

# Volakno-tehnički aspekti u nastavi glazbene kulture

---

**Kos, Ilona**

**Master's thesis / Diplomski rad**

**2020**

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University of Pula / Sveučilište Jurja Dobrile u Puli**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:137:984655>

*Rights / Prava:* [In copyright](#)/[Zaštićeno autorskim pravom.](#)

*Download date / Datum preuzimanja:* **2025-02-07**



*Repository / Repozitorij:*

[Digital Repository Juraj Dobrila University of Pula](#)



Sveučilište Jurja Dobrile u Puli

Muzička akademija u Puli

**ILONA KOS**

**VOKALNO-TEHNIČKI ASPEKTI U NASTAVI GLAZBENE KULTURE**

Diplomski rad

Pula, srpanj, 2020.

Sveučilište Jurja Dobrile u Puli

Muzička akademija u Puli

**ILONA KOS**

**VOKALNO-TEHNIČKI ASPEKTI U NASTAVI GLAZBENE KULTURE**

Diplomski rad

**JMBAG: 0303055102, redovita studentica**

**Studijski smjer: Diplomski studij glazbene pedagogije**

**Predmet: Osnove vokalne tehnike**

**Znanstveno područje: Umjetnost**

**Znanstveno polje: Glazbena umjetnost**

**Znanstvena grana: Glazbena pedagogija**

**Mentorica: doc. mr. art. Sofija Cingula**

Pula, srpanj, 2020.



## IZJAVA O AKADEMSKOJ ČESTITOSTI

Ja, dolje potpisana Ilona Kos, kandidatkinja za magistra glazbene pedagogije ovime izjavljujem da je ovaj diplomski rad rezultat isključivo mogega vlastitog rada, da se temelji na mojim istraživanjima te da se oslanja na objavljenu literaturu kao što to pokazuju korištene bilješke i bibliografija. Izjavljujem da niti jedan dio diplomskog rada nije napisan na nedozvoljen način, odnosno da je prepisan iz kojega necitiranog rada, te da ikoji dio rada krši bilo čija autorska prava. Izjavljujem, također, da nijedan dio rada nije iskorišten za koji drugi rad pri bilo kojoj drugoj visokoškolskoj, znanstvenoj ili radnoj ustanovi.

Studentica

---

U Puli, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ godine



## IZJAVA

### o korištenju autorskog djela

Ja, Ilona Kos dajem odobrenje Sveučilištu Jurja Dobrile u Puli, kao nositelju prava iskorištavanja, da moj diplomski rad pod nazivom Vokalno-tehnički aspekti u nastavi Glazbene kulture koristi na način da gore navedeno autorsko djelo, kao cjeloviti tekst trajno objavi u javnoj internetskoj bazi Sveučilišne knjižnice Sveučilišta Jurja Dobrile u Puli te kopira u javnu internetsku bazu završnih radova Nacionalne i sveučilišne knjižnice (stavljanje na raspolaganje javnosti), sve u skladu sa Zakonom o autorskom pravu i drugim srodnim pravima i dobrom akademskom praksom, a radi promicanja otvorenoga, slobodnoga pristupa znanstvenim informacijama.

Za korištenje autorskog djela na gore navedeni način ne potražujem naknadu.

U Puli, \_\_\_\_\_ (datum)

Potpis

---

## Sadržaj

1. Uvod .....	1
2. Razvoj predmeta Glazbena kultura kroz povijest.....	3
3. Osnove vokalne tehnike .....	9
3. 1. Impostacija .....	11
3. 2. Attacca.....	11
3. 3. Appoggio .....	12
4. Vokalni aparat.....	12
4. 1. Respiracija.....	13
4. 2. Fonacija.....	19
4. 3. Rezonancija.....	23
5. Upjevavanje.....	25
5. 1. Vokalno-tehničke vježbe za upjevavanje .....	30
6. Vokalno-tehnički aspekti u nastavi Glazbene kulture.....	37
7. Zaključak .....	39
Popis literature.....	40
Sažetak.....	44
Summary .....	45

# 1. Uvod

Za temu Vokalno-tehnički aspekti u nastavi Glazbene kulture odlučila sam se iz razloga jer smatram da je meni i mojim kolegama kao budućim glazbenim pedagogima i vokalnim profesionalcima vrlo važno poznavanje ovog područja za rad u školi, bilo osnovnoj, srednjoj ili glazbenoj.

Među glavne vokalno-tehničke aspekte u nastavi Glazbene kulture spadaju ispravno držanje, disanje, upjevavanje (vokalno-tehničke vježbe) i intonacija. Bilo bi poželjno da nastavnici Glazbene kulture od najranijih početaka upozoravaju učenike na ispravno sjedenje, provode vježbe disanja i upjevavanja te vježbaju svladavanje intonacije da bi ove radnje učenicima postale svakodnevne i normalne te da bi se automatiziralo njihovo optimalno izvođenje. Da bi (budući) nastavnici Glazbene kulture mogli uspješno odraditi (demonstrirati i/ili procijeniti) sve vokalno-tehničke aspekte u nastavi Glazbene kulture, moraju sami biti vokalno-tehnički vješti (dovoljno izvježbani) te moraju ovladati vokalno-tehničkim kompetencijama.

Pojam kompetencije obuhvaća sva znanja i vještine te sposobnost njihove primjene u praksi.<sup>1</sup> Shodno navedenoj definiciji, kompetentan nastavnik je onaj nastavnik koji posjeduje znanja i vještine te ih zna na pravilan i učenicima jednostavan, odnosno jasan način prenijeti tijekom nastave.

Nastavnici Glazbene kulture, tj. glazbeni pedagozi, stječu svoje potrebne kompetencije za rad u nastavi tijekom studija. Nakon studija svaki nastavnik trebao bi biti osposobljen primjenjivati stečeno znanje i vještine te ih znati na najbolji mogući način demonstrirati i prenijeti učenicima.

U svom diplomskom radu reći ću ponešto o tome kako se predmet Glazbena kultura razvijao kroz povijest. Zatim ću se dotaknuti osnova vokalne tehnike kao jednog od važnih segmenata rada glazbenih pedagoga. Nakon toga slijedi pregled vokalnog aparata i njegovih dijelova. Govorit ću o upjevavanju te prikazati i opisati vokalno-tehničke vježbe za zagrijavanje i zdravi razvoj glasa. Na kraju, prije samog zaključka, detaljnije ću objasniti vokalno-tehničke aspekte u nastavi Glazbene kulture

---

<sup>1</sup> Preuzeto s <https://www.xn--rjenik-k2a.com/kompetencija> (19. 5. 2020.)

te pojasniti zašto je važno posvetiti im dužnu pažnju u nastavi – jednako u teoriji kao i u praksi.

Za izradu ovog diplomskog rada koristila sam, osim navedene literature i izvora, znanja s kolegija Osnove vokalne tehnike, Solo pjevanje, Glazbena pedagogija i Metodika nastave glazbe, te vlastito znanje i iskustvo stečeno tijekom studija i prakse.



## 2. Razvoj predmeta Glazbena kultura kroz povijest

Platonu<sup>2</sup> je glazba predstavljala temelj života te je prema njemu zauzimala najznačajnije mjesto u odgoju. Prema Platonu u glazbi treba prevladavati apolinijski pol (umjesto dionizijskog). Izbor glazbenih instrumenata je također bio važan. Platon nije dopuštao sviranje aulosa koji je bio dionizijski instrument. Jonski, lidijski i miksolidijski modusi smatrani su „ženskim“ modusima te je bilo poželjno da se glazba stvara u dorskom modusu koji je predstavljao muževnost i ozbiljnost. Ritmovi su se također pomno birali zbog svoje uske povezanosti s brojem. Dobro odabran ritam odražavao je red i ljepotu, dok je u suprotnom upućivao na nakaznost. Bez obzira na to što je Platonu glazba predstavljala veliku odgojnu vrijednost, smatrao je da pretjerano bavljenje glazbom vodi prema ženstvenosti i mekoći. Prema njemu bilo je poželjno da se glazba nakon šesnaeste godine njeguje samo kroz zborsko pjevanje, a ne individualno.

Aristotel<sup>3</sup> također ističe odgojno djelovanje glazbe, međutim u velikoj mjeri glazbu doživljava kao igru te smatra da ona kao takva ne pripada nastavi, ali može poslužiti kao odmor. Prema Aristotelu odgojno prikladni modusi su lidijski i dorski, a frigijski (koji je strastven i povezan s aulosom) je neprikladan za odgoj. Aristotel dopušta zabavni karakter glazbe, njeguje sviranje i pjevanje, te je protivnik glazbenih natjecanja.

Još u staroj Grčkoj učenici su u školama učili pjevati narodne pjesme i svirati liru<sup>4</sup>, kitaru<sup>5</sup> i aulos<sup>6</sup>. Danas se ne zna jesu li ondašnji učenici u tim školama učili grčku glazbenu teoriju te kakve su bile njihove glazbene metode i praksa. Za razliku od Grčke, u Rimu glazba nije igrala preveliku ulogu (Rojko, 2012: 7-8).

---

<sup>2</sup> Grčki filozof

<sup>3</sup> Grčki filozof, znanstvenik te polihistor (stručnjak u više znanstvenih područja). Preuzeto s <https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=3834> i <https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=49168> (5. 6. 2020.)

<sup>4</sup> Lira je antičko žičano trzalačko glazbalo. Na liri se moglo svirati prstima ili trzalicom, ali najčešće se sviralo kao na gitari pomoću trzalice. Broj žica bio je različit, a ovisio je o mjestu i vremenskom razdoblju.

<sup>5</sup> Kitara je antičko žičano glazbalo slično liri. Imala je sedam žica. Svirali su je profesionalni glazbenici („kitaristi“).

<sup>6</sup> Aulos je puhačko glazbalo, prethodnik današnje oboe.

Nastava glazbe i glazbeno obrazovanje u srednjem vijeku pripadali su crkvi. U crkvama su se pjevale himne i psalmi. Glazba je bila vrlo važna u crkvenom odgoju. U katedralnim, župnim i samostanskim školama pjevanje je bilo obavezno. Postojale su scholae cantorum<sup>7</sup> u kojima se učilo i razvijalo lijepo pjevanje. Učenici su pjevali različite jednoglasne, ali i višeglasne skladbe na različitim crkvenim svečanostima. Crkvene pjesme učile su se napamet po sluhu. U petom stoljeću glazba je postala ravnopravna s geometrijom, aritmetikom i astronomijom zahvaljujući Martianusu Capelli<sup>8</sup>. Od tada se u glazbenom odgoju osim pjevanja nalazi i poučavanje glazbene teorije koje je najčešće bilo napamet i bez ikakvog razumijevanja. Nakon što je Guido Aretinski<sup>9</sup> uveo solmizaciju otvorila se mogućnost svakom učeniku da samostalno pročita i otpjeva neku pjesmu. Osim crkvenog pjevanja postojala je i svjetovna glazba koja je bila više instrumentalna.

Glazbeno obrazovanje razvijalo se i za vrijeme renesanse, reformacije i protureformacije. Glazbeno obrazovanje u školama dobilo je novi značaj. Pojačava se aktivnost pjevačkih zborova u školama. Školski zborovi pjevali su nedjeljom u crkvi. Izvodile su se skladbe iz 16. stoljeća a cappella<sup>10</sup>. Pojavom protestantizma smanjuje se misno pjevanje, a veliko značenje dobiva koral<sup>11</sup>, odnosno zajedničko pjevanje. Kantor se u školskoj hijerarhiji nalazio odmah ispod rektora i prorektora zauzimajući tako vrlo visoko mjesto po čemu se može zaključiti da je glazba u tadašnjim školama imala vrlo velik značaj. Nastava glazbe odvijala se najmanje četiri sata tjedno (pravilo je bilo pet sati tjedno). Osim kantora, glazbu su poučavali i učitelji. Da bi mogao biti primljen na posao u školu, učitelj je morao biti muzikalan i glazbeno nadaren. U zborovima nije dolazilo do selekcije pa se često dolazilo do

---

<sup>7</sup> Lat. pjevačka škola; škole u kojima se stjecala naobrazba u crkvenom pjevanju. Preuzeto s <https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=54951> i <https://proleksis.lzmk.hr/45190/> (5. 7. 2020.)

<sup>8</sup> Latinski enciklopedist, autor rasprave Svadba Filologije i Merkurija (može se naći i naslov Satyricon). Djelo se sastoji od 9 svezaka. Djelo govori o svadbi Merkura i Filologije te o sedam djevojaka koje predstavljaju sedam slobodnih umijeća, odnosno retoriku, dijalektiku i gramatiku (knjige 3-5 – srednjovjekovni trivium), te glazbu, aritmetiku, astronomiju i geometriju (knjige 6-9 – quadrivium). Preuzeto s <https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?ID=38813> i <https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=17879> (30. 5. 2020.)

<sup>9</sup> Talijanski glazbeni teoretičar, bio je nastavnik pjevanja u Arezzu desetak godina. Usavršio je notno pismo, pronašao je pomoćno sredstvo za razvijanje glazbenog sluha (tzv. „guidonska ruka“), te uveo sustav solmizacije uzevši početne slogove stihova iz himne u čast sv. Ivanu. Preuzeto s <https://proleksis.lzmk.hr/24837/> (30. 5. 2020.)

