovými hrami (hra na tělo, hra na zrcadlo). Dalším neverbálním prostředkem - pantomimou mohou děti vyjádřit obsah písně, charakteristiku vystupujících postav či zvířátek v písni, ale i náladu skladby. Úkolem ostatních dětí – diváků, je uhodnout např. název písně či náladu předváděné skladby.

Nejvýznamnější a zároveň nejobtížnější součástí neverbální komunikace je pohybová improvizace. Jejím prostřednictvím žáci vyjadřují své vnitřní pocity ze slyšené hudby (reprodukovaná hudba, hudební improvizace spolužáků).

K neverbální komunikaci patří i porozumění rozličným gestům. V HV využíváme zejména fonogestiku, taktování (dynamika, tempo, nástupové a závěrečné gesto).

Jak je patrné z předchozího textu, komunikativní kompetence jsou úzce propojeny s dalšími klíčovými kompetencemi - sociálními a personálními a kompetencemi k řešení problémů.

**Kompetence komunikativní - poslechové činnosti**

Poslechovými aktivitami vedeme žáky ke slovnímu vyjádření emocí z vnímané hudby. Žáci se učí formulovat své myšlenky, hledat vhodná slova odpovídající vlastním představám. S dětmi konzultujeme nejen jejich subjektivní prožitky, ale i názory na skladbu, kvalitu interpretovaného hudebního díla. Při diskusi se žáci současně učí   
i naslouchat promluvám druhých.

Rozbor poslechové skladby, např. její vznik, hudebně vyjadřovací prostředky nám umožní seznámit žáky s obrazovým materiálem (hudební nástroje, osobnosti hudby), záznamy (video, DVD), hudebním označením (dynamické a tempové značky). U žáků rozvíjíme schopnost vnímat poslechové skladby v souvislosti s notovým zápisem – partiturou.

Poslech hudby úzce souvisí i s neverbální komunikací. Ve své podstatě se jedná   
o vnitřní rozhovor dítěte s hudbou. Pocity, které děti při poslechu prožívají, mohou vyjádřit prostřednictvím výtvarných technik nebo pohybem, (vztahy a vazby s výtvarnou výchovou). Ke svým výtvarným dílkům se děti mohou vyjádřit, představit je ostatním.   
Na základě kreseb inspirovaných hudební ukázkou lze vysledovat niterné, emocionální prožitky žáků.

Zajímavým námětem se může stát i hudební symbolika. Zvuk bubnů např. v dřívějších dobách svolával lid k vyslechnutí důležitých zpráv, fanfáry trubek sloužily k uvítání návštěv na panovnických dvorech. Zvony zvonily k určování denního času (poledne, klekání), svolávaly lid k účasti na mši, upozorňovaly na živelné pohromy, oznamovaly úmrtí. Neodmyslitelnou součástí života každé vesnice bylo troubení ponocného o půl noci. Hudební symboly nás mohou inspirovat k rozhovoru nad současným děním. Můžeme porovnat, zda některé z uvedených symbolů platí i v dnešní době, popřípadě zda existují i jiné zvukové signály: např. signál v dopravních prostředcích doprovázený slovy „ukončete výstup a nástup“, zvuková signalizace na přechodu pro chodce, zvukový signál sanitky, hasičů, výstražný signál sirény, signály výpravčího. Žáky vedeme k porozumění netradičním informačně - komunikačním prostředkům.

Komunikace dětí je nezbytná při organizaci skupinových hudebních her, při

nácviku programu na hudební přehlídky či vystoupení. Verbálně se mohou žáci vyjádřit např. i ke vzdělávacímu obsahu hudební výchovy. S žáky můžeme připravovat rozličné ankety, přehlídky apod.

