

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI

FAKULTA PEDAGOGICKÁ
CENTRUM TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU

**VYUŽITÍ PRVKŮ SHOW DANCE V TANEČNÍ
PRŮPRAVĚ DĚTÍ PŘEDŠKOLNÍHO VĚKU –
WEBOVÉ STRÁNKY**

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Natálie Přádová

Učitelství pro mateřské školy

Vedoucí práce: Mgr. Gabriela Kavalířová, Ph.D.

Plzeň, 2023

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury a zdrojů informací.

V Plzni dne

.....
vlastnoruční podpis

PODĚKOVÁNÍ:

Tímto bych chtěla poděkovat vedoucí mé bakalářské práce Mgr. Gabriele Kavalířové, Ph.D. za vstřícné a odborné vedení, za čas, který mi věnovala a za veškeré rady a připomínky. Mé díky patří také všem zúčastněným dětem na tanečním kroužku, bez kterých by tato bakalářská práce nemohla vzniknout, a celému kolektivu MŠ Počaply za umožnění realizace tanečního kroužku.

OBSAH

SEZNAM ZKRATEK	2
ÚVOD	3
1 CÍL A ÚKOLY PRÁCE	4
1.1 CÍL PRÁCE	4
1.2 ÚKOLY PRÁCE	4
2 PŘEDŠKOLNÍ VĚK.....	5
2.1 VÝVOJ KOGNITIVNÍCH PROCESŮ	6
2.2 VÝVOJ PAMĚTI.....	7
2.3 EMOČNÍ VÝVOJ.....	7
3 POHYB U DĚTÍ V PŘEDŠKOLNÍM VĚKU	8
4 TANEC	10
4.1 TANEC V PŘEDŠKOLNÍM VĚKU	11
5 CHARAKTERISTIKA SHOW DANCE	13
5.1 SHOW DANCE V PRAXI	14
6 METODIKA	17
7 PRAKTICKÁ ČÁST	19
7.1 RUŠNÁ ČÁST	19
7.2 PRŮPRAVNÁ ČÁST	19
7.3 HLAVNÍ ČÁST	20
7.3.1 NÁCVIK PRVKŮ	20
7.3.2 TANEČNÍ HRY.....	23
7.3.3 JEDNODUCHÉ CHOREOGRAFIE.....	25
7.4 RELAXACE.....	26
8 TECHNICKÝ SCÉNÁŘ K VIDEÍM.....	27
9 DISKUSE	29
10 ZÁVĚR.....	31
RESUMÉ	32
SUMMARY.....	33
SEZNAM LITERATURY	34
SEZNAM OBRÁZKŮ	36
PŘÍLOHY PŘÍLOHA Č. 1.....	I
PŘÍLOHA Č. 2	II

SEZNAM ZKRATEK

DVK – Dětská věková kategorie

JVK – Juniorská věková kategorie

HVK – Hlavní věková kategorie

CDO – Czech dance organization (Česká taneční organizace)

IDO – International dance organization (Světová taneční organizace)

MŠ – mateřská škola

Úvod

Pro svoji bakalářskou práci jsem si zvolila téma „Využití prvků showdance v taneční přípravě dětí předškolního věku – webové stránky“, a to z níže uvedených důvodů.

Jelikož žijeme v době, která jde neustále dopředu, máme kolem sebe samé moderní technologie, telefony, tablety, počítače a jiná elektronická zařízení, která jsou v určitých případech velkým přínosem, ale zároveň v některých případech nám i našemu zdraví velmi škodí. Během souvislých praxí v rámci studia na vysoké škole, nebo při výpomoci v mateřské škole, jsem si všimla, že spousta dětí, co se týče hrubé motoriky a celkového motorického vývoje, velmi zaostává a že děti nemají k pohybu takový vztah, jako by, dle mého názoru, měly mít. Není to pravidlem, ale čím více se s dětmi setkávám, tím více jsem nemile překvapena. Tato problematika se netýká pouze využíváním moderních technologií, ale také aktuálním životním stylem rodičů, kteří nemají na své děti tolik času, kolik by dítě potřebovalo. Někteří budují kariéru, jiní jsou naopak pohodlní a nechtějí obětovat svůj volný čas pro hodiny strávené na soutěžích, turnajích či jiných sportovních akcích svého dítěte.

Proto si myslím, že je důležité do výuky v mateřské škole, ale i v dalších stupních vzdělávání, zařazovat ve větší míře různorodé a pestré pohybové aktivity.

Z výše uvedených důvodů jsem se rozhodla zabývat touto problematikou. Showdance a tanci jsem se věnovala od svých 4 let a pravidelně jsem se účastnila nejvyšších soutěží ve formacích showdance. Mám jisté zkušenosti, které bych velmi ráda předala dalším učitelům, ale také i rodičům a dalším, kteří by chtěli zařadit do své výuky, či volného času trochu tance.

Pro spoustu tanečnicků, i pro mě, je tanec relaxací a zároveň možností, kde mohou díky tanci a hudbě vyjádřit své emoce trochu jinak. Pohyb celkově je velmi důležitý jak pro fyzické, tak i psychické zdraví. Jelikož děti v mateřské škole teprve své emoce poznávají a učí se s nimi pracovat, myslím si, že i tato forma – tanec, jim může být nápomocná k tomu si odpočinout, vyjádřit své emoce, ale zároveň udělat něco pro své tělo a zdraví. Každá sestava, hra i rozcvička je motivována tak, aby děti bavila a mohly zároveň zpracovat a vyjádřit emoce z celého dne v mateřské škole.

1 CÍL A ÚKOLY PRÁCE

1.1 CÍL PRÁCE

Cílem mé bakalářské práce je vytvořit webové stránky, které budou obsahovat soubor videí s ukázkami a metodickými návody, jak využít prvky showdance v pohybové výchově předškolních dětí.

1.2 ÚKOLY PRÁCE

- Charakteristika předškolního věku a tance
- Výběr vhodných tanečních sestav a prvků showdance pro děti v mateřské škole
- Realizace tanečních sestav a prvků showdance ve vybrané mateřské škole – vedení hodin tanečního kroužku v Mateřské škole Králův Dvůr – Počaply
- Pořízení videozáznamu a fotodokumentace jednotlivých činností v hodinách tanečního kroužku
- Podrobný popis jednotlivých činností
- Tvorba a spuštění webových stránek

2 PŘEDŠKOLNÍ VĚK

Předškolní období je vnímáno jako období od 3 do 6 let věku dítěte. Můžeme ho chápat i jako „věk mateřské školy“, ale nelze ho vnímat jen z tohoto pohledu, jelikož významným základem pro vývoj dítěte je stále rodina, na níž mateřská škola dále staví (Langmeier a Krejčířová, 2006).

Převážná část ve vývojové psychologii bere toto období jako období od 3–6 let, tedy období končící nástupem do školy. Z toho vyplývá, že předškolní období není ukončeno věkem, ale nástupem do školy.

Toto období je jedno z nejzajímavějších období každého z nás. Jedná se o dobu, kdy převažuje hra, která je nejvýznamnějším prostředkem k učení právě v této době. Převažuje velký zájem o okolní jevy a věčná fyzická i duševní aktivita (Šulová, 2010).