<sup>10</sup> Pjevanje bez instrumentalne pratnje

<sup>11</sup> Lat. choralis – zborni; može se odnositi na gregorijanski koral i protestantski koral. Gregorijanski koral označava liturgijsko jednoglasno pjevanje a cappella na latinskom jeziku. Protestantski koral se odnosi na pjesme himničkog sadržaja liturgije njemačke Protestantske crkve. Preuzeto s <https://www.enciklopedija.hr/Natuknica.aspx?ID=33119> (5. 7. 2020.)

problema nemuzikalnih učenika. U internatima učenici su imali priliku pjevati svaki dan, a osim pjevanja učila se i glazbena teorija. U to doba napisane su i prve pjesmarice te prvi udžbenici glazbene teorije (Rojko, 2012: 9-10).

U sedamnaestom stoljeću utjecaj crkve na glazbeno obrazovanje slabi te je položaj kantora svjetovniji. Broj sati glazbe smanjuje se na dva sata tjedno. Uvodi se instrumentalna nastava. Na satovima glazbe uči se pjevanje te glazbena teorija. Središta poučavanja postali su plemićki dvorovi gdje su učenike poučavali privatni učitelji. Glazba u to doba nije imala značajnu ulogu, a približavanjem prosvjetiteljstva sve je više gubila odgojni smisao. Broj sati glazbe tjedno se smanjuje zbog uvođenja drugih predmeta u obrazovanje.

Osamnaesto stoljeće je stoljeće ideja Jeana-Jacquesa Rousseaua<sup>12</sup>. Njegove ideje odnosile su se na glazbeni odgoj. On je smatrao da je nastava glazbe učenicima previše komplicirana zbog glazbene teorije i notacije. Smatrao je da pjesme koje se pjevaju na nastavi glazbe trebaju odgovarati dobi učenika, te da bi učenici prvo trebali muzicirati, a tek onda učiti glazbenu teoriju i notaciju. Na ideje Jeana-Jacquesa Rousseaua pozivali su se filantropisti<sup>13</sup>. Filantropisti su uveli narodnu pjesmu u nastavu glazbe, dopustili su glazbeno obrazovanje djevojkama, zagovarali su potrebu sviranja.

U devetnaestom stoljeću glazba se u potpunosti oslobodila veze s crkvom. Glazbu više ne poučavaju kantori kao nekad nego učitelji. Johann Heinrich Pestalozzi<sup>14</sup> smatrao je da je potreba glazbenog obrazovanja jednako važna i kao opće obrazovanje. Glazbu je smatrao važnom i pridavao joj veliko značenje. U to vrijeme postojala su dva smjera razmišljanja – smjer kojemu je jedini cilj učenje pjevanja po sluhu (imao je veliki broj pristaša), te smjer kojemu je cilj glazbeno opismenjivanje (početkom 19. stoljeća počeo je dobivati sve više sljedbenika među

---

<sup>12</sup> Filozof, književnik, politički teoretičar i glazbenik. Bavio se skladanjem. Od njegovih glazbeno-scenskih djela može se izdvojiti intermedij Seoski vrač, a osim glazbeno-scenskih djela skladao je i vokalna (moteti, romance), te instrumentalna djela (simfonija, sonate). Posebno je značajan po svom Glazbenom rječniku u koji je uvrstio niz svojih članaka o glazbi. Glazbeni rječnik sadrži otprilike 900 natuknica s definicijama i objašnjenjima. Preuzeto s <https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=53500> (31. 5. 2020.)

<sup>13</sup> Filantropizam je oblik prosvjetiteljstva. Pojavio se pod utjecajem J. J. Rousseaua. Filantropisti su se bavili prosvjeđivanjem naroda i odgojem. Preuzeto s <https://proleksis.lzmk.hr/150/> (11. 3. 2020.)

<sup>14</sup> Švicarski pedagog. Pod utjecajem njemačkog idealizma i prosvjetiteljstva, sa svojom suprugom Anom, osnivač je domove za siromašnu djecu i druge odgojne zavode (najpoznatiji u Yverdonu). Prethodnik je moderne znanstvene pedagogije. Preuzeto s <https://proleksis.lzmk.hr/41490/> (3. 6. 2020.)

kojima su bili i pestalozzijevci). U ovom stoljeću nastava glazbe počela se provoditi i u gimnazijama.

Druga polovica 19. stoljeća značajna je za Njemačku zbog reformacije nastave glazbe koju je proveo Hermann Kretschmar<sup>15</sup>. Hermann Kretschmar smatrao je da je za dobar razvoj glazbene kulture potreban dobar glazbeni odgoj. Posebnu pažnju davao je slušanju glazbe. Smatrao je da glazbeno opismenjivanje treba biti sastavni dio nastave glazbe. 1914. godine njegovom zaslugom zabranjeno je pjevanje po sluhu.

U dvadesetom stoljeću postojala su tri koncepta nastave glazbe. Prvi koncept odnosio se na pjevanje a vista<sup>16</sup> i glazbenu teoriju. Drugi koncept odnosio se na njegovanje pjevanja uz razvijanje vokalne tehnike. Treći koncept odnosio se na razvijanje glazbenog ukusa slušanjem glazbenih djela.

Krajem 19. i početkom 20. stoljeća pojavili su se reformski pravci u pedagogiji, a samim tim i u glazbenoj pedagogiji, odnosno nastavi glazbe. Glazbeni pedagozi prenosili su ideje na nastavu glazbe. Pojavio se i pokret radne škole koji je imao utjecaja i na nastavu glazbe. Učenici su izrađivali glazbala, tražili i izrezivali ritmove, note i melodije, učili ritam pomoću pokreta, pokretima pratili smjer melodije i sl.

Nakon Prvog svjetskog rata javljaju se Jugendbewegung<sup>17</sup> i Jugendmusikbewegung<sup>18</sup> sa svojim glavnim zagovornikom Fritzom Jödeom<sup>19</sup>. Glazba se promatrala na način kako djeluje na čovjeka, a ne kao umjetnost. Pjesma je bila u središtu pozornosti, a služila je za odgoj. Fritz Jöde je zaslužan za stvaranje i uvođenje pojma muzikant u glazbenu pedagogiju.

Nakon Prvog svjetskog rata Leo Kestenberg<sup>20</sup> proveo je reformu nastave glazbe (tzv. Kestenbergova reforma). Ovom reformom učitelji glazbe izjednačeni su s

---

<sup>15</sup> Njemački dirigent i muzikolog. Najznačajniji njemački muzikolog svog doba uz H. Riemanna. Preuzeto s <https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=33924> (12. 6. 2020.)

<sup>16</sup> Izvođenje glazbe bez prethodnog uvježbavanja

<sup>17</sup> Pokret mladih s početka 20. stoljeća. Pokret je mogao biti orijentiran kulturno-revolucionarno, vjerski ili politički, ali zajednički nazivnik je uvijek bila pjesma. Preuzeto iz Rojko, 2012: 13

<sup>18</sup> S obzirom na to da glazba u Jugendbewegungu ima vrlo značajnu ulogu, često se umjesto naziva Jugendbewegung koristi naziv Jugendmusikbewegung. Preuzeto iz Rojko, 2012: 13

<sup>19</sup> Njemački glazbeni pedagog, preuzeto s [https://en.wikipedia.org/wiki/Fritz\\_J%C3%B6de](https://en.wikipedia.org/wiki/Fritz_J%C3%B6de) (11. 6. 2020.)

<sup>20</sup> Njemačko-izraelski glazbeni pedagog, pijanist i kulturni političar, preuzeto s [https://de.wikipedia.org/wiki/Leo\\_Kestenberg](https://de.wikipedia.org/wiki/Leo_Kestenberg) (12. 6. 2020.)

učiteljima ostalih struka, predmet Pjevanje je dobio novi naziv – Glazba te su donesene mnoge odrednice za rad u osnovnim i srednjim školama.

U Hrvatskoj se do Drugog svjetskog rata glazbeno obrazovanje razvijalo isto koliko i školstvo. Pjevanje se provodilo u katedralnim, župnim i samostanskim školama, a takvo glazbeno obrazovanje bilo je pod utjecajem crkve. Od 14. do 18. stoljeća pjevanje je bilo zastupljeno i u gradskim školama. U takve škole išla su samo aristokratska djeca, dok su ostali bili nepismeni. U 18. i 19. stoljeću, što se glazbenog obrazovanja tiče, znalo je biti pjevanja, i to u normaljkama<sup>21</sup> i trivijalkama<sup>22</sup>. Ako je pjevanje u takvim školama bilo prisutno, pjevale su se većinom crkvene pjesme. Tek je 1874. godine, prema Školskom zakonu, pjevanje postalo obavezno u općim pučkim školama. Prema istom zakonu, u preparandijama<sup>23</sup> su predmeti Pjevanje, Orguljanje i Guslanje postali obavezni.

Nakon Prvog svjetskog rata Pjevanje je bilo prisutno i u školama Kraljevine SHS. Bile su to tada četverogodišnje osnovne škole. Nastava Pjevanja provodila se pola sata ili jedan sat tjedno, te vrlo rijetko dva sata tjedno. Broj sati ovisio je o razredu. 1926. godine donesen je Nastavni plan i program za sve narodne i osnovne škole Kraljevine (Rojko, 2012: 15). Prema tom nastavnom planu i programu predmet nastave glazbe nosio je naziv Pjevanje. Ondašnji učitelji Pjevanja bili su ujedno i crkveni orguljaši. Što se tiče takvog glazbenog obrazovanja u školama, postizali su se dobri rezultati jer su učitelji imali kvalitetnu glazbenu naobrazbu zahvaljujući tadašnjim dobrim učiteljskim školama.

Osim u osnovnim školama, u doba Kraljevine SHS, nastava Pjevanja pohađala se i u srednjim školama. Ponekad se umjesto naziva Pjevanje upotrijebio i naziv Muzika. Takva nastava provodila se u prva dva razreda srednjih škola, a svodila se na teoriju i solfeggio.

Nakon Drugog svjetskog rata nastava glazbe bila je gotovo identična onoj prije rata. Prema planovima iz 1944. godine predmet nastave glazbe nosio je naziv Pjevanje te se, u osnovnoj školi<sup>24</sup>, provodio jedan sat tjedno odnosno dva puta po

---

<sup>21</sup> Glavne škole, pripremljene škole za gimnazije, preuzeto iz Rojko, 2009: 59

<sup>22</sup> Škole u kojima se učilo pisanje, čitanje i račun, preuzeto iz Rojko, 2009: 59

<sup>23</sup> Nekadašnji naziv za učiteljsku školu, preuzeto s <https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=50181> (28. 3. 2020.)

<sup>24</sup> Tadašnja osnovna škola je bila četverogodišnja, preuzeto iz Rojko, 2012: 16

pola sata. Na satovima Pjevanja pjevale su se i učile pjesme po sluhu. 1944. godine nastava glazbe počela se provoditi i u gimnazijama prema tadašnjem nastavnom planu i programu. Tadašnje gimnazije su bile osmogodišnje škole.

Razred	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.
Sati	2	2	2	1	-	-	1	1

Slika 1<sup>25</sup> – Prikaz broja sati nastave glazbe po razredima u gimnaziji (Pjevanje i povijest muzike, školska godina 1944./45.)

Razred	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.
Sati	2	2	1	1	1	1	1	-

Slika 2<sup>26</sup> – Prikaz broja sati nastave glazbe po razredima u gimnaziji (Pjevanje, školska godina 1945./46.)

Prema programu iz 1951. godine javlja se i naziv Glazbeni odgoj koji se odnosio na nastavu glazbe u višim razredima osnovne škole, a u nižim razredima je i dalje ostao naziv Pjevanje. 1960. godine predmet mijenja naziv u Muzički odgoj. Izvodilo se 560 sati. 1965. godine broj sati smanjuje se s 560 na 460. 1972. godine naziv predmeta mijenja se u Glazbeni odgoj. Broj sati smanjen je na 420. 1984. godine predmet dobiva naziv Glazbena kultura.