**4) Kompetence sociální a personální**[[5]](#footnote-5)

*Na konci základního vzdělání žák:*

* *účinně spolupracuje ve skupině, podílí se na vytváření pravidel práce v týmu, na*

*základě poznání nebo přijetí nové role v pracovní činnosti pozitivně ovlivňuje*

*kvalitu společné práce*

*⮚ podílí se na utváření příjemné atmosféry v týmu, na základě ohleduplnosti a úcty při*

*jednání s druhými lidmi přispívá k upevňování dobrých mezilidských vztahů,*

*v případě potřeby poskytne pomoc nebo o ni požádá*

*⮚ přispívá k diskusi v malé skupině i k debatě celé třídy, chápe potřebu efektivně*

*spolupracovat s druhými při řešení daného úkolu, oceňuje zkušenosti druhých lidí,*

*respektuje různá hlediska a čerpá poučení z toho, co si druzí lidé myslí, říkají a dělají*

* *vytváří si pozitivní představu o sobě samém, která podporuje jeho sebedůvěru   
  a samostatný rozvoj; ovládá a řídí svoje jednání a chování tak, aby dosáhl pocitu*

*sebeuspokojení a sebeúcty*

Hlavním záměrem kompetence sociální a personální je rozvoj pozitivních vztahů dítěte k sobě samému (sebevědomí, sebedůvěra) a k ostatním lidem. Hudba byla vždy pěstována pro radost a zábavu lidí. Její výhodou je, že dokáže sama o sobě pozitivně ovlivnit náladu jednotlivce i celého kolektivu. Přirozenou cestou tak navozuje emocionálně kladné nastavení skupiny, čímž přispívá k utváření pozitivních vztahů mezi dětmi.

Dění, které se odehrává v hudebně výchovném procesu, slouží k navazování kontaktů mezi jednotlivci, podporuje mezilidské vztahy, rozvíjí sociální cítění. Optimismus a radost ze společného muzicírování působí na psychiku dětí, pozitivně ovlivňuje jejich chování, projevy i postoje. Společné tvůrčí činnosti vyvolávají v dětech neopakovatelné zážitky, které je pak v pozitivním slova smyslu provázejí celý život. Při hudebních aktivitách si děti naprosto přesně uvědomí co znamená nutnost spolupráce a co je pocit zodpovědnosti. Každé dítě má v kolektivu své nezastupitelné místo. Za společné hudební dílo jsou všichni spoluzodpovědni. Provozování hudby vede k trpělivosti, ohleduplnosti, kultivaci mravních postojů dětí. Prostřednictvím společných hudebních aktivit žáci mnohem dříve a snadněji porozumí principu sociálních vazeb, týmové spolupráce a kooperaci ve skupině. U dětí se rozvíjí schopnosti ovládat sebe a současně i tolerovat druhé. Žáci poznávají a začínají si uvědomovat svoji identitu, své vlastní možnosti – silné a slabé stránky. Získávají potřebné sebevědomí a sebedůvěru.

Sebevědomí dětí, současně pak i motivace k dalším hudebním aktivitám vždy podpoří pochvala učitele. Důležitou roli hraje zadávání přiměřených úkolů, vycházejících ze znalostí dětí, z jejich individuálních dispozic a možností. Úkolem učitele je například vhodně etapovat získávání poznatků.

Procento dětí, které nemají žádné hudební schopnosti je zanedbatelné. Jestliže máme ve třídě opravdu amuzického jedince, můžeme jeho sebevědomí zvýšit prostřednictvím jiných aktivit. Některé děti mohou být dobrými zvukaři (pouštění nahrávky z CD), dekoratéry (výroba kulis), maskéry (líčení před vystoupením), aranžéry (určují, který nástroj je k dané situaci nejvhodnější), hráči na hudební nástroj. Vynikající hudební aktivitou i pro nehudebníky je improvizovaná hra na melodické nástroje Orffova instrumentáře. Jedná se o hru v pentatonickém prostoru. V pentatonice může současně improvizovat i více dětí a přesto jejich hra nepůsobí nelibozvučně. Tato improvizovaná hra, ve které se nemůže nikdo splést je pak motivací k dalším tvůrčím pokusům dětí. V hudebním procesu je zapotřebí dát šanci všem dětem.

