

# Využití folkloru v pohybových aktivitách u dětí předškolního věku

Alena Strnadlová

---

Bakalářská práce  
2021



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně  
Fakulta humanitních studií

---

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav školní pedagogiky

Akademický rok: 2020/2021

## **ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE** (projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení: **Alena Strnadlová**  
Osobní číslo: **H17760**  
Studijní program: **B7507 Specializace v pedagogice**  
Studijní obor: **Učitelství pro mateřské školy**  
Forma studia: **Kombinovaná**  
Téma práce: **Využití folkloru v pohybových aktivitách u dětí předškolního věku**

### **Zásady pro vypracování**

Zpracování rešerše a studium odborné literatury týkající se folkloru a jeho využití v pohybových aktivitách dítěte předškolního věku.

Vymezení teoretických východisek zaměřených na možnosti uplatnění různých prvků folkloru v mateřské škole.

Zpracování sady pohybových aktivit s využitím prvků folkloru z oblasti Valašska.

Realizace a ověření sady pohybových aktivit ve vybrané mateřské škole.

Evaluace projektu a zpracování doporučení pro praxi mateřských škol.

Forma zpracování bakalářské práce: **Tištěná/elektronická**

**Seznam doporučené literatury:**

Bartoš, F. (2005). *Naše děti: jejich život v rodině, mezi sebou a v obci, jejich poesii, zábavy, hry i práce společně*. Zlín: Krajská knihovna Františka Bartoše.

Brettschneiderová, V., & Kubecová, M. (2018). *Taneční činnosti v předškolním vzdělávání*. Praha: Raabe.

Dvořáková, H. (2006). *Pohybové činnosti pro předškolní vzdělávání*. Praha: Raabe.

Koťátková, S. (2005). *Hry v mateřské škole v teorii a praxi*. Praha: Grada.

Urbanová, S. (2014). *Valašsko: historie a kultura*. Ostrava: Filozofická fakulta Ostravské univerzity v Ostravě.

Volchynskiy, A., Smal, Y., Malimon, O., & Kovalchuk, A. (2017). Introduction of Folk Physical Culture Traditions in the Educational Press of Senior Preschool Children. *Physical Educations, Sports and Health Culture in Modern Society*, 2(38), 57-60. Dostupné z <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2017-02-57-60>

Vedoucí bakalářské práce: **PhDr. Roman Božik, Ph.D.**  
Ústav školní pedagogiky

Datum zadání bakalářské práce: **2. října 2020**

Termín odevzdání bakalářské práce: **30. dubna 2021**

---

**Mgr. Libor Marek, Ph.D.**  
děkan



**doc. PaedDr. Adriana Wiegerová, PhD.**  
ředitelka ústavu

## PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby <sup>1)</sup>;
- beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 <sup>2)</sup>;
- podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – bakalářskou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze bakalářské práce jsou totožné;
- na bakalářské práci jsem pracoval(a) samostatně a použitou literaturu jsem citoval(a). V případě publikace výsledků budu uveden(a) jako spoluautor.

Ve Zlíně 10.3.2021

1) zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací.

(1) Vysoká škola nevydělečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.

(2) *Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlížení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.*

(3) *Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.*

2) *zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:*

(3) *Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užije-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacímu zařízení (školní dílo).*

3) *zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:*

(1) *Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.*

3). *Odpírá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.*

(2) *Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užít či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.*

(3) *Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jím dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlídí k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.*

## **ABSTRAKT**

Bakalářská práce se zabývá tématem využití folkloru v pohybových aktivitách u předškolních dětí.

Teoretická část popisuje vývoj pohybu u dětí a taneční činnosti s využitím folkloru. Dále je popsán folklor u dětí předškolního věku a jeho využití v mateřské škole v návaznosti na Rámcově vzdělávací program pro předškolní vzdělávání. V konečné části jsou zmíněny taneční prvky typické pro Valašský taneční folklor.

V praktické části je vytvořen projekt s názvem Valašské tanečky pro kluky a holčičky, který je ověřen v edukačním procesu ve vybrané mateřské škole a následně evaluován.

Klíčová slova: dětský folklor, pohybové aktivity, taneční činnosti

## **ABSTRACT**

Bachelor thesis pays attention to the use of folklore in physical activities of preschool children.

The theoretical part describes movement development of children and dancing activities in folklore. Later describes folklore of pre-school children and its use in kindergarden following General Educational program for pre-school education. In final part contains dancing elements of Wallachian dancing folklore.

The practical part includes a created project called Wallachian dancing with boys and girls, which is verified in education process in selected kindergarden and then evaluated.

Keywords: children's folklore, physical activity, dancing activity.

Chtěla bych poděkovat svému vedoucímu práce PhDr. Romanu Božikovi, Ph.D. za vedení při tvorbě práce. Nadále chci poděkovat mateřské škole a dětem, se kterými jsem mohla uskutečnit svůj projekt. Nakonec mé poděkování patří mé rodině, za jejich podporu a motivaci ke studiu.

Prohlašuji, že odevzdaná verze bakalářské/diplomové práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

# OBSAH

<b>ÚVOD</b> .....	<b>9</b>
<b>I TEORETICKÁ ČÁST</b> .....	<b>10</b>
<b>1 DĚTSKÝ VÝVOJ A POHYB</b> .....	<b>11</b>
1.1 Somatický vývoj .....	11
1.2 Psychický a sociální vývoj .....	12
1.3 Motorický a pohybový vývoj .....	13
<b>2 FOLKLOR DĚTÍ PŘEDŠKOLNÍHO VĚKU</b> .....	<b>18</b>
2.1 Dětský folklor v Rámcově vzdělávacím programu pro předškolní vzdělávání.....	19
<b>3 TANEČNÍ ČINNOSTI</b> .....	<b>23</b>
3.1 Taneční folklor .....	24
<b>II PRAKTICKÁ ČÁST</b> .....	<b>27</b>
<b>4 PROJEKT VALAŠSKÉ TANEČKY PRO KLUKY A HOLČÍČKY</b> .....	<b>28</b>
4.1 Ovčácký tanec.....	28
4.2 Odzemek.....	30
4.3 Drátenický tanec .....	31
4.4 Ševcovský tanec .....	32
4.5 Řeznický tanec.....	34
4.6 Kovářský tanec .....	35
4.7 Svatební tanec.....	37
4.8 Trnka.....	38
4.9 Truhlářský tanec .....	39
4.10 Metlový tanec.....	40
<b>5 EVALUACE PROJEKTU</b> .....	<b>42</b>
<b>ZÁVĚR</b> .....	<b>45</b>
<b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY</b> .....	<b>46</b>
<b>SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK</b> .....	<b>48</b>
<b>SEZNAM OBRÁZKŮ</b> .....	<b>49</b>
<b>SEZNAM TABULEK</b> .....	<b>50</b>
<b>SEZNAM PŘÍLOH</b> .....	<b>51</b>



## ÚVOD

Bakalářská práce pojednává o folkloru a pohybových aktivitách. Téma folklor a tanec jsou mi velmi blízké, proto se staly i hlavním tématem mé práce. Jelikož se několik let věnuji folkloru a spolupracuji s dětským tanečním souborem, jsem se rozhodla, že své zkušenosti aplikuji i v prostředí mateřské školy. Taneční folklor podporuje a rozvíjí pohybové dovednosti, ale také se podílí na utváření osobnosti. Učí děti tradicím a vytváření si kulturních hodnot. Je propojen nejen se zábavou a radostí, ale také pocitem uspokojení a získání společných zážitků. V rámci folklorních souborů si dítě vytváří sociální kontakty, které jej mnohdy provází po zbytek života. Z vlastní zkušenosti mohu říci, že folklor není jenom o tradicích, ale jo to způsob života. Sama jsem se k folkloru dostala díky své rodině, která již po generace udržuje tradice a je součástí folklorního souboru.

V bakalářské práci se zabývám propojením folkloru s pohybovými činnostmi u dětí předškolního věku. Teoretická část je rozdělena do tří hlavních kapitol: dětský vývoj a pohyb, folklor dětí předškolního věku a taneční folklor. V první kapitole se čtenář seznámí, jak správně pracovat s dětským pohybem a předcházet rizikům s ním spojeným. Druhá kapitola se zabývá dětským folklorem i v souladu s Rámcově vzdělávacím programem pro předškolní vzdělávání. Tuto část lze považovat za inspiraci pedagogům, jak uplatnit folklor v edukačním procesu mateřské školy. Poslední kapitola je zaměřena na taneční folklor Valašska s popisy základních tanečních prvků.

Hlavním cílem práce je zpracování projektu s tanečním folklorem a jeho ověření v mateřské škole. Projekt je rozdělen do deseti dnů, deseti témat. Dítě se v rámci projektu seznamuje s lidovou kulturou, životem na Valašsku a tanečními prvky Valašského folkloru. Na závěr je popsána evaluace projektu, s postřehy a doporučením jak projekt obsáhnout.

## I. TEORETICKÁ ČÁST

## 1 DĚTSKÝ VÝVOJ A POHYB

Pro práci s dětmi předškolního věku je nezbytné mít poznatky o tom, co je pro dítě v určitém období vývoje charakteristické a jaká jsou jeho věková i individuální specifika. Pro tento věk je charakteristická vysoce spontánní pohybová aktivita. Dítě nabývá nové dovednosti lehce a rychle, ale často mohou mít krátké trvání. Proto je nutné tyto dovednosti často opakovat, aby nebyly rychle zapomenuty. Uplatňují se zde zkušenosti z přirozené motoriky dětí, která ovšem postrádá úspornost pohybu. Dynamika nervových procesů se neustále rozvíjí, převažují i procesy podráždění nad procesy útlumu. Efektivní nácvik pohybových dovedností, rozvoje rovnováhy či rozlišování rytmu probíhá u dítěte z počátku převážně herní formou, kdy se dítě nejrychleji učí nápodobou tzv. imitačním učením. V této části se tedy zaměřím především na vývoj dítěte, který propojuje složku somatickou, funkční, psychickou, sociální a ve vazbě na ně i složku motorickou, jako výsledek a projev vývoje.

### 1.1 Somatický vývoj

Při vývoji dítěte se prvně zaměřím na stránku somatickou, která probíhá u dítěte velmi rychle. Dle Dvořákové (2015), již během prvního roku života dítěte jeho hmotnost vzroste průměrně třikrát, což je zhruba okolo 10 kg. Do šestého roku pak hmotnost dítěte vzroste přibližně dvakrát, tedy na 20-25 kg. Ve třech letech dítěte je pro něj typická batolecí proporcionalita postavy. Ta se vyznačuje krátkými končetinami, kulovitým trupem s vystouplým bříškem. Dítě tak obvykle nedokáže zatáhnout břišní stěnu za svislicí spuštěnou z výběžku prsní kosti. Hlava dítěte je kulovitá a v poměru k tělu velká.

Kosti dítěte v tomto období ještě nejsou osifikovány, tedy jsou měkké. Kloubní spojení nejsou dokončena, jelikož zpevnění vazy a kloubními pouzdry není zcela úplné. Proto je v tomto věku možná vysoká flexibilita (rozsah v kloubech). Ta bývá využívána při tréninku sportovní a moderní gymnastiky, baletu a tance, akrobacie aj. Svalová část těla obsahuje více vody, proto nejsou svaly připraveny pro vyšší rozvoj síly. V období růstového spurtu se vyvíjejí intenzivněji větší svalové skupiny, které dávají předpoklady pro rozvoj hrubé motoriky. Při rychlém růstu mohou vznikat i funkční disproporce. Sval se tedy může v daném období jevit jako ochablý, méně funkční. Tuto disproporci lze napravit přiměřenou pohybovou aktivitou, která rovnováhu v tomto věku dokáže rychle obnovit.

Z hlediska funkčnosti vnitřních orgánů Dvořáková (2015) zmiňuje systém srdečně cévní a systém dýchací. Tyto systémy při zatížení pracují méně úsporně. Jejich objem je relativně

malý a při zátěži se nezvětšuje. Dítěti se tak při této zátěži zvyšuje ihned tepová frekvence a to z klidové hodnoty cca 100 tepů za minutu nejméně na dvojnásobek. Měli bychom tedy předejít faktorům jako je dlouhé stání v nevětrané místnosti, strach či stres. Ty mohou způsobit u dítěte točení hlavy, nevolnost či mdloby. Dvořáková uvádí, že pro děti není vhodná maximální zátěž, která trvá relativně krátkou dobu (desítky sekund). Děti tak spíše zvládají dlouhodobější méně náročné aktivity než zátěž, která je maximální. Dle Dvořákové je však otázkou, zda dítě vůbec může dosáhnout maximální intenzity zátěže, jelikož jejich motivační předpoklady nepovedou k vyčerpání – dítě nepřiměřenou zátěž pravděpodobně odmítne.

V předškolním období také dochází k významnému vývoji v rychlosti reakce a rychlosti v dané činnosti (např. běhu). Schopnosti spojeny s rychlostí jsou dány zralostí centrálního nervového systému a vedením vzruchů k výkonným orgánům. V době, kdy se mění dětská postava, dozrává i mozek a myelinizují<sup>1</sup> se nervová vlákna, které urychlují přenos vzruchů. V mladším předškolním věku dítě reaguje na signál či pokyn pomaleji, stejně tak je i pomalý jeho běh, šestileté dítě již na signál reaguje relativně rychle a dokáže také rychleji běhat (závislé na dovednosti dítěte). V tomto období dozrává nervová soustava a zároveň se zvyšuje kvalita řízení pohybu, výrazně se rozvíjí i rovnováha, rytmičnost a další schopnosti, jež jsou spojené nejen s obratností. Nyní je tedy vhodný věk pro rozvoj a učení se novým pohybovým dovednostem, jež nadále pokračuje v mladším školním věku. Dětem již v předškolním věku je třeba nabízet různé pohybové a sportovní aktivity, které by odpovídali jejich předpokladům, a staly se tak jejich celoživotním zájmem.