---

<sup>25</sup> Prema Rojko, 2012: 17

<sup>26</sup> Prema Rojko, 2012: 17

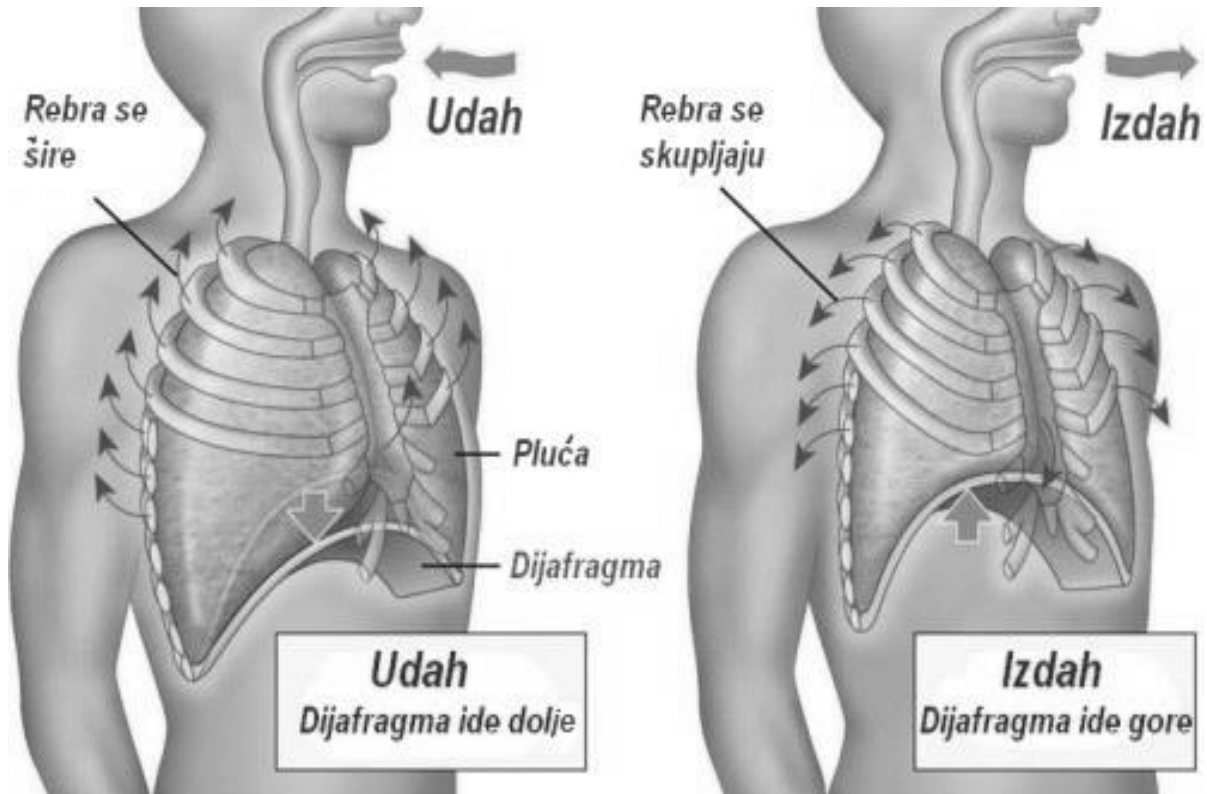
### 3. Osnove vokalne tehnike

Pod pojmom vokalna tehnika podrazumijevaju se sve radnje i procesi koji rezultiraju kvalitetnim, zvučnim i dobro postavljenim tonom. Vokalna tehnika obuhvaća pravilno disanje, točnu artikulaciju te pravilan i kvalitetan ton koji nastaje uslijed dobre fonacije i rezonancije. Disanje se sastoji od inspiracije i ekspiracije (udaha i izdaha). Cilj je postići kontrolirano disanje te svjesno upravljanje svim disajnim mišićima (ekspiratornim i inspiratornim). Kako bi pjevačko disanje bilo pravilno i optimalno, ne smije se uzimati niti prevelika niti premala količina zraka. Prevelika količina zraka uzrokuje grčenje grkljana i zamor. Kod pjevanja količina udahnutog zraka iznosi 1500 ml i više, a kod govora 500 ml. Poželjno je zrak uzimati kroz nos jer je tada zrak dobro pročišćen, navlažen i zagrijan. Često se tijekom skladbe (između fraza) zrak uzima kroz usta jer je taj način brži, a zbog uskog prostora u nosu je uzimanje zraka kroz nos nekad neizvedivo. Uдах pri pjevanju mora biti nečujan i neprimjetan. Ispuštanje zraka prilikom pjevanja mora biti ekonomično i kontrolirano te se zrak ne smije rasipati. Pod rasipanjem zraka podrazumijeva se nekontrolirano ispuštanje prevelike količine zraka bez oslonca (appoggia). Kvaliteta proizvedenog tona ovisi o načinu zadržavanja, uzimanja i ispuštanja zraka. Kako bi se razvila tehnika pravilnog disanja, važno je redovito izvoditi vježbe disanja. Jedna od takvih vježbi je Farinellijeva<sup>27</sup> vježba. Izvodi se tako da se duboko udahne na nos, a nakon toga se kontinuirano ispušta ravnomjerna količina zraka kroz usta uz izgovaranje suglasnika „s“. Kad se udahnuti zrak u potpunosti ispusti, ponovno se uzima duboki udah te se postupak ponavlja. Cilj ove vježbe je naučiti disati pomoću aktivne dijafragme i uravnotežiti izdisajnu struju zraka. Osim ove, korisna vježba za poboljšanje tehnike disanja je vježba „5573“. Ova vježba izvodi se tako da se uzme pet kratkih udaha na nos na način da se pri svakom od tih udaha uzme približno jednaka količina zraka te se tako zrak ravnomjerno raspoređuje do punog kapaciteta zraka. Zatim se taj udahnuti zrak zadržava pet sekundi. Nakon toga se zrak sedam sekundi izdiše na način da se polagano, opušteno i ravnomjerno

---

<sup>27</sup> Talijanski sopranist, kastrat. Imao je opseg glasa veći od tri oktave te izuzetno dugi dah. Napisao je i nekoliko instrumentalnih skladbi. Preuzeto s <https://proleksis.lzmk.hr/20459/> i <https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=18999> (3. 6. 2020.)

ispušta uz izgovor suglasnika „s“. Kad se sav zrak ispusti, slijedi tri sekunde pauze (zadržavanja prije novog udaha) te se postupak ponavlja ispočetka.



Slika 3<sup>28</sup> – Prikaz procesa pravilnog disanja

Osim procesa disanja, ton mora proći kroz procese dobre fonacije i rezonancije kako bi postao kvalitetan i pravilan. Za procese fonacije odgovorni su fonacijski organi (glasnice, grkljan, hrskavice grkljana, mišići grkljana, grkljanska šupljina i međuglasnički otvor). Pri tome je važno je da su svi fonacijski organi međusobno dobro usklađeni. Za dobru rezonanciju zaslužne su ždrijelna, nosna i usna šupljina koje se ubrajaju u rezonantne organe. One doprinose zvonkosti, boji i punoći tona. Nakon svega, potrebna je točna artikulacija za koju su zaduženi artikulacijski organi (usne, nepce, zubi i jezik).

Možemo zaključiti da je vokalna tehnika umijeće koordiniranja vokalnog aparata u svim njegovim dijelovima.<sup>29</sup>

<sup>28</sup> Slika je preuzeta s <https://www.znanje.org/i/2012/12iv01/12IV0106/10.htm> (11. 3. 2020.)



### 3. 1. Impostacija

Impostacija<sup>30</sup> glasa znači postavljanje glasa koje podrazumijeva usklađivanje i sudjelovanje svih organa i mišića vokalnog aparata za formiranje tona, siguran i precizan zapjev te točnu intonaciju. Impostacija također podrazumijeva i točnu artikulaciju<sup>31</sup> te kvalitetu tona. Svi dijelovi vokalnog aparata moraju biti međusobno dobro usklađeni jer ako samo jedan dio ne radi kako treba, pravilna, odnosno optimalna impostacija glasa neće biti moguća ili će biti otežana.

### 3. 2. Attacca

Attacca<sup>32</sup> u vokalnoj tehnici podrazumijeva zapjev odnosno početak stvaranja glasa. Attacca ne smije biti tvrda jer na taj način šteti i dovodi do oštećenja vokalnog aparata. Tvrda attacca nastaje uslijed naglog pokušaja prolaska zraka iz pluća kroz priljubljene glasnice i zatvoren međuglasnički otvor što dovodi do grčenja grkljana, a glasnice se naglo i neprirodno razmiču. Tvrda attacca se može izbjeći tako da se prije zapjeva doda suglasnik „h“. S time svakako treba biti jako oprezan da ne bi previše zraka sudjelovalo u pjevanoj frazi, odnosno tijekom fonacije.

Za ispravnu attaccu potreban je pravilan udah, ispravan položaj tijela (uspravan i stabilan), te naposljetku pravilna funkcija i položaj grkljana i rezonatora. Za pravilan i slobodan ton najpovoljniji je spušteni grkljan jer se na taj način glasnice najbolje primiču i odmiču. Položaj spuštenog grkljana možemo dobiti prilikom zijevanja, dubokog udara ili izgovora dubokih vokala. Treba paziti da grkljan ne bude previše spušten.

---

<sup>29</sup> Preuzeto s <https://visoka-nota.com/2020/01/26/vokalna-tehnika/> (11. 3. 2020.)

<sup>30</sup> Tal. impostare – namjestiti, postaviti. Preuzeto s <https://obljetnica.hrt.hr/leksikon/i/impostacija-glasa/> (11. 3. 2020.)

<sup>31</sup> Način međusobnog povezivanja i/ili odjeljivanja tonova prilikom izvedbe pjesme. Može se označiti oznakama legato, staccato, portato itd., ili odgovarajućim grafičkim oznakama ispod ili iznad note (lukovi, crte, točke i dr.). Preuzeto s <https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=4062> (5. 6. 2020.)

<sup>32</sup> Tal. attacca – napad, udar. Preuzeto iz Vitkai Kučera i Latinović, 2014: 13

Treba imati na umu da veliki utjecaj na attaccu imaju emocionalni faktori (kod straha i nervoze attacca će biti tvrda, dok će kod radosti i opuštenosti biti meka).

### **3. 3. Appoggio**

Appoggio<sup>33</sup> podrazumijeva kontrolirani ekspirij<sup>34</sup> prilikom fonacije pomoću unutarnjeg elastičnog napona mišića. To je oslonac glasa. Može se opisati kao osjećaj podupiranja glasa tijekom izvedbe odnosno prilikom pjevanja. Svrha appoggia je kontrolirana raspodjela zraka te raspodjela napetosti u vokalnom aparatu kako bi se oslobodilo grlo. Appoggio ne predstavlja fizičku snagu mišića, nego pravilnu i optimalnu koordinaciju rezonantnih i dišnih organa te grla.

## **4. Vokalni aparat**

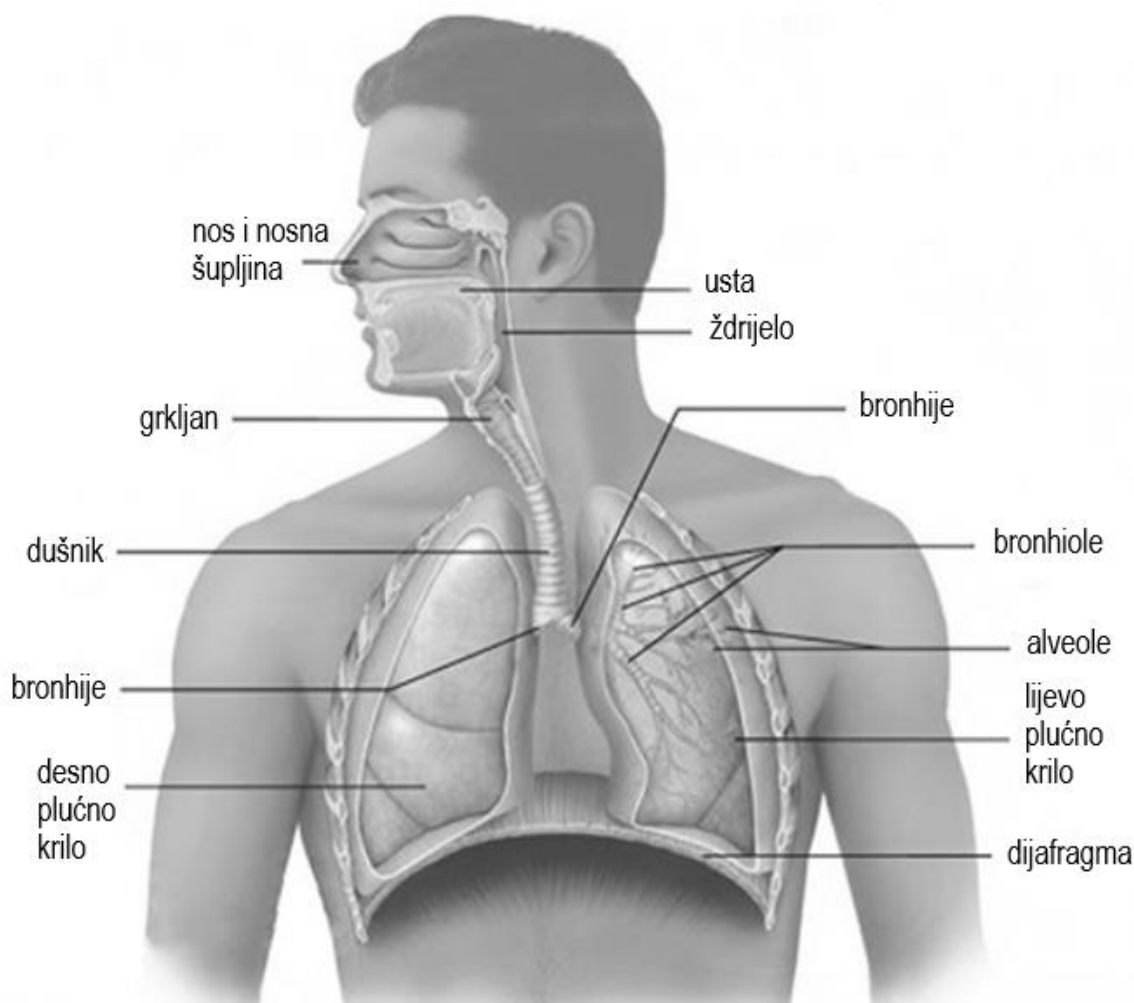
Da bi nastavnik dobro upjevao učenike, razvio kod njih osjećaj i tehniku za pravilnu i točnu intonaciju, glazbeni sluh, te spriječio i reagirao na nepravilno korištenje vokalnog aparata, važno je njegovo dobro poznavanje vokalnog aparata i svih njegovih dijelova.

Vokalni aparat je mehanizam koji se sastoji od respiratornih, fonacijskih i rezonantnih organa.

