



## Plachá modlitba za mamkino srdce

Keby som videla i v najskrytejšom sničku, kde na zemi je toľko dobrých slov, zložila by som z nich modlitbu z a mamičku.

Ved' ona sama je už modlitbou. Jej pohladenie, jej úsmev i jej vráska, sú ako modlitba, čo do nej vložil Boh.

Mama je láska. Pusto by sa nám žilo bez tých dvoch. "Kde som ju videl, odkiaľ sme si známi?" usmial sa Stvoriteľ, keď stvoril srdce mamy.

A vedel dobre, že nemôže byť iná. Pretože raz aj On jej zverí svojho Syna. (Milan Rúfus)



Chorus:

*mp* 1. Bú - vaj - že, len bú - vaj, die - ťat - ko du - šič - ka,  
 2. Bú - vaj - že, len bú - vaj, len sa ne - na - dú - vaj,  
 3. U - sni - že, len u - sni, a - spoň ma - lý sní - ček,  
 4. Bú - vaj - že, len bú - vaj, do bie - le - ho rá - na,  
 5. Ce - lú noc ti spie - vam, nie - ke - dy do rá - na,

5. Verse:

ved' ti nad ko - lís - kou bdie tvo - ja ma - mič - ka.  
 čím sa viac na - du - ješ, ma - ter na - je - du - ješ.  
 prí - de hrať sa z neba ste - bou an - je - lí - ček.  
 po - tom mi staň zdra - vá du - ša mi - lo - va - ná.  
 ne - raz ok - nom po - zriem, kde je zo - ra ran - ná.



Búvajže len, búvaj

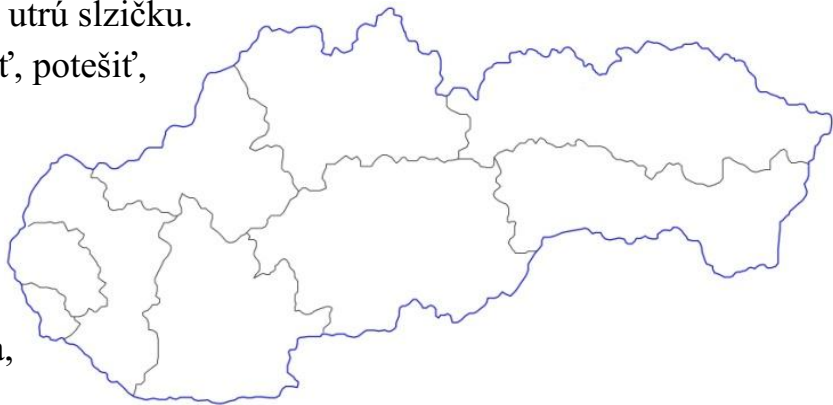


Občas sa stane, že sme smutní, nahnevaní, niečo nás bolí, alebo sme šťastní a chceme pomáhať iným. Mamky nás utešia, pofúkajú ranu, utrú slzičku.

Ale občas aj mamky potrebujú rozveseliť, potešiť, porozprávať sa, pomôcť. Zahrajte si hru *Hudobný dialóg*.



Uspávanka *Búvajže len, búvaj* pochádza z Oravy. Viete určiť na mape Slovenska, kde sa Orava nachádza?



Určte základný tón a tóninu, v ktorej je pieseň. Stupnicu si napíšete do notového zošita.

## 1.1 Metodické pokyny k pracovnému listu č. 7

### 1.1.1 Téma: Deň matiek.

**Tematický celok:** Deň matiek (ľubovoľný ročník).

**Cieľ:** Naučiť sa uspávanku z Oravy.

**Medzipredmetové vzťahy:** literatúra, geografia.

#### Špecifické ciele:

- Kognitívny:
  - naučiť sa uspávanku *Búvajže len, búvaj*
  - zopakovať si stupnice,
  - spoznať polohu Oravy na mape Slovenska,
- Socioafektívny:
  - prostredníctvom hry na nástroj rozvíjať neverbálnu komunikáciu, empatiu a sebahpresadzovanie,
- Psychomotorický:
  - prirodzene spájať hru na nástroj s myšlienkovými pochodmi a predstavami.