Sebevědomí hudebně rozvinutých dětí podpoříme samostatnými hudebními výstupy - hudební besídky, přehlídky (např. skladatelská - rytmizace a melodizace říkadla, pěvecká - Do re-mi, Carusošou). Sociální a personální kompetence se na první pohled projevují nejzřetelněji v činnostech hudebně pohybové výchovy a hry na hudební nástroj.

Nejpodstatnějším, zároveň však i nejpřirozenějším úkolem, který je v dnešní době mnohdy opomíjen, je nutnost naučit děti respektovat daná pravidla spolupráce. Bez určitých hranic, mantinelů, které se musejí děti naučit dodržovat, bez podřízení se společnému zájmu, nelze v žádném případě uplatnit sebelepší náměty, které bychom dětem ve vyučovacím procesu rádi poskytli.

**Kompetence sociální a personální - vokální činnosti**

K vokálním činnostem, které podporují interpersonální vztahy žáků, patří hudební hry jako je hra na ozvěnu, hra na otázku a odpověď či hra na řetěz. Kultivovaný zpěv písní přispívá k utváření příjemné atmosféry v třídním kolektivu. Při zpěvu písní se děti učí vzájemně respektovat schopnosti druhých, být tolerantní k méně rozvinutým jedincům. Potřeba vzájemné spolupráce, tolerance a úcty, je podmínkou nácviku vícehlasých písní. Při nácviku je důležité vhodné rozestavení dětí (lepší zpěvák vedle slabšího). Prožitek společného zpěvu dává i méně nadaným dětem pocit spolupodílení se na dobrém výsledku. Vokální aktivity přispívají k utváření pozitivní představy o vlastní osobě (např. zpěv sóla v písni), umožňují samostatný rozvoj žáků. Případné hudební přehlídky podporují sebedůvěru dětí, přispívají k dosažení pocitu sebeuspokojení a sebeúcty. Prostřednictvím zpěvu rozdávají děti radost nejen sobě, ale i druhým. Interakce a vztahové záležitosti jsou pak obsahem mnohých písní. Náměty z těchto písní můžeme využít k rozhovoru o sociálních vztazích a vazbách.

**Kompetence sociální a personální - instrumentální činnosti**

Interpersonální vztahy a kooperaci rozvíjíme u žáků i při hře na hudební nástroje. K aktivitám, které rozvíjejí sociální kontakty a přispívají k upevňování dobrých mezilidských vztahů, patří opět známé hry na otázku a odpověď či na ozvěnu (melodická, rytmická), tentokrát však v instrumentální podobě. Sociální rozvoj umožňuje hudební dialog, který je založen na vzájemné spolupráci dvou hráčů (např. řeč bubnů).

Vztah instrumentálních aktivit k sociálním a personálním kompetencím je naprosto zřetelný. Nácvik veškerých instrumentálních doprovodů k jednotlivým písním předpokládá efektivní spolupráci ve skupině, žáci se podílejí na vytváření pravidel práce v týmu, přispívají k utváření pozitivní atmosféry v třídním kolektivu. Instrumentální činnosti vedou ke vzájemné toleranci a zodpovědnosti. Děti se učí poskytnout pomoc druhým, případně   
o radu samy požádají. Prostřednictvím hry na instrumentální nástroje vedeme žáky ke vzájemné ohleduplnosti. Děti např. nabádáme, aby hrály na svůj nástroj tišeji a nerušily tak ostatní svojí hlučnou hrou. Instrumentální činnosti vedou někdy i ke konfliktům.   
Děti se učí řešit meziosobní spory typu kdo bude hrát na ten který hudební nástroj jako první apod.

Opět platí, že hra na lehkoovladatelné nástroje přispívá k vytváření pozitivní představy o sobě samém, k samostatnému rozvoji i sebedůvěře žáků např. konkurz na orchestrálního hráče – kdo nejlépe zahraje ostinátní figuru (lze hrát na nástroje rytmické i melodické).