---

<sup>33</sup> Tal. appoggio – potpora, podrška, oslonac. Preuzeto iz Vitkai Kučera i Latinović, 2014: 14

<sup>34</sup> Izdisaj



Slika 4<sup>35</sup> – Prikaz dijelova vokalnog aparata

#### 4. 1. Respiracija (disanje)

Respiracija<sup>36</sup> je proces izmjene plinova (kisika i ugljikovog dioksida). Za vrijeme pjevanja pjevači koriste fonacijsko disanje. Fonacijsko disanje je svjesno disanje (za razliku od vitalnog disanja). Pjevači ga uče i izvježbavaju kako bi ono postalo automatizirano.

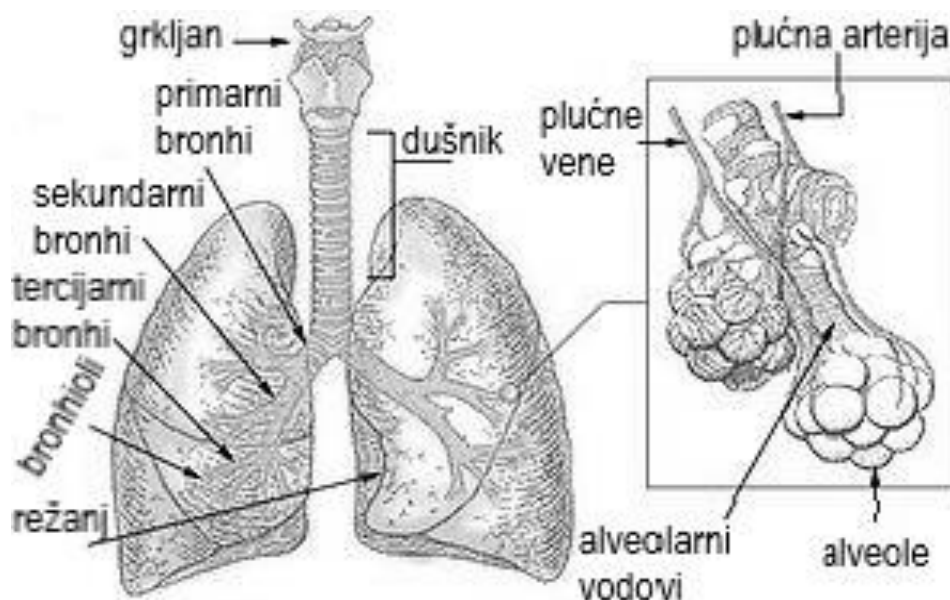
Respiratorni organi su odgovorni za proizvodnju i regulaciju zraka. U respiratorne organe ubrajaju se dišni organi te koštano-mišićne strukture. Dišne

<sup>35</sup> Slika je preuzeta s <http://www.osam.rs/naucno-citaj-zapadno-objasnjenje-vaznosti-disanja/> (1. 2. 2020.)

<sup>36</sup> Lat. respiratio – disanje, preuzeto s <https://bs.m.wikipedia.org/wiki/Disanje> (11. 4. 2020.)

organe čine pluća, dušnik i bronhije. U koštano-mišićne strukture respiratornog sustava spadaju mišići (trbušni, leđni, nadrebreni, međurebreni, mišići glave i dijafragma), prsni koš i rebra.

Pluća su glavni respiratorni organ. Zauzimaju najveći dio prsne šupljine. Pluća prenose kisik u krvotok, a iz krvotoka izbacuju ugljikov dioksid koji prilikom izlaska sudjeluje u proizvodnji tona. Taj prijenos se odvija u alveolama. Alveole su sitni dišni mjehurići, a zauzimaju najveći dio površine pluća. Pluća se sastoje od lijevog plućnog krila koje ima dva režnja, te od desnog plućnog krila koje ima tri režnja. Porebrica ili pleura je opna koja obavija pluća. Osim alveola u kojima se vrši izmjena plinova, pluća se sastoje i od bronhiola.<sup>37</sup>



Slika 5<sup>38</sup> – Prikaz pluća

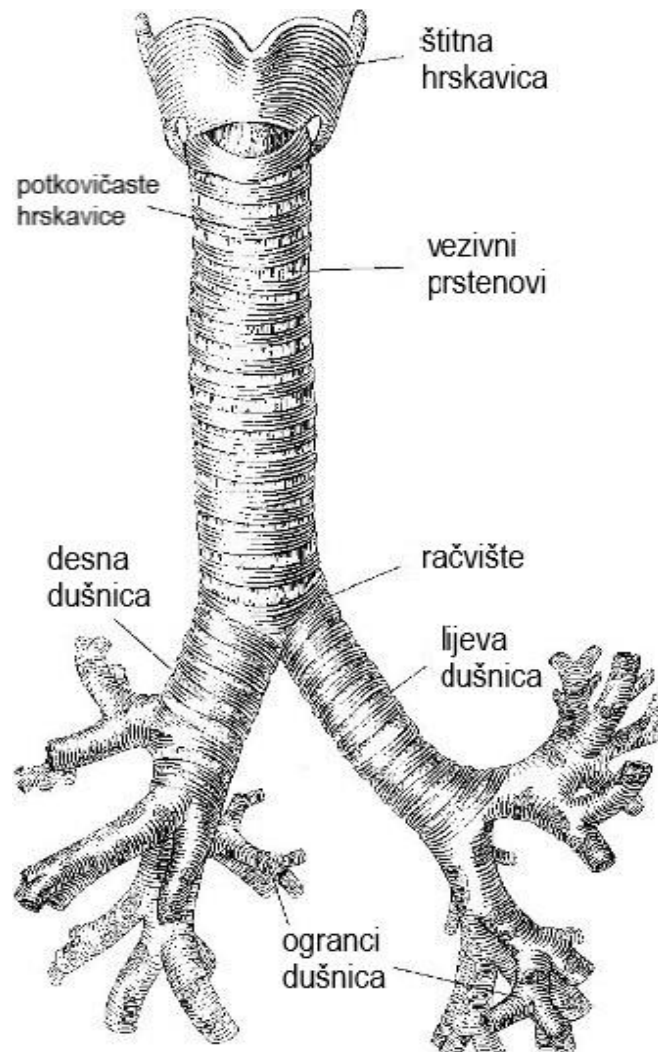
Dušnik<sup>39</sup> je organ dišnog sustava. Smješten je ispred jednjaka. Prostire se od grkljana do djelišta dušnika. Dušnik se dijeli na lijevi i desni bronh. Sastoji se od petnaest do dvadeset hrskavičnih prstenova koji omogućavaju da dišni putevi budu

<sup>37</sup> Preuzeto s <https://hr.m.wikipedia.org/wiki/Plu%C4%87a> (13. 4. 2020.)

<sup>38</sup> Slika je preuzeta s <https://hr.m.wikipedia.org/wiki/Plu%C4%87a> (31. 1. 2020.)

<sup>39</sup> Grč. *trachea*, preuzeto s <http://onlinerjecnik.com/rjecnik/strane-rijeci> (3. 2. 2020.)

stalno otvoreni. Prilikom procesa disanja kroz dušnik prolazi zrak koji se grije i vlaži od sluznice dušnika.



Slika 6<sup>40</sup> – Prikaz dušnika

Bronhije su dvije cijevi koje su smještene u prsnoj šupljini. Kroz njih prolazi udahnuti zrak koji ide dalje do pluća. Svaka cijev bronhija ulazi u svoje plućno krilo, a one se dalje dijele na alveole i bronhiole. Bronhiole su uski bronhi koji nisu podržani hrskavicom. U alveolama se odvija proces izmjene plinova, a u bronhijama ne.

<sup>40</sup> Slika je preuzeta s <https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?ID=16721> (31. 1. 2020.)

Dijafragma<sup>41</sup> je glavni mišić koji sudjeluje pri udisaju. Kupolastog je oblika te odijeljuje prsni koš od trbuha. Najvažnija zadaća dijafragme je disanje. Pri udisaju dijafragma se spušta prema trbušnoj šupljini, a pri izdisaju se vraća u svoj početni položaj. Pluća se prilikom udisaja šire, a prilikom izdisaja smanjuju.



Slika 7<sup>42</sup> – Prikaz dijafragme

Osim dijafragme koja je glavni mišić dišnog sustava, postoje i ostali mišići koji su također važni te sudjeluju u procesu stvaranja tona. To su trbušni, leđni, nadrebreni, međurebreni i mišići glave.

Trbušni mišići spadaju u skupinu ekspiratornih (izdisajnih) mišića. Odgovorni su za kontrolirano vraćanje dijafragme u prvobitni položaj te imaju bitnu ulogu u stvaranju glasa. Osim trbušnih, bitnu ulogu u stvaranju glasa imaju i nadrebreni mišići. Mišići glave su odgovorni za pjevanje i govor. Međurebreni mišići se dijele na

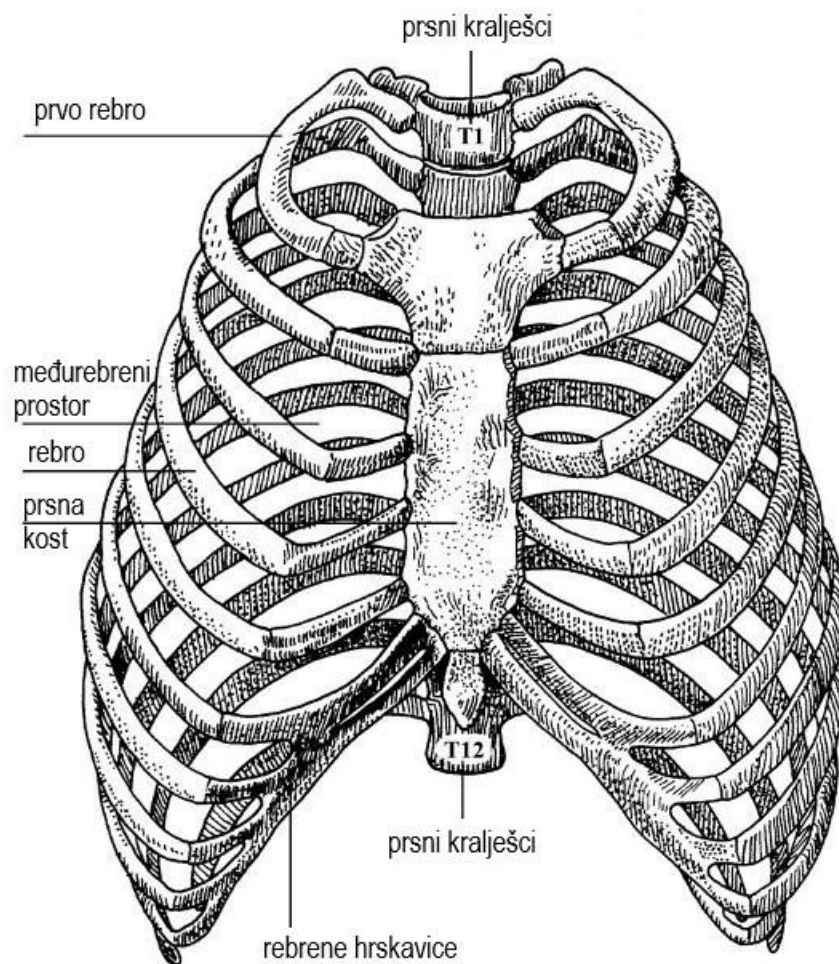
---

<sup>41</sup> Grč. *diafragma*, anat. ošit, pregrada, preuzeto s <http://onlinerjecnik.com/rjecnik/strane-rijeci> (3. 2. 2020.)

<sup>42</sup> Slika je preuzeta s <https://www.fizibo.hr/2018/01/06/dijafragma/> (1. 2. 2020.)

unutarnje i vanjske. Unutarnji međurebreni mišići funkcioniraju kao izdisajni mišići pritom skupljajući rebra dok vanjski funkcioniraju kao udisajni mišići te šire rebra. Leđni mišići također sudjeluju u procesu disanja tako što šire donja rebra.

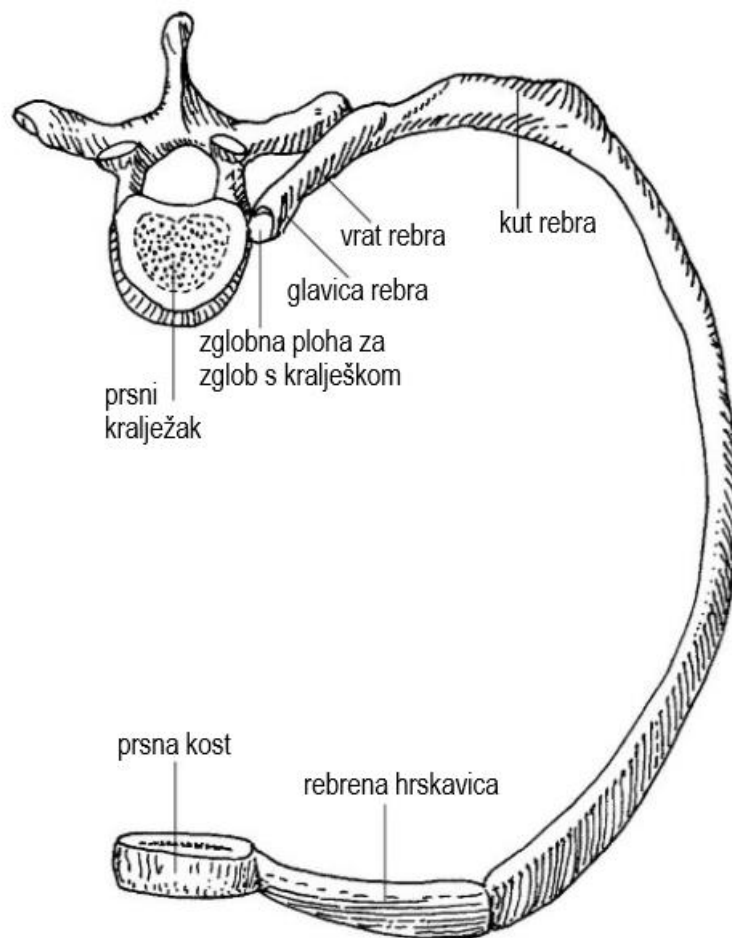
Prsni koš je šupljina u kojoj se nalaze organi dišnog sustava. S prednje strane prsni koš je obavijen prsnom kosti i rebrenim hrskavicama. Sa stražnje strane prsnog koša nalaze se stražnji krajevi rebara i dvanaest prsnih kralježaka. S bočne strane prsni koš je obavijen rebrima. Na samom dnu prsnog koša nalazi se dijafragma koja ga ujedno i zatvara.