## 1.2 Psychický a sociální vývoj

Psychika dítěte je nestálá, především z hlediska pozornosti a emocí. Dítě je egocentrické, bývá spíše pozitivně naladěné a excentrické, často u něj převažuje vzrušivé chování nad útlumem a všechna jeho psychická hnutí jsou zřetelná. Ty se velmi často projevují pohybem (skákání, běhání, aj). Dle Dvořákové se u dítěte okolo třetího roku života rozvíjí sebeuvědomění, které je provázené sebeprosazováním. Často je spojováno se snahou po samostatnosti a také vzdorovitým chováním, začíná se objevovat i chování motivované. Dítě je postupně schopné své chování srovnávat s ostatními a do určité míry se také dokáže hodnotit. Jak uvádí Matějček (2005) s přibývajícím uvědoměním vlastní osoby se u dítěte mění vztah k druhým lidem. Dítě má také větší zájem o druhé děti, vyhledává jejich

---

1 *Myelinizace – postupný proces obalování některých nervových vláken myelinem; myelin se tvoří v nervovém systému postupně s jeho vývojem, krátce po narození je rozsah myelinizace lidského mozku relativně malý (Love & Webb, 2009, s. 365)*

společnost, ovšem nesnese, aby se mu pletli do hry. Od hry izolované tedy přechází ke hře paralelní. Sociální kontakty jsou pro dítě v různorodé věkové skupině důležité zejména pro učení, mladší děti se učí přirozeně od těch starších. Převážně toto učení probíhá napodobováním, ale i experimentováním. Starší děti dokážou být ohleduplné k těm mladším. Po určitém časovém období jsou tak děti schopné navázat kontakty ve hře, rozdělit si role, podřídit se pravidlům, omluvit se a řešit konflikty. Ke spolupráci nejčastěji dochází ve dvojici (jeden chytá, druhý střílí), ve větší skupině si hrají např. na schovávanou.

Pro děti předškolního věku je důležitý a podstatný sám praktický proces. Proto je nutné si uvědomit, že pro děti předškolního věku nejsou vůbec přiměřené ani vhodné činnosti, které jsou soutěživé a hodnotící výkony jednotlivců. Zde je třeba respektovat osobní předpoklady dítěte, podporovat individuální úroveň a zlepšování výkonů každého dítěte. Neúspěch musí být tedy vždy chápán jako stupínek k úspěchu. Nepřiměřenost činností tak bývá způsobena vysokými nároky na rozumovou a psychickou složku. Nejsou vhodná příliš složitá pravidla hry, kterým dítě zcela nerozumí. Ty poté dítě unaví a stresují mnohdy více než intenzivní náročný pohyb, kterému naopak dítě rozumí. Z tohoto důvodu je potřeba, aby vše bylo pro dítě srozumitelné, tedy to co se kolem nich děje - pravidla pro soužití ve třídě, či pravidla hry. Dítě by mělo pokynům rozumět a nemělo by být manipulováno jak dětmi, tak dospělými. Pochopení dění okolo nás je hlavní podstatou osobního zdraví a pohody, nejen u dětí. (Dvořáková, 2015)

### **1.3 Motorický a pohybový vývoj**

V souladu s tělesným, psychickým a sociálním vývojem se projevuje dítě pohybově, motoricky. V raném věku bývá motorika označována za důležitý znak ve vývoji dítěte. Největší pokroky u dítěte lze tedy zaznamenat v uchopování předmětů, manipulačních dovednostech a v postupném vzpřimování a formování zakřivení páteře. Ve vývoji dítěte dle Dvořákové (2005) dochází mezi 3. až 6. měsícem života dítěte k tzv. prvnímu a druhému vzpřímení. Je to poloha lehu na břišku, kdy se dítě opírá nejprve o předloktí a později o dlaně, přičemž aktivně drží hlavu i zadá. Celé tělo je symetricky rozloženo. Dalším důležitým obdobím je období lezení, které u dítěte probíhá okolo 6. měsíce, dítě se začíná plazit a kleká si. V 7. až 9. měsíci již leze samo – u tohoto lezení přes šikmý sed dítě dosáhne samostatného sedu, v němž se stabilizuje. Brzy se tak dítě začíná i stavět a chodit s oporou. Okolo prvního roku se mu podaří udělat první kroky bez opory, chůze se tak postupně rozvíjí a stabilizuje. V druhém roce života dítěte se objevuje krátká letová fáze - zde se rozvíjí i běh.

Pokud má dítě dostatek příležitostí k pohybu, jeho rozvoj se dále zkvalitňuje. Své základní pohybové dovednosti (lezení, chůze, běh, skoky snožmo i odrazem aj.) a celou řadu těchto lokomočních dovedností, které spolu s různými dalšími pohyby kombinuje, zkvalitňuje. Nadále se u dítěte rozvíjí pestrá škála dovedností manipulačních i speciálně pohybových - těmi mohou být jízda na tříkolce, koloběžce, kole, na kolečkových bruslích, lyžích apod. Tyto získané pohybové dovednosti jsou vkladem do budoucího života dítěte, základem pro formování aktivního přístupu k životu a k osobnímu zdraví.

Pohybové dovednosti jsou využívány pro následný rozvoj pohybových schopností, a zároveň pro rozvoj zdraví (správné držení těla, prevence srdečně cévních onemocnění). V celém životě dítěte přispívají k seberealizaci, rekreaci i regeneraci. Pro dítě, jež se zdravě vyvíjí, bývá často charakteristické, že se od svého narození potřebuje často pohybovat. V raných začátcích vývoje touží jednak po pohybu, který mu zprostředkovává někdo jiný a zároveň začíná experimentovat s vlastním tělem. Jak uvádí Dvořáková (2015), většina odborníků (např. Řičan, Millarová, Příhoda) toto rané experimentování za hru ještě nepovažuje. Z jejich pohledu je tato latentní doba, tím co předchází a připravuje plnohodnotný věk hry a kdy se i pohybová hra ujme svého postavení na prvních stupíncích.

Dále Dvořáková (2015) vysvětluje, že ne u všech dětí je potřeba pohybu stejná. Dle jejího rozdělení se tak děti řadí do skupiny hypermotorické, hypomotorické a dětí s běžnou potřebou motoriky.

- **Děti hypermotorické** mají velikou potřebu pohybu, jež se musí chápat jako objektivní stav, ne zlobení. Zde je důležité správně vyhodnotit zvýšenou nutkavost se stále pohybovat. V případě špatného vyhodnocení to pro dítě může být poškozující. Vnímá to jako omezování, nespokojení či protivenství a nelásku. Může se stát, že se takové dítě bude výrazně angažovat někde jinde, často v problematičtější rovině.
- **Děti hypomotorické** jsou opačným extrémem dětí hypermotorických. Mají malou potřebu se pohybovat a v dětské společnosti si začínají uvědomovat své menší dovednosti. Z pravidla se začnou vyhýbat pohybu a přirozeným dětským pohybovým hrám. U těchto dětí může omezený pohyb vést k různým patologickým problémům v tělesném, zdravotním i sociálním vývoji. Tyto děti spontánní pohybové hry nijak nevyhledávají. Zde záleží na učiteli, který by je měl citlivým způsobem povzbuzovat, motivovat a oceňovat. Tím tak pozitivně ovlivňuje jejich chování i chování ostatních dětí vůči nim.
- **Děti s běžnou potřebou motoriky** (normomotorické), kterých je v populaci většina, se z pohybu a jeho hravých možností těší. Tyto děti pohyb vyhledávají a prokazují

schopnost se pohybovat při různých aktivitách, přirozeně se učí. Postupně v pohybu nacházejí uspokojení a na svém pohybovém rozvoji se velmi aktivně podílejí. V případě, že je tato skupina dětí svým okolím omezována v pohybových hrách, a nedostává se jim dostatek prostoru a možností tyto aktivity vykonávat, mohou se tyto děti stát také skupinou rizikovou. Dítě tak na rozdíl od uplatňovaných svých přirozených pohybových potřeb dostává nabídku k náhradnímu, klidovému trávení času, jako je sezení u televizní obrazovky. I tyto děti, jež jsou původně pro pohybové aktivity dobře vybavené, mohou v pohybových dovednostech zaostávat, jelikož se spontánně ve svých hrách přestali rozvíjet.

Volné pohybové hry mohou opakovaně vytvářet pro dítě takový typ zátěže, na jehož základě, se dítě samo podílí a odpovídají jeho tělesnému rozvoji. Dítě samo sebe ve svých pohybových hrách nebude přetěžovat. Nemusíme se toho obávat ani v případě, kdy se děti navzájem ve hře motivují k vyšším výkonům. Dítě samo ztrácí zájem, a činnosti zanechává v případě, kde tělesná zátěž dosahuje jeho maxima. Nebezpečné mohou být situace, kdy nemá dítě vlastní motivaci, a k pohybovému výkonu je nuceno. Velká většina dětí předškolního věku je velmi pohybově činorodá. S velkým zájmem „pracuje“ formou hravých aktivit na vlastním pohybovém a tělesném rozvoji. Jelikož se podílíme na jejich výchově, měli bychom se snažit, aby se doba spontánního přístupu k pohybovému rozvoji, která je rozvíjena prostřednictvím hry nepromarnila. (Kořátková, 2005)

### **Omezení a rizika při pohybových aktivitách**

Vzhledem k výše uvedeným vývojovým zákonitostem je v dětském věku potřeba respektovat určitá omezení a uvědomit si i možná rizika spojená s některými polohami, pohyby či zatěžováním. Nedokončená osifikace kostí a nedokončený vývoj kloubů omezuje jejich zátěž. Dle Dvořákové (2009) nejsou vhodné pro děti následující činnosti:

- **Jednostranné zatěžování** – činnosti stejného či podobného charakteru, např. možnosti jen chodit, běhat, stále sedět.
- **Prosté visy a vzpory** – ačkoli děti spontánně (např. při prolézačkách) tyto činnosti provádějí, v řízených činnostech preferujeme visy a vzpory smíšené. Těmto kritériím by měla odpovídat i dětská zařízení hřišť, tedy nářadí a prolézačky s více žerděmi v různých výškách pro oporu rukou i nohou.
- **Zvětšování kloubního rozsahu** nad fyziologickou mez (rozštěpy, mosty apod.).
- **Nošení těžkých břemen** – zátěž nesmí být vyšší, než je 10% hmotnosti těla.

- **Dlouhodobé setrvání v polohách** – dlouhodobé stání a sezení.

Ochrana krční páteře a páteře jako celku je velmi důležitá.

Nedoporučují se tyto cviky (Dvořáková, 2009):

- **Kotoul vzad** - neprovádíme z důvodu přetěžování krční páteře.
- **Záklony hlavy**, především ne ve stoji, kdy hrozí ztráta rovnováhy. Nedoporučuje se vzhledem ke křehkosti krční páteře. Děti v různých situacích sice hlavu běžně zaklánějí, ale při řízeném záklonu hlavy se zvětšuje krční vychýlení páteře a zkracují se hluboké svaly šíjové. Proto je vhodné kompenzovat pomocí předklonů a přitahování brady.
- **Setrvání v jedné poloze**, např. ve stoji (postoj ochabuje), v sedu. Nedoporučuje se u dětí provádět cviky, kde děti stojí a mají pohybovat hlavou a pažemi. Dítě není schopné zachovat správný základní postoj, vystrkuje břicho, prohýbá bedra.
- **Seskoky na tvrdou podložku** z výšky nad pas dítěte vylučujeme z důvodu ochrany páteře, hlavy a dalších nosných kloubů, které ještě nedokážou doskok dostatečně ztlumit. I při nižších výškách, je vhodné místo pro doskok podkládat žíněnkou. Při seskoku z vyšších výšek je třeba doskakovat na měkčí žíněny, případně duchny.

Dále se doporučuje ochrana nosných kloubů, a to následně:

- Kolenní klouby je vhodné **nepřetěžovat chozením ve dřepu** či opakovanými výskoky ze dřepu. Pro ochranu kolen se doporučuje provádět dřep bez opory, spíše na celých chodidlech, což pro děti není tak obtížné jako pro dospělé. Vzpor dřepmo, kdy se o podložku opírají i ruce a zátěž je rozložena, je bez problémů. Zde je důležité dbát na správnou polohu nohou. Špatná poloha je, kdy má dítě kolena u sebe, chodidla od sebe (podoba X) – takové postavení je nutné opravovat.
- Děti si často hrají v kleku, v kleku sedmo, a dokonce i v kleku sedmo mezi patami. Jelikož klouby dětí tyto polohy bez problému umožňují, není cílem výchovy přirozené polohy dětí rušit a měnit. Při řízené činnosti dětí do těchto poloh nikdy nenutíme (např. sedat si v kleku mezi paty). V řízených aktivitách vedeme děti k lezení po čtyřech, ne po kolenou. Vyhýbáme se rychlému lezení po kolenou na delší vzdálenost, při kterém by docházelo k úderům kolen do podložky. Menší děti budou lezení po kolenou užívat



v běžných hrách (na pejsky apod.), a to i tehdy, když budou motivovány k lezení po čtyřech. Síla paží u dítěte a pletence ramenního ještě není dostatečná. Dítě nedokáže po delší dobu udržet tíhu trupu, poloha ve vzporu dřepmo (na čtyřech) je tady pro něj obtížná, nepříjemná a zaujme dítě jen krátkodobě. (Dvořáková, 2015)

## 2 FOLKLOR DĚTÍ PŘEDŠKOLNÍHO VĚKU

V této kapitole se zaměřím na zdroje, z kterých vychází dětský folklor a jaké má své místo ve společnosti. Současně nahlédnu do Rámcového vzdělávacího programu, kde nadnesu uplatnění dětského folkloru.

Dětský folklor vychází z kultury dětí, do které zahrnujeme verbální i neverbální komunikaci dětí. Tu můžeme pozorovat ve vrstevnických dětských skupinách, kde se jedná zejména o hry a zábavy. Dětský folklor zahrnuje různé slovesné, hudební, taneční a dramatické projevy, žijící mezi mládeží a dětmi. Můžeme zde zařadit i některé hry sportovní, výtvarné a skutečné představy či pověry. Dětský folklor dle Pospíšilové a Uhlíkové (2014) se dělí na dvě skupiny: folklor pro děti a vlastní folklor dětí. Písňe, které se děti učí od dospělých, patří do folkloru pro děti. Rozpočítadla, rýmovačky, hry, vtipy, hádanky, hororová vyprávění, písňové parafráze či parodie, kresby, nápisy, řetězové dopisy a další projevy psaného folkloru řadíme do vlastního folkloru dětí. Říkadly či hádanky vznikly původně mezi dospělými. Postupně se přenesly do dětského světa, kde se staly folklorem pro děti, později folklorem dětí. Předpokladem pro živý dětský folklor jsou spontánně vzniklé skupiny dětí. Patří zde i skupiny vytvořeny institucionálně v mateřských školkách, školách, školních družinách, na letních táborech apod. Své místo si zde najdou i ulice, parky, městské dvory a jiné prostory nekontrolované dospělými.

