

AKADEMIE MÚZICKÝCH UMĚNÍ V PRAZE

HUDEBNÍ A TANEČNÍ FAKULTA

Taneční umění

Pedagogika tance

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

DISTANČNÍ VÝUKA V TANCI SE ZAMĚŘENÍM

NA ZÁKLADNÍ UMĚLECKÉ ŠKOLY

Amálie Malinová

Vedoucí práce: MgA. Lucie Hlaváčková

Oponent práce: Mgr. Bohumíra Eliášová, Ph.D

Datum obhajoby: 6. 6. 2022

Přidělovaný akademický titul: BcA.

Praha, 2022

ACADEMY OF PERFORMING ARTS IN PRAGUE

MUSIC AND DANCE FACULTY

Dance Art

Pedagogy of Dance

BACHELOR'S THESIS

THE ONLINE EDUCATION OF DANCE AT PRIMARY ART SCHOOLS

Amálie Malinová

Thesis advisor: MgA. Lucie Hlaváčková

Examiner: Mgr. Bohumíra Eliášová, Ph.D

Date of thesis defense: 6. 6. 2022

Academic degree granted: BcA.

Prague, 2022

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou/magisterskou/disertační práci na téma

DISTANČNÍ VÝUKA V Tanci se zaměřením na základní umělecké školy

vypracoval(a) samostatně pod odborným vedením vedoucího práce a s použitím uvedené literatury a pramenů.

Praha, dne

.....

podpis diplomanta

Upozornění

Využití a společenské uplatnění výsledků diplomové práce, nebo jakékoliv nakládání s nimi je možné pouze na základě licenční smlouvy tj. souhlasu autora a AMU v Praze.

Abstrakt

Bakalářská práce se zabývá obdobím distanční výuky na Základních uměleckých školách. Na začátku obsahuje shrnutí průběhu pandemie covid-19 a krátký úvod do organizace ZUŠ. Dále je práce rozdělena na tři hlavní kapitoly Komunikace, Motivace, Kreativita. Obsahuje také doplňkovou kapitolu s názvem Učitel, která se zabývá specifickými problémy a učitelé by mohli během distanční výuky řešit. Text je doplněn o citace respondentů, kterými jsou učitelé ZUŠ.

Cílem této práce je, aby sloužila jako dokumentace uplynulého období pandemie covid-19 i jako inspirační materiál pro budoucí výuku.

Klíčová slova

distanční výuka, Základní umělecká škola, tanec, komunikace, motivace, kreativita

Summary

The bachelor's thesis focuses on the online education at primary art schools. In the beginning there is a summary of the pandemic situation of covid-19 and a short introduction of the organisation of the primary art schools. The thesis is then divided into three chapters, Communication, Motivation and Creativity. This part is followed by an additional segment called The Teacher, which focuses on the specific problems the teachers might be dealing with during the online education. The text is appended with quotation of the respondents – the teachers at primary art schools. The purpose of the thesis is to serve as a record of the past period of the covid-19 pandemic and last but not least as an inspirational material for the future education.

Key words

online education, Primary Art School, dance, communication, motivation, creativity

Poděkování

Tímto bych chtěla moc poděkovat MgA. Lucii Hlaváčkové za cenné rady a zejména trpělivé a pečlivé vedení mé bakalářské práce.

Velmi si cením odpovědí všech respondentů, kteří věnovali svůj čas a obohatili tak tuto práci.

V neposlední řadě děkuji mým rodičům za veškerou podporu během studia a také moc děkuji mému bratrov, který mi ochotně pomohl se vším, když bylo potřeba.

Obsah

Úvod	1
1. Pandemie covid-19 a období distanční výuky	3
2. Základní umělecké školy – ZUŠ	5
2.1 Vzdělávací programy	6
2.2 Příklady ze školních vzdělávacích plánů mimo distanční výuku	9
3. KOMUNIKACE	13
3. 1. Jak se mění komunikace se žáky během distanční výuky?	13
3.2 Úprava hodin k prospěchu distanční výuky.....	15
3.3 Udržení pozornosti ve výuce a zaměření na koncentraci.....	19
3.4 Kontakt mezi učitelem, žákem a celým kolektivem	21
4. MOTIVACE.....	23
4.1 Zaměření se na techniky tance.....	26
4.2 Jednání a komunikace se žáky ze strany učitele – opravy chyb, pochvaly, psychická motivace.....	29
4.3 Motivace k fyzické aktivitě.....	31
5. KREATIVITA.....	34
5.1 Jak koncipovat hodinu online, zadávání úkolů a výzev	36
5.2 Práce s technologií	39
5.3 Podpora kreativity žáka.....	42
5.4 Inspirace pro výuku.....	45
6. UČITEL.....	47
6.1 Učitel - psycholog	48
6.2 Rozvoj učitele – osobní.....	51
6.3 Digitální hygiena	53
Závěr	55
Zdroje a prameny.....	56
Příloha 1.	61
Příloha 2.	68

Úvod

Distanční vyučování se v uplynulých třech letech stalo pro školy velkým otazníkem a ani ty umělecké nebyly výjimkou. Taneční umění odedávna vzniká zejména ve skupině, tedy společné sdílení a fyzický kontakt mezi tanečnicí je důležitými složkami. Během pandemie se však toto umění setkalo s úplně opačnou situací.

Taneční obory Základních uměleckých škol (ZUŠ), které žákům poskytují jedinečný zážitek a radost z tance nejen díky společnému setkávání na tanečním sále, musely reagovat na novou situaci, uzavřené školy a také taneční sály.

Skupinky se tak rozdělily na jednotlivce a s tím vymizel i společný zážitek z hodiny. Prostorem pro tanec se staly domácí pokoje a spojení zůstalo pouze na dálku. Hodiny tance se přestaly tolik lišit od normálního vyučování, tedy od sezení v lavici a času stráveném na tanečním sále. Vše se začalo odehrávat před počítačovými obrazovkami a videokamerami. Pro mnoho učitelů vyvstala otázka, jak opět navrátit hodinám jejich kouzlo i význam tanečního vzdělání. A právě to se stalo inspirací pro tuto bakalářskou práci.

Sledovala jsem různé přístupy učitelů v hodinách, které jsem v tomto období navštěvovala, a měla jsem možnost pozorovat vývoj, náplně hodin, různorodost, a také to, co pro mě, jako pro studenta samotného, fungovalo méně. Jak pro pedagogy, tak i pro studenty se toto období stalo velkou výzvou a každý si musel najít vlastní cestu. Dle mého názoru to bylo také tím, že celá situace byla pro všechny zcela nová a nevyzkoušená. Neexistovaly odborné příručky ani knihy s návodem jak vést hodiny online, ale postupem času vzniklo mnoho individuálních způsobů a možností ze stran učitelů, aby mohli pokračovat ve výuce.

To, jak výuka na dálku během tohoto období probíhala v různých ZUŠ, mne zaujalo a inspirovalo. A stejně tak je mým záměrem, aby se stalo inspirativním pro čtenáře této práce. Formou dotazníků či rozhovorů na živo jsem se dotázala několika učitelů z různých Základních uměleckých škol na otázky týkajících se jejich poznatků z distanční výuky. Jejich odpovědi jsou vloženy přímo do textu práce a doplňují tak informace z knižních či internetových zdrojů. Zároveň slouží jako porovnání odlišných způsobů vyučování a jeho pojetí oproti klasické výuce. Proto najdete na začátku práce příklady ze školních vzdělávacích plánů pro normální výuku.

Celou práci jsem rozdělila na tři hlavní témata věnující se komunikaci, kreativě a motivaci. V doplňkové kapitole s názvem Učitel je krátce obsažena i další problematika distanční výuky, se kterou se můžeme setkat. Věnuje se kyberšikaně a poruše příjmu potravy. V posledních podkapitolách se zaměřuji stručně na osobní rozvoj a digitální hygienu, která mi přijde zvlášť v období online výuky nezbytná.

Cílem této práce je prostřednictvím čerpání z literárních a internetových zdrojů najít odpovědi na otázky komunikace, motivace a kreativity, které mohou během distanční výuky vyvstat. Dále rovněž získat doplňujícími zkušenostmi respondentů porovnání různorodé práce a inspiraci do budoucna.

1. Pandemie covid-19 a období distanční výuky

Na přelomu roku 2019 a 2020 se z čínského Wu-Chanu světem začal šířit vir SARS-CoV-2.

Již na jaře v roce 2020 se globálně rozšířil a Světovou zdravotnickou organizací bylo toto onemocnění označeno za pandemické.

V České republice se zavřely školy 11. března a učitelé byli odkázáni na výuku z domova do pokojů jejich studentů.

Toto období nyní zpětně můžeme rozdělit na dvě vlny. V dubnu roku 2020 u nás poprvé vrcholil počet nakažených.¹

V první vlně nastalo období zaskočení, jelikož tuto situaci nikdo nečekal, tudíž ani jednotlivé vzdělávací instituce nebyly připraveny.

Mohli bychom tento čas nazvat obdobím stagnace a možná i rezignace, protože mnoho učitelů si nevědělo rady s tím, jak navázat na „živé“ vyučování ve škole nebo zkrátka neměli k dispozici dostatečné vybavení.

Zároveň ale můžeme definovat toto období podobně jako popisuje Ludmila Rellichová v článku pro PAM PAM. Čas zastavení, přemýšlení a uvědomění si hodnot i toho, co pro nás taneční umění znamená.² A také jako čas objevování technologií a jejich kouzel, začátek nových přístupů výuky, kreativity a jiných možností, jak koncipovat vyučování.

Na konci školního roku, v červnu 2020, se studenti krátce vrátili do školy s nadějí, že i po prázdninách se vrátí zpět do „normální“ školy.

Avšak ke konci léta počty nakažených opět vzrostly a na přelomu září a října přichází vlna druhá. Od 14. října 2020 až do 11. května 2021 je opět zavedena distanční výuka.³ Jiná, jelikož učitelé již měli zkušenost vyučovat online a měli tak nějaký základ, kde a jak opět začít vyučovat online, ale samozřejmě s rozdílnými přístupy.

¹ Pandemie Covidu-19 v Česku, cs.wikipedia.org [online], cit. 3. 4. 2022, dostupné z https://cs.wikipedia.org/wiki/Pandemie_covidu-19_v_%C4%8Cesku

² RELlichová, Ludmila, Docela zvláštní rok v Magdaléně, PAM PAM občasník scénického tance, 1-2021, ročník XV, číslo 1-21 (43), str.24, ISSN 1803-103X

³ Tamtéž jako 1.

Jiří Lössl ve videokonferenci Umění online zmiňuje rozdělení školních institucí do tří skupin. Ty, které přes léto investovaly do vybavení školy, včetně Microsoft Teams, který umožňuje setkávání se tříd online, dále vzdělávací prostředí, které řeší situaci za pochodu a naposledy jsou pracoviště, kde je čistě na pedagogovi, jak situaci pojme a jaké platformy bude k setkávání a kontaktu využívat.⁴ Někteří již tedy měli jasné vize a nedělalo jim problém se do distanční výuky vrátit, nebo se naopak vyučování stalo nekonečným hledáním a zkoušením.

Myslím, že se pro mnohé školy oprášilo motto Jana Amose Komenského – Škola hrou.

⁴ LöSSL, Jiří, Umění online – videokonference, [online] 14. 11. 2020, cit. 4. 4. 2022, dostupné z <https://konference.nipos.cz/2020-umeni-online/index.html>

2. Základní umělecké školy – ZUŠ

ZUŠ je unikátní síť uměleckých škol v ČR, které jsou zřizovány krajem nebo obcí, ve které se nachází.⁵

Zpravidla jsou ustanoveny čtyři obory - výtvarné, hudební, taneční a literárně-dramatické.

Jejich posláním je provést žáky uměleckým světem, seznámit je například s uměleckými osobnostmi a samozřejmě dále rozvíjet ve studentech potenciál, talent a hlavně jejich osobnost. Někteří z absolventů pak míří na konzervatoře a vyšší umělecky zaměřené školy, aby se dostali k profesionální dráze umělce.

Jiným zůstalo umění jejich milovaným „koníčkem“ na celý život.

60. léta 20. století se staly v České republice zlomovým pro zakládání tzv. „Lidušek“ tedy Lidových škol umění. Školy samozřejmě vznikaly postupně, stejně jako pomalu přibývali kvalifikovaní učitelé i celkové vybavení škol. V 90. letech se pak Lidová škola umění přejmenovala na Základní uměleckou školu, tedy „ZUŠ“. Tuto uměleckou instituci provází neustálé změny až do dnešní doby, zejména díky technologickému rozvoji, pokroku doby, ale rovněž i díky nárokům ze strany rodičů. A jednou z velkých nejaktuálnějších změn zapříčinila právě „doba covidová“.

Každý z oborů dělíme na stupně přípravné, I., II., a v současné době se mohou objevovat i stupně III., které se skládají z dospělých absolventů při ZUŠ.

V přípravném ročníku je kladen důraz zejména na rozvíjení dovedností dítěte pro další umělecké vzdělávání. První stupeň vychovává k uměleckým aktivitám, zejména v neprofesionální umělecké dráze, ale také připravuje k přijetí na umělecké školy jako jsou konzervatoře a střední umělecké školy se zaměřením na umění či pedagogiku.

V dalším stupni jsou rozvíjeny předchozí dovednosti, a také individuální zájmy studentů. Důraz je kladen na osobnostní růst, praktické uplatnění dovedností a motivaci k pokračování ve studiu například na vysokých školách s uměleckým

⁵ Profi Press, Základní umělecké školy: Proč některé preferují kraj, jiné obec?, moderniobec.cz [online], cit. 8. 4. 2022, dostupné z

<https://moderniobec.cz/zakladni-umelecke-skoly-proc-nektere-preferuji-kraj-jine-obec/#:~:text=Obc%C3%ADm%20i%20svazk%C5%AFm%20obc%C3%AD%20z%C3%A1kon,v%20nich%C5%BE%20budova%20%C5%A1koly%20s%C3%ADdl%C3%AD>.

zaměřením. Třetí stupeň doplňuje znalosti a dovednosti v uměleckém prostředí a jeho hlavní myšlenkou je celoživotní vzdělávání.⁶

Pro přijetí musí každý uchazeč uspět u přijímací zkoušky, která prověří dispozice a možnosti budoucího studenta. Postoupení do dalšího ročníku se pak hodnotí na základě závěrečné zkoušky či koncertu.

I. stupeň je zakončen po sedmi letech studia, kdy žák musí projít závěrečnou zkouškou a vystoupit na absolventském koncertu. Studenti se poté mohou ucházet o přijetí na konzervatoře a jiné umělecké školy, nebo pokračovat v II. stupni, který je navazujícím čtyřletým vzděláním a opět ukončen absolventským koncertem. V současné době mnoho základních uměleckých škol poskytuje navazující program i pro dospělé a umožňuje tak celoživotní vzdělání, nebo jsou zakládány hudební či taneční soubory, které dále rozvíjí zkušenosti studentů.

Tyto vzdělávací instituce mají také své pobočky, a proto je umělecké vzdělání dostupnější i dětem z malých měst.⁷

2.1 Vzdělávací programy

Základní umělecké školy se velmi liší od soukromých tanečních studií. Na rozdíl od nich mají základní umělecké školy určené plány, které naplňují během celého roku.

Rámcově vzdělávací program - RVP

Tento program sestavuje Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy České republiky. Určuje formu, časové rozložení studia, organizaci a náplň hodin. Také se zaměřuje na požadavky k přijetí, postoupení do vyšších ročníků a předpokládaný konečný výsledek studia.

Tento program by měl korespondovat s aktuálními vědními disciplínami, které souvisí s daným vzděláním, a také s nejnovějšími pedagogickými a psychologickými poznatky, které přispívají k organizaci výuky v mnoha směrech vzhledem k věku studentů.⁸

⁶ Popis stupňů základního uměleckého vzdělávání, edu.cz, [online], 2020, cit. 9. 4. 2022, dostupné z <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/ramcovy-vzdelavaci-program-pro-zakladni-umelecke-vzdelavani-rvp-zuv/>

⁷ KOLÁROVÁ, Kateřina, Základní umělecké školství v proměnách desetiletí, Olomouc 2010, Diplomová práce, Univerzita Palackého v Olomouci, Pedagogická fakulta, Katedra hudební výchovy, Vedoucí práce MgA. Ladislav Pulchert Ph.D, dostupné z <https://theses.cz/id/wq18gn/59321-549591030.pdf>

⁸ RVP – Rámcově vzdělávací programy, edu.cz, [online], cit. 8. 4. 2022, dostupné z <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/>

Tento dokument vychází ze zásad přetváření vzdělávacích postupů, využívání nových pedagogických metod, spravedlivého postoji ke vzdělávání ve všech základních uměleckých školách, a také zachování, rozvíjení a přinášení nových tradic.

Umožňuje vytvořit pro žáky takový plán, aby vyhovoval učitelům i studentům.

Žáci mají tedy možnost osobního rozvoje díky kontaktu s uměním a jejich příhodné vlastní tvorbě.⁹

Školní vzdělávací programy - ŠVP

Na základě rámcově vzdělávacích programů si každá škola sestavuje vlastní školní vzdělávací program. Je vydávaný ředitelem školy a je volně přístupný veřejnosti k nahlédnutí.

Stejně jako rámcově vzdělávací programy i školní udávají délku, organizaci studia, jeho náplň i formu. Určuje pravidla pro přijetí a také zakončení studia, včetně stanovení dokladu, který bude po zakončení vydán.