Slika 8<sup>43</sup> – Prikaz prsnog koša i njegovih dijelova

<sup>43</sup> Slika je preuzeta s <https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=50832> (1. 2. 2020.)

Rebra su tanke, zakrivljene, plosnate i dugačke kosti. Razlikujemo prava, lažna i lebdeća rebra. Prava rebra su s prednje strane spojena za prsnu kost rebrenim hrskavicama. Ima ih sedam sa svake strane tijela. Lažna rebra su spojena za prsnu kost sedme rebrene hrskavice te ih ima po tri na svakoj strani tijela. Lebdeća rebra spojena su samo za kralježnicu (dva sa svake strane tijela). Zajedno s međurebrenim mišićima rebra grade prsni koš.



Slika 9<sup>44</sup> – Prikaz dijelova rebra

Prema knjizi Moć glasa (Vitkai Kučera i Latinović, 2014), a to potvrđuje i velika većina recentne stručne literature, postoje četiri vrste disanja, a to su

<sup>44</sup> Slika je preuzeta s <https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=52125> (10. 2. 2020.)



visoko/ključno/klavikularno disanje, prsno/rebreno/kostalno disanje, trbušno/abdominalno disanje te kombinirano/kosto-abdominalno disanje.

Kod visokog/ključnog/klavikularnog disanja aktivne su ključne kosti i gornja rebra. Prilikom ovakvog disanja mišići grla i grkljan dolaze u neprirodan položaj. Podižu se ramena i prsni koš, a trbuh se uvlači pa se tako dio tijela ispod prsnog koša ne koristi. Fonacija je otežana zbog pritiska zraka na glasnice. Ovo je za pjevanje najlošija vrsta disanja. Disanje je plitko i brzo te se troši previše energije, a učinak je mali.

Prsno/rebreno/kostalno disanje je češće kod žena. Isto kao i kod visokog/ključnog/klavikularnog disanja, i ovdje je dijafragma isključena. Aktivna su srednja rebra koja se šire dok se trbušni mišići uvlače.

Trbušno/abdominalno disanje je karakteristično za puhače. Kod ovog disanja aktivni su trbušni mišići i dijafragma koja daje optimalnu osnovu za appoggio.

Kombinirano/kosto-abdominalno disanje je srodno trbušnom/abdominalnom disanju. Koriste ga najčešće pjevači. Za ovaj tip disanja odgovorna je dijafragma te svi ostali dišni mišići. Ovo je za pjevanje najpravilniji tip disanja.

## 4. 2. Fonacija<sup>45</sup>

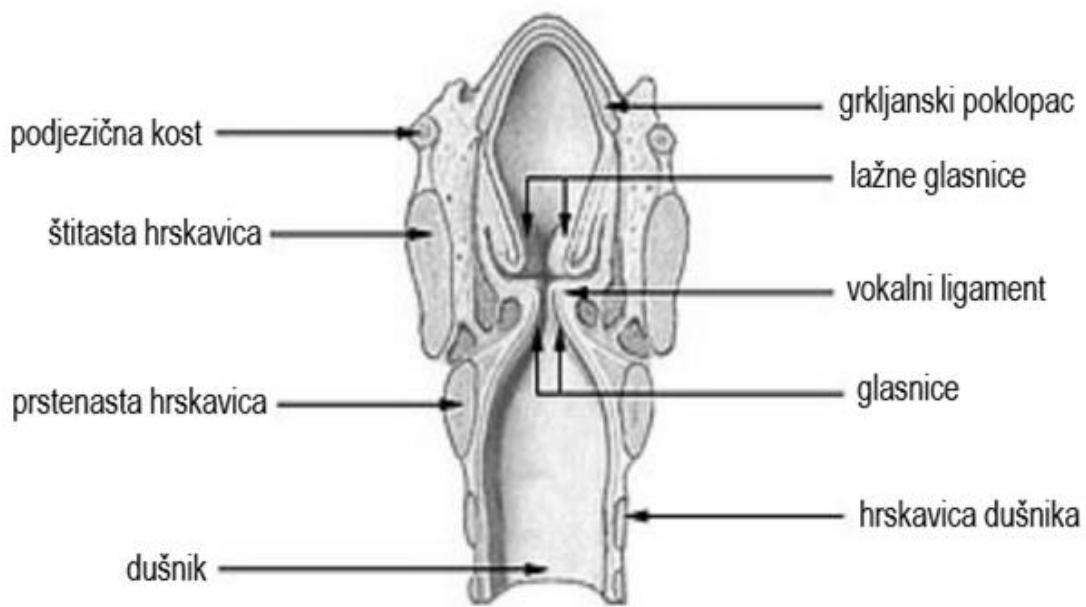
U fonacijske organe ubrajaju se glasnice (prave i lažne), međuglasnički otvor, grkljan, hrskavice grkljana, unutarnji i vanjski grkljanski mišići te grkljanska šupljina.

Glasnice su najvažniji organ za proizvodnju glasa i govora. Razlikujemo prave i lažne glasnice. Glasnice su izgrađene od sluznice grkljana. Zbog vokalnog mišića koji se nalazi u glasnicama, glasnice imaju mogućnost promjene napetosti, širine i dužine. Glasnice se sastoje od epitelnog sloja, subepitelnog sloja laminae propriae, intermedijalnog sloja laminae propriae, dubokog sloja laminae propriae i vokalnog mišića (Vitkai Kučera i Latinović, 2014: 26). Prave glasnice su dva mišićna nabora.

---

<sup>45</sup> Proces stvaranja glasova i govora, preuzeto s <http://struna.ihj.hr/naziv/fonacija/13104/> (11. 4. 2020.)

Omogućena im je izrazita elastičnost te sudjeluju u proizvodnji glasa za razliku od lažnih glasnica koje ne sudjeluju u proizvodnji glasa.

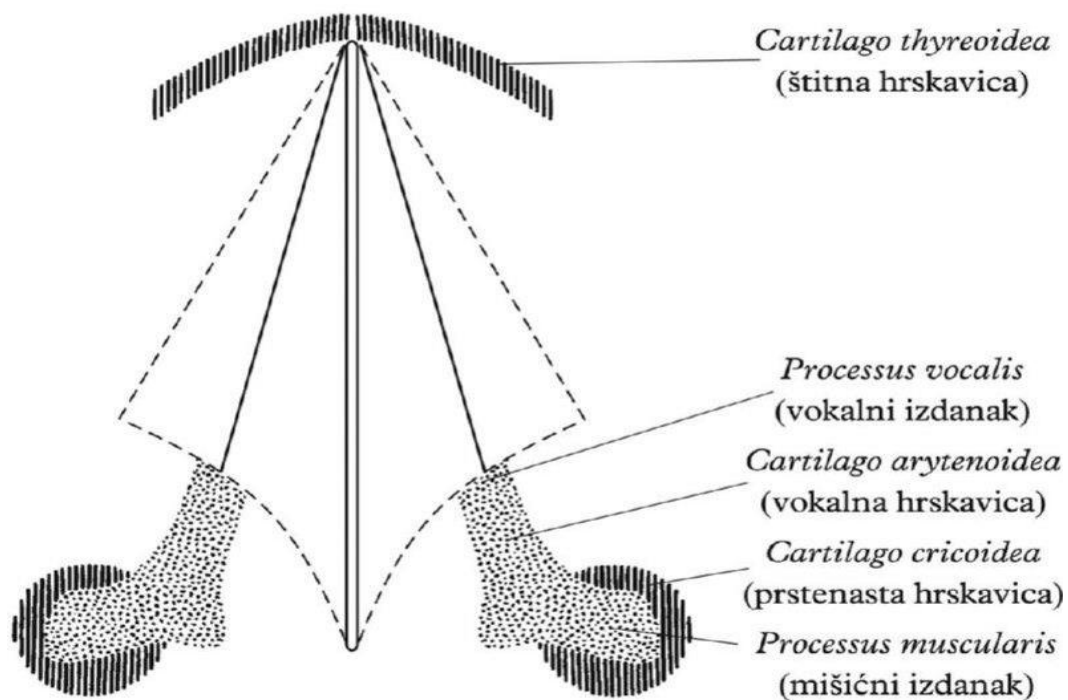


Slika 10<sup>46</sup> – Prikaz glasnica i njezinih dijelova

Međuglasnički otvor ili glotida je prostor trokutastog oblika koji se prilikom disanja otvara. Glas nastaje tako što glasnice, nakon što se međuglasnički otvor otvori pod utjecajem izdahnutog zraka, počnu treperiti.

---

<sup>46</sup> Slika je preuzeta s <https://sr.m.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D1%80%D0%BA%D1%99%D0%B0%D0%BD> (3. 2. 2020.)

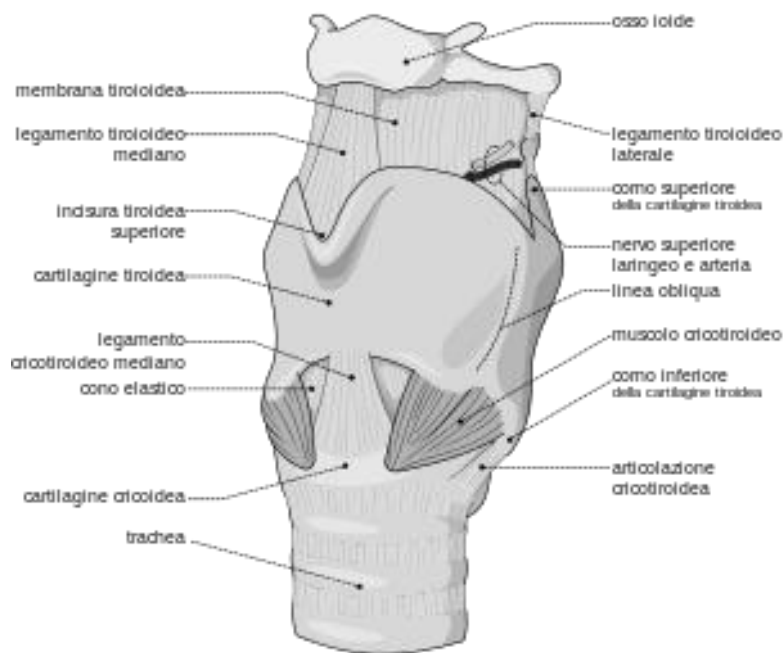


Slika 11<sup>47</sup> – Prikaz otvorene i zatvorene glotide

Grkljan<sup>48</sup> je organ dišnog sustava koji služi za proizvodnju glasa. Nalazi se s prednje strane vrata. Grkljan je građen od hrskavica grkljana (štitasta ili tiroidna hrskavica, prstenasta ili krikoidna hrskavica, parne ljevkastice ili aritenoidne hrskavice i elastična hrskavica ili grkljanski poklopac) te mišića i ligamenata. S unutarnje strane grkljan je obložen sluznicom.

<sup>47</sup> Slika je preuzeta s <http://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?ID=22368> (1. 2. 2020.)

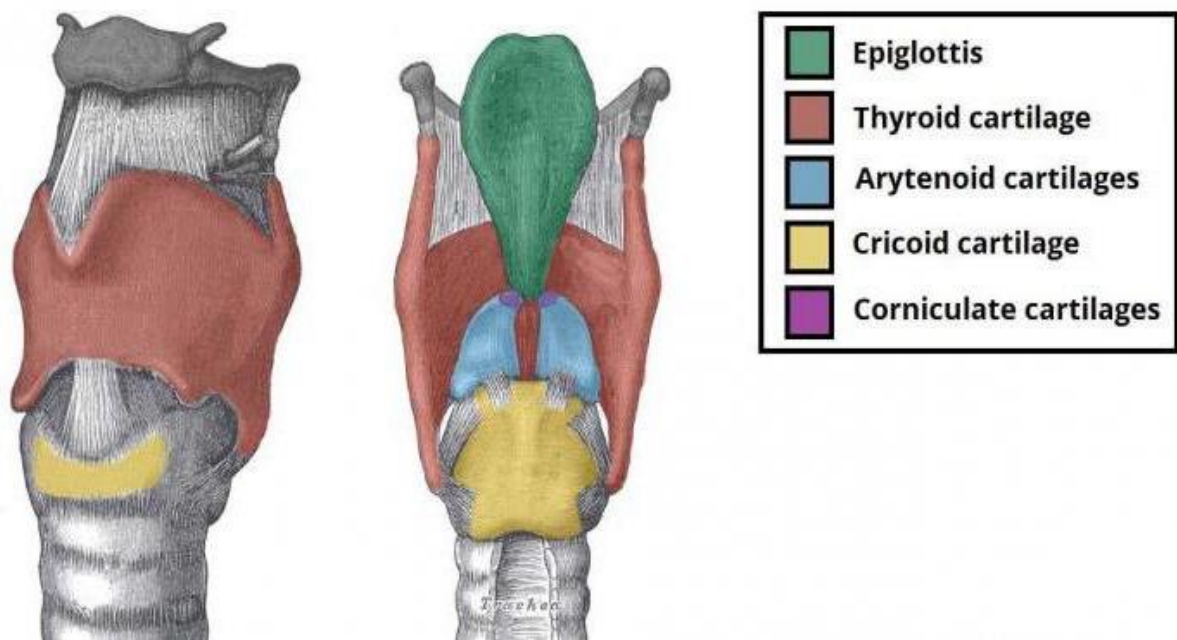
<sup>48</sup> Grč. *larynx*, preuzeto s <http://onlinerjecnik.com/rjecnik/strane-rijeci> (3. 2. 2020.)



