

V.2.4. HUDEBNÍ A POHYBOVÁ VÝCHOVA

CHARAKTERISTIKA VYUČOVACÍHO PŘEDMĚTU

Vyučovací předmět **hudební a pohybová výchova** vznikl spojením vzdělávacího oboru **hudební výchova**, který je součástí vzdělávací oblasti **umění a kultura** a vzdělávacího oboru **pohybová výchova**, který je součástí vzdělávací oblasti **člověk a zdraví**.

Vzdělávací obor **pohybová výchova** je zároveň obsažen také ve vyučovacím předmětu **zdravotní a rehabilitační tělesná výchova**.

■ OBSAHOVÉ, ČASOVÉ A ORGANIZAČNÍ VYMEZENÍ PŘEDMĚTU

Hudební výchova prostřednictvím hudebních činností (sluchových, dechových, hlasových a rytmických cvičení) rozvíjí sluch a motoriku žáků, zároveň podporuje i rozvoj řečových dovedností. Hudební výchova vytváří u žáků kladný vztah k hudbě, podporuje schopnost hudbu emocionálně prožít.

Pohybová výchova je zaměřena na zvládnutí základních pohybových dovedností, koordinaci pohybů a rozvíjení orientace v prostoru dle individuálních možností žáků daných charakterem a stupněm jejich zdravotního postižení. Ve vyučovacím předmětu **hudební a pohybová výchova** jsou pohybové aktivity spojeny s hudebním doprovodem.

Prostřednictvím hudebních a pohybových činností dochází k odreagování napětí, k překonávání únavy, zlepšování nálady a rozvoji koncentrace pozornosti.

Vyučovací předmět **hudební a pohybová výchova** se vyučuje v 1.- 10. ročníku s hodinovými dotacemi podle školního učebního plánu:

| | 1.ročník | 2.ročník | 3.ročník | 4.ročník | 5.ročník | 6.ročník | 7.ročník | 8.ročník | 9.ročník | 10.ročník |
|-------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|
| Počet hodin | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |

Hudebně pohybové činnosti mohou probíhat v kmenových třídách, tělocvičně, rehabilitační tělocvičně, univerzální učebně, dokonce i při pobytu v přírodě. K relaxaci s využitím hudby lze využít i snoezelen (speciální místnost pro multisenzoriální stimulaci a relaxaci). Žáci se věnují hudebním a pohybovým činnostem nejen v hodinách hudební a pohybové výchovy. Tyto činnosti jsou zařazovány jako relaxační chvíle i do ostatních vyučovacích předmětů.

■ VÝCHOVNÉ A VZDĚLÁVACÍ STRATEGIE PŘEDMĚTU

◦ Kompetence k učení

- rozvíjíme schopnosti a dovednosti potřebné k učení: smyslové vnímání (navázání očního kontaktu, zrakové i sluchové rozlišování), paměť, koncentraci pozornosti, porozumění jednoduchým pokynům k hudebně pohybovým činnostem (dle individuální potřeby žáků také porozumění a používání piktogramů k hudebně pohybovým činnostem), správné reakce na jednoduché pokyny
- učíme žáky manipulovat se základními pomůckami pro hudebně pohybové činnosti
- motivujeme k učení, formou různých her navozujeme klidnou a radostnou atmosféru v hodinách hudební a pohybové výchovy, žáky zásadně nenutíme do hudebních ani pohybových aktivit, které by jim nebyly příjemné
- snažíme se poskytnout žákům pocit úspěchu tím, že vědomě navozujeme situace, ve kterých může být žák úspěšný (volíme přiměřeně náročné úkoly podle individuálních možností žáků)
- poskytujeme žákům prostor pro ovlivňování obsahu hodin hudební a pohybové výchovy podle jejich individuálních možností a zájmů

◦ Kompetence k řešení problémů

- učíme žáky orientovat se ve vizualizovaném denním rozvrhu, a tak zbavujeme žáky nejistoty a předcházíme zbytečným problémům (učíme žáky vyhledat ve vizualizovaném denním rozvrhu fotografie, obrázky nebo piktogramy k hudebním a pohybovým aktivitám)
- učíme žáky připravovat pomůcky na hodinu (s dopomocí, nápodobou)
- formou her a jednoduchých úkolů nacvičujeme orientaci v okolním prostředí (učíme žáky přecházet do různých prostor určených k hudebním a pohybovým aktivitám, ukládat pomůcky na správné místo apod.)
- učíme žáky požádat vhodnou formou o pomoc (vyučující, spolužáka)
- učíme žáky spolupracovat při řešení problémů s vyučujícími nebo vrstevníky
- vedeme žáky k empatii, učíme je při řešení problémů neprosazovat své zájmy na úkor ostatních