Charakteristické pro děti v tomto období je, že jsou živé, zvědavé, komunikativní, věnují se pohybovým aktivitám a horlivě se snaží získávat informace od dospělých. Dospělými se právě velmi často inspirují, napodobují je a chtějí se zapojovat do každodenního dění v rodině. Činnost předškolního dítěte má již vytyčený cíl, kterého se snaží dosáhnout. Hlavní činností je právě hra, která je fantazijní a symbolická. Dítě při hře snadno mění význam předmětu podle toho, co ke hře potřebuje a dosahuje k lepší systematičnosti i vytrvalosti.

Dle Thorové (2015) chápe již dítě existenci vlastní osoby a okolí a umí lépe zvládat frustraci. Zvládá být samostatné, oblékat si základní oblečení, jíst a zvládat základní hygienické návyky. Projevuje zájem o vrstevníky a účastní se kooperativních i kolektivních aktivit.

U předškolních dětí se postupně tvoří tzv. prosociální vlastnosti, kterými jsou soucit, souhra, spolupráce a například i první přátelské vztahy (Matějček, 2005).

2.1 VÝVOJ KOGNITIVNÍCH PROCESŮ

Poznávání je v tomto období především zaměřeno na to, co je dětem v tu dobu nejbližší, a dále i na to uvědomit si, jak fungují pravidla ve společnosti. To, jakým způsobem dítě přemýšlí, je ještě nepřesné. Neřeší zákony logiky a je velmi omezené. Uvažování se ukazuje určitým výběrem informací a speciálním způsobem jejich zpracování. Charakteristické znaky uvažování předškolního dítěte lze shrnout do pár bodů:

1. Jak se dítě dívá na svět, jakým způsobem a které informace si volí:

- Centrace – Jedná se o sklon lpění pouze na jedné informaci, většinou díky zřetelnému znaku, který působí jako nepřehlédnutelný a důležitý. Tudíž se nezajímá o další podstatné znaky, které mohou být mnohem důležitější než právě zřetelný znak.
- Fenomenismus – Je důraz na jistou, patrnou podobu světa. Pro dítě je klíčové to, jak mu daná situace připadá. Svět je zcela takový, jak ho vidí a jak vypadá a vše přikládá viditelným znakům.
- Prezentismus – Souvisí s fenomenismem, jedná se o dlouhodobou vázanost na přítomnost a na nynější podobu světa. Vnímaný objekt nyní je subjektivní jistotou, tedy je to tak, protože to dítě takto vidí a neustále se o tom přesvědčuje.

2. Jak tyto informace zpracovává:

- Magičnost – Jedná se o pomoc při ztvárnění dění v reálném světě fantazií a jeho zkreslení. Předškolní děti ještě příliš nevidí rozdíl mezi fantazií a realitou.
- Antropomorfismus – Jde o přisuzování lidských vlastností neživým předmětům. Díky tomu děti lépe rozumí světu. V předškolním věku sice již dokáží rozlišovat živé a neživé, ale jsou schopny na tyto podstatné věci nedbat a čekají, že neživé objekty budou mít vlastnosti těch živých.
- Arteficialismus – je způsob vysvětlení, jak vznikl svět a vše kolem nás. Například někdo dal na oblohu měsíc a hvězdy, někdo stvořil svět apod.

- Absolutismus – Jedná se o mínění, že vše, co poznám, má definitivní a jasnou platnost. Tento projev je typickým projevem potřeby jistoty (Vágnerová, 2012).

2.2 VÝVOJ PAMĚTI

Paměť předškolního dítěte je obrazná, emoční a živelná. Nejvíce si dítě zapamatuje to, co je mu blízké, ať už se jedná o kladné emoční pocity, zápal pro nějakou aktivitu, nebo i co se týče negativních emočních zážitků.

Zpočátku je paměť dítěte velmi neúmyslná, pamatuje si věci živě, bez jakéhokoliv úmyslu a úsilí si něco pamatovat. Ale přitom dokáže si zapamatovat několik veršů z básně, dějovou posloupnost pohádek, a to občas tak přesně, že je pro něj důležité doslovné napodobení. Kolem druhé poloviny v předškolním období si již dítě pamatuje úmyslně, dokáže si zapamatovat určité věci, které se ho již emočně netýkají.

V tomto období si děti z velké části vybavují věci dle barvy, tvaru, zvuku a podobně. Spousta metodických učebnic považuje hru jako základní stavební jednotku pro učení a využívá smysly – obrázky, hudbu a rytmus (Wedlichová, 2018).

2.3 EMOČNÍ VÝVOJ

Co se týká emočního vývoje, tak už dítě lépe zvládá ovládat svou frustraci, ale i tak děti v předškolním věku velmi často pláčou kvůli drobnostem či kvůli nějakému svému malému selhání. Děti také velmi často podléhají úzkostem a strachům, na čemž se podílí magické myšlení, díky kterému si dítě představuje, že svět kolem něj ovládá různé nadpřirozeno. V období předškolního věku se již rozvíjí sebereflexivní emoce, jako je hrdost, pocit viny a podobně (Thorová, 2015).

Ovládání některých emocí je stále omezené a slabší, ale už se je učí a snaží trochu ovládat. Velmi typické emoce pro děti v tomto období jsou tvrdohlavost, negativismus, časté změny nálad, radost z maličkosti, anebo například i stud. Emoce jsou také nedílnou součástí tance, kdy ho neodmyslitelně doplňují.

3 POHYB U DĚTÍ V PŘEDŠKOLNÍM VĚKU

V předškolním období je pro dítě samozřejmostí, že již zvládá jezdit na tříkolce, běhat, skákat, lézt po žebřinách, házet míč a kopat do něj. V tomto věku se zlepšuje rovnováha, se kterou souvisí i jízda na kole. Některé děti již zvládají plavat, lyžovat, či absolvují své první taneční lekce nebo i první hodiny krasobruslení. Ne všechny předškolní děti zvládnou všechny tyto sportovní aktivity, protože tyto dovednosti mají děti zvládat až v mladším školním věku (Matějček, 2005).

Součástí dětského života není pouze hra, ale také právě pohyb. Díky pohybu získáváme mnoho zkušeností a dovedností, které jsou pro nás podstatné do života. Proto má pohyb i své místo v rámcovém vzdělávacím programu pro předškolní vzdělávání (Dvořáková, 2006).

Dle Bednářové (2015) se děti v předškolním období díky pohybu zapojují do společných aktivit s dalšími dětmi. Pohyblivost a přesnost pohybů ovlivňuje rychlost při běhání, skákání, šplhání i hrách s míčem. Eventuální snížená pohyblivost může vést k preferenci činnosti.

Je důležité rozvíjet nejprve hrubou motoriku, aby se mohla dále rozvíjet jemná motorika a poté grafomotorika, jelikož pohyby při psaní vycházejí z velkých kloubů (Bednářová, 2015). Hrubá motorika zařazuje pohyby celého těla. Hrubou motoriku zlepšujeme pomocí tělesných cvičení například chůzí, během, při různých hrách a podobně.

Hrubé motorice a celkově pohybu se věnuje i oblast v Rámcovém vzdělávacím programu pro předškolní vzdělávání s názvem Dítě a jeho tělo. Rámcový vzdělávací program je stěžejní dokument pro celé předškolní vzdělávání. Nalezneme v něm pravidla a podmínky pro vzdělávání předškolních dětí, určité oblasti, na které se ve vzdělávání dětí zaměřit. Ať už je to právě oblast Dítě a jeho tělo, nebo Dítě a jeho psychika, Dítě a ten druhý, Dítě a společnost a v neposlední řadě Dítě a svět. Dále jsou zde také například podmínky pro tvorbu školního vzdělávacího programu, díky kterým si každá mateřská škola dokáže vytvořit svůj školní vzdělávací program. Jedním ze záměrů této oblasti je zlepšit tělesnou a pohybovou zdatnost dítěte a pomáhat dítěti v dalším rozvoji pohybových dovedností.