Slika 12<sup>49</sup> – Prikaz grkljana i njegovih dijelova

Hrskavice grkljana su zapravo zidovi grkljana. Štitasta ili tiroidna hrskavica je najveća grkljanska hrskavica. Nalazi se s prednje strane vrata. Prstenasta ili krikoidna hrskavica je hrskavica koja je vezana za dušnik. Parne ljevokaste ili aritenoidne hrskavice su izrazito pokretljive zbog vokalnog mišića. Elastična hrskavica ili grkljanski poklopac je vezan za štitastu ili tiroidnu hrskavicu. Za vrijeme govora i pjevanja grkljanski poklopac je otvoren.

<sup>49</sup> Slika je preuzeta s [https://hr.wikipedia.org/wiki/Adamova\\_jabu%C4%8Dica](https://hr.wikipedia.org/wiki/Adamova_jabu%C4%8Dica) (23. 6. 2020.)



Slika 13<sup>50</sup> – Prikaz hrskavica grkljana

Unutarnji i vanjski mišići grkljana odgovorni su za pokrete u grkljanu. Unutarnji mišići grkljana dijele se na mišiće za respiraciju i mišiće za fonaciju. Mišići za fonaciju se dalje dijele na primicače glasnica (aduktori), odmicače glasnica (abduktori) i napinjače glasnica (tenzori) (Vitkai Kučera i Latinović, 2014: 25).

Vanjski mišići grkljana dijele se na mišiće koji podižu grkljan, mišiće koji povlače grkljan naniže i na pomoćne mišiće za podizanje i spuštanje grkljana (Vitkai Kučera i Latinović, 2014: 24).

Grkljanska šupljina je prostor unutar grkljana.

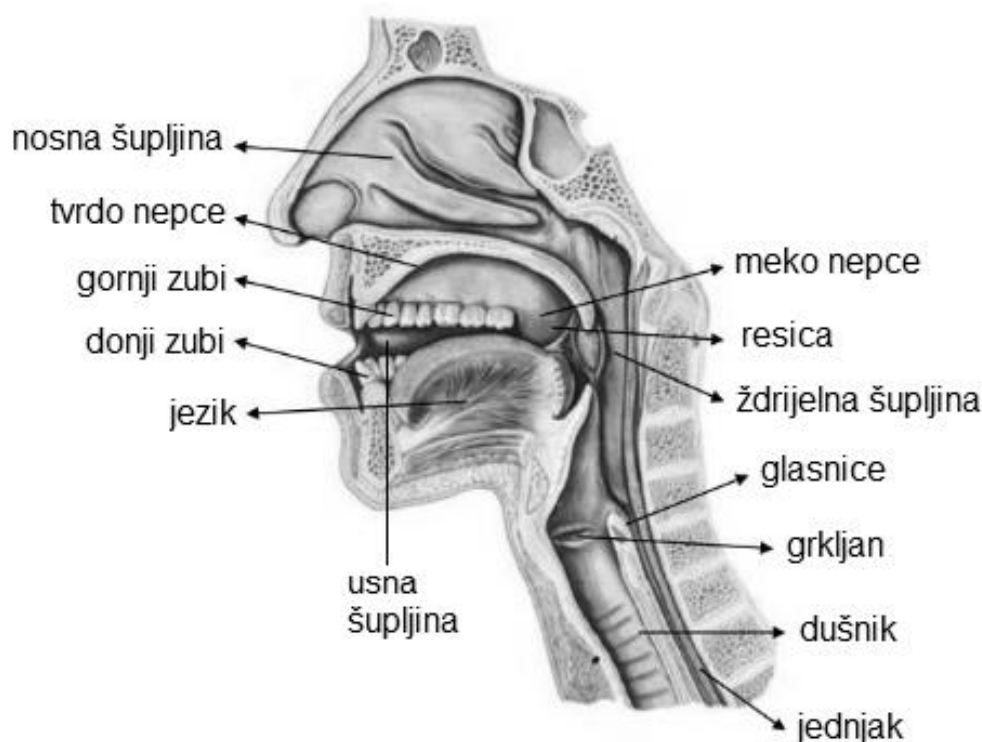
#### 4. 3. Rezonancija

Nakon što zrak izađe iz respiratornih organa te prođe kroz procese fonacije, ton postaje konačan tek pod utjecajem rezonantnih šupljina.

<sup>50</sup> Slika je preuzeta s <https://hr.taylorrenee.com/zdorove/121751-gortan-hryaschi-gortani-samyy-krupnyy-hryasch-gortani.html> (18. 5. 2020.)

Rezonancija<sup>51</sup> predstavlja proces kojim se osnovni ton proizveden vibriranjem glasnica poboljšava, odnosno mijenja mu se intenzitet i boja pod utjecajem rezonantnih šupljina (rezonatora). Ton se nakon procesa fonacije pod utjecajem rezonantnih šupljina obogaćuje, pojačava i proširuje te dobiva bolji zvuk.<sup>52</sup>

U rezonantne organe ubrajaju se usna, nosna i ždrijelna šupljina.



Slika 14<sup>53</sup> – Prikaz rezonantnih šupljina i organa oko njih

Usna šupljina predstavlja jednu od najvažnijih rezonantnih šupljina jer se upravo u njoj događa formiranje tona. U usnoj šupljini nalaze se zubi, jezik, nepce, vilice i resica koji čine artikulacijske organe. Jezik predstavlja jedan od glavnih artikulacijskih organa. Sudjeluje u stvaranju svih samoglasnika i većine suglasnika.

<sup>51</sup> Vibracije u govornome traktu do kojih dolazi prilikom proizvodnje zvuka (fonacije), preuzeto s <https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?ID=52667> (15. 4. 2020.)

<sup>52</sup> Preuzeto s <https://hr.m.wikipedia.org/wiki/Pjevanje> (15. 4. 2020.)

<sup>53</sup> Slika je preuzeta s <https://www.slideserve.com/jolie-williams/stvaranje-i-podjela-glasova> (3. 2. 2020.)

Utječe na rezonantne organe i formiranje glasa, a njegovi pokreti utječu na pokrete grkljana.

Nosna šupljina je šupljina na samoj sredini lica. Okružena je kostima lica i obložena nosnom sluznicom. Kroz nosnu šupljinu prolazi zrak koji se tamo pročišćuje prije nego dođe do pluća.

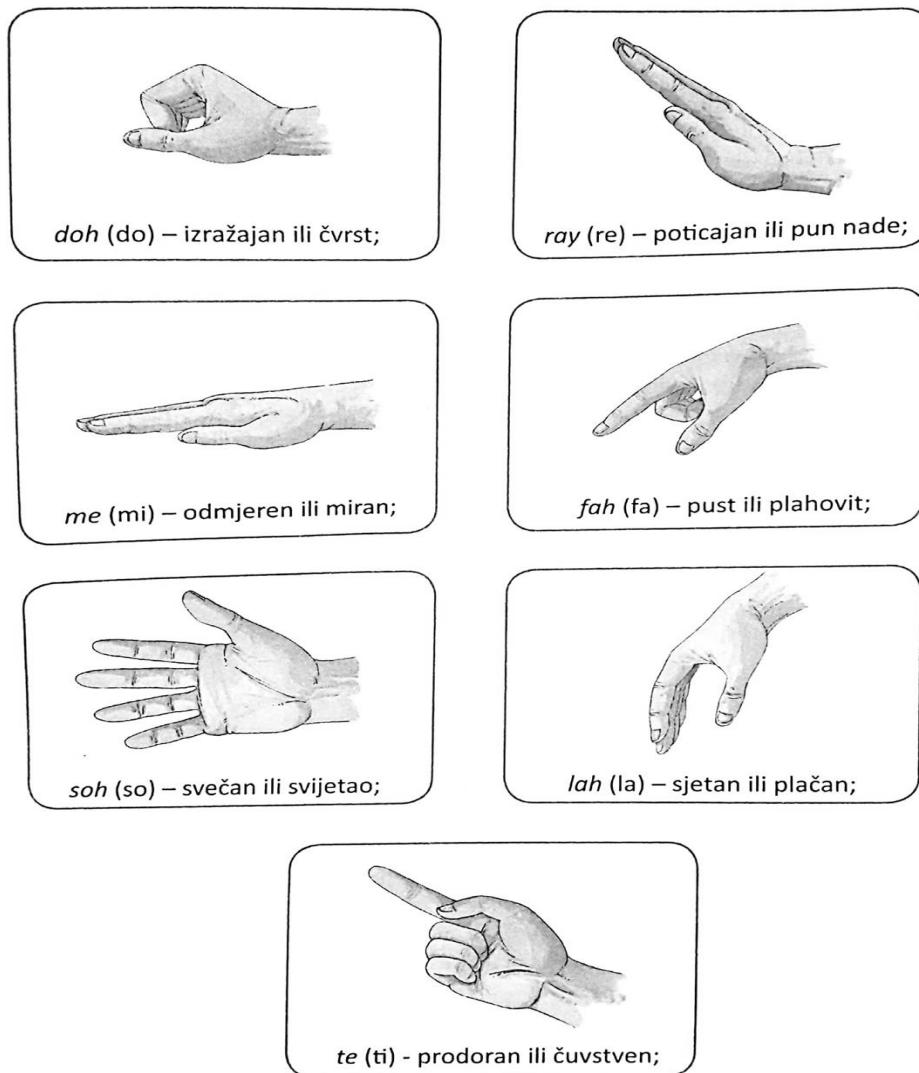
Ždrijelna šupljina je prostor unutar ždrijela. Kao jedna od rezonantnih šupljina sudjeluje u oblikovanju tona. Prilikom promjene volumena ždrijela mijenja se i ton. Ton je jači kad je volumen ždrijelne šupljine veći.

## 5. Upjevavanje

Upjevavanje u nastavi glazbene kulture znači razgibavanje i zagrijavanje vokalnog aparata. Vokalni aparat potrebno je dobro pripremiti prije svakog pjevanja kako ne bi došlo do nepotrebnih oštećenja glasa. Razlikujemo tri vrste upjevavanja, a to su fonomimičko upjevavanje, upjevavanje instrumentom i vizualno/grafičko upjevavanje (Kazić, 2013).

Fonomimičko i vizualno/grafičko upjevavanje izvode se na satovima solfeggia. Fonomimičko upjevavanje predstavlja upjevavanje pokretima ruku gdje svaki pokret odnosno položaj ruke označava određeni ton. Fonomimika je moguća jedino kod relativne solmizacije. U knjizi *Solfeggio: historija i praksa* (Kazić, 2013: 137) autor navodi dvije vrste fonomimika, a to su engleska ili Curwenova fonomimika te francuska ili Chev ova fonomimika.

Engleska ili Curwenova fonomimika je jednoglasna, ograničena na mali prostor, usmjerena samo na dur te dijatonska. Nedostatak kod ove fonomimike je to što su zbog ograničenosti na mali prostor pokreti nedovoljno jasni, a time se dovodi u pitanje točna i pravilna intonacija.



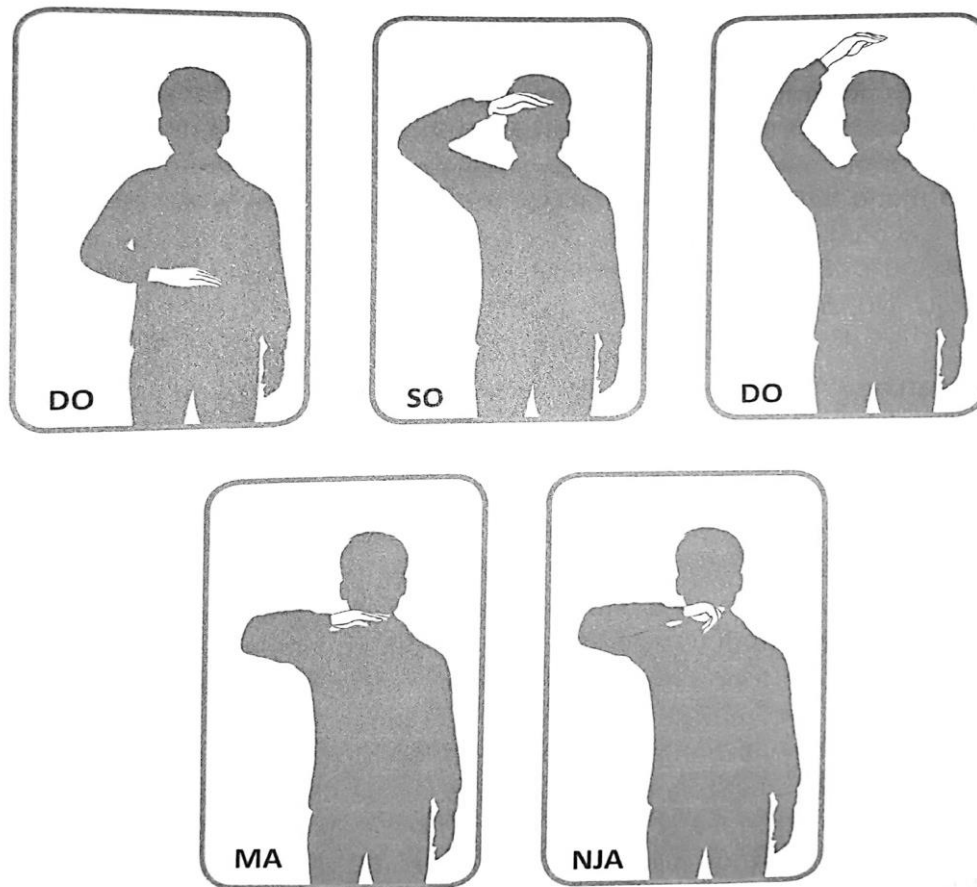
Slika 15<sup>54</sup> – Prikaz engleske ili Curwenove fonomimike

Francuska ili Chev  ova fonomimika omogućuje višeglasje. Ovu fonomimiku nadogradila je Elly Bašić<sup>55</sup> te omogućila kromatske pomake i modulacije. Pokreti u ovoj fonomimici nisu ograničeni na mali prostor nego na dužinu cijelog tijela.