Dětský folklor se vyznačuje funkcí zábavnou, estetickou, výchovnou, kontaktní a integrační. Jak uvádí Pospíšilová a Uhlíková všechny uvedené funkce lze chápat socializačně, neboť provázejí proces, během kterého se jedinec začleňuje do společnosti. Důležitým znakem dětského folkloru je jeho spojitost a zároveň podléhání vlnám oblíbených zábav a her. (Pospíšilová & Uhlíková, 2014)

Hry ve výchově dítěte a jejich rozmanité působení na vývoj dítěte byl hodnocen už od dob Komenského. Dětská hra je z hlediska výchovného, mravního, pohybového a etnografického nezbytnou součástí zdravého vývoje dítěte. Můžeme tedy kulturu dětí označit za mnohvrstevnou – přijímá podněty z různých kulturních sfér. Hra rovněž hraje nezbytnou roli v dětském folkloru, kde je právě zastoupena mezi jednotlivými kategoriemi souběžně s říkadly k nejpočetnějším druhům. Taneční hry se opírají o konkrétní motivaci, námět a zážitek. Do určité míry zobrazuje životní realitu a dětskou hravost. (Jelínková, 1985)

Volchynskiy, Smal, Malimon & Kovalchuk (2017) popisují, že podmínky pro sebevzdělávání dětí staršího předškolního věku jsou dané. Tradičně byl kladen důraz na nezávislost dětí od útlého věku. Velmi důležitá je nezávislá fyzická aktivita, která je v souladu s běžnými hodinami tělesné výchovy a poskytuje příležitosti pro kreativní využití dovedností v oblasti nezávislosti, samostatnosti a kultury fyzického pohybu u dětí předškolního věku. Oblíbené venkovní hry, tance, soutěže

a zábava, kde soutěživý element přispívá k úmyslnému sebevzdělávání, jsou velmi důležité. Nadále je formování morálních kvalit spojováno s potřebou striktního dodržování pravidel. Kromě problémů s estetickým a duchovním pojetím se u folklorních tanců musíme vypořádat i s psychickou zátěží plynoucí z fyzické aktivity ve spojení s rytmem a charakterem hudebního doprovodu.

Dětským folklorem se zabývalo několik sběratelů. Jedním z nejvýznamnějších na Moravě je František Bartoš se svým dílem Naše děti. Jeho dílo tak ukazuje i dnešním dětem dětské hry, hudební a slovesný folklor. Sbíрка nabízí dospělým doporučení jak pomocí lidových hudebně pohybových her u dítěte rozvíjet základní lokomoční dovednosti a motoriku dítěte. Sbířky nejen Františka Bartoše nás tak mohou obohatit o říkanky, básničky a lidové písně, které jsou dětem blízké a podporují jejich estetickou stránku osobnosti. Mezi další sběratele dětského folkloru, pouze jmenovitě, patří např. Julia Feifalika, Zdenka Jelínková a František Sušil. (Bartoš, 2005)

## **2.1 Dětský folklor v Rámcově vzdělávacím programu pro předškolní vzdělávání**

V této podkapitole se budu zabývat obsahem Rámcově vzdělávacího programu pro předškolní vzdělávání (dále RVP PV). Nahlédnu do jednotlivých oblastí vzdělávacího obsahu RVP PV a vymezím v nich místo, kde lze vhodně začlenit a uplatnit různé prvky a formy dětského folkloru. V praktické části, u jednotlivých aktivit, jsem z RVP PV vymezila určité dílčí vzdělávací cíle a kompetence, jež jsou popsány na tabulce v příloze P11. Níže je naznačena stručná charakteristika RVP PV.

Rámcově vzdělávací program pro předškolní vzdělávání je kurikulárním dokumentem na státní úrovni, který vymezuje hlavní požadavky, podmínky a pravidla pro institucionální vzdělávání dětí předškolního věku. Tato pravidla se vztahují na pedagogické činnosti, které probíhají ve vzdělávacích institucích zařazených do sítě škol a školských zařízení. Nadále RVP PV vytváří podmínky pro realizaci školního vzdělávacího programu (dále ŠVP), který si vytváří každá škola podle zásad stanovených v příslušném rámcově vzdělávacím programu.

V RVP PV nalezneme vzdělávací obsah předškolního vzdělávání, který představuje hlavní prostředek vzdělávání dítěte v mateřské škole ve věku od 2 do 6 (7) let. Zde, může učitel ve vzdělávací nabídce nalézt činnosti praktické, intelektové či v podobě příležitostí. Mezi touto nabídkou si najde své místo i folklor, zde je na učitel, zda této možnosti využije.

Obsah předškolního vzdělávání je uspořádán do pěti vzdělávacích oblastí, které se vzájemně prolínají a ovlivňují. Každá vzdělávací oblast je rozdělena na dílčí cíle (záměry), vzdělávací nabídku a očekávané výstupy (předpokládané výsledky).

## **DÍTĚ A JEHO TĚLO**

*Záměrem vzdělávacího úsilí učitele v oblasti biologické je stimulovat a podporovat růst a neurosvalový vývoj dítěte, podporovat jeho fyzickou pohodu, zlepšovat jeho tělesnou zdatnost i pohybovou a zdravotní kulturu, podporovat rozvoj jeho pohybových i manipulačních dovedností, učit je sebeobslužným dovednostem a vést je ke zdravým životním návykům a postojům (Splávcová & Vatalová, 2018, s. 15).*

Vzdělávací nabídka nám zde nabízí např. lokomoční pohybové činnosti (chůze, běh, skoky a poskoky, lezení), nelokomoční pohybové činnosti (změny poloh a pohybů těla na místě, základní gymnastika, turistika, sezónní činnosti, míčové hry apod.), které jsou i součástí tanečního folkloru. Zároveň bychom zde mohli zahrnout i činnosti hudební a hudebně pohybové hry, jež nám taktéž nabízí v této oblasti vzdělávací nabídka.

## **DÍTĚ A JEHO PSYCHIKA**

*Záměrem vzdělávacího úsilí učitele v oblasti psychologické je podporovat duševní pohodu, psychickou zdatnost a odolnost dítěte, rozvoj jeho intelektu, řeči a jazyka, poznávacích procesů a funkcí, jeho citů i vůle, stejně tak i jeho sebepojetí a sebe nahlížení, jeho kreativity a sebevyjádření, stimulovat osvojování a rozvoj jeho vzdělávacích dovedností a povzbuzovat je v dalším rozvoji, poznávání a učení. (Splávcová & Vatalová, 2018, s. 17).*

Oblast je dále rozdělena do tří podoblastí.

### **1. Jazyk a řeč**

Ze vzdělávací nabídky z této podoblasti v dětském folkloru můžeme využít činnosti artikulační, řečové, sluchové a rytmické hry, hry se slovy, slovní hádanky či vokální činnosti. Jako další činnosti nám tato podoblast nabízí např. Společné diskuze, rozhovory, individuální a skupinové konverzace (vyprávění zážitků, příběhů, vyprávění podle skutečnosti, vlastní fantazie i podle obrazového materiálu, apod.) Jak je uvedeno v praktické části, byly komunikační činnosti nezbytnou součástí, pro uvedení dětí do tématu.

## 2. Poznávací schopnosti a funkce, představivost fantazie, myšlenkové operace

Tato podoblast nám nabízí činnosti zaměřené na smyslové hry, nejrůznější činnosti zaměřené na rozvoj a cvičení postřehu a vnímání, zrakové a sluchové paměti, které se v dětském tanečním folkloru nejčastěji spojují se zapamatováním si posloupnosti jednotlivých choreografických variací. V návaznosti na ně lze uplatnit činnosti zaměřené na hry nejrůznějšího zaměření, které podporují tvořivost, představivost a fantazii, v případě folkloru se jedná nejčastěji o výtvarné, hudební, taneční či dramatické aktivity.

## 3. Sebepojetí, city a vůle

Ve třetí podoblasti vzdělávací nabídka pobízí pedagoga k rozvíjení činností jako je např. spontánní hra, estetické a tvůrčí aktivity, dramatické činnosti, hry na různá témata, nebo činnosti zaměřené k poznávání různých lidských vlastností; záměrné pozorování, čím se lidé mezi sebou liší. Zde je potřeba se vyhnout možným rizikům, zejména spěchu a nervozitě, omezování možností dítěte dokončit činnost v individuálním tempu, nevhodným zásahům a přerušováním činností dětí námi.

## DÍTĚ A TEN DRUHÝ

*Záměrem vzdělávacího úsilí učitele v interpersonální oblasti je podporovat utváření vztahů dítěte k jinému dítěti či dospělému, posilovat, kultivovat a obohacovat jejich vzájemnou komunikaci a zajišťovat pohodu těchto vztahů (Splávcová & Vatalová, 2018, s. 23).*

V této oblasti vzdělávací nabídka nabízí činnosti pro sbližování kolektivu dětí, k utváření sociálních kontaktů a komunikaci. Uplatnění folkloru si i zde najde své místo např. u činností zaměřených na poznávání sociálního prostředí, v němž dítě žije. U dětí předškolního věku se jedná převážně o rodinu a mateřskou školu. Dalšími činnostmi mohou být sociální a interaktivní hry, hraní rolí, dramatické činnosti, hudebně pohybové hry a výtvarné hry. Nezapomíná se zde ani na individualitu dítěte a vnímání jeho potřeb, dítě se učí chránit soukromí a bezpečí nejen své ale i druhých. Potřebuje prostředí empatické, respektující jeho individualitu a pocit bezpečí. Pedagog by si tak tyto rizika měl uvědomovat, a nedopouštět se chyb s nimi spojenými.

## DÍTĚ A SPOLEČNOST

*Záměrem vzdělávacího úsilí učitele v oblasti sociálně-kulturní je uvést dítě do společenství ostatních lidí a do pravidel soužití s ostatními, uvést je do světa materiálních i duchovních hodnot, do světa kultury a umění, pomoci dítěti osvojit si potřebné dovednosti, návyky i postoje a umožnit*

*mu aktivně se podílet na utváření společenské pohody ve svém sociálním prostředí (Splávcová & Vatalová, 2018, s. 23).*

Hlavní činnosti a příležitosti vhodné pro tuto oblast můžeme zařadit tvůrčí činnosti slovesné, literární, výtvarné či dramatické, hudební a hudebně pohybové, činnosti podněcující tvořivost a nápaditost dítěte, estetické vnímání a vyjadřování, tříbení vkusu. Jako další činnosti jsou vhodné hry zaměřené k poznávání a rozlišování různých společenských rolí (dítě, dospělý, rodič, učitel, žák, role dané pohlavím, profesní a herní role) a jejich osvojování, do nichž se dítě přirozeně dostává. Hry a praktických činností, které uvádějí dítě do světa lidí, jejich občanského života a práce, které tato oblast dítěti nabízí, lze prostřednictvím folkloru dítěti přiblížit. Řemesla a povolání jsou častým tématem folkloru hudebního i slovesného. Praktické dovednosti zde získává manipulací s některými pomůckami a nástroji.

## **DÍTĚ A SVĚT**

*Záměrem vzdělávacího úsilí učitele v environmentální oblasti je založit u dítěte elementární povědomí o okolním světě a jeho dění, o vlivu člověka na životní prostředí – počínaje nejbližším okolím a konče globálními problémy celosvětového dosahu – a vytvořit elementární základy pro otevřený a odpovědný postoj dítěte (člověka) k životnímu prostředí (Splávcová & Vatalová, 2018, s. 27).*

Poslední oblast nabízí v hlavních činnostech poznávání nejbližšího okolí dítěte, které je v předškolním věku důležitou součástí života dítěte. Dítě se učí pracovat s literárními texty, s obrázkovým materiálem, využívat encyklopedie a další média. Jeho praktické činnosti jsou zaměřeny na manipulaci s předměty, pomůckami, hračkami a technickými přístroji, se kterými se dítě běžně setkává. Zároveň se dítě učí činností jak chránit prostředí ve, kterém žije. Z hlediska využití folkloru v této oblasti se dítě seznamuje s elementárními reáliemi o naší republice.

Folklor má potenciál uplatnění v RVP PV. Ať už se tedy jedná o dětské hry, posilování vzájemné komunikace, obohacování slovní zásoby nebo seznámení se s kulturou a uměním, folklor může zcela a plně vyhovovat požadavkům rámcově vzdělávacího programu s naplněním vzdělávacích oblastí, které poskytují prostor pro začlenění folkloru. Možností jak pracovat s folklorem je tedy mnoho, ať už v běžném chodu mateřské školy tak ve volno časovém kroužku.

### 3 TANEČNÍ ČINNOSTI

Hudebně pohybová výchova je prostředkem zkvalitňování pohybových dovedností, které jsou uvedeny mezi dovednostmi nelokomočními, lokomočními a manipulačními. Rytmus i hudbu lze použít k procvičování každé z těchto dovedností. Na druhé straně je možné vycházet spíše z hudební stránky a učit se vnímat a pohybem vyjadřovat hudební atributy. Oba tyto přístupy se budou vždy vzájemně obohacovat a k vnímání hudby i provedení pohybu budou přidávat novou kvalitu.

#### RYTMICKÉ A TANEČNÍ ČINNOSTI

Rytmické a taneční činnosti obracejí pozornost k rytmickým a hudebním podnětům a **ovlivňují provedení pohybu**. Na jedné straně působí na děti silně motivačně, na straně druhé vedou k nové kvalitě pohybu – k rytmičnosti, dynamice, ucelenosti a výrazu. Pohyb v rytmu říkadél, písniček a hudby mají děti velmi rády (krátké rytmické a taneční celky rády donekonečna opakují). S nejjednoduššími říkadly začíná už maminka s miminkem (Paci, paci, pacičky, Šiju boty do roboty aj.). Zásobník říkadél a dětských písní – od národních lidových až po současné – jsou dostupné v celé řadě publikací. (Dvořáková, 2009)

- **Kvalita pohybu**

Hudba děti motivuje k lepší kvalitě pohybu – lze pozorovat, že se při hudbě snaží o estetičtější, lepší pohyb než při cvičení bez hudby. Při dynamickém tempu je při těchto činnostech pozitivně ovlivněna i zdatnost dětí. Zároveň se u nich rozvíjí schopnost vnímat rytmus, tempo, melodii, dynamiku, členění skladby a její charakter, cvičí se pohyb a orientace v prostoru, různé prostorové změny a útvary, pomocí rytmických celků a tanců se rozvíjí i pohybová paměť.