Součástí oblasti Dítě a jeho tělo jsou také dílčí vzdělávací cíle, které se věnují tomu, co jako učitel u dítěte podporuji. Jedná se o to, aby si dítě uvědomilo vlastní tělo, rozvíjelo své pohybové schopnosti a dovednosti v oblasti hrubé i jemné motoriky.

Důležitá je například koordinace pohybu, správný rozsah pohybu nebo správné dýchání. Také je třeba rozvíjet tělesné funkce a tělesnou zdatnosti.

Stejně tak je součástí vzdělávací nabídka a tedy to, co jako učitel dětem nabízím. Ať už jde o lokomoční (chůze, běh, lezení) či nelokomoční pohybové dovednosti (změny poloh a pohyb na místě). V neposlední řadě se zařazuje gymnastika, míčové hry anebo různá dechová či relaxační cvičení. Patří sem i hudební a hudebně pohybové hry včetně tance.

Poslední částí jsou očekávané výstupy, tedy to, co dítě zpravidla na konci předškolního období dokáže. Předškolní dítě dokáže zachovávat správné držení těla, zvládat základní pohybové dovednosti, orientovat se v prostoru, koordinovat své pohyby a sladit pohyb s rytmem a hudbou. Zvládne napodobovat pohyb a přizpůsobit jej pokynu (RVP PV, 2021).

4 TANEC

Tanec, jakožto umění, patří do naší kultury již od nepaměti. Jedná se o pohybový projev člověka, který se rytmicky člení, je v určitém čase a za doprovodu hudby. Jeden tanečník či skupina tanečníků pomocí tance vyjadřuje své emoce a temperament. Tanečníci pomocí pohybů komunikují mezi sebou i s prostředím kolem nich (Adamcová a Šeráková, 2014). Kubecová a Brettschneiderová (2018, s. 11) uvádí, že: „*Tanec je vyjadřovací prostředek, jakýsi jazyk, který si postupně vytvořil své zákonitosti a jeho gramatikou jsou taneční techniky.*“

Základem pro tanec je pohyb, pohybová technika, která zprostředkovává pohybové ztělesnění představ, nálady, emocí, atmosféry a dalších jiných podnětů. Pro správné zvládnutí techniky, která je účelná pro tvorbu tance, je důležitá motivace. Motivace je nedílnou součástí úspěchu, tréninků a účelem pedagogického úspěchu (Rellichová, 2015).

Motivace by měla být vnitřní, tedy taková, která vychází přímo z dětí. Je podstatné s dětmi mluvit o účelech jednotlivých částí tréninků, i když nemusejí být zrovna nejpříjemnější a nejzábavnější. Z vlastní zkušenosti při trénování vím, že dětem musím prvních pár lekcí vysvětlovat, proč je protahovací část důležitou součástí tance, a postupem času se na ní začnou i těšit. Nezbytnou součástí úspěchu v tomto směru je i zábavná forma, aby tanec děti bavil a nadchl.

Dle Kubecové a Brettschneiderové (2018) je motivace také nástrojem usměrňováním a udržováním chování a dává jakousi pomocnou ruku k tomu, pustit se do tance s větší nadšeností a radostí. Motivace může být vnitřní (viz výše) nebo vnější, kterou provádí pedagog či lektor. Dále je to motivace cyklická (pravidelné lekce) a necyklická (vycházíme ze vzniklé situace – změním program lekce) anebo se dá rozdělit na pozitivní motivace (chci a dělám to dobrovolně) či negativní (musím, tlačí mě do toho).

Neodmyslitelnou součástí tance je také jeho historie a jeho komplexnost ve vzdělávání. Tanec má spoustu druhů a členění. Ať už se jedná o klasický balet, moderní tanec, lidový tanec anebo typické společenské tance, které mají svou tradici již po mnoha let. Do nových tanečních směrů řadíme disco dance, street dance, break dance nebo právě show dance, neboli art show (Kubecová a Brettschneiderová, 2018).

Adamcová a Šeráková (2014) dělí tanec do těchto kategorií:

- 1) Společenské tance – standartní (waltz, tango, valčík a další)

latinskoamerické (samba, chacha, rumba a další)

- 2) Dle počtu tanečníků – sólo (balet, step, hiphop a jiné tance)
 - párové (viz společenské tance, mazurka, lidové tance)
 - skupinové (více než 2 tanečníci – country, kankán a další)
- 3) Dle zeměpisné šířky – indiánské, romské, irské, afro-tance a další
- 4) Dle doby, kde se styl tančil – barokní, moderní, gotické a další

Každá taneční lekce je rozdělena do několika částí. Jedná se o:

- a) Rušnou část, kde je cílem zahřátí organismu a jeho příprava na další aktivitu.
- b) Průpravná část, kde provádíme protahovací, uvolňovací a zároveň i posilovací cviky.
- c) Hlavní část, ve které se zaměříme na jednu určitou věc, která je pro nás v této lekci cílem – nové taneční pohyby, kroky, nová taneční sestava, zdokonalování se v pohybech a podobně.
- d) Volná část, kdy necháváme prostor pro zábavné taneční hry, rozvoj fantazie dětí, vnímání vlastního těla, vyjádření emocí apod.
- e) Závěrečná část, zde probíhá zklidnění organismu pomocí relaxačních cvičení, protahovacích cviků a evaluace proběhlé lekce.

4.1 TANEC V PŘEDŠKOLNÍM VĚKU

Děti předškolního věku vedeme všeobecně k tanci, kdy účelem je, aby si děti upevnily a vytvořily představu o hudební, pohybové a taneční přípravě, která slouží jako rozvoj estetického vnímání hudby a rozvoj pohybového aparátu. Díky tanečním aktivitám se děti učí vnímání rytmu, upevňují si správná taneční držení těla, poznávají své tělo, a především i samy sebe a své hranice. Tanec se také týká rozvoje předmatematických dovedností, kdy rozvíjíme paměť, orientaci v prostoru a představivost. Celkově tanec i zpěv, který neodmyslitelně patří k tanci, stmelují dětská společenství a jsou na denním pořádku každého dne v mateřské škole (Kubecová a Brettschneiderová, 2018).

V předškolním období mají nezastupitelné místo i písničky, říkadla, básničky propojené s pohybem a různé pohybové hry, které napomáhají k rozvoji rytmického citění či pohybových schopností. Z počátku volíme jednoduché rytmizace, které doprovázíme tleskáním, dupáním či hrou na tělo (Rellichová, 2015).

Stinson (1988) uvádí, že tanec má několik možných podob, ale ne všechny jsou vhodné pro děti. Mezi druhy tance, které jsou vhodné právě pro období předškolního věku, se řadí kreativní tanec. Je to umělecká forma, kterou vyjadřujeme pohyb přirozeně a lépe než určitými přesně naučenými prvky, jako má např. balet či step. Cílem tanečních hodin v předškolním vzdělávání není napodobování lektora, ale zkoumat tanec uvnitř každého dítěte. Tanec v předškolním období je zaměřen především na prožitek. Hlavním obsahem tance je primárně vycházet z konceptů, které se zabývají pohybem těla, prostorem, časem, energií a vztahy.