<sup>54</sup> Slika je preuzeta iz Kazić, 2013: 132

<sup>55</sup> Hrvatska glazbena pedagoginja, etnomuzikologinja i metodi arka. Njezino najznačajnije postignuće je utemeljenje funkcionalne glazbene pedagogije. Preuzeto s <https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=6213> (3. 6. 2020.)

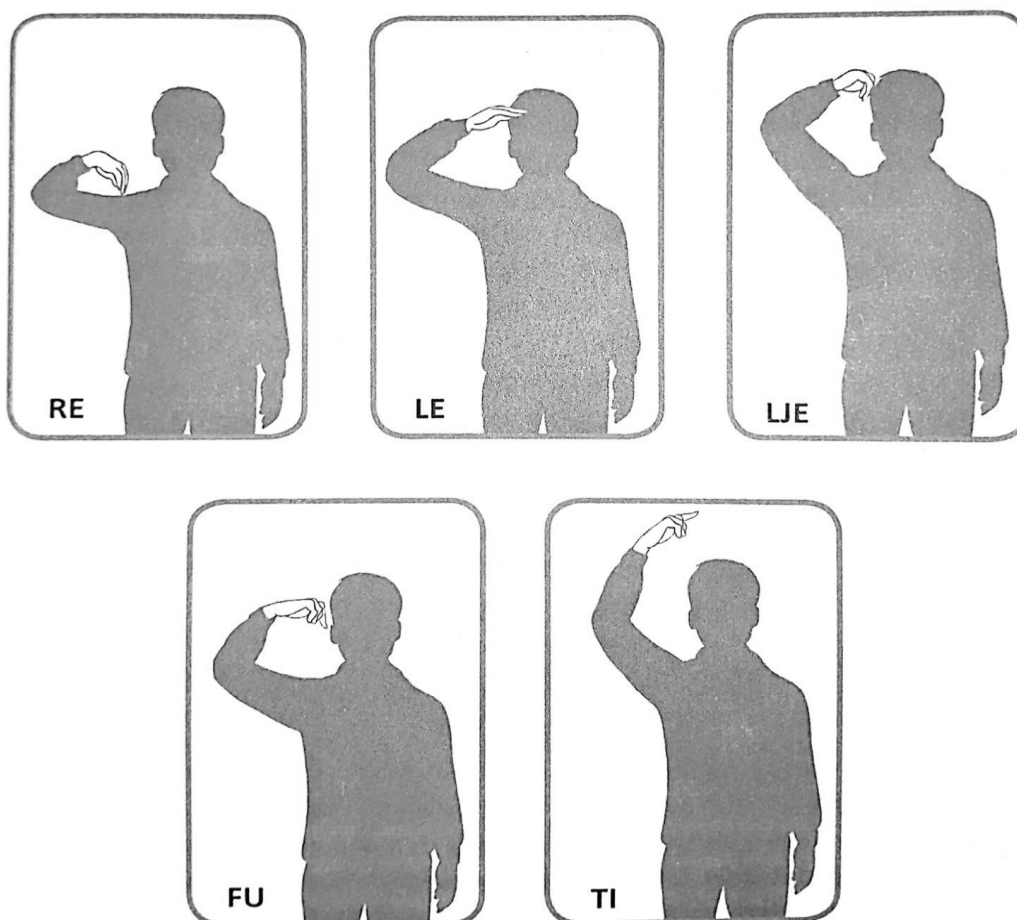




Slika 16<sup>56</sup> – Prikaz osnovnih fonomimičkih pokreta u Funkcionalnoj metodi Elly Bašić

U svojoj Funkcionalnoj metodi Elly Bašić je razradila pokrete ruku kojima se omogućava kretanje odnosno pjevanje i u duru i u molu, za razliku od engleske ili francuske fonomimike u kojima je omogućeno jedino kretanje u duru.

<sup>56</sup> Slika je preuzeta iz Kazić, 2013: 134

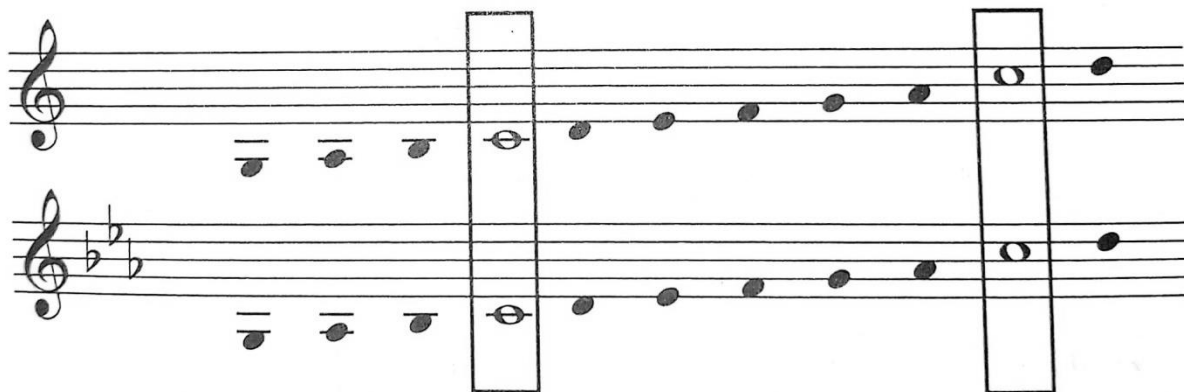


Slika 17<sup>57</sup> – Prikaz ostalih fonomimičkih pokreta u Funkcionalnoj metodi Elly Bašić

Vizualno/grafičko upjevanje je upjevanje preko modulatora<sup>58</sup>. Modulator može biti notni, slogovni i slovčani.

<sup>57</sup> Slika je preuzeta iz Kazić, 2013: 135

<sup>58</sup> Grafički prikaz



Slika 18<sup>59</sup> – Prikaz notnog modulatora za istoimene tonalitete

RE  
DO  
TI TE  
LE LJE  
SO  
FU  
MA NJA  
RE  
DO  
TI TE  
LE LJE  
SO

Slika 19<sup>60</sup> – Prikaz slogovnog modulatora za istoimene tonalitete

Kod slovčanog modulatora napisana su samo prva slova svakog sloga solmizacije.

Na nastavi glazbene kulture koristi se samo jedna od triju nabrojanih vrsta upjevanja, a to je upjevanje instrumentom. Kod takvog upjevanja najčešće se

<sup>59</sup> Slika je preuzeta iz Kazić, 2013: 151

<sup>60</sup> Slika je preuzeta iz Kazić, 2013: 151

koristi klavir, ali može se koristiti i bilo koji drugi harmonijski instrument, npr. harmonika ili gitara. Kod upjevavanja instrumentom na satovima glazbene kulture ili zbora koriste se različite vokalno-tehničke vježbe. Učenike je važno dobro pripremiti prije pjevanja da ne bi naškodili svojim glasovima. Nastavnik najprije treba učenicima reći kojim slogom će izvoditi vježbu te im potom tu istu vježbu demonstrirati sviranjem na instrumentu i pjevanjem. Nakon toga nastavnik će učenicima ponovno dati intonaciju i početni ton te će učenici zajedno s njim ponoviti i otpjevati zadanu vježbu. Nastavnik bi s učenicima trebao izvesti nekoliko vokalno-tehničkih vježbi prije samog pjevanja. Za nastavnika je važno da zna da nisu svi učenici intonacijski točni. Takvim učenicima nastavnik bi trebao posvetiti više pažnje kod upjevavanja kako bi oni s vremenom razvili pravilnu tehniku intoniranja.

### 5. 1. Vokalno-tehničke vježbe za upjevavanje



Slika 20 – Vježba broj 1

Ova vokalno-tehnička vježba izvodi se mumljanjem. Cilj ove vježbe je zagrijavanje, aktiviranje i osvještavanje vokalnog aparata te se upravo zato ova vježba često koristi kao prva vježba prilikom upjevavanja. Vježba je pogodna za polagano, smireno i opušteno izvođenje bez ikakvog pritiska na vokalni aparat. Korisna je za gornju rezonancu te doprinosi punoći i zvučnosti tona.



Slika 21 – Vježba broj 2

Ova vokalno-tehnička vježba izvodi se na jednom tonu. Prilikom izvođenja ove vježbe izmjenjuju se neutralni slogovi sa svim vokalima dok intonacija mora ostati točna odnosno ispravna. Ovom vježbom postiže se pravilno vođenje tona i izjednačavanje samoglasnika. Pogodna je za osviješteno korištenje/postizanje rezonance. Može se izvoditi i bez početnog suglasnika „m“.



Slika 22 – Vježba broj 3

Kod ove vokalno-tehničke vježbe treba paziti na to da drugi ton u vježbi ne bude previše nagao i izvan kontrole nego otpjevan istim intenzitetom kao i prvi ton te intonacijski točan. Ovom vježbom postiže se izjednačavanje i proširenje opsega glasa.



Slika 23 – Vježba broj 4

Cilj ove vokalno-tehničke vježbe je postići optimalno ozvučen fokus tona uz opuštenost vilice, a da ton pri tome ostane aktivan, a ne mlitav.



Slika 24 – Vježba broj 5

Cilj ove vježbe je postići jednak intenzitet tona od početka do kraja fraze. Važno je paziti da ton prema kraju fraze ne padne intenzitetom i intonacijski s obzirom da se melodija spušta. Suglasnik „v“ u ovoj vježbi doprinosi zvučnosti i zvonkosti.



Slika 25 – Vježba broj 6

Ova vokalno-tehnička vježba izvodi se staccato samoglasnicima a, e, i, o, u. Cilj ove vježbe je aktivacija dijafragme. Prilikom izvođenja ove vježbe treba paziti da se kod izgovora svakog samoglasnika ne čuje „h“ prije njega jer bi to značilo preveliku količinu nekontroliranog zraka prilikom fonacije, odnosno pjevane fraze.



Slika 26 – Vježba broj 7

Ova vježba je korisna za izvježbavanje srednje lage. Glas „n“ dobar je za konkretniji početni oslonac glasu. U kasnijoj fazi, kad glasovi uznapreduju, glas „n“ može se ispustiti, odnosno otpjevati samo jednom, na prvom tonu fraze.



Slika 27 – Vježba broj 8

Ova vokalno-tehnička vježba služi za izjednačavanje laga te za jasnu artikulaciju tijekom fonacije. Cilj ove vježbe je sve tonove otpjevati istom pozicijom glasa.



Slika 28 – Vježba broj 9

Ova vokalno-tehnička vježba izvodi se legato. Cilj vježbe je zadržavanje zvonkosti i rezonance kad se dođe do najvišeg tona te sprječavanje pada intonacije prilikom spuštanja do početnog tona. Korisna je za izvježbavanje aktivnog vođenja tona kroz frazu uz osviješteni rad dijafragme.





Slika 29 – Vježba broj 10

Ova vokalno-tehnička vježba izvodi se legato. Vježba služi za poboljšanje srednje lage. Uz navedeno, izvrsna je za postizanje i održavanje gipkosti i agilnosti glasa te je dobra priprema za skladbe koloraturnog karaktera.



Slika 30 – Vježba broj 11

Vježba se izvodi tako da se osminke pjevaju staccato, a šesnaestinke legato. Služi za izvježbavanje gipkosti i pokretljivosti glasa. Treba paziti da staccato ne bude izvođen „iz grla“ i da ne zvuči guturalno. Iako je kratak, staccato mora biti izveden mekanim zapjevom.



Slika 31 – Vježba broj 12

Cilj je ove vježbe postići optimalnu zvonkost glasa te se baš zbog toga upotrebljava suglasnik „nj“ prije samoglasnika „o“ kako bi se to što bolje i lakše postiglo. Suglasnik „nj“ pogoduje visokoj impostaciji glasa i gornjoj rezonanci.



Slika 32 – Vježba broj 13

Vježba se izvodi staccato. Korisna je za osvještavanje aktivnosti dijafragme. Prilikom izvođenja vježbe treba paziti da vokal „i“ ne bude otvoren, a to ćemo postići na način da usta budu u obliku okomite elipse. Staccato ne smije biti izveden „grleno“, već mekanim zapjevom.