Najdeme v něm také zprávu o podmínkách ekonomických či personálních. Zabývá se i určením bezpečnosti práce, za kterých se výuka bude konat.¹⁰

RVP ZUV je otevřený dokument, který bude v určitých časových etapách revidován podle měnících se potřeb žáků, zkušeností učitelů s ŠVP a měnících se potřeb společnosti.¹¹

⁹ Rámcový vzdělávací program pro základní umělecké vzdělávání, [online], Praha 2010, MŠMT, Výzkumný ústav pedagogický v Praze, str. 10, cit. 9. 4. 2022, dostupné online ke stažení <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/ramcove-vzdelavaci-program-pro-zakladni-umelecke-vzdelavani-rvp-zuv/>

¹⁰ tamtéž jako 8

¹¹ tamtéž jako 8

Cíle pro základních umělecké vzdělání:

- *utvářet a rozvíjet klíčové kompetence žáků, kultivovat tím jejich osobnost po stránce umělecké a motivovat je k celoživotnímu učení*
- *poskytnout žákům základy vzdělání ve zvoleném uměleckém oboru s ohledem na jejich potřeby a možnosti*
- *připravit žáky po odborné stránce pro vzdělání ve středních a vyšších odborných školách uměleckého nebo pedagogického zaměření a na konzervatořích, případně pro studium na vysokých školách s uměleckým nebo pedagogickým zaměřením*
- *motivovat žáky k učení a spolupráci vytvořením příznivého sociálního, emocionálního a pracovního klimatu¹²*

V distanční výuce některé cíle nebylo možné zcela naplnit, nebo muselo dojít ke změnám. Každý žák získal obrovskou zodpovědnost za jeho přístup k výuce. Od toho se pak mohl odvíjet další rozvoj osobnosti v uměleckém světě a zájem o pokračující taneční vzdělání.

„Díky tanci na dálku se zjistí, kdo má opravdu o tanec zájem a kdo ne. Já si myslím, že každý si musí ten oheň vytvořit sám v sobě, že ten tanec chce dělat. A jedině v tanci na dálku se ukázalo, kdo stojí o společnou tvorbu, jestli je to jeho poslání a směřování. Pak děti byly schopné dělat obrovské věci, například taneční choreografie v přírodě. Později se začaly potkávat, a tak mohly tvořit duety, tria a z toho jsme vytvořili absolventské představení.“

Lucie Charouzová, ZUŠ Libčice nad Vltavou, 7. 4. 2022

Jestliže se žák dostane ke vzdělání, přestalo záležet pouze na učiteli. Mnohdy se museli začít podílet i například rodiče, kteří zejména mladším žákům museli mnohdy pomoci. Náplň hodin se musela přizpůsobit možnostem, které výuka na dálku umožňovala, a tudíž nebylo možné se v některých případech držet původního ročního plánu. I poslední bod cíle základního uměleckého vzdělání vyžadoval zcela nový

¹² Rámcový vzdělávací program pro umělecké vzdělávání [online], Praha 2010, MŠMT, cit.3. 2. 2022, str. 13, dostupné z <https://www.msmt.cz/file/31244/>

přístup, aby mohla být pro většinu naplněna myšlenka motivace ke vzdělání za příznivého pracovního klimatu v domácím prostředí.

2.2 Příklady ze školních vzdělávacích plánů mimo distanční výuku

ZUŠ Uherské Hradiště

Učební plán

		1. stupeň						2. stupeň				
		1. r.	2. r.	3. r.	4. r.	5. r.	6. r.	7. r.	1. r.	2. r.	3. r.	4. r.
Taneční praxe		1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1
Základy tanečních technik		1	1	1	1	1	2	2				
Taneční techniky									2	2	2	2
Nepovinné předměty	Soubor současného tance				1	1	2	2				
	Soubor lidového tance				1	1	2	2				
	Soubor klasického tance				1	1	2	2				

V taneční praxi je využito vyučených prvků a techniky ve variacích a choreografiích. Do základů tanečních technik je zařazen klasický tanec, který vypracovává správné postavení těla, aplomb a koordinaci. Patří sem také důraz na estetiku pohybu. V současném tanci jsou žáci vedeni zejména k procítění pohybu, jeho svobodě a přirozenosti. Vychovává je k samostatné práci s prostorem, hudbou a následné propojení s tancem, také podporuje tvořivost žáků. V lidovém tanci jsou žákům přiblíženy tradice kraje. Přes seznámení se s filozofií lidového umění a také s lidovými prvky i tanci je zapojen zejména stylizovaný lidový tanec. Taktéž je zmíněno spojení tance s národními skladateli jako jsou například Antonín Dvořák, Leoš Janáček a Bohuslav Martinů, díky kterým mohou žáci najít vlastní totožnost.

Taneční techniky dále rozvíjí znalosti ze základů tanečních technik.¹³

¹³ ŠVP ZUŠ Uherské Hradiště – „Umění učí lidi slyšet a vidět“, 1.9.2021, cit. 9. 4. 2022, str. 134, dostupné ke stažení online z <https://www.zusuh.cz/skolni-vzdelavaci-program>

ZUŠ Bzenec

Učební plán

	I. stupeň							II. stupeň			
	1. r	2. r	3. r	4. r	5. r	6. r	7.r	I. r	II. r	III. r	IV. r
Taneční průprava	0,5	0,5									
Taneční praxe	0,5	0,5	0,5	0,5	1	0,5	0,5	0,25	0,25	0,25	0,25
Současný tanec			0,5	1	1	1	1	2	2	2	2
Tap dance technika	0,5	0,5	1	1	1	1	1	1,5	1,5	1,5	1,5
Tap dance rytmika	0,5	0,5	1	0,5	1	1	1				
Choreografie						0,5	0,5	0,25	0,25	0,25	0,25
Celkem	2	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4

Taneční praxe navazuje na ostatní taneční předměty, má za úkol prohloubit dovednosti žáka a připravit ho na taneční představení a přehlídky. Taneční průprava je zaměřená zejména na správné postavení těla ve všech polohách, vnímání rytmu, koordinaci pohybu, a také na prostorovou orientaci. V rámci improvizace podporuje studentův přirozený pohyb, v tanečních hrách využívá předmětů či hudebních nástrojů. Současný tanec dále rozvíjí techniku a taneční projev žáka, zároveň podporuje rozvíjení jejich představivosti a následnou kreativitu. V tomto předmětu jsou zařazeny techniky moderního tance a principy současného tance. Je zařazován ve 3. až 4. ročníku prvního stupně. Zařazeno je také zaměření na folklórní tanec od přípravného ročníku.¹⁴

¹⁴ ŠVP ZUŠ Bzenec – Cesta do světa umění, 1.9.2017, cit. 9. 4. 2022, str. 127, dostupné ke stažení online z <https://www.zusbzenec.cz/ucebni-obory>

ZUŠ Libčice nad Vltavou

Učební plán

Studijní zaměření: Taneční obor				I. stupeň				II. stupeň			
Předmět/ročník	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4
Taneční příprava	1	1									
Současný tanec			1	3	3	2	2	1	1	0,5	0,5
Tanec v souboru							1	2	2	1	1
Taneční seminář			1	1	1	2	1	1	1	0,5	0,5

Taneční příprava je zařazena pro 1. a 2. ročníku I., stupně a je zaměřena zejména na správné postavení těla, držení rytmu i tempa, orientaci v prostoru, a také schopnost držet prostorové rozložení jako je diagonála, kruh, řada, osma a další.

Současný tanec je zařazený do výuky od 3. ročníku a obsahem jsou principy současného tance, orientace v hudbě a jejím rytmu (schopnost vytleskat hudební frázi), práce s partnerem i celou skupinou, žákovo osobní zapojení do tvorby choreografie, kostýmů a jiné. Taneční seminář se mimo taneční techniku zaměřuje na videoseminář, a následné hodnocení shlédnuté choreografie, i ohodnocení vlastního výkonu. Žák se orientuje v tanečních technikách a dokáže k nim historicky přiřadit alespoň jednu osobnost, na konci I. stupně ovládá názvosloví klasického a současného tance. Součástí jsou také vypracované referáty na určité téma.

V předmětu Tanec v souboru pro 7. ročník I. stupně žák tvoří vlastní taneční úryvky, spolupracuje na tématu choreografie a dokáže improvizací ztvárnit dané téma.

Druhý stupeň také obsahuje předměty současný tanec, tanec v souboru a taneční seminář. Náplní je práce s principy pohybu, student je dokáže popsat, rozlišit pohybové kvality, improvizovat a rozvíjet svůj slovník. Ten je schopen fixovat. Dále dokáže pracovat s partnerem a vnímat jeho pohyb a váhu těla. V rámci tanečního semináře se student orientuje v historii umění 20. století, zná základní anatomii těla a dokáže ji využít v praxi, pracuje na vlastním tanečním projektu. Tanec v souboru je zaměřen zejména na tvorbu žáků.¹⁵

¹⁵ ŠVP ZUŠ Libčice nad Vltavou, Kdo (si) hraje, nezlobí, 26. 5. 2014, cit. 9. 4. 2022, str. 86-93, dostupné ke stažení online z <https://www.zuslibcice.cz/dokumenty>

Dle různých školních vzdělávacích plánů můžeme vyčíst, že se ve výuce nejedná pouze o rozvoj jedince a jeho osobnosti, ale také je velmi důležitá práce ve skupině. Pouze tak můžeme docílit dobrého prostorového citění žáků, naučit je interakci v tanci, komunikaci ve skupině nebo vzájemnému hodnocení. Hodiny v tanečním oboru jsou funkční díky přítomnosti všech na tanečním sále a mohou tak sdílet nejen taneční vzdělání, ale i emoce, dojmy a poznatky, které k tanci neodmyslitelně patří.

V období distanční výuky bylo velmi obtížné takovéto cíle naplnit. Mnoho z nich, které jsou na školní rok určeny, se v distanční výuce stávají velmi těžko dosažitelnými a výuka se musela přizpůsobit okolnostem. Velmi důležitou úlohu má nejen vedení školy, ale také pedagog. On má za úkol držet celý systém výuky pohromadě, a proto bych se dále chtěla zaměřit na role, jež by měl ovládat během distanční výuky. Jsou to role komunikační, motivační a kreativní.

3. KOMUNIKACE

Slovo pochází z latinského slova *communicatio* = spojení¹⁶.

Je důležitým prostředkem ve společnosti a přesněji jde o sdílení informací mezi dvěma lidmi nebo celou skupinou. K dorozumění využíváme verbální i nonverbální komunikaci, vnímáme její působení, jaké emoce a prožitky díky ní máme a jak se následně mění naše myšlení.

Obecný pojem komunikace je rozsáhlým tématem, kterým se zabývá mnoho vědních oborů například psychologie, politologie, neurověda, lingvistika, biologie.

Jednotlivě se pak soustředí na komunikaci podle jejich zaměření.¹⁷

Z pedagogického hlediska je komunikace základem pro veškeré vyučování. Učitel, který žákům podává výklad a obohacuje látku o jeho vlastní zážitky, názory a pocity potřebuje také znát a dostávat odpovědi od žáka. Jde tedy o oboustrannou komunikaci a nikdy by nemělo dojít k přerušení. Díky ní může žák správně porozumět procesu vyučování a dosáhnout cílů. Důležité je také zmínit, že pod pojmem pedagogická komunikace myslíme nejen rozhovor mezi učitelem a žákem, ale také mezi žáky navzájem, ať už ve dvojici nebo ve skupině.¹⁸

3. 1. Jak se mění komunikace se žáky během distanční výuky?

Obecně je výuka tance na základních uměleckých školách velmi kontaktní. Jak ve vztahu učitel – žák, tak i mezi studenty v jednotlivých ročnících. V běžné výuce na tanečním sále se vše odehrává v přítomném okamžiku. Nachází se zde pevně stanovený rozvrh i délka hodiny, plán, který je potřeba následovat a vzápětí naplnit.

Učitel je v hodině pro žáky vzorem v mnoha ohledech. Ti vše detailně sledují, učí se a také mohou ihned reagovat. Fyzický neboli pohybový vzor je pro žáky jedním z nejdůležitějších. Pozorováním cvičení a tanečního zadání pak dále opakuji,

¹⁶ ŠMOK, Ján, Úvod do teorie sdělování, Praha, AMU 1972, [online] 2021, cit. 3. 2. 2022, dostupné z [https://cs.wikipedia.org/wiki/Komunikace#:~:text=Podstatou%20term%C3%ADnu%20komunikace%20\(latinsky%20communicatio,tomu%20mohou%20vyu%C5%BE%C3%ADvat%20r%C5%AFzn%C3%A9%20cesty](https://cs.wikipedia.org/wiki/Komunikace#:~:text=Podstatou%20term%C3%ADnu%20komunikace%20(latinsky%20communicatio,tomu%20mohou%20vyu%C5%BE%C3%ADvat%20r%C5%AFzn%C3%A9%20cesty)

¹⁷ Komunikace, wikisofia.cz, [online], cit. 3. 2. 2022, dostupné z <https://wikisofia.cz/wiki/Komunikace>

¹⁸ NELEŠOVSKÁ, Alena. *Pedagogická komunikace v teorii a praxi*. Praha: Grada, 2005. Pedagogika (Grada). ISBN 80-247-0738-1., str. 26, 29

snaží se mu porozumět a provádět vše správně. Trénují tak například koordinaci či paměť. I pro učitele je jednodušší všechny chyby vysvětlit hned a upozornit na ně dříve, než si studenti stihnou cvičení zafixovat špatně. Dalším z důležitých vzorů je pak učitelovo chování. Přístup k práci a jeho osobnost působí jako velký činitel dobré atmosféry a příjemného pracovního prostředí ve třídě. Rovněž estetika a způsoby vyjadřování či přenášení inspirace a motivace z učitele na žáky je nedílnou součástí vyučování.

Avšak s příchodem distanční výuky se přístupy, které dříve byly zaběhlé jako klasické a normální, musely změnit a rozvinout jinak.

Ze dne na den byly děti i učitelé odkázáni na domácí výuku ve svých vlastních pokojích. Zejména pro učitele bylo velkým úkolem najít způsob, jak se opět dostat k výuce tance. První nutností pro učitele bylo najít možnosti, jak se opět spojit s třídami žáků. Ne všichni samozřejmě měli stejné podmínky a i podle věku a zkušeností žáků se možnosti lišily.

„V tenhle moment jsem ještě nenatáčela videa, spíš jsem posílala emaily na daný týden. V prvním období neprobíhala online výuka. Nejvíce jsem se soustředila na projekt Pošli to dál, který byl pro mě časově náročný. Musela jsem se naučit stříhat videa, komunikovat s rodiči, ale díky tomu se nám rozjela komunikace přes WhatsApp.“

Lucie Charouzová, ZUŠ Libčice nad Vltavou, 7. 4. 2022

Moderní doba nám umožnila spoustu variabilních způsobů, jak výuku upravit. Spojení zejména u menších žáků muselo probíhat za pomoci rodičů, či starších sourozenců, což bylo mnohdy velmi obtížné v některých případech až nemožné. A to zejména kvůli časovému překrývání pracovní doby rodičů s výukou, nebo jiného souběžně běžícího vyučování u sourozence. U těch starších, kteří jsou nejen samostatnější, ale i zdatnější v ovládní technologií, pak učitelé mohli zvolit komunikaci přes klasický email nebo novodobější aplikace jako jsou Messenger nebo WhatsApp.¹⁹ Můžeme také dodat, že jsou současné generaci bližší. Velkou možností spojení se pak staly videokonference přes komunikační servery jako jsou například

¹⁹ Pozn. Messenger a WhatsApp jsou komunikační platformy umožňující psaní zpráv, posílání souborů, hovory a videohovory

Google Meets, Zoom Video Communication a speciálně školami využívaný Microsoft Teams.

Zejména pak Microsoft Teams pro školy nabízí možnosti skupinových chatů i videokonferencí. V hovoru je možné sdílet obrazovku a tedy si promítat různé materiály, videa či obrázky, které vidí celá třída ve stejný čas. Ve zvláštních složkách je pak možné ukládat a sdílet materiály s danou třídou. Každý student, který má do skupiny nebo vytvořeného Teamu přístup, si může materiály stáhnout podle vlastních potřeb a dále s nimi pracovat.²⁰ V konferenci Umění online Jiří Lössl zmiňuje: *“Tam, kde zřídili Teamsy, se zpravidla setkávají s dobrou odezvou dětí, a to až 80%.”*²¹ Většina žáků bylo totiž zvyklých na tento program, kde měly i další vyučování.

Skupinové hovory mohly velmi ulehčit distanční výuku, ale i ztížit. A proto jednodušší možností výuky mohly být i poslané zadání tzv. „výzvy“, tedy úkoly ke splnění ve formě videí, zadání tematických fotografií a jiných.

„Dobrou motivací bylo, když se žáci něčeho dokázali chytit a zareagovat - když od nich přicházely poctivě zpracované úkoly, na kterých bylo znát, že je to baví, že tančí s chutí a láskou k tanci. Totální rána pod pás byly nejspíše poznámky lidí z okolí, znevažující práci učitelů v době distanční výuky.“

Alena Svatošová, ZUŠ Sedlec-Prčice, 2. 4. 2022

3.2 Úprava hodin k prospěchu distanční výuky

Distanční výuka vyžaduje velkou otevřenost k novým způsobům vyučování ze strany pedagoga i žáka. I když mnohé principy a taneční variace stejně jako na sále vyučovat nelze, je možné najít spoustu jiných způsobů a možností, které můžeme zapojit do výuky k našemu prospěchu.

A) Způsob výuky

První krok představuje určení způsobu, zda je možné následovat rozvrh a vést například hodiny přes videokonference online, nebo naopak náplně hodin rozesílat pro

²⁰ Vylepšení aplikace a novinky můžeme najít na podpoře Microsoft Teams,

<https://support.microsoft.com/cs-cz/office/co-je-nov%C3%A9ho-v-microsoft-teams-d7092a6d-c896-424c-b362-a472d5f105de>

²¹ LöSSL, Jiří, Umění online – videokonference, [online] 14. 11. 2020, cit. 4. 4. 2022, dostupné z <https://konference.nipos.cz/2020-umeni-online/index.html>

žáky zpracované na videu, či ve formě slovního zadání. Splněné zadání pak za určenou dobu zkompletovat a popřípadě dětem podat zpětnou vazbu, ať už ve formě pochvaly či motivace ke zlepšení v daném cvičení či úkolu.

