**CVIČENÍ**

**Cvičení dechová:**

Voře, voře Jan, přiletělo k němu devět vran:

první praví: dobře voře,

druhá praví: nedobře voře,

třetí praví: dobře voře,

čtvrtá praví: nedobře voře,

pátá praví: dobře voře,

šestá praví: nedobře voře,

sedmá praví: dobře voře,

osmá praví: nedobře voře,

devátá praví: dobře voře,

voře, voře Jan, přiletělo k němu devět vran.

Při pokusu vystačit si na celou říkanku s jedním nádechm sledujeme, jak se mění hlas, jeho síla, barva, ale i tempo a jak úbývá artikulační přesnosti.

Posléze cíleně hospodaříme s dechem tak, že po každém druhém řádku dodechujeme přídechem, tj. nikoli plným nádechem. Vzduch, který takto získáme k dispozici, se pokusíme spotřebovat pro produkci hlasu. Cílem tohoto cvičení je zaprvé uvědomit si potřebu vědomých nádecových pauz , jednak získat dechovou oporu.

**Cvičení artikulační:**

**A:** Má máma má málo máku.

Máma mává: zdar a sláva!

Na asfalt padla stará maska a sklapla.

Cvičení se provádí s lehce sklopenou hlavou. Jeho cílem je uvolnit bradu a zvětšit čelistní úhel.

**I:** Filip a Lili lepili bílý list.

Rybíz vybízí rty Filipíny.

Bílý sníh, s ním víří netopýři.

Cílem cvičení je dosáhnout dostatečné artikulační napjatosti a vyhnout se otevřené výslovnosti. Je třeba dbát nejen na zaostření retní štěrbiny, ale i na polohu jazyka v ústech. Hlásku [i] berme jako extrémní artikulační polohu, až po ní pokračujeme hláskou [e].

**E:** V létě vlek’ lev lesem vztekle

Lesklé sledě teplem leklé.

Lékař léčí pleš, leč vlekle.

Leoš klel a hle – dlel v pekle.

**O, OU:** Dokola okolo pokoje. Józo, pozor na to okno!

Kolouch, kohout s mouchou mnohou

s hloupou chloubou houpou nohou.

Plovou dlouhou strouhou ouzkou,

chroupou oukrop s pouhou houskou.

Cílem nácviku zaokrouhlených hlásek je opět dosáhnout dostatečné artikulační napjatosti s aktivním zapojením kruhového svalu retního.

**Cvičení intonační:**

Dobré jitro.

Přejeme vám dobré jitro.

Vážení hosté, přejeme vám dobré jitro.

Přejeme vám dobré jitro a dobrou náladu.

Přejeme vám dobré jitro a dobrou náladu po celý den.

Cílem cvičení je nácvik finálního klesavého melodému.

Cvičné texty:

Když měl Egypťan Sinuhet žízeň, napil se jednoduše z řeky. Samozřejmě z Nilu. Jiná řeka v Egyptě není. Dnes by se z Nilu nikdo napít neodvážil, a ten, kdo by tak učinil, by nejpíš onemocněl střevní chorobou a asi i bilharziózou. Nil se sice stal plovoucí stokou, i nadále ho však obklopují ty nejúžasnější stavby světa. Nil je místy hnědý, místy žlutý, jen zdálky vypadá modře, kanály připomínají smetiště. Nil, to jsou střeva Egypta. Ale i jeho cévy a páteř.

Lidé se však nejezdí dívat na to, jak je Nil špinavý. Jezdí se dívat na to, co je okolo.

Dokonce když jste na lodi uprostřed proudu, vidíte, kde končí háje, pole a pastviny a kde začíná poušť. Je to proklatě blízko.

Nil teče pustinou, ale přesto je to nejvýstavnější řeka světa. Kolem totiž, kromě pouště, stojí nejúžasnější stavby, jaké kdy člověk stvořil. Třeba Asuánská přehrada. (Klid, to byl jen vtip!) Samozřejmě jde o pyramidy, chrámy, hrobky. Jsou monumentální. Jsou nepochopitelné. Jsou nezničitelné. Skoro. Pohled na ně vzrušuje každého už celé tisícovky let.

"Vojáci, čtyřicet století na vás hledí," hřímal Napoleon, když dovedl své jednotky k pyramidám v Gíze, které nemohl dost dobře pochopit už Plinius starší. Okouzlily i Agathu Christie a prohlédnout si je spěchal s velkým německým zájezdem i Erwin Rommel. Před pár lety dorazili konečně ve velkém i Češi. A co spatří uprostřed pouště? Pojďte se podívat.

Miloš Macourek – Svět by se obešel…

Svět by se obešel bez mnoha věcí, bez hedvábného papíru, vodotrysků i bez pleteného zboží,

nemá smysl to přeceňovat, nemá smysl přikládat hedvábnému papíru takovou váhu, ale bez pořádku se nic neobejde, bez pořádku si svět nelze představit, začíná to u nejmenších věcí, u

ručníku na ruce, který nemůže být kdekoli, který musí být po ruce, není možné ztrácet čas

zbytečným hledáním, týká se to i kartáčku na zuby, který má své místo ve skleničce, sklenička na poličce, polička v koupelně, koupelna v domě, řekněte, jak by to vypadalo, kdyby byl kartáček někde ve větru, vítr v parku, park na křižovatce, křižovatka v ordinaci zubního lékaře, uvažte sami, u zubaře by křižovatka překážela, lékař nemůže čekat na zelenou, když spěchá s plombou ke křeslu, taková práce nestojí za nic, řekl by lékař a měl by pravdu, pořádek je pořádek, bez pořádku se nic neobejde, jsou ale mnozí, kteří to nechápou, například tenhle chlapec jménem Ondřej, má rád Vánoce a malý ostrov v Tichomoří, myslí na Vánoce, i když Vánoce nejsou, nedejme se ukolébat, jsou takoví, kteří neuvažují o pořádku, malý chlapec chce mít doma ostrov, který má své místo v Tichém oceáně, chce ho mít pro sebe, ale to není to hlavní, nejde přece o tu trochu písku a jednu mizernou palmu, je to totiž ostrov zcela nepatrný, jde o pořádek, dítě se musí pořádku učit, ale Ondřeje si nikdo nevšímá a uvidíme, kam to povede.