## 6. Vokalno-tehnički aspekti u nastavi Glazbene kulture

Sva dosad navedena poglavlja objedinjuju vokalno-tehničke aspekte nastave Glazbene kulture. Iako to najčešće nije osviješteno, spomenuti aspekti važni su jednako u razvoju dječjih glasova kao i tijekom profesorskog korištenja vlastitog glasa. Profesorska zanimanja spadaju u zanimanja vokalnih profesionalaca te je poznavanje i ispravna primjena vokalno-tehničkih zakonitosti i pravila imperativ za uspješno i optimalno korištenje glasa – glavnog profesorskog „alata“ za rad. Mogli bismo reći da su, dakle, vokalno-tehnički aspekti u nastavi Glazbene kulture s jedne strane važan dio svakodnevice svakog profesora (jer je svaki profesor vokalni profesionalac), a s druge strane neophodan alat za optimalan i zdrav razvoj glasova učenika. Uz sve navedeno, vokalna tehnika je i put do lakšeg postizanja umjetničke razine u interpretaciji skladbi (pjesama i vokalnih primjera) koje se obrađuju i/ili izvode na nastavi.

Na nastavi Glazbene kulture svaki nastavnik odnosno glazbeni pedagog treba brinuti o vokalno-tehničkim aspektima. Jedan od njih je i ispravno držanje.

Učenici na nastavi Glazbene kulture uglavnom sjede za vrijeme pjevanja. Pravilno sjedenje podrazumijeva sjedenje malo odmaknuto od naslona stolca s petama na podu, a nogama postavljenim pod pravim kutom ili čak sa stopalima položenim malo naprijed u odnosu na pravi kut. Leđa i ramena moraju biti ravna i uspravna, ali ne ukočena, nego opuštena. Svaku nepravilnost kod držanja nastavnik treba ispraviti. Ako učenici za vrijeme pjevanja stoje također je vrlo bitno ispravljanje svake nepravilnosti. Ispravan položaj tijela doprinosi optimalnom iskorištavanju svih rezonantnih prostora.

Disanje se može izvježbavati različitim vježbama za disanje koje se mogu izvoditi prije ili tijekom upjevavanja. Prilikom izvođenja vježbi za disanje (i kod vokalno-tehničkih vježbi) potrebno je voditi računa i o pravilnom držanju. Vježbe disanja pomoći će učenicima naučiti kako pravilno koristiti i iskorištavati zrak. Ove vježbe, ali i sve ostale, kao npr. vokalno-tehničke vježbe za upjevavanje, trebaju biti primjerene dobi učenika. Prije provođenja svake vježbe nastavnik Glazbene kulture

treba dobro osmisliti i isprobati svaku vježbu. Vježbe disanja su vrlo važan segment prije pjevanja odnosno upjevavanja.

Za vrijeme upjevavanja potrebno je voditi računa o pravilnom i intonativno točnom pjevanju, a trebalo bi se pripaziti i na pravilno disanje te sjedenje. Za početak upjevavanja dobro je koristiti laganije vokalno-tehničke vježbe kako bi se vokalni aparat učenika postepeno pripremio za daljnje pjevanje. U vokalno-tehničke vježbe mogu se uključiti neke ritamske figure ili melodije koje će se kasnije pojaviti u pjesmi koja je namjenjena za obradu ili ponavljanje.

Što se tiče intonacije, nastavnici Glazbene kulture moraju biti svjesni da neće svaki učenik u početku biti intonativno točan što ne znači da nema sluha. Takav učenik još ne zna kako pravilno koristiti svoj glas niti kako povezati ono što čuje s onime što glasom reproducira. Stoga je vrlo bitno da nastavnik proces svladavanja intonacije provodi polagano, ali sigurno. Bitno je da se učenika koji ima problema s intonacijom ne forsira, već da se proces svladavanja intonacije provodi postepeno. U tome će nastavnicima Glazbene kulture svakako pomoći vokalno-tehničke vježbe.

## 7. Zaključak

Svaki nastavnik Glazbene kulture, odnosno glazbeni pedagog, trebao bi biti upoznat s osnovama vokalne tehnike. Važno je da nastavnici Glazbene kulture dobro poznaju vokalni aparat i njegove dijelove, te upotrebu koja uključuje pravilno korištenje svih respiratornih, fonacijskih i rezonantnih organa kako bi svoje znanje mogli adekvatno prenijeti na svoje učenike. Učenici će na taj način naučiti pravilno koristiti vokalni aparat te će izbjeći moguće krive vokalne navike koje mogu dovesti do poremećaja i oštećenja glasa. Nastavnicima će pri tom pomoći razne metode i tehnike koje mogu provesti kroz vježbe disanja i vokalno-tehničke vježbe za upjevanje.

Za vrijeme studija Glazbene pedagogije na Muzičkoj akademiji u Puli na nastavi Metodike nastave glazbe imala sam prilike naučiti (teorijski i kroz praksu) o metodama i najboljim načinima pristupa učenicima kod svladavanja određenog gradiva. Na nastavi Osnove vokalne tehnike i na izbornom kolegiju Solo pjevanje naučila sam sve o vokalnom aparatu i njegovom korištenju te kako to znanje prenijeti na učenike – jednako u praksi kao i u teoriji.

Možemo zaključiti koliko je zapravo važno poznavanje osnova vokalne tehnike te svih ostalih vokalno-tehničkih aspekata na nastavi Glazbene kulture kako bi se glasovi učenika od početka pravilno razvili, te ne oštetili.

## Popis literature

ĆATIĆ, I. (2012). Kompetencije i kompetencijski pristup obrazovanju. *Pedagogijska istraživanja*. 9 (1/2). 175-187.

KAZIĆ, S. (2013). *Solfeggio: historija i praksa*. Sarajevo: Muzička akademija, Institut za muzikologiju.

KOSTOVIĆ-VRANJEŠ, V. i LJUBETIĆ, M. (2008). „Kritične točke“ pedagoške kompetencije učitelja. *Život i škola: časopis za teoriju i praksu odgoja i obrazovanja*. LIV (20). 147-162.

POŽGAJ, J. (1988). *Metodika nastave glazbene kulture u osnovnoj školi*. Zagreb: Školska knjiga.

ROJKO, P. (2004). *Metodika glazbene nastave – praksa 1. dio*. Zagreb: Jakša Zlatar.

ROJKO, P. (2005). *Metodika glazbene nastave – praksa 2. dio: slušanje glazbe*. Zagreb: Jakša Zlatar.

ROJKO, P. (2012). *Metodika nastave glazbe: teorijsko-tematski aspekti*. Drugo izmijenjeno i dopunjeno izdanje – elektroničko. Osijek: Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera, Pedagoški fakultet.

ROJKO, P. (2012). *Psihološke osnove intonacije i ritma*. Drugo, prerađeno, elektroničko izdanje. Zagreb: Muzička akademija Zagreb.

ROJKO, P. (2009). Značenje glazbenoga obrazovanja na pozadini različitih nacionalnih povijesti. *Tonovi*. 24 (1). 57-64.

STANIČIĆ, S. (2005). Uloga i kompetencije školskih pedagoga. *Pedagogijska istraživanja*. 2 (1). 35-46.

VIDULIN-ORBANIĆ, S. i TERZIĆ, V. (2012). Polazište i pristup pjevanju u općeobrazovnoj školi. *Metodički ogledi: časopis za filozofiju odgoja*. 18 (2/ožujak). 137-156.

VIDULIN, S. i CINGULA, S. (2016). Kompetencije učitelja za razvoj pjevačkog umijeća učenika u osnovnoj školi: metodički i vokalno-tehnički aspekti. *Muzika*. 20 (2). 42-67.

VITKAI KUČERA, A. i LATINOVIĆ, S. (2014). *Moć glasa*. Novi Sad: Univerzitet u Novom Sadu, Akademija umetnosti Novi Sad.

### **Internetski izvori:**

<https://www.xn--rjenik-k2a.com/kompetencija> (19. 5. 2020.)

<https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=3834> (5. 6. 2020.)

<https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=49168> (5. 6. 2020.)

<https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=54951> (5. 7. 2020.)

<https://proleksis.lzmk.hr/45190/> (5. 7. 2020.)

<https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?ID=38813> (30. 5. 2020.)

<https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=17879> (30. 5. 2020.)

<https://proleksis.lzmk.hr/24837/> (30. 5. 2020.)

<https://www.enciklopedija.hr/Natuknica.aspx?ID=33119> (5. 7. 2020.)

<https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=53500> (31. 5. 2020.)

<https://proleksis.lzmk.hr/150/> (11. 3. 2020.)

<https://proleksis.lzmk.hr/41490/> (3. 6. 2020.)

<https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=33924> (12. 6. 2020.)

[https://en.wikipedia.org/wiki/Fritz\\_J%C3%B6de](https://en.wikipedia.org/wiki/Fritz_J%C3%B6de) (11. 6. 2020.)

[https://de.wikipedia.org/wiki/Leo\\_Kestenberg](https://de.wikipedia.org/wiki/Leo_Kestenberg) (12. 6. 2020.)

<https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=50181> (28. 3. 2020.)

<https://proleksis.lzmk.hr/20459/> (3. 6. 2020.)

<https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=18999> (3. 6. 2020.)

<https://www.znanje.org/i/i2012/12iv01/12IV0106/10.htm> (11. 3. 2020.)

<https://visoka-nota.com/2020/01/26/vokalna-tehnika/> (11. 3. 2020.)

<https://obljetnica.hrt.hr/leksikon/i/impostacija-glasa/> (11. 3. 2020.)

<https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=4062> (5. 6. 2020.)

<http://www.osam.rs/naucno-citaj-zapadno-objasnjenje-vaznosti-disanja/> (1. 2. 2020.)

<https://bs.m.wikipedia.org/wiki/Disanje> (11. 4. 2020.)

<https://hr.m.wikipedia.org/wiki/Plu%C4%87a> (13. 4. 2020.)

<https://hr.m.wikipedia.org/wiki/Plu%C4%87a> (31. 1. 2020.)

<http://onlinerjecnik.com/rjecnik/strane-rijeci> (3. 2. 2020.)

<https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?ID=16721> (31. 1. 2020.)

<http://onlinerjecnik.com/rjecnik/strane-rijeci> (3. 2. 2020.)

<https://www.fizibo.hr/2018/01/06/dijafragma/> (1. 2. 2020.)

<https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=50832> (1. 2. 2020.)

<https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=52125> (10. 2. 2020.)

<http://struna.ihj.hr/naziv/fonacija/13104/> (11. 4. 2020.)

<https://sr.m.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D1%80%D0%BA%D1%99%D0%B0%D0%BD> (3. 2. 2020.)

<http://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?ID=22368> (1. 2. 2020.)

<http://onlinerjecnik.com/rjecnik/strane-rijeci> (3. 2. 2020.)

[https://hr.wikipedia.org/wiki/Adamova\\_jabu%C4%8Dica](https://hr.wikipedia.org/wiki/Adamova_jabu%C4%8Dica) (23. 6. 2020.)



<https://hr.taylrrenee.com/zdorove/121751-gortan-hryaschi-gortani-samy-krupnyy-hryasch-gortani.html> (18. 5. 2020.)

<https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?ID=52667> (15. 4. 2020.)

<https://hr.m.wikipedia.org/wiki/Pjevanje> (15. 4. 2020.)

<https://www.slideserve.com/jolie-williams/stvaranje-i-podjela-glasova> (3. 2. 2020.)

<https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=6213> (3. 6. 2020.)

## Sažetak

Vokalna tehnika podrazumijeva sposobnost upravljanja svim dijelovima vokalnog aparata. Vokalni aparat se sastoji od mišića te od fonacijskih, respiratornih i rezonantnih organa.

Na nastavi Glazbene kulture učenici će naučiti pravilno sjediti, kroz vježbe disanja i vokalno-tehničke vježbe naučit će pravilno disati i svladati intonaciju. Sve to spada pod vokalno-tehničke aspekte u nastavi Glazbene kulture.

Nastavnik Glazbene kulture svoja znanja o vokalnoj tehnici prenosi na učenike na nastavi Glazbene kulture, a stječe ih tijekom studija te samostalno učeći. Pritom su vokalno-tehničke vježbe za upjevavanje te vježbe disanja vrlo korisne. Učenici će putem takvih vježbi razgibati i zagrijati svoj vokalni aparat i ponešto naučiti.

Vrlo je važno dobro poznavanje vokalnog aparata i njegove upotrebe kako ne bi došlo do mogućih oštećenja ili poremećaja glasa.

**Ključne riječi:** vokalna tehnika, vokalni aparat, nastavnik, Glazbena kultura

## Summary

Vocal technique implies the ability to control all parts of the vocal mechanism. Vocal mechanism consists of muscles and phonation, respiratory and resonant organs.

On Music education students will learn to sit properly, through breathing exercises and vocal-technical exercises they will learn to breath properly and master intonation. These are all vocal-technical aspects on Music education.

A teacher of Music education transfers his knowledge of vocal technique to students in Music education classes, and acquires them during his studies and independently learning. Vocal-technical exercises for singing and breathing exercises are very useful. Through such exercises, students will warm up their vocal mechanism and also learn something.

Good knowledge of vocal mechanism and its use is very important in order to avoid possible damages or disorders of the voice.

**Key words:** vocal technique, vocal mechanism, teacher, Music education