5 CHARAKTERISTIKA SHOW DANCE

Show dance neboli art show je taneční styl, ve kterém tanečníci předvádějí artové (umělecké) techniky. Do artových technik patří contemporary dance (současný tanec), jazz a balet, kdy tyto techniky mohou být pouze v čisté formě či jako kombinace dvou a více technik. Zároveň je možné zahrnout do choreografie i teatrální pohybové vyjádření či jiné taneční techniky, které ale nesmí být dominantní. Veškerá show vystoupení musí být založena na myšlence jakéhosi příběhu či tématu, které musí být ztvárněno pohybem, který dopomůže divákovi si příběh představit a pochopit.

Počet tanečníků se v této kategorii pohybuje od 8 až do 24. Existují výkonnostní skupiny, které dělíme na Extraliga či 2. liga. Celkové vystoupení smí trvat minimálně 2 minuty a maximálně 4 minuty.

Téma, hudba a taneční pohyby ve vytvořené choreografii musí souviset s věkovou kategorií. Věkové kategorie pro tento styl jsou Děti neboli dětská věková kategorie (dále jen „DVK“), Junioři, juniorská věková kategorie (dále jen „JVK“) a Dospělí, hlavní věková kategorie (dále jen „HVK“). Do DVK patří tanečníci, kteří v roce konání soutěžních kol dovrší maximálně 12 let, je však ale možné zařadit i tanečníky o 1 rok starší, než je určená hranice, ale může jich být maximálně 5 a nesmí tvořit více jak 50 % z celkového počtu tanečníků ve skupině. V JVK jsou tanečníci, kteří v kalendářním roce soutěže dovrší minimálně 13 let a maximálně 16 let. I zde je možností zařadit tanečníky o 1 rok starší či maximálně o 4 roky mladší. Tanečníků o 1 rok starších smí být pouze 5 a nesmí tvořit více jak 50 % z celkového počtu tanečníků ve skupině. U hlavní věkové kategorie (HVK) se jedná o tanečníky kteří v daném roce dovrší minimálně 17 let, zařadit je možné tanečníky, kteří jsou maximálně o 4 roky mladší (citace).

Veškeré show choreografie jsou hodnoceny dle kritérií – technika, choreografie a image, kdy kromě těchto kritérií se hodnotí i právě Show hodnota. Hodnota show vypovídá o tom, jak je choreografie s příběhem pro diváky zajímavá, poutavá, jestli diváky bavilo a jaká je to tzv. podívaná. Tomuto hodnocení se říká 4D hodnocení. Zároveň také show hodnota posuzuje originální nápad a propojení aspektů týkajících se myšlenky, hudby, tance, choreografie, kostýmů a rekvizit během tanečního vystoupení.

U contemporary tance se jedná o používání modern dance technik, které byly vytvořeny hlavně ve 20. století. Inspiraci lze najít u známých tanečních mistrů a pedagogů, jako je například Martha Graham, José Limon nebo Alvin Ailey. Důležitou roli hraje

úroveň provedení pohybů, námět a celkové ztvárnění příběhu, který může, ale nemusí být, tedy není na něj kladen důraz jako v art show. Při tvorbě sestav či choreografií lze využívat techniky původní či nové, vymyšlené techniky týkající se moderního tance (CZECH DANCE ORGANIZATION, 2023).

Moderní tanec je na rozdíl od baletu velmi volný v technickém provedení a nedrží se přísných technických pravidel. Často je vázaný na improvizaci pohybů a veškeré taneční pohyby se realizují na zemi. Klade se důraz na vlastní procítění hudby a na emoce.

V baletu využíváme styl a techniku klasického baletu. Má přesné názvosloví pro své technické cviky, jako je například pirueta a podobně. Typické pro balet jsou pozice nohou a rukou, velký rozsah dolních končetin, ladné, plynulé a přesné pohyby. K posouzení choreografie je důležité správné zvládnutí techniky, pohybová vyspělost tanečníků a nápaditost choreografie.

Jazz dance má hned několik možných podob, jako je například původní jazz, scénický jazz, současný jazz či lyrical dance. Choreografie ztvárněné pomocí jazz techniky musí obsahovat charakteristické znaky jazzové techniky – jazzové držení rukou, kopy, twistové pohyby a podobně (CZECH DANCE ORGANIZATION, 2023).

5.1 SHOW DANCE V PRAXI

Každá taneční škola, která se věnuje show dance neboli art show má svůj osobitý styl trénování a celkově se věnuje tomuto stylu jinak. V nejmenované taneční škole, kde jsem působila se show dance vyučoval hned několika možnými způsoby. Už od nejmladších dětí právě v předškolním věku je snaha zařazovat nejjednodušší prvky artových technik, které jsou blíže popsány v praktické části. Tréninky u takto malých dětí bývají 2x týdně po dobu 60 minut. Čím starší tanečník je a má více zkušeností, tím náročnější a odbornější tréninky jsou. V kategorii DVK, JVK a HVK jsou již tréninky 3x týdně, kdy se každý trénink zaměřuje na určité techniky artu, jako je například hodina baletu, moderního tance či akrobacie.

Co se týká tvorby choreografie, u nejmladších dětí se jedná vždy o velmi krátké nesoutěžní choreografie, které je postupně připravují na ty složitější. Vždy mají v sobě ukryt nějaký příběh, který se týká většinou známé pohádky či jakéhokoliv tématu, který je dětem blízký. To samé platí i u starších věkových kategorií, ale vždy téma musí korespondovat s věkem tanečníků v dané skupině. Při tanci využíváme rekvizity, které

dopomáhají vykreslit příběh a dodávají choreografii větší nápaditost. K dokreslení příběhu nám nenapomáhají pouze rekvizity, ale jsou to také kostýmy, líčení a různé účesy, které se vždy ladí s tématem tance a kostýmy (obrázky 1-5).



Obrázek 1 : Choreografie Turbo (Zdroj: IDO International Dance Organization, 2016)



Obrázek 2 : Choreografie Piková dáma (Zdroj: Czech Dance Organization, 2014)



Obrázek 3 : Choreografie Pekaři (Zdroj: Czech Dance Organization, 2015)



Obrázek 4: Choreografie Zlatý kompas (Zdroj: Czech Dance Organization, 2013)



Obrázek 5 : Choreografie Já, padouch (Zdroj: Czech Dance Organization, 2014)

6 METODIKA

Na začátku mé práce bylo stěžejní vybrat vhodnou a kvalitní odbornou literaturu a další informační zdroje, které souvisejí s tancem, show dance a předškolním věkem. Na základě jejich prostudování jsem sepsala teoretická východiska práce. Následným krokem bylo otevření tanečního kroužku v Mateřské škole Králův Dvůr – Počaply, který jsem vedla od 3. října 2022 do 24. dubna 2023. Taneční cvičební jednotky probíhaly 1x týdně 45 minut. Do kroužku se mi přihlásilo celkem 14 dětí (11 dívek a 3 chlapci) ve věku 4-6 let.

Před zahájením cvičebních lekcí jsem vytvořila zásobník tanečních aktivit, které jsou vhodné pro děti v předškolním věku. Důraz byl kladen na to, aby taneční aktivity děti bavily a aby je zároveň zvládl každý, tedy i ten, kdo se tanci nijak zvláště nevěnuje. Veškeré taneční aktivity byly tvořeny za účelem ukázat pedagogům, že tanec v předškolním období je důležitou součástí pohybové výchovy a lze ho uplatňovat v různých možných variantách, které jsou zábavné, ale zároveň prospěšné pro celkový vývoj dítěte (biologický, pohybový, psychický i sociální). Z toho důvodu jsem se rozhodla vytvořit webové stránky, které budou dostupné nejen pro učitele mateřských škol, ale také všem, kteří se chtějí pohybové a taneční výchově dětí věnovat. Chtěla bych je svou prací inspirovat k výuce tance.