**Kompetence sociální a personální - hudebně pohybové činnosti**

K elementárním pohybovým činnostem, které podporují sociální rozvoj, patří různé kontaktní hry a známé pohybové hry (hra na tělo, hra na zrcadlo, hra na řetěz, hra na sochy – vytváření sousoší). Většina pohybových aktivit je závislá na účinné spolupráci s ostatními žáky ve skupině. Nápodoba pohybových prvků využívá zkušeností druhých – spolužáků, učitele. Nápodobou se děti učí respektovat druhé. Stejný efekt přinášejí   
i jednoduché pohybové choreografie. Sociální kontakt si nelze představit bez tance, lidových a dětských tanečních her, které jsou doménou při navazování kontaktů   
a spolupráci již u těch nejmenších dětí. Při nácviku pohybového ztvárnění písně, tanečku, je tato vzájemná spolupráce jednotlivců naprosto nezbytná. Děti musí sladit svůj krok, pohyb. Na základě této kooperace se současně učí vzájemné komunikaci, sebeuvědomování a respektu druhých.

Pohybové aktivity se rovněž podílejí na vytváření pozitivních představ žáků o sobě samých, podporují sebedůvěru, vedou k pocitu sebeuspokojení a sebeúcty např.přehlídka tanečních kreací (lze spojit i s výtvarnými činnostmi – výroba masek).

**Kompetence sociální a personální - poslechové činnosti**

Poslechové aktivity probouzejí v žácích emocionální vnímavost, díky které jsou schopni cítit s ostatními, vžít se do jejich pozice a nálad, což přispívá k plnohodnotnému dosažení sociálních a personálních kompetencí. Prostřednictvím poslechu hudby získávají žáci interpersonální zkušenosti. Účinná spolupráce ve skupině a upevňování dobrých mezilidských vztahů v poslechových činnostech je závislá na užitých formách a metodách práce pedagoga.

Při rozhovorech nad hudebními ukázkami se učí děti naslouchat a respektovat názory svých spolužáků (propojení s kompetencí komunikativní). Rozvíjení sociálních   
a personálních kompetencí při poslechových aktivitách souvisí např. s vytvářením miniprojektů. Ve spolupráci s výtvarnou výchovou vedeme žáky např. ke ztvárnění hudební skladby společnou kresbou. Poslechové aktivity propojujeme i s pohybovými činnostmi. Hudební ukázku můžeme ztvárnit kolektivním, tentokrát pohybovým dílem. Sociální kompetence lze rozvíjet i prostřednictvím spolupráce jednotlivců při doprovodné instrumentální hře. Vhodně vybranou hudební ukázku doprovodíme hrou na jednoduché rytmické nástroje (metrum, těžké doby).

Největším přínosem hudební výchovy k získání sociálních a personálních kompetencí je rozvoj empatie, kterou v žácích pěstujeme prostřednictvím veškerých hudebních aktivit. Vrcholem týmové spolupráce je pak příprava a účast na vlastním hudebním vystoupení. Těmito bezesporu velmi náročnými činnostmi rozvíjíme u dětí nejen sociální cítění, vytrvalost, přesnost, ale i sebekritičnost a ukázněnost. Žáci si tak v naprosto přirozených podmínkách na vlastní kůži vyzkoušejí, co se skrývá pod pojmy kooperace, tolerance, ohleduplnost, vzájemná úcta a respekt. Hudební činnosti mají sociální rozměr, proto jsou i účinnou metodou při osvojování sociálních dovedností- spolupráce, zodpovědnost, trpělivost .