#### Pohyb a rytmus

- **Pohyb rukama**

Nejjednodušším rytmickým pohybem jsou **jednoduché souhlasné pohyby rukama** – ukazování, tleskání, mávání, kývání, točení apod., které odpovídají říkadlům a rozpočítadlům. Poté zkusíme zapojit celé **paže** – mávání „křídly“, houpání pažemi aj.

- **Pohyb nohama, hlavou**

Jednoduché jsou i základní lokomoční pohyby nohou – rytmizovaná chůze, běh, podupy. Obtížnější jsou pohyby hlavy a trupu, které (stejně jako pohyby paží) provádíme nejprve **na místě** („hodiny tikají“, „zvon odbíjí“, „strom se kývá“...). Spojení **pohybu z místa s pohybem paží**, či dokonce jiných částí těla je už obtížnější. Běžný a přiměřený je např. pohyb paží při chůzi a běhu – tleskání, rytmizace dřívky, pohyb „křídly“, pohyb jako „mašinka“ aj.

### Taneční kroky (Dvořáková, 2009)

Kromě chůze a běhu jsou pro děti běžné i další **taneční kroky**:

- **Krok poskočný** – krok pravou a poskok na pravé, krok levou a poskok na levé atd. (tečkovaný rytmus).
- **Podupy** – zadupání – rytmizace pomocí nohou – střídat 4 potlesky, 4 podupy apod., často se užívají 3 podupy a 3 osminy a pomlku jako konec fráze.
- **Krok přísunný** vpřed a stranou: výkrok levou (vpřed nebo stranou) a přísun pravou, výkrok levou (vpřed nebo stranou) a přísun pravou atd. (2/4 nebo 3/4 a valčíkový rytmus).
- **Cval přísunný** vpřed a stranou: výkrok levou (vpřed nebo stranou) a skokem přísun pravou, výkrok levou (vpřed nebo stranou) a skokem přísun pravou atd. (tečkovaný rytmus).

## 3.1 Taneční folklor

Tanec má v každé společnosti svůj nezastupitelný význam. Spolu se zpěvem představuje universální umění, na němž se dle určitého uspořádání podílejí všichni členové společnosti. Taneční folkloristika (etnochoreografie) jako samostatný obor se vyvíjel poměrně pozdě. Jak popisuje Jančář (2000), se na Moravě počátky datují k roku 1950, kdy do Etnologického ústavu Akademie věd České republiky nastoupila Zdenka Jelínková. Ta svou sběratelskou a badatelskou činností položila základy této vědecké disciplíny.

Tanec se dělí podle několika kritérií. Jedním z kritérií je počet tanečníků. Tanec se pak dělí na sólový, skupinový, trojicový, párový. Dále podle pohlaví na mužské a ženské tance, dle prostoru (řetězový, kruhový, řadový, v kolonách apod.), podle rytmicko-metrické osnovy (dvoudobé, třídobé, tance s proměnlivým rytmem aj.), dle vazby na hudební doprovod.



Pro taneční folklor na Valašsku je základním tanečním typem točivý tanec, jehož název se může lišit v daných oblastech Valašska. Pro tento tanec je typický 2/4 takt. Stejně jak název se i taneční krok v jednotlivých oblastech liší. Obecně se však vyznačuje měkkým pérováním. Mezi mužské tance patří na Valašsku odzemek. (Jančář, 2000)

## VALAŠSKÝ ODZEMEK

Odzemek patří mezi tance velmi starého původu. Předpokládá se, že jeho vznik je spojen s pastýřskou kulturou. Jedná se o mužský tanec, jež se vyznačuje prudkými, ale přesnými pohyby plnými vnitřního napětí s neočekávanými zvraty v tempu hudebního doprovodu. Tanec začíná pravidelně skokem na volnou plochu. Charakteristická je gradace sunů přes pomalé, přesně vyšlapávané kroky. Tanečník postupně přesně rytmicky vyšlapává kroky, až do obratných figur v dřepu, až po dovedné skoky. V této vrcholné části tanečník ukazuje, co vše dokáže, jak umí zvládnout tělo v plném tempu a předvádí akrobatické prvky. Tanec je doprovázen hlasitými výkřiky a hvizdy, a tanečník může tanec ozvláštnit prvky s valaškou<sup>2</sup> (obuškem). V tomto případě tanec končí zaseknutím valašky do špalku (připravené podložky z dřeva). Odzemek můžeme tedy charakterizovat jako tanec mrštnosti, pružnosti, lehkosti, ale zároveň jako tanec síly, prudkosti a rychlosti. (Kos & Struka, 1953)

## VALAŠSKÉ TANEČNÍ KROKY

V této části se seznámíme se základními tanečními prvky. Některé z prvků jsem zařadila do tanečních choreografií v praktické části. Tanečními kroky se zabývala Zdenka Jelínková, jež sepsala několik sbírek, které poučují o tancích z určitých oblastí Česka. Při nácviu tance důležité nejprve procvičit jednotlivé taneční kroky, které se v tanci vyskytují. Kroky se cvičí za doprovodu písni, jejichž rytmika je charakterem jednotlivých kroků podřízena. Při tanci dbáme na přirozené pohyby, správné držení těla a na přirozené chování při tanci.

- **Chůze**

Nácvik chůze vhodné procvičovat v kruhu, levým bokem ke středu a ruce v bok. Při chůzi je důležité našlapovat pružně a měkce, ale zároveň pevně na celém chodidle. Při chůzi v před, tedy z paty na špičku, při chůzi vzad přes špičku na patu. Krok by neměl být ani příliš dlouhý ani příliš krátký, nohy nezvedáme příliš vysoko. Trup těla držíme zpříma, příliš se nevypínáme ani nehrbíme. Ruce držíme v bok, tak, aby palce byly nazad

---

2 valaška – obušek, sekera na dlouhé násadě

a prsty vpřed. Lokty by měli směřovat stranou. Nejčastější využití této chůze je při 2/4 a 3/4 taktu. Chůzi lze obměňovat důrazem na první dobu, potlesky, podupy, vždy vycházíme z rytmu písně.

- **Krok poskočný**

Pro provedení kroku poskočného vykročíme jednou nohou vpřed. Mírně si na této noze poskočíme a druhou nohu současně pokrčíme přednožmo. Chodidlo zdvižené nohy je vodorovně se zemí vzdáleno asi 20cm od země, v poloze jak se odlepilo od země (nenapínáme, nevztyčujeme). Noha došlápne pokrčená kolmo na zem, poskočíme na ní a druhá noha se současně pokrčí přednožmo. Pokrčenou nohu před došlápnutím na zem nenapínáme, vždy došlápne kolmo na zem. Každým krokem poskočným se posuneme asi o 1 stopu vpřed. (Jelínková, 1954)

- **Cval (kvapík)**

Jedná se o rychlý přísuný krok, který se provádí vpřed i stranou šoupavě a bez vyskakování. Kroky děláme krátké a úsečné. Cval nejlépe cvičíme v kruhu čelem dovnitř s držením se za ruce. Výkročná noha je vytočená špičkou do směru tance asi o 45 stupňů. Druhá noha směřuje při přísunu špičkou do středu kruhu. Cval cvičíme vpřed i vzad. Cval vpřed zastavíme dupnutím nohou výkročnou a ihned přejdeme ve cval opačným směrem (vykročí vnitřní noha). (Jelínková, 1954)

- **Valčíkový krok**

Valčíkový krok cvičíme jednotlivě vpřed, vzad, s otáčením i ve dvojicích. Na 1. dobu vykročíme jednou nohou vpřed, na 2. dobu přisuneme druhou nohu a poněkud se na ní nadneseme (ne na špičky). Na 3. dobu klesneme zpět na paty. Jestli-že valčík tančíme dokola, připadá na jeden valčíkový krok otáčka o půl kola.

## II. PRAKTICKÁ ČÁST

## 4 PROJEKT VALAŠSKÉ TANEČKY PRO KLUKY A HOLČIČKY

Projekt je zaměřen na děti předškolního věku, jehož cílem je podpoření zájmu o pohybové aktivity této věkové kategorie. Zároveň se zaměřuje na kulturu a prostředí Valašska skrze písně a tance, které vychází z tanečních prvků typické pro tuto oblast. Taneční činnosti jsou vytvořeny podle stupně vývoje pohybových dovedností dětí v předškolním věku. Projekt je rozdělen na deset tanečních aktivit, které se uskutečnily v rozmezí dvou měsíců. Mateřská škola, ve které se projekt uskutečnil, má ve svém školním vzdělávacím programu zařazen integrovaný blok Naše tradice, kterému je projekt přizpůsoben. Výsledkem projektu je podrobný popis deseti tanců, a jejich následná evaluace. Zároveň lze projekt použít jako zásobník či inspiraci pro pedagogy mateřských škol.

Tabulka 1: Obsahový rámeček Ovčáckého tance

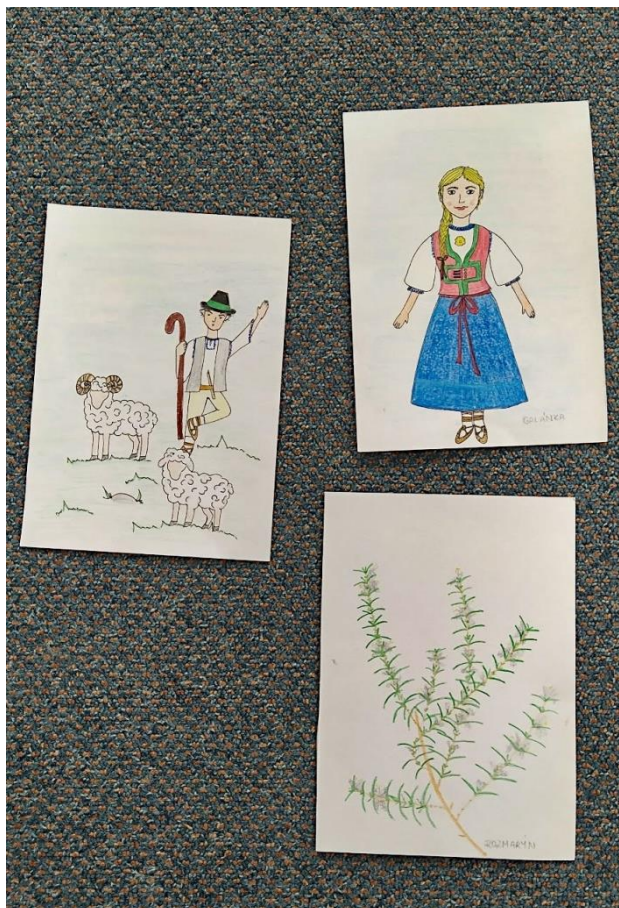
Název tance:	Vymezení z RVP-PV:	Cíle z pohledu učitele:	Cíle z pohledu dítěte:	Klíčové kompetence:
Ovčácký	DS: Seznámen s místem a prostředím, ve kterém dítě žije, a vytváření pozitivního vztahu k němu.	1. Podpořit zájem o pohybové aktivity. 2. Seznámit dítě s kulturou, ve které žije.	1. Umět se pohybovat do rytmu. 2. Popsat vlastními slovy kulturu, ve které žije.	Dítě má zájem o pohybové aktivity a zajímá se o své zdraví. (Komp. činnostní a občanská)
	<b>Metody:</b>	<b>Organizační formy:</b>	<b>Prostředky a pomůcky:</b>	
	Rozhovor Vysvětlování Demonstrace Dramatizace	Komunitní kruh Částečně řízená činnost Skupinové vyučování	Klavír, Píseň Běžala ovečka, Demonstrační obrázky	

### 4.1 Ovčácký tanec

#### Komunitní kruh

- Před samotným výstupem dětem zahrají na klavír a zazpívám písničku *Běžala ovečka* (příloha P1). Děti se mezitím posadí a vytvoří tak komunitní kruh. Nejprve se s dětmi přivítám a představím se jim, taktéž děti se představí mně svým jménem. Následně jim nastíním harmonogram aktivit, které spolu dnes projdeme. Dětem zopakují píseň s doprovodem. Předem jsem si vybrala z textu pojmy, kterým by děti nemusely porozumět a připravila si tak názornou ukázkou těchto slov. Spolu s dětmi si uděláme rozbor textu písně.

Po pomalém a opakovaném čtení textu písně, se děti zeptám, zda zcela rozumí všem slovům v textu. Pro objasnění některých slov, kterým děti nemusí rozumět (valášek, popiskovál, galánka, rozmarýn) před děti položím předem vyrobené kartičky s obrázky, tak aby na ně viděli všechny děti v kruhu. Děti pomocí demonstračních obrázků popisují co je jejich předmětem.



Obrázek 1: Demonstrační obrázky k písni *Běžala ovečka*

### Nácvik tanečních kroků a písně

- Po naučení se textu písně si s dětmi několikrát zopakujeme melodii písně.
- Následně s dětmi provedeme přípravu valašské chůze přes patu, s pružením v kolenou. Děti se tento krok pokouší napodobit nejprve volně chůzí po třídě. Pokud děti nevytvoří intuitivně kruh, do tohoto uskupení je shromáždím. Kruh je vhodný pro větší přehled, jak se dětem daří nácvik kroku. Tempo písně budu v průběhu různě upravovat (zrychlujeme, zpomalujeme). Děti se pokouší chůzi upravit dle rytmu. Nakonec děti nechám, aby zkusili předvést ovečky a jejich chůzi za doprovodu klavíru.