Dalším krokem byla videodokumentace tanečních aktivit, která probíhala během hodin ve výše zmíněném tanečním kroužku. Žádné z dětí nenavštěvuje ani nenavštěvovalo taneční lekce či žádné jiné kroužky, které by se zabývaly tancem, takže byly úplnými začátečníky. Hlavním záměrem našich tanečních lekcí bylo seznámit děti s jednoduchými tanečními prvky, vytvořit kladný vztah k tanci a v závěru nacvičit jednoduchou krátkou choreografii. V průběhu tanečních lekcí jsem zařadila i cvičení na rozvoj kreativity. Veškerá cvičení byla vytvořena tak, aby byla pro děti zábavná, aby pomohla dětem propojit rytmus a pohyb, podpořila rytmické cítění, zlepšila držení těla a vytvořila počátky správného technického provedení pohybů. Vše jsem natáčela pomocí telefonu iPhone 13.

Dalším potřebným krokem byla tvorba webových stránek a tvorba domény. Pro vytvoření webových stránek jsem si vybrala editor www.webnode.com. Tento editor je zdarma, je velmi přehledný a jednoduše se s ním pracuje. Zkrátka je vhodný k vytvoření webových stránek i pro ty, kteří nikdy nic takového netvořili. Web nabízí obrovskou škálu

možností, jak webové stránky vytvořit, včetně několika šablon, které pomohou začátečníkovi s výběrem ideálního vzhledu jeho stránek. Tyto šablony se mohou stále upravovat dle přání a výběru tvůrce webových stránek. Velkou výhodou je jednoduché vkládání obrázků, videí, textů a podobně.

Vytvořila jsem si tedy doménu <https://vyuziti-prvku-show-dance-v-tanecni-pruprave-deti-predskolniho-v.webnode.cz>, upravila šablonu, kterou jsem si z velkého výběru vybrala a vytvořila si hlavní záložky: Úvod, O mně, Videoukázky, Použité zdroje a Kontakt. Na úvodní stránce nalezneme přivítání návštěvníků webových stránek a vysvětlení zaměření webových stránek. Dále je zde vytvořen odkaz, který po rozkliknutí návštěvníky přesune na další stránku, kde nalezneme jednotlivé videozáznamy. Ty jsou dále rozdělené na: Rušnou část, Průpravnou část, Hlavní část a Relaxaci. V každé této části se nachází ukázky videí natáčených přímo v lekci s dětmi. V galerii je možné si prohlídnout fotodokumentaci, která vznikala během tanečních lekcí. U každé taneční aktivity je uveden její stručný popis a metodika nácviku.

Snažila jsem se vytvořit takové webové stránky, které budou přehledné, a především srozumitelné pro každého návštěvníka. Veškeré videozáznamy a fotodokumentaci jsem prováděla sama, či s pomocí kolegyně z mateřské školy a měla jsem zajištěný souhlas zákonných zástupců ohledně GDPR. Pro zpracování videí jsem používala program iMovie a pro střih hudby Movavi video Suite 2022. Po zpracování videí jsem je nahrála na stránku YouTube, kde jsem si zároveň vytvořila kanál s názvem Taneční průprava u předškoláků. Videá jsem na webové stránky vkládala pomocí odkazů z YouTube.

7 PRAKTICKÁ ČÁST

7.1 RUŠNÁ ČÁST

Popis aktivity:

Děti se rozmístí po prostoru v dostatečných rozestupech. Dle předevičujícího opakují jednoduché kroky a poskoky do rytmu na hudbu – např. poskoky snožmo, poskoky do podřepu rozkročného a zpět do podřepu,, zakopávání a další.

Časová náročnost: 3-4 minuty

- Záleží na tempu a potřebě dětí, jak dlouhé zahřátí bude, ale nesmí být příliš dlouhé
- Kroky a poskoky se dají různě střídat a měnit dle fantazie, vhodné je zapojit i pohyb paží
- Lektor předevičuje a děti po něm prvky opakují
- Hudba by měla být rychlejší a živější – např. 126 BPM
- Pomůcky nejsou potřeba

<https://vyuziti-prvku-show-dance-v-tanecni-pruprave-deti-predskolniho-v.webnode.cz/rusna-cast/>

7.2 PRŮPRAVNÁ ČÁST

Popis aktivity:

Děti se rozmístí po prostoru v dostatečných rozestupech, aby měly kolem sebe dostatek prostoru. Lektor předevičuje a děti po něm opakují protahovací cviky.

Časová náročnost: 5-10 minut

- Cviky jsou vedeného charakteru, či využíváme strečink s výdrží max. 10 vteřin, ke konci je možné zařadit švihová cvičení.
- Každý cvik by se měl zopakovat cca 3-4x na každou stranu

- Začínáme od velkých svalových skupin k těm nejmenším a vše cvičíme v nízkých polohách
- Lektor předcvičuje a děti po něm cviky zrcadlově opakují
- Možné je přidat hudbu do pozadí (klidnější, aby neodváděla pozornost)
- Pomůcky nejsou potřeba

<https://vyuziti-prvku-show-dance-v-tanecni-pruprave-deti-predskolniho-v.webnode.cz/prupravna-cast/>

7.3 HLAVNÍ ČÁST

7.3.1 NÁCVIK PRVKŮ

1. „Plameňák“

Popis cviku:

Děti stojí po prostoru v dostatečných rozestupech a na pokyn se postaví na jednu nohu a druhou skrčí únožmo a přiloží ji chodidlem ke kolenu, ruce mají v bok. Cvik na rozvoj rovnováhy a průpravný cvik pro další cviky.

- Určit dětem jedno místo, na které zaměří svůj pohled
- Individuálně opravit chyby – nepřiložení chodidla, pokrčenou stojnou dolní končetinu, uvolněné držení těla

<https://vyuziti-prvku-show-dance-v-tanecni-pruprave-deti-predskolniho-v.webnode.cz/nacvik-prvku/>

2. „Čáp“

Popis cviku:

Děti stojí v diagonále, upaží a jednotlivě se střídají v provádění prvku. Udělají krok a nohu vyšvihnou do přednožení, kam je rozsahy pustí, a takto střídají obě nohy. Jedná se o cvik na rozvoj rovnováhy, důležité je správné držení těla, propnutí kolen a špiček.

- Určit dětem jedno místo, na které zaměří svůj pohled
- Individuálně opravit chyby – nedopnuté paže v upažení, „fajfka“, pokrčené koleno, dlouhé kroky, shrbená záda

<https://vyuziti-prvku-show-dance-v-tanecni-pruprave-deti-predskolniho-v.webnode.cz/nacvik-prvku/>

3. „Baletka“

Popis cviku:

Děti stojí v diagonále a jednotlivě se střídají v provedení cviku. Dítě jde ve výponu s dopnutýma nohama a rukama ve vzpažení. Jedná se o cvik na rozvoj rovnováhy, důležité je správné držení těla a chůze ve výponu (po špičkách).