**Metódy a formy práce:** Metóda uvedomelej vokálnej intonácie a rytmizácie, metóda uvedomelej inštrumentácie, dialogická metóda (rozhovor), metóda príkladu, napodobňovanie, hodnotenie, priradovanie.

**Pomôcky:** pracovný list, melodické hudobné nástroje (minimálne dva), farbičky, encyklopédia Slovenska alebo internet.

**Kompetencie:** vychovávať vnímavých, aktívnych poslucháčov, tolerantných k sviatku matiek.

#### Požiadavky na vedomosti a zručnosti žiaka:

- poznať uspávanku *Búvajže len búvaj*,
- schopnosť spolupracovať vo vymedzených rolách v hre,
- vyjadriť vlastné nálady a pocity hrou na nástroj s dôrazom na agogiku,

- vedieť sa uvoľniť prostredníctvom hry Rozhovor dvoch,
- zamyslieť sa nad básňou Milana Rúfusa,
- vedieť opísať vnútorné a vonkajšie vlastnosti svojej mamy,
- na primeranej úrovni vytvoriť kresbou darček pre mamu a vyjadriť vlastný názor, prečo by si konkrétny darček zaslúžila,
- zvládnuť hlasovú rozcvičku a správne intonovať uspávanku,
- uvedomiť si, že aj mamky sú zraniteľné osoby, ktoré majú občas veselú náladu, inokedy pociťujú smútok,
- vedieť nájsť na mape Slovenska Oravu (hoci aj za pomoci internetu či encyklopédie),
- sluchom rozlíšiť molovú a durovú stupnicu,
- správne určiť a zapísať d mol.

### **Rozvíjame:**

- pozitívny vzťah medzi matkou a dieťaťom,
- pozitívny vzťah k tvorbe Milana Rúfusa,
- logické spájanie faktov,
- socializáciu žiaka v skupine,

- akceptáciu a rešpektovanie názorov a postojov jednotlivca,
- hudobnú percepciu,
- rytmické čítanie,
- zmysel pre subjektívne precítanie – agogiku jednotlivca,
- nonverbálnu komunikáciu - inštrumentálne vyjadrovanie,
- upevňovanie teoretických poznatkov (stupnice a ich predznamenanania),
- hravosť, rečovú kultúru.

### **Motivácia:**

Motiváciou je báseň Milana Rúfusa: Plachá modlitba za mamkino srdce. Báseň je vhodná aj pre menších žiakov, pretože je plná jednoduchého vyjadrovania, základných citov a úprimnosti, je plná lásky, nehy a vďaky. To všetko, čo v sebe vyžaruje Rúfusova báseň, by sme mali nachádzať aj vo vzťahu k svojim blízkym. Nielen mamám, ale aj otcom, súrodencom starým rodičom a pod.

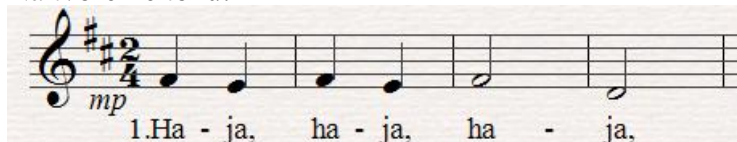
### **Pokyny a charakteristika úloh:**

**DARČEK PRE MAMU:** Po prečítaní básni majú žiaci priestor k vyjadreniu vďaky svojej mamičke. Do pripraveného darčeka môžu nakresliť, čo by jej najviac chceli darovať, o čom vedia, že by ju potešilo. Je dobré vymedziť žiakom krátky čas, napríklad 5 minút, aby sa s obrázkom nezdržovali a nechať ich potom predstaviť svoj darček aspoň v jednej vete. Zároveň je dobré uplatňovať psychológiu a všímať si reakcie a odpovede žiakov. Každý darček, ktorý by sme považovali za nie príliš prirodzený pre žiaka, môže signalizovať narušený vzťah medzi matkou a dieťaťom (nehody v rodine, nenávisť, zanedbávanie, týranie a pod.).



