

## **Bibliografický záznam**

SCHAFFARTZIK, MARKÉTA. Hlasová hygiena a prevence hlasových poruch u pedagogů. *Teoretické reflexe hudební výchovy* [on-line]. Brno: Masarykova univerzita, 2019, roč. 15, č. 2, s. 1–7. ISSN 1803-1331. Dostupné z:

[http://www.ped.muni.cz/wmus/studium/doktor/teoreticke\\_reflexe\\_hv\\_15\\_2/schaffartzik.pdf](http://www.ped.muni.cz/wmus/studium/doktor/teoreticke_reflexe_hv_15_2/schaffartzik.pdf)

## **Anotace**

Príspevek s titulom „Hlasová hygiena a prevencia hlasových poruch u pedagogů“ se opírá o odbornou praxi na klinice Otorinolaryngologie a chirurgie hlavy a krku ve Fakultní nemocnici v Ostravě. Zkušenost s reedukací hlasových poruch u pedagogů vede k zamyšlení nad celistvým edukačním systémem pedagogického oboru. Článek nabízí možnosti, jak správně zacházet se svým pracovním nástrojem, tedy hlasem. Je zde zahrnuta jak hlasová hygiena, tak preventivní hlasová cvičení.

## **Annotation**

The paper entitled *Voice Hygiene and Prevention of Vocal Disorders in Teachers* is based on professional practice at the Department of Otorhinolaryngology at the University Hospital in Ostrava. Experience with reeducation of vocal disorders in teachers leads to reflection on the whole educational system of pedagogical field. The article offers possibilities on how to properly handle one's work tool, ie voice. Both voice hygiene and preventive vocal exercises are included.

**Klíčová slova:** hlasová hygiena, hlasové poruchy, psychosomatika, otorinolaryngologie, foniatrie, rezonance, EER, Jacobsonova metoda, Střelnikova metoda, Lax Vox, Pahnova metoda, SOVTE.

**Keywords:** voice hygiene, vocal disorders, psychosomatic medicine, otorhinolaryngology, phoniatics, resonance, EER, Jacobson's therapy, Strelnik therapy, Lax Vox, Pahn therapy, SOVTE.

*MgA. Lic. Markéta Schaffartzik, DiS. je doktorandkou na Katedře hudební výchovy Pedagogické fakulty Ostravské univerzity v Ostravě v oboru Hudební teorie a pedagogika.*