Jak bylo zmíněno v minulé kapitole, způsob výuky se může lišit například dle věku žáků. Pro mladší ročníky může být komplikací nemožnost ovládnutí technologie. Potřebují tedy vedle sebe rodiče nebo sourozence, kteří jim budou v hodinách asistovat. Problémem ale může jednoduše být i následování tanečků a jejich učení se z obrazovky.

„Mnohdy neumí děti ani kopírovat učitele formou zrcadlení.“

Veronika Kaštánková, ZUŠ Staré Město, 30. 11. 2021

„Zasílala jsem různé úkoly – videa posilovacích a kompenzačních cvičení podle uvážení s ohledem na ročníky, dispozice a domácí prostředí. Zadávala jsem domácí úkoly tak, aby je žáci byli schopni vykonat v průběhu týdne (zadání jsem posílala v pondělí a zdokumentovaný DÚ, fotka/video, jsem očekávala do neděle). V případě nesplnění úkolu bez omluvení žáka v případě nemoci jsem psala do třídní knihy nepřítomnost a dodatečně žádala splnění DÚ, nebo omluvenky. Domácí úkoly zavrhovaly různá cvičení podle probraného učiva, improvizace, vymyslet si taneční variaci, pravidelné cvičení flexibility, ale také písemné úlohy (např. Nejlepší taneční zážitek, Recenze zaslaného videa, Námět na taneční představení). V čase příznivého počasí jsem zadávala DÚ v exteriéru v přírodě (stoj na rukou o strom, tanec ve větru, taneční pózy napodobující něco v přírodě. Jednou za 14 dní jsme se spojili online hovorem, dle možností žáků, zodpověděli jsme si některé otázky, udržovali jsme komunikaci v kolektivu).„

Michaela Ondrašíková, ZUŠ Bzenec, 22. 11. 2021

B) Prostor

„Děti nejmenší si hrály hodně s prostorem - umisťovaly panenky do pokojíčků, sněhové koule do sněhového království, kluci letadla do formací, cibulky jarních květin na záhonek. Posílaly si vzkaz - zpracovaný pohybově, vstupovali do obrazu, tvořili příběhy.“

Alena Svatošová, ZUŠ Sedlec – Prčice, 2. 4. 2022

Velkou překážkou pro vyučování tance online je prostor. Z dětských pokojů, obývacích pokojů, nebo i zahrad se stává taneční sál a tedy možnosti začínají být velmi omezené jak pro učitele, tak i pro žáky.

Pokud učitel vede hodinu online, většinou si musí najít největší a nejbezpečnější možné místo doma.

I přes to, že pedagog má možnost využití tanečního sálu, stále by měl brát ohled na prostorové možnosti žáků. Taneční variace a cvičení tedy uzpůsobit prostoru pro všechny a to znamená ve většině případů co nejvíce pohybu na místě.

Využít je možné i přírody a venkovního okolí žáků a v rámci zadání se jim tedy otevírá nekonečný prostor pro pohyb i vlastní kreativitu.

„Vše bylo provedeno s ohledem na prostorové možnosti. Byla to opravdu spíše výuka posílení, držení těla a důraz na preciznost provedených prvků.. Tato výuka byla omezená o prostorové cítění žáků a hlavně společnou atmosféru.“

Veronika Kašánková, ZUŠ Staré Město, 30. 11. 2021

C) Využití technologií

Ještě před několika lety by byla takováto distanční výuka v podstatě nemožná, ale současná doba nám poskytla mnoho způsobů, jak využít technologie v náš prospěch. Mohly se tak dále rozvíjet možnosti tvorby umění a znalosti v této oblasti.

V rámci vyučování, jak již bylo zmíněno, se nejjednodušším zprostředkovatelem výuky stal počítač a internet. Avšak i natáčení videí či fotografie se daly velmi efektivně využít.

Tato média mohly poskytnout záznamy zadaných cvičení pro žáky, které si měli sami doma splnit a například jejich provedení poslat zpět. Další možností bylo splnit zadané téma ze strany učitele a sám pak vytvořit záznam pohybu. Zejména nahrané videa měly výhodu možnosti opětovného přehrávání, které pomohlo žákům přesněji zaznamenat a zapamatovat si pohyb i zadání. Žáci si také sami mohli určit, kdy se budou tanci věnovat a třeba i opakovaně během týdne trénovat.

D) Hudební doprovod a využití hudby ve výuce

„Často jsme se potýkali s technickými problémy zvukového přenosu online hodiny, žáci neslyšeli hudbu ve stejném čase, přenos byl často nekvalitní. Proto jsem každé variace natáčela po výuce zvlášť na hudbu a zasílala je žákům i s přiloženou hudbou, aby mohli variace zkoušet.“

Michaela Ondrašíková, ZUŠ Bzenec, 22. 11. 2021

Velkým rušivým elementem se může stát zejména nízký signál připojení, a tudíž i zamrzlý obraz či špatný zvukový příjem. Většinou je i přenos pohybu opožděnější, a proto musíme počítat s tím, že zadané kombinace z velké většiny nebudou přesně do hudby, kterou pouštíme. Natočené videa od učitele i od žáka, pak mohou být přesnější a pro pedagogy je jednodušší vidět, zda žáci opravdu porozuměli zadání a jsou schopni vnímat hudbu a rytmus.

Ten se dá také zapojit do výuky v podobě zadávání rytmických cvičení.

„Zadávala jsem žákům rytmická cvičení související s pohybem. Bud' měli zadané naučené pohyby zrytmizovat, anebo na rytmickou melodii postavit pohyby z probrané látky.“

Michaela Ondrašíková, ZUŠ Bzenec, 22. 11. 2021

Malou poznámkou ke zvuku, zejména v online hodině je, že někdy počítač nemusí přenášet ani učitelův hlas v perfektní kvalitě. Nejrychlejší je, když jsou žáci schopní pohotově oznámit, že učitele neslyší, a nebo požádají o zopakování. Pro zadávajícího by mohla být i možnost využití bezdrátových sluchátek, které mají zpravidla i mikrofon, a tedy i možnost přenášet jasnější a kvalitnější zvuk.

„V zimě jsme tvořili zvukové - rytmické etudy s koštětem na odklizení sněhu.“

Alena Svatošová, ZUŠ Sedlec – Prčice, 2. 4. 2022

„Reproduktor nám ve výuce nefungoval. Jakmile jsme měli korepetitorku, hudební doprovod byl v pořádku, ale jinak jsme si vystačili s hlasem.

Pokud jsme měli hudební doprovod v rámci projektů, tak jsme si ji vybírali společně.“

Lucie Charouzová, ZUŠ Libčice nad Vltavou, 7. 4. 2022

3.3 Udržení pozornosti ve výuce a zaměření na koncentraci

Pozornost

Proces, který nám selektivně umožňuje soustředit se pouze na vybrané podněty.

Chrání nás tak před zahlcením přílišným objemem informací.

Koncentrací na co nejmenší množství objektů se pozornost zesiluje.

Dítě může vnímat několik podmětů záraz, je však dobré naučit děti spojovat informace do jedné skupiny souvislostí, vést je ke schopnosti soustředit na více věcí najednou, nebo je naučit vybírat si ty důležitější.

Koncentrace

Pochází z latinského *concentrare*, což znamená soustředit, zhušťovat.²²

Jinými slovy také převedení veškeré naší pozornosti na konkrétní podmět nebo činnost.

Pozornost dělíme do dvou skupin:

Úmyslná

Pozornost je vědomě řízená. Člověk si sám určí, na co se chce soustředit, a tudíž musí vynaložit určité úsilí k udržení pozornosti. Je využívána zejména k učení a práci.

Neúmyslná

Je první forma pozornosti u člověka. Vzniká bez vědomého úmyslu a je reakcí na určité podněty neznámé, v pohybu, výrazné, nezvyklé, kontrastní k okolí nebo s osobním významem.

Rozvoj pozornosti a práce s ní nastává zejména při příchodu dítěte do mateřské školy. Tam jsou mu zadávány různé úkoly, které by mělo splnit. Tím je vedeno k tomu, aby bylo schopné vykonat danou práci, dokončit ji a zároveň se naučilo přenést pozornost jen k hlavnějším podnětům.

Délka schopnosti soustředit se je odlišná nejen podle věku, ale i podle zajímavosti podnětu.

Není u všech stejná, a proto bychom si měli být vědomi individuálnosti u každého zvlášť. Zejména u mladších dětí trvá maximálně 15 minut, než se dítě přestane

²² Koncentrace, wikipedia.org, 8. 8., 2021, [online], cit. 6. 1. 2022, dostupné z

<https://cs.wikipedia.org/wiki/Koncentrace>

koncentrovat, s postupem věku se čas schopnosti soustředění prodlužuje. Avšak stále bychom měli brát ohled i na další souvislosti, které mohou ovlivňovat kvalitu pozornosti.

Obecně naši koncentraci ovlivňují podněty z vnějšku i zevnitř.

Našimi osobními, tedy vnitřními vlivy může být celkový stav člověka, snaha, chtění, nálada, pocity, emoce, psychické naladění a dostatečná vyzrálost vůči zadanému úkolu. Vnější podnětem může být například místo, kde je práce vykonávána, lidé v okolí (rodina, spolužáci, kolegové) nebo síla podnětů, které na sebe upoutají pozornost.²³

Udržet pozornost a koncentraci, zejména mladších dětí, je na tanečním sále velmi obtížné. Záleží na mnoha okolnostech, konkrétně pak náladě žáků, rušivých elementech na sále i mimo něj a mnohém dalším. Náš sál můžeme upravit tak, aby byl co nejjednodušeji řešený a dekorace co nejméně nápadné. Pozornost žáků tím nebude tolik odváděna například k vystaveným obrázkům či plakátům, nebo nebude narušena jejich práce odloženými pomůckami na sále. Vliv může mít také špatně řešený sál po stránce architektury, například sloup překážející v prostoru nebo špatná akustika.²⁴

Avšak v domácí výuce nemůžeme ovlivnit to, jak vypadá pokoj, ve kterém se dítě připojuje na hodinu. Pozornost může rozptylovat mladší či starší sourozenec nebo rodiče. Zcela nemůžeme ovlivnit pohyb domácích mazlíčků v okolí. Dalším úkolem je tedy jak získat pozornost a koncentraci žáka.

²³ ČERNÁ, Veronika, Pozornost u předškolních dětí, Praha 2011, Bakalářská práce, Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta, Katedra psychologie, Vedoucí práce doc. PhDr. PaedDr. Dobromila Trpišovská, Csc, dostupné z https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/38941/BPTX_2009_2_0_261671_0_83557.pdf?sequence=1&isAllowed=y

²⁴ HORVÁTOVÁ, Daša, Cesta k pozitivnej motivácii tanečníka, Praha 2013, Bakalářská práce, Akademie múzických umění v Praze, Hudební a taneční fakulta, Katedra tance, vedoucí práce Mgr. Mahulena Křenková, str. 21

„U mladších žáků to bylo velice náročné, zkrátily jsme vyučovací hodiny na možné minimum podle časové dotace vyučování, dávala jsem méně úkolů a víc jsme zapojili taneční kombinace. U starších žáků byla potřeba neustále se střídající dynamika vyučovací hodiny. To ale nebylo těžké, naopak to bylo zábavné, ale hůř se pak udržovala kvalita techniky.“

Michaela Ondrašíková, ZUŠ Bzenec, 22. 11. 2021

Zkrácená délka hodiny může být řešením a dokonce produktivnější variantou. Jasně a srozumitelné zadání s přesnými pravidly, téma blízké věku dětí a zejména kreativita učitele ve vedení hodin, to vše se stává důležitými body k udržení pozornosti a kvality hodiny.

3.4 Kontakt mezi učitelem, žákem a celým kolektivem

Udržení blízkého kontaktu podobného tomu, jaký je na tanečním sále, představuje v distanční výuce velkou výzvu. Pokud je učitel schopen naslouchat žákům a vcítit se do jejich potřeb, vyučování pak může být daleko jednodušší.

„Nový přístup jsme museli zvolit zejména v komunikaci. Při prezenční výuce žáky vidíme pouze na vyučovací hodině, komunikujeme prostředkem pohybu, slova a dotyku. Tentokrát jsme byli omezeni a komunikace pomocí dotyku nebyla možná, slovo a pohyb byl často opožděný skrze online přenos. Často jsme se žáky komunikovali několikrát za týden a několikrát denně, místo pouze vymezeného času pro vyučovací hodinu. Musela jsem tedy nahlédnout více do jejich soukromí, abych pochopila jejich potřeby v oblasti vyučování. Zároveň jsem ale nechala nahlédnout do mého soukromí je, aby věděli, že jsme na stejné vlně.“

Michaela Ondrašíková, ZUŠ Bzenec, 22. 11. 2021

Jestliže se třída připojuje pravidelně na online vyučování a učitel se žákem mohou mezi sebou komunikovat prostřednictvím hovoru, potom je situace jednodušší alespoň v rychlosti okamžité odpovědi. Jako učitel si můžeme připravit témata a otázky, které v hodině žákům položíme, a ti ihned mohou spontánně odpovídat. A to nejen v rámci tanečního vzdělání, kdy můžeme využít rozhovorů ke sblížení s tanečním světem, ale i v rámci osobního života. Například sdílení pocitů během distanční výuky, dojmů pozitivních i negativních a mnoho dalšího, může mít vliv na další spojení a navázání důvěrnějšího vztahu v celém kolektivu.

Mohla by to být cesta, jak vést děti k lepší komunikaci, zamyšlení se nad určitými otázkami. Následně možnost pracovat na schopnosti vyjádřit svůj vlastní názor bez obav, že bude souzen.

„Myslím, že jsem měla s dětmi více prostoru si popovídat také o našem soukromí, našich jiných zájmech a pochlubit se domácími mazlíčky.“

Jarmila Krystoňová, ZUŠ Staré Město, 31. 12. 2021

Jestliže máme výuku koncipovanou spíše na plnění úkolů podle videa, bližší kontakt v celé třídě pozbývá. I přesto můžeme shledat distanční hodiny přínosné.

Jedním ze stmelovacích příkladů může být společné plnění úkolů ve třídě.

Může to být například spolupráce na stejném zadání, tématu, tanečních variacích a dalších, při kterých žáci budou muset komunikovat na dálku nejen s učitelem, ale i mezi sebou.

„Velice záleží na žákovi. Jestli jeho online vyučování něco omezuje, jak se cítí v rodinném domácím prostředí, jak je psychicky naladěný, jaké bylo dopolední online vyučování, kolik mají DÚ ze školy, jaké mají vztahy se spolužáky. Kontakt se udržet dál, jak individuálně, tak skupinově. Avšak je velké množství faktorů, které odpolední vyučování na ZUŠ na dálku ovlivní.“

Michaela Ondrašíková, ZUŠ Bzenec, 22. 11. 2021

„Studenti začali být zodpovědnější, samostatnější, zvládnou například sami vytvořit plakát na představení a jeho taneční program. To vše se stalo díky covidu. Žáci dokázali říct, co můžou nabídnout, kde jsou jejich hranice, co zvládnou a co už ne. Co jsou schopní vytvořit sami, nebo v malých skupinách. To předtím moc neuměli.“

Lucie Charouzová, ZUŠ Libčice nad Vltavou, 7. 4. 2022

4. MOTIVACE

Slovo pochází z latinského *movere*, tedy hýbati.²⁵

Motivace vychází z psychologického nastavení jedince a ovlivňuje naše jednání, chování a rozhodování. Vždy vzniká na základě nějakého impulsu (nedostatek spánku, hlad, žízeň, stres, cíle k dosažení, emoce a jiné) a vede nás k určité činnosti.

Teorií motivace se zabíralo mnoho psychologů. Tou nejznámější je Maslowova hierarchie potřeb, ve které se nachází seřazení lidských potřeb od základních po seberealizační. Ve spodní části pyramidy jsou body spojené zejména s motivací, v horní části jsou naopak body spojené se seberealizací.²⁶

K jednání nás vedou určité motivy a ty můžeme rozdělit do tří skupin:

1. Biologické motivy

Jsou primární, sebezáchovné. Zejména sem řadíme fyziologické potřeby, poskytování a přijímání rodičovské péče.

2. Psychické motivy

Jsou motivy získané, tedy sekundární. Je to například smysl života, duševní rovnováha, sebeurčení, vlastní etický řád.

3. Sociální motivy

Patří sem mezilidské vztahy, úspěch a neúspěch v různých odvětvích, a také sociální naplnění předpokladů.²⁷

²⁵ Motivace v pracovní činnosti, wikipedia.org [online], 8. 8. 2021, cit. 9. 4. 2022, dostupné z https://cs.wikipedia.org/wiki/Motivace_v_pracovni_cinnosti#:~:text=Slovo%20%E2%80%9Emotivace%E2%80%9C%20m%C3%A1%20p%C5%AFvod%20v,ur%C4%8Dit%C3%A9%20C4%8Dinnosti%2C%20k%20ur%C4%8Dit%C3%A9mu%20jedn%C3%A1n%C3%AD.

²⁶ MÜHLFEIT, Jan a Kateřina KRŮTOVÁ. *Odemykání dětského potenciálu: každé dítě je originál*. [Brno]: Management Press, [2019]., str. 155

²⁷ Motivace, dělení motivů, sebezáchovné (biologické), psychické a sociální motivy, studium-psychologie.cz [online], cit. 3. 1. 2022, dostupné z <https://www.studium-psychologie.cz/obecnapsychologie/12-motivace-deleni-motivu.htm>

Motivaci můžeme dále rozdělit na vnější, tedy jak nás ovlivňuje okolí, lidé a ostatní podněty. Naopak vnitřní motivace závisí na každém jedinci a přichází zevnitř. Je postavena na nutnosti základních potřeb a rozvíjí se do plnění vlastních cílů.²⁸

Vnější motivace může být prvním impulsem k rozhodování a jednání jedince, dokonce může vést k velkému výsledku, ačkoli někdy nemusí být pozitivní motivací a nemusí mít ani dlouhodobého trvání. Naopak vnitřní motivace je silnější, mnohdy dává větší smysl, a proto je pravděpodobnější, že přicházející překážky nebudou zrazující od dosažení cíle.

Zaměřením se na vnější motivaci, která se může zdát lákavá, ale můžeme snížit sílu naší vnitřní motivace. Mohou to být tyto příklady:

1. Odměňování

Může se stát, že z vnitřní motivace, kdy chceme dosáhnout cíle a věnujeme se něčemu, co máme rádi, začneme vykonávat tuto činnost kvůli odměně a zapomeneme na radost, kterou nám činnost přináší.

Je dobré najít vyváženou motivaci mezi tou vnější i vnitřní.

2. Srovnávání

Zejména v dnešní době, kdy máme snadný přístup přes internet k různým zdrojům, je velmi jednoduché se srovnávat s ostatními. Pokud překročíme hranici, můžeme se dostat k pocitu, jak se v článku uvádí „...*už nemá smysl se snažit, že už nám stejně ujel vlak.*“²⁹

Daleko raději bychom se měli začít srovnávat sami se sebou, jaký pokrok jsme udělali, co jsme změnili, ohlédnout se zpět a vrátit se do přítomnosti.

²⁸ Motivace, powerpoint, prezentace [online], 28.3.2009, cit.4. 1. 2021, <https://is.muni.cz/elportal/estud/fsps/js09/sylabus/web/pdf/4.5. Motivace.pdf>

²⁹ SZÁKAL, Lucie, 4 zabijáci vnitřní motivace, bytkoucem.cz [online], 28. 10. 2019, cit. 5. 1. 2021, dostupné z <https://bytkoucem.cz/4-zabijaci-vnitri-motivace/>

3. Tlak okolí

Motivace ke splnění úkolu za účelem uspokojení ostatních a naplnění jejich očekávání, může vést ke stresu a jiným negativním myšlenkám a pocitům.

Je daleko výhodnější hodnotit práci chválou, než specifikovat na dobré a špatné. Můžeme se tím vyhnout stálému sebereflektování v čem jsme špatní a následnému dokazování našich kvalit ostatním.

4. Zahlcení

Příliš mnoho aktivit může vést k odvedení pozornosti a tedy i k nesoustředěnosti. Máme pak pocit, že nemáme na nic čas a neplníme ani jeden z našich cílů pořádně.³⁰

Motivace žáků je pro pedagoga dalším velkým úkolem. I v distanční výuce v nich nadále podporovat nejen nadšení pro tanec, ale i chtění zlepšit se a něčeho dosáhnout, může být velkým otazníkem. Motivace velmi souvisí s komunikací a dále je důležité si uvědomit rozdělení motivace na vnější a vnitřní. Zejména v tanci je velký rozdíl, jestliže dítě tančí, protože se samo rozhodlo a chce, nebo přichází motivace zvenku a dítě například plní jen cíle svého rodiče či učitele. Obecně víme, že každý žák je individuální osobností a nemůžeme zpravidla klást na celou třídu stejné nároky a určovat jí identické cíle. Stejně tak je to s motivací, a proto každý potřebuje rozdílné odůvodnění a cíl. Úzce také souvisí motivace s koncentrací. Jakmile nejsme schopni se soustředit, ztrácíme i vidinu cíle, pokrok se zmenšuje nebo dokonce stagnuje. Motivaci můžeme neúmyslně snížit velmi vysokými nároky nebo téměř nesplnitelnými úkoly ze strany pedagoga. Na začátku může mít na žáka vliv příliš velká motivace, ale nenaplněné očekávání. Ideálním řešením by měla být rovnováha mezi požadavky jak ze strany pedagoga, tak i žáka. Citlivostí pedagoga k žákům a jejich požadavkům můžeme docílit udržitelné motivace. Za normálního běhu ve vyučování může být motivací už jen setkání dětí ve třídě a spolupráce mezi sebou, tedy kontakt. Dále například vystoupení na závěr roku, kde děti mohou předvést svůj pokrok a práci.

³⁰ SZÁKAL, Lucie, 4 zabijáci vnitřní motivace, bytkoucem.cz [online], 28. 10. 2019, cit. 5. 1. 2021, dostupné z <https://bytkoucem.cz/4-zabijaci-vnitri-motivace/>

Ani jedno v distanční výuce není stoprocentně proveditelné, a tak tedy musíme zapojit fantazii a pracovat s tím, co distanční výuka nabízí.³¹

4.1 Zaměření se na techniky tance

V taneční distanční výuce, která probíhala v letech 2019-2021, děti trávily mnoho času školní výukou sezením u počítače, stejně jako u psaní úloh. Bylo tedy jedním z prvních úkolů obecně, děti motivovat k jakémukoli pohybu; v parku, na zahradě či na dětském hřišti. Mohlo to být například skákání přes švihadlo, inspirace přírodou splnění úkolu na určité téma a jiné. Mnohdy ke zvládnutí úlohy mohlo dopomoci zadání konkrétního tématu nebo například počasí.

„Vytvářela jsem videa, nebo třeba i úkoly, aby šli do přírody. Na Náplavce jsem vytvořila malou hernu, panáky, které si mohli přijít zaskákat a splnit úkoly.“

Lucie Charouzová, ZUŠ Libčice nad Vltavou, 7. 4. 2022

Jestliže bychom se během vyučování chtěli zaměřit na výuku technických prvků, potřebujeme opět upravit chod hodiny, dát dětem určitý cíl a záměr proč cvičení dělají, aby pochopily smysl našeho zadání i toho, čím tráví svůj čas. Neměli bychom ani zapomínat na vyváženost v hodině mezi technickými cvičeními a těmi zaměřenými na kreativitu a vlastní tvoření. Z videokonference, která byla uskutečněna až v době „druhé vlny“, mne zaujala myšlenka Lenky Švandové ze ZUŠ Charbulova v Brně.

„Nemožnost děti přímo vést, vede pro mne nutnost v přesnosti zadání. Tím, že o zážitcích s dětmi mluvím, dochází k tomu, že i ony si musí ujasnit tak, jak pohyb v těle probíhá a jaké má možnosti. Často se děti svými komentáři inspiroují k novým možnostem, jak k zadání přistupovat. Výsledkem je větší samostatnost, schopnost vnímat své tělo a prostor a schopnost se vyjádřit a pojmenovat své zážitky. Navíc děti mezi sebou komunikují a sdílejí své zážitky v tanci. To je myslím velmi

³¹ HORVÁTOVÁ, Daša, Cesta k pozitivní motivácii tanečníka, Praha 2013, Bakalářská práce, Akademie múzických umění v Praze, Hudební a taneční fakulta, Katedra tance, vedoucí práce Mgr. Mahulena Křenková, str. 9-10

důležité. Je to pak živé setkání a skutečný tanec a všichni se na něj těší. Je to osobité.“

32

Dále je pak samozřejmě nutné uzpůsobit výuku technických prvků na dálku věku a pokročilosti žáků. Také ji spojit s něčím, co žákům přináší radost. Může to být propojení se všedním životem, pestrým střídáním zadání kombinací, nebo dokonce online vyučování s jinými učiteli a lektory.

Zejména u dětí v přípravném ročníku při učení se nových cvičení chybí dotek. V prvních ročnících je lepší rozdělit prvky na jednotlivé části a učit je postupně, místo celých vazeb. K technice můžeme přidat i cvičení na zemi, která jsme například dělali dříve ve stoji. Jsou jednodušší na srovnání a správné provedení, a také podle potřeby můžeme velmi efektivně posílit některé svalové partie. Stejným cvičením na jaké je žák zvyklý, jen změnou z vertikální na horizontální polohu, tak opět rozšíříme prostorové vnímání žáka. Na základě omezeného prostoru se můžeme zaměřit také na koordinační cvičení na místě.

„Snažila jsem se žáky více motivovat k technice, ale například tím, že jsem vše naučené postupně zapojila to tanečního projevu, nebo jim vytvořila zadání. Je to velice těžké, ale pouze neustálým opakováním a motivací jsme se snažili o co nejlepší a nejpečlivější provedení.“

Michaela Ondrašíková, ZUŠ Bzenec, 22. 11. 2021

Chceme-li se věnovat jednotlivým tanečním technikám zvlášť, pro klasický tanec můžeme zapojit nejen jógu a Pilates, ale například i Floorbarre, tedy cvičení baletních prvků na zemi. Autorkou tohoto cvičení je americká tanečnice Zena Rommet. Jejím záměrem je právě odlehčit kotníkům, kolenům i kyčlím prací na zemi a veškerou práci a pozornost přenést na vypracování správného provádění prvků, síly, a také kontrovaného pohybu. Díky jejímu cvičení se také dá předcházet úrazům.³³ V již dříve zmíněném tématu o prostoru pak můžeme dětem dát za úkol přenést například demi plié provedené na zemi do stoje či naopak. Nejen, že mohou pracovat na cítění

³² ŠVANDOVÁ, Lenka, ZUŠ Charbulova v Brně, 14. 11. 2021, [online], dostupné z <https://konference.nipos.cz/2020-umeni-online/index.html>

³³Zena Rommett – Floor-Barre technique, wikipedia.org [online], 6. 12. 2021, cit. 10. 4. 2022, dostupné z https://en.wikipedia.org/wiki/Zena_Rommett

těla a postupně samy pomalu opravovat chyby, ale také v nich podpoříme samostatné přemýšlení nad jednotlivými cviky a třeba je můžeme i dovést k vlastnímu porovnání rozdílů v provedení na zemi a ve stoji.

„Na doplnění jsem jim potom posílala videa, jak si zavázat špičky, jak si zalepit prsty a potom základy třeba, plié přes pološpičky a jiné.“

Jarmila Krystoňová, ZUŠ Staré Město, 12. 2. 2022

V současném či moderním tanci můžeme rozvíjet fantazii, trénovat obratnost a využít měkkého povrchu trávy ve venkovních prostorách. V podstatě jako u klasického tance můžeme některé z prvků přenést na zem a zapojit jiné způsoby pohybu, anebo naopak rozpohybovat jednotlivé cvičení a přenést je ze země do stoje.

„Postupně jsem začala natáčet videa a myslela jsem na to, aby si je mohli pustit kdykoliv. To znamená, na malém prostoru, funkční věci, vycházela jsem z jógy, pilates, z koordinačních cvičení, animal movement, aby to obsáhlo všechny čtyři kruhy – posilovací, protahovací, uvolňovací, meditace.

Později měli všichni online výuku, ve zkrácené formě. Zejména, abychom spolu mohli komunikovat. To znamená, že výuku tvořilo online vyučování – vidíme se, projekt - tvořivost a videa – technika.

Techniku jsem uzpůsobila tomu, co se v podstatě vejde na karimatku. Joga, Pilates a výzvy. Sama jsem se vzdělávala na toto téma a díky tomu jsem se seznámila s dalšími lidmi, kteří mají tato zaměření. A díky tomu se zejména ty starší žáčky naučily pracovat samy ze sebou a dokázaly i cvičit samy.“

Lucie Charouzová, ZUŠ Libčice nad Vltavou, 7. 4. 2022

V lidovém tanci se můžeme zaměřit na rozklad a opakování jednotlivých prvků, využít pomůcek pro rozvíjení vnímání prostoru. Například využití oblíbené hračky a vytváření kruhu kolem ní, trénování kruhu po směru nebo proti směru hodinových ručiček, směr do kruhu a ven, prvky po zádech a jiné. Rozdělení tanců a charakterů podle krajů. Během roku se můžeme zaměřit tradice, svátky a zvyky, které nepochybně patří k lidovému tanci, stejně jako je zpěv. A proto můžeme věnovat čas i učení se nových textů a lidových písní.³⁴

³⁴ ŠŤASTNÁ, Lenka, Umění online – videokonference, [online] 14. 11. 2020, cit. 10. 4. 2022, dostupné z <https://konference.nipos.cz/2020-umeni-online/index.html>

K technice také můžeme přiřadit teorii či sdílení krátkých představení nebo úryvků. To by mohlo řadu žáků také během vyučování obohatit. Na teorii většinou za normálních okolností nezbyde čas, ale v online výuce by seznámení se s tanečními osobnostmi či uměleckým světem mohlo být další inspirací. Zajímavým podáním, prezentací a třeba i následnými vědomostními kvízy na určité téma se hodina může stát inovovanou. Rovněž ji můžeme brát jako alternativu, pokud jsou žáci nemocní, nemají tolik možností se hýbat v pokoji.

„Technika lze udržet, pokud má dítě pro techniku vlohy a má vnímavé a inteligentní tělo a má již nějakou techniku vtištěnou... jinak...“

Alena Svatošová, ZUŠ Sedlec – Prčice, 2. 4. 2022

4.2 Jednání a komunikace se žáky ze strany učitele – opravy chyb, pochvaly, psychická motivace

Tuto kapitolu bych chtěla uvést myšlenkou z knihy „Uč jako umělec od Roberta Čapka, která se zabývá pedagogikou zejména na obecných školách, ale velmi snadno se její myšlenky dají uplatnit i do umělecky zaměřeného vzdělávání. V ní se píše, že „*Žák je stejným umělcem jako jeho učitel!*“, jen nemá stejné zkušenosti, dovednosti a znalosti, a proto učitel zastává úlohu kolegy a průvodce, který s žákem sdílí všechny úspěchy i obtížné situace. Jsou na společné cestě, kde se nachází opětovaná důvěra a povzbuzení.³⁵

Nejen v klasické výuce, ale i v té distanční není na místě porovnávání kdo je v čem nejlepší nebo vzájemná soutěživost, ale naopak inspirace a povzbuzení k pokroku v ostatních. To může podpořit zejména pedagog.

Pokud bychom se měli zaměřit na hodnocení a sebehodnocení žáků, měli bychom zapojit naši objektivitu a také individualitu každého z nich. Na dálku je sice těžké posoudit práci, ale známe dovednosti každého, včetně jeho přístupu k práci. Je daleko výhodnější hodnocení provedené práce se zadaným úkolem, ne provedené práce s výsledky jiných.

Výuky online můžeme využít ke komunikaci se žáky a navést je k hodnocení sebe sama a ostatních. Pokusíme se tak dojít k spravedlivějšímu ohodnocení, a také jim

³⁵ ČAPEK, Robert. *Uč jako umělec: malá kniha o velkých vzdělávacích myšlenkách*. Ilustroval Radek PETŘÍK. V Brně: Jan Melvil Publishing, 2020. Briquet. ISBN 978-80-7555-105-4., str. 219, 181

předat úlohu zodpovědnosti, zároveň tedy i důležitosti každého z nich na hodině. Každému z žáků dáme možnost ohodnocení práce ostatních, ať už je to fotografie nebo video na zadané téma, či jakékoli provedené cvičení. Pochvalou mohou motivovat ostatní, a také říci, co by dle jejich názoru mohlo být lepší nebo co jim chybělo. Studenty tak navedeme k návyku přijetí kritiky a názor ostatních brát jako impuls ke zlepšení do budoucna. Tím, že se tohoto ohodnocení účastní celý kolektiv, je kritika vyvážená a všichni se tak dostávají na „stejnou loď“. Můžeme využít také bodový systém například od jedné do desíti, nebo zapojit hodnocení způsobem + a -. Zejména pak přidáme slovní ohodnocení a vyjádření subjektivního názoru každého žáka.

Tímto způsobem můžeme navést žáky k přijetí hodnocení, těšení se na pochvaly a očekávání kritiky. Naučíme je, jak dostávat dobré hodnocení a jako pedagogové můžeme místo špatného ohodnocení nabídnout žákovi zpětnou vazbu, ze které se mohou ponaučit a zlepšit se. Tímto způsobem si mohou zvyknout na „hodnocení a být hodnocen.“³⁶

Dalším bodem souvisejícím s hodnocením žáků je nejen cíl, ale i cesta k němu. Zaměřením se především na proces a uvědomělou práci každého žáka, zbavení se pozornosti na to, jaký výsledek, popřípadě známka, bude udělena, může pomoci žákům k tomu, aby se nesoustředili jen na dobré známky za jakoukoli cenu, ale zpravidla na dobře odvedenou práci. Lze opět zapojit v hodinách formy rozhovorů s žáky o jejich práci či o úkolech a jejich postupu. Navést je tím k zaměření se na progres a individuální průběh práce každého.

Také je velmi důležité nezapomínat a naučit děti nesrovnávat udělené hodnocení a výkony mezi sebou. Abychom zabránili uvažování typu: „ta to už umí a já ještě pořád ne“ a docílili „od minula jsem se o kousek zlepšil/a“. Tedy ne, jestli někdo zvládne cvičení lépe než jiný, ale naopak pozorovat pokroky každého zvlášť, a to podrobit hodnocení. Pokud máme zadaný úkol, aby se děti naučily „šňůru“, je lepší hodnotit výkon aktuální od toho minulého individuálně a to tak, že jiný žák je lepší brát pouze jako inspiraci a motivaci do příště. Každý se tedy může zlepšit podle vlastních dispozic a my jako pedagog mu můžeme pomoci, jak toho dosáhnout.

³⁶ ČAPEK, Robert. *Uč jako umělec: malá kniha o velkých vzdělávacích myšlenkách*. Ilustroval Radek PETŘÍK. V Brně: Jan Melvil Publishing, 2020. Briquet. ISBN 978-80-7555-105-4. str.187

4.3 Motivace k fyzické aktivitě

Aby žák nepřestával soustavně pracovat a chtěl se účastnit tanečních hodin a úkolů, měli bychom mu dát jasný důvod a vysvětlení proč danou činnost dělat a jaké benefity může získat.

Jednoduchým příkladem a jasným cílem může být třeba vystoupení po uplynulé distanční výuce, kdy bude možné se vrátit do tanečních sálů a divadel.

Motivace také velmi úzce souvisí s inspirací. Inspirace pochází z latinského slova *inspirare*, tedy vdechnout.³⁷ Můžeme ji také chápat jako proniknutí myšlenky a dostání nového impulsu k akci – nadchnutí se. Dva američtí psychologové Todd M. Thrash a Andrew J. Elliot inspiraci definovali v několika bodech.³⁸ Většinou se objevuje samovolně, není nucená a podnětem může být jak „vnitřní svět“, tak i osoba ze světa „vnějšího“. Může přesahovat osobní omezení i reálné myšlení a je spojena s jasným uvědoměním si nových možností. Dále se pojí s nárůstem motivace a aktivity, stejně jako s touhou vše zrealizovat a sdílet s okolím. Inspirace přináší jistotu a následně pozitivní myšlení. Dává smysl našim činnostem a poté i nám samotným pocit naplnění.

Abychom mohli uzavřít kruh motivace a inspirace, můžeme si je představit propletené s dalšími pojmy, kterými jsou pokrok a úspěch. Ani jeden z nich nemusí být velký a výrazný, bohatě stačí malé, avšak platné posuny.

K tomu, abychom snadněji nacházeli podněty k novým inspiracím, je potřeba vyvarovat se stereotypnímu myšlení či z pedagogického hlediska jednotvárně pojatým zadáním a hodinám.³⁹ Tím, že se otevřeme novým způsobům, informacím a myšlenkám, bude snadnější vnímat svět nabízející nové inspirace a kreativní nápady. Pedagog se pak stává právě jedním ze zdrojů inspirací pro žáky.

³⁷ Inspirace, wikipedia.org, 30. 10. 2021 [online], cit. 7. 2. 2022, dostupné z <https://cs.wikipedia.org/wiki/Inspirace#:~:text=v%20b%C4%9B%C5%BEEn%C3%A9%20%C5%99e%C4%8Di%20podn%C4%9Bt%2C%20n%C3%A1pad,n%C3%A1val%20kreativity%2C%20nap%C5%99%C3%ADklad%20b%C3%A1snick%C3%A1%20inspirace>

³⁸ WURMOVÁ, Nela, Odkud přichází inspirace?, psychologie.cz [online], 11. 10. 2011, cit. 7. 2. 2022, dostupné z <https://psychologie.cz/odkud-prichazi-inspirace/>

³⁹ tamtéž

Pro studenty tedy můžeme vytvořit kreativnější hodiny, s neustále novými informacemi a obměnami a dále v nich podpořit podobný proces k vnímání inspirace.

Inspirace má dlouhodobějšího trvání než motivace a může být podpořena také prováděnou činností. Zapojit můžeme otázky navádějící k práci jako jsou: „za jakým účelem to dělám?“, „jak se mohu zlepšit?“.

Prvním z úkolů by tedy mělo být dosažení radosti z dané činnosti, v tomto případě je to tedy tanec a láska, se kterou žáci tančí. Tímto pozitivně podporujeme emoční část studentů a ukazujeme jim smysl tance, navíc rozvíjíme v nich inspirativní a kreativní přístup.

Jinými slovy, pokud jako pedagogové budeme naše žáky vést pouze k výsledkům, podporujeme v nich zejména myšlenku „být nejlepší“ a dosáhnout cíle. Snadno pak může nastat demotivující proces a nepřicházející úspěch. *„Když na něčem lpíme, pak se většinou nedaří, protože se bojíme, jestli to vyjde, nebo ne, a tím pádem nejsme v přítomném okamžiku.“*⁴⁰ Jestliže se zaměříme právě na přítomný okamžik a začneme dávat větší váhu progresu a cestě k výsledku, láska k tanci dostává větší váhu než nezdár, které se stává.

Tím, že se studenty komunikujeme a podáváme jim naši zpětnou vazbu za účelem pomoci se zlepšovat, je stále důležité myslet na udržení jejich radosti a inspirace k tanci. V knize *Odemykání dětského potenciálu* se nachází schéma „*Sendvičové vazby*.“ V té je jako první krok zpětné vazby pochvala a sdělení dítěti, v našem případě tanečnickovi jeho úspěch a zlepšení. *„V takovém případě se do jeho mozku vyloučí hormon serotonin, který souvisí s pocitem štěstí a připraví dítě na korektivní zpětnou vazbu.“* Poté teprve následují korekce toho, co je potřeba zlepšit. Hodnotíme však pouze práci žáka, ne jeho osobnost. Na závěr je důležité vyjádření naší podpory a důvěry do budoucna, ujištění žáka, že víme, že je schopen progresu v budoucnu.

Podáváním takovéto zpětné vazby dáme studentům vědět, že nelpíme pouze na výsledku, ale na jejich práci, kterou každý z nich odvádí. Proces dostane velkou váhu a důležitost. Zejména v distanční výuce pak přichází na řadu odpovědnost

⁴⁰ MÜHLFEIT, Jan a Kateřina KRŮTOVÁ. *Odemykání dětského potenciálu: každé dítě je originál*. [Brno]: Management Press, [2019]., str.121

každého žáka. Je pouze na něm jestli splní svůj úkol, cvičí pravidelně a poctivě a nese odpovědnost za svůj progres či stagnaci.⁴¹

⁴¹ ČAPEK, Robert. *Uč jako umělec: malá kniha o velkých vzdělávacích myšlenkách*. Ilustroval Radek PETŘÍK. V Brně: Jan Melvil Publishing, 2020. Briquet. ISBN 978-80-7555-105-4., str. 138

5. KREATIVITA

Název vychází z latinského *creo* = tvořím (také související *invenio* = nalézám, objevuji), jinými slovy tedy tvořivost a invence. Jedná se o vznik nových, jedinečných i hodnotných nápadů a myšlenek, mohou mít pozitivní i negativní náboj (antikreativita).⁴²

Schopnostmi, které má každý člověk, můžeme kreativitu rozvíjet. Je to například citlivost a vnímání okolí, všímání si nových podnětů, možnost vytvářet alternativy k úkolům, a také schopnost je měnit podle situace. Následně lehkost a rychlost příchodu s novými nápady a řešeními, vytváření nových, neobvyklých a originálních nápadů, rozpracování nové myšlenky a rozvíjení dalších možností, opravování chyb a následné dokončení, přetváření stávajícího vynálezu k funkčnější a aktuálnější verzi.⁴³

Další faktory, které můžeme rozlišit, jsou:

1. Intelektuální schopnosti

- odlišné pohledy na podněty, propojení souvislostí, posuzování efektivity

2. Expertní znalosti a dovednosti

- využívání materiálů historických i současných

3. Styly myšlení

- celkové i detailní zaměření, propojování více oborů, schopnost organizace ve zdánlivém chaosu

⁴² Tvořivost, Wikipedia.org, 13. 1. 2022, [online], cit. 8. 2. 2022, dostupné z <https://cs.wikipedia.org/wiki/Tvořivost>

⁴³ GOŠOVÁ, Věra, Kreativita, wiki.rvp.cz, [online], 11. 4. 2011, cit. 8. 2. 2022, https://wiki.rvp.cz/Knihovna/1.Pedagogick%C3%BD_lexikon/K/Kreativita

4. Osobnostní rysy

- otevřenost novým věcem, chápání dvojího významu, nepřizpůsobivost, samostatnost, svoboda, nevzdává se, tolerance k jiným kulturám, potřeba ujasnění si účelu a principu

5. Vnitřní motivace

- nadšení se pro věc, optimismus, zvědavost, plnění činnosti a úkolů je naplňující, není kladen důraz na peněžní ohodnocení

6. Podpůrné prostředí

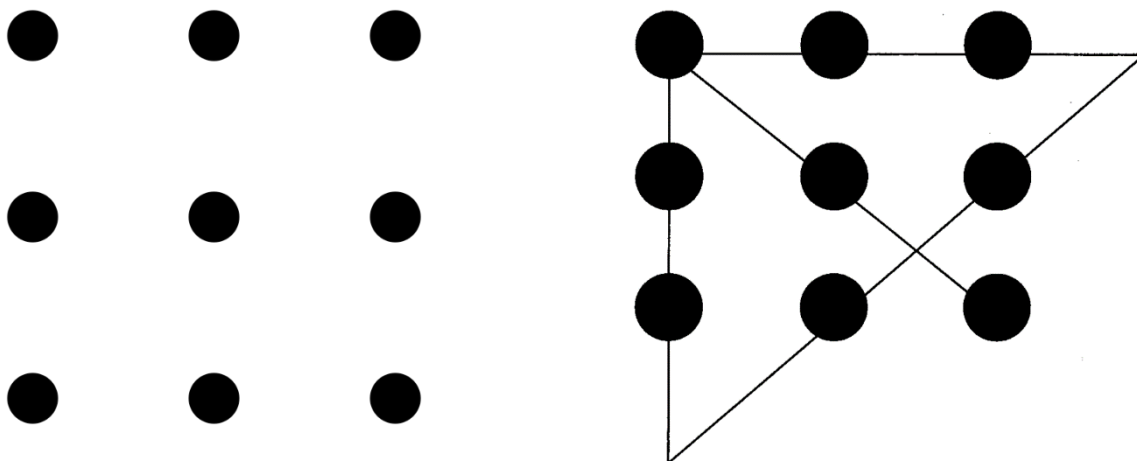
- stabilní rodinné zázemí, velká dostupnost do kulturních center, okolí otevřené novým nápadům⁴⁴

Někdy nastává mrtvý bod, kdy nejsme schopni přijít na nové nápady. K takovéto situaci můžeme přiřadit pojem německého psychologa Karla Duncknera - funkční fixace. Znamená to, že se soustředíme na používání určitého předmětu pouze jedním způsobem a následně nám tedy brání v uvažování o tom, jak by se dal předmět využít jinak. Zapojením kreativity se můžeme oprostít od fixace k jedné funkci předmětu a následně jsme schopni najít více možností k jeho využití. Tréninkem můžeme funkční fixaci oslabit a pomoci tak rozvíjení naší představivosti a kreativity.⁴⁵

⁴⁴ FRANČE, Vojtěch, Tvořivost (Kreativita), ografologii.blogspot.com, [online], cit. 8. 2. 2022, <http://ografologii.blogspot.com/2008/06/tvorivost.html>

⁴⁵ Funkční fixace, Wikipedia.org, 9. 8. 2021, [online], cit. 9. 2. 2022, dostupné z https://cs.wikipedia.org/wiki/Funk%C4%8Dn%C3%AD_fixace

Pro pochopení s jakým přístupem hledat nové řešení či nápady lze uvést příklad tzv. „problém devíti teček.“ Úkolem je spojit devět teček čtyřmi rovnými čarami.



Problém devíti teček + řešení

Po vyřešení takového úkolu je nám jasné, že je někdy nutné opomenout naše prvotní nápady a opustit hranice, které naše myšlení omezují.⁴⁶

5.1 Jak koncipovat hodinu online, zadávání úkolů a výzev

Je mnoho způsobů jak hodinu pojmout a každému pedagogovi bude vyhovovat úplně jiný způsob, většinou ovlivněný různými okolnostmi, kterým je třeba se přizpůsobit.

Nyní se zaměříme na další aspekty, na které je důležité brát ohled v distanční výuce. Z provedených rozhovorů vyplývá, že důležitá je komunikace s kolegy a okolním světem, umělci. Můžeme tak nacházet neustálou inspiraci a motivaci vytvářet zajímavé hodiny pro děti i v online podobě.

Jedním z možností, které je v internetové době velmi jednoduché, je využití platformy jako je například YouTube, Vimeo nebo Instagram (podle pokročilosti doby se patrně budou tyto stránky rozvíjet a vznikat nové portály, ze kterých se bude dát čerpat). Na nich je možné dohledat a čerpat inspiraci z baletních i contemporary videí, tanečních škol a studií od nejjednodušších úrovní po ty složitější. Zařadit lze taneční, ale i

⁴⁶Co je to kreativita?, Youniversity.cz, [online], cit. 9. 2. 2022, dostupné z <https://youniversity.cz/modul/kreativita/lekce/1>

protahovací a posilovací videa, mezi nimiž bychom mohli zmínit ty nezákladnější jako je jóga a Pilates.

Pro větší rozhled našich studentů můžeme zapojit i „nepohybové“ úkoly, jako jsou různé doplňovačky, kvízy, kterými v nich můžeme rozvíjet další vědomosti. Pokud je nevytváříme sami, můžeme využít například knihu Stručná historie tance od Pavly Šemberové, kde najdeme mnoho inspirace a materiálů.⁴⁷

Výuka těch nejmladších hodně závisí na rodičích. Jejich spolupráce je nezbytná k tomu, aby se děti na hodinu připojily.

„S malými dětmi jsme si hodně povídali. Každý si přinesl svoje zvíře nebo plyšáka a takovou čtvrthodinku jsme si povídali... někdy jsme se připravili tematické rozhovory i s kostýmy, třeba Mikuláš, Karneval, Masopust, pálení čarodějnic... a podle toho jsem potom uzpůsobila hodiny, třeba že jsme čarovali...“

Jarmila Krystoňová, ZUŠ Staré Město, 12. 2. 2022

Některé školy také mohly využít programu Šablony, tedy programu Národního pedagogického institutu ČR, a pozvat tak do výuky nové pedagogy, lektory nebo třeba jiné umělce.⁴⁸

„V rámci projektu šablon dostal zapláceno jak učitel stálý, tak i hostující. Ivu Musilovou (pedagožka Taneční konzervatoře Brno) jsem měla 10 hodin. Pro velké měla připravený moderní trénink na místě, ze kterého čerpám dodnes. Pro malé zase hry, na vojáčky, princezny, čarodějnice. Pak mi poslala i hudbu k choreografiím a tance, které se naučili, pak jsem je použila v dalších třech ročnících. Dále jsem měla pozvané herce ze Slováckého divadla – Davida Macháčka, Annu Pospíchalovou, Petra Čagánka. Ti povídali o pohádkách, třeba o Lichožroutech a do výuky si přinesli i kostýmy. Děti se jich mohli na cokoli ptát. Dál měli například chansonovou hodinu,

⁴⁷ Pozn. k dostání online z <http://www.zsazus.cz/index.php/component/content/article/15-zakladni-umelecka-skola-to/125-strucna-historie-tance-pavla-semberova?Itemid=101>

⁴⁸ Katalog akreditovaných vzdělávacích programů Národního pedagogického institutu ČR, vhodných pro výzvy Podpora škol formou projektů zjednodušeného vykazování Šablony II., nidv.cz [online], 2019, cit. 9. 4. 2022, str. 6, dostupné z

https://www.nidv.cz/media/materialy/sablony/SABLONY_II_Katalog_NPICR.pdf

probírali s nimi třeba i základní pojmy a funkce – jeviště, hlediště, režisér, nápověda. Nakonec je i roztancovali a dělali jednotlivé tanečky z divadelních představení.

S Jitkou Joskovou a Pavlínou Hejčmanovou potom probírali muzikály – Jesus Christ Superstar - měli spoustu nahrávek, něco zpívali, tančili, povídali si o choreografce, jak je motivovala a spoustu dalšího...“

Jarmila Krystoňová, ZUŠ Staré Město, 12. 5. 2022

Další motivací mohlo být pro studenty zapojení do projektu Flashmob ZUŠ ze Zlínského kraje. Do nich se zapojilo jedenáct škol a společně vytvořili choreografii, ze které vznikl i záznam.

„Každá ZUŠ ze Zlínského Kraje vytvořila dvě osmičky a pak se vystupovalo veřejně na náměstí. Nakonec při společných procházkách jsme vzaly reproduktor a na mobil jsme se natáčely pro ty, kdo chyběl. A tak jsme tančili na hřištích, po cestě... A nakonec je toto bavilo ze všeho nejvíc, neboť měli motivaci.“

Jarmila Krystoňová, ZUŠ Staré město, 12. 2. 2022

Mimo tento společný projekt měly děti již naučené tanečky, které mohly jednotlivě doma trénovat a pilovat na vystoupení, které bylo naplánované hned, jak bylo možné veřejně vystoupit.

Dalším doplněním hodiny mohou být jednotlivé výzvy, do kterých se může zapojit více tříd a sdílet stejné téma zadání. Může se jednat o fotografie nebo videa s jednoduchým aktuálním tématem, ze kterých můžeme vytvořit koláže a tím i dokumentaci z tohoto období.

„V zadaném úkolu jsem šla dětem sama příkladem. Vše nafotila, natočila a zaslala.“

Veronika Kaštánková, ZUŠ Staré Město, 2. 12. 2021

K tématu dokumentace bych připojila tvorbu portfolia každého žáka. Sbíráním informací, kterých během výuky nabyl, si pak každý může vytvořit svůj vlastní sešit jako v obecné škole. Na rozdíl od běžného sešitu si ale může zakládat navíc informace, které ho zajímají nebo mu přináší radost, motivují ho. Může si uložit splněné cíle a úspěchy jako důkaz toho, kam se během distanční výuky posunul. „Sešit není

*středověká kronika, jež sbírá všechny moudrost, ani to nejsou podklady pro únavné domácí učení. Je to cestovatelský zápisník, který se dá využít při našem putování v hodinách.*⁴⁹ V celém kolektivu pak mohou sdílet společně své poznatky každého a navzájem se inspirovat.

5.2 Práce s technologií

Tak jako u vymýšlení úkolů a koncipování hodin pro studenty je na místě kreativita při využívání dostupné moderní technologie. Nejen pro vylepšení hodin, ale i ulehčení práce.

„Videa jsem vytvářela s básničkami a s kamerou komunikovala jako s živým divákem a umožňovala jsem tak dětem se hned zapojit.“

Petra Blau, ZUŠ Karlovy Vary, 7. 4. 2022

Zejména v tanečním vyučování se nám pohled přes kameru zjednodušuje na 2D, a proto mohou nastat obtížné situace, kdy nejsme schopní vidět přesný pohyb žáka nebo jeho postavení těla a také ani žák ten náš. Je nutné proto najít úhel pohledu kamery, popřípadě se natáčet z různých úhlů, vyladit oblečení, které vyniká a nesplývá s pozadím za námi a mnoho dalšího, na co musíme brát ohled a klást důraz.

Nejen školy, ale i umělecké instituce, jako jsou kamenná divadla či různé taneční a performativní soubory, začaly fungovat v online režimu, a tudíž bylo pro žáky doslova na dosah ruky shlédnout různá taneční představení. Rozšířit si tak povědomí o choreografech, tanečních souborech a divadlech a dále se inspirovat tanečnický v Česku i zahraničí se úplně nabízelo. Ze zkušenosti je ale nutno dodat, že jako pedagogové bychom měli přihlížet k tomu, že žáci jsou u počítačových obrazovek během distanční výuky každý den více než obvykle a k tomu tedy sledovat představení nad rámec výuky nemusí být zcela příjemným zážitkem. Proto je nutné najít kompromis a vyváženou cestu k tomu, kolik času kvůli našemu zadání úkolu či sledování videí budou muset trávit i počítače.

⁴⁹ ČAPEK, Robert. *Uč jako umělec: malá kniha o velkých vzdělávacích myšlenkách*. Ilustroval Radek PETŘÍK. V Brně: Jan Melvil Publishing, 2020. Briquet. ISBN 978-80-7555-105-4., str. 70

„Zejména starší studenti, kteří měli chuť sledovat videa a představení, tak měli „nakoukáno“, ale také díky tomu dostali chuť chodit na představení. Takže jakmile jsme mohli, tak jsem se všemi absolventy začala chodit na představení a hned to bylo znát, že ocení možnost vidět představení i naživo. Starší jsou už i schopní videa sami vyhledávat a tedy i oni sami nabídnou, co viděli zajímavého.“

Lucie Charouzová, ŽUŠ Libčice nad Vltavou, 7. 4. 2022

Velmi záleží na technologické gramotnosti nejen pedagogů, ale i našich žáků. Musíme tedy přihlížet nejen k jejich věku, ale i dovednostem v tomto směru.

„S mladšími jsme museli vytvořit nový rozvrh a přesunout jejich hodiny, které byly za normálního běhu v jednu hodinu odpoledne, na šestou večerní, aby je rodiče mohli připojit na počítač. Museli jsme tomu přizpůsobit celý rozvrh.“

Jarmila Krystoňová, ZUŠ Staré Město, 13. 2. 2022

Budeme muset počítat s tím, že rozvrh hodin nemůžeme ponechat původní jako za standardní výuky, ale potřebujeme ho upravit podle možností rodičů či jiných pomocníků, kteří zprostředkují dětem připojení. Proto bychom s nimi měli navázat kontakt a domluvit se na společné hodině, která je pro většinu vyhovující. I to si můžeme v období internetu ulehčit a pro společné domlouvání se na novém rozvrhu můžeme vytvořit online ankety, kde všichni mohou hlasovat a zvolit společný termín.⁵⁰ Avšak online připojení pro ty nejmenší děti v pozdějších hodinách nemusí být efektivní, a proto můžeme využít raději nahrávání videí, plnění úkolů a výzev, o kterých jsem psala již dříve.

Jsou věci, které ovlivnit nemůžeme. Je to například síla signálu a s tím související zamrzlý obraz, nedostatečná kvalita zvuku, ruchy okolí nebo nesoustředěnost a nezáměr žáka. Ruchy okolí je možno eliminovat například vypnutím mikrofonu toho, kdo ho nepotřebuje.

„Aby byl přenos kvalitní je zapotřebí hudbu pouštět z druhého PC, než se vysílá online výuka.“

Kristýna Hebelková, ZUŠ Trutnov, 22. 2. 2022

⁵⁰ Pozn. například možné využít stránku <https://doodle.com/en>

Existuje mnoho platforem a komunikačních programů, přes které je možné komunikovat s žáky online. V nynější době jsou to například Google Meets, Microsoft Team, ZOOM, Skype a další chatovací aplikace. Určitě je výhodné sjednotit, na které platformě se budou třídy scházet a ulehčit tak neustálé orientaci v nových programech. Každá z nich nabízí mnoho možností, které můžeme ve výuce využít. Je také důležité upozornit na to, že s aktualizacemi mohou přicházet nové možnosti, anebo naopak mizet. Proto je dobré jednou za čas sledovat novinky, které by mohly pomoci v jiné formě výuky. Využít tak můžeme nejen videohovorů, ale i jejich nahrávání pro ty, kteří se nemohli zúčastnit a mohou si tak hodinu přehrát později. Pro sdílení obsahu můžeme sdílet naši obrazovku s ostatními (obrázky, prezentace, videa). Můžeme využít také „pokoje“ k rozdělení žáků do menších skupinek, kde mohou spolupracovat například na cvičeních, tanečních vazbách a choreografiích a my pak mezi nimi můžeme „chodit“, střídat skupinky a sledovat jejich společnou práci. Nejen v prezenční výuce, ale i v distanční můžeme využít odlišného typu spolupráce. Pokud třída pracuje v určených skupinkách a každý má možnost vybrat si svůj úkol, na kterém bude pracovat, přichází na řadu diferenciacce a individualizace. To znamená, že si každý vybere úkol a téma, které je pro něj blízké, orientuje se v něm a může tak jeho vědomosti šířit dál a tím vzdělávat i ostatní kolegy. Nejde tedy o to být lepší než kdokoli jiný, ale naopak být schopen předat své vědomosti a získat jiné od spolužáků, kteří se zaměřují na jinou specializaci.⁵¹ Můžeme nechat prostor pro bližší komunikaci mezi žáky a také volnost jejich kreativitě při vlastní tvorbě.

Existuje mnoho webových stránek, na kterých můžeme využít jak bílé tabule pro psaní a malování, tak i jiných pro vytváření kvízů. Děti zábavnou formou seznámit s různými pojmy souvisejících s tancem, divadlem či uměním obecně.

Psaní – forma tabule

- <https://webwhiteboard.com/>
- <https://collboard.com/ozawsngm4syxww63uwe3>
- <https://padlet.com/>

⁵¹ ČAPEK, Robert. *Uč jako umělec: malá kniha o velkých vzdělávacích myšlenkách*. Ilustroval Radek PETŘÍK. V Brně: Jan Melvil Publishing, 2020. Briquet. ISBN 978-80-7555-105-4., str.101

Herní – kvízy a interaktivní práce

- <https://learningapps.org/index.php?page=5&s=&category=77>
- <https://kahoot.it/>
- <https://www.mentimeter.com/> ⁵²

„Často jsme se potýkali s technickými problémy zvukového přenosu online hodiny, žáci neslyšeli hudbu ve stejném čase, přenos byl často nekvalitní. Proto jsem každé variace natáčela po výuce zvlášť na hudbu a zasílala je žákům i s přiloženou hudbou, aby mohli variace zkoušet. Jako pomůcku k rytmice jsem využila webovou stránku <https://musiclab.chromeexperiments.com/> a zadávala žákům rytmická cvičení související s pohybem. Buď měli zadané naučené pohyby zrytmizovat, anebo na rytmickou melodii postavit pohyby z probrané látky.“

Michaela Ondrašíková, ZUŠ Bzenec, 22. 11. 2021

5.3 Podpora kreativity žáka

Na úvod bych chtěla zmínit úryvky z přednášky, v níž Sir Ken Robinson, který vyprávěl na platformě TED, o tématu *Zabíjí školy kreativitu?*⁵³ Mluví v ní o tom, že co děti spojuje, je neomezenost strachem. Zejména myslíme strach z chyby v jejich práci. Jestliže si děti nejsou jisté, nebo něco neví, zkrátka jdou a vyzkouší, co je zajímavé, jak co funguje či nefunguje. Neznamená to, že dělat chyby je stejné, jako být kreativní. Pokud ale nejsme připraveni dělat chyby, nejsme připraveni vymyslet něco nového a originálního. Většinou se stává, že děti tuto schopnost neostýchavosti během dospívání ztrácí. Přesněji řečeno, ve škole se odnaučí zvyku dělání chyb jako něčeho pozitivního. Sir Ken Robinson dál říká, že s myšlenkou dělání chyb jako jedné z nejhorších věcí, co se nám může stát, vedeme nejen školy, ale později i firmy, ve kterých pracujeme. Také se zmiňuje o setkání s tanečnicí Gilliane Lynne, kterou ze

⁵² KAPLANOVÁ, Veronika, Využití vybraných moderních technologií v distanční výuce českého jazyka pro žáky 2. Stupně, Brno, 2021, Diplomová práce, Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta, Katedra českého jazyka a literatury, vedoucí práce Mgr. Hana Svobodová Dr. phil., cit. 10. 4. 2022, str. 31, 34, 35,37, 67, 69 https://is.muni.cz/th/zw55h/Kaplanova_441391_DP.pdf

⁵³ Sir ROBINSON, Ken, Do Schools Kill the Creativity, ted.com [online], únor 2006, https://www.ted.com/talks/sir_ken_robinson_do_schools_kill_creativity?referrer=playlist-the_most_popular_talks_of_all

školy poslali k odborníkovi s tím, že má poruchy chování a doporučili jí změnit školu na speciální vzdělávání. S matkou tedy odešla k odborníkovi, ten po sezení nechal Gilliane Lynne v místnosti samotnou s puštěným rádiem a odešli z místnosti. Poté, co po celou dobu tančila na hrající hudbu, lékař oznámil matce, že není nemocná, ale že je tanečnice a doporučil jí taneční školu. Ta byla plná lidí jako ona, lidí co doslova nemohli vydržet sedět na místě, ale naopak se museli hýbat, aby mohli přemýšlet. Gilliane Lynne stala sólistkou The Royal Ballet, založila svůj vlastní soubor a je velmi úspěšnou umělkyní.

Jako obtíž vidím postavení předmětů ve vzdělání, kdy se začaly řadit podle užitečnosti pro práci. Proto ty „nejužitečnější“ jsou na vrcholu pomyslné pyramidy. Ve škole se potom děti dostávají do situace, kdy mají rádi činnosti, které jsou jim ale prezentovány jako to, čím se nikdy neuživí. – „Nekresli, nikdy nebudeš malíř, Umění tě neuživí.“⁵⁴ Jinými slovy, podle průzkumu 98 % dětí do 6 let jsou velmi kreativní, protože je necháme si hrát a objevovat. Pak jdou do školy.⁵⁵

„Žáci tvořili a posílali své drobné taneční etudy - podzimní fantazie, tvary v přírodě (foto), S podzimem a adventem přišlo téma Světloňky, nebo pro klučičí skupinu Překážková dráha pro koně sv. Martina. Se staršími jsme začali dlouhodobější práci na téma Vstupujeme do obrazu“

Alena Svatošová, ZUŠ Sedlec – Prčice, 2. 4. 2022

Podpoření kreativity můžeme docílit také naší vnímavostí vůči našim studentům a upravit tak náplň našich hodin podle toho, co naše žáky může naplnit. Jsou to podle knihy dva kouzelné principy – diferenciací obtížnosti a individualizace tématu.⁵⁶

Pro děti předškolního věku je zajímavou metodou NTC Learning. Ta spojuje analytické myšlení s motorickými cvičeními jako je práce s rovnováhou, orientace stran,

⁵⁴ tamtéž

⁵⁵ MÜHLFEIT, Jan a Kateřina KRŮTOVÁ. *Odemykání dětského potenciálu: každé dítě je originál.* [Brno]: Management Press, [2019]., str. 37

⁵⁶ ČAPEK, Robert. *Uč jako umělec: malá kniha o velkých vzdělávacích myšlenkách.* Ilustroval Radek PETŘÍK. V Brně: Jan Melvil Publishing, 2020. Briquet. ISBN 978-80-7555-105-4., str. 98

práce s vlastní osou. U nás v česku je tato metoda dohledatelná pod názvem Mensa pro školky.⁵⁷

„Kreativitu jsem rozvíjela často pomocí přirovnání ke zvířatům, přírodě, cestování, sluchovým impulzům, rytmizaci pohybu a pohybovým řetězům i v online hodině, zejména u starších žáků. Často jsem zadávala cvičení přihlížející na denní život a herecké etudy. Vždy tomu předcházelo podrobné vysvětlení zadání.“

Michaela Ondrašíková, ZUŠ Bzenec, 21. 11. 2021

„Z jara 2020 jsme také spolu s kolegyněmi výtvarného oboru zorganizovali širší hru s názvem "Artefakty" - žáci byli dle itineráře posíláni na významná místa ve svém okolí, kde měli hledat artefakty - tedy jakékoli uměle vytvořené předměty, které v přírodě zanechal člověk - posléze zpracovat příběh takového artefaktu nebo krátkou etudy inspirovanou třeba materiálem, ze které artefakt byl.“

Alena Svatošová, ZUŠ Sedlec-Prčice, 2. 4. 2022

⁵⁷Institut biostatiky a analýz MU, O metodě NTC Learning, [online], 2022, <https://deti.mensa.cz/index.php?pg=ntc--metoda>

5.4 Inspirace pro výuku

Z již několikrát zmiňované knížky *Uč jako umělec* bych ještě chtěla zmínit pár bodů ohledně online výuky, které jsou přenositelné na jakékoli odvětví výuky. Protože i pro distanční výuka by měla mít kvalitní obsah a její provozování není handicap, ale naopak výzva k něčemu novému.

1. *Nejde o učivo, ale o činnosti*

Nejen sezení u počítače, ale i samostatná práce teoretická i praktická každého žáka je velmi efektivní. Ač už jde o taneční variace zadané od učitele, nebo jeho vlastní tvorbu a práci na sobě.

2. *Nejde o nucení, ale o zaujetí*

Jako učitelé máme poslání ukázat náš obor v tom nejlepším světle, přenést radost a naše nadšení na žáky. Motivovat tak žáky k práci a výsledkům, které mají smysl.

3. *Nejde o rodiče, ale o žáky*

Rodič není dozorce nucených prací, ale naopak podporuje v dítěti zájem.

4. *Nejde o techniku, ale o možnosti*

Každý má doma jinak profesně zaměřené rodiče, tudíž po nich nemůžeme chtít, aby byli schopní pomoci dětem s veškerou technikou a měli dokonale splněné všechny úkoly. Individuální a citlivé nahlížení je zde na místě.

5. *Nejde o vězení, ale o svobodu*

Termíny splněných úkolů by neměly být stresující hrozbou, ale měly by naopak učit studenta zodpovědnosti za jeho úkoly.

6. *Nejde o formalitu, ale o smysl*

Jakmile dáme našemu zadání smysl, daleko jednodušeji a s větší chutí se pak plní.

7. Nejde o všechny, ale o jedince

Všichni nemusí pořád sdílet stejné úkoly, individuálním přístupem právě teď můžeme začít rozvíjet osobnost každého studenta. Podpořit jejich sebevědomí a jedinečnost.

8. Nejde o objem, ale o obsah

Měli bychom se soustředit na množství úkolů, kterým žáky zaměstnáváme. I v tanci používáme termín trénink ne na kvantitu, ale na kvalitu. Někdy je méně zkrátka více.

9. Nejde o prosazování, ale o spolupráci

Na asertivní jednání bychom neměli zapomínat v jakékoli situaci. Žák, učitel a rodič jsou jeden tým.

10. Nemá to být škola v domácnostech, ale obdoba domácího vzdělávání ve škole.

Chyby jsou nám dobrým poučením pro další výuku, kterou můžeme neustále vylepšovat a dělat ji kvalitnější.⁵⁸

⁵⁸ ČAPEK, Robert. *Uč jako umělec: malá kniha o velkých vzdělávacích myšlenkách*. Ilustroval Radek PETŘÍK. V Brně: Jan Melvil Publishing, 2020. Briquet. ISBN 978-80-7555-105-4., str. 144-149

6. UČITEL

Být pedagogem, kantorem nebo-li průvodcem dnešního světa, je velkým posláním. Během celé kariéry pedagog jeho poslání naplňuje a svou osobnost nepřetržitě rozvíjí. Jedním bodem pomáhající k rozvoji je působení pedagoga na žáka i naopak.

Aby mohl tento vzájemný koloběh fungovat, je důležité, aby měl pedagog několik vlastností, bez kterých je obtížné celý systém naplňovat a stavět na něm dále.

Je to dovednost komunikace, kladný vztah k dětem, psychická vyrovnanost, všeobecné i odborné znalosti, neustálá orientace v situaci okolního dění a schopnost na ni reagovat, rozhled v kulturním a politickém dění, kreativita, schopnost využívání nových vyučovacích metod, vyhýbání se stereotypnímu způsobu výuky.

Touto profesí je nutné naplnit jak požadavky vlastní, tak i rodičů, žáků, školy i státu. Je potřeba se soustředit na kulturní kontext prostředí, ve kterém vyučujeme a také si uvědomit, že máme velký vliv na formování osobnosti žáka, ovlivňujeme jejich budoucnost i budoucnost našeho světa. Citlivost pedagoga vůči vztahům mezi žáky, či v rodině může pomoci porozumění psychologie a chování našich studentů.

Utváření pedagogické osobnosti je nepřetržitým procesem a můžeme ho rozdělit do tří kategorií, které na sobě při jejím rozvoji závisí. Jsou to zaprvé teoretická, tedy jaké vědomosti učitel má, „co ví“, zadruhé praktická, tedy jaké má dovednosti, „co umí“ a jeho vlastní osobnost, tedy jaký je on sám „vlastní chtění“. Nekončící práce na těchto schopnostech a také na vlastnostech každého pedagoga usnadňuje další rozvoj. Rozhodně by měl mít jasno v tom, co učí, za jakým účelem, a proč.

Měl by mít také dohled nad rozvojem jeho žáků v pracovitosti, zodpovědnosti, dobrém chování, udržování vztahů v kolektivu a schopnost spolupráce. Při tom všem je jim pedagog průvodcem, dobrým rádcem a přítelem.

Dobrý učitel neztrácí víru ve své žáky a neustále je podporuje v pokračování jejich práce. Sám jim jde příkladem v jeho lásce k oboru, kterému se věnuje a novými způsoby výuky, které přináší do hodin, udržuje výuku neustále nadšením a těšením se žáků z nových příležitostí. Pro udržení tempa je potřeba vlastní energie a vytrvalost, schopnost pohotově reagovat.

„Dobrý učitel je především člověk, který miluje děti, nachází radost ve styku s nimi, umí se s dětmi přátelit, bere si k srdci dětské radosti i žalosti, zná dětskou duši a nikdy nezapomíná, že on sám byl také dítětem.“⁵⁹

6.1 Učitel - psycholog

Jestliže jsme se studenty v přítomnosti na sále, je jednodušší už z jejich mimiky, postavení těla nebo třeba tónu hlasu poznat v jakém jsou rozpoložení, náladě a zároveň se na celou třídu naladit. Stejně tak to platí pro vzájemné vnímání se žáků ve skupině. V online prostoru je daleko těžší být empatickým učitelem a vnímat třídu. Jsme to ale my, kdo má možnost a povinnost vést skupinu, stále ji spojovat, udržovat kontakt, vzájemnou komunikaci, a také vhodné naladění v hodině.

Je možné, že se vyskytnou problémy, které mohou nastat právě v distanční výuce. My se s nimi budeme muset vypořádat a popřípadě je vyřešit. Proto bych na ně chtěla upozornit, jelikož v dnešním světě je velmi jednoduché se s nimi setkat.

Kyberšikana

Tento druh šikany vychází z té původní a sdílí stejné jevy a cíle. Nastává nerovnováha ve vztahovém postavení, tedy jeden silnější a druhý slabší, který se nedokáže bránit. Cílem agresora je ublížit oběti fyzicky či psychicky a toto dění trvá zpravidla delší dobu. V kyberprostoru, tedy ve virtuálním jsou využívány různé technologie jako je počítač, mobilní telefon, a zejména internetové spojení. Prostřednictvím nich může nastat kyberšikana. Je velmi jednoduché oproti realitě získat anonymitu a není zde potřeba fyzická síla k vyjednávání, ani nezáleží na společenském postavení (ve školním prostředí například, jestli je v dobré partě kamarádů nebo ne). Proto se agresorem může stát každý. Stejně také oběť může být nejen žák, ale i učitel.

Zásah do soukromí, útok na sebevědomí a osobnost člověka, odcizení jeho totožnosti a urážení či vyhrožování může nastat například prostřednictvím zpráv, fotografií, videí či nahrávání hlasových záznamů. A to buď verbálně v přímém jednání, či neverbálně prostřednictvím šíření různého obsahu na internetových platformách.

⁵⁹ NELEŠOVSKÁ, Alena. *Pedagogická komunikace v teorii a praxi*. Praha: Grada, 2005. Pedagogika (Grada). ISBN 80-247-0738-1., str.11-13

Nahrané soubory se přes internet šíří daleko rychleji než v normálním čase a prostoru, a proto je velmi těžké zastavit další rozptylování obsahu.

Neměli bychom tedy zapomínat na vzdělávání a seznámení žáků s tímto tématem. Pokud je to možné, vysvětlit jim co pojem kyberšikana obnáší, jak se zachovat a kde popřípadě hledat pomoc. Také podobně obeznámit rodiče a varovat před touto formou šikany.⁶⁰

Porucha příjmu potravy

„Mám pocit, že se ti nedaří moc dobře.“

„Připadá mi, že..., a ptám se sám sebe...“

„Dělám si starosti, že...“

„Všiml/a jsem si...“

Takovými otázkami, můžeme například navázat rozhovor s žákem, u kterého cítíme, že něco není v pořádku a mohla by se u něj například objevit porucha příjmu potravy. Zejména u tanečníků je toto téma stále aktuální. Impulsů může být mnoho a my bychom si měli být vědomi toho, že taková situace může nastat kdykoli. V distanční výuce totiž žáci ztrácí běžný kontakt s ostatními, a také se mění jejich rutinní rozvrh, který měli doposud. Může se jim zdát, že nemají takovou fyzickou zátěž jako dříve a začnou sebe a své tělo přehnaně kontrolovat. Mohou se dopracovat až k přílišným počtům cvičení za den a nevyváženému odpočinku či stravě. My jako učitelé jsme i v tomto případě vzorem pro ostatní v tom, jak vnímáme naše tělo i naši osobnost.

Nemusíme pozorovat jako problém pouze viditelný úbytek váhy, nebo naopak přibírání. Problém se může projevit již změnou nálady z veselé na melancholickou, anebo časté změny nálad jako třeba smích měnící se v pláč a podrážděné či přehnané reakce. Žák může být více unavený nebo naopak příliš snaživý a sám na sebe velmi přísný. Znakem může být i upadající soustředěnost, nezáměr i zhoršení výsledků.

⁶⁰ KAPLANOVÁ, Veronika, Využití vybraných moderních technologií v distanční výuce českého jazyka pro žáky 2. Stupně, Brno, 2021, Diplomová práce, Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta, Katedra českého jazyka a literatury, vedoucí práce Mgr. Hana Svobodová Dr. phil., cit. 10. 4. 2022, https://is.muni.cz/th/zw55h/Kaplanova_441391_DP.pdf, str. 20, 21

Neposledním z varovných signálů může být i stranění se společností a kontaktu s vrstevníky, spolužáky i rozhovoru s pedagogem.

Měli bychom mít na paměti, že nejsme vystudovaní psychologové, abychom byli schopní vyřešit tento problém. Avšak je důležité být schopen zavčas přicházející problém rozpoznat a například rozhovorem, ať už přímo s žákem nebo rodiči, začít situaci řešit. Je na nás, abychom promysleli přístup jak jednat a na co se ptát. Není vhodné pokládat přímé otázky typu jestli náhodou daný netrpí anorexií nebo jak moc už žák zhubl. Zejména je důležité získat důvěru, vytvořit pro dotazovaného bezpečný prostor pro sdělování citlivých informací, jak na začátku povídání, tak i v průběhu případné léčby s odborníkem. Při rozhovoru nechat dotyčnému čas a prostor k vysvětlení jeho pocitů a důvodů.⁶¹

⁶¹ MIKYSKOVÁ, Barbora, Karanténa jako riziko rozvoje poruchy příjmu potravy, PAM PAM občasník scénického tance, Reflexe současné situace, aneb nejste v tom sami, 2021, ročník XIV, číslo 3-20 (41), str. 30-31, ISSN 1803-103X

6.2 Rozvoj učitele – osobní

Udržet vitalitu, dobré psychické naladění a energii jako vzor pro žáky, to je pro pedagogy dalším velkým úkolem.

Abychom měli sílu nejen vyučovat, ale dále se zároveň rozvíjet a vzdělávat, je potřeba udržovat psychickou vyrovnanost a klid.

Stejně jako se mění rozvrh distanční výuky pro žáky a nastává úprava chodu jejich dne, mění se i časový harmonogram učitele. Neměli bychom tedy zapomínat na sebe sama a zorganizovat si čas tak, abychom i my měli pocit naplnění a rozvoje.

Zmínila bych pro inspiraci pár bodů, které mohou sloužit jako záchytné pro rozvoj naší osobnosti.

- Emoční inteligence
- Resilience
- Mentální síla
- Nastavení mysli
- Všímavost
- Stresová odolnost

Všímavostí a zaměřením se na prožívání zejména „tady a teď“ můžeme začít každý. Pracovat na schopnosti objektivně pozorovat vlastní myšlenky, psychické rozpoložení i fyzický stav. Hodnotit a přistupovat sám k sobě s automaticky nastavenými myšlenkami, bez individuálního přístupu, nejsou tím nejlepším řešením, ačkoli se mohou zdát nejrychleji aplikovatelné. Příkladem takovýchto myšlenek mohou být vyvozené závěry, které nejsou stoprocentně pravdivě podložené, neobjektivní volba skutečností, přílišné zobecňování, zveličování dané situace, vztahovačnost, nerovnováha mezi optimismem a pesimismem.

Posílit naši mentální sílu můžeme nejlépe každý sám a k tomu je nutné znát sám sebe. Někdy je potřeba vyhnout se názorům ostatních, hlídat si vlastní hranice, nesnažit se uspokojit druhé na úkor naší nespokojenosti nebo se pouštět do činností,

na které nemáme energii. Jestliže si uvědomíme sílu slova „musím“ a „ne“, můžeme vědomě začít rozhodovat a jednat podle toho, co je a není v našich silách.⁶²

Jestliže během práce cítíme velký nátlak a stres, je příhodné porozumět našim emocím, které nás mohou negativně ovlivnit. Být schopen začít vhodně plánovat a sestavovat pracovní a volnočasový rozvrh, tudíž najít rovnováhu mezi oběma. Na základě toho rozpoznat a mít pod kontrolou emoce, které by nás mohly oslabit, umět si sám určit, kdy jsme přepracovaní a být schopen relaxovat. To vše souvisí s naší emoční inteligencí.⁶³

Někteří dotazovaní respondenti během distanční výuky využívali k vlastnímu rozvoji možnosti pohybových online workshopů například s Helenou Arenbergerovou, Annou Sedláčkovou, Zuzanou Klingrovou, Radkem Laci a dalšími. Mimo pohybové semináře také jiné se zaměřením na stříhání videa či na práci s Mozilla Hubs.⁶⁴

⁶² PhDr. HUTTA, Milan, 6 ukazatelů na cestě osobního rozvoje, Ilustroval Martin Havlíček, APAS Akademie osobního rozvoje s.r.o, e-book, dostupné z <https://apas.cz/ebook/>

⁶³ Emoční inteligence, wikisofia.com [online], cit. 26. 3. 2022, dostupné z https://wikisofia.cz/wiki/Emo%C4%8Dn%C3%AD_inteligence

⁶⁴ Dotazování respondenti: Alena Svatošová, Petra Blau, Lucie Charouzová, 7. 4. 2022

6.3 Digitální hygiena

V dlouhodobějším období distanční výuky, kdy jsme odkázáni na každodenní práci s technologiemi, je důležité myslet nejen na online, ale i offline režim.

Tedy nacházet rovnováhu mezi časem stráveným s počítačem, telefonem či tabletem a časem bez něj. Díky internetu máme přístup k neskutečně velkému a rozdílnému množství informací, které je náročné ke zpracování, jestliže jsme neustále vtaženi do virtuálního online světa jak v práci, tak i během volného času. Za zmínku stojí i pravidelné kontrolování zpráv během celého dne, bez ohledu na to kde nebo s kým se právě nacházíme, nebo čas strávený na sociálních sítích, který by mohl působit jako volnočasová aktivita. I to může mít negativní vliv.

Příliš informací a neschopnost udržet pozornost a soustředit se pouze na jednu z nich je pro dnešní dobu velmi charakteristické. Kvůli těmto dvěma skutečnostem může dojít k daleko obtížnějšímu procesu učení, čemuž se chceme jako pedagog rozhodně vyvarovat.

Vypnutím moderních technologií a následným odpočinkem můžeme docílit regenerace a znovu nabrat energii. Relaxovat nejen fyzicky ale i mentálně během činnosti, kterou máme rádi, naplňuje nás a jsme schopni se na ni po celou dobu soustředit, je součástí digitální hygieny. Ta je důležitá zejména v dnešní době, podobně jako jakákoliv jiná hygiena, která je běžná pro naši denní rutinu. Proto si myslím, že je o ní důležité mluvit a připomenout si tento pojem.⁶⁵

Pro pedagoga je zařazení této hygieny nezbytné pro jeho další rozvoj a udržení stability v pracovním procesu. Také může být v tomto směru opět vzorem pro žáky. Zmínit se v hodinách o rozložení dne na pracovní a volnočasový, popřípadě zjistit individuálně časové možnosti třídy. Následně je možné uzpůsobit výuku tak, aby byla co nejefektivnější (popřípadě naučit děti rozlišovat kdy využít technologie k rozvíjení a vzdělávání a kdy je například úplně odložit). Jako učitel máme kontrolu nad tím, kolik domácích úkolů ještě žákům zadáme a jestli jsou vázáni trávit čas navíc na jejich počítačích a před obrazovkami.

⁶⁵ MÜHLFEIT, Jan a Kateřina KRŮTOVÁ. *Odemykání dětského potenciálu*. V Brně: Management Press, 2018. ISBN 978-80-7261-562-9., str.65, 66

Pokud je to možné, můžeme jít příkladem i my tím, kdy jim zasíláme úkoly, kdy komunikujeme a odepisujeme na zprávy. Nastavit si hranice naší online dostupnosti, která je výhodná jak pro pedagoga osobně, tak inspirací pro naše studenty. Pracovat například v nočních hodinách a tento rytmus práce podat jako běžný není pro děti zcela vhodný.

Modré světlo

Je součástí bílého světla a jeho škodlivost je zmíněna zejména s používáním monitorů, mobilních telefonů či jiných obrazovek. Dlouhou dobou trávenou s těmito technologiemi je zpomalen proces tvorby melatoninu. Je tedy ovlivněn i náš biorytmus a s ním spojený i spánkový režim. Velká intenzita modrého světla má dopad na zhoršený spánek, jeho délku i množství naší energie. Můžeme sice působení modrého světla eliminovat speciálními brýlemi či speciálním nastavením obrazovky, avšak nejlepší je se trávení času s přístroji vyzařující modré světlo, zejména večer, vyvarovat.⁶⁶



Rozložení barev světla

⁶⁶ Modré světlo, Škodlivost modrého světla, modresvetlo.cz [online], cit. 27. 3. 2022, dostupné z <http://www.modresvetlo.cz/#vlivc>

Závěr

Při psaní této práce jsem nabyla mnoha nových myšlenek a přístupů, které se pro mne staly inspirativní nejen pro distanční výuku. Potvrdila jsem si, že zejména dobrá a oboustranná komunikace je základem pro úspěšnou výuku. Dobře mířenou motivací je možné i bez fyzického kontaktu v žácích podpořit pokrok, a také samostatnost a zodpovědnost za jejich odvedenou práci. Díky mnohé otevřenosti a kreativitě učitelů i žáků vznikly zcela nové taneční příležitosti a projekty.

Díky všem odpovědím dotazovaných na mé kladené otázky je mi jasné, že je v našich základních uměleckých školách mnoho kreativních a silných učitelů.

Ti se v této nečekané chvíli nevzdali a pro taneční obor dokázali v tak dlouhém období distančního vyučování vytvářet nové náměty a náplně hodin. V mnoha školách se díky technologiím a spolupráci rodičů, učitelů i žáků, podařilo na dálku udržet maximálně možný kontakt, stejně jako obohatit hodiny například společnými projekty nebo pozváním hostujících pedagogů a umělců. Samozřejmě ne všichni vnímali tuto skutečnost stejně a zajisté se vyskytli i učitelé, kteří během pandemie pouze vyčkali až na dobu, kdy se bude možné vrátit do „normální“ výuky. Protože celá zkušenost nebyla procházkou růžovým sadem, si většina mohla uvědomit, jak moc je nebo není jejich vášeň pro tanec a umění silná a jestli má stále smysl v tomto odvětví pokračovat. Všichni jsme ale v tomto nelehkém období dostali velkou lekci a měli možnost si uvědomit, jak zásadní je čas strávený společně na tanečním sále, v hledišti či na jevišti.

A na to bychom nikdy neměli zapomenout.

Zdroje a prameny

Knihy a časopisy:

ČAPEK, Robert. *Uč jako umělec: malá kniha o velkých vzdělávacích myšlenkách*. Ilustroval Radek PETŘÍK. V Brně: Jan Melvil Publishing, 2020. Briquet. ISBN 978-80-7555-105-4.

MIKYSKOVÁ, Barbora, Karanténa jako riziko rozvoje poruchy příjmu potravy, PAM PAM občasník scénického tance, Reflexe současné situace, aneb nejste v tom sami, 2021, ročník XIV, číslo 3-20 (41), str. 30-31, ISSN 1803-103X

MÜHLFEIT, Jan a Kateřina KRŮTOVÁ. *Odemykání dětského potenciálu: každé dítě je originál*. [Brno]: Management Press, [2019].

NELEŠOVSKÁ, Alena. *Pedagogická komunikace v teorii a praxi*. Praha: Grada, 2005. Pedagogika (Grada). ISBN 80-247-0738-1.

RELLICHOVÁ, Ludmila, Docela zvláštní rok v Magdaléně, PAM PAM občasník scénického tance, 1-2021, ročník XV, číslo 1-21 (43), str.24, ISSN 1803-103X

Bakalářské a diplomové práce:

ČERNÁ, Veronika, Pozornost u předškolních dětí, Praha 2011, Bakalářská práce, Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta, Katedra psychologie, Vedoucí práce doc. PhDr. PaedDr. Dobromila Trpišovská, Csc, dostupné z https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/38941/BPTX_2009_2_0_261_671_0_83557.pdf?sequence=1&isAllowed=y

HORVÁTOVÁ, Daša, Cesta k pozitivnej motivácii tanečníka, Praha 2013, Bakalářská práce, Akademie múzických umění v Praze, Hudební a taneční fakulta, Katedra tance, vedoucí práce Mgr. Mahulena Křenková

KAPLANOVÁ, Veronika, Využití vybraných moderních technologií v distanční výuce českého jazyka pro žáky 2. Stupně, Brno, 2021, Diplomová práce, Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta, Katedra českého jazyka a literatury, vedoucí práce

Mgr. Hana Svobodová Dr. phil., cit. 10. 4. 2022, dostupné z https://is.muni.cz/th/zw55h/Kaplanova_441391_DP.pdf

KOLÁROVÁ, Kateřina, Základní umělecké školství v proměnách desetiletí, Olomouc 2010, Diplomová práce, Univerzita Palackého v Olomouci, Pedagogická fakulta, Katedra hudební výchovy, Vedoucí práce MgA. Ladislav Pulchert Ph.D, dostupné z <https://theses.cz/id/wq18gn/59321-549591030.pdf>

Elektronické zdroje:

- Co je to kreativita?, Youniversity.cz, [online], cit. 9. 2. 2022, dostupné z <https://youniversity.cz/modul/kreativita/lekce/1>
- Emoční inteligence, wikisofia.com [online], cit. 26. 3. 2022, dostupné z https://wikisofia.cz/wiki/Emo%C4%8Dn%C3%AD_inteligence
- FRANČE, Vojtěch, Tvořivost (Kreativita), ografologii.blogspot.com, [online], cit.8. 2. 2022, dostupné z <http://ografologii.blogspot.com/2008/06/tvorivost.html>
- Funkční fixace, Wikipedia.org, 9. 8. 2021, [online], cit. 9. 2. 2022, dostupné z https://cs.wikipedia.org/wiki/Funk%C4%8Dn%C3%AD_fixace
- GOŠOVÁ, Věra, Kreativita, wiki.rvp.cz, [online], 11. 4.2011, cit.8. 2. 2022, dostupné https://wiki.rvp.cz/Knihovna/1.Pedagogick%C3%BD_lexikon/K/Kreativita
- HUTTA, Milan, 6 ukazatelů na cestě osobního rozvoje, Ilustroval Martin Havlíček, APAS Akademie osobního rozvoje s.r.o, e-book, dostupné z <https://apas.cz/ebook/>
- Inspirace, wikipedia.org, 30. 10. 2021 [online], cit. 7. 2. 2022, dostupné z <https://cs.wikipedia.org/wiki/Inspirace#:~:text=v%20b%C4%9B%C5%BE%C3%A9%20%C5%99e%C4%8Di%20podn%C4%9Bt%2C%20n%C3%A1pad,n%C3%A1val%20kreativity%2C%20nap%C5%99%C3%ADklad%20b%C3%A1snick%C3%A1%20inspirace>
- Institut biostatiky a analýz MU, O metodě NTC Learning, [online], 2022, dostupné z <https://deti.mensa.cz/index.php?pg=ntc--metoda>

- Katalog akreditovaných vzdělávacích programů Národního pedagogického institutu ČR, vhodných pro výzvy Podpora škol formou projektů zjednodušeného vykazování Šablony II., nidv.cz [online], 2019, cit. 9. 4. 2022, str. 6, dostupné z https://www.nidv.cz/media/materialy/sablony/SABLONY_II_Katalog_NPICR.pdf
- Komunikace, wikisofia.cz, [online], cit. 3. 2. 2022, dostupné z <https://wikisofia.cz/wiki/Komunikace>
- Koncentrace, wikipedia.org, 8. 8., 2021, [online], cit. 6. 1. 2022, dostupné z <https://cs.wikipedia.org/wiki/Koncentrace>
- Modré světlo, Škodlivost modrého světla, modresvetlo.cz [online], cit. 27. 3. 2022, <http://www.modresvetlo.cz/#vlivc>
- Motivace v pracovní činnosti, wikipedia.org [online], 8. 8. 2021, cit. 9. 4. 2022, dostupné z https://cs.wikipedia.org/wiki/Motivace_v_pracovni_cinnosti#:~:text=Slovo%20%E2%80%9Emotivace%E2%80%9C%20m%C3%A1%20p%C5%AFvod%20v,ur%C4%8Dit%C3%A9%20%C4%8Dinnosti%20%20k%20ur%C4%8Dit%C3%A9mu%20jedn%C3%A1n%C3%AD.
- Motivace, dělení motivů, sebezáchovné (biologické), psychické a sociální motivy, studium-psychologie.cz [online], cit. 3. 1. 2022, dostupné z <https://www.studium-psychologie.cz/obecna-psychologie/12-motivace-deleni-motivu.htm>
- Motivace, powerpoint, prezentace [online], 28. 3. 2009, dostupné z https://is.muni.cz/elportal/estud/fsps/js09/sylabus/web/pdf/4.5_Motivace.pdf
- Pandemie Covidu-19 v Česku, cs.wikipedia.org [online], cit. 3. 4. 2022, dostupné z https://cs.wikipedia.org/wiki/Pandemie_covidu-19_v_%C4%8Cesku
- Popis stupňů základního uměleckého vzdělávání, edu.cz, [online], 2020, cit. 9. 4. 2022, dostupné z <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/ramcove-vzdelavaci-program-pro-zakladni-umelecke-vzdelavani-rvp-zuv/>

- Profi Press, Základní umělecké školy: Proč některé preferují kraj, jiné obec?, moderniobec.cz, [online], cit. 8. 4. 2022, dostupné z <https://moderniobec.cz/zakladni-umelecke-skoly-proc-nektere-preferuji-kraj-jine-obec/#:~:text=Obc%C3%ADm%20i%20svazk%C5%AFm%20obc%C3%AD%20z%C3%A1kon,v%20nich%C5%BE%20budova%20%C5%A1koly%20s%C3%ADdl%C3%AD>
- Rámcový vzdělávací program pro umělecké vzdělávání [online], Praha 2010, MŠMT, cit. 3. 2. 2022, str.13, dostupné z <https://www.msmt.cz/file/31244/>
- Rámcový vzdělávací program pro základní umělecké vzdělávání, [online], Praha 2010, MŠMT, Výzkumný ústav pedagogický v Praze, str. 10, cit. 9. 4. 2022, dostupné online ke stažení <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/ramcovy-vzdelavaci-program-pro-zakladni-umelecke-vzdelavani-rvp-zuv/>
- RVP – Rámcové vzdělávací programy, edu.cz, [online], citováno 8. 4. 2022, dostupné z <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/>
- SZÁKAL, Lucie, 4 zabijáci vnitřní motivace, bytkoucem.cz [online], 28. 10. 2019, cit. 5. 1. 2022, dostupné z <https://bytkoucem.cz/4-zabijaci-vnitri-motivace/>
- ŠMOK, Ján, Úvod do teorie sdělování, Praha, AMU 1972, [online] 2021, cit. 3. 2. 2022, dostupné z [https://cs.wikipedia.org/wiki/Komunikace#:~:text=Podst%20atou%20term%C3%ADnu%20komunikace%20\(latinsky%20communicatio,tom%20mohou%20vyu%C5%BE%C3%ADvat%20r%C5%AFzn%C3%A9%20cesty](https://cs.wikipedia.org/wiki/Komunikace#:~:text=Podst%20atou%20term%C3%ADnu%20komunikace%20(latinsky%20communicatio,tom%20mohou%20vyu%C5%BE%C3%ADvat%20r%C5%AFzn%C3%A9%20cesty)
- ŠVP ZUŠ Bzenec – Cesta do světa umění, 1. 9. 2017, cit. 9. 4. 2022, str. 127, dostupné ke stažení online z <https://www.zusbzenec.cz/ucebni-obory>
- ŠVP ZUŠ Libčice nad Vltavou, Kdo (si) hraje, nezlobí, 26. 5. 2014, cit. 9. 4. 2022, str. 86-93, dostupné ke stažení online z <https://www.zuslibcice.cz/dokumenty>
- ŠVP ZUŠ Uherské Hradiště – „Umění učí lidi slyšet a vidět“, 1. 9. 2021, cit. 9. 4. 2022, str. 134, dostupné ke stažení online z <https://www.zusuh.cz/skolni-vzdelavaci-program>

- Tvořivost, Wikipedia.org, 13. 1. 2022, [online], cit. 8. 2. 2022, dostupné z <https://cs.wikipedia.org/wiki/Tvo%C5%99ivost>
- WURMOVÁ, Nela, Odkud přichází inspirace?, psychologie.cz [online], 11. 10. 2011, cit. 7. 2. 2022, dostupné z <https://psychologie.cz/odkud-prichazi-inspirace/>
- Zena Rommett – Floor-Barre technique, wikipedia.org [online], 6. 12. 2021, cit. 10. 4. 2022, dostupné z https://en.wikipedia.org/wiki/Zena_Rommett

Video:

LöSSL, Jiří, Umění online – videokonference, [online] 14. 11. 2020, cit. 4. 4. 2022, dostupné z <https://konference.nipos.cz/2020-umeni-online/index.html>

Sir ROBINSON, Ken, Do Schools Kill the Creativity, ted.com [online], únor 2006, dostupné z https://www.ted.com/talks/sir_ken_robinson_do_schools_kill_creativity?referrer=playlist-the_most_popular_talks_of_all

ŠŤASTNÁ, Lenka, Umění online – videokonference, [online] 14. 11. 2020, cit. 10.4.2022, dostupné z <https://konference.nipos.cz/2020-umeni-online/index.html>

ŠVANDOVÁ, Lenka, ZUŠ Charbulova v Brně, 14. 11. 2021, [online], dostupné z <https://konference.nipos.cz/2020-umeni-online/index.html>

Seznam respondentů:

BLAU Petra, ZUŠ Karlovy Vary, 7. 4. 2022

HEBELKOVÁ Kristýna, ZUŠ Trutnov, 22. 2. 2022

CHAROUZOVÁ Lucie, ZUŠ Libčice nad Vltavou, 7. 4. 2022

KAŠTÁNKOVÁ Veronika, ZUŠ Staré Město, 2. 12. 2021

KRYSTOŇOVÁ Jarmila, ZUŠ Staré Město, 31. 12. 2021

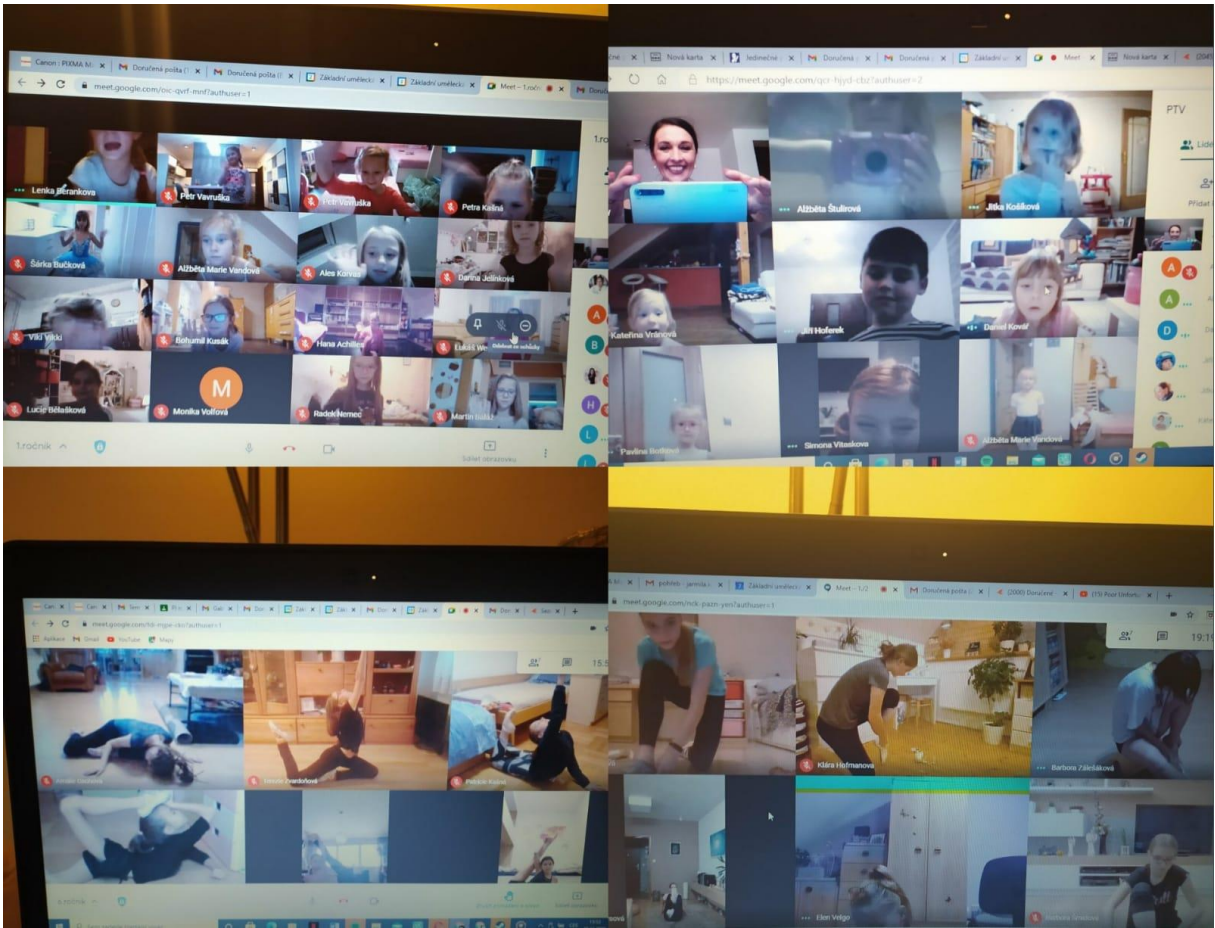
ONDRAŠÍKOVÁ Michaela, ZUŠ Bzenec, 22. 11. 2021

SVATOŠOVÁ Alena, ZUŠ Sedlec- Prčice, 2. 4. 2022

Příloha 1.
Fotografie ZUŠ Uherské Hradiště, pobočka Staré Město



Poezie nohou



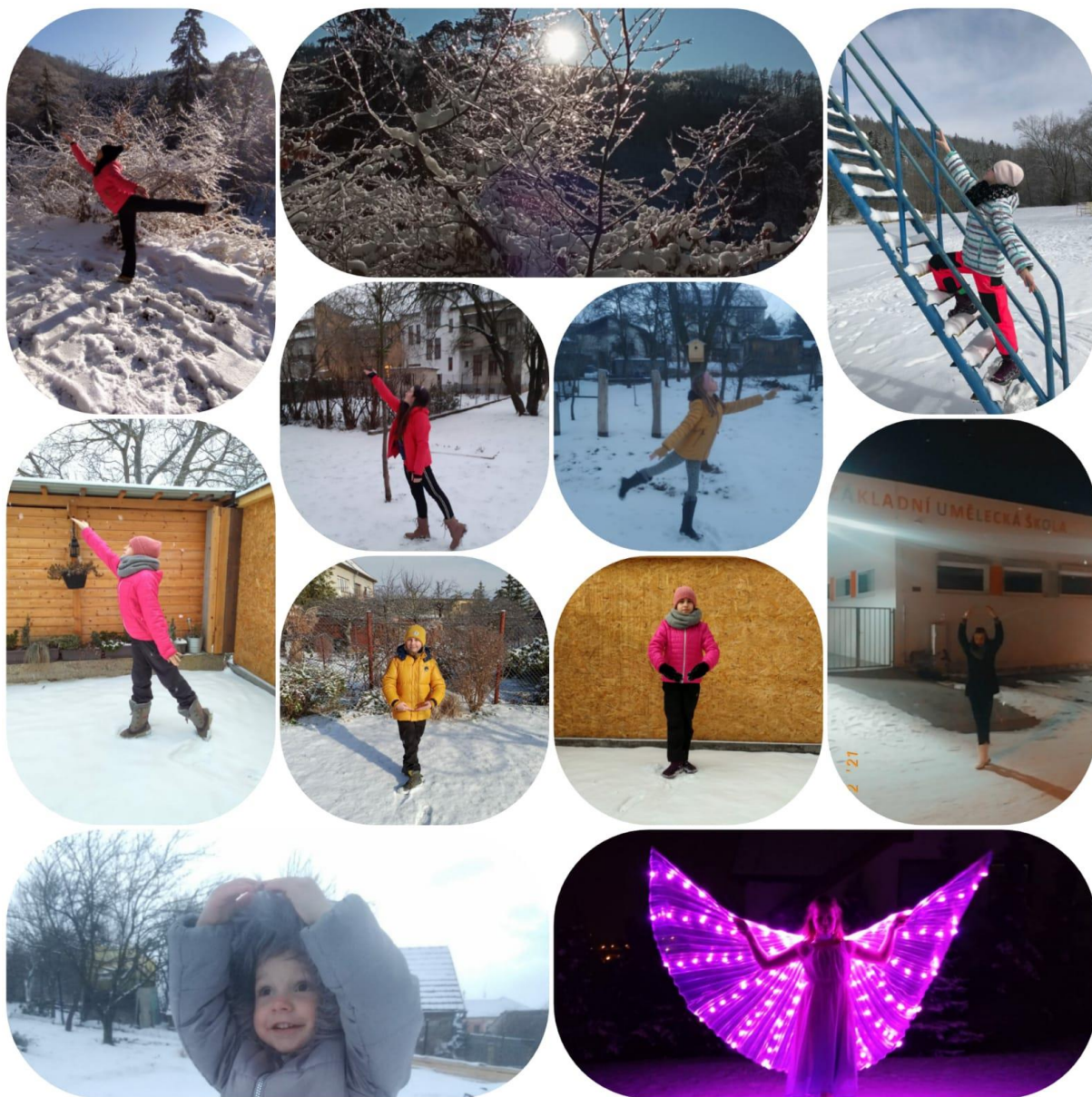
Online výuka



Tematické online hodiny