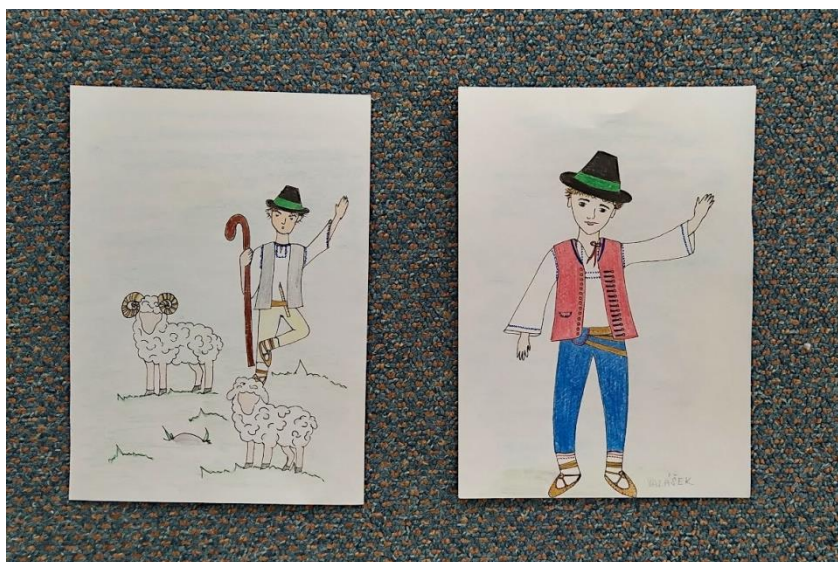
## Realizace tance

- Děti se samy rozdělí do dvojic (v případě, že je lichý počet dětí, utvoří jednu trojici). Poté se opět vytvoří kruh tak, aby dvojice stála vedle sebe. Dívky si položí ruce v bok a chlapi za záda. Prvních osm taktů (s repeticí) kráčí děti pomalým během po kruhu. Na konci osmého taktu se děti zastaví, a ve vybrané dvojici se uchopí za obě ruce. Devátý až šestnáctý takt (s repeticí) se dvojice otáčí po směru kroužku chůzí.
- Prvních osm taktů (s repeticí) v druhé sloce, utvořené dvojice stojí čelem k sobě s mírným rozestupem. Ukazovákem jedné ruky na sebe navzájem hrozí mírným pohybem ruky k tělu od těla. Po čtvrtém taktu děti vymění ruce se vztyčeným ukazovákem a opakují pohyb druhou rukou. Devátý až šestnáctý tak (s repeticí) se dvojice stejně jako v první sloce otáčí po kruhu ve dvojicích chůzí.

## 4.2 Odzemek

### Komunitní kruh

- Na komunitním kruhu dětem přichystám demonstrační obrázky. Děti přivedu k diskuzi o obrázcích, co je na nich namalováno. Diskuzi budu směřovat k životu pastevců, bačů.



Obrázek 2: Demonstrační obrázky k písni odzemek

- Dobytek se pásal na pastvinách, loukách i na lesních mýtinách. Povinností každého pastýře bylo ráno svolat dobytek z celé vesnice a odvést jej na pastvu. Pastýř zvířata hlídal, aby se neztratila, nezranila, nenapadl je vlk, nebo nespásla mokrou travu. Také je musel hlídat před změnami počasí. Pastýř měl velký bič z kožených řemínků. Někteří pastevci měli

hůl se zvonci, kterou popoháněli dobytek. Takový pastevec ovcí, nebo také ovčák, zůstával s ovce i celé léto na salaši. Jeho velkým pomocníkem byl pes, který uměl sehnat stádo dohromady, za tmy hlásit nebezpečí a zahnat vlky. Mezi další pastevece patří také svináček, který měl na starosti vepře. (Kulhánková, 2009)

### Nácvik tanečních kroků a písňe

- Prvně naučím děti text písňe (příloha P2). V textu dětem objasním slova, kterým neporozuměli. Následně děti naučím melodii. Písničku si procvičíme s vytleskáváním rytmu. Před samotným nácvikem dětem povím o odzemku. Následně nechám děti improvizovat, a vymyslet si vlastní choreografii. Poté s dětmi do rytmu písňe procvičím valašskou chůzi. Následně procvičíme jednoduchou taneční figuru, opírání nohy v předsunu, střídavě o špici a o patu. Následně si tento krok spojíme dohromady s podupy (špice, pata, dup, dup, dup) střídavě na levé i pravé noze. Jako poslední si děti vyzkouší dřep s výskokem. Při doskoku jedna noha zůstane předsunutá nížce nad zemí.

### Realizace tance

- Děti se při zpěvu první sloky postaví do prostoru, tak aby měli dostatek místa okolo. Při zpěvu mají chlapci jednu ruku nad hlavou, druhou ruku za zády. Dívky mají obě ruce v bok. Další sloku bez zpěvu předvádí figuru pata, špice, podupy. Třetí sloka je opět bez zpěvu a děti předvádí dřep s výskokem a předsunutou nohou. Čtvrtou sloku nechám děti improvizovat a zrychlím tempo doprovodu.

## 4.3 Drátenický tanec

### Komunitní kruh

- Na komunitním kruhu si pro děti připravím na ukázkou odrátovaný hrníček a obyčejný hrníček. Děti jsou samostatně vedeny k zamyšlení nad tím, v čem se jednotlivé hrníčky liší. Dětem nechám prostor na případně vzniklou diskusi. Mezi dětmi nechám kolovat odrátovaný hrnek, aby si jej dobře prohlédly z hlediska materiálu a provedení. Následně se děti zeptám, kdo takové hrníčky vyrábí.
- Dráteníci chodili po venkově, na zádech nosili nůši – krosnu, ve které měli dráty, kleště a jiné potřebné nářadí. Jejich prací bylo opravovat prasklé hrníčky, hrnce, mísy, pekáče a jiné nádoby. Tyto nádoby slepovali rozžvýkaným chlebem, nebo švestkovými povidly. Takto slepené nádoby následně pevně spojili drátem, který byl potřený omastkem – sádlem. Drát se tak snáze ohýbal a klouzal. Poté, takto spravené nádoby daly do horké

trouby, sladké povidla se roztekla, vsákla do prasklin a spojila je. Nádoby nebyli jedinou prací dráteníků. Vyráběli například pasti na myši, věšáky na oblečení, klece. Kromě drátů používali i plechy, ze kterých vyráběli cedníky, kbelíky a jiné výrobky. (Kulhánková, 2009)

### Nácvik tanečních kroků a písně

- Následně dětem zazpívám písničku *Dráteníček* (příloha P3). Po poslechu písně s dětmi udělám rozbor textu písně (o čem se v písni zpívá, zda porozuměli textu). Poté se naučíme text a melodii písně. Při zpěvu písně mohou děti vyjádřit pohybem, jak se drátuje nádobí. Následně si zopakujeme valašskou chůzi na melodii písně *Běžala ovečka* a naučíme se krok poskočný. Nejprve se krok poskočný učíme v kruhu samostatně, následně v kruhu s držením se za ruce. Konečnou fází nácviku kroku se děti na znamení (tlesknutí) v průběhu písně rozdělí z velkého kruhu do dvojic a zpět do kruhu.

### Realizace tance

- Děti rozdělíme do dvou skupin, nejlépe na chlapce a dívky. Prvních 8 taktů písně se dívky drží za ruce a valašskou chůzí se pohybují po kruhu vpravo, chlapci sedí uprostřed kruhu a tleskají na první dobu v taktu. Na konci osmého taktu se dívky zastaví a pokračují v kruhu opačným směrem dalších 8 taktů. Chlapci pokračují ve vytleskávání první doby v taktu. Na konci 16 taktu dívky s chlapci vytvoří dvojice a točí se spolu ve dvojici krokem poskočným. Zde není důležité, zda se dvojice otáčí doleva nebo doprava. Na konci 24 taktu při repetici dvojice změni směr otáčení, v tomto směru dvojice pokračují až do konce 32 taktu.
- **Obměna:** Chlapci prvních 16 taktů mohou místo vytleskávání těžké doby předvádět pohybem drátování hrnečků. Zde je potřeba, aby každé dítě sedící v kruhu mělo k dispozici do rukou hrneček. V případě dívek je možné, aby utvořili zástup (hada) a v něm se pohybovali po prostoru. Do konce 16 taktu dívky utvoří kruh, poté pokračují stejně, jak je popsáno výše.

## 4.4 Ševcovský tanec

### Komunitní kruh

- Nejdříve dětem přichystám do prostoru krpce (valašská kožená obuv). Přivedu děti k diskuzi o obuvi, kdo ji vyrábí, kde ji můžeme zakoupit, aj. Dříve se ševci dělili do dvou skupin, ti kteří vyráběli boty nové a ty, jež boty spravovali. Nové boty se nejčastěji vyráběli z kůže dobytka. Typy obuvi se šili podle ročních období, a toho, co se zrovna nosilo.



Boty se vyráběly podle dřevěného kopyta, podle kterého se bota tvarovala. Ševci při šití seděli na verpánku, a používali nástroje jako je šídlo na propíchnutí kůží, dratve (štětiny z kance) či nasmolené nitě na podšívání, kladívka a jiné. Ševci, kteří boty spravovali, byly spíše na vesnicích. (Kulhánková, 2009)



*Obrázek 3: Valašské krpce a obuvnické kladívko*

### **Nácvik tanečních kroků a písň**

- Následně si děti vyzují přezůvky. Do jedné ruky uchopí vyzutou botu a druhou ruku stisknou v pěst (napodobení kladívka). Do rytmu textu písň (příloha P4) děti tlučou do boty a napodobují opravování boty. Na prostoru se děti rozdělí do dvojic (v případě lichého počtu vytvoří jednu trojici). Děti stojí ve dvojici čelem k sobě. Dlaně stisknou v pěst. Lokty jsou pokrčeny, ruce v pěst drží před sebou v blízkosti hrudníku. Ruce jsou položeny na sobě. Horní ruka představuje kladívko, spodní ruka obuvnické kopyto s botou. Do rytmu písň děti tlučou dlaněmi o sebe. Následně dětem představím krok přísunný stranou. Krok nejprve procvičíme v řadách poté v kruhu. V kruhu děti stojí čelem k sobě, tak aby na sebe všechny dobře viděly.

### **Realizace tance**

- Před vytvořením kruhu se děti rozdělí do dvojic (v případě lichého počtu vytvoří jednu trojici). Poté vytvoří velký kruh a prvních 8 taktů vpravo po kruhu krokem přísunným stranou.

Ruce mají děti v bok. Na konci 8 taktu se dvojice zastaví a otočí čelem k sobě. Na 9 a 10 takt dlaně stisknou v pěst a vztyčí před hrudník. Levá pěst představuje ševcovské kopyto, pravá pěst kladívko. Pravá pěst tluče o spodní pěst v rytmu písni. V 11 taktu na pravé ruce vztyčí ukazováček, který představuje jehlu, kterou vloží do spodní pěsti. Následně v 12 taktu pravou ruku vztyčí nad hlavu, levá ruka je stále ve stejné pozici. Ve 13 až 16 taktu se opakují pohyby rukou stejné jako v 9 až 12 taktu.

- **Obměna:** První 4 takty se přísunným krokem děti pohybují doprostřed kruhu. Zde se drží za ruce. 5 až 6 takt přísunným krokem se vrací zpět couváním na velký kruh. V 9 až 16 taktu se opět rozdělí na dvojice, které předem vytvořili. V dvojici se drží za ruce a otáčí se poskočným krokem.

## 4.5 Řeznický tanec

### Komunitní kruh

- Před usednutím na komunitní kruh dětem zahrají a zazpívám píseň, *Vy řezníci řemeslníci* (příloha P5). Po usednutí na komunitní kruh se děti zeptám, o čem jsem jim zazpívala písničku. Následně rozeberu text písni a vytvořím diskuzi mezi dětmi kdo je to řezník a co je jeho prací.
- Řezníci zabíjeli zvířata a porcovali je. V krámech pak prodávali nejen maso, ale výrobky z nich jako je jitrnice, jelita, klobásy, paštiky a rosoly. Důležitou prací řezníka byl i nákup dobytka. Aby vybrali ten nejlepší kus, chodili po vesnických statečích a nakupovali je přímo tam. Také jezdili na dobytčí trhy, kde kupovali dobytek na maso do svých krámů. Sedláci na takový trh přivedli na prodej krávy, telata, vepře, ovce i kozy. Řezník se spolu se sedlákem při koupi dohadoval a smlouval o ceně. Poté velkým gestem a rozmachem sedláka vyplatil. Zvláštní skupinu řezníků tvořili uzenaři, kteří jako jediní mohli maso udit kouřem, nebo nakládat do směsí soli a bylin. Mezi uzené výrobky patří šunka, salám, klobásy, buřty ale i jitrnice a slanina. (Kulhánková, 2009)

### Nácvik tanečních kroků a písni

- Děti naučím text a melodii písni. Píseň procvičíme s vytleskáváním na každou dobu v taktu, poté v obměně na první dobu v taktu. Z tanečních kroků si zopakujeme krok poskočný. Cval stranou si nejprve vyzkoušíme volně na prostoru. Následně jej procvičíme v řadě, později v kruhu. Na melodii písni se naučíme podupy.

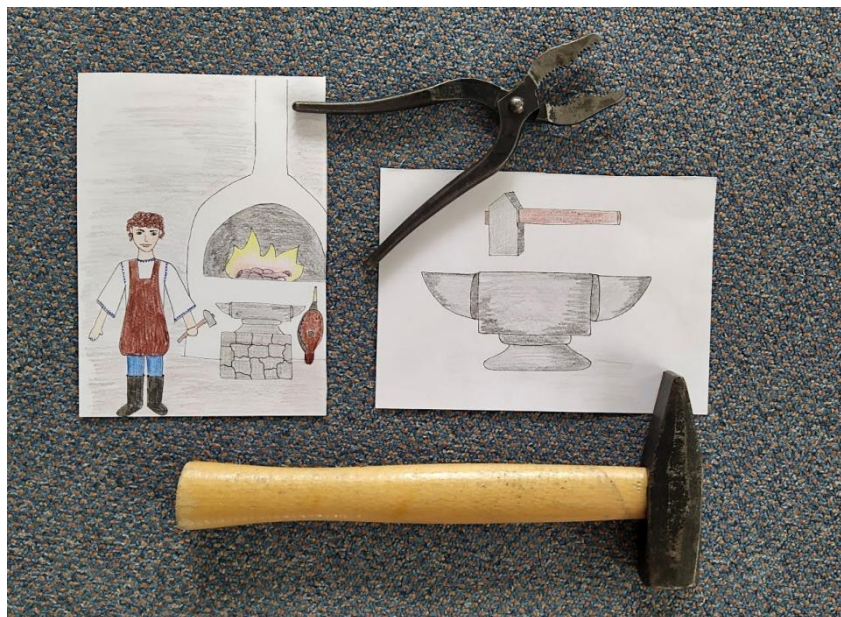
## Realizace tance

- Děti se rozdělí na dvě skupiny. Jedna skupina utvoří velký kruh, druhá skupina utvoří menší kruh ve vytvořeném velkém kruhu. Vnější kruh dětí prvních 8 taktů sloky provádí cval stranou čelem do kruhu. Ruce jsou založeny v bok. Děti ve vnějším kruhu stojí čelem k druhé skupině a vytleská do rytmu písně. Při repetici písně se role skupin vymění, tedy vnitřní kruh provádí cval stranou čelem do svého kruhu, vnější kruh vytleskává do rytmu čelem do kruhu. Na konci 16 taktu se vnitřní kruh zastaví a děti se otočí čelem k dětem z vnějšího kruhu. Na 17 a 18 takt se vnější kruh pěti drobnými podupy přiblíží k vnějšímu kruhu a zastaví. Na 19 a 20 provede podupy vnitřní kruh. Po přiblížení kruhů děti utvoří dvojice a uchopí se za obě ruce. Dalších 8 taktů se dvojice otáčí krokem poskočným. Při repetici dvojice změni směr otáčení až do posledního taktu.

