

Milí studenti,

téměř všichni jste velmi dobře popsali 8 konkrétních aktivit a jejich cíle, které jste mohli sledovat na videu zobrazujícím muzikoterapii se seniory. Zaujaly mne komentáře, které ukazovaly na vaše osobní postřehy. Z tohoto hlediska bylo velmi hezké shrnutí práce muzikoterapeuta Zdeňka Šimanovského od Lucie Kordinové, kde jsou všechny důležité zásady:

*“Zaujaly mě informace v komentářích Mgr. Zdeňka Šimanovského, které byly užívány v praxi s klienty-seniory. Například jsem si všimla, že lektor pokládal často návodné otázky, udržoval klidný hlas, tempo, s klienty jednal důstojně, aktivity vždy předem vysvětlil a klienty na ně připravil, uměl spontánně pracovat s trapnem v rámci hry a pomoci klientům se uvolnit. Odpovědi ani výkon účastníků nehodnotil, aktivizační techniky často kombinoval s odpočinkovými a bral v potaz úbytek fyzických i psychických sil, soustředil se na stanovení malých a dosažitelných cílů, čerpal z pozitivních vzpomínek klientů a podporoval pociti sounáležitosti skupiny, kompetencí a důstojnosti seniorů. Seznamoval klienty s novými technikami, hrami na trénink postřehu a paměti, písňe však vybíral spíše tradiční lidové, které většina seniorů znala z mládí, neměli tak potíž se zapojit a připomenout si pozitivní zážitky. Skupinový zpěv jim zase poskytl pocit sounáležitosti a uvolnění, asi i dobytí baterek.”*

#### **A nyní k dnešnímu zadání:**

váš dnešní úkol bude mít dvě části:

1. **První úkol** bude spojen s poslechem. Vyzkoušíme si Receptivní (poslechovou) techniku. Zaposlouchejte se do 1. věty kvartetu Bedřicha Smetany s názvem: Z mého života. Doporučuji vám orchestrální verzi, kterou najdete pod tímto odkazem: <https://www.youtube.com/watch?v=3BM0bn0W9RY>

První věta je dlouhá přibližně 8 min a 40 vteřin. Zaposlouchejte se do ní víckrát, probuďte svoji fantazii a zapisujte při poslechu příběh, který podle vás skladba vypráví. Nejde o to, abyste zapsali, co asi prožíval Smetana, ale abyste **svoje vlastní pocity a prožitky ze skladby vyjádřili v příběhu**, který vás přitom napadá. Příběh by měl být dlouhý alespoň **1 normostranu, tedy 1800 znaků vč. mezer**. Zapsaný příběh uložte do odevzdávací skřínky své skupiny s názvem: **Poslech a příběh do pondělí 14. prosince**.

2. **Druhý úkol** je přípravou na příští týden, kdy budeme uzavírat semestr a chtěla bych vám dát vypracovat malý test, který by shrnoval vaše základní vědomosti o muzikoterapii.

V učebních materiálech u předmětu Cílená muzikoterapie je umístěno 6 prezentací, které tyto základní vědomosti shrnují. Prostudujte si je, abyste byli na příští středu připraveni. Jsou jimi:

**Cílové skupiny MT**

**MT úvod**

**Jak vnímáme hudbu**

**Techniky improvizace**

**Techniky interpretace**

**Techniky kompozice a poslechu**

**Test umístím příští středu v 17 hodin do studijních materiálů a budu chtít, abyste jej do 19 hodin stejného dne uložili do odevzdávací skřínky s názvem Test.**