**5) Kompetence občanská**[[6]](#footnote-6)

*Na konci základního vzdělání žák:*

*⮚ respektuje přesvědčení druhých lidí, váží si jejich vnitřních hodnot, je schopen vcítit*

*se do situací ostatních lidí, odmítá útlak a hrubé zacházení, uvědomuje si povinnost*

*postavit se proti fyzickému i psychickému násilí.*

*⮚ chápe základní principy, na nichž spočívají zákony a společenské normy, je si vědom*

*svých práv a povinností ve škole i mimo školu*

*⮚ rozhoduje se zodpovědně podle dané situace, poskytne dle svých možností účinnou*

*pomoc a chová se zodpovědně v krizových situacích i v situacích ohrožujících život a*

*zdraví člověka*

*⮚ respektuje, chrání a ocení naše tradice a kulturní i historické dědictví, projevuje*

*pozitivní postoj k uměleckým dílům, smysl pro kulturu a tvořivost, aktivně se zapojuje*

*do kulturního dění*

*⮚ chápe základní ekologické souvislosti a environmentální problémy, respektuje*

*požadavky na kvalitní životní prostředí, rozhoduje se v zájmu podpory a ochrany zdraví*

*a trvale udržitelného rozvoje společnosti*

Osvojení občanských kompetencí vychází ze základů, které dětem vštěpujeme již od útlého věku. Jejich dominantu tvoří schopnost empatie k ostatním lidem i ke všem živým bytostem. Hudbu často označujeme jako řeč citu. Je reakcí organismu na podněty z vnějšího, ale i vnitřního prostředí. Hudba dokáže vyjádřit city mnohem přesněji   
a bezprostředněji než slovo či jiný druh umění. Je schopna navodit rozličné emocionální stavy jako radost, něhu, smutek, údiv, uvolnění, pocit jistoty či spokojenost. Z hudebního hlediska jsou naše emoce ovlivňovány hudebně vyjadřovacími prostředky, především tónorodem, tempem, rytmem, formou skladeb či písní. Obecně zjednodušeno, radostné pocity vyvolávají písničky či skladby v durových tóninách a rychlejšího tempa. Pro skladby zádumčivé, smutné, ale i něžné je charakteristické pomalejší tempo a mollový tónorod. Působení hudby na lidský organismus je dnes již vědecky prokázáno. Rychlejší tempo skladeb ovlivňuje např. zrychlení frekvence našeho tepu, dechu, pomalé skladby

působí opačně. Poznatků z této oblasti dnes úspěšně využívají obory psychiatrie   
a psychologie prostřednictvím hraničního oboru muzikoterapie. Z výše uvedených skutečností vyplývá, že aktivní provozování hudby vytváří základ potřebný k rozvoji citového vnímání žáků. Prostřednictvím hudebních aktivit vedeme žáky nejen k sebepoznávání a vyjadřování vlastních pocitů a nálad, ale i k rozvoji a schopnostem dnes tak důležité empatie - vcítění se a porozumění prožitkům druhých. Hudební výchova je jednou z mála vzdělávacích oblastí, kterou působíme na city přímo. Dobře vedené hudební činnosti, kolektivní muzicírování, vyvolávají u dětí kladné city a radost.

Hudební aktivity ovlivňují rozvoj osobnosti jak po stránce estetické, tak po stránce etické. Prostřednictvím hudebních činností učíme žáky odpovědnosti, seznamujeme je s normami společenského chování, s právy i povinnostmi. Společenské normy souvisejí např. s vhodným, kultivovaným chováním žáků na koncertech, hudebních exkurzích   
či vlastních vystoupeních - akademiích. Při hudebních činnostech se žáci vzájemně podporují, učí se rozeznávat a odmítat útlak či osočování druhých, např. méně hudebně nadaných jedinců.

Nedílnou součástí občanských kompetencí je utváření vztahu žáků ke kultuře a umění. Prostřednictvím hudebních činností vedeme žáky k přirozenému respektování kulturního dědictví našeho národa a jeho tradic. S veškerými hudebními aktivitami jsou velmi úzce spjaty tradiční svátky – Vánoce, Velikonoce, masopust, letnice. Hudební produkce je   
i součástí mnohých státních oslav, např. státní svátek sv. Václava, pocta padlým hrdinům – Lidice, Ležáky apod. Žáky učíme respektovat kulturní hodnoty v souvislosti s aktuálním děním např. významné hudební události Pražské jaro, účast na regionálních oslavách. Vhodné náměty nám poskytují rozličné akce, které pořádají naše muzea. V Praze např. Muzeum hudby, Národopisné muzeum.