## 4.6 Kovářský tanec

### Komunitní kruh

- Na realizaci tohoto tance jsem předem požádala rodiče dětí, aby si dívky donesli sukýnku nebo šaty, které budeme potřebovat při tanci. Pro případ, že by některá z dívek sukni neměla, jsem si jich několik zapůjčila v mateřské škole.
- Po přivítání dětí na komunitním kruhu před ně položím obrázky s indiciemi. Dle demonstračních obrázků a náradí zjišťují, o jakém řemeslu se naučíme tanec. Kováři vyráběli všechny potřebné nástroje ze železa – kladiva, sekáče, sekery, srpy, kosy, rýče, lopaty, podkovy, hřebíky, klíče, meče, pánve, mříže, ploty, motyky, kleště, pilníky, nůžky. Včetně užitečných předmětů vyráběli také kované předměty umělecké hodnoty jako zábradlí, zámky či klepadla na dveře. Kováři se nejčastěji rozdělovali na podkováře a zbrojíře. Železo zpracovávali tak, že ho nejprve nechali zahřát v kovářské výhni (peci), ve které rozfoukávali oheň měchem. Horké železo položili na kovadlinu a údery kladiva jej tvarovali. (Kulhánková, 2009)



Obrázek 4: Demonstrační obrázky a nářadí k písni *Kovář kuje*

### Nácvik říkanky s ukazováním

*Kovám, kovám, podkovičku,*

*koničkovy na nožičku.*

*Kovám, kovám, vesele,*

*ze železa z ocele.*

- Nejprve dětem říkanku v rytmu přednesu. Následně se děti posadí tak, aby pravá noha byla napnutá, a položí ji před sebe. Levou nohu pokrčí v kolenou, aby se kotníkem opírali o pravé stehno. Levou rukou uchopí levou nohu za kotník, pravou ruku zatnou v pěst – představuje kladivo. Do rytmu říkanky děti tlučou pravou rukou do levého chodidla. Říkanku s ukazováním si zopakujeme několikrát. Po každém zopakování říkanky si vyměníme chodidla i ruce, které budeme otloukat.

### Nácvik tanečních kroků a písňe

- Následně dětem zahrají a zazpívám píseň, *Kovář kuje* (příloha P6). Poté s dětmi uděláme rozbor textu písňe, aby jim byl text srozumitelný. Následně naučený text spojíme s melodií. Z tanečních kroků si zopakujeme na tuto melodii v rychlejším tempu krok poskočný nejprve ve velkém kruhu, následně ve dvojicích.

### Realizace tance

- Dívky udělají velký kruh a otočí se čelem do kruhu. Chlapci se posadí doprostřed kruhu zády k sobě, tedy čelem k dívkám. Děti říkají říkanku i s ukazováním. Po dokončení říkanky zahrají poslední 4 takty písničky jako předešlé. Mezi tím dívky uchopí okraj sukýnky. Při zpěvu písničky dívky napodobují sukňový pohyb nahoru a dolů, chlapci dělají stejný pohyb jako při říkance. Na konci 8 taktu se chlapci postaví a děti mezi sebou utvoří předem zvolené dvojice. Následně písničku zopakují v rychlejším tempu, děti se ve dvojici otáčejí krokem poskočným.

## 4.7 Svatební tanec

### Komunitní kruh

- Na komunitním kruhu dětem povím, že si budeme učit písničku, která se na Valašsku běžně zpívala na svatbě a byla doprovázena tancem. Děti se zeptám, zda ví co je to svatba a zda znají i nějaké tradice s touto událostí spojené. Před samotnou svatbou se konají námluvy, které se konaly u rodičů nevěsty. V domě se sešli řečník nevěsty a svědkové. Když se všichni shromáždili, dostavil se ženich se svým otcem, řečníkem a svědky. Spolu pak vyjednávali o nevěstě a jejím věnu. Jakmile rodiče nevěsty svolili a domluvili se s otcem ženicha, mohla se svatba konat. (Bartoš, 2007)

### Nácvik tanečních kroků a písničky

- Dětem zahrají a zazpívám první sloku písničky *Pacholíčku můj* (příloha P7). Následně si uděláme rozbor textu písničky a jeho porozumění. Poté děti naučím melodii písničky. Z tanečních kroků si zopakujeme valašskou chůzi. Následně dětem předvedu valčíkový krok, který se pokusí napodobit. Pro lepší ukotvení valčíkového kroku si nahlas počítáme do tří (dlouhý, krátký, krátký). Zprvu se valčíkový krok učíme v kruhu vpravo, následně do kruhu a zpět.

### Realizace tance

- Na začátku si děti zvolí dvojici. Následně utvoří velký kruh, tak aby dvojice byla vedle sebe. Všichni se drží za ruce. První dva takty se děti pohybují valčíkovým krokem v před, na 3 a 4 takt valčíkovým krokem couvají zpět. Při repetici se opět pohyby opakují. V druhé části písničky utvoří děti dvojice. Dvojice se uchopí levou rukou v loktu, pravá ruka je v bok. Otáčejí se valašskou chůzí 9 až 14 takt. Na repetici v 14 taktu si děti vymění ruce držení a opět povedou valašskou chůzi až do konce sloky.

## 4.8 Trnka

### Komunitní kruh

- Dětem přichystám vařečky, velký hrnc a tmavomodrý krepový papír. Následně přednesu indicii: „Dnes se naučíme píseň a taneček o mazlavé pomazánce z ovoce, která je sladká, a nejčastěji se používá do buchet. Co by to mohlo být?“. Po uhádnutí, že se jedná o povidla, dětem rozdám krepový papír, který nastříhám na dlouhé pruhy. Děti budou vyrábět kuličky, které představují švestky (trnky). Mezitím, co děti budou vyrábět švestky, jim několikrát zpívám a zahraji písničku, *Já mám doma trnku* (příloha P8). Píseň budu opakovat do doby, než budou mít všechny děti hotové kuličky. Po dokončení si každé dítě vybere jednu vařečku. Společně pak budeme „vařit“ povidla. Děti budou dávat kuličky do velkého hrnce. Postupně se děti vystřídají a vhodí do hrnce své připravené kuličky (trnky). Následně zamíchají vařečkou, a usadí se s ní zpět na své místo, dokud se všechny děti nevystřídají.



Obrázek 5: Pomůcky k demonstraci vaření povidel

### Nácvik tanečních kroků a písně

- Text písně si rozdělíme na dvě části. Nejprve děti naučím text první části. Ten si několikrát zopakujeme a následně propojíme s melodií. Následně se naučíme druhou část stejným postupem jako první. Po naučení obou částí si zazpíváme píseň dohromady. Při nácviku tanečních kroků si zopakujeme krok poskočný v kruhu a ve dvojicích. Následně si vyzkoušíme přeskokování z jedné nohy na druhou do rytmu písně na místě. I zde budou děti stát v kruhu.

### Realizace tance

- Dětem rozdám na začátku vařečku. Děti utvoří dvojice (při lichém počtu jednu trojici). Děti utvoří kruh čelem dovnitř, kde se drží za vařečky. Prvních 8 taktů poskočným krokem se pohybují po kruhu vpravo. Na konci 8 taktu se děti zastaví. Vařečku uchopí do rukou před sebe a přeskakují z jedné nohy na druhou do konce 16 taktu.
- Na začátku druhé sloky děti stojí v kruhu a předvádí pohybem ochutnávání povidel z vařečky. Na konci 8 taktu utvoří dvojice. Ve dvojici tancují po kruhu poskočným krokem, drží se za vařečky.

## 4.9 Truhlářský tanec

### Komunitní kruh

- Dětem na komunitním kruhu představím truhlářské povolání. Postupně se budu dětí ptát na otázky, s jakým materiálem truhlář pracuje, jaké výrobky vyrábí a zda je nějaké jiné povolání, které je podobné truhlářině. Dříve truhláři pracovali se sekerou, pilou a dlátem. S těmito předměty vyráběli nejrůznější kusy nábytku i prosté předměty. Byli spíše nazýváni stolaři, jelikož převážně vyráběli právě stoly. Podle toho, který druh nábytku vyráběli, se jim říkalo. Vyráběli almary, truhly, židle, okna, dveře a další doplňky bydlení. (Kulhánková, 2009)

### Nácvik tanečních kroků a písně

- Nejprve dětem píseň zahraji a zazpívám (příloha P9). Následně se naučíme text písně, který si několikrát zopakujeme. Poté si k textu přidáme melodii a taktéž několikrát zopakujeme. Z tanečních prvků si zopakujeme valašskou chůzi a krok poskočný. Následně nechám děti, aby sami zkusili předvést pohybem obsah textu písně.

### Realizace tance

- Děti se postaví do kruhu čelem k sobě. Levá ruka je natažená před hrudníkem. Pravá ruka je ohnutá v lokti ve výšce hrudníku překřížená s levou rukou. První dva takty děti pohybují pravou rukou vlevo, vpravo (představuje řezání dříví). Na další dva takty se ruce obíhají ve výšce hrudníku ohnuté v loktu. Ruce představují mletí mlýnku, motání. 5 a 6 takt na sebe děti ukazují. 7 a 8 takt jsou podupy.
- Druhá sloka je bez zpěvu. Na první 2 takty se pohybují do kruhu valašskou chůzí, ruce v bok. Rytmus písně je stále pomalý. Následující 2 takty couvají zpět. Na začátku 5 taktu

se uchopí za ruce a do konce 8 taktu se pohybují pomalým krokem po kruhu. Na třetí sloku bez zpěvu zrychlíme tempo, tancujeme krokem poskočným ve dvojici.

## 4.10 Metlový tanec

### Komunitní kruh

- Dětem doprostřed kruhu položím koště (metlu) z březového proutí. Zeptám se dětí, zda ví, kdo košťata vyrábí. Metlaři při výrobě košťat nejčastěji využívali březového proutí. Kromě klasických metel byly vyráběny také krátké metly, které se používali na vymetání popelu u pece. Jelikož je výroba metliček nenáročná, mohla se na jejich výrobě podílet celá rodina. Děti, se při výrobě košťat podíleli přípravou vázacích provazců z lipového lýka, nebo odtrháváním listů a odstraňováním přebytečných větviček. (Pavliščík, 2011)



Obrázek 6: Březové koště

### Nácvik tanečních kroků a písňe

- Před nácvikem písňe děti naučím text písňe (příloha P10). Pro lepší porozumění textu s dětmi udělám rozbor textu písňe tak, aby znaly význam všech slov v písni. Následně spojíme text s melodií písňe. Z tanečních kroků si zopakujeme valašskou chůzi a krok poskočný na melodii písňe. Taneční kroky procvičíme v postavení kruhu. Ruce si děti založí v bok.



**Realizace tance**

- Pro realizaci tance je potřebný lichý počet dětí. Děti utvoří velký kruh, po kterém se pohybují valašskou chůzí vpravo. Ruce mají uloženy v bok. Jedno z dětí se postaví doprostřed kruhu, v ruku drží koště. Toto dítě se pohybuje v protisměru velkého kruhu a vybírá si svou dvojici. Na konci 14 taktu dítě pohodí metlu na zem a utvoří dvojici. Ostatní děti v kruhu se taktéž snaží utvořit dvojice. Utvořené dvojice se točí po kruhu krokem poskočným až do konce písně. Dítě, které nemá dvojici, uchopí koště a tancuje s koštětem uprostřed. Tanec několikrát opakujeme.

## 5 EVALUACE PROJEKTU

Projekt zpracovává téma tanečního folkloru na Valašsku, a jak jej lze uplatnit při práci s dětmi v mateřské škole. Jeho záměrem bylo u dětí podpořit zájem o pohybové aktivity. Zvolené písně jsem vybrala z důvodu jednoduchosti textu a melodie, aby se dětem dobře učily a pamatovaly. Obsah textu písní dětem představuje život na Valašsku, a jaké tradice se zachovaly do dnes. Tradiční lidové tance dnes vystřídaly ty moderní, tedy jedním ze záměrů je dětem představit i druh tance, ze kterého vychází prvky moderního tance.

### Sebereflexe projektu

První den byl koncipován jako seznámení se s dětmi a diagnostika jejich pohybových dovedností. Při rozboru textu písně, byly velkou oporou demonstrační obrázky, které napomohly k lepšímu vysvětlení a pochopení daných pojmů, jež zobrazují. Taneční a pohybová část se zdařila. Názorné demonstrace kroků dětem výrazně pomohly k jejich pochopení a předvedení.

Hlavním tancem druhého dne projektu byl Odzemek. I přes to, že se jedná o čistě mužský tanec, byl dívkami přijat kladně. Improvizace dětem nedělala žádný problém, spíše naopak, sami přicházely s různými tanečními podněty. Vzhledem k rozmanitosti tance Odzemku by mohl být nácvik rozšířen do více dnů pro lepší organizaci výuky jednotlivých prvků tance.

Při třetím setkání jsem dětem představila drátenické řemeslo. Děti řemeslo dráteníka neznaly ani z doslechu. Některé děti měly problémy s provedením kroku poskočného. Příště by bylo vhodnější vícekrát opakovat názornou ukázkou a rozfázovat daný krok pro snazší pochopení.

Další den setkání již nesl ovoce dnů předchozích. Děti si Ševcovský tanec osvojily bez sebemenších potíží. Nápomocny jim byly zapamatované kroky z předchozích dnů.

Na pátém setkání se mezi dětmi rozpoutala diskuze o masných výrobcích v návaznosti na téma kdo je řezník. Při vytleskávání písně mělo hodně dětí problém udržet rytmus. Postupným opakováním docházelo k výraznému zlepšování. Při nácviku tance nastaly problémy při pravolevé orientaci.

Šestý projektový den byl zaměřený na kovářský tanec. Demonstrační obrázky uvedly děti do tématu a přivedly je k diskuzi. Říkanka byla dětem srozumitelná a rychle si ji zapamatovaly. Nácvik tanečních kroků byl pro děti snazší díky poznatkům z předešlých setkání, realizace tance byla pro děti nenáročná.

Při dalším setkání jsem využila téma svatby, se kterým se děti běžně setkávají. Téma svatby je také jedním z témat dětské hry. Při nácviku valčíkového kroku bylo u dětí obtížné udržet rytmus.

Na dalším setkání jsem zvolila téma sběr trnek. Některé děti popisovaly své zkušenosti z vaření povidel. Při demonstraci výroby povidel mezi sebou děti spolupracovaly. Při tvorbě kuliček z krepového papíru jsem u dětí pozorovala jejich zralost jemné motoriky. Při nácviu tance byly některé děti nesoustředěny. Jejich pozornost odváděly vařečky, které používali k šermování mezi sebou.

Devátý den projektu byl o truhláři. Truhlářské řemeslo dětem nebylo známo. Melodii písně děti znaly, ale s jiným textem. Při nácviu tance jsem nechala děti improvizovat. Při zpěvu *Už ty pilky dořezaly*, samy děti předváděli řezání pilou. Některé z prvků jsem zakomponovala do tance.

Poslední den projektu byl o metlovém tanci. Nácvik tance vycházel ze zkušeností z ostatních tanců. Tanec děti pojaly jako hru. Zde jsem pozorovala, že si tanec děti užívají a baví je. Atraktivní bylo pro děti tancovat s koštětem.

### **Reflexe ze strany dětí**

Během projektu jsem u dětí pozorovala postupné nadšení a očekávání z provedených aktivit. Děti chtěly provedené tance opakovat několikrát po sobě, protože se jim tato forma hry zalíbila. Od prvního dne byly děti velmi komunikativní a přijali mě bez obtíží mezi sebe. Přesto, že jsem pro ně byla zcela nová paní učitelka, mi sdělovali v průběhu projektových dní i osobní informace. Několik dětí mělo povědomí o tanečním folkloru, ze zkušeností rodičů či prarodičů, kteří tancují v nějakém tanečním souboru. V průběhu jednotlivých dní mezi sebou děti spolupracovaly a pomáhaly si navzájem.

První den děti nejvíce zaujala píseň *Běžala ovečka*. Tanec hodnotili jako zábavný a jednoduchý

Při druhém setkání byly děti nadšené z improvizace. Přesto, že je odzemek mužský tanec, se zapojily všechny dívky. Tanec byl pro ně přitažlivý a zajímavý. Děti se před sebou předváděly a ukazovaly si své vlastní taneční kroky. Při dalším setkání se děti seznámili s drátenickým řemeslem a krokem poskočným. Nácvik poskočného kroku byl pro některé děti obtížný.

Chlapec: „Já to asi nezvládnu. Ty nohy si dělají, co chtějí“

Při dalších setkáních často vznikali na komunitním kruhu diskuze mezi dětmi o vlastních zkušenostech.

Dívka: „My jsme taky byly u toho řezníka. Maminka mi tam kupuje moji oblíbenou šunku.“

Chlapec: „Já tam chodím s babičkou, a pak máme na oběd řízky, ty mám rád.“

Děti se každým dalším dnem zdokonalovaly v tanečních činnostech a jejich nadšení se postupně stupňovalo. Ševcovský a kovářský tanec měl u dětí velké ohlasy a chtěli jej opakovat i po další dny. Dívky si při tanci oblíbily sukýnky, které nosily po zbytek projektu. U demonstrace vaření povídel si děti navzájem pomáhaly a byla znát dobrá atmosféra.

Dalším tancem, který si děti oblíbily, byl tanec Metlový. Děti nejvíce u tohoto tance zaujalo tancování s koštětem. U tance se mezi sebou dohadovaly, kdo s koštětem bude tancovat. Jelikož pojali tanec hrou, chtěli jej několikrát opakovat.

Dívka: „Dnešní den se mi líbil ze všech nejvíc.“

Chlapec: „To naučím bráchu, a budeme to tančit doma.“

S ohledem na reakci dětí usuzuji, že projekt měl u dětí úspěch a mnohé z nich motivoval nejen k pohybovým činnostem jako je tanec, ale i ke zpěvu a zájmu o folklor.

### **Reflexe učitelky**

Studentka na mne působila přirozeně a mile. Z jejího vystupování k dětem byla poznat empatie a porozumění. Neustále s dětmi navazovala kontakt a respektovala jejich osobnosti. Při realizaci projektu bylo vidět, že má všechno dobře připravené a promyšlené. Seznámila třídu s řemesly a tradicemi, které jsou spojené s Valašskou kulturou. Po hudební stránce bylo poznat, že studentka ovládá velmi dobře hru na klavír. U komunikace na komunitním kruhu občas používala nespisovné výrazy slov, které jsou běžné pro nářečí. Taneční choreografie byla vhodně zvolená pro děti předškolního věku. Děti při činnostech vypadali spokojeně a zapojovaly se rády. Přesto, že výstup byl vždy jeden den v týdnu, si děti studentku oblíbily. Tance a písničky chtěli zpívat i běžně. Na studentce bylo vidět, že folklor patří mezi její koníčky a dokáže se v něm orientovat, stejně, jako při práci s dětmi.

## ZÁVĚR

V bakalářské práci jsem se zabývala dětským pohybem a folklorem. V první části jsem věnovala pohybovému vývoji dítěte, který je důležitý při pedagogické práci dobře znát. V návaznosti na vývojové specifika dítěte, jsem postavila pohybovou část v praktické části. V teoretické části jsem také zahrнула obsahovou stránku Rámcově vzdělávacího programu pro předškolní vzdělávání, a jak ji lze propojit s tanečním folklorem v mateřské škole. Jako poslední z oblastí v teoretické části jsem se věnovala tanečnímu folkloru a tanečním prvkům na Valašsku. Poznatky z teoretické části jsem zakomponovala do části praktické. Zde jsem vytvořila projekt na téma Valašské tanečky pro kluky a holčičky. Cílem projektu bylo ukázat, že taneční folklor lze zařadit i do edukačního procesu v mateřské škole.

Samotnou práci jsme pojala jako inspiraci nejen pro pedagogy mateřských škol, k podpoření zájmu o pohybové aktivity u dětí předškolního věku. Do práce jsem zahrнула rešerši vhodných zdrojů, které uvedou čtenáře do folklorní tematiky a poskytnou pomoc jak správně folklor u dětí rozvíjet. V průběhu projektu jsem realizovala krátkou evaluaci, abych náročnost vybraných aktivit mohla dětem uzpůsobit. Proto jsme zvolila méně náročné taneční kroky a písně.

Přínos své práce vidím především v tom, že se mi podařilo začlenit prvky tanečního folkloru do edukačního procesu v mateřské škole. Děti získaly nové vědomosti a dovednosti. Z reflexe dětí a paní učitelky usuzují, že se mi podařilo u dětí vytvořit větší zájem o pohybovou aktivitu a zároveň i o hudební činnosti v mateřské škole. Z výpovědi paní učitelky projekt nijak nenarušil jejich vzdělávací plán. Přesto jsem nabyla pocit, že paní učitelka v zařazení folkloru do běžného edukačního procesu dětí pokračovat nebude.

K celkovému shrnutí bych chtěla říci, že folklor by mohl být jakýmkoliv způsobem zařazen do edukačního procesu v mateřských školách. Obzvláště pohybové aktivity bychom měli v současné době podporovat. Velkou roli zde hraje motivace, kterou můžeme uchopit právě ve folkloru, který je natolik různorodý. Folklor nám dává možnost zachovat tradice, aby zcela nevyumizely, a dává dětem přehled o kultuře v daném regionu, ve kterém žijí. Zároveň nás učí cenit si znalostí a zkušeností starších generací a buduje v nás národní hrdost. Jsem tedy ráda, že jsem dostala příležitost ukázat dětem v předškolním věku, jak může být folklor zajímavý a jaké zkušenosti jim může přinést.

**SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY**

- Bartoš, F. (2005). *Naše děti: jejich život v rodině, mezi sebou a v obci, jejich poesii, zábavy, hry, i práce společné*. Zlín: Krajská knihovna Františka Bartoše.
- Bartoš, F. (2007). *Moravská svatba: Líšeň; Deset rozprav lidopisných*. Muzeum jihovýchodní Moravy.
- Brettschneiderová, V., & Kubecová, M. (2018). *Taneční činnosti v předškolním vzdělávání*. Raabe.
- Dvořáková, H. (2009). *Pohybové činnosti pro předškolní vzdělávání*. Raabe.
- Fabián, J. (2009). *Slovník nespisovného jazyka valaského* (3., dopl. a rozš. vyd). Občanské sdružení Valašské Athény.
- Jančář, J. (2000). *Lidová kultura na Moravě*. Strážnice: Ústav lidové kultury
- Jelínková, Z. (1954). *Valašské lidové tance*. Státní nakladatelství krásné literatury.
- Jelínková, Z. (1985). *Dětské taneční hry z Valašska*. Okresní kulturní středisko ve Vsetíně.
- Kašpar, Z. (1999). *Valašský zpěvník: pro školy vsetínského okresu*. Vsetín: středisko služeb školám.
- Kašpar, Z. (2006). *Zahraj ně, hudečku: valašské tance z rukopisných sběrů Zdeňka Kašpara*. Občanské sdružení Jasénka.
- Kos, B., & Struka, F. (1953). *Mužské lidové tance: Instruktažní brožura pro nácvik lidových tanců ve vojenských souborech*. Praha: Naše vojsko.
- Koťátková, S. (2005). *Hry v mateřské škole v teorii a praxi*. Grada.
- Kulhánková, E. (2009). *Řemesla ve hře, písni a tanci*. Portál.
- Love, R. J., & Webb, W. G. (2009). *Mozek a řeč: neurologie nejen pro logopedy*. Portál.
- Matějček, Z. (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*. Grada.
- Pavlišník, K. (2011). *Dřevo, proutí, sláma v tradiční rukodělné výrobě na Podřevnicku*. Muzeum jihovýchodní Moravy ve Zlíně spolu s Klubem H + Z.
- Perič, T. (2012). *Sportovní příprava dětí* (Nové, aktualiz. vyd). Grada.
- Pospíšilová, J., & Uhlíková, L. (2014). *Folklor dětí a jeho etnologický výzkum: metodologická příručka*. Etnologický ústav AV ČR Praha - pracoviště Brno.

Splávcová, H. & Vatalová, J. (2018). *Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání*. Retrieved April 06, 2021, from <https://www.msmt.cz/file/45304/>

Urbanová, S. (2014). *Valašsko: historie a kultura*. Ostrava: Filozofická fakulta Ostravské univerzity v Ostravě (Centrum pro hospodářské a sociální dějiny a Ústav pro regionální studia)

Volchynskiy, A., Smal, Y., Malimon, O. & Kovalchuk, A. (2017). Introduction of Folk Physical Culture Traditions in the Educational Process of Senior Preschool Children. *Physical Education, Sports and Health Culture in Modern Society*, 57-60

**SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK**

Aj.	A jiné
DJT	Dítě a jeho tělo
DJP	Dítě a jeho psychika
DSP	Dítě a společnosti
DS	Dítě a svět
DTD	Dítě a ten druhý
Komp.	Kompetence
Např.	Například
Popř.	Po případně
RVP	Rámcově vzdělávací program
RVP PV	Rámcově vzdělávací program pro předškolní vzdělávání
ŠVP	Školní vzdělávací program
Tzv.	Tak zvaně



**SEZNAM OBRÁZKŮ**

<i>Obrázek 1: Demonstrační obrázky k písni Běžala ovečka .....</i>	29
<i>Obrázek 2: Demonstrační obrázky k písni odzemek .....</i>	30
<i>Obrázek 3: Valašské krpce a obuvnické kladívko .....</i>	33
<i>Obrázek 4: Demonstrační obrázky a nářadí k písni Kovář kuje.....</i>	36
<i>Obrázek 5: Pomůcky k demonstraci vaření povidel.....</i>	38
<i>Obrázek 6: Březové koště.....</i>	40

## SEZNAM TABULEK

Tabulka 1: Obsahový rámec Ovčáckého tance .....	28
-------------------------------------------------	----

## SEZNAM PŘÍLOH

PŘÍLOHA P1: Píseň Běžala ovečka

PŘÍLOHA P2: Píseň Odzemek

PŘÍLOHA P3: Píseň Dráteníček

PŘÍLOHA P4: Píseň Sedí švec na cestě

PŘÍLOHA P5: Píseň Vy řezníci, řemeslníci

PŘÍLOHA P6: Píseň Kovář kuje

PŘÍLOHA P7: Píseň Trnka

PŘÍLOHA P8: Píseň Pacholíčku můj

PŘÍLOHA P9: Píseň Už ty pilky dořezaly

PŘÍLOHA P10: Píseň Uvázal koníčka

PŘÍLOHA P11: Obsahový rámec jednotlivých výstupů

# PŘÍLOHA P1:PÍSEŇ BĚŽALA OVEČKA

## BĚŽALA OVEČKA

Valaská

Rusava  
P - K I 27

Moderato (♩ = 88)

The musical score is written in G major (one sharp) and 2/4 time. It consists of two staves of music. The first staff begins with a piano (*p*) dynamic and features a melodic line with notes G4, A4, B4, C5, B4, A4, G4. Chords D, A, D, and e A are indicated above the notes. The lyrics are: "1. Bě- ža- la o- ve- čka ho- re do ko- pe-čka". The second staff begins with a mezzo-forte (*mf*) dynamic and features a melodic line with notes G4, A4, B4, C5, B4, A4, G4. Chords D, G, e A7, and D are indicated above the notes. The lyrics are: "a va- lá- šek za ňú, po- pl- sko- vát na ňu." The piece concludes with a piano (*p*) dynamic.

D A D e A

*p*

1. Bě- ža- la o- ve- čka ho- re do ko- pe-čka

D G e A7 D

*mf* *p*

a va- lá- šek za ňú, po- pl- sko- vát na ňu.

2. /: Nežaluj, baránku, na svoju galánku, :/  
/: ona ti uvije věnec z rozmarýnku. :/

# PŘÍLOHA P2: PÍSEŇ ODZEMEK

*mičká rychle* Odzemek lidová z Paláškova

šty-ry ko-ze po-tý eap, kdo vy-sko-čí, ten je chlap. A ja' bych si

vy-sko-čil, a - le sem-sa po-to-čil.

# PŘÍLOHA P3: PÍSEŇ DRÁTENÍČEK

*Dráteníček*

*směně*

*lidová z Valašska*

*já jsem ma-lý drá-te-ní-ček a bí-ben-rán-ský slo-li-ce,  
a já u-mím ja-dro-ko-rad loon-ce, mi-ty, řend-li-ce.*

*Drá-te-ní-ček dra-tá-ty, ku-de-ma-ty, šňo-pa-ty, drá-te-ní-ček*

*dra-tá-ty, ty ku-deš mi-j.*

# PŘÍLOHA P4: PÍSEŇ SEDÍ ŠVEC NA CESTĚ

## SEDÍ ŠVEC NA CESTĚ

Figurální tanec "ševčovská"

Kunovice  
P - K III 53

Tempo di valse lente (♩ = 116)

F C F C F

*p* *mf*



1. Se- dí švec na ce- stě, ši-je bo- ty ne vĕ- stě,

F C F C F

*p* *mf*



se- dí švec na ce- stě na ver- pán- ku.

L'istesso tempo (♩ = ♩)

*mf* F C F C F



Kla-dí- večkem po- fu- ká- vá, pich- ne, dratvu vy- tá- hne.

F C F C7 F

*f*



kla-dí- večkem po- fu- ká- vá, pichne, drat- vu vy- tá- hne.

# PŘÍLOHA P5: PÍSEŇ VY ŘEZNÍCI ŘEMSELNÍCI

Handwritten musical score for the song "Píseň vy řezníci řemeslníci". The score is written on three staves in G major (one flat) and 4/4 time. The lyrics are written in Czech below each staff.

Lyrics:

Vy řezníci, řemeslníci, vy se dobře máte, dřívě něco ku-pu-je-te,  
fšeclo obma-tá-te. Zač toho vo-la áte do slo-va? Zač ho  
á- te dřívě neří-ká-te, zač ho á- te, dáte do slo-va?



## PŘÍLOHA P6: PÍSEŇ KOVÁŘ KUJE

### 5. KOVÁŘSKÝ

(Kovář kuje...)

*Nedašova Lhota*

*Zapsali Jelínková, Jurášek.*

Po první: andante — zvolna, 0,22

Po druhé: allegretto — mírně rychle, 0,19

Po třetí: allegro — rychle, 0,12.

The musical notation is written on a single staff in 2/4 time. It consists of three measures. The first measure is marked with '1. (5. 9. 13. 17. 21.)' and contains four eighth notes. The second measure is marked with '1. 4. (12. 20.)' and contains four eighth notes. The third measure is marked with '2. 8. (16. 24.)' and contains two eighth notes. The lyrics 'Ko-vář ku-je, ko-vář ku-je, ko-vář-ka mu po-fu-ku-je, fú - ká.' are written below the staff, aligned with the notes.

1. Kovář kuje, kovář kuje, kovářka mu pofukuje,  
kovář kuje, kovář kuje, kovářka mu fúkává.

# PŘÍLOHA P7: PÍSEŇ TRNKA

*spíše* *Trnka* *a Vítězslav Hradský*

Vá-xi-la sem kon-ku, kon-ku, kon-ku, rma-lo-ra-ním kon-ku,  
ko-nec-ku. Trn-ku, kon-ku, kon-ku, kon-ku,  
rma-lo-ra-ním kon-ku, ko-nec-ku

# PŘÍLOHA P8: PÍSEŇ PACHOLÍČKU MŮJ

**PACHOLÍČKU MŮJ I. \*)**  
*Svatební*

Moderato con moto (♩ = 96) Velké Karlovice a Nový Hrozenkov  
Obecné znění v. z.

The musical score is written in 3/4 time with a key signature of one flat (B-flat). It consists of three systems of music. The first system shows the vocal melody starting with a piano (*p*) dynamic, followed by a mezzo-forte (*mf*) section. The piano accompaniment is indicated by chords F, d, G, and C. The second system features dynamics *mf*, *f*, and *mf*, with chords F, g, G, G7, and C. The third system starts with a mezzo-piano (*mp*) dynamic and uses chords F, g, C7, and F. The lyrics are written below the notes.

1. Pa-cho-lí-čku můj, koníčky ši-ruj,  
po-je-dé-me přes to po-ře, gde je po-tě-še-ní mo-je,  
ma-lo-va-ný dvůr.

## PŘÍLOHA P9: PÍSEŇ UŽ TY PILKY DOŘEZALY

### PIĽKY I – KARĽOVSKÉ UŽ TÝ PIĽKY DOŘEZALY

Velké Karlovice-Léskové  
„Potočiska“  
Zp. Marie Valúšková \*1873  
Sb. K Z 16. 8. 1956

Moderato con moto (♩ = 96)

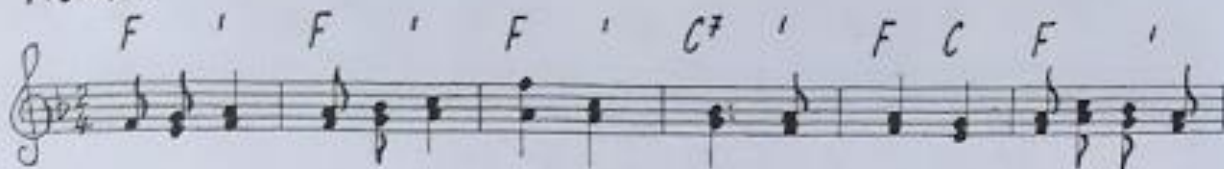
The musical score is written for a vocal line and a piano accompaniment. The key signature is one sharp (F#) and the time signature is 2/4. The tempo is Moderato con moto with a quarter note equal to 96 beats per minute. The score is divided into sections A, B, C, and D. Section A is the vocal line, starting with a mezzo-piano (mp) dynamic and moving to forte (f). The lyrics are: "1. Už ty pil-ky do-ře-za-ly, už ty mlyn-ky do-mře-ty, a ti pá-ni to-va-ry-ši, za-dře-li ich v ka-te-ři.\*". Section B is the piano accompaniment, starting with a mezzo-piano (mp) dynamic and moving to forte (f). Section C is a piano accompaniment section with a mezzo-forte (mf) dynamic, featuring a first and second ending. Section D is the final piano accompaniment section, starting with a forte (f) dynamic and ending with a double bar line and the instruction "D.C.". The score is written on five staves.

\* kateř = kateř – rámová pila

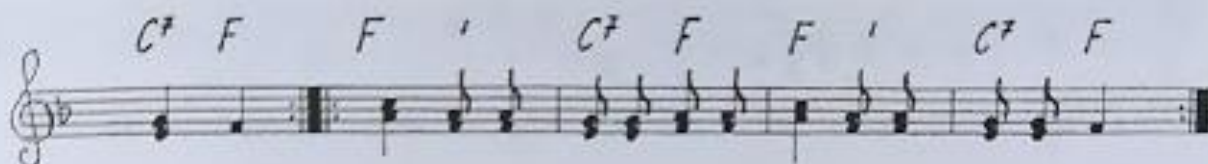
## PŘÍLOHA P10: PÍSEŇ UVÁZAL KONÍČKA

### UVÁZAL KONÍČKA

*Mírně*



U-rá-zol ko-níč-ka u su - chěj je - dlič - ky, u su - chěj je -  
ne-dá-vaj, má mi-lá, fa-leš - né hu - bič - ky, fa-leš - né hu -



dlič - ky, Do - bře tak na sy-neč-ko, do-bře tak na ně-ho,  
bič - ky! měl ne-chat' ga-lá-neč-ky, dyž ne-by - lo je-ho.

## PŘÍLOHA P11: OBSAHOVÝ RÁMEC JEDNOTLIVÝCH VÝSTUPŮ

Název tance:	Vymezení z RVP PV:	Cíle z pohledu učitele:	Cíle z pohledu dítěte:	Klíčové kompetence:	Organizační formy:	Metody:	Pomůcky a prostředky:
<b>Báčovský</b>	DS: seznamování s místem a prostředím ve kterém dítě žije, a vytváření pozitivního vztahu k němu	1. podpořit zájem o pohybové aktivity 2. seznámení dítěte s kulturou ve které žije	1. umět se pohybovat do rytmu 2. vyjádřit vlastními slovy kulturu ve které žije	Dítě má zájem o pohybové aktivity a zajímá se o své zdraví. (Komp. činnostní a občanská)	Komunitní kruh  Částečně řízená činnost  Skupinové vyučování	Rozhovor  Vysvětlování  Demonstrace  Dramatizace	Klavír, Píseň Běžala ovečka, Demonstrační obrázky
<b>Odzemek</b>	DJP: rozvoj poznatků, schopností a dovedností umožňujících pocity, získané dojmy a prožitky vyjádřit	1. seznámit dítě s pojmem řemeslo 2. podpořit zájem o pohybové aktivity	1. popsat vlastními slovy co je to řemeslo 2. umět některé taneční kroky odzemku	Dítě dokáže vyjadřovat své pocity, prožitky a nálady tancem. (Komp. komunikativní)	Komunitní kruh  Částečně řízená činnost  Skupinové vyučování	Rozhovor  Vysvětlování  Demonstrace  Dramatizace	Klavír, Píseň Odzemek, Demonstrační obrázky
<b>Drátenický</b>	DSP: Seznamování se světem lidí, kultury a umění, osvojení si základních poznatků o prostředí v němž dítě žije	1. naučit dítě krok poskočný 2. podporovat komunikaci ve skupině	1. vyzkoušet krok poskočný 2. vyjádřit vlastními slovy kdo je Dráteník	Dítě má elementární poznatky o světě a kultuře ve které žije. (Komp. v učení)	Komunitní kruh  Částečně řízená činnost  Skupinové vyučování	Rozhovor  Vysvětlování  Demonstrace  Dramatizace	Klavír, Píseň Dráteníček, Odrátovaný hrníček, Obyčejný hrníček
<b>Ševcovský</b>	DJT: Rozvoj pohybových schopností a zdokonalování dovedností v oblasti hrubé a jemné motoriky.	1. naučit dítě chodit v kruhu a udržet jej 2. seznámit dítě s Ševcovským řemeslem	1. vyjádřit vlastními slovy kdo je Švec 2. Umět chodit v kruhu a udržet jej	Dítě dokáže vyjadřovat své pocity, prožitky a nálady tancem. (Komp. komunikativní)	Komunitní kruh  Částečně řízená činnost  Skupinové vyučování	Rozhovor  Vysvětlování  Demonstrace  Dramatizace	Klavír, Píseň Sedí švec na cestě, Valšské krpce, obuvnické kladívko
<b>Řeznický</b>	DS: seznamování s místem a prostředím ve kterém dítě žije, a vytváření pozitivního vztahu k němu	1. seznámit dítě s pojmem Řezník 2. procvičit tleskání do rytmu	1. popsat vlastními slovy kdo je Řezník 2. dokázat tleskat do rytmu	Dítě má zájem o pohybové aktivity a zajímá se o své zdraví. (Komp. činnostní a občanská)	Komunitní kruh  Částečně řízená činnost  Skupinové vyučování	Rozhovor  Vysvětlování  Demonstrace  Dramatizace	Klavír, Píseň Vy řezníci, řemselníci

<b>Kovářský</b>	DTD: Rozvoj kooperativních dovedností.	1. podporovat komunikaci ve skupině 2. podpořit zájem o pohybové aktivity	1. vyjádřit vlastními slovy kdo je Kovář 2. koordinovat pohyby rukou a nohou	Dítě dokáže vyjadřovat své pocity, prožitky a nálady tancem. (Komp. komunikativní)	Komunitní kruh Částečně řízená činnost Skupinové vyučování	Rozhovor Vysvětlování Demonstrace Dramatizace	Klavír, Píseň Kovář kuje, Demonstrační obrázky, Kladivo, Kleště
<b>Svatební</b>	DJT: Rozvoj pohybových schopností a zdokonalování dovedností v oblasti hrubé a jemné motoriky.	1. naučit dítě tancovat ve skupině a individuálně 2. naučit dítě valčíkový krok	1. umět tancovat ve skupině i individuálně 2. vyzkoušet valčíkový krok	Dítě má elementární poznatky o světě a kultuře ve které žije. (Komp. v učení)	Komunitní kruh Částečně řízená činnost Skupinové vyučování	Rozhovor Vysvětlování Demonstrace Dramatizace	Klavír, Píseň Pachelůčku můj
<b>Trnkový</b>	DSP: Seznamování se světem lidí, kultury a umění, osvojení si základních poznatků o prostředí v němž dítě žije	1. seznámit děti s vařením povidel 2. naučit dítě tanci s rekvizitou	1. popsat vlastními slovy jak se vaří povidla 2. umět tančit s rekvizitou	Dítě má zájem o pohybové aktivity a zajímá se o své zdraví. (Komp. činnostní a občanská)	Komunitní kruh Částečně řízená činnost Skupinové vyučování	Rozhovor Vysvětlování Demonstrace Dramatizace	Klavír, Píseň Trnka, Hrnec, Vařečky, Krepový papír
<b>Truhlářský</b>	DTD: Rozvoj kooperativních dovedností.	1. podpořit improvizaci v tanci 2. seznámit dítě s truhlářským řemeslem	1. umět improvizovat při tanci 2. vyjádřit vlastními slovy truhlářské řemeslo	Dítě má elementární poznatky o světě a kultuře ve které žije. (Komp. v učení)	Komunitní kruh Částečně řízená činnost Skupinové vyučování	Rozhovor Vysvětlování Demonstrace Dramatizace	Klavír, Píseň Už ty pilky dořezaly
<b>Metlářský</b>	DJP: rozvoj poznatků, schopností a dovedností umožňujících pocity, získané dojmy a prožitky vyjádřit	1. naučit dítě vnímat hudební doprovod při tanci a reagovat na jeho změny 2. podporovat komunikaci ve skupině	1. dokázat vnímat hudební doprovod při tanci a reagovat na jeho změny 2. umět komunikovat s vrstevníky	Dítě má zájem o pohybové aktivity a zajímá se o své zdraví. (Komp. činnostní a občanská)	Komunitní kruh Částečně řízená činnost Skupinové vyučování	Rozhovor Vysvětlování Demonstrace Dramatizace	Klavír, Píseň Uvázal koníčka, Březové koště