**Hlasová rozcvička** – v rámci hlasovej rozcvičky sme vybrali úryvky z iných uspávaniek:

Na tvorenie tónu:



Na pohyblivosť tónu:



Na harmonické čítanie, rozširovanie rozsahu cvičenie vo forme kánonu (výslovnosť no, no):



## Búvajže len, búvaj

Slovenská ľudová uspávanka, Orava



Nasleduje samotný nácvik piesne, ktorému predchádza vzorový prednes učiteľa. Pieseň si zopakujeme dvakrát a prejdeme k tvorivým činnostiam, ktoré si vyžadujú značnú časť z hodiny.



### Tvorivé aktivity

Hra má muzikoterapeutické účinky a zameraná je okrem uvoľnenia a vyjadrovania vlastných pocitov aj na zbavovanie sa pocitu neúspechu či strachu z hry na samotný nástroj, pretože každý kontakt s nástrojom je správny. Vhodná je pre žiakov od siedmich rokov.

V živote sa stretávame s rôznymi situáciami, inými ľuďmi a ich názormi, náladami. Máme svoje sny a predstavy, ktoré sa nám niekedy splnia, inokedy zas nie. Takéto dni mávame aj my, i naši rodičia. Zahráme si hru, kde sa budeme spoločne rozprávať, utešovať, možno aj hádať a presadzovať svoj názor. Počas hry spoločne so žiakmi pretavíme emócie prostredníctvom hudobných detských (najlepšie melodických) Orrf. nástrojov. Hudobník A (dieťa) bude nahnevany, smutný, bezmocný, ..., hudobník B (rodič) ho bude upokojuvať, utešovať, prípadne s ním aj súhlasiť.

Forma hry je vo dvojiciach. V „rozhovoroch“ vedú spolu hráči rozhovory bez slov, iba zvukmi nástroja. Rozprávajú sa, pritakávajú si a dohadujú sa, občas aj hádajú. Využívajú pritom všetky dynamické a zvukové možnosti svojich nástrojov. Dialógy hráme so zadaním (napríklad typovú charakteristiku) alebo bez neho. Role si potom hráči vo dvojiciach vymenia – veď aj dieťa môže občas utešiť svoju mamku.

Dialógy so zadaním:

- a.) A je veľký a povýšený, B je malý, rozpačitý a nervózny muzikant.
- b.) A je smutný, B sa ho snaží potešiť a povzbudiť.
- c.) A je prchký, má trému, B sa ho snaží upokojiť.
- d.) A sa nudí, B sa ho snaží zabaviť a pod.

- do rozhovorov nástrojov premietajú hráči spontánne svoje okamžité impulzy a emócie.

VARIANT 1: Žiakom tieto pocity môžeme pripraviť na papieriky, oni si jeden vytiahnu, alebo si sami dohodnú emócie a zvyšok triedy ich pomocou sledovanej hry musia uhádnuť.

VARIANT 2: hudobník A neprezradí spoluhráčovi pocit, ten na to musí prísť sám a patrične reagovať a odpovedať hrou na nástroj.

### Vyhodnotenie, záver hodiny:



V závere hodiny sa vrátíme k uspávanke a prepojíme spev so sluchovou analýzou a teoretickými poznatkami. Žiaci by mali zistiť, že:

- 1. pieseň je molového charakteru,
- 2. na základe daného zistenia, ale i prvého posledného tónu v piesni byť presvedčení, že pieseň je v d mol a dopísať za husľový kľúč do piesne be znamienko (be/hes).

Do vymedzenej notovej osnovy by si mali pre zopakovanie zapísať d mol, prípadne aj jeho kvintakord a obraty (v prípade ZUŠ).

Poslednou úlohou (prípadne úlohou za domácu úlohu) je zistiť a na mape určiť, kde sa nachádza Orava a územie vyfarbiť.