◦ Kompetence komunikativní

- neustále žáky povzbuzujeme ke komunikaci s dospělými i vrstevníky; snažíme se žáky zbavit ostychu či obav z navázání kontaktu s druhou osobou
- rozvíjíme všechny formy komunikace (verbální, neverbální, alternativní a augmentativní) dle individuálních potřeb žáků
- vytváříme komunikační tabulky a komunikační knihy a učíme žáky tyto pomůcky aktivně používat k navázání komunikace ve škole i mimo školu (dle individuálních potřeb žáků)
- učíme žáky reagovat na své jméno, vyjádřit souhlas či nesouhlas, rozumět jednoduchým pokynům a adekvátně na ně reagovat
- rozvíjíme slovní zásobu, učíme žáky pojmenovat základní pomůcky a činnosti v hodinách hudební a pohybové výchovy (dle individuální potřeby učíme žáky chápat fotografie, obrázky a piktogramy vztahující se k hudebním a pohybovým aktivitám)

◦ Kompetence sociální a personální

- všemi dostupnými prostředky podporujeme adaptaci na školní prostředí a změny denního režimu
- vedeme žáky k respektování základních norem slušného chování
- učíme žáky respektovat autority
- učíme žáky projevovat spokojenost či nespokojenost společensky přijatelným způsobem
- vedeme žáky k navazování přátelských vztahů, vzájemné ohleduplnosti a toleranci
- podporujeme všechny formy spolupráce ve dvojici nebo malé skupině
- učíme žáky úmyslně neničit pomůcky pro výuku, vlastní i školní majetek

◦ Kompetence pracovní

- neustále rozvíjíme dovednosti potřebné k provádění sebeobsluhy a osobní hygieny
- učíme žáky poznávat jednoduché předměty a pomůcky související s hudebními a pohybovými činnostmi
- rozvíjíme hrubou i jemnou motoriku celého těla
- rozvíjíme jemnou motoriku ruky, nacvičujeme různé druhy úchopu a manipulaci s jednoduchými předměty a pomůckami pro hudební a pohybové činnosti

▣ OČEKÁVANÉ VÝSTUPY VZDĚLÁVACÍHO OBORU HUDEBNÍ VÝCHOVA**Očekávané výstupy**

žák by měl

1. zvládat správné dýchání, snažit se o správnou intonaci a melodii
2. rozlišovat zvuky hudebních nástrojů
3. zvládat zpěv jednoduchých písní s doprovodem hudebního nástroje
4. doprovodit sebe i spolužáky na jednoduché rytmické hudební nástroje
5. zvládat jednoduchá rytmická cvičení a pohyb podle rytmického doprovodu
6. soustředit se na poslech relaxační hudby a jednoduché krátké skladby

Učivo:

- **nácvik dýchání** – nádech nosem, výdech ústy, postupné prodlužování nádechu a výdechu
- **poslechové činnosti** – soustředěný poslech popěvků a jednoduchých písní, určování hudebních nástrojů podle zvuku, zrakové spojení skutečných nástrojů se zvukem a obrázkem
- **nácvik zpěvu** intonačně jednoduchých písní s oporou o zpěv vyučujícího nebo hudební doprovod (snaha o správnou intonaci, melodii a tempo písně, snaha o správnou výslovnost textů písní)
- **hra na jednoduché rytmické nástroje** – doprovod vlastního zpěvu nebo zpěvu spolužáků hrou na jednoduché rytmické nástroje
- **vyjádření hudby pohybem** – rytmičtější říkadla, „hra na tělo“, jednoduché hudebně pohybové hry a tanečky
- **relaxace** v relaxační poloze s využitím relaxační hudby

■ OČEKÁVANÉ VÝSTUPY VZDĚLÁVACÍHO OBORU POHYBOVÁ VÝCHOVAOčekávané výstupy

žák by měl

1. získat kladný vztah k motorickému cvičení a pohybovým aktivitám
2. zvládat podle pokynu přípravu na pohybovou činnost
3. reagovat na pokyny a povely k dané pohybové činnosti
4. mít osvojeny základní pohybové činnosti, dovednosti a prostorovou orientaci podle individuálních předpokladů
5. rozvíjet motoriku a koordinaci pohybů a poloh
6. zvládnout uvolnění a zklidnění organismu

Učivo:

- **hudebně pohybové činnosti** – příprava na pohybovou aktivitu, nácvik základních pohybových činností dle individuálních předpokladů napodobováním pohybů vyučujících, koordinace pohybů, změny postojů a poloh, pohybové činnosti podle povelů a pokynů vyučujících; orientace v prostoru (změny místa v prostoru během hudebně pohybových činností)
- **relaxační cvičení** – uvolňování svalů, relaxační činnosti ve snoezelenu, poslech relaxační hudby