

**HUDEBNÍ A TANEČNÍ FAKULTA AKADEMIE
MÚZICKÝCH UMĚNÍ**

Katedra tance

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Možnosti osvojování znalostí pomocí tance/pohybu na ZŠ

případová studie projektu Škola tančí

**Possibilities of using dance / movement in acquiring knowledge at
elementary school**

case study of the School is Dancing project

Bc.MartaVodenková

2021

Vedoucí práce - Mgr. Bohumíra Eliášová, Ph.D

Čestné prohlášení:

Potvrzuji, že diplomovou práci s názvem Osvojování znalostí pomocí tance/pohybu na základních školách jsem vypracovala samostatně, jen za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla použita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze 29.6.2021

Marta Vodenková

Poděkování:

Děkuji vedoucí práce Mgr. Bohumíře Eliášové, Ph.D za ochotu převzít záštitu nad mou diplomovou prací a trpělivost a své rodině děkuji za vytvoření podmínek pro studium a psaní práce.

ABSTRAKT

Diplomová práce ukazuje možnosti využití tance a tanečního umění ve vzdělávacím procesu, konkrétně využití tance a pohybu k osvojování znalostí na základních školách. Stručně mapuje způsoby a programy určené intervenci tance ve vyučování, zdůrazňuje obecné možnosti tance v působení na rozvoj osobnosti i utváření pozitivních vztahů v sociální skupině. Těžiště práce tkví v popisu, metodice a přínosu projektu Škola tančí organizovaném Se.s.tou, centrem pro choreografický rozvoj. Projekt je v České republice realizován od roku 2015. Diplomová práce přináší pětileté praktické zkušenosti s modelem, který nabízí využití tance jako podpůrné metody ke standardním vyučovacím postupům, reflektuje jednotlivé postupy, konkrétní metodiku a přínos celého projektu.

KLÍČOVÁ SLOVA

tanec, výuka, kreativita, základní školy, osvojování znalostí, Škola tančí

ABSTRACT

The diploma thesis shows the possibilities of using dance and dance art in the educational process, specifically the use of dance and movement to acquire knowledge in primary schools. Briefly maps ways and programs designed for dance intervention in teaching, emphasizes the general possibilities of dance in influencing the development of personality and the formation of positive relationships in the social group. The focus of the work lies in description, methodology and contribution of the project School is Dancing organized by Se.s.ta, a center for choreography development. The project has been implemented in the Czech Republic since 2015. The diploma thesis brings five years practical experience with a model that offers the use of dance as a supportive method to the standard teaching procedures, reflects the individual procedures, the specific methodology and the contribution of the whole project.

KEYWORDS

dance, education, creativity, basic schools, Acquisition of knowledge, School is dancing

OBSAH

Úvod.....	6
1. Taneční umění ve výuce.....	7
2. Příklady projektů v Čechách a v Evropě.....	8
2.1 Tanec Praha -Tanec Školám (ČR)	
2.2 Tanzplattform Rhein-Main - Dance in schools (Německo)	
2.3. One dance - Sport Premium program (Velká Británie)	
3. Škola tančí	11
3.1 Vymezení /obsah	
3.2 Historie projektu	11
3.3 Spolupráce /choreograf, pedagog/	12
3.4 Workshop	14
3.5 Témata	15
3.6 Harmonogram	18
3.7 Metodika	20
3.8 Význam a způsob reflexe.....	26
4.Vlastní projekty.....	27
Popis + metodika	
4.1 ZŠ Srdcovka a V pohybu (Pardubice).....	27
4.2 online ZŠ Meruzalka (Polná)	43
Závěr	56
Literární a internetové zdroje	58

Úvod

Tanec a pohyb byl a je přirozenou součástí života od počátku formování člověka i společnosti. Reflektovat svou situaci pomocí pohybu je potřeba, kterou můžeme sledovat napříč dějinami, ale i pozorováním dění běžného života: děti pobíhající po ulici, transformující svou radost do poskoků, bezdomovec, který zaslechne hudbu a pustí se spontánně do tance. Tanec je součástí každé kultury, nabízí velké možnosti využití pro jedince i společnost a představuje unikátní prostředek pro sbližování lidí z celého světa. Tanec samotný je dostatečně mnohostranný, aby se propojil s mnoha odvětvími. V celé historii se praktikoval pro umělecké, vzdělávací, terapeutické, sociální, politické, náboženské a jiné účely, stejně tak je tomu v současnosti.

„...tanec pomáhá, tak jako jiná umění, vyjádřit, uspořádat a sdělit svůj názor na pravdu. To aktivuje naše fyzické i psychické síly k činnosti a sceluje naši osobnost, napomáhá sebepoznání. S lepší znalostí sebe sama se zvyšuje schopnost sebekontroly, sebeovládání, ale i sebejistoty.“ (Blažičková, 2005, s. 9)

V dětském světě hraje pohyb a tanec významnou roli. energii proudící v těle a nespočet zážitků děti často reflektují a zpracovávají pomocí fyzického vyjádření. Tyto projevy nemusí vždy být vědomé, naopak přirozenost a spontaneita je průvodním znakem pohybu dítěte.

„... pohyb vytvářený z vnitřního pocitu, z radosti z pohybu samého, z určité představy, z hudebního zážitku. Harmonický pohyb a tvořivost přinášejí do života dítěte krásu, probouzejí jeho tvůrčí schopnosti a vnášejí harmonii do rozvoje celé dětské osobnosti.“ (Jeřábková, 2004, s. 8).

Správné využití dětské energie a především přirozených potřeb a reakcí nabízí další možnosti v působení na rozvoj jedince i skupiny ve vzdělávacím procesu. Ve většině vyspělých zemí světa se v současné době hledají způsoby, jak dát prostor tanečnímu umění ve výuce a přesvědčit společnost o devizách propojení tance a běžného školního prostředí.

Pro svou diplomovou práci jsem zvolila téma, které se váže na výše zmíněné hledání způsobu zapojení tance do vzdělávacího procesu. Již od roku 2015 se prakticky zabývám, osvojováním znalostí pomocí tance/pohybu. Ve spolupráci s Centrem pro choreografický rozvoj Se.s.ta záměr realizujeme díky projektu Škola tančí. Popis projektu, metodika a jeho přínos, tvoří těžiště celé práce. Diplomová práce je pojata jako případová studie projektu Škola tančí, zachycuje složitosti, detaily, vztahy a procesy probíhající v daném mikroprostředí.

Cílem je představit tanec jednak jako platnou metodu při formování osobnosti, která rozvíjí jak fyzickou, tak psychickou stránku člověka, ale i poukázat na možnosti využití pohybu v samotném učení a osvojování si znalostí. Zdůraznit devizy, klady nebo přínosy, které tato alternativa standardnímu vyučovacímu programu nabízí.

1. Taneční umění ve výuce

Různí lidé mají obvykle různé rituály, formy a způsoby, jak se něco naučit. Někdo potřebuje naprosté ticho, jiného ticho irituje a pouští si hudbu, někdo si učivo přeřikává, někdo přepisuje. Individuální potřeby na cestě k zapamatování si, ověření a osvojení jakýchkoliv informací jsou zřetelnou součástí každého jedince, každý člověk je výjimečný, stejně jako jeho specifické potřeby.

Nejinak tomu je i ve skupinových vyučovacích procesech. Klást důraz na tyto specifické potřeby ve vyučovacím procesu je samozřejmě velmi náročné. Způsoby, jak vytvořit pro každého žáka ideální prostředí pro získávání a osvojování si znalostí je pro pedagoga procesem neustálého hledání, kladení si otázek a naslouchání odpovědí. Je to společná cesta, dialog mezi žákem a učitelem. Osvojování znalostí pohybem nabízí jednu z mnoha možností, ze kterých by se cesta za rozvíjením dětské osobnosti mohla skládat.

Nových a aktuálních trendů a metod ve vzdělávacích procesech je mnoho. Ve vztahu k tanečnímu umění se znovu vracíme k evropským základům antické filosofie a kultury, kde tanec měl platné místo ve výchově a kultivaci lidské osobnosti. Umění obecně otevírá mysl, klade otázky, rozvíjí tvořivost. Současné tendence tyto aspekty reflektují a evropské státy integrují tanec do vzdělávacích programů v různých podobách, systémech, tanec se stává součástí kurikula, přichází do škol formou projektů či samostatnou intervencí umělce.

Kreativní způsob použití tance ve výchově jedince nabízí holistický přístup, cestu k výchově celistvého a kultivovaného jedince.

Už v dětství můžeme mezi rozvojem intelektu a motoriky vysledovat obousměrný vztah. V procesu tance naprosto přirozeně propojujeme fysis, racio a psýché. Tělo se rozpohybuje, mozek koriguje okolnosti (prostor, estetiku, záměr atd.) a z toho všeho máme nějaký pocit. Aktivní propojení vytváří kombinaci fyzického a psychického zážitku, která povyšuje možnosti tance v působení na kvalitní a potřebné formování kultivované a jedinečné osobnosti.

Kreativní způsob výuky tance nabízí možnost rozvíjet schopnosti a dovednosti formou pohybu každému. Není limitován tělesnými dispozicemi, vázán jakýmkoli fyzickým kodexem. Je otevřený každému, kdo je ochotný vnímat svoje tělo, naslouchat inspiraci a hrát si nebo následovat nabízené možnosti.

Nepracuje s zažitými kánony, ale respektuje vlastní vyjádření, podporuje rozvoj individuality, uvědomění si vlastního těla i osobnosti. Napomáhá k sebereflexi, otevřenosti, ochotě riskovat a nebát se udělat chybu, vyzkoušet a přijmout či odmítnout, udělat rozhodnutí. Použití kreativního způsobu výuky tance může pomoci k vytvoření vhodných podmínek pro rozvoj dovedností, které dnes můžeme označit jako měkké dovednosti.

Zásadním způsobem může ovlivnit atmosféru a vztahy ve skupině, nabízí možnosti k vytvoření klimatu podporující spolupráci, vnímání potřeb ostatních, empatii. Tanec se většinou vyučuje ve skupině, kde potřeba regulovat pohyb v prostoru v závislosti na ostatních přichází většinou automaticky a přirozeně.

Tyto obecně definované devizy tance odborná veřejnost zohledňuje a můžeme sledovat postupný nárůst tanečního umění na základních školách v Evropě i v Čechách.

Většina programů integrující taneční umění je zaměřena primárně na výše zmíněné devizy samotného působení a vlivu tance na rozvoj dětské osobnosti. Projekty cílené na taneční výchovu na základních školách pracují s konkrétní časovou dotací, která se čerpá z předmětů kurikula. Logicky tedy školy pro intervence umělců využívají předmět tělesná výchova (např. Sport Premium program), popřípadě estetickou výchovu (např. projekt Tanec do škol) nebo se snaží tanec integrovat do kontinuálního vzdělávání (např. projekt Dance in schools).

2. Příklady projektů v Čechách a Evropě

2.1 Tanec Praha - projekt Tanec školám

Tanec školám je umělecko-vzdělávací projekt, který již 12. rokem realizuje myšlenku, že tanec a pohyb mají nezastupitelné místo ve výchovném procesu dětí. Projekt navazuje na dlouholetou praxi Tance Praha s komunitní prací umělců mezi dětmi. Pilotní celoroční výukou začal realizovat již roku 2006 a umělci dosud působili celkem na jedenácti pražských školách. V roce 2017 byla kontinuální výuk nahrazena kratšími bloky a díky tomu se do projektu zapojilo více pražských škol.

Jde o alternativně-vzdělávací umělecký program vycházející z principů metodiky Taneční a pohybové výchovy. Využívá specifika taneční tvorby k formování dětské osobnosti, vytváří trvalé vazby mezi myšlením, emocemi a fyzickou stránkou dítěte, harmonizuje jeho tělesný vývoj a rozvíjí inteligenci těla. Učí vnímavosti vůči prostředí, podporuje rozvoj sociální inteligence. Vede žáky od spontánního pohybu k vědomému používání těla a ke kultivování pohybu.

Kreativní pohybová výuka má podobu 3 měsíčních bloků: - Jarní blok = 12 lekcí / únor-květen - Podzimní blok = 10 lekcí / říjen-prosinec Ideální je návaznost podzimního a jarního bloku v jedné třídě. Rozvržení hodin je individuální, dle možností školy i lektorů. Lektoři obvykle učí na škole vícero tříd návazně za sebou ve 2 – 4 hodinových blocích pravidelně každý týden.

Kreativní pohybová výuka je obvykle součástí vyučování. Školy mohou čerpat časovou dotaci (10–12 hodin/blok) v rámci estetické výchovy (doplňující obor Taneční a pohybová výchova), často jí však čerpají v rámci hodin tělesné výchovy, vzhledem k využití tělocvičny. Program je svým tvůrčím a uměleckým zaměřením, s intenzivní hudební složkou i obohacením estetické výchovy. Taneční a pohybová výchova je doplňující vzdělávací obor v rámci estetické výchovy, který byl začleněn do Rámcového vzdělávacího programu opatřením ministra školství s účinností od 1. 9. 2010 (část 5.10.5). Umožňuje školám obohatit vzdělávací obsah základního vzdělání v oblasti Umění a kultura.

Kreativní pohybová výuka je vhodná především pro 1. ale i 2. stupeň základních škol Optimální je její zavádění postupně od prvního ročníku, vhodná je i pro přípravné třídy.

Tanec Praha, jako organizátor výuky/projektu, poskytuje pedagogické a koordinační zázemí pro realizaci ve školách. Tzn. zkušené lektory, profesionální taneční umělce/pedagogy dlouhodobě se věnují práci s dětmi. Lektorský tým tvoří 1 taneční umělec a 1 hudebník, v případě větších kolektivů i 1 asistent.

2.2 Tanzplattform Rhein-Main

Tanzplattform Rhein-Main je organizací, která zahrnuje širokou škálu produkčních, výkonnostních a vzdělávacích formátů, zaměřených na taneční profesionály, amatéry, kteří chtějí objevovat tanec pro sebe a milovníky tance obecně. Posláním Tanzplattform Rhein-Main je posilovat taneční tvůrce a tanec v regionu Rýn-Mohan, pomáhat budovat místní a mezinárodní síť mezi jednotlivci a institucemi a zvyšovat povědomí a podporovat lásku k tanci v oblasti Rýna jako hlavního regionu.

Hlavním těžištěm aktivit Tanzplattform Rhein-Main je spolupráce mezi Künstlerhaus Mousonturm a Hessisches Staatsballett, soubory dvou státních divadel v Darmstadtu a Wiesbadenu. Mezinárodní produkční dům a taneční oddělení dvou státních divadel poprvé spojily své síly v delším období, aby vytvořily Tanzplattform Rhein-Main a přispěly svými tvůrčími vstupy, nápady a zkušenostmi.

Činnost organizace je velmi pestrá, kromě projektu Dance in schools nabízí každoroční festival Tanzfestival Rhein-Main, choreografům vícedenní rezidence, prostor pro tvorbu, i produkční zaštitění. Formát „Ensemble Mobil“ dává umělcům šanci vytvářet inscenace, které putují po regionu a přinášejí taneční představení na místa mimo tradiční divadelní prostory.

V Darmstadtu, Frankfurtu a Wiesbadenu také podporuje taneční kluby, které umožňují účast lidí všech věkových skupin, organizuje pravidelné školení profesionálních tanečnicků, lékařské konzultace pro tvůrce tanců, workshopy a další odborné kurzy.

Dance-in-Schools (Tanec ve školách)

Tanzplattform Rhein-Main je zakládajícím členem Spolkového svazu tance ve školách v Německu a aktivně pracuje na vývoji obecných standardů, v rámci programu Dance in Schools vytváří struktury pro propagaci a integraci tance ve školách ve Frankfurtu a Porýní-Mohanu. Konečným cílem sdružení je nastolit současnou uměleckou formu a kulturu tance ve školním vzdělávání. Umělecká forma tance by měla být určena studentům všech typů vzdělávání a na všech úrovních v kombinaci teorie a praxe.

Ve spolupráci s Wiebke Dröge vyvinuli vlastní koncept Dance-In-Schools (tanec ve školách), který neustále vylepšují. První taneční projekt proběhl s velkým úspěchem v roce 2007 ve Viktoriaschule Darmstadt v 11. třídě právě pod vedením Wiebke Dröge. Od té doby projekt expandoval, počet spolupracujících umělců vzrostl. 24 tanečních umělců spolupracovalo s různými skupinami studentů na 18-ti integrovaných komplexních školách (IGS), gymnáziích, speciálních školách, odborných školách a kulturních školách. Velmi často je projekt umístěn do škol, kam dochází děti ze sociálně slabších rodin, děti se SVP (speciální vzdělávací potřeby), děti s kázeňskými problémy. Usilovně pracují na tom, aby se tanec stal nedílnou součástí komplexního vzdělávání a osobního rozvoje. Cílem organizace je navázat dlouhodobou spolupráci s jednotlivými školami za účelem porozumění současnému tanci a jeho formám projevu.

2.3 One Dance

Je britskou institucí, jejíž cíl je rozvoj tanečního umění ve všech spektrech, kategoriích v oblasti jak na profesionálním, tak amatérském poli. Podporují všechny, kteří v tomto odvětví pracují k dosažení dokonalosti v tanečním výkonu, vzdělávání i v praktických stránkách jako je produkce a řízení jednotlivých projektů i organizací. Bojuje za zvýšený profil a význam tance ve všech prostředích a podobách, usiluje o co nejrozmanitější a nejživější taneční sektor. Cílem je vytvořit pracovní sílu, která je dobře vybavena, aby si zajistila přední místo v kultuře budoucnosti.

Cílové skupiny mají rozdělené takto :

- Taneční umělci a choreografové
- Taneční učitelé, pedagogové a praktici
- Taneční manažeři a producenti
- Taneční medicína a odborníci v oblasti vědy a výzkumu
- Všechny děti a mladí lidé

Sport Premium Program

Narozdíl od většiny organizací zabývajících se implementací tanečního umění do škol, které si vytvořily projekt většinou se slovem tanec v názvu, se OneDance UK snaží tanec propojit s předmětem PE – physical education (u nás označen jako tělesná výchova) a vytvořila Sport Premium Program PE a Sport Premium. Tanec je povinnou součástí kurikula PE na 1. a 2. stupni. Školy využívají možnosti podpory financování ke zvýšení množství a kvality tance, který je nabízen jejich žákům.

Sport Premium Program PE a Sport Premium se snaží pokrýt následujících typy služeb.

- Vzdělávání učitelů, aby mohli s jistotou provádět taneční činnost
- Zapojení tanečních specialistů, kteří budou pod dohledem učitele poskytovat další setkávání, určená k rozšíření a prohloubení dosažených dovedností
- Rozvíjet platformy tanečních představení s jinými místními školami

3. Projekt Škola tančí

3.1 Obsah/ vymezení

Projekt Škola tančí kromě zmíněných výhod nabízí nadstavbu v možnosti osvojit znalosti probrané v standardním vyučování a to hned v několika směrech. Kreativní způsob taneční výchovy nabízí možnost propojit témata konkrétního učiva s pohybovými zadáními. Může být metodou, jak znalosti pochopit v širším kontextu, následně je ověřit a uložit, pro aktivní a tzv. neposedné děti komfortním způsobem opakování.

Výstup, který je nedílnou součástí projektu, má podobu tanečního představení a zahrnuje kreativní proces tvorby. Tvorba uměleckého díla rozvíjí spoustu zásadních schopností osobnosti : představit si, klást si otázky, hledat odpovědi, učinit rozhodnutí, riskovat, spolupracovat, nechat se vést, být vůdce, prezentovat se, stát si za svými názory, hodnotit. Zároveň je procesem hravým, tedy zábavným a relativně nenáročným.

Pozn.

Cílem projektu není představit dětem proces vzdělávání jako nenáročný. Je to způsob výuky, který nabízí další možnosti, jak děti daným tématem zaujmout a motivovat k práci.

3.2 Historie, stručně cíl

Projekt Škola tančí je inspirovaný principy francouzského projektu Dance au Cour, který ve Francii úspěšně funguje s podporou Ministerstva kultury, školství a regionů už třicet let. Postupně ho v různých podobách převzaly také Belgie, Norsko a Anglie. Primárně je zaměřený na mezioborovou spolupráci, tvořivost a umělecké projektové myšlení a měl by přinášet do škol mezi pedagogy nové přístupy, moderní metody.

Základní myšlenkou konceptu je, že pohyb – tanec může pomoci žákům při osvojování poznatků napříč učivem a může rozšířit jejich rámec kompetencí. Hlavním principem je pak mezioborová spolupráce mezi tanečním tvůrcem a pedagogem. Společně vyberou téma a námět pro pohybové představení, které choreograf s dětmi během určené časové dotace cca 20-ti hodin vytvoří.

Do České republiky projekt aplikuje centrum choreografického rozvoje Se.s.ta, v čele s Marií Kinsky, která projekt zažila v originální podobě ve Francii. Centrum aktivit Se.s.ty je kromě Prahy zejména ve Žďáru nad Sázavou, proto se první projekty konaly v místním regionu, časem se pole působnosti rozšířilo o Brno, Jihlavu a Pardubice. Cíle se v jednotlivých zemích neliší, různé jsou okolnosti. Zásadní rozdíly tkví ve financování, systému vzdělávacích institucí a přístupu jednotlivých škol, ředitelů, pedagogů a rodičů.

V Čechách je velmi nepopulární slovo tanec a v kontextu použití tance jako metody pro výuku dvojnásob. Je zajímavé, jak tento přirozený způsob vyjadřování se může vyvolávat negativní emoce jako strach, odpor, opovržení, jaké má společnost zabudované předsudky a skepsi. Slovo tanec často evokuje představu plujících baletek z Labutího jezera, čili není pro chlapce, memorování choreografie s její následnou bezobsahovou interpretací, čili děti se nic nenaučí, jen ztrácí čas. Neznalost a nulová zkušenost s prací s pohybem ve vyučovacím procesu, malá podpora státních institucí, to vše přináší nedůvěru i u vedoucích a

pedagogických pracovníků, kteří mají rozhodnutí, zda projekt na škole realizují či ne, ve svých rukou.

Je stimulující a inspirující vidět, jak se tyto předsudky u pedagogů i rodičů po vlastní zkušenosti rozpouští a mizí a objevuje se nová možnost vnímání tance a pohybu, nová cesta k získávání širokospektrálních dovedností. Není neobvyklé, že škola po realizaci projektu žádá pokračování a kontinuitu, na což jsou zřídkakdy další finance.

Ve srovnání s jinými evropskými zeměmi, kde povědomí o možnostech a výhodách tance naplňuje debaty o způsobech metodiky a tanec či jiná umění jsou běžná součástí kurikula, jsme u nás stále v začátcích.

Na toto klima ve společnosti pak zákonitě navazuje financování, které je u nás stále výrazně nedostačující. V Čechách se koncept podpory umění ve vzdělávání rozvíjí individuálně, regionálně a projektově, financuje se z grantů, není mi známa širší koncepce nebo plány na obecnou podporu, proto jednotlivé organizace bojují za myšlenku a udržení všemi dostupnými prostředky. V případě Školy tančí se i školy musí na financování podílet, což automaticky některé vzdělávací instituce i přes jejich zájem vylučuje z možnosti zapojit se.

3.3 Spolupráce

Těžiště projektu tkví ve spolupráci choreografa a pedagoga. Pedagog je v roli garanta probírané látky a choreograf tvořivé činnosti, ovšem ideální je, když se tyto dvě hranice prolínají a choreograf i pedagog jsou připraveni naslouchat aktuálním potřebám, vystoupit ze své role a nabídnout, co je v dané chvíli zapotřebí. Rozdělení rolí je důležité a rozhodně mu musí předcházet společná domluva.

Spolupráce ve vzdělávací, ale i v jakékoliv jiné činnosti, může být záležitostí citlivou. Důvody, podle kterých si své spolupracovníky vybíráme jsou různé - na základě podobného přístupu, názoru, osobnosti nebo čistě proto, že se známe.

U projektu Škola tančí bývají choreograf a pedagog neznámé osoby, pocházející z různého prostředí, s odlišnými zkušenostmi, občas i s různým přístupem k žákům. Mají omezený čas na seznámení se a domluvu, jsou tudíž kladené velké nároky na otevřenost a empatii obou.

I. Role choreografa / tvůrčího pedagoga

Úlohou choreografa primárně je děti vést a společně s nimi vytvořit choreografii na zvolené téma. Aby se výše zmíněné mohlo uskutečnit, je třeba vytvořit bezpečné a uvolněné prostředí, ve kterém se dítě bude cítit dostatečně svobodné. Většina dětí do určitého věku (*pomyslná hranice by mohla být na přelomu 1.a 2. stupně*), má k pohybu a tanci blízko, je součástí jejich každodenních aktivit, takže zapojení do pohybu ve škole jim nečiní problém, naopak velmi si svou práci s tělem užívají, ale ne každé dítě se ve svém těle cítí komfortně a tanec je pro něj bezprostřední záležitostí. Pro celý proces je zásadní vytvořit pro každého aktéra podmínky, aby kýžený zážitek a zkušenost měly pozitivní dopad. Klíčový je vztah, který mezi dětmi a choreografem vzniká, který musí být postavený na důvěře. Dítě musí mít jistotu, že se mu ostatní nevysmějí, že jeho slova i činy mají důležitost.

Tvoření choreografie s dětmi/amatéry bývá často velmi podobné procesu práce s profesionálními tanečnicí na poli současného tance. Tanečnicí se stávají spoluautory, orientují se v tématu, vytváří pohybový materiál, nabízí možnosti, jak ho použít, sdílejí pocity a názory. Stejným způsobem pracují choreografové projektu Škola tančí. Každý postup bude samozřejmě individuální, nikdo nepracuje a netvoří dle předlohy, ale respektuje svůj systém, osobnost, potřeby atd. Identická bývá snaha o vztah, ve kterém se choreograf a dítě stávají v kreativním procesu partnery. Choreograf vede, nabízí impulsy, představy, inspiraci, ale zdroje pohybového materiálu objevuje společně s žáky. A právě společné hledání, cesta, nabízí možnost vytváření kvality vztahu, která vede k ideální pracovní atmosféře a sdílení prostoru s pocitem důvěry a bezpečí.

Velkou výhodou zmíněného postupu je možnost žáka se individuálně projevit, zpracovat zadání dle své představy, svých fyzických možností. Objevit, že právě jinakost ve výsledku není špatně. Nepředcvičování, ale nabízení možností, jak uchopit myšlenku a pracovat se svým tělem, je zároveň vhodnější cesta pro děti, které s pohybem mají problém, stydí se nebo mají k odmítání tance jiný důvod. Systém orientace na individuální vyjádření může právě těmto dětem umožnit postupně, krůček po krůčku vyzkoušet, jestli se v rozhodnutí netančit neukvapily. Zkušenost radí na takové žáky netlačit, nepřikazovat, ale nabízet a motivovat.

Z výše zmíněného je zřejmé, že nároky kladené na osobnost choreografa jsou velmi široké a pestré. Nutnost zaujmout a motivovat “dětské tanečnicí” a zároveň vytvořit dílo, které má výpovědní hodnotu a osloví diváka, velmi úzce spojuje dovednosti choreografa a pedagoga, což vyžaduje specifické schopnosti i vlastnosti.

II. Role pedagoga

Role pedagoga je vždy specifikována interní domluvou s choreografem. Mám zkušenost, že učitelé většinou volí mezi aktivním zapojením, což znamená, že pracují stejně jako žáci a plní úkoly, nebo rolí pozorovatele, občas tyto dvě možnosti kombinují.

Je častým požadavkem choreografa, aby pedagog řešil momentální indispozice či problémové chování, např. situace, kdy jeden žák odmítá spolupracovat a ruší koncentraci ostatních a tím celý proces. Výhodou mu bývá znalost jednotlivých žáků, jejich potřeb či motivace k rezistenci, ale i znalost sociálních vazeb ve třídě.

Aktivní zapojení nabízí možnost vyzkoušet si zadání na vlastní tělo, ověřit možnosti prakticky a sdílet zážitek. Sdílet stejný zážitek s dětmi, být součástí skupiny, tedy dětem blíže je velkou devizou. V takovém případě děti většinou velmi ocení úsilí i čas a novou možnost kontaktu s pedagogem. Během práce ve skupině se mění jednotlivé vazby uvnitř - jsme si rovni, část vede, druhá následuje. Zažívají momenty, kdy se role úplně otočí, spousta pohybových her je postavených na bázi sociálních vztahů, které se během hry mění a pro žáky je to příležitost zažít svůj vztah s pedagogem v úplně jiné rovině. Zásadní roli tady může hrát dotek, pro některé žáky to může být jedinečná a možná i jediná možnost, jak se paní učitelky dotknout.

Role pozorovatele má také svoje výhody. Málokdy má učitel možnost sledovat své žáky při činnostech z odstupu. Bývá to on, kdo zadává, vysvětluje, sleduje, radí, naslouchá a přitom stále přemýšlí, jak reagovat, jak vylepšit celé dění. V běžné vyučovací hodině je stoprocentně zapojen bez možnosti jakékoliv distance. A při takovém nasazení je možné, že

uniknou drobné nuance v chování a reakcích dětí, které by mohly být vodítkem k dalšímu posunu, nebo přehledně nechuť či negaci, kterou by mohl, kdyby byla zaregistrována zavčasu, zastavit. Mít čas a možnost tyto detaily individuálně v klidu sledovat, může nabídnout nové objevy pro postup ve vyučovacím procesu a rozvoj žáka jako individuality.

Je to ideální příležitost sledovat sociální vazby ve třídě. Každá uměle vytvořená skupina s sebou nese rizika setkání osobností, které mají mezi sebou nesoulad a raději by se nepotkávaly. Na základě nesouladu vznikají konflikty, které děti řeší různými způsoby. Role pozorovatele umožňuje pedagogovi sledovat, kde jsou zárodky nesouladu, kde konflikt vzniká, jestli se vzorec neopakuje a dále s tím pracovat.

Stává se, že učitel svou úlohu nepochopí a čas, který žáci tráví pod vedením choreografa, využije pro svou vlastní potřebu, což je zcela proti náplni a cíli projektu. Pedagog by měl být vždy přítomen v průběhu jakékoliv činnosti, pokud není domluveno jinak, a být aktivně zapojen nebo aktivně vnímat veškeré dění, jedině tak může pomoci a umocnit výsledné a žádané cílení na žáky.

příklad

Kolegyně Sandra Baumeister z organizace Tanzplattform Rhein Main na společném semináři nasdílela zkušenost, kdy pedagog do hodiny nedorazil a situace se ve třídě kázeňsky vyhroutil do momentu, kdy student po choreografce hodil židli. Celou situaci následně vyhodnotili, že v případě přítomnosti pedagoga by riziko útoku bylo výrazně nižší.

3.4 Workshop Škola tančí

Pro pedagogy základních škol je často setkání s tímto způsobem práce a s pohybem vůbec novou zkušeností. Stejně tak choreograf bývá často v rámci spolupráce s dětmi stavěn do nových situací, na které je třeba být vybaven.

Každoročně Se.s.ta pořádá několikadenní seminář ve Žďáru nad Sázavou pro choreografy a pedagogy, kteří mají o projekt zájem nebo jsou již součástí, absolvování semináře je podmínkou pro nové choreografy, kteří se do projektu chtějí zapojit. Účastníci mají příležitost vykročit ze zaběhnutého rámce, načerpat novou inspiraci a vytvořit nové profesní vazby, zároveň setkání nabízí možnost integrace nového vzdělávacího prvku do výuky, kdy tanec - „tělo v pohybu“ a tvůrčí přístup slouží jako nástroje k pochopení dané výuky.

Seminář probíhá v nádherných a inspirativních prostorách zámeckého areálu Žďár nad Sázavou pod vedením lektorů, kteří v rámci projektu Škola tančí působí již několik let a mají se vzděláváním v pohybu bohaté a zejména rozmanité zkušenosti. Seminář je akreditován Ministerstvem školství mládeže a tělovýchovy. Obsahem těchto setkávání je primárně seznámení se s náplní, systémem, organizací a rozvíjení jednotlivých metodických postupů. Většinou se vytvoří modelová situace, účastníci se rozdělí do pracovních skupin pedagog + choreograf, kteří připraví metodický postup odpovídající vybranému tématu. Ten prakticky odprezentují a následuje reflexe, rozbor a debata o postupu či dalších možnostech.

Devizu v celém workshopu shledávám právě v praktických úkolech, které umožňují jednotlivým pedagogům zažít a na vlastní tělo vyzkoušet způsob práce, který chtějí svým žákům nabídnout. Pro většinu pedagogů je pohyb nevšední způsob vyjádření se, stud a obavy bývají součástí prvních emocí, vytváří se tak tlak na vystoupení ze své komfortní zóny, proto je důležité prakticky vyzkoušet a ověřit si, že pohyb může být příjemný a kreativní způsob výuky, který nabízí opravdu široké možnosti a není třeba mít strach.

Součástí workshopu bývá přítomnost zahraničního choreografa, který má s projektem zkušenosti nebo se obecně zabývá aplikací pohybu jako způsobu osvojování znalostí. V minulosti to byly choreografky Sophie Billy a Agnes Dufour, které projekty realizují ve Francii. V současné době Se.s.ta navázala spolupráci s německou organizací Tanzplattform Rhein-Main. V říjnu 2019 proběhl společný seminář zástupců organizace Tanzplattform Rhein-Main a Se.s.ty, za účelem výměny informací o struktuře projektů zaměřených na propojení tanečního umění a výuky, metodách, strategiích a postupech. Výsledky setkání potvrdily primárně stejné cíle a metodické postupy, plánuje se propojení organizací, možné výměny choreografů či dětských skupin či spolupráce právě na Seminári Škola tančí.

Pozn.

Další profesní setkání bylo naplánované na jaro 2021 v Německu, z důvodu covidových opatření neproběhlo.

3.5 Témata

Téma v první řadě nabízí pedagog, občas se při výběru snaží zohlednit, jaké by bylo pro pohyb nejlepší, někteří pedagogové naopak volí témata, která shledají s tancem neslučitelná a jsou zvědaví, jaký postup bude zvolen.

Přístup k výběru je v rámci každého projektu trochu jiný. Některé školy dají prostor dětem, aby svůj názor a preference vyjádřily, ale finální rozhodnutí učiní dospělí, v jiném případě pedagog dětem nabídne několik možností a děti si demokraticky zvolí. Častěji je to volba domluvená mezi choreografem a učitelem, Přesná pravidla nejsou, nicméně choreograf jako hlavní tvůrce by měl mít poslední slovo, protože zabývat se tématem, které neinspiruje, může být problém.

Téma by mělo vycházet z kurikula, ideálně by mělo korespondovat s aktuálně probíranou látkou, která se může pomocí pohybu osvojit nebo i samostatně probrat. Jsou témata, která vyloženě vybízí k metodě použití těla a pohybu jako je lidské tělo/anatomie.

Možnost reálně si sáhnout na svoje nebo spolužákovo tělo, objevit způsob, jak anatomii zkoumat a pozorovat tento komplexní systém v akci, nabízí opravdové pochopení a osvojení dané problematiky. Konkrétně např. pohmatem zjistit kolik mám žeber, že tam kde je tvrdo jsou kosti, odkud kam vedou a jaký mají tvar, kolik směrů pohybu zvládne daný kloub, oproti tomu kde je měkko, tam jsou svaly atd.

příklad. - 1 - 3. třída

V ZŠ Srdcovka byly děti na základě sledování, zkoušení a prohmátání schopné spočítat, kolik kloubů mají na ruce a logicky následně odvodit, že chodidla mají identické uspořádání.

Z vlastní zkušenosti vím, že tento praktický způsob výuky o těle probouzí zvědavost, která je v procesu poznávání velmi žádoucí, a v momentě zaujetí tématem, přichází koncentrace, další nezbytný element ve společné práci s dětmi.

Informace nebo znalost, kterou objevíme sami, udržíme déle než tu, která nám byla za dobu sezení v lavici nadiktována do sešitu, a i kdyby z hlavy utekla, známe cestu, jak ji znovu najít.

Jsou témata, která se zdánlivě s tancem nepotkávají, jako třeba matematika nebo slovní druhy. Pravdou je, že tyto náměty asi jen tak nepotkáme a bývají pro choreografy výzvou. Výzvou v nejlepší slova smyslu, neboť překážky a limity mohou stimulovat a inspirovat k překonání, rozšířit obzory a otevřít nové možnosti. Jednotlivé zkušenosti choreografů s těmito zdánlivě neslučitelnými tématy byly zatím reflektovány jako pozitivní právě s ohledem na výše zmíněné.

Příklad - 5 -7. třída

Téma je matematika konkrétně zlomky. Můžeme propojit s vnímáním prostoru - dojde do poloviny sálu, o čtvrtku se vrátím, o půlku se otočím a snížím o třičtvrtě svoji výšky. Každé dítě si může navrhnout vlastní schéma, zvolit způsob jakým bude jednotlivé úseky zdolávat. Čili všichni mají svoji vlastní malou choreografii, které můžeme dublovat - naučit spolužáka, opakovat, zkoušet odzadu, točit do všech stran v prostoru, propojit dráhy s ostatními. Variant, jak drobný pohybový materiál upravit do delší prezentovatelné podoby, je spousta, záleží na choreografovi a další invenci dětí.

Český jazyk a gramatika, témata zabývající se primárně slovem, jsou pro mě nejnáročnější. Slovo je velmi konkrétní a dost často se na něj váže kategorizace, přesně daný systém, který je velmi specifický a určující. Právě konkrétnost vede děti v pohybu k napodobování významu, pantomimování a popisu, nedává příliš široké pole k uchopení a individuálnímu zpracování a vyjádření. Hledání odpovídajícího pohybového materiálu tedy může trvat déle, je třeba nacházet různé způsoby, jak najít cestu k originální vlastní nepopisnosti, nahradit pantomimu tancem.

příklad - 1.-3. třída

Téma jsou slovní druhy, konkrétně podstatná jména a slovesa. Můžeme vyjít ze základního představy, že slovesa jsou symbolem akce, označují dění, probíhající aktivitu čili pohyb. Oproti tomu podstatná jména primárně evokují státnost, sošnost, tvar či pozici. Na této bázi mohou děti odlišit druhovost slov a osvojit již vysvětlenou látku.

Choreografii můžeme vystavět na řadě deseti slov, které děti po jednom pohybově zpracují, zařadí za sebe a propojí. V organizace celé kompozice můžeme upravit dráhy, dublovat jednotlivé choreografie, vytvořit vzájemné vazby mezi dětmi.

Literární témata, nabízí velmi široké možnosti uchopení a zpracování tématu po taneční stránce. Pohyb může reflektovat situaci, pocit či parafrázi na dané dílo. Přesto s sebou příběhy nesou riziko popisnosti, děti většinou mají představu, že dílo je třeba představit komplexně se svým konkrétním dějem. Může tedy trvat déle než tanečníci přistoupí na způsob abstraktního pojetí, možnosti, že v pohybu odrazím " jen svůj pocit " .

příklad - prima osmileté Gymnázium Žďár n. S.

V projektu se propojily předměty literatura a dějepis s tématem antické báje, konkrétně Paridův soud, Trojská válka a Minotaurův labyrint. Z důvodu neaktivní spolupráce pedagogů daných předmětů, nebylo možné vše plánované realizovat a Minotaurův labyrint zůstal mimo prezentaci. I přes domluvu pedagožky látku neprobrali, tudíž část časové dotace určené na tvorbu bylo třeba k základnímu seznámení se s tématem.

Pro Paridův soud choreografka použila systém zkracování příběhu / komiks. Žáci měli ve skupině vytvořit 5 statických výstižných obrazů/fotek, které příběh odprezentují. Tato forma bývá u dětí oblíbená, domnívám se, že důvodem může být logika dění, kterou děti ke svému vyjádření často potřebují, státnost, která dává pocit kontroly, a nadsázka, která se u "komiksového principu" objevuje. Zároveň vyžaduje velké propojení ve skupině, jednotlivé

obrazy děti střídají bez domluvy, jen díky společnému propojení. (Ne vždy je vnímání ve skupině jednoduché, v případě, že děti mají opravdu problém se propojit všichni dohromady, je možné určit jednoho, na kterého se zbytek skupiny napojí a následují ho, pokud ani tato možnost nefunguje, zvukové signály mohou dopomoci.)

Trojskou válku reprezentovaly dva základní obrazy. Příjezd lodí a samotný boj. Lodě tvořily kombinace 4 až 7 těl (děti měly možnost vytvořit skupiny dle své volby), které každá po své lince, svém půdorysu, brázdí majestátně prostorem. Klid a pomalé tempo jednotlivých lodí kontrastovalo s rychlým a dynamickým bojem, který následoval.

Pro boj choreografka rozdělila třídu na dvě skupiny, každá skupina si vytvořila bojový pokřik a přípravný rituál, které se odehrávaly paralelně. Samotný střet byl schován do bezpečných běhů a skoků. Třída se rozestavila v prostoru, dva žáci, kteří nejrychleji běží a kličkují, pomocí opory v rameni použijí spolužáka k vysokému výskoku. Přibývá běžců a ti co stojí, postupně padají k zemi.

Ze zkušenosti tuším, že děti k úkolu vytvořit vlastní choreografii přistupují velmi otevřeně a dychtivě. Ať už se jedná o sólovou práci či tvorbu ve skupině. V případě možnosti lze propojit různé věkové kategorie, což některé typy škol, i např. Montessori, umožňují. Sama tuto variantu používám často.

Starší děti mají větší možnost organizace celé jednotky, což přináší do práce větší shodu a klid, kombinují se zde tvůrčí nápady napříč věkem, což nabízí rozmanitost. Často žáci využívají anatomických rozdílů velký versus malý, což samo o sobě může na jevišti vyvolat konflikt/ zápletku. Malé tělo lze vyzdvihnout, schovat do těl ostatních, častěji se v pohybu objevuje vzájemný fyzický kontakt. Riziko, které může nastat v případě spolupráce napříč věkem - starší děti nedají mladším prostor pro vyslovení či realizaci vlastních myšlenek a nápadů. Vyplácí se v případě zadání samostatné práce nečekat a "pouze nesledovat", ale aktivně jednotlivé skupiny obházet, doptávat se na plán a způsoby provedení, řešit konflikty v zárodku. V případě, že skupina má větší problém s domluvou, rychle reagovat a dle nápadů přeorganizovat složení, eventuálně vydělit další samostatnou jednotku.

Prvouka - 1.- 7. třída

Téma je koloběh života. Skupina je nejen věkově pestrá, ale zároveň čítá přes třicet žáků, což je pro jednoho choreografa i přes spolupráci pedagoga velmi náročné.

Primárně byly děti napříč věkem zaujati koncem života - smrtí, proto se společně rozhodly téma demonstrovat na koloběhu života lidského. Choreografka z důvodu těžkosti základní myšlenky, zvolil variantu retrospektivy, kdy tanečníci ožívají a jakoby vzpomínkou se po svých stopách vrací. Prostorovému uspořádání těl dominoval kruh, stejně jako koloběh života představuje nekončící celek.

V každé životní etapě tanečníci pracovali s vymezeným pohybovým materiálem s danou pohybovou kvalitou. Stáří reprezentovala primárně chůze, práce s váhou umožňující těžkost. Pro střední věk to byly drobné pohybové motivy, které se repetovaly a rozvíjely. Jednalo se převážně o mechanický pohyb, prováděný většinou pažemi a horní polovinou těla, inspirované konkrétním zaměstnáním. Dětské období děti ztvárnily pomocí drobných a rychlých skůček a popoběhnutí, které tvořily delší unisono částí. Pro počátek života děti očekávatelně použily chůzi na čtyřech či neobratné převaly.

Tanečníci byli vtaženi do vlastního pojetí, sledovat dětská těla prezentující těžkost a bolest stáří bylo velmi silným zážitkem. Domnívám se, že silné prožití pohybového ztvárnění mimo jiné umožnila dětem zkušenost a vnímání vlastní rodiny a jednotlivých generací. Znovu se potvrdilo, že myšlenka a porozumění kontextu, vede tělo snáze k jeho pohybovému vyjádření i prožitku.

Dějepis - 4.-7. třída

Téma je starověk konkrétně Egypt. Děti jeví největší zájem o hierarchii společnosti dané doby a na to navázané pohřební rituály. Třída je rozdělena na čtyři menší skupiny, každá skupina tvoří kreativní jednotku, která má svého kapitána/faraona, který má poslední slovo v případě neshody. Skupiny jsou děleny napříč věkem. Úkolem je pomocí symbolů znázornit konkrétní dění spojené s posledním rozloučením. Z počátku děti vytváří silné obrazy (pyramidy těl, nesoucí se tělo, mumifikace atd.), které na základě vlastní i choreografův reflexe poté rozvíjí do pohybu, vznikají krátké choreografické celky.

V tomto případě byli děti natolik osloveny a zaujaty samotným tématem, že z vlastní vůle a zvědavosti dohledávaly velmi detailní informace a jednotlivé krátké choreografie upravovaly dle nových informací, které byly novinkou jak pro choreografa, tak pedagoga.

V rámci každého zvoleného tématu je důležité nechat fantazii pracovat. Být připravený, mít svůj plán, ale zároveň zůstat otevřený další inspiraci. Velmi se osvědčilo dětem naslouchat, sledovat, kde je v rámci tématu těžiště jejich největšího zájmu, protože tam, kde je zájem ze strany dětí přirozený, není třeba náročně hledat další motivaci. Velkou výhodou může představovat propojení školního tématu s aktuální činností choreografa, kdy choreograf představí své téma a může svým vlastním zaujetím děti strhnout.

Zásadní při zpracovávání tématu a tvorbě je uvědomění si, že samotný proces je meritum celého projektu. Společné objevování východisek, přemýšlení v kontextu, hledání a nacházení pohybového jazyka, uvědomění si svého vlastního těla, ale i blízkost těl ostatních. Propojit těla a ducha, přes fyzickou zkušenost dosáhnout porozumění probírané látky, to je cílem, nikoli samotná prezentace ve formě excelentní a zábavné podívané.

Děti přirozeně akcentují finále celého projektu, což je představení výsledného tvaru jejich práce rodičům, škole nebo veřejnosti v rámci festivalu KoresponDance. Výstup bývá opravdu velmi silnou motivací například pro další opakování, pilování a cizelování výsledného tvaru, které děti nedělají většinou rády.

Závěrečná prezentace je podstatnou částí projektu. Představuje výsledek společného tvořivého procesu, který by bez diváka postrádal pro děti smysl. A právě společné úsilí a stejný cíl může nabídnout pozitivní rozvoj jak individualitě žáka, ale celkové atmosféře a především sociálním vztahům ve třídě. Nicméně je vhodné velké ambice na výsledný tvar potlačit a přínos sledovat v dlouhodobějším měřítku.

3.6 Harmonogram projektu

Dohoda o realizaci projektu Škola tančí mezi vedením školy (a pedagogem) a realizátorem projektu Centrem choreografického rozvoje SE.S.TA (a choreografem)

Představení projektu žákům: V ideálním případě projekt představí sám choreograf při své první návštěvě školy. Žáci by neměli dostat mylnou informaci, že se jedná o výuku tance nebo cvičení. Projekt Škola tančí jsou pohybové dílny zaměřené na výuku určitého

tématu z kurikula. S žáky bude pracovat profesionální choreograf a skrze tvůrčí proces s nimi připraví závěrečnou prezentaci.

První návštěva choreografa ve škole: Choreograf a pedagog se společně domluví na tématu z kurikula, se kterým budou v projektu pracovat. Choreograf bude přítomen na náhledu v hodině dané třídy a pedagoga a představí žákům projekt. Během této první návštěvy může choreograf krátce pohybově pracovat s žáky – záleží na dohodě mezi choreografem a pedagogem.

Dílny – přímá práce s žáky: Minimálně 20 vyučovacích hodin rozdělených na dvou až pětihodinové bloky. Součástí každého bloku je také reflexe s žáky.

Příprava: cca 20 minut přípravná a informační schůzka choreografa a pedagoga před každou dílnou.

Zpětná vazba: cca 30 minut zpětná vazba mezi choreografem a pedagogem po každé dílně: Zhodnocení dílny z pohledu pedagoga a choreografa. Sdílení otázek, pochybností, návrhů a nápadů pro příští dílnu. Vysvětlení proč se některé části vyvíjely jinak, než bylo v plánu. Vyhodnocení, na co příště navázat, co zohlednit, v čem pokračovat apod.

Příprava a zpětná vazba je důležitá součást projektu, je-li to v možnostech školy a rozvrhu, měl by mít na tuto část projektu pedagog vyčleněný čas. Neumožňují-li podmínky školy tento čas pedagogovi poskytnout, tak je nezbytný aspoň společný telefonát choreografa a pedagoga.

Veřejná prezentace: projekt směřuje k závěrečné prezentaci určené především pro rodinné příslušníky žáků. Prezentace není míněna pouze jako představení, součástí může být prezentace výstupů ale i ukázka z dílny, ukázky menších celků a choreografií s komentářem žáků, choreografa nebo učitele apod. Součástí prezentace je debata s diváky.

Závěrečná schůzka: do týdne maximálně do 14ti dnů po veřejné prezentaci proběhne závěrečná schůzka choreografa, pedagoga a žáků na přibližně jednu vyučovací hodinu ke společné reflexi projektu. Následuje ještě společná zpětná vazba mezi choreografem a pedagogem. Choreograf i pedagog, každý zvlášť ze svého úhlu pohledu, vytvoří zápis z reflexe s žáky i se zpětné vazby a pošle ho koordinátorovi projektu Škola tančí a řediteli školy.

Prezentace na festivalu KoresponDance: v ideálním případě projekt směřuje k prezentaci na festivalu KoresponDance, která je důležitým vyústěním projektu. Prezentace může být pro žáky motivací a satisfakcí. Projekt se zde prezentuje společně s dalšími třídami ze zapojených škol a v rámci profesionálních tanečních a novocirkusových představení. Vzhledem k tomu, že festival probíhá v létě na začátku prázdnin je účast dětí závislá na vůli a možnostech rodičů přijet v tomto období do Žďáru nad Sázavou. Nejpozději na konci školního roku se proto musí rodiče závazně vyjádřit k účasti/neúčasti svých dětí na této prezentaci. Realizátor projektu si také vymíní právo projekt na festivalu neprezentovat, např. z důvodu malé účasti žáků nebo kvality výstupu. Na festivalu se prezentuje upravená verze projektu pro podmínky festivalu, která se připravuje dopoledne v den představení.

Pozn.

Na festivalu KoresponDance mají děti možnost sledovat představení široké škály českých i zahraničních umělců. Po zkušenosti s vlastní tvorbou, dokáží virtuozitu a výkon jednotlivých tanečníků i choreografů více ocenit, uvědomit si náročnost celé práce. Zároveň být součástí tak prestižní akce většinou ve výsledku přináší dětem pocit radosti, uspokojení a další motivaci do tance. Konkrétně děti ze ZŠ Meruzalka se mnou sdílely své pocity ještě rok po uplynutí prezentace.

3.7 Metodika / postup v rámci časové dotace

Celá práce na projektu je rozdělena do pěti setkání, která trvají celé dopoledne. Není třeba ctít klasické členění do 45 minutových hodin. Každý choreograf přirozeně bude v jednotlivých krocích postupovat a strukturovat celou práci dle své potřeby a zvyklostí.

Ze zkušenosti vím, že časová dotace bývá dostačující, přesto už od první chvíle je cítit tlak, na plánování co tedy konkrétně budeme tvořit. Děti i pedagog bývají zvědaví a plní různých očekávání. Je výhodné tlaku odolat a první setkání věnovat pouze na seznamování, zjišťování očekávání a verbálnímu i praktickému ozřejmování, představení tématu a improvizaci. Nestavět a nefixovat materiál, věnovat čas a prostor na vnímání a zažití nového. Je důležité si uvědomit, že pracujeme se skupinou, která si tanec nevybrala, ale její nabízen.

V dialogu se můžeme zeptat, jak si děti konkrétně spolupráci představují, co si myslí, že budeme dělat? Co je to tanec? Jaké podoby pohybu znají? Jak své tělo ovládají a tudíž jaký materiál můžeme použít? Tyto otázky respektive následné odpovědi můžou relativně rychle pomoci objasnit a uvést na pravou míru jistá očekávání a vyvarujeme se pozdějších otázek typu ... a kdy už budeme tančit?

Stejně tak je pro choreografa výhodné usazení vlastních představ. Děti nemají připravená těla, neumí pracovat s energií, artikulovat pohyb a není cílem projektu je toto učit. Dost často může pohyb zůstat ve stejné kvalitě interpretace na začátku jako na konci, což je výhodné mít na zřeteli a ukládat zadání, které může dítě pohybově naplnit tak, aby mělo zážitek a následně ho mohlo zprostředkovat dál.

Vztah mezi choreografem a žáky se vytváří od prvního vstoupení do společného prostoru a je určující pro celý proces. Navázání pracovně přátelského vztahu, vyžaduje časovou investici. Důvěra, bez níž by proces nemohl plnohodnotně proběhnout, vyžaduje trpělivost, některé děti se cítí bezpečně už po 30 minutách, některým to může trvat i dvě setkání. Proto je důležité na začátku vytvořit prostor, čas a podmínky. Jedna z metod, které mohou napomoci, je dětem to nejbližší - hra.

Pohybové hry většinou dokážou děti rychle zbavit studu, v pohybu se uvolní a choreograf může začít sledovat jednak pohybové možnosti jednotlivců a zároveň vztahy v dané skupině, výrazné či nenápadné jedince, detailnější vazby, kdo je s kým víc vázán. Je výhodné mít toto vyzorované pro další práci např. ve skupinách, vyplatí se sledovat, kde ve dvojici dochází ke stimulu pracovnímu, kde naopak jeden druhého vedou k nepozornosti. Informace tohoto typu většinou může dodat pedagog, ale dobré je nespoléhat se na to.

Použití běžných her, kde se děti trochu zadýchají a díky pohybu uvolní napětí, je na začátek ideální. Hra na babu, Mrazíka, Rybičky, rybičky rybáři jedou, stejně jako desítky dalších známých her můžeme různě modifikovat, využívat různé "všední", dětem vlastní pohyby. Chůze, běh, běh po čtyřech, chůzi pozadu, skok po jedné noze, chůze ve dřepu, po špičkách. Je možné podmínkovat možnosti prostoru. Zmenšuji a zvětšuji prostor pro hru, část místnosti má nízký strop, někde se objeví tunel. Postupně do modifikací můžeme navigovat děti a začíná první společný kreativní proces, při kterém můžeme vysledovat společnou

energii skupiny, pohybové možnosti a dispozice/nedispozice, sociální vazby, kreativní potenciál, otevřenost k novému.

Riziko, které tento způsob úvodu přináší, je nekoncentrovatnost v pohybu v prostoru. Děti obecně mají nutnost koncentrace ve škole spojenou se sezením v lavici a posloucháním, s momentem nebo situací, kdy je tělo statické a v klidu. Pustíme-li tělo volně do prostoru podpořené zadáním "běž", schopnost koncentrace na způsob provedení pohybu je nedostačující a velmi často se stává, že i choreograf se ocitá na pokraji zájmu a pozornosti. Zadávat nebo upravovat úkoly v průběhu práce je tedy v počátku téměř nemožné. Učit děti vnitřnímu klidu v pohybu, schopnosti reflektovat své tělo v průběhu akce, je podstatnou součástí práce choreografa.

Do úvodních her je dobré zařadit, co nejširší škálu principů, práci s hlasem a rytmem, floorwork, ideálně dětem představit veškeré možnosti a způsoby práce s tělem, které dětská těla mohou bezpečně zvládnout.

Bezpečnost práce se svým tělem v prostoru a skupině je zásadní. Je důležité si uvědomit, že vnímání svého těla v pohybu s ohledem na bezpečí nepatří mezi dětské přirozené kompetence. Naopak spousta dětí se s velkou oblibou pouští do akrobatických prvků, srážek či jiných akcí plných risku a nebezpečí. Je úkolem choreografa riziko úrazu eliminovat na nutné minimum. Pro prevenci je dobré zařadit hry podporující vnímání prostoru a skupiny.

Příklady:

1. Děti jsou rozestavěny v prostoru v tichu. Zadání je společná unisono akce skupiny bez hlasových či jiných zřetelných signálů. Společně začít chodit, společně zastavit, společně se dostat na zem. Vzhledem k tichu je možné konkrétní úkoly zadávat během cvičení.

2. Hra na vyvažování lodě. Prostor se přetváří v představu paluby lodi, kterou musí posádka vyvažovat, aby se nepřeklopila. Pro zpestření můžeme po čase přidat jednoho či více "škodlivců" nebo "pirátů", kteří záměrně balanc lodi narušují.

Pro další rozvoj vnímání prostoru v procesu tance můžeme použít imaginativní metody

1. Po nějaké fyzické hře si děti rychle lehnou na zem a zavřou oči. Choreograf či pedagog mohou klást otázky vedoucí k uvědomění si těla v prostoru. Kde je tělo umístěno? Kam míří levá pata? Které části těla se dotýkají podlahy? Kdo leží po mé pravé straně? Kde je konkrétní spolužák?

2. Děti si v hlavě představí půdorys, dráhu, můžeme použít představu cesty do školy. Dráhu můžou namalovat na papír, prstem do vzduchu nebo jen nechat v hlavě. Následně zkusí dráhu pohybem kopírovat. Stejně zadání můžeme rozšířit do spolupráce ve dvojicích - své namalované cesty si vymění, vyzkouší si a následně můžou srovnávat zdali je výsledná dráha totožná.

Každý choreograf bude mít svůj přístup ke způsobům, jak spolupráci zahájit, důležité je promyslet důvody dané volby. Informace, které při plánování úvodu pomůžou, může choreograf získat jednak od pedagoga nebo využít možnosti a před samotnou prací třídu navštívit v roli pozorovatele.

Pozn.

Na setkání choreografů Se.S.ty a Tanzplattform Rhein Main byl věnován čas diskuzi, jak první setkání uchopit. Jaké konkrétní metody použít, abychom děti motivovali a povzbudili k pozitivnímu přístupu a odbourali strach, stud nebo předsudky. Kolega z Německa, který většinou pracuje s věkovou skupinou náctiletých velmi zastával názor, že od počátku je třeba zaujmout a motivovat kombinací náročného úkolu, důvěrou, která je jim kladená a výrazným fyzickým zážitkem, proto hned v začátku pracuje s prvky akrobacie, často v páru či skupině. Na naše dotazy ohledně strachu z úrazu reagoval vlastními dobrými zkušenostmi. Zadává jednotlivá cvičení s ohledem na bezpečnost, vysvětluje a vede k dětem k pochopení a odhadu možného rizika. Když se akce povede, děti si uvědomí, že práce s tělem je náročná a je třeba k ní přistupovat zodpovědně a zároveň mají dobrý pocit, že zvládly těžký úkol.

Přístup k tématu

Dalším krokem bývá otevření tématu, zjištění jak dalece mají děti přehled o probírané látce, sdílení společných východisek, závěrů a názorů. Opět je spousta cest, které nám tento cíl zprostředkují. Pro mě je to moment, kdy v celém prvním setkání dochází ke zklidnění energie, přesunutí pozornosti primárně od fyzické k duševní aktivitě, proto volím většinou jednoduchou formu dialogu. Zároveň je to moment, kdy může pedagog převzít vedení skupiny. On bývá ten, kdo látku představuje a formuluje způsobem, který dětem může být bližší nežli zatím nový přístup choreografa a přináší dětem jistotu v prezentaci svých znalostí i názorů. Pokud je třída početná a v diskuzi by nebyl pro každého prostor, je možné děti rozdělit do menších debatních skupin, aby každý měl příležitost vyjádřit se. Tuto variantu nevolím ráda, je důležité v úvodu vytušit znalosti celé třídy a v momentě štěpení menších skupin, nemá choreograf šanci zaslechnout vše, co je pro další plánování práce podstatné.

Pro odkrývání úrovně znalostí je možnost pracovat s přesahy do dalších uměleckých oborů, jako je výtvarné umění, literatura nebo hudba.

Např.

- 1. Předmět prvouka, téma je voda. Děti místo, aby pojmenovali skupenství vody, je namalují a popíší.*

Konkrétně toto téma nabízí možnost demonstrace znalostí přímo pohybem. Děti fyzicky předvedou jednotlivé kvality, zadání můžeme rozšířit o přidání vlastního zvuku, která bude kýženou kvalitou představovat.

- 2. Předmět český jazyk, téma je slovní druhy, konkrétně podstatná jména. Hlavní těžiště záměru tkví v osvojení si informace, že názvy / jména jsou podstatná jména.*

Všichni, včetně pedagoga a choreografa, stojí v kruhu. Zadání je představit se přesně danou větou : "Já jsem .. a své jméno.. Slova dítě doprovodí tlesky, dupy v pravidelném rytmu, co slabika to akce (tlesk/dup). Zbytek skupiny identicky opakuje fyzickou aktivitu představovaného, jakousi mini choreografii tlesků a dupů a přitom mu odpovídá: "Ahoj ..a dané jméno". Jednotlivci se po kruhu střídají, hra může pokračovat do nekonečna, akcent je na držení pulzace/pravidelného rytmu, který rezonuje celým kruhem. Po čase můžeme cvičení rozvinout do pohybu. Dítě místo tlesků a dupů, používá volný pohyb na základě své volby a momentálního rozpoložení. Co slabika to pohyb, což nám umožňuje stále držet rytmus.

Bezpečnostní riziko, které cvičení může potkat je v rozložení pohybu v prostoru. Děti brzy odhalí, že velká legrace je, když půdorys pohybu/mini choreografie vede do středu kruhu. Takže když skupina odpovídá a opakuje, může se stát, že rychlý dynamický přesun celé skupiny směr střed, způsobí srážku či úraz.

3. Předmět prvouka - jaké kontinenty obývají jaká zvířata.

Děti si vezmou drobné perkusní nástroje (dřívka, chrastítka, trianql, bubínek) a sednou si v kruhu. Pedagog postupně vybírá jeden kontinent za druhým. Děti chodí po jednom do kruhu a snaží se napodobit způsob chůze vybraného zvířete patřícího na vybraný kontinent. Skupina okolo dítěte se snaží perkusemi doprovodit pohyb a zároveň poznat, o které zvíře se jedná. Cvičení můžeme po čase "ztlžit" podmínkou - když se kráčí, perkuse zní, když se stojí, je ticho. Napětí, které přináší hra se stopy/zastaveními, přináší značné vylepšení koncentrace na celou činnost, protože častou reakcí dětí, když v ruce drží hudební nástroj, je využít jej i mimo zadání.

V rámci odkrývání dosavadních znalostí dětí je dobré sledovat nejen kvalitu a množství, ale i vztah, který žáci k probírané látce mají. Pro jednotlivá cvičení není zas až tak moc určující, zdali děti látka "baví či nebaví", stále se jedná o způsob výuky, kde se přirozeně musíme překonávat a věnovat se informacím, které nejsou ohniskem našeho zájmu, ale podstatnou součástí kurikula.

Nicméně pro kreativní proces je zájem zásadní, proto je vnímání vztahu, přístupu a jednotlivých východisek dětí podstatné. Respektování dětských preferencí umožňuje dítěti další zkoumání dané problematiky. Vlastní zaujetí přináší motivaci k práci, leckdy i samostatně mimo společný proces a výsledkem pak může být žádané osvojování, ale i prohlubování znalostí.

Přirozeně každé dítě může mít svůj zdroj zájmu jinde, ale právě způsob, kterým pracují choreografové projektu Škola tančí, umožňuje individuální přístup, přinejmenším zohlednění jednotlivých potřeb žáků.

Např.

Předmět prvouka, téma je voda. Někdo má ohnisko zájmu ve zdroji, někoho fascinují skupenství, další se zajímá o geografické rozložení atd..

Rozdělíme třídu do pracovních skupin dle zájmu, nikoli vyváženého rozdělení dle počtu, není nutné řešit proporce skupin. Pokud to situace vyžaduje, umožníme zájem rozvíjet i jedinci. Jednotlivé skupiny tvoří myšlenkové mapy, poté je sdílí s ostatními a společně se může začít pracovat na pohybovém jazyku..

Kreativní proces

Další kroky postupně přes jednotlivá cvičení směřujeme k hledání pohybového materiálu, vhodného k použití v rámci tvorby choreografie a následné prezentace.

U zadávání úkolů je důležité promyslet, co konkrétně od průběhu a výsledku očekáváme. Někdy můžeme cílit pouze na osvojení znalostí, někdy již záměr směřujeme na propojení s tvorbou. Vždy by se ale mělo jednat o kreativní fyzický proces, ve kterém má dítě možnost využít své pohybové možnosti, fantazii a při tom reflektovat dění v těle i na duši. Vždy je důležité mít plán a představu, jakým směrem se v rámci stavby choreografie chceme ubírat, ale stejně tak je podstatné být otevřený k aktuálnímu dění a reagovat, přizpůsobit své myšlenky. Pro práci s dětmi je otevřenost pro "ted' a tady" důležitá, jsou situace, kdy zadání děti rozvinou dál za představu choreografa, vznikají silné a z dětské strany naplněné pohyblivé obrazy. Ty je potřeba reflektovat a dále s nimi pracovat.

Zkušenost ukládá, že téma je potřeba vždy zúžit, určit si konkrétní východiska, nesnažit se choreografií postihnout vše. Důležité je, že děti chápou jednotlivé situace v kontextu celku, ale pro umělecké účely může choreograf použít výsek, obraz, slovo či gesto.

Příklad.

Předmět prvouka, téma kontinenty.

Děti mají představu tvarů jednotlivých kontinentů, které si představí jednak jako půdorys, který staccato způsoby repetitivně dolními končetinami vykreslují, jako obraz, který různými částmi těla vybarvují, pohyb nese kvalitu legata.

Děti mají komplexní informaci o životě, geografii, fauně i floře, ale pro velkou část struktury choreograf pracuje jednoduše pouze s tvary.

Vedení dětí k vytvoření vlastního pohybového slovníku je pro přístup choreografů Škola tančí určující. Děti mají velmi často představu tance, kterou spojují s konkrétními pohyby, prvky, které někde viděly a samy nejsou schopny provést. Může se stát, že choreograf bude v této fázi procesu narážet na pantomimu, akrobacii, naučené "tanečky".

Ověřila jsem si, že jeden ze způsobů, jak pomoci dětem objevit vlastní pohybové vyjádření, je začít ze statických obrazů, které se postupně rozpohybují. Při vytváření obrazu je dítě relativně v klidu, může promyslet důvody i dopady jím zvoleného tvaru, tudíž dochází k propojení fyzického a duševního. A to je cíl, udržet totéž i v pohybu.

Příklad

Předmět je český jazyk, téma podstatná jména.

Na základě zadání /slova/ vytvoří každý statický obraz. Slovo je např. mixér. Každý má konkrétní tvar/ sochu. Přidáme podnět v podobě přídavného jména - rychlý, nebezpečný, ostrý atd. nebo slovesa - seká, krájí, točí se. (V tuto chvíli se může zapojit pedagog a upozornit na mluvnický rozdíl v nové inspiraci) Na základě těchto verbálních impulsů děti improvizují a statický tvar rozvinou do pohybu na místě, po čase můžou do prostoru. Děti rozdělíme na dvě skupiny a improvizaci si navzájem ukážou. Následuje reflexe, co děti zaujalo a co bychom mohli použít dál a jak.

Pro kreativní proces neexistuje univerzální návod, který uspokojí všechny. V této fázi je potřeba postupovat velmi citlivě. Za velkou pomůcku považuji vlastní zapojení do hledání možností, jak fyzicky zadání uchopit. Ideální je, když se do objevování konkrétního pohybového jazyka přidá i pedagog. Pravděpodobně to velmi pomůže zbavení se studu před někým přihlížejícím a vede k větší otevřenosti a ochotě riskovat, zkusit i něco třeba bláznivého.

Další pomocná metoda je dělení dětí na kreativní skupiny. Ještě jsem nepotkala dětskou skupinu, která by měla problém vytvořit si vlastní krátký celek na dané téma. Naopak vnímám, že důvěra a odpovědnost, kterou děti v takovou chvíli ze strany choreografa mají, je pro ně motivací vystavět něco kvalitního. Práce ve skupinách je obecně pro projekt důležitá, při samotném dělení se často demonstrují sociální a komunikační problémy. Proto je dobré uvědomit si cíl zadání.

Pokud je cvičení určené právě na vylepšení daných problému, je dobré po domluvě s pedagogem určit skupiny, aby cíl byl naplněn. Pokud chceme klidný a kreativní proces za účelem vzniku kratšího celku, doporučuji nechat svobodu volby partnerů, obzvláště v začátku.

Struktura celého představení vzniká postupně, ideálně v kooperaci celé skupiny, samozřejmě hlavní slovo má choreograf, který nabízí možnosti. Přirozeně určující je pro tuto etapu práce věk dětí. Prvostupňové skupiny většinou zatím nejsou schopny pojmout větší celek, plánovat v kontextu. V takovém případě leží výstavba představení na choreografovi. Žáci druhého stupně mívají větší potřebu do podoby výstupu zasahovat, cítím větší kontrolu nad jejich vlastní sebe prezentací. Mohou se objevovat rezistentní přístupy, odmítání navrhovaného.

Příklad

Předmět dějepis, téma je baroko, 9.třída

Stud a negování pohybu u žáků neumožnil proces realizovat v obvyklém postupu. Choreograf využil celkového postoje žáků a choreografii vystavil pouze na půdorysných dráhách, které skupina chůzí kopíruje v kombinaci se zastaveními. Performeři jsou oblečeni do černé barvy, děvčata mají silný make up a jsou ozdobena divnými mašlemi, těla mají ztuhlá a zborcená, stydí se. Na jednom zastavení žák vytáhne mobil a bez úpravy přednesu čte související text. Třídní učitelka sedící v rohu zpívá barokní melodii.

Celek velmi kontrastuje s pompézností a estetikou baroka.

Při zpětné reflexi, v protikladu k počátečním pocitům, žáci vyhodnotili projekt jako velmi zajímavý a přínosný.

Obecně je rozdíl ve spolupráci na prvním a druhém stupni ZŠ. Žáci prvního stupně nemusí tak výrazně bojovat se studem a pocitem trapnosti, který se s rostoucím věkem objevuje. Hry, které mladší děti realizují s nadšením, se postupně stávají nezajímavými, příliš infantilními a je třeba hledat jiné modifikace způsobu zadávání úkolů. Je také možné s ohledem na výše zmíněné, zvednout časovou dotaci a namnožit setkání, aby byl čas najít opravdu společný jazyk a děti měly samy zájem projekt uskutečnit. U starších dětí můžeme pracovat s gesty, slovem, více individualizovat potřeby. Pokud mají zájem o jiné umělecké odvětví je možné dát možnost vytvořit např. instalaci, vyrobit rekvizity, kostýmy, scénu, napsat scénář, zahrát na hudební nástroj. Vytvořit kreativní prostředí pro všechny, aby kýžený proces spolupráci mohl proběhnout.

Příklad

Žák odmítá spolupracovat, už druhé setkání pouze sleduje dění a nijak se nezapojuje. Choreograf nabízí možnost dokumentátora, kterou žák přijímá pozitivně a začíná točit, fotit, zachycuje proces "z venku".

Vždy mě překvapí rychlost, s jakou děti dokáží krátké choreografie vytvořit a stejně tak mě udivuje, jak nerady svá díla upravují a vylepšují. Proto v situaci, kdy žáci pracují samostatně ve skupinách je dobré sledovat dění a připomínkovat hned. Ideální je se zaměřit na to, co funguje, a to podpořit, hledat pozitivní způsoby reflexe, nezasahovat způsobem - "to nedělejte, to není dobré".

Obecně ve finální fázi procesu tvorby pohybového výstupu přichází moment, kdy je nutné pohyb vypilovat, cizelovat a to formou repetování, což i pro profesionální tanečnický bývá náročnou součástí. Většina dětí nespatřuje důležitost v opakování něčeho, co už přece znají a vědí, tudíž jim chybí motivace. Pohybové provedení tedy většinou zůstává v prvotní kvalitě, proto je třeba už od základu být s dětmi i v rámci samostatné práce v co nejužším kontaktu a směřovat je k neformálnímu a osobitému vyjádření plného prožitku, jedině tak může dojít k následnému přenosu na diváka.

Dětské tělo má specifickou estetiku, žáci základní školy většinou nejsou schopni reagovat na připomínky tělesného tvarosloví. Co je ale na dětech pro mě zajímavé sledovat, je energie, napětí a čas, ve kterém je pohyb prováděn. To jsou veličiny, se kterými jsou děti schopné vědomě pracovat. Správně cílená motivace v představě, může nahradit popisné opravy či návody, jak konkrétně pohyb provést.

Příklad

Předmět matematika, téma jsou zlomky.

Děti jsou rozdělené na dvě skupiny, prostor mají rozdělený na poloviny, třetiny, čtvrtiny. Základní pohybový materiál je rychlý drobný běh, kterým se skupiny dle vzorců pohybují. Žáci mají problém s rychlostí nohou, jsou příliš pomalí, připomínku "bud'te rychlejší" nejsou všichni schopni zapracovat. Pomáhá představa pálicího písku pod nohami (děti znají z léta - je důležité zvolit inspiraci, se kterou by měla mít většina dětí zkušenost) a vhodný hudební doprovod - Let čmeláka, Nikolaj Rimskij Korsakov.

Je důležité si znovu připomenout, že zásadní je proces, nikoliv výsledek, a tlačení na děti může přinést demotivaci a znechucení.

Prostor pro prezentaci

Je velmi výhodné, když může být prezentace celé práce v odpovídajícím prostoru. Školní tělocvičny velmi často nesplňují kritéria akustiky, prostoru pro diváky a obecně uměleckého směřování dětského i dospělého vkusu. Ideálním prostorem pro představení je samozřejmě divadlo a je výhodné už od začátku na pedagoga či ředitele v tomto směru školy působit. Nicméně často není v organizačních či finančních možnostech školy takový prostor poskytnout, proto je dobré dopředu vědět a choreografii stavět s ohledem na vybrané místo.

3.8 Význam a způsob reflexe

Reflexe a sebereflexe je v jakémkoliv vzdělávacím procesu zásadní, proto je důležité věnovat jí dostatečný prostor a čas, který je v rámci celé spolupráce vzácný. Jsem přesvědčena, že dopady projektu na osobnost dítěte jsou dlouhodobé, může se stát, že až v dospělosti si jedinec uvědomí, jak přínosné pro něj setkání s kreativním způsobem výuky bylo.

Děti mají vzdělávání a výuku spojenou se sezením v lavici, zapisováním a opakováním informací, proto se často stává, že spolupráci na projektu reflektují jako radostnou volnost v pohybu, která je určena pouze pro zábavu. Často můžeme slyšet spojení typu : " to bylo super, vůbec jsme se neučili". Je samozřejmě výhodou, že děti tento způsob vnímají s lehkostí a bez nevole, tento dětský přístup ulehčuje choreografovi práci s motivací. Nicméně uvědomění si, co všechno se za dobu setkání stalo a jaké konkrétní informace zazněly, je pro celý proces důležité.

V oficiálním plánování projektu je společné reflexi choreografa, pedagoga a žáků vymezena zhruba jedna hodina, která většinou probíhá do týdne maximálně do čtrnácti dní po veřejné prezentaci. Následuje ještě společná zpětná vazba mezi choreografem a pedagogem. Choreograf i pedagog, každý zvlášť ze svého úhlu pohledu, vytvoří zápis z reflexe s žáky i se zpětné vazby a pošle ho koordinátorovi projektu Škola tančí a řediteli školy.

Důležitá jsou i průběžná hodnocení, zaměřená na dílčí části procesu, které zahrnují emoce, názory, problémy, prostě všechno, co funguje i nefunguje. Každý choreograf bude mít svůj způsob, jak k reflexi přistupovat. Vhodné je zeptat se pedagoga, jaké metody a postupy ve třídě používá a zkusit na ně v začátku navázat, aby se děti cítily bezpečně a uvolněně projevit svůj názor.

Např.

1. Paní učitelka Broňa Machová, ZŠ V Pohybu Pardubice.

Na konci hodiny děti utvoří kruh ve stoje a paže jim slouží jako barometr. Tento způsob patří mezi velmi rychlé a reflektující primární emoce - líbilo / nelíbilo, bavilo/nebavilo. Je možné tento způsob využít v kombinaci s konkrétními otázkami. " Naučili jsme se něco?" atd.

2. Montessori škola Meruzalka, Polná

Na konci hodiny si děti i s průvodkyněmi sednou do kruhu a posílají si předmět (kniha, hračka, klíče cokoliv), ten kdo má v ruce předmět má zároveň slovo a může se k tomu, co se dělo, vyjádřit. Když nemá potřebu, předmět posílá dál. Ze zkušenosti vím, že děti většinou řeknou jednu věc, která je zaujala a jednu, která pro ně byla nezáživná nebo nepřijemná.

Reflexe emocí je důležitá, ale často potvrzuje, co může vnímavý choreograf i pedagog v průběhu práce sledovat a vnímat. Co je podstatné, že děti mají možnost si své pocity uvědomit a následně formulovat.

Pro mne je v rámci průběžné reflexe důležitá sumarizace a shrnutí, které umožňují dostat povědomí o kýženém osvojování informací. Na konci nebo ke konci setkání je pomocí otázek veden dialog, který je tomuto ozřejmování velmi nápomocný. Otázky jsou jednoduché: Co jsme dnes všechno dělali? Co jsme si k tomu říkali? Co bylo důležité? Proč myslíte, že jsme to dělali? Mají jednotlivé aktivity souvislost? atd.

A totéž se opakuje v začátku dalšího setkání, kde je tento postup spíš mentální přípravou na následnou práci. Je velmi důležité věnovat čas reflexi spojené s přijímáním a osvojováním informací, u někoho to může být zásadní spouštěč uvědomění si, "že jsem se opravdu něco naučil a vlastně mě to bavilo."

4. Vlastní projekty, popis + metodika

4.1 ZŠ Srdcovka a ZŠ v pohybu

Termín, téma, cíl

Projekt byl realizovaný v období prosinec 2020 - leden 2021 na základních školách V pohybu v Pardubicích a Srdcovka v nedalekých Třebosicích. Hlavním cílem bylo setkání a propojení dětí z obou škol, téma pro osvojování a tvorbu školy zvolily předmět Český jazyk - druhy slov a Prvouku - lidské tělo.

O školách

Pro obě školy byl projekt novinkou, na ZŠ Srdcovka projekt škole představila pedagožka Anglického jazyka Tereza Krejčířová, která absolvovala seminář Škola tančí, v ZŠ V pohybu vyvinula iniciativu ředitelka školy Kateřina Nováková.

Základní škola V Pohybu je devítiletá, malotřídní, rodinná škola s maximální kapacitou 70 žáků. Koncepce školy vychází z následujících pilířů: malé a věkově smíšené třídy, respektující přístup, kritické myšlení, prožitkové učení, konstruktivismus, individuální přístup, slovní hodnocení, v souladu s přírodou, zodpovědnost.

Nestátní základní škola Srdcovka byla založena rodiči a učiteli, aby rozšířila nabídku vzdělávání na Pardubicku. Kombinuje různé inovativní způsoby výuky, přičemž preferuje aktivizující a názorný způsob výuky. Zároveň podporuje jedinečnost dítěte tím, že si uvědomuje a respektuje jeho možnosti. Například děti v určitých oblastech postupují podle individuálně sestavených plánů učiva, nebo si vybírají z nabídky to, co je aktuálně v jejich možnostech, nebo v oblasti jejich zájmu.

Škola směřuje ke spolupráci dětí napříč věkovými skupinami, protože vzájemné učení – sociální učení, je vysoce efektivní, a to oběma směry. Zajímá se o aktuální témata. Při jejich zpracovávání propojuje různorodé obory a oblasti – učí se napříč předměty.

Pozn.

V obou školách žáci oslovovali pedagogy jmény a tykali jim.

Téma

Volba tématu proběhla po společné diskuzi choreografky a pedagogů. Obě školy propagovaly zaměřit se na předmět Český jazyk, konkrétně druhy slov. Choreografka nabídla v rámci předmětu Prvouka lidské tělo. Výsledkem byl pokus o propojení těchto dvou témat - děti chápou jednotlivé pojmy a jsou schopny s nimi v rámci kontextu pracovat.

a/ **druhy slov** - podstatná jména, slovesa + když stihneme předložky, přídavná jména

b/ **anatomii** - lebka, horní a dolní čelist, temeno, týl, mimické svaly
páteř, žebra, klíční kost, hrudní kost, pánev, bránice
stehenní kost, lýtkovou kost, pata, chodidlo, nárt, stehenní sval, lýtkový sval a achillova šlacha
klouby
antigravitační svaly

c/ **dýchání** - různé druhy (do břicha, do hrudníku, brániční ..)
efekt dýchání v roušce

Organizace a kontext

Hlavní záměr projektu, setkání a propojení žáků dvou škol, nebylo možné realizovat z důvodu covidových opatření, která sice v tu dobu umožňovala školu navštěvovat, ale bylo nutné udržet homogenitu skupiny. Byl proto přizván další choreograf Michael Vodenka, aby práce s dětmi mohla probíhat paralelně a dodržel se plánovaný termín. Tento zásah předpokládal úzkou spolupráci obou choreografů v plánování a především metodice, aby děti dostávaly totožná zadání. Společně s pedagogy a koordinátorem projektu Evou Papánkovou se řešila možnost online propojování, nicméně rozhodnutí ovlivnil pocit důležitosti živého kontaktu a praktické okolnosti a počítače nakonec nebyly využity. Téma pro osvojování vědomostí zůstalo stejné.

ZŠ V pohybu nabídla projekt skupině 17 dětí a třídní učitelce Broň Machové. ZŠ Srdcovka zapojila skupinu 15 dětí, složenou z prvňáčků a druháčků, a průvodkyně byly Iva Broklová, třídní učitelka, a Tereza Krejčířová (AJ). ZŠ Srdcovka měla zhruba stejný počet chlapců i dívek, ZŠ V pohybu pouze tři dívky.

Časová organizace vycházela z běžných postupů, choreografové pracovali s dětmi celé dopoledne jednou až dvakrát týdně. Pouze první setkání proběhlo za přítomnosti obou umělců, kdy v každé škole strávili dvě vyučovací hodiny, tedy 1,5h.

Michael Vodenka spolupracoval se ZŠ Srdcovka, Marta Trpišovská se ZŠ V pohybu. Metodiku a postupy se choreografové snažili udržet totožné, třída je však živý organismus, kde je třeba reagovat na aktuální situaci, tudíž ne vždy bylo možné společný plán dodržet.

Obě skupiny dětí byly odlišné, byl znát věkový rozdíl, přestože nebyl veliký. Děti ze ZŠ V pohybu byly v práci s tělem o dost koncentrovanější, čili bylo možné s nimi během hodiny zvládnout více cvičení nežli s dětmi ze Srdcovky, které měly individuální potřeby a hlavně zásadní problém s koncentrací při pohybu v prostoru.

Spolupráce

Na základní škole Srdcovka probíhala spolupráce dle potřeb projektu. Choreografové a pedagogové vytvořili hladce spolupracující tým, který společně v online prostředí reflektoval všechna setkání. Obě průvodkyně měly o použití pohybu ve vyučovacím procesu zájem, nad rámec svých povinností věnovaly svůj volný čas rozpravám o průběhu spolupráce, jednotlivých problémech a chování a reakcích dětí. Stejně tak tomu bylo v plánování jednotlivých činností. Přinášely vlastní nápady a podněty směřující k vylepšení a naplnění cílů. Tereza Krejčířová zvolila možnost aktivního zapojení, Iva Brocklová plánovala pozorovat, ale ve výsledku většinu zadání tančila s dětmi. Obě dvě se aktivně podílely na doplňování potřeb v průběhu jednotlivých aktivit, byly schopné rychle zasáhnout a v případě potřeby řešit nastalé problémy operativně.

Paní učitelka Broňa Machová ze ZŠ V pohybu byla v průběhu projektu za pozorovatele, který v případě nutnosti řešil momentální indispozice jednotlivých žáků, v diskuzích k probírané látce ozřejmovala, dovysvětlovala, byla aktivní.

Bohužel se nepovedlo zorganizovat její přítomnost na všech setkání, často jí nahrazoval asistent nebo jiný pedagog. Reflexe s choreografkou probíhaly v rychlosti přes telefon, ke společnému plánování organizace práce došlo pouze jednou.

Prostor pro práci

Prostor pro práci je velmi důležitý, často bývá problém najít místnost, která by splňovala rozměrová a akustická kritéria.

V případě ZŠ V pohybu byl k dispozici přímo ve škole ideálně veliký sál s linoleem a dobrou akustikou.

ZŠ Srdcovka objednala místní tělocvičnu, která byla obrovská a byl tam problém s topením, tudíž ve finále jsme pracovali ve větší učebně, kde byl zčásti koberec a linoleum. Místnost nebyla ideální svým rozměrem, nicméně pro velmi živou a dynamickou skupinu žáků byla vhodnější pro jejich koncentraci.

1.setkání:

1.Hra na Mrazíka

Zadání : jeden je mrazík, když se někoho dotkne, dotčený musí zmrznout, zmrzlého oživí ten, kdo podleze mezi jeho nohama, hra končí, když jsou všichni zmrzlí

pozn.

Děti ze ZŠ Srdcovka byly velmi energické a v pohybu nespoutané. Přestože byl plán začínat v sedě v kruhu, děti vtrhly do sálu nabitě energií, proto došlo k rychlé reakci ze strany choreografa a aniž by došlo k oficiálnímu začátku a úvodu navedl děti do hry a respektoval aktuální potřeby.

2. Seznámení a ozřejnění očekávání

Vzájemné představení choreografů a dětí, rozhovor o očekáváních a plánech. Choreograf klade otázky:

Jestli ví, proč tu choreografové jsou? Co si myslí, že budeme dělat? Co je to tanec? Jaké podoby tance znají? Jaké svým tělem ovládají a tudíž jaký materiál můžeme použít? atd.

Pozn.

Pro diskuze s dětmi je dobré vytvořit kruh, kde jsme si všichni rovni, všichni na sebe vidíme, tvoříme jeden celek.

3. Rozsvícení světýlka

zadání : sedíme v kruhu, před sebou spojíme ruce a třením vytvoříme teplo, teplo přiložíme na hrudník a “rozsvítíme se”

Pozn.

Tento úvodní rituál je velmi důležitý, snažím se apelovat na děti, že “svítit” bychom měli pořád. Pokud mají děti problém najít správnou míru napětí v těle je dobré kombinovat se “zhasnutím” (viz. Turek spadl do okurek) Není hlavním cílem kultivovat tělo, po pár setkáních je nereálné očekávat, že by děti spěly k dokonalejší technice pohybu. Nicméně se snažím správné držení těla obecně slovně či lehkým dotykem připomínat.

4. Hra na jména

Zadání :Všichni, včetně pedagoga a choreografa, stojí v kruhu. Zadání je představit se přesně danou větou : “Já jsem .. a své jméno.. Slova dítě doprovodí tlesky, dupy v pravidelném rytmu, co slabika to akce (tlesk/dup) Zbytek skupiny identicky opakuje fyzickou aktivitu představovaného, jakousi mini choreografií tlesků a dupů a přitom mu odpovídá: “Ahoj ..a dané jméno”. Jednotlivci se po kruhu střídají, hra může pokračovat do nekonečna, akcent je na držení pulzace/pravidelného rytmu, který rezonuje celým kruhem

Pozn.

Vždy se snažím si rychle zapamatovat jména všech dětí, vnímám tento detail jako zásadní. Přirozeně každému dělá dobře, když si jeho jméno lidé pamatují a u dětí to platí dvojnásob. Cvičení můžeme modifikovat a chvíli se mu věnovat, aby bylo pro choreografa pomocné k osvojení jmen.

5. anatomie

a) pohmatová anatomie

zadání : zůstáváme v kruhu, automasáž zaměřená na základní vjemy :

Co cítíme? Tvrdé a měkké.. Proč? Kostí a svaly..Vidíme je? Ne.. Proč? jsou pod kůží.. atd.

Kostí - prstem kreslíme do vzduchu obrys kostí

- modifikace : různé části těla kreslí různě velké kostí, hrajeme si s rychlostí kresby, zkoušíme nezastavovat a propojovat (děti se dostávají v pohybu do prostoru) a gradovat

energii v tanci, přidáme hudební doprovod Jean Philippe Goude - “*Sin Transit Gloria Mundi*”

Pozn.

Děti mohou navrhovat jednotlivé části těla, je možné je povzbudit k veselým variantám jako je ucho, nos, kostrč nebo naopak stimulovat k objevení částí těla, které neznají nebo spíš neznají jejich pojmenování - klíční kost, česka, aorta.

V poslední fázi můžeme přidat podpůrnou inspiraci v podobě hudebního doprovodu

b) Dýchání

Zadání : děti jsou z předchozího cvičení zadýchané, uloží se na zem, zavřou si oči a jen vnímají svůj dech, položí ruku, kde cítí, že se tělo plní vzduchem

- po zklidnění dechu, přikládají ruce na hrudník a břicho, zkouší různé způsoby dýchání
- dostanou se do vzporu klečmo a zkouší dýchat jako uběhaný pes - bránice

Pozn.

Je to cvičení náročné na koncentraci, vyplatí se děti předtím fyzicky unavit, aby pro ně bylo snazší prožít a užít si moment uvolnění a vnímání svého těla.

c) Klouby

zadání : vracíme se k dotyku sebe sama a k tématu kosti - .. jsou tvrdé nedají se ohnout, ale ne všude - hledání, kde všude jsou klouby a jaký konkrétní pohyb s daným kloubem můžeme provádět.

Všechny děti pracují najednou, různě v prostoru rozeseté, choreograf postupně tokem slov i pohybem vede.

Pozn.

Ideální je po dohodě s pedagogem mít přítomnou kostru (školní pomůcku), na které můžeme vše demonstrovat. Je dobré propojit fyzickou zkušenost s vizuálním vjemem.

Hra na blokace kloubů

Zadání : zablokujeme / zamkneme kolena a zkusíme chodit, běhat, sedat si, lehat si

- postupně měníme klouby, které zamykáme, můžeme různě blokace kombinovat, zadávat konkrétní úkoly ve vztahu k danému kloubu, aby děti měli představu, co všechno díky kloubu vlastně mohou dělat

- rozvíjíme pohyb až do tance, přidáváme hudební doprovod

Thomas Newman - “*Dead already*”

d) Svaly

Hra na rampouch

Zadání - když hraje hudba běžím, když zastaví stronzo a tělo mám pevné jako rampouch,
choreograf a pedagog dotykem ověřují patřičné svalové napětí těl

Pozn.

Kontrolu je třeba dělat velmi rychle a spravedlivě u každého z dětí, na nikoho nezapomínat.

Pro lepší procvičení zadání - bez hudby a běhu na tlesk měním tvar rampouchu. Je možné zadání po čase rozšířit o možnost tání, aby děti měly možnost zacítit kontrast napětí x uvolnění, můžu si pohrávat s rychlostí tání. Např. 3 tlesky - 3 rampouchy- pomalinku a plynule se roztávám na zem do lehu - je ze mě loužička - rychle vstanu a zase zmrznu

Pozn.

Je možné děti rozdělit do dvojic a kontrolu si provádí navzájem. V takovém případě je potřeba hlídat citlivost kontroly a s ohledem na to děti spárovat tak, aby "dva divoši" nebyli spolu. Pokud to třída unese, je dobré tvořit dvojice děvče a chlapec.

x kontrast taju
- běžím zastavím

6. Slovní druhy

Debata v kruhu co jsou slovní druhy, jaké známe, co vyjadřují (pedagog se zapojuje)

a) Hra na slovesa

Zadání : choreograf říká slovesa, děti je pohybem znázorňují, když choreograf řekne jiný slovní druh děti musí být ve stronzu

b) Hra na podstatná jména

Zadání : viz. hra na slovesa

c) Hra s podstatnými slovy a slovesy

Zadání : když zazní slovesu běžím na místě, když se řekne podstatné jméno sedím

Pozn.

Hra měla simulovat akci - něco se děje, něco dělám - sloveso, podstatné jméno nic nedělám jsem statická. Zadání - sedím -nebylo šťastně zvoleno. Děti byly ve cvičení pasivní. Doporučila bych vyměnit za např. stoj na jedné noze.

7. Shrnutí a závěr

Zhodnocení setkání a rekapitulace řečeného. Zadání domácího úkolu : spočítat, zjistit kolik máme kloubů na ruce (bez zápěstí)

2.setkání

1.Pozdravení, připomenutí, co jsme dělali minule. Součástí rekapitulace předchozí práce děti dostávají zpětnou vazbu choreografa, že je potřeba víc pracovat s tělem než ústy a upozornění, že ten kdo bude rušit a kazit práci ostatním nemůže být součástí projektu.

Pozn.

Direktivní a vyhrožující způsob komunikace není žádoucí. Je podstatné dětem vysvětlit, že je to jejich volba. Mohou pomoci pravidla, které si pro pomoc v tomto směru určíme, např. určíme konkrétní časový úsek, kdy děti opravdu nemluví. V ZŠ Srdcovka používají ke ztišení dětí a větší koncentraci zvednutí paže. Kdokoli může v případě velkého hluku či nesoustředěnosti ostatních gestem upozornit a postupně se k němu přidávají další, dokud není klid. Shledávám to přívětivějším než na děti zvedat hlas. Vstřícné, ale důsledné vyžadování plnění pravidel, práci může velmi usnadnit.

Kontrola domácího úkolu

Pozn.

Děti byly schopné na základě splnění předchozího úkolu vydedukovat, kolik kloubů máme na chodidle.

2. rozsvícení světýlka, správného držení těla + připomenutí jednotlivých částí těla zmíněných v minulé hodině

3. Zahřátí a rozprouzení těla

a) hra na tygra

Zadání : jedná se o modifikaci hry na honěnou, jeden je tygr a pohybuje se po čtyřech, koho se dotkne stává se tygrem a pomáhá chytat

příprava : všichni vyzkouší pozici na čtyřech, hlídáme měkké a nezamčené lokty, upozorníme na potřebu držet pánev co nejniž u země tzv. "nevystřkovat zadek"

b) hra skáču přes kameny

Zadání : polovina dětí se rozmístí v prostoru, klekne si na kolena a tělo přilepí na stehna, druhá polovina běhá v prostoru a přes spolužáky skáče

hudební doprovod - John Adams - "Short ride in the fast machine"

příprava : I)běh a přeskok z jedné nohy na druhou, II) v prostoru rozmístíme např. lahvičky na pití, přes které děti skáčou, III) ve dvojici si zkusí na místě přeskočit, můžeme upozornit na důležitost změkčení dopadu pomocí kolenních kloubů, inspirovat představou pružiny

Pozn.

Toto cvičení vyžaduje po dětech notnou dávku zodpovědnosti a některým vlévá adrenalin do žil. Zároveň je zde bezpečnostní riziko, je třeba odhadnout, zdali děti mohou cvičení zvládnout. Zkušenost s tímto cvičením mám i s pětiletými dětmi. Děti mají tuto hru velmi rádi, je možné ho modifikovat tak, aby děti víc propojily tělo a mysl.

Např.

I) úkol je promyslet si dopředu trasu, prstem si jí nakreslit a nakonec uskutečnit

II) podívat se na kamaráda, zkusit si zapamatovat kudy běžel a zopakovat

III) choreograf určí kolikrát může přeskočit

4. Dýchání

viz. 1. setkání

5. Anatomie

a) Zadání : sedíme máme natažené nohy a houpeme se na sedací kostech, houpavý pohyb zkusíme improvizací rozvádět do tance

hudební doprovod - Opa Tsupa - Mamma Mia (valse)

Téma je pánev : choreograf se ptá, děti pohmatem zkoumají a hledají odpovědi

Co cítíme u houpání? ..kosti..Jak se jmenují?..nevíme..Sedíme na nich..sedací..Kde všude jsou další kosti? Jak je pánev propojená? atd.

Pozn.

Děti mohou dostat informace, že pánev je nejtěžší část těla, je v ní uloženo těžiště, pro pohyb je zásadní. Můžeme demonstrovat pokusem. např. na zemi leží uvolněné tělo, chytíme za pánev a otočíme na druhou stranu nebo ve stoje, když přidržíme za pánev, je těžké dostat se z místa

b) Hra hlava, ramena, kolena, palce
- ze začátku v originálním pojetí hry, postupně měníme části těla, děti ovlivňují výběr

pozn.

Na ZŠ V pohybu byla vždy část setkání přítomná pedagožka anglického jazyka, hru jsme tudíž posunuli do angličtiny, děti po chvíli zvládly úkol stejně hladce jako v češtině.

c) Hra na rampouchy

Zadání : choreograf tleskne, děti vytvoří tělem tvar, který naplní svalovým napětím, s každým tleskem měním tvar, pro větší koncentraci a napětí je tleskání nepravidelné, překvapující, pedagog a choreograf pohmatem kontrolují pevnost

d) Křičící hra (modifikace hry cukr káva limonáda)

Zadání : choreograf nebo pedagog stojí na kraji místnosti zády k dětem, děti křičí, skáčou, dovádí, jakmile se dotýká osoba otočí čelem, všichni ztichnou a zmrznou, provede kontrolu “pevnosti ledu” a vybere k sobě nejtvrďší ledovec, hra pokračuje dokud nejsou všichni vybráni

Pozn.

Tuto hru je vhodné zařadit, když jsou děti nesoustředěné a neposedné, přináší jim možnost tzv. upustit energii. Tato aktivita bývá zpravidla opravdu velmi hlučná, proto je potřeba ohlídat, zdali nevyrušíme výuku v ostatních třídách.

e) Malování

zadání : Děti si vyberou část těla, o které jsme hovořili nebo, která je zajímavá, namaluje a spolužákům popíše

6. Slovní druhy

a) vstup pedagoga, připomenutí látky (podstatná jména a slovesa)

b) Hra na povolání

Zadání: I) pedagog řekne povolání, děti pohybem reagují

II) tvorba vět přidáním slovesa -

např.

Povolání je kuchař, děti reagují, zazní otázka : Co dělá kuchař? Kuchař vaří. Kuchař krájí, mele, strouhá atd.

c) Hra na zvířata

Zadání viz. hra na povolání

d) rozvedení pohybu do tance

Zadání : choreograf vybere jedno ze zmíněných sloves, které je dostatečně inspirující a vhodné pro rozvinutí, všichni pracují individuálně, když choreograf vysleduje u některých z dětí posun, který může motivovat další, práci ostatních zastaví a skupina sleduje vybraného.

Např.

Sloveso je kulhá, postupně vedeme děti od popisnosti k abstrakci, kulhat můžou různé části těla, v různé kvalitě, dynamice, čase, prostoru atd.

Hudební doprovod je volen dle požadované kvality a atmosféry pohybu:

Steve Reich : “Clapping music”

Steve Reich : “Marimbas”

Thomas Newman : “Choking the bishop”

Pozn.

Je dobré zkusit u každého najít něco, čím by mohl ostatní inspirovat, pokud to není možné, pozornost kompenzovat v jiných cvičeních. Pozorování je důležitou součástí učebního procesu, v tanci to platí dvojnásob, proto často využívám povedených momentů k jejich prezentaci ostatním, zároveň to může být další motivace pro práci.

7. Rozloučení a shrnutí

Reflexe ZŠ Srdcovka

Z důvodu značných problémů s koncentrací v pohybu, které byly u žáků ZŠ Srdcovka patrné, došlo před druhou návštěvou k online setkání obou průvodkyň i choreografů. Plán byl řešit práci dělením do tří menších skupin pod vedením tří dospělých. Choreograf zadával práci pro všechny, ale plnění probíhalo rozděleně. Součástí strategie také bylo skupiny sestavit tak, aby dvojice kamarádů, které neodolají možnosti propojit se mimo zadaný úkol a ruší ostatní, byly separovány. V reflexi po druhém setkání choreograf i průvodkyně vyhodnotili práci dětí koncentrovanější. V menší skupině je jednotlivcům věnována větší pozornost, která je pro děti často určující.

Jedním z hlavních záměrů projektu bylo seznámení, propojení a společná práce dětí. Proticovidová opatření tento cíl naplnit nedovolila, přesto byla snaha hledat cesty, které by nabídly kompromis nebo alespoň navedly děti k uvědomění si, že někde v jiné škole jsou děti, které dělají totéž. Jedna z variant nabízela propojit děti v online prostředí, pozdravit se, ukázat si, co a jak konkrétně děláme, jiné možnosti by nabízela práce s videonahrávkami. Nakonec byla zvolena staromódní forma dopisu.

Aby děti mohly zažít proces tvorby a zároveň určitou formu prezentace, vytvořil se náhradní plán na propojení škol přes pohybové vzkazy. Obě třídy se rozdělí na dvě skupiny. Každá skupina vytvoří řadu slov, která bude inspirací pro krátké pohybové vazby. Řadu slov pošlou dětem z druhé školy formou dopisu a ty je stejně tak použijí pro tvorbu. Vzniknou tedy 4 choreografie, které by mohly nabídnout zajímavé srovnání stejné inspirace, ale odlišného výsledku.

3.setkání

- 1.Pozdravení a reflexe předchozího setkání. Představení plánu tvorby.
2. Rozsvícení svíčky
3. Hra na jména

pozn.

Děti si hru na jména většinou velmi užívají, zároveň můžeme sledovat cyklení oblíbených pohybů a kombinací, proto je vhodné s každým opakováním stimulovat děti k odvážnějšímu a kreativnějšímu zpracování a postupně hru modifikovat např. opustit kruh a pracovat s pohybem do prostoru, jakkoliv podmínkovat zadání - nepoužíváme ruce, což vede k ne tak častému využití trupu, pracovat s intenzitou a barvou hlasu - šeptáme, křičíme, chraptíme atd.

4. Běžím x zastavím

Zadání : hraje hudba běžím, nehraje zastavím a naplním tělo svalovým napětím

Hudební doprovod : John Adams - *“Short Ride in a Fast Machine”*

5. Hra na babu na čtyřech

Pozn.

Můžeme přidat pravidlo, na jakou konkrétní část těla musím babu dát.

6. Dýchání -viz. 1. setkání

7. Pohmatová anatomie - viz. 1.setkání

8. Anatomie - hlavní téma páteř

Formou otázek a fyzickým průzkumem děti získávají informace, kde je páteř, jak je zahnutá, jak se jmenují její části, kolik má obratlů, jakou má funkci. Cvičení / výzkum / osvojení probíhají za kombinace pohybu a slova.

Zadání :

a) děti se rozdělí do dvojic, dotykem druhého těla zkoumají odkud kam páteř vede, nahmatávají jednotlivé obratle, ale i svaly okolo

Pozn.

Pro lepší koncentraci a uvědomění si, je možné pracovat se zavřenýma očima, zbavit na chvíli tělo hlavního smyslu zraku, může dopomoci zbystrění hmatu.

b) individuálně fyzicky zkoumáme plasticitu a rozsah pohybu v páteři

c) blokujeme pohyb v páteři - např. rozhlížení okolo bez plasticity krční páteře, sedání, lehání atd.

d) v lehu na zemi na zádech je možnost představit esovitá zahnutí, můžeme vybrat dítě s výraznějším prohnutím a citlivě demonstrovat

e) pády k zemi - střídám napětí a uvolnění svalů v okolí páteře

f) improvizace - I) pohyb vede kostrč, zbytek těla navazuje II) pohyb vede temeno, zbytek těla navazuje III) libovolně střídám místa iniciace pohybu

Hudební doprovod - Henry Purcell - *“Strike the viol”*

Pozn.

Pro hudební doprovod se snažím volit také skladby prověřené časem, nabízet dětem nové možnosti. Ne vždy se tato snaha setkává s pochopením. Děti často odmítají vážnou hudbu, protože jednoduše nejsou zvyklé na větší náročnost poslechu. Vyplatilo se občas náročnější skladbu dětem nejdřív jen pustit k poslechu, k tomu je vhodné lehce představit autora a dobu, ze které skladba pochází. Stejně tak bývá možnost před začátkem hodiny, když děti přichází, nechat zvolenou hudbu hrát.

9. Hra banány a rajčata

Děti se rozdělí na dvě skupiny např. banány a rajčata. Stoupnou si v řadě naproti sobě, řada banánů oproti řadě rajčat
(názvy skupin mohou být jakékoliv ideálně v kontextu tématu)

Choreograf nebo průvodce je vypravěč. Vypráví příběh, když ve větě zazní slovo banán, banány skupina takto označených se snaží utéct druhé skupině rajčat, která se je snaží chytit. Koho z banánů chytí stává se rajčetem.

Prostor hry je jasně vymezen . Dvě řady stojí uprostřed a utíkají každý na svou stranu ke zdi. Hra rozvíjí postřeh a rychlý start z nuly do sta. Můžeme modifikovat začátek - děti stojí zády k sobě, leží na břiše, na zádech, na boku, nohama směrem k sobě i od sebe, sedí v tureckém sedu atd. Roli vypravěče může, pokud zvládne, zastat dítě, příběh se může pojít k probírané látce.

Pozn.

Z bezpečnostních důvodů je důležité při jakémkoliv cvičení předvídat pády a úrazy s ohledem na kluzkost či jiné deficity prostoru a na základě odhadu regulovat nasazení dětí či praktické záležitosti jako je oblečení. Včasné sundání ponožek může zabránit nešťastným situacím.

Přestávka

10. Hra na horkou zem

Zadání : představa např. rozpáleného písku, žhavých uhlíků atd., nohy se nesmí spálit, znovu připomeneme anatomii chodidla, vedeme děti k měkkosti v kloubech
Hudební doprovod : Nikolaj Andrejevič Rimskij-Korsakov - “Let Čmeláka”

11. Improvizace

Zadání : pohyb iniciuje jedna část těla, zbytek těla následuje, části postupně měníme
Můžeme inspirovat představou, že malujeme danou částí v prostoru - na zemi, po stropě, po spolužácích (bez fyzického kontaktu). Je vhodné sledovat rychlost a napětí v těle a v průběhu cvičení rozvíjet či limitovat zadání, tak aby vedlo k většímu nasazení, zapojily se všechny části těla, děti využívaly všech možností v prostoru. Jeden z hlavních rozdílů mezi pohybem a tancem je prožitek.

Hudební doprovod : Yatao - “Phoenix”

Pozn.

Cvičení 10. a 11. jsou zvolené s ohledem na další aktivitu - tvorbu. Hra je uvolnila, zadýchaly se, uvolněné a zadýchané děti se méně stydí a je snazší je navést do vlastního pohybového vyjádření. Improvizace měla sloužit jako mentální i tělesná příprava na hledání vhodného materiálu při práci na choreografiích.

12. Tvorba pohybového vzkazu

V rámci tvorby byl někdy způsob a postup choreografií rozdílný, v zásadě se však jednalo o drobnosti a nutnosti přizpůsobit se konkrétním potřebám dané třídy.

Plán :

1. Dělení na skupiny

V ZŠ Srdcovka bylo s průvodci domluvené, že se žáci rozdělí na chlapce a dívky, abychom respektovali jejich potřeby a preference v kvalitě pohybu. V ZŠ V pohybu se skupiny vytvářely spontánně a děti měly svobodu zvolit si partnera, vznikly skupiny chlapecká a smíšená.

Pozn.

Spolupráce ve dvojici či menší skupině není vždy jednoduchá, v předchozích zadáních se na ZŠ V pohybu objevily značné problémy v komunikaci mezi dětmi. Stalo se, že se u daných jedinců přerušila práce díky výraznějšímu konfliktu, který nebyl schopen vyřešit pedagog ani choreograf. Při samostatné práci ve dvojici či v menší skupině je proto důležité zohlednit zdali chci akcentovat výsledek či proces.

Tvorba je záležitost citlivá, hravá a je nutné cítit se uvolněně a komfortně. Z těchto důvodů volím při kreativní práci, u které se předpokládá prezentace, možnost svobodné volby. V každé skupině většinou bývají děti, které jsou ve třídě tzv. na okraji. Při situacích výběru partnera zůstávají bokem, snažím se vždy takovým situacím, pokud to jde, předcházet.

Např.

1. Děti na pokyn hledají partnera, zbývá pár, kteří neví a choreograf do toho vstoupí a zbytek citlivě rozdělí.

2. V případě lichého počtu se do dvojice zapojí i choreograf a rovnou si vybírá žáka, který by se mohl do nepříjemné situace nezájmu ostatních dostat.

3. Dělení do dvojic jako hra. Choreograf určí dvojice, vychází z preferencí dětí. Děti zavřou oči, choreograf každému dítěti zašeptá pohádkovou postavičku, která vystupuje ve dvojici, např. Bob a bobek, Tip a Tap, u starších to může být Romeo a Julie, Tristan a Isolda atd. Děti v tichosti hledají svůj protějšek, vždy když se dva potkají, zašeptají své pohádkové jméno. V případě, že u hledání protějšku zavřeme oči, můžeme hru použít jako smyslové cvičení, zaměřené na vnímání prostoru a dění.

Hledání partnera touto cestou může trvat delší dobu, choreograf musí mít dvojice promyšlené a dobře si pamatovat, jaké role rozděl.

2. tvorba slov:

Každý na svůj papír napíše 1 podstatné jméno, 1 sloveso a nakreslí jakýkoliv tvar těla

3. improvizace

Děti se rozmístí v prostoru a postupně každý přečte podstatné jméno. Každé podstatné jméno slouží jako inspirace pro pohyb pro všechny, všichni najednou zkouší, kam je inspirace povede. Postupně se takto zpracují všechna slova i obrázky.

Pozn.

Děti byly většinou velmi stručné a popisné.

Společně se vyberou slova, pro spravedlnost od každého jedno, která nabízí nejzajímavější možnosti.

4. rozdělení slov a zpracování do pohybu

Každý si konkrétně zpracuje své slovo, vytvoří se dvojice, propojí své pohyby v mini choreografii a všichni si je navzájem ukáží. Dvojice se sloučí ve čtveřice, následuje stejný postup, dokud nejsou děti ve dvou skupinách. Žáci celou dobu pracují samostatně, choreograf sleduje, nabízí své nápady, chválí to, co funguje.

5. Práce s vazbou

Vytvořenou vazbu choreograf rozvíjí běžnými choreografickými postupy, může varírovat či repetovat povedené části, pokud chybí dynamika pohybu reaguje v doplnění či zrychlení určitých míst, může pracovat s kánonem, pohybem pozpátku atd. Hotovou vazbu choreograf usadí do prostoru a může ji podpořit hudebním doprovodem.

Např..

V ZŠ Srdcovka se vazba rozvíjela takto : trajektorie choreografie vedla po kruhu, po obvodu prostoru, upravil se timing a rychlost jednotlivých pohybů, přidala se zastavení.

6. Zapsat řadu slov

Pro výslednou podobu vzkazu jsme nakonec zvolili místo dopisu pro děti výtvarně i aktuálně zajímavější možnost - vzkaz psaný na roušce. Děti dostaly bílé roušky, na které každá skupina zapsala svá slova, co rouška to jedno slovo. Slova měla na rouškách čísla pro správné řazení slov do vazby.

V ZŠ V pohybu

světlo, běh, chodit, skákat, mixér, skákat, otočení, býk, poskočit, mapa, otočit, býk
křeček, voní, běhání, běhat, zvíře, výt, běh, unavený žít

V ZŠ Srdcovka

diamantový meč, ninja, nebe, kůň, chodidla (formou obrázku), pravěcí lidé, rozkveté, jede na kole, vaše škola, růžová, duha (formou obrázku), kočka, vojáci

Pozn.

Z volby slov je patrné, že ne všechny děti zadání splnily. Choreografové vždy volbu slova respektovali, jen bylo třeba upozornit a vysvětlit, kde se stala chyba. Např. růžová je přídavné jméno. Cesta ozřejmování drobných pochybení vedla vždy přes otázky, které děti byly schopné správně zodpovědět.

13. Shrnutí a rozloučení

Pozn.

Mezi třetím a čtvrtým setkáním byla velká prodleva z důvodu, několika karantén účastníků a následně vánočních prázdnin. Dále došlo k rozpojení časové organizace obou škol, ZŠ Srdcovka po přerušení navázala na práci výrazně dřív než ZŠ V Pohybu.

4. Setkání

1. Pozdravení

Z výše zmíněných důvodů, bylo třeba na 4. setkání připomenout předchozí dění, zaměřit se primárně na opakování cvičení, přečtení vzkazů a tvorbu.

Pozn.

Odstup setkání byl tak velký, že některé děti si nepamatovaly, že psaly nějaký vzkaz, vytvořené choreografie z paměti zmizely přirozeně také. Některé ano.

2.Hra na Mrazíka - viz 1.setkání

3. Rozsvícení svíčky - viz 1.setkání

4. Hra na jména - viz 1.setkání

5. anatomie - viz 1.setkání

a) Pohmatová anatomie - opakování všeho, co bylo řečeno

zadání domácího úkolu : Zjistit kolik celkově máme kloubů na těle

b) Dýchání

Klouby

c) hra na blokaci kloubů

Hudební doprovod Thomas Newman - “*Dead already*”

Svaly

d)Hra na rampouch

e) Křičící hra

6.Slovní druhy

Debata v kruhu co jsou slovní druhy, jaké známe, co vyjadřují (pedagog se zapojuje)

a) Hra na slovesa – viz 1.setkání

b) Hra na podstatná jména – viz 1.setkání

c) Hra s podstatnými slovy a slovesy – viz 1.setkání

7.Tvorba

Systém tvorby byl totožný jako v předchozím setkání, postupně slovo po slově, pohyb po pohybu.

Pozn.

Zásadní rozdíl v celém procesu byl zájem dětí na konkrétních slovech. Inspirace jako diamantový meč nebo ninja byly mnohem atraktivnější nežli např. růžová. Průvodci i choreografové museli debatu nad rozdělením slov korigovat, zvláště v ZŠ Srdcovka byly výměny názorů u některých dětí hlasité. Nicméně bylo povzbuzující sledovat, že ve výsledku se děti zvládly domluvit samy bez zásadního zásahu dospělých.

8. Natočení choreografií

Pozn.

Natáčení v dětech budilo pocit vlastní důležitosti a důležitosti svého konání a výstupu, výrazně stouplo zaujetí výkonem.

9. Hra na banány a rajčata

Pozn.

Pilování a natáčení choreografií byla pro děti náročná a nezajímavá práce. Obecně představa, co znamená choreografii umět zatancovat a natrénovat jí, se u dětí a choreografa výrazně liší, vždy dochází ke kompromisu. Proto je dobré děti za práci “odměnit” a vyšetřit čas na závěr pro nějakou oblíbenou hru. Samotné plánování hry na závěr je pro děti motivace se překonat.

9. Shrnutí a rozloučení

5. setkání

Pro poslední setkání byly původně naplánovány prezentace choreografií druhé školy s možným online propojením, ale protože se jednotlivá setkání z výše zmíněných důvodů nepotkávala v čase, tento záměr se nepodařilo naplnit. Poslední setkání bylo věnováno především rekapitulaci a opakování.

Úvod a rozeřtání

1. Rozsvícení světýlka
2. Hra na jména
3. Hra běžím a zastavím, zpevním - rampouch, rozteču do země
4. Křičící hra
5. Hra skáču přes kameny

Anatomie

1. Pohmatová anatomie

Pozn.

Podle reakcí a odpovědí dětí můžeme informace vrstvit a přidávat, neorientovat se pouze na vědomosti dané učebním plánem. V tomto cvičení se snažím dát radši více informací a využít situaci nejen k osvojení znalostí, ale i naučení se nových.

2. Hra hlava ramena kolena
3. Blokace kloubů, rozvedené do tance
4. Improvizace jedna část těla vede

Hudební doprovod : Eric Satie - “*Gymnopédie*”

Thomas Newman - “*Dead Already*”

Přestávka

Pohybové hry

- a) na horkou zem
- b) na banány a rajčata
- c) na vnímání skupiny - I. použijeme představu - prostor je loď, kterou skupina musí vyvážit, II. hra na unisono, III. hra na zrcadlo

Slovní druhy

1. vstup pedagoga, připomenutí látky (podstatná jména, slovesa a přídavná jména)
2. Hra na povolání + tvorba vět přidáním slovesa
3. Hra na zvířata + rozvedení pohybu do tance pomocí přídavných jmen

Zadání : Přídavná jména představují kvality pohybu, např. gepard je rychlý, koala je pomalá. ryba je tichá, slon je těžký. Děti pohybem interpretují danou kvalitu.

Pozn.

Děti v začátku většinou konkrétní inspiraci pantomimují, žádoucí posun z pohybu do tance se může podařit, pokud postupně z inspirace vynecháme podstatné jméno a zůstávají pouze přídavná jména, tedy kvality.

Improvizace

Floorwork

Zadání : dostat se přes sál na druhou stranu, použití představy sníženého stropu cca 1m/ 50 cm nad zemí. Každý si cestu vyzkouší několikrát, stejně jako na běžné taneční hodině.

Hudební doprovod : Jaroslav Kořán a Milli Janatková : “*Dech*”

Tříbodová cesta

Zadání - cestuji přes sál, co nejniž při zemi, mohu použít jen 3 styčné body se zemí, např. ruku chodidlo kostrč, chodidlo ruka ruka, temeno chodidlo koleno atd.

Hudební doprovod : Hang Massive : “*Once*”

Kombinace pohybu v nižších úrovních

Zadání : vytvářím vlastní trasu, zásadní roli hraje konkrétní prostorová představa (tunely, snížené zdi, bludiště atd.)

Hudební doprovod : Hiroshi Yoshimura : “*Green*”

Hry na závěr

1. banány a rajčata

2. horká láva

Pozn.

Tuto hru nabídly děti, jedná se o modifikaci hry na honěnou, kdy zem představuje horkou lávu a nikdo na ní nesmí šlápnout. V prostoru, kde jsme pracovali, byly ribstole a lavičky, které děti k přesunům používaly.

7. Rozloučení a shrnutí

Poslední “kruh” bývá vždy hodně emocionální, je dobré věnovat mu dostatek času k vyslechnutí dětí. Choreograf má v takovou chvíli prostor pro vnímání podnětů k vylepšení svých dalších postupů.

Reflexe projektu/ naplnění cíle

Jak již bylo výše zmíněno, jeden z hlavních cílů - propojení žáků dvou různých škol, nemohl být z důvodů covidových opatření naplněn. Další zhodnocení projektu proběhlo s pedagogy ZŠ Srdcovka a oběma choreografy, pro které koordinátorka projektu Eva Papánková připravila 5 základních otázek.

1) Jaké měla škola / pedagog/ cíle, očekávání? A byly tyto cíle/očekávání naplněny?

Ze strany třídní učitelky velká očekávání nebyla, důvodem pro výběr projektu byl zájem vyzkoušet propojení výuky s pohybem. Pro děti byl název tanec ze začátku těžko uchopitelný, předsudky s ním spojené vedly některé děti rezistovat z principu.

2) Jak se cítila v procesu učitelka?

Obě pedagožky zhodnotily, že choreograf dokázal pro všechny vytvořit bezpečné prostředí, díky kterému se cítily příjemně a spolupráci s dětmi si užívaly. Ocenily možnost nemuset vést a mít prostor na kooperaci s dětmi, stejně tak jako možnost pozorovat. Díky projektu došlo ke sblížení s třídou. Dále zmínily devizu v pozorování postupů choreografa za účelem inspirace pro další práci a převzetí konkrétních nástrojů.

3) Jak fungovala spolupráce mezi učitelkou a choreografkou a co by případně mohlo spolupráci vylepšit? (příprava / zpětná vazba / spolupráce během lekcí...)

Všichni zúčastnění se shodli, že spolupráce mezi všemi fungovala dobře, což pocítily i děti a díky tomu se dařilo.

4) Jaký vliv/přínos měl projekt pro děti? Co se u nich změnilo v rovině sociální?

Děti ocenily spolupráci s jinou školou, i když to bylo na dálku, označily ji jako motivující. Měly dobrý pocit, že byly schopné vytvořit vlastní pohyby a vlastní choreografii. Třídní učitelka doplnila, že děti projekt "žily". Postupně se zapojili všichni žáci, i ti v počátku rezistující. Stala se změna uvnitř skupiny v komunikaci, konkrétně se vylepšila schopnost domluvit se, ustoupit a najít konsenzus. Posílila se schopnost koncentrace.

5) Podařilo se projekt skloubit s vyučovanou látkou? Jak by to mohlo proběhnout lépe?

Projekt byl vyučovanou látkou propojen. Prostor pro zlepšení v budoucnu sledují pedagožky v rozšíření počtu žáků ideálně na 20 - 25 dětí ve skupině.

4.2 online ZŠ Meruzalka Polná

Škola tančí Polná - Fyzika v pohybu

Projekt Fyzika v pohybu proběhl v období 1.11 - 24.11. 2020, v době, kdy školy byly uzavřeny z důvodu covidu, a proto byl realizován v online prostředí. Poslední setkání bylo možné živě.

O škole

Soukromá základní škola Meruzalka Polná je budovaná na Montessori principech. Má žáky 1.-9. ročníku, děti ve škole pracují ve smíšených třídách neboli v trojročí. Ve škole nejsou pedagogové, ale průvodci, které žáci oslovují jménem. V dětech podporují přirozenou radost z učení a poznávání a přirozený cit pro spravedlnost, zodpovědnost a sebedůvěru, práci s pocity a emocemi. Prostřednictvím připraveného prostředí se děti seberozvíjí ve všech oblastech – intelektuální, sociální, osobnostní, fyzické, duševní i emocionální.

“Meruzalka nabízí moderní akademické vzdělání, kde se v připraveném prostředí plně rozvíjí potenciál a roste zájem každého jednotlivce, schopnost samostatně se rozhodovat, odpovědně jednat i spolupracovat. Angličtina je součástí denní výuky od 1. ročníku. Důraz klademe na samostatnost a sebeřízení, procvičujeme plánování, schopnost ocenit sebe i druhé, rozvíjíme komunikaci prostřednictvím prezentací projektů, výsledků i pracovních postupů, tvořivost i schopnost práce ve prospěch celku.”

„Dítě je stavitelem člověka a neexistuje nikdo, kdo by nebyl stvořen dítětem, kterým každý z nás jednou byl.“

(Marie Montessori)

Téma definované školou

Téma : Fyzika (Je to téma aktuálně řešené v obou skupinách – fyzikální jednotky, pohyb, energie (kinetická i elektrická)...)...

Projekt pojmenovaný : „**Od Isaaca po Alberta**“

U mladších zaměření na exaktní fyziku – veličiny – měření, vážení, pohyb jako akce a reakce – příčina a následek.

U starších pak přesah do kvantové fyziky a k myšlenkám, že pozorování má vliv na pozorovaný systém, že jednu věc můžeme vnímat rozdílně v závislosti na úhlu pohledu, že existují i příčiny, jejichž následky nejsou nutné, ale jen více či méně pravděpodobné – tedy teorie relativity a paradoxu. Tady už se hodně blížíme i filozofii.

V rámci klíčových kompetencí se zaměřit na rozvoj:

Kompetence k řešení problémů

Vyhledá informace vhodné k řešení problému, nachází jejich shodné, podobné a odlišné znaky, využívá získané vědomosti a dovednosti k objevování různých variant řešení, nenechá se odradit případným nezdarem a vytrvale hledá konečné řešení problému.

Kompetence komunikativní

Využívá informační a komunikační prostředky a technologie pro kvalitní a účinnou komunikaci s okolním světem.

Kompetence sociální a personální

Vytváří si pozitivní představu o sobě samém, která podporuje jeho sebedůvěru a samostatný rozvoj; ovládá a řídí svoje jednání a chování tak, aby dosáhl pocitu sebeúcty.

Kompetence občanské

Respektuje přesvědčení druhých lidí, váží si jejich vnitřních hodnot, je schopen vcítit se do situací ostatních lidí, rozhoduje se zodpovědně podle dané situace, chová se zodpovědně v krizových situacích i v situacích ohrožujících život a zdraví člověka.

Průvodci pro jednotlivé skupiny - aktivní účastníci jak v lekci, tak při přípravě .

mladší: Jolana Vrátná a Adéla Šeráková

starší: Michaela Malíková, Lenka Marková, Marie Šimková

skupiny - mladší – 1.- 6.třída

starší - 6. - 8.třída

časy konání jednotlivých lekcí út/čt

mladší 13:30 - 14:30

starší: 15:00 - 16:00

Organizace a kontext / okolnosti

Z důvodu online prostředí bylo nutné obvyklý harmonogram projektu upravit. Běžná setkání trvají většinou čtyři vyučovací hodiny, což v případě pohybu před počítačem je pro děti příliš

dlouhá doba. Škola se tedy rozhodla, projekt žákům nabídnout jako dobrovolný a jednotlivá setkání probíhala v odpoledních hodinách v rozsahu 60 minut.

Na možnost zúčastnit se projektu pozitivně reagovalo 15 dětí, což je zhruba polovina z celého počtu žáků. Vytvořily se dvě skupiny žáků, mladší, kde byly děti 1.-6. třída, a starší 6.-8. třída. Každá skupina měla 2 průvodce, kteří se dle domluvy měly aktivně do programu zapojit.

Pro online komunikaci jsme používali google meet, pro další spojení a samostatnou práci dětí googleclassroom, servery, které děti běžně ve výuce využívaly. S technickou stránkou nebyl téměř problém. I ty nejmenší děti byli schopné počítač samostatně obsloužit, připojit se, vypnout a zapnout kameru, využít chat, dostat se na odkaz v chatu.

Stejně tak domácí podmínky a respekt ze strany rodiny splnily potřeby pro výuku, každé dítě mělo většinou soukromí a klid na práci. Prostor pro pohyb samozřejmě nebyl u všech ideální, ale všichni zvládli zadání dle svých možností naplnit.

Vzhledem ke covidové situaci nebyla možnost prezentaci pro školu a rodiče uskutečnit, pro výstup jsme po domluvě zvolili filmový formát.

V průběhu konání projektu docházelo postupnému rozvolňování covidových opatření (první stupeň mohl opět nastoupit do školy, druhý stupeň zůstal doma). To narušilo organizaci a plánování projektu, ve výsledku neproběhla všechna předpokládaná setkání, některých se děti prvního stupně účastnily v omezené míře.

Cíle choreografky

Je důležité zmínit, že mnoho zkušeností s prací v online prostředí nebylo, obzvláště s dětmi, proto jsem byla velmi ráda, že skupiny nebyly početné. Ve výsledku měly děti možnost luxusně soukromé výuky, kde opravdu každý měl prostor přispět svým názorem či reagovat. Myslím, že právě to pomohlo projektu v online prostředí uspět.

Základní škola Meruzalka spolupracuje s Se.s.tou na projektu pátým rokem, většina žáků, kromě těch nejmenších, již měla s pohybem ve výuce zkušenost, ti starší opakovaně. Fyzická zkušenost a již vytvořený vztah mezi žáky a choreografem za těchto podmínek sehráli velkou roli a byli mojí podmínkou pro realizaci projektu vůbec.

Nevýhodou tohoto formátu je čas, který plyne jinak než na sále a vše trvá velmi dlouho.

Většinou jsme stihli realizovat zhruba polovinu z toho, co bylo v plánu.

Ve výsledku jsem se zaměřila na **gravitaci, čas, těžiště a sílu**. Podstatné pro mě bylo, aby děti kromě definice, kterou se naučí, dokáží s jednotlivými termíny pracovat v kontextu, uvědomit si vzájemnost a souvislosti. Fyzika je všude kolem nás, stačí pozorovat, vyzkoušet a hlavně uvědomit si. Vzhledem k tomu, že zmíněné pojmy a veličiny, všechny výrazným způsobem mohou ovlivnit a ovlivňují pohyb, je fyzická zkušenost ideální cestou pro osvojení si znalostí s těmito termíny spojených.

Pro umělecké a pohybové potřeby dětí, které na této škole silně vnímám, bylo cílem v těle kombinovat jednotlivé kvality, které nám tyto veličiny přináší, konkrétně různé škály síly s časem, boj těla s gravitací v kombinaci s časem a silou atd. Pro interakci ve skupině nebyly podmínky, proto dalším cílem, primárně pro skupinu starších dětí, bylo podpořit **vnímání vlastního těla v kontextu prostoru vnitřního i vnějšího**. V online prostředí, kdy se potkáme a přesto jsme sami, je velmi vhodné pro zaměření se na vlastní tělo a prožívání pohybu. Jsme v prostoru sami, zmizí rušivé elementy, není s kým se srovnávat.

Žáci ZŠ Meruzalka jsou k podporování v sebereflexi, snaže porozumět si a poznat se, tudíž byl předpoklad, že byl cíl mohl být naplněn. S jinou skupinou bych bez osobního kontaktu zvolila jiný záměr.

Věkové skupiny

Základní škola Meruzalka pracuje systémem trojročí, děti jsou zvyklé spolupracovat napříč věkem. Poslední projekt Škola tančí, zaměřený na Koloběh života a prezentovaný v roce 2019, byl určen pro celou školu a velká část jeho průběhu byla opravdu realizována v kooperaci a přítomnosti všech žáků.

pozn.

Během dopoledních setkání byly situace, kdy docházelo k dělení na skupiny dle věku, jedna skupina pracovala s choreografem, druhá buď měla pauzu nebo pracovala s pedagogem dle potřeby.

Se školou spolupracuji již pět let, tudíž jsem měla možnost specifika tohoto způsobu práce vyzkoušet a poznat, dále pak využít jeho možností. Pro tento projekt i vzhledem k jeho online podobě jsem jednotlivá zadání neměnila, starší i mladší skupiny dostávaly principiálně stejná cvičení a úkoly. V čem tkvěl zásadní rozdíl byl způsob komunikace a zadávání práce, bylo třeba upravit slovník i motivace pro jednotlivé aktivity.

Spolupráce s průvodci

Spolupráce s průvodkyněmi zůstala v rovině formální a organizační. Nedošlo k propojení a společnému plánování obsahu a průběhu jednotlivých setkání, aktivně se zapojovaly minimálně.

Vzhledem k malým počtům dětí ve skupinkách nebylo třeba žádných výchovných intervencí, kromě situace, kdy se prvňáčci připojovali společně z jednoho počítače. Přestože je náročné takto malé děti přes počítač zaujmout a získat jejich pozornost, když byly každý sám u svého počítače, zvládly sledovat dění a koncentrovat se na práci. Při společném připojení nebylo možné je odpoutat od možnosti využít imaginárních pozadí interiérů či exteriérů, které googlemeet nabízí. Děti za hlasitého smíchu mizely a zase se vynořovaly z obrazovky a trvalo dobrou třetinu setkání, než se podařilo aspoň jejich ztlumení. Koncentrované práce nebyly bez fyzické přítomnosti průvodkyně schopni.

Tato situace demonstruje důležitost přítomnosti průvodce/pedagoga na všech setkáních.

Metodika

1. setkání

Všechna setkání, jednotlivé lekce, jsem se snažila strukturovat jako běžná setkání na sále.

Začátek vždy krátce věnovaný pozdravení, seznámení, zjištění momentální situace, stavu a rozpoložení, ve kterém se děti nachází. (V živém kontaktu není třeba mnoho otázek, situaci navnímáme společným bytím v prostoru, ale v online prostředí se velmi vyplatí věnovat čas právě tomuto. Výuka v domácím prostředí přináší spousty rušivých elementů, často i duševní nepřipravenost. Do poslední chvíle se věnujeme jiné činnosti a v rychlosti zapneme počítač s myslí stále u předchozí aktivity. Je potřeba na začátku věnovat čas společnému duševnímu vyladění. Stejně jako když připravujeme tělo před výkonem.)

1. Zahřátí, rozprouštění energie, uvolnění stresu a napětí z očekávání.

Zadání : volná improvizace vedená muzikou, v tomto případě J.P.Goude skladba “*Market Diktat Song*” (v případě, že skupinu neznám, volím na začátek méně náročné skladby/ písně např. “*Pět Ježibab*” od Petra Skoumala apod.)

2. Vnímání vlastního těla

Zadání : v tichu stojíme a zavřeme oči, choreograf vede neustálým tokem slov, postupně vrství informace a úkoly

- posloucháme dech, věnujeme pozornost tomu, čím dýcháme, kam dech posíláme
- bušení srdce
- vnímáme, jestli jsou některé části těla teplejší, možná se někdo zpotil
- které části těla se dotýkají
- kolik mám energie v těle

Je důležité často připomínat, že jde o vnitřní sledování těla, tělo se nehýbe, stáváme se výzkumníky, pozorovateli.

- představím si prostor, ve kterém stojím, konkrétní nábytek a jeho rozložení v místnosti
- umístění těla v prostoru

(Mohu pokládat pomocné otázky např. Stojím zády ke dveřím? Míří mi palce u nohou směrem k oknu ?)

3. Pohmatová anatomie - navazuje na vnímání a pozorování těla

Zadání - pokračuje plynulé vedení

- otevřeme oči, pohledem zkontrolujeme prostor a potvrdíme své předchozí představy
- spojíme ruce před sebou a třením o sebe vytváříme teplo
- postupně do tření zapojuji horní končetiny, hrudník, břicho, dolní končetiny, chodidla a zadní stranou těla se vracím zpět nahoru až k hlavě, automasáž

Verbálně choreograf vede k uvědomění si tvrdých a měkkých částí, jednotlivých kloubům, upozorňuje na souvztažnost jednotlivých částí těla.

4. Mini hra

zkouším přikládat ruce na záda, hledám cesty, kudy a jak, hlasem choreograf graduje a vybízí k akceleraci pohybu

(může následovat rychlá reflexe zaměřená na uvědomění si možností pohybu v ramenním a loketním kloubu)

5. Mini hra 2

představím si, že mám mezi rukama velmi tvrdou modelínu, kterou musím stlačovat a tvarovat

modelína roste a s tím i rozpětí paží, vždy když stlačím objeví se nová ještě větší

mění se směry, ze kterých modelína přichází

měníme části těla, kterými stlačujeme (např. mezi kolenem a nosem, mezi rukou a chodidlem atd.)

vše postupně zrychlujeme

Cíl je objevení síly vlastního těla, maximální zapojení určené svalové hmoty, proto je dobré začít rukama, kde podobnou fyzickou zkušenost děti mají a mohou s ní dále pracovat.

6. Debata

a) Společný dialog na téma fyzika ve škole a kolem nás, zjištění kvality i kvantity znalostí, hledání společného zájmu a východisek. Východisko pro setkání - gravitace/ Isaac Newton

b) Ve spojení s tělem debata o antigravitačních svalech, v reakci na téma navazuje krátká hra.

Zadání : stojíme v prostoru jednu část těla uvolníme a ta se stává těžší a těžší, gravitace jí stáhne i se zbytkem těla na zem

c) Společný pokus gravitace a čas - co spadne rychleji k zemi bota nebo igelitový pytlík?
Proč?

7. Zkoumání / hra času v jakém padá igelit k zemi

Zadání : Každý má igelitový pytlík, stává se výzkumníkem a volnou improvizací si pohrává s dobou doletu na zem, sleduje kontext , používá různé části těla, může pracovat s dechem
hudební doprovod : Hang Massive - “*The Secret Kissing of the Sun and Moon*”
délka cvičení cca 4 minuty

V následném rozboru žáci reflektují primárně svůj pocit “ relaxace a klidu”. Jsou schopni definovat kvality pohybu, které se ve cvičení objevily.

8. Přenesení vypořádané kvality do těla

Zadání : - naše těla jsou jako igelit
- počasí okolo nás se mění, síla větru určuje pohyb
hudební doprovod : Hang Massive - “*The Secret Kissing of the Sun and Moon*”

9. Reflexe a rozloučení

Choreograf vyzve děti k interpretaci svých pocitů z posledního úkolu - Jak se vám dařilo, stala se vaše těla lehkými?

Následuje shrnutí dění spojené primárně s daným tématem. Gravitace, čas, váha, síla a působení síly.

Zadání samostatné práce do dalšího setkání : natočit 3 různé způsoby ranního vstávání z postele, s ohledem na veličinu času.

2.setkání

hlavní téma : čas a síla

Ze zkušenosti vím, že děti ctí rituály, proto nemám potřebu často měnit rozvržení jednotlivých aktivit. Repetování je jednou z hlavních metod rozvoje fyzických výkonů a v kontextu práce s dětmi mi tento princip rezonuje.

1.Pozdravení, připomenutí, co jsme dělali minule, reflexe samostatné práce

2..Zahřátí, rozproudění energie, uvolnění v pohybu

Zadání : volná improvizace vedená muzikou

(v tomto i v dalších setkáních měly děti možnost volbu hudebního doprovodu ovlinit, připravit vlastní píseň či skladbu, v takovém případě byl výběr spojen s mainstreamovým popem. Cílem cvičení je se opravdu uvolnit, položit se do hudby a následovat ji, mít z pohybu radost. Proto jsem vždy jejich potřeby v tomto směru respektovala a v dalších cvičeních se snažila nabízet vkusnější alternativy hudebního doprovodu)

3. Čas a napětí v těle

Zadání:

- všichni stojíme, co nejbliž u obrazovky, jakékoliv jedno naše oko v blízkosti kamery, na pokyn choreografa se co nejrychleji dostaneme do nejvzdálenějšího místa v pokoji

- na další pokyn se co nejpomaleji (slow motion) vracíme k obrazovce a usedáme na židli
- Celé cvičení můžeme různě modifikovat, hrát si s akcelerací, rytmem, způsobem pohybu.
- např. inspirace může vycházet ze:
 - zvířecí chůze - běžím jako tygr, letím jako čáp, skáču jako žába
 - anatomická zadání - držím se za kolena, za palce, levou ruku dám na kostrč a pravou na nos,
 - konkrétní akce ve zpomalení - dojdu do kuchyně a napiji se, svléknu a obléknu si mikinu / ponožky, dojdu za rodiči je pohladit, lehnu si do postele a vstanu atd.

Toto cvičení přineslo dětem velký zážitek, způsob jakým reflektovaly pocity, ale především samotné dění v těle, byl velmi niterný a intenzivní, pro choreografa velmi naplňující. V reflexi děti nasdílely obtížnost udržení dané rychlosti v celém těle a po celou dobu akce, zároveň svalovou náročnost např. u sedání či lehání, zároveň byly schopny uvést důvody, proč to tak je. Samy vyžadovaly cvičení pro lepší provedení opakovat.

3. Mini hra modelína

viz. první setkání

Cílem bylo nalezení síly v různých částech těla s následnou reflexí, v jakých částech těla je práce se silou snazší nebo náročnější, a jak jsem schopný/á využít svůj svalový potenciál na maximum?

Děti velmi dobře vnímaly, kde sílu lépe regulují a proč. Komentáře k maximálnímu nasazení se odlišovaly z hlediska věku. Starší děti své rezervy vnímaly a byly schopné komentovat a zdůvodňovat, mladší, až na výjimky, byly přesvědčeny, že „víc už to nejde.“

4. Síla x lehkost

Zadání :

a) improvizace s pytlíkem viz. první setkání

b) improvizace s přenesenou kvalitou - naše tělo je igelitový pytlík viz. první setkání

c) improvizace - tvořím tělem různé statické tvary a ty se za pomoci svalové aktivity snažím naplnit co největší silou, tělo se stává pevným jako kámen

d) improvizace - postupně jednotlivé tvary spojuji, vzniká plynulý silový pohyb, představa pohybu v medu či bahně

Krátká reflexe, děti se zaměřují na “ co je víc náročné a co je víc baví”, zmíněna je akce a reakce v souvislosti s pohybem pytlíku - s igelitovým materiálem přesná úměra nefunguje.

„můžu třeba do pytlíku bouchnout hodně, s hodně velkou silou, ale padá rychleje než když do něj fouknu a to je míň síly“..

žák 7.třída

e) v improvizaci kombinuji / střídám výše zmíněné kvality

Jako hudební doprovod a inspiraci jsem pro “lehkost” zvolila Hang Massive - “*The Secret Kissing of the Sun and Moon*”, pro silový pohyb Kodo - “*O-Daiko*” (japonští bubeníci). Hudby, které svou atmosférou mohou domoci kýženému pocitu a kvalitě. Pro kombinaci a střídání kvalit v těle jsem záměrně zvolila nahrávku, která jde proti oběma předchozím, nový impuls, který nebude z předchozí zkušenosti spojen s tou či onou kvalitou. Použila jsem

pracovní nahrávku houslistky Anny Štěpánové, korepetitorky z Konzervatoře Duncan Centre, dynamickou a rytmickou improvizaci - jedny housle v kombinaci s looperem.

5. Reflexe a rozloučení

Zhodnocení pocitů z posledního cvičení - děti zadání shledaly jako náročné a v některých případech i nezajímavé, střídání kvality nešlo a většinou zůstávaly v jedné či druhé.

“.. práce se silou v těle byla moc těžká a unavující, ale měla jsem víc věcí a nápadů, jak to dělat...”

žákyně 6.třídy

Formou otázek shrnutí a připomenutí jednotlivých témat (čas a síla) a s nimi spojených aktivit.

Zadání samostatné práce : natočit roztančenou cestu do koupelny.

3.setkání

hlavní téma : těžiště

1.Pozdravení, připomenutí obsahu předchozích setkání (gravitace,čas, síla)

Představení hlavního tématu, diskuze : Co je těžiště? Kde bývá umístěné? Má stálé místo?

Kde na těle by mohlo být? atd.

Pokus - zadání : a) na prstu vybalancuj tužku, všichni ukáží do kamery

b) na konec tužky nandej prstýnek (kroužek s klíčem, gumičku)

Pozn.

Velmi mě překvapilo, že i žáci první třídy byli schopni na základní otázky odpovědět, orientovali se a do debaty přispívali svými názory.

2. Čas a napětí v těle - hra s obrazovkou zadání viz. druhé setkání

- důraz na zahřátí a rozproudění těla, práce s akcelerací pohybu, na základě pokynů choreografa změny v rychlosti pohybu, hra s napětím a očekáváním - důraz na postřeh a rychlou reakci

3.Pohmatová anatomie zadání viz první setkání

- choreograf neustálým tokem slov a otázek vede k důrazu na sílu a vědomé řešení pohybu v čase - jak rychle a jak se silně se sám sebe dotýkám? Jsou rozdíly u měkkých tkání a kostí? Co je mi příjemné? Kde můžu použít víc síly? atd.

Cvičení by mělo nabídnout prostor pro interní cítění a průzkum svého těla, vnímání a reflexe je součástí aktivity.

4. Těžiště s tužkou

Zadání: a) návrat k pokusu s tužkou - balancuji tužku na prstě

b) stále balancuji tužku a jdu se napít, zkusím vše udělat sám aniž by tužka spadla

c) stále balancuji, zkusím projít svůj pokoj nebo jakoukoliv jinou místnost v podobě opičí dráhy - podlezu stůl, stoupnu na židli, postupně hledám možnosti pohybu s limitem tužky na prstě

5. Těžiště na těle

Zadání : každý si připraví židli, ideálně netočivou a bez koleček, postaví do středu místnosti, tak aby měl okolo prostor

formou improvizace se snaží balancovat své tělo na židli, hledat různé možnosti a tvary, jak s tělem pracovat (připodobnění - naše tělo je tužka a židle je prst)
hudební doprovod - Hiroshi Yoshimura - “Saguro”

pozn.

Za třetí setkání to bylo poprvé, kdy jsem použila hudbu. V online prostředí jsme s hudbou pracovali přes odkazy v chatu. Při sdílení zvuku v prostředí google meet vždy bylo třeba sdílet i obrazovku, tudíž jsme měli menší možnost vizuálního kontaktu, proto jsem zvolila možnost odkazů. Což vždy vedlo k pozastavení činnosti, zastavení těla i myšlenek k danému tématu a řešení technických náležitostí. Vzhledem k výše zmíněnému bylo třeba při plánování zohlednit potřebu plynutí hodiny a návaznosti jednotlivých aktivit a práci s hudbou omezit na minimum, dát přednost verbálnímu a zvukovému vedení těla do pohybu.

6. Reflexe a shrnutí

Děti reflexi primárně spojily s pocity bavilo/ nebavilo. Hledání vlastního těžiště pomocí balancu na židli pro ně bylo náročné, u některých dokonce “ ..nemožné..” Pravdou je, že naplnění zadání vyžaduje svalovou vybavenost těla, při plynulém přesouvání těžiště je aktivní zapojení celého svalového aparátu nutnost. Vzhledem k tomu, že celé setkání bylo v duchu spíše zkoumavém a málo dynamickém, možná by bývalo bylo vhodné před finálním cvičením zařadit fyzickou hru, kde by děti měly možnost tělo svobodně pustit do prostoru a poté se vrátit k poslednímu zadání.

Obecně zkoumání těžiště pomocí tužky děti potěšilo a především byly schopny klást otázky a společně hledat odpovědi.

4.setkání

Čtvrté setkání probíhalo oproti předchozím trochu jinak. Děti prvního stupně již mohly na výuku do školy, druhý stupeň zůstal doma, ale setkání probíhalo společně obou skupin najednou.

Zdenka Svíteková a Bára Látalová, autorky představení “Tanec a fyzika”, v reakci na covidová omezení natočily čtyři krátká videa o délce cca 2 min, spojená s tématem fyziky. Výtvarnou a filmovou stránku videí měl na starosti Janek Rous. Obecně se jedná o výseky situací z tanečního představení, vizuálně upravené a akcentující jednotlivou problematiku.

Zvuk 1 (voda)

https://youtu.be/asXj87o7_Og

Zvuk 2 (popcorn)

<https://youtu.be/U9vy2wJkVrw>

Světlo (laser a planety)

<https://youtu.be/nAtlv5HPbAo>

Mechanika (kladka)

<https://youtu.be/WcypScuMII>

Plán byl takový, že děti se na videa podívají mimo setkání samy nebo se svými průvodci, Zdenka s Bárou se na začátek lekce připojí a budou klást zvědavé otázky. Bohužel některým dětem se nepodařilo na videa podívat samostatně, tak přes odkazy v chatu jsme je zhlédli společně.

Celý úvod setkání byl komplikován již výše zmíněnou nepozorností mladších dětí, které byly ponechány samy bez dozoru u školního počítače.

Videa jsme pouštěli postupně, ke každému měly choreografky v začátku stejnou otázku: “Co jste viděli? Našli jste ve videu něco společného s fyzikou? Kde? A Proč?”

Starší děti byly zprvu velmi opatrné, po čase se uvolnily a debata měla plynulý a inspirativní průběh. Žáci reflektovali záměry a problematiku jednotlivých videí velmi trefně a v kontextu. Zároveň byly znát individuální rozdíly ve znalostech - některé děti s dojmy a myšlenkami ze zhlédnutého pracovaly intuitivně, některé byly schopné dodat konkrétní pojmy, definice, někdy i vzorce.

Vcelku děti zhodnotily videa jako zajímavá, přínosná a pomocná pro náš záměr.

Debata díky zmíněným komplikacím oproti původně plánovanému zabrala mnoho času, na praktická cvičení nebyl dostatek prostoru, proto jsem zvolila formu opakování předchozích.

Síla

- igelitový pytlík x sochy

Čas a těžiště

- kombinace tužky balancující na prstě a konkrétní úkoly (jdi se napít atd.) regulované časem s využitím škály slow motion po největší možnou rychlost
- hledání těžiště těla na židli regulované časem

Reflexe samostatné práce

Plán v rámci samostatné práce byl, že natočené výstupy dětí budou základem pro film, který měl nahradit živou prezentaci, jež nebylo možné uskutečnit. Videí, které děti natočily bylo už od počátku velmi málo, některé děti spatřovaly problém v technice, některé už svůj další volný čas nebyly ochotné projektu věnovat, přestože vždy s nadšením slíbily, že práci doplní. Vzhledem k tomu, že celý projekt byl dobrovolný, nebylo žádoucí na děti v tomto směru tlačit a cíl samostatné práce zůstal nenaplněný.

6. setkání

Poslední setkání bylo s odstupem cca dvou týdnů možné realizovat živě. Škola chtěla nabídnout možnost pohybu i dětem, které se projektu od začátku neúčastnily. Z počátku jsem z této varianty nebyla nadšená, chtěla jsem na práci v online prostředí navázat, nikoli ji opakovat, nicméně po společné debatě s paní ředitelkou Lenkou Markovou jsme dali přednost větší skupině žáků.

Škola preferovala variantu tance a pohybu pro všechny, kdo můžou naživo dorazit, což z hlediska doby lockdownu, kdy bylo fyzického pohybu a navíc ve skupině víc žádoucí. Proto byl primárně cíl celého setkání, které oproti předchozím trvalo tři hodiny, radost a svoboda z pohybu, vnímání skupiny a prostoru, spolupráce, fyzické nasazení a svalová práce.

1. Pozdravení a rekapitulace

- představení dětem, které nebyly dosavadní téma, východiska i závěry
- informace o rozvržení a náplně hodiny

2. Zahřátí a rozproudění

Dobré je jednotlivá cvičení propojovat, navazovat, aby bylo co nejméně prostojů a tím pádem momentů ztráty koncentrace. Děti jednotlivá zadání znaly.

a) Hra na jména (viz. přístup k tématům)

b) Hra tělo vede hudba

- hraje hudba běžím nebo se rychle hýbu na místě, když se hudba zastaví stojím a plním tělo silou, choreograf a průvodce pohmatem kontrolují, kolik síly v těle je

c) Hra síla v těle (modifikace hry cukr káva limonáda)

- choreograf (nebo průvodce) stojí na kraji, děti jsou rozmístěny všude v prostoru, choreograf se otočí zády a děti křičí, skáčou, “ zlobí”, choreograf se otočí čelem a děti musí zastavit a mít tělo co nejrychleji nejpevnější, pohmatem choreograf zkontroluje a vezme s sebou “ toho nejpevnějšího “

pozn.

U této hry můžeme postupovat dle potřeby, děti se můžou střídat s choreografem v roli “ otačče a výběrčího”. Na začátku vybíráme po jednom, ke konci se můžou množit počty vybraných, aby se nestalo, že zůstane jeden na konec. Cvičení rozvíjí nejen schopnost práce se svalovým aparátem, ale i postřeh a vnímání skupiny (výběrčích je víc, ale beze slov se musí otočit najednou). Je zásadní dětem před výměnou rolí objasnit pravidla bezpečnosti práce s jinými těly. Některé děti bez zkušenosti mohou být velmi neopatrné a na pohled zacházet s partnerovým tělem až krutě.

d) Hra na tygra (modifikace hry na honěnou)

- jeden je tygr, pohybuje se po čtyřech, když se někoho dotkne, ten se stává také tygrem

2. Vnímání svého těla

Fyzická hra děti aktuálně vyčerpává, na pokyn se sesunou k zemi a vnímají své tělo. Za neustále toku podnětů od choreografa pozorují zevnitř své tělo.

- posloucháme dech, věnujeme pozornost čím dýcháme, kam dech posíláme

- bušení srdce

- vnímáme, jestli jsou některé části teplejší, možná se někdo zpotil

- které části těla se dotýkají podlahy

- kolik mám energie v těle atd.

3. Gravitace

Zadání : Hra s gravitací

- snažím se dostat do stoje, ale gravitace mi nedovoluje a vždy stáhne tělo zpátky na zem

Pozn.

Choreograf může slovem a hlasem určovat sílu gravitace a unifikovat pro všechny, nebo může nabídnout svobodu, pokud je pro děti zvládnutelná. Může upozornit na sílu a napětí v těle, která určuje kvalitu pohybu.

3. Slowmotion

Zadání : Chůze

- po překonání gravitace si dojdu pro tužku, žádný pohyb nesmím zrychlit, koncentrace na kontinuální velmi pomalý pohyb
- tužku vybalancuji na prstě a vrátím se zpět

pozn.

Pohybové rychlosti dětí se často velmi liší, timing celé skupiny se v tuto chvíli rozdělil. Někteří vše vyřešili o dost rychleji než ostatní a v čekání na ně se nudí a ruší. Je dobré nenechat čekat a zadat úkol, který dovolí ostatním v klidu dodělat. Např. ti co čekají, můžou s tužkou na prstě opatrně, ale rychle kličkovat mezi pomalu přicházejícími.

4. Těžiště

Zadání : Hra s tužkou

- a) vyvažuji tužku na různých částech těla
- b) chůze s tužkou+ konkrétní úkoly (jdu se napít, dojdu si na toaletu atd.)
- c) běh s tužkou (viz. hra hraje hudba běžím, nehraje stojím)
- d) spolupráce - přikládáme tužku na různé části spolužáků
- e) obložení Jonáše (všichni vybalancují tužku na jednoho spolužáka)
- f) použití židli - pro občerstvení koncentrace hra na sedání

Židle jsou v prostoru, je jich o jednu méně nežli dětí, hraje hudba a děti chodí kolem dokola, když hudba zastaví, děti si musí rychle sednout, postupně se židle ubírají.

pozn.

Pohyb můžeme modifikovat, můžeme běhat, chodit ve dřepu skákat po jedné noze. Dát prostor dětem vymyslet, jak se pohybovat.

g) Těžiště na židli

Pozn.

V těsné blízkosti ostatních dětí zadání splnily s větším nadšením a kreativněji nežli v online prostředí.

Přestávka

Pozn.

Výhodou půldenních setkání je možnost být s dětmi i mimo proces tvorby a spolupráce. Děti rády zůstávají i se svačinou v ruce v blízkosti choreografa, mají potřebu povídat si, ukázat co umí nebo co zkouší. Je to prostor pro dialog o běžných, ale pro děti důležitých událostech. Je to moment uvolnění se obou stran, který přináší možnost nepracovních zážitků s dětmi.

Např.

V ZŠ Srdcovka děti na konci pauzy předvádí, jak spí jejich domácí mazlíčci. Postupně se zapojují další děti i pedagog a pauza se přirozeně přetváří ve hru na slovesa. (Co všechno mazlíčci dělají?)

5. Hra Banány a rajčata

viz. 3.setkání ZŠ v Pardubicích

6.Hra síla v těle (viz. před přestávkou)

- opakování stejného cvičení během jednoho setkání může přinést kvalitnější provedení, nicméně tyto repetice zařazují většinou na žádost dětí

Pozn.

U této hry často hrají velkou roli osobní preference dětí, nevyberou opravdu nejpevnější tělo, ale svého kamaráda, proto je dobré hrát s nimi a tyto drobné nespravedlnosti vyrovnávat vlastní volbou.

7. Síla v těle

igelitový pytlík

a. solo pohyb

b. ve dvojici 1 pytlík. 2 pytlíky

c. menší skupiny

Základní zadání je udržet pytlík ve vzduchu a regulovat různé způsoby manipulace v kombinaci se silou. Zároveň využít čas, který mám, když je objekt ve vzduchu pro pohybové zpracování momentu, mohu reagovat na partnera nebo se inspirovat u dalších.

Rozdělení na skupiny, které pracují a skupiny, které pozorují. Pozorovatelé mají za úkol sledovat intenzitu síly v těle i v manipulaci s igelitem a následně vytvořit graf, kde vše bude zaznamenáno. Dalším úkolem pozorovatelů bylo sledovat propojení a vnímání mezi partnery, v reflexi dále hledáním důvodů, proč tomu tak bylo.

8. Shrnutí tématu fyzika :

Fyzicky :Čas, těžiště, síla, gravitace

Videa : vibrace, kladka, světlo a rychlost světla, zvuk, akce a reakce

Další aktivity posledního setkání si děti určovaly samy, v prostoru pro pohyb střídaly různé hry, někteří jen pozorovaly, ale obecně bylo znát, že po tak dlouhé době mají potřebu volného a svobodného pohybu na větším prostoru s kamarády a velmi si celou situaci užívají. Proto jsme s průvodkyní pouze regulovaly bezpečné chování v rámci her a nechaly volnost.

Reflexe Projektu

Reflexe proběhla podobným způsobem jako u projektu se ZŠ Srdcovka a ZŠ V pohybu, formou konkrétních otázek mapujících očekávání, průběh, přínos a návrhy na zlepšení. Na otázky odpovídala ředitelka ŽŠ Meruzalka Lenka Marková.

Pozn.

Při hodnocení projektu odhlédneme od okolností, které realizaci projektu v online prostředí výrazně komplikovaly většinu zásadních věcí jako je organizace a plánování, komunikace, absence fyzického kontaktu, prostorové limity atd.

Od projektu škola očekávala propojení výuky s tancem, což dle slov paní ředitelky bylo splněno. Téma se podařilo naplnit z většiny, cíl definovaný školou by potřeboval větší časovou dotaci. Ocenila zadávané úkoly a možnost pro děti i dospělé průvodce zažít teoretické poučky na vlastní kůži ponořit se tak do hlubšího porozumění. V reflexi akcentuje možnosti, které samotný tanec nabízí ...*“děti se dostanou do jiného kontaktu se sebou samými i mezi sebou. Navazují nenuceně nové vazby. Vyhodnocují své pocity, chování a učí se respektu ostatních. Možnost vyjádřit se dostávají i děti, které obvykle nejsou příliš komunikativní, ale vyjádření pohybem je pro ně přijatelnější... , zároveň vnímá dopady v*

osobní rovině ...*Pro mě je projekt Škola tančí rozhodně velkou inspirací, jak zapojit pohyb a tanec (řeč těla do běžných dní (začala jsem doma víc tančit) Díky možnosti zažít si projekt spolu s dětmi mě napadají možnosti, jak využít pohyb pro komunikaci, vyjádření nějaké teoretické obtížnosti nebo pro uvolnění“...*

Pro zlepšení by uvítala vytvoření podkladů k projektu. Propojení projektu s ŠVP školy - ve spolupráci choreografa a průvodce.

Závěr

Diplomová práce představuje tanec jako platnou a užitečnou metodu při formování osobnosti a zároveň poukazuje na využití pohybu ve vyučování na základní škole při osvojování si znalostí, jako podpůrnou metodu, kterou lze úspěšně využít v řadě vzdělávacích programů a vyučovacích předmětů .

Možnosti využití kreativního způsobu použití tance ve výchově jedince nabízí holistický přístup, cestu k výchově celistvého a kultivovaného jedince a zároveň způsob jak rozvíjet schopnosti a dovednosti formou pohybu každému. Je to metoda, která využívá specifika taneční tvorby k formování dětské osobnosti, vytváří trvalé vazby mezi myšlením, emocemi a fyzickou stránkou dítěte, harmonizuje jeho tělesný vývoj a rozvíjí inteligenci těla. Učí vnímavosti vůči prostředí, podporuje rozvoj sociální inteligence. Vede žáky od spontánního pohybu k vědomému používání těla a ke kultivování pohybu. Zásadním způsobem může ovlivnit atmosféru a vztahy ve skupině, nabízí možnosti k vytvoření klimatu podporující spolupráci, vnímání potřeb ostatních, empatii.

Společnost zmíněné devizy reflektuje a evropské státy integrují tanec do vzdělávacích programů v různých podobách, systémech. Tanec se stává součástí kurikula, přichází do škol formou projektů či samostatnou intervencí umělce. Cíle se v jednotlivých zemích neliší, různé jsou okolnosti. Zásadní rozdíly tkví ve financování, systému vzdělávacích institucí a přístupu jednotlivých škol, ředitelů, pedagogů a rodičů. Neznalost a nulová zkušenost s prací s pohybem ve vyučovacím procesu, malá podpora státních institucí, to vše přináší nedůvěru u vedoucích a pedagogických pracovníků, kteří mají rozhodnutí, zda se tanec stane součástí výuky na škole či ne, ve svých rukou.

Projekt Škola tančí kromě výše zmíněných výhod nabízí nadstavbu v možnosti osvojit znalosti probrané v standardním vyučování a to hned v několika směrech. Kreativní způsob taneční výchovy nabízí možnost propojit témata konkrétního učiva s pohybovými zadáními. Může být metodou, jak znalosti pochopit v širším kontextu, následně je ověřit a uložit, pro aktivní a tzv. neposedné děti komfortním způsobem opakování. Zároveň může být metodou, jak určitá témata samostatně probrat. Úzká spolupráce mezi pedagogem a choreografem nabízí pedagogovi příležitost vykročit ze zaběhnutého rámce, načerpat novou inspiraci a implementovat nové vzdělávací prvky do výuky, kdy tanec - „tělo v pohybu“ a tvůrčí přístup slouží jako nástroje k pochopení daného učiva.

Popis a metodika projektů nabízí vzhled do možnosti, jak může téma choreograf uchopit, jak setkání strukturovat v čase, soupis průpravných cvičení a kreativních zadání. Dále poskytuje praktické zkušenosti v rámci komunikace a vedení dětí od pohybu k tanci.

Z důvodu covidových opatření ani jeden z konkrétně popsaných projektů nerealizoval proces tvorby představení, které je důležitou součástí projektu. Práce zachycuje spíš drobnější choreografické postupy, možnosti jak z pohybovým materiálem pracovat, rozvíjet ho a zasadit

do prostoru bez výhledu tvorby většího celku. Stejně tak chybí záznam z reflexe dětí, která ze z výše zmíněných důvodů neproběhla.

Praktické zkušenosti ze spolupráce s dětmi ukazují na velký smysl a dopad, které zapojení tance do standardního vyučování na základních školách přináší, v případě, že je integrace probíhá citlivě a je podpořená odbornými znalostmi. Věřím, že v budoucnosti těmto závěrům dospějí i ti, kteří mají možnost statutární podpory tanečního umění ve výuce.

Literární a internetové zdroje

Adair, John, Umění kreativního myšlení, Computer press,2011

Blažíčková E., Metodika a didaktika taneční výchovy, Konzervatoř Duncan centre, 2005

Butterworth,J., Wildshut,L., Contemporary choreography, Routledge, Abingdon, Oxon, 2009

Duncanová, I., Tanec. Praha, Družstvo Dílo, 1947

Challis,C. , Dancing bodies, Can the Art of Dance be Restored to Dance Studies,1999

Fulková, M., Diskurz umění a vzdělávání, H+H 2008

Jašková V., Taneční a pohybová výchova jako nový doplňující vzdělávací obor na základní škole, který využívá tanec jako výchovný prostředek pro rozvoj osobnosti žáka, bakalářská práce, Brno, Masarykova Univerzita 2012

Jeřábková J., Taneční průprava, Praha, Nipos, 2004

Kaufmann, A., Dehline, J., Dance integration, University of Montana, 2014

Lössl, J.,Tvořivá taneční výchova a umělecké vzdělávání v českém kulturním prostředí v letech 2009-2018 : sborník příspěvků, Nipos, 2018

Payne, H., Dance movement therapy: theory and practice, 1992

Rosen, E., Dance in psychotherapy, Columbia university, 1957

Smugalová, Z., Taneční výchova a kulturní kapitál. Praha, Nipos, 2008

Šupšáková B., Syrová, M., Výtvarná výchova v systéme všeobecného vzdělávání, Linwe/KRAFT, 2009

<https://plato.stanford.edu/entries/dance/>

https://is.jamu.cz/th/yhy3v/Tvoriva_tanecni_vychova_dle_Mary_Joyce-komentovany_vyber_kapitol_Karin_Wintrova_Diplomova_prace__irbuqwab.pdf

<http://www.nuv.cz/t/rvp-pro-zakladni-vzdelavani>

<https://mailchi.mp/onedanceuk/dance-in-education-october>

<https://www.onedanceuk.org/wp-content/uploads/2018/10/Dance-in-schools-survey.pdf>

https://is.muni.cz/th/kubfh/BC__Eva_Blazickova_-_tanec_jako_zivotni_postoj.pdf

<http://duncaninstitut.cz/spolecnost-pro-tanecni-a-muzickou-vychovu/pedagogicka-cinnost/tanecni-a-pohybova-vychova-v-ramci-zakladniho-vzdelavani/>

<https://www.crea-edu.cz/kreativni-partnerstvi-pro-rovne-prilezitosti>

<http://www.se-s-ta.cz/akce.php?sesta-pro-deti&skola-tanci-2018>

https://cs.wikipedia.org/wiki/M%C4%9Bkk%C3%A9_dovednosti

<https://divadloponec.cz/cs/pro-skoly>

<https://www.tanzplattformrheinmain.de/en/projects/dance-in-schools.html>

<https://www.onedanceuk.org/programme/children-young-people/dance-in-schools/>

<https://artsedge.kennedy-center.org/educators/how-to/encouraging-arts/how-dance-can-teach-literature>

<https://www.onedanceuk.org/programme/children-young-people/dance-in-schools/>

<https://www.descart.cz/kurz-1156-tvoriva-tanecni-vychova-v-hodinach-hudebni-vychovy>

videa

<https://www.youtube.com/watch?v=eLu3IFYJdoc>

<https://www.youtube.com/watch?v=w6fBPyJbceA>

<https://www.youtube.com/watch?v=8iZh0HJNhpQ>

<https://www.youtube.com/watch?v=sXKuUQmY8so>

Workshopy

Seminář Škola tančí - vzdělávání v pohybu, Žďár nad Sázavou 2019

Seminář Tanec školám, Praha 2019