- Určit dětem jedno místo, na které zaměří svůj pohled
- Individuálně opravit chyby – zvednutá ramena, pokrčené paže, vtočené nohy

<https://vyuziti-prvku-show-dance-v-tanecni-pruprave-deti-predskolniho-v.webnode.cz/nacvik-prvku/>

4. Poskočný krok

Popis cviku:

Děti stojí v diagonále a jednotlivě se střídají v provedení cviku. Udělají poskok se skrčením přednožmo a špičkou přiloženou u kolena. V odrazu pomáhá švih opačné paže do předpažení.

- Určit dětem jedno místo, na které mají zaměřit svůj pohled
- Individuálně opravit chyby – výskok z napnutých nohou, pohled na zem, švih souhlasnou paží do předpažení (tzv. pasgang)

<https://vyuziti-prvku-show-dance-v-tanecni-pruprave-deti-predskolniho-v.webnode.cz/nacvik-prvku/>

5. Cvalový poskok vpřed – chassé

Popis cviku:

Děti stojí v diagonále, upaží (nebo ruce v bok) a jednotlivě se střídají v provedení cviku – jedna diagonála pravou vpřed, druhá levou vpřed.

- Určit dětem jedno místo, na které zaměří svůj pohled
- Individuálně opravit chyby – výkrok vtočenou nohou, přes patu, nedopnutá kolena a nohy od sebe v letové fázi

<https://vyuziti-prvku-show-dance-v-tanecni-pruprave-deti-predskolniho-v.webnode.cz/nacvik-prvku/>

6. Převal

Popis cviku:

Děti jsou v kleku sedmo rozmístěny po celém prostoru v dostatečných rozestupech a provedou cvik. Z kleku sedmo se převalí přes hýždě zpět do kleku sedmo a to stejné na druhou stranu.

- Začíná se vždy v kleku sedmo, děti se můžou převalit vpravo, či vlevo
- Lektor opravuje individuálně chyby – nedostatečná opora o ruce, málo přitažená kolena k tělu

<https://vyuziti-prvku-show-dance-v-tanecni-pruprave-deti-predskolniho-v.webnode.cz/nacvik-prvku/>

7. Převal na zádech

Popis cviku:

Děti udělají podpor na předloktích klečmo sedmo ohnutě = „berušku“ a jsou rozmístěné po celém prostoru v dostatečných rozstupech. Z „berušky“ se převalí na záda, ruce upaží a přitisknou na podlahu dlaněmi vzhůru, dopnuté nohy a špičky vykopnou do roznožení a zase se zabalí do „berušky“.

- Začínáme vždy v „berušce“, děti se můžou převalit vpravo, či vlevo
- Lektor opravuje individuálně chyby – paže nejsou napnuté a na zemi, nedostatečné roznožení, nedopnutá kolena, nedopnuté špičky

<https://vyuziti-prvku-show-dance-v-tanecni-pruprave-deti-predskolniho-v.webnode.cz/nacvik-prvku/>

7.3.2 TANEČNÍ HRY

1. Taneční kolečko

Popis aktivity:

Utvoříme kruh s dostatečnými mezerami. Postupně každý předvede taneční pohyb dle své fantazie a ostatní ho zopakují.

Časová náročnost: Dle délky písně

- Lektor napomáhá při vedení aktivity
- Hudba dle výběru lektora/dětí (na tempu hudby nezáleží)
- Rozvoj kreativity, možnost procvičení prvků/cviků

<https://vyuziti-prvku-show-dance-v-tanecni-pruprave-deti-predskolniho-v.webnode.cz/tanecni-hry2/>

2. Zvířecí diagonála

Popis aktivity:

Děti udělají diagonálu a lektor je vždy před určitým cvikem začaruje do zvířete, které každé dítě postupně ukáže.

Časová náročnost: 4-5 min (záleží na počtu dětí a počtu cviků)

- Lektor opravuje individuální chyby a dává doporučení
- Dát dětem za úkol pozorovat chyby ostatních, aby dávaly pozor
- Cviky mohou být různé dle fantazie – motýl, žabák, čáp, plameňák, slon

<https://vyuziti-prvku-show-dance-v-tanecni-pruprave-deti-predskolniho-v.webnode.cz/tanecni-hry2/>

3. Taneční sochy

Popis aktivity:

Děti se rozmístí po prostoru v dostatečných mezerách, aby měly prostor na pohyb. Lektor vybere hudbu, na kterou děti volně a kreativně tancují (improvizují). Po nějaké době lektor hudbu zastaví a děti se musí zastavit a udělat sochu do té doby, dokud lektor hudbu zase nepustí. Takto se pokračuje po celou dobu písně, nebo dokud lektor uzná za vhodné improvizaci ukončit.

Časová náročnost: Dle délky písně či času během lekce (cca 3-4 minuty)

- Lektor koriguje zastavování hudby
- Hudba dle výběru lektora (na tempu nezáleží, ale pro takto malé děti je lepší rychlejší hudba)

<https://vyuziti-prvku-show-dance-v-tanecni-pruprave-deti-predskolniho-v.webnode.cz/tanecni-hry2/>

4. Taneční sochy s úkolem

Popis aktivity:

Děti se rozmístí po prostoru v dostatečných mezerách, aby měly prostor na pohyb. Lektor vybere hudbu, na kterou děti volně kreativně tancují (improvizují). Po nějaké době lektor hudbu zastaví a vysloví úkol, například „Beruška“, a děti musí v co nejrychlejším čase udělat zadaný úkol. Kdo ho splete, či nesplní, může/nemusí vypadnout ze hry. Takto se pokračuje po celou dobu písničky, dokud neprostrídáme všechny cviky a nápady, nebo dokud lektor neuzná za vhodné skončit.

Časová náročnost: Dle délky písně či času během lekce (cca 3-4 minuty)

- Lektor koriguje zastavování hudby a úkoly
- Hudba dle výběru lektora (na tempu nezáleží, ale pro takto malé děti je lepší rychlejší hudba)
- Lektor čerpá ze cviků, které děti umí, a tím je procvičují

<https://vyuziti-prvku-show-dance-v-tanecni-pruprave-deti-predskolniho-v.webnode.cz/tanecni-hry2/>

7.3.3 JEDNODUCHÉ CHOREOGRAFIE

1. Pekaři

Popis aktivity:

Choreografie na téma pekaři je složena z jednoduchých prvků, které se děti naučily během tanečních lekcí.

Délka choreografie: 1:15

<https://vyuziti-prvku-show-dance-v-tanecni-pruprave-deti-predskolniho-v.webnode.cz/jednoduche-choreografie/>

2. Loupežníci

Popis aktivity:

Choreografie na téma loupežníci je složena z jednoduchých prvků, které se děti naučily během tanečních lekcí.

Délka choreografie: 1:05

<https://vyuziti-prvku-show-dance-v-tanecni-pruprave-deti-predskolniho-v.webnode.cz/jednoduche-choreografie/>

7.4 RELAXACE

Popis aktivity:

Děti se rozmístí po prostoru, jak chtějí, ale aby měly kolem sebe místo. Lektor vede relaxaci.