Občanské kompetence v sobě zahrnují i problematiku vlivu člověka na životní prostředí. Řešení této otázky v hudební výchově je přirozené. Sémantický obsah mnohých písní, jak lidových tak umělých, je s touto problematikou úzce spjat. Kromě vokálních činností můžeme žáky motivovat i poslechovými skladbami.

**Kompetence občanská – vokální činnosti**

Pěvecké činnosti, jsou prvními aktivitami, jejichž prostřednictvím, na základě osobního prožitku, vytváříme u dětí pozitivní vztah k umění a kultuře vůbec. Vokální aktivity tvoří základ prožívání a citových vztahů. Interpretace písničky by měla mít schopnost vyjádřit niterné pocity. Každé písni náleží taková nálada, jaká je jí melodikou a textem přisouzena. Zpěv s jeho vnitřním prožitkem tak vede k rozvoji citu a empatie. Sémantický rozbor písně je taktéž dobrým příkladem vedoucím k porozumění mezilidských vztahů. V textech písní se odráží život společnosti, radosti, strasti, láska, smutek, žal atd.

Prostřednictvím lidových písní seznamujeme žáky s tradicemi a kulturou našeho národa. Jedná se např. o písně masopustní, vánoční, velikonoční. Bez zpěvu se neobejdou žádné lidové tradice jako pálení čarodějnic, vynášení Morany, dožínky.

Tradiční svátky vedly nejen k pobavení, ale měly i svou společenskou funkci – podporu sousedských vztahů, soužití lidí. Návrat k těmto tradicím je v dnešní době více než nutný. Díky mobilním telefonům, moderním mediím jsou si lidé blíže jen zdánlivě. Bezprostřední lidskou komunikaci nahrazují zprávy SMS či elektronická pošta. Vytrácejí se meziosobní vztahy a vazby a tím i přirozená schopnost empatie.

Výběr písňového materiálu řídíme s ohledem na daný region ve kterém žijeme. V pozadí nezůstávají ani kořeny lidových tradic – říkadla (melodizace, rytmizace).

Další významnou součástí občanských kompetencí je enviromentální problematika.   
I v tomto případě jsou vokální aktivity přirozeně na místě. Sémantický obsah většiny písní v sobě zahrnuje lásku k živé i neživé přírodě. V písničkách se objevují zvířátka, květiny, stromy, voda. Hlasy zvířátek využíváme i v rámci hlasové výchovy – navození hlavového tónu (kukačka, sova).

**Kompetence občanská – pohybové aktivity**

V souvislosti s občanskými kompetencemi slouží pohybové aktivity k poznávání lidových zvyků, národních i místních tradic. V HV se věnujeme dětským pohybovým   
a tanečním hrám, poznáváme lidové tance. Hudebně pohybové činnosti jsou díky vlastní aktivitě žáků jednou z vhodných cest vedoucí k porozumění umění dětmi.

**Kompetence občanská – poslechové aktivity**

Prostřednictvím poslechu vedeme žáky k vyjádření vlastních pocitů z hudby, učíme je vcítit se do nálady hudebních děl. Emotivní prožitky z hudby můžeme zviditelnit propojením poslechu s pohybovými aktivitami. Vhodný výběr poslechových skladeb nám dává prostor k pěstování estetického vkusu dětí, je součástí kultivace estetického cítění.

Prostřednictvím poslechových činností pěstujeme u žáků pozitivní vztah k umění   
a národním tradicím. Žáky seznamujeme s konkrétními hudebními díly našich významných skladatelů, s hudebními osobnostmi a interprety. Neopomíjíme ani aktuální hudební dění. Žáky upozorňujeme na významné hudební události, festivaly (např. Pražské jaro) či koncertní vystoupení.

Poslechové aktivity souvisí i s enviromentální problematikou. K motivací volíme jak artificiální, tak i nonartificiální hudební ukázky. S přírodní tematikou souvisejí jednoduché instruktivní skladby, či programní hudba.

V hudební výchově je potřebné upozorňovat děti i na negativní vlivy hudby a jejího dopadu na naše životní prostředí. Jako markantní příklad narušování přírodního prostředí je konání hudebních akcí ve volné přírodě tzv. technoparty.

Prostřednictvím hudebních aktivit pěstujeme celkový estetický vkus žáků, jejich pozitivní postoj k uměleckým dílům, respekt k národním tradicím, smysl pro kulturu i tvořivost. Hlavní naší snahou je motivovat žáky k vlastnímu aktivnímu zapojení do kulturního dění v naší společnosti.

**6) Kompetence pracovní**[[7]](#footnote-7)

*Na konci základního vzdělání žák:*

* *používá bezpečně a účinně materiály, nástroje a vybavení, dodržuje vymezená pravidla, plní povinnosti a závazky, adaptuje se na změněné nebo nové pracovní podmínky*

*⮚ přistupuje k výsledkům pracovní činnosti nejen hlediska kvality, funkčnosti,*

*hospodárnosti a společenského významu, ale i z hlediska ochrany svého zdraví i zdraví*

*druhých, ochrany kulturních a společenských hodnot*

*⮚ využívá znalosti a zkušenosti získané v jednotlivých vzdělávacích oblastech v zájmu*

*vlastního rozvoje i své přípravy na budoucnost, činí podložená rozhodnutí   
 o dalším vzdělávání a profesním zaměření*

*⮚ orientuje se v základních aktivitách potřebných k uskutečnění podnikatelského záměru*

*a k jeho realizaci, chápe podstatu, cíl a riziko podnikání, rozvíjí své podnikatelské*

*myšlení*

Hudební aktivity motivují žáky k pracovitosti ve smyslu přesnosti a píle při nácviku   
a provedení hudebních skladeb. Pokud máme na mysli manuální činnost, připomeňme manipulaci s hudebními nástroji (rytmickými, melodickými) či pomůckami využívanými   
v pohybové výchově (šátky, stuhy, obruče). Do přímé souvislosti s pracovními kompetencemi patří výroba vlastních improvizovaných hudebních nástrojů, v rámci hudebních projektů pak i výroba kostýmů, kulis k vystoupení apod.

Žáky vedeme k porozumění vztahu mezi hudbou a prací. Z vokálních činností nám k tomu napomáhá zpěv lidových pracovních písní, či skladeb mimoevropských kultur (písně plantážních otroků – spirituály). Prostřednictvím obsahu pracovních písní seznamujeme žáky s množstvím zajímavých pracovních profesí, inspirujeme je k výběru budoucího povolání. Díky zpěvu si mohou žáci na vlastní kůži vyzkoušet, jaký vliv mají vokální činnosti na jejich pracovní výkon – úklid, chůze na výletě apod.(dochází k rychlejšímu a současně i s menší námahou prováděnému úkonu). Toto poznání (vliv hudby na kvalitu i kvantitu lidské práce) souvisí např. s obchodním marketingem a může tak mít vliv na rozvoj podnikatelského myšlení žáků.

Prostřednictvím hudebního poznání, lze vést žáky i k jiným druhům umění, např. malířství (tvorba kulis, dekorace), textilní návrhářství (tvorba kostýmů), literární činnost (básně, libreta), herectví. Hudba souvisí i s ryze technickými obory jako např. osvětlovač, zvukový režisér, fyzik (akustické jevy) a další profese, které jsou spjaty s audiovizuální technikou, elektronikou, médii apod. K získání pracovních kompetencí můžeme zařadit   
i různé exkurze – návštěvu výrobny hudebních nástrojů, rozhlasové stanice, nahrávacího studia, hudebních těles.

Přímý vztah mezi hudební výchovou a pracovními kompetencemi představuje vlastní aktivní účast v hudebních kroužcích či pěveckém sboru. Prostřednictvím těchto aktivit děti samy porozumí faktu, že vytváření hudby není jen zábavou, ale i prací. Cesta k aktivnímu muzicírování nám tak nastavuje i svou druhou tvář. Jde o nasměrování dětí k vhodnému   
a smysluplnému využití jejich volného času jako prevence sociálně patologických jevů. Pravidelnou docházkou pěstujeme v dětech cílevědomost, vytrvalost, zodpovědnost, vedeme je ke správnému životnímu stylu.

Hudební činnosti mají mnoho společného i s ochranou zdraví. S touto problematikou   
je úzce spjata např. hlasová hygiena, prevence hlasových poruch. Vokální činnosti vedou k posilování dýchacího svalstva, ke zvětšení vitální kapacity plic, k lepšímu okysličení   
a prokrvení organismu a tím i k jeho rychlejší regeneraci. Pohybové aktivity pomáhají správnému držení těla, uvolnění a aktivaci různých svalových skupin. Instrumentální činnosti jsou důležité pro rozvoj motoriky a koordinaci pohybů. Hudební poslech a aktivní muzicírování působí na lidskou psychiku či některé somatické funkce, např. tempo hudební skladby ovlivňuje krevní tlak, rychlost tepu a dechu. Hudební pojem rytmus v nás nemusí evokovat pouze hudební rytmus. Může nás inspirovat k životnímu rytmu, střídání práce duševní a fyzické, k čemuž hudba nemalou měrou přispívá. Hudební aktivity jsou součástí relaxačních chvilek, nutného odpočinku a uvolnění po namáhavější práci. V žácích pěstujeme povědomí o nutnosti relaxace a tím i ochrany jejich psychického zdraví. S hudbou a ochranou lidského zdraví souvisí i současná problematika tzv. hudebního smogu, respektive všudypřítomnosti hlasité hudby a hluků, jež mají negativní vliv na kvalitu sluchu a na lidskou psychiku. Úkolem pedagogů je na uvedená rizika upozorňovat a působit v této oblasti preventivně.

Vzhledem k činnostnímu pojetí hudební výchovy můžeme pohlížet na hudební aktivity jako na vlastní práci. Výsledky hudebních (pracovních) činností mají především společenský význam. Veškeré hudební aktivity přispívají k osvojení pracovních kompetencí – vedou k přesnosti a vytrvalosti, formují zájem o určité obory a poskytují řadu poznatků a zkušeností využitelných později v profesním zařazení.

1. Vymezení kompetencí k učení je citováno z díla: *Manuál pro tvorbu školních vzdělávacích programů v základním vzdělávání*, VUP v Praze, ÚIV. Praha:Taurus 2005. [↑](#footnote-ref-1)
2. Vymezení kompetencí k učení je citováno z díla: *Manuál pro tvorbu školních vzdělávacích programů v základním vzdělávání*, VUP v Praze, ÚIV. Praha:Taurus 2005. [↑](#footnote-ref-2)
3. Vymezení kompetencí k učení je citováno z díla: *Manuál pro tvorbu školních vzdělávacích programů v základním vzdělávání*, VUP v Praze, ÚIV. Praha:Taurus 2005. [↑](#footnote-ref-3)
4. KŘIVOHLAVÝ, J., *Jak si navzájem lépe porozumíme.* Praha: Svoboda, 1988. [↑](#footnote-ref-4)
5. Vymezení kompetencí k učení je citováno z díla: *Manuál pro tvorbu školních vzdělávacích programů v základním vzdělávání*, VUP v Praze, ÚIV. Praha:Taurus 2005.

   [↑](#footnote-ref-5)
6. Vymezení kompetencí k učení je citováno z díla: *Manuál pro tvorbu školních vzdělávacích programů v základním vzdělávání*, VUP v Praze, ÚIV. Praha:Taurus 2005. [↑](#footnote-ref-6)
7. Vymezení kompetencí k učení je citováno z díla: *Manuál pro tvorbu školních vzdělávacích programů v základním vzdělávání*, VUP v Praze, ÚIV. Praha:Taurus 2005. [↑](#footnote-ref-7)