Časová náročnost: 3-4 minuty

- Relaxaci zařazujeme v závěru hodiny z důvodu zklidnění organismu po náročné lekci
- Relaxace může mít různé podoby, například: Děti leží na zádech a položí si ruce na břicho, snaží se dýchat tak, aby cítily, jak se jim břicho zvedá.
- Relaxační hudba může být například: zpěv ptáků, šumění moře, zvuky lesa a podobně

<https://vyuziti-prvku-show-dance-v-tanecni-pruprave-deti-predskolniho-v.webnode.cz/relaxace/>

8 TECHNICKÝ SCÉNÁŘ K VIDEÍM

Část taneční lekce	Aktivity	Název aktivity	Čas	Popis
Rušná část	Zahřátí	Rušná část – zahřátí	1:24	Děti poskakují a pohybují se do rytmu hudby dle toho, jak předcvičuje lektor.
Průpravná část	Protahování	Průpravná část – protažení	2:20	Děti opakují protahovací cvičení dle svého lektora. Opakujeme vždy 3x, strečinkové cviky s max. výdrží 10 sekund.
Hlavní část	Nácvik prvků	„Plameňák“	0:13	Děti se na pokyn postaví na jednu nohu a druhou skrčí únožmo a přiloží ji chodidlem ke kolenu.
		„Čáp“	0:14	Dítě provede cvik – výkrokem levé švihem přednoží pravou, upaží. Poté na druhou nohu. Takto pokračuje po celé diagonále.
		„Baletka“	0:08	Dítě provede cvik – chůze ve výponu (po špičkách), vzpažit.
		Krok poskočný	0:06	Dítě provede cvik – při poskocích zvedá koleno a dělá „plameňáka“ s kolenem vpřed.
		Chassé	0:08	Dítě provede cvik – cvalový poskok.
		Převal	0:09	Dítě provede cvik – převalí se z kleku sedmo přes hýždě do kleku sedmo.
		Převal na zádech	0:10	Dítě provede cvik – převalí se z podporu na předloktí klečmo sedmo ohnutě = „beruška“ přes záda s roznožením zpět do „berušky“.

	Jednoduché choreografie	Pekaři	1:15	Celá skupina provede jednoduchou choreografii na téma Pekaři – propojení jednoduchých vazeb s naučenými prvky.
		Loupežníci	1:05	Celá skupina provede jednoduchou choreografii na téma Loupežníci – propojení jednoduchých vazeb s naučenými prvky.
		Taneční sochy	0:48	Děti tancují na libovolnou hudbu dle toho, co je napadá (improvizují). Když přestane hudba hrát, musí se zastavit a udělat sochu, dokud se zase hudba nepustí.
		Taneční sochy s úkolem	1:14	Děti tancují na libovolnou hudbu dle toho, co je napadá (improvizují). Když hudba přestane hrát, sdělí jim lektor jakýkoliv úkol, který musí děti co nejdříve provést.
		Taneční kolečko	1:13	Na libovolnou hudbu se děti střídají ve vymýšlení tanečního cviku, který následně učí ostatní.
	Relaxace	Relaxační chvílka	Relaxace	1:10

9 DISKUSE

Cílem mé bakalářské práce byla tvorba webových stránek, které budou obsahovat soubor videí s ukázkami, jak využít prvky showdance v pohybové výchově předškolních dětí. Podařilo se mi vytvořit webové stránky <https://vyuziti-prvku-show-dance-v-tanecni-pruprave-deti-predskolniho-v.webnode.cz>. Na těchto webových stránkách se nachází veškeré videozáznamy a fotografie z realizace aktivit. Soubor aktivit je rozdělen do několika částí. Vždy jsem volila formu videozáznamu, jelikož je to nejnázornější forma, jak jednotlivé aktivity ukázat. Webové stránky jsem vytvořila z toho důvodu, jelikož internet, a právě jakékoliv webové stránky, je v současné době nejpoužívanějším zdrojem informací. Hodí se i v případě distanční výuky, kterou jsme nedávno ještě zažívali. V budoucnu je možné webové stránky dále rozšiřovat a vylepšovat, což je jedna z dalších mnoha výhod.

V první části práce jsem se věnovala zpracování teoretických východisek práce týkající se charakteristiky předškolního věku, tance v předškolním věku, tance všeobecně a specificky tanečního stylu Show dance. Veškeré informace jsou podloženy literaturou a mými zkušenostmi, které jsem získala během své taneční praxe v Tanečním centru R.A.K. a během vedení tanečního kroužku v mateřské škole Počaply, který jsem pro účely této práce založila.

Dalším mým úkolem bylo vytvořit videozáznamy a fotografie během realizace tanečního kroužku. Tato část bakalářské práce byla pro mne velmi náročná, ale zároveň stěžejní. Náročné to pro mne bylo z hlediska časové náročnosti a z velmi časté absence dětí z důvodu různých onemocnění. V mateřské škole jsem oslovila paní učitelky, aby rozdaly ve svých třídách předškolních dětí přihlášky a celkově se mi přihlásilo 14 dětí. Děti ve věku 4-6 let byly úplnými začátečníky. V období od 3. října 2022 do 24. dubna 2023 se mnou absolvovaly 21 tanečních lekcí. Každá lekce trvala 45 minut. Natáčení dětí nebylo vůbec jednoduché. Někdy bylo zapotřebí určité části opakovat několikrát, a to pro děti nebylo moc zábavné. Nebo se na lekci dostavilo jen pár dětí, a proto jsem byla nucena udělat navíc speciální trénink, který mi velmi pomohl v doplnění některých videí. Veškeré natáčení a focení probíhalo v prostorách MŠ Králův Dvůr –Počaply.

Hned od začátku děti veškeré aktivity velmi bavily a byly zapálené do toho učit se novým věcem. Měla jsem připravený plán aktivit pro celou dobu trvání kroužku, který jsem ale po prvních pár lekcích musela změnit. Ačkoliv děti neměly žádné zkušenosti

s tancem, byly na tolik zdatné, že jsem musela aktivity posunout o úroveň výše a zapojit i prvky, které u předškolních dětí zpravidla nezařazujeme, jako například převal na zádech. Nejvíce děti bavily taneční hry, při kterých mohly volně tancovat a improvizovat. Celkově se mi s touto skupinou dětí pracovalo velmi dobře a nenastal během lekcí nejmenší problém. Myslím, že jsem dětem vytvořila velmi dobrý základ k tomu, aby se dále tanci, a především v show dance věnovaly. Show dance se pro takto malé děti hodí především z toho důvodu, že tím, jak vybíráme témata choreografie s příběhem, tak je pro děti jednodušší se vžít do role a do jednotlivých pohybů, kterými chtějí něco vyjádřit. Bohužel z důvodu častých nemocí a malé docházky jsem nemohla vytvořit takovou choreografii, jakou bych si představovala, ale i přes tak málo hodin se nám povedlo něco zajímavého a zábavného s dětmi realizovat.

Největší obavou pro mne byla tvorba webových stránek, jelikož jsem nikdy žádné webové stránky nerealizovala. Po konzultaci s mým rodinným příslušníkem jsem zvolila doménu www.webnode.cz, která byla velmi přehledná a jednoduchá na ovládání. Webové stránky bych chtěla dále aktualizovat a doplňovat další možná cvičení, která by se hodila do výuky v mateřské škole či při využití volného času.

10 ZÁVĚR

Cílem mé bakalářské práce byla tvorba webových stránek, které budou obsahovat soubor videí s ukázkami a metodickými návody, jak využít prvky showdance v pohybové výchově předškolních dětí.

K naplnění hlavního cíle bylo potřeba splnit několik dílčích úkolů. Jedním z nich bylo vytvoření zásobníku tanečních aktivit a jejich realizace s předškolními dětmi. Založila jsem taneční kroužek v Mateřské škole Králův Dvůr – Počaply, kde jsem veškeré připravené taneční aktivity realizovala. Při vedení lekcí jsem vycházela ze své praxe a zkušeností. Následovalo pořízení videozáznamu a fotografií s dětmi z tanečního kroužku.

Posledním a nejobtížnějším úkolem byla tvorba webových stránek, které budou přehledné a logicky členěné. Webové stránky se mi nakonec podařilo vytvořit <https://vyuziti-prvku-show-dance-v-tanecni-pruprave-deti-predskolniho-v.webnode.cz>,

Na závěr práce bych chtěla říci, že tanec má vliv nejen na pohybovou stránku člověka, ale především i na tu psychickou. Tanec je pro děti vhodným prostředkem na odreagování a vyjádření emocí, což se potvrdilo i během tanečního kroužku, který jsem vedla. Tím, že se show dance zaměřuje především na interpretaci příběhu, tak je i pro takto malé děti velmi jednoduchý a je jim blízký. Je to z důvodu, že příběhy a pohádky jsou právě u dětí předškolního věku jedním z nejdůležitějších motivačních prvků k provádění různých aktivit, i těch pohybových. Do budoucna bych si přála, aby byl tanec zařazován do aktivit v mateřských školách (ale i školách základních) více a pedagogové se nebáli využívat různé taneční styly, ve kterých děti rozvíjejí kreativitu. Věřím, že aktivity, které jsem poskytla všem na svých webových stránkách budou ku prospěchu a inspirací.

RESUMÉ

Bakalářská práce se zabývá využitím prvků show dance v taneční přípravě dětí předškolního věku. Práce je rozdělena do dvou částí. První část práce obsahuje převážně informace a podklady z odborné literatury vztahující se k danému tématu (charakteristika předškolního věku, pohyb v předškolním věku, tanec všeobecně a tanec v předškolním věku, a především charakteristika tanečního stylu show dance). Druhá část je zaměřena prakticky a obsahuje soubor tanečních aktivit. K této části byly vytvořeny webové stránky s doménou <https://vyuziti-prvku-show-dance-v-tanecni-pruprave-deti-predskolniho-v.webnode.cz>, které obsahují videoukázky a popis jednotlivých aktivit.

Klíčová slova:

Tanec, předškolní věk, Show dance, webové stránky

SUMMARY

The bachelor's thesis deals with the use of show dance elements in the dance training of preschool children. The work is divided into two parts. The first part of the work mainly contains information related to the given topic, which is the characteristics of preschool age, movement in preschool age, dance in general and dance in preschool age, and especially the characteristics of the dance style show dance. The second part is practically focused and contains a set of dance activities. For this part, a <https://vyuziti-prvku-show-dance-v-tanecni-pruprave-deti-predskolniho-v.cms.webnode.cz> website was created, which contains video examples and description of individual activities.

Key words:

Dance, preschool age, Show dance, websites

SEZNAM LITERATURY

- ADAMCOVÁ, Aneta a Hana ŠERÁKOVÁ, 2014. *Taneční a pohybová výchova: společenský tanec: (náměty pro práci s žáky mladšího školního věku)*. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 978-80-210-7460-6.
- BEDNÁŘOVÁ, Jiřina a Vlasta ŠMARDOVÁ, 2015. *Diagnostika dítěte předškolního věku: co by dítě mělo umět ve věku od 3 do 6 let*. 2. vydání. Ilustroval Richard ŠMARDA. Brno: Edika. Moderní metodika pro rodiče a učitele. ISBN 978-80-266-0658-1.
- BRETTSCHEIDEROVÁ, Václava a Markéta KUBECOVÁ, 2018. *Taneční činnosti v předškolním vzdělávání*. Praha: Raabe. ISBN 978-80-7496-386-5.
- DVOŘÁKOVÁ, Hana, 2006. *Pohybové činnosti pro předškolní vzdělávání*. Praha: Raabe. ISBN 80-86307-27-1.
- MATĚJČEK, Zdeněk, 2005. *Prvních 6 let ve vývoji a výchově dítěte: normy vývoje a vývojové milníky z pohledu psychologa: základní duševní potřeby dítěte: dítě a lidský svět*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-0870-6.
- RELLICHOVÁ, Ludmila, 2015. *Taneční tvorba pro děti a s dětmi: ukázky taneční tvorby jako výsledku výchovně vzdělávacího procesu*. Druhé vydání. Praha: NIPOS-ARTAMA, Národní informační a poradenské středisko pro kulturu. Pohyb. ISBN 978-80-7068-237-1.
- ŠULOVÁ, Lenka, 2010. *Raný psychický vývoj dítěte*. 2. vyd. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-1820-3.
- THOROVÁ, Kateřina, 2015. *Vývojová psychologie: proměny lidské psychiky od početí po smrt*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0714-6.
- VÁGNEROVÁ, Marie, 2012. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Vydání druhé, doplněné a přepracované. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-2153-1.
- WEDLICHOVÁ, Iva, 2010. *Vývojová psychologie*. Ústí nad Labem: Univerzita J.E. Purkyně. ISBN 978-80-7414-320-5

Internetové zdroje:

STINSON, S. *Dance for young children. Finding the Magic in Movement* [online]. 1988 [cit. 1.3.2022]. Dostupné z Eric: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED294866.pdf>

MŠMT. *Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání* [online]. Praha, 1.zář 2021 [cit. 8.3.2022]. Dostupné z MŠMT: <https://www.msmt.cz/file/56051/>

CZECH DANCE ORGANIZATION [online]. Dostupné z: https://czechdance.org/wp-content/uploads/2016/01/SaTP_jaro2023_postupove_formaceprodukce-zmeny.pdf

SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek 1 : Choreografie Turbo (Zdroj: IDO International Dance Organization, 2016) ...	15
Obrázek 2 : Choreografie Piková dáma (Zdroj: Czech Dance Organization, 2014).....	15
Obrázek 3 : Choreografie Pekaři (Zdroj: Czech Dance Organization, 2015)	15
Obrázek 4: Choreografie Zlatý kompas (Zdroj: Czech Dance Organization, 2013).....	16
Obrázek 5 : Choreografie Já, padouch (Zdroj: Czech Dance Organization, 2014).....	16

PŘÍLOHY

PŘÍLOHA Č. 1

VÝUKA TANCE SHOW DANCE V MŠ



Milí rodiče,

dovolte mi nabídnout výuku tance SHOW DANCE v rámci kroužku Vaší mateřské školy. Jedná se o taneční styl, který je kombinací několika druhů tance. Vaše děti se naučí základy SHOW DANCE a na závěr i jednoduchou choreografii.

Během tanečních lekcí by pro účely bakalářské práce vznikala krátká videa, která bych s Vašimi dětmi natočila. Ta budou sloužit jako praktická část k mé závěrečné bakalářské práci.

Výuka by probíhala každé **PONDĚLÍ 16:00-16:45.**

Kroužek je zcela zdarma, pouze dobrovolný příspěvek na případné kostýmy či odměny pro děti.



PŘÍLOHA Č. 2

Přihláška na kroužek tance **SHOWDANCE**

Termín od 3.10. 2022–24.4. 2023

Výuka bude probíhat každé pondělí od 16:00-16:45 (45 min.) v prostorách MŠ Počaply.
První lekce začne 3.10. 2022.

Jméno dítěte

Třída

Jméno zákonného zástupce

Telefonní kontakt

Souhlasím s poskytováním videonahrávek a zveřejněním videonahrávek na webových stránkách pro účely bakalářské práce

Podpis zákonného zástupce

Natálie Přádová

Studentka 3. ročníku FPE ZČU v Plzni, obor Učitelství pro mateřské školy

Tel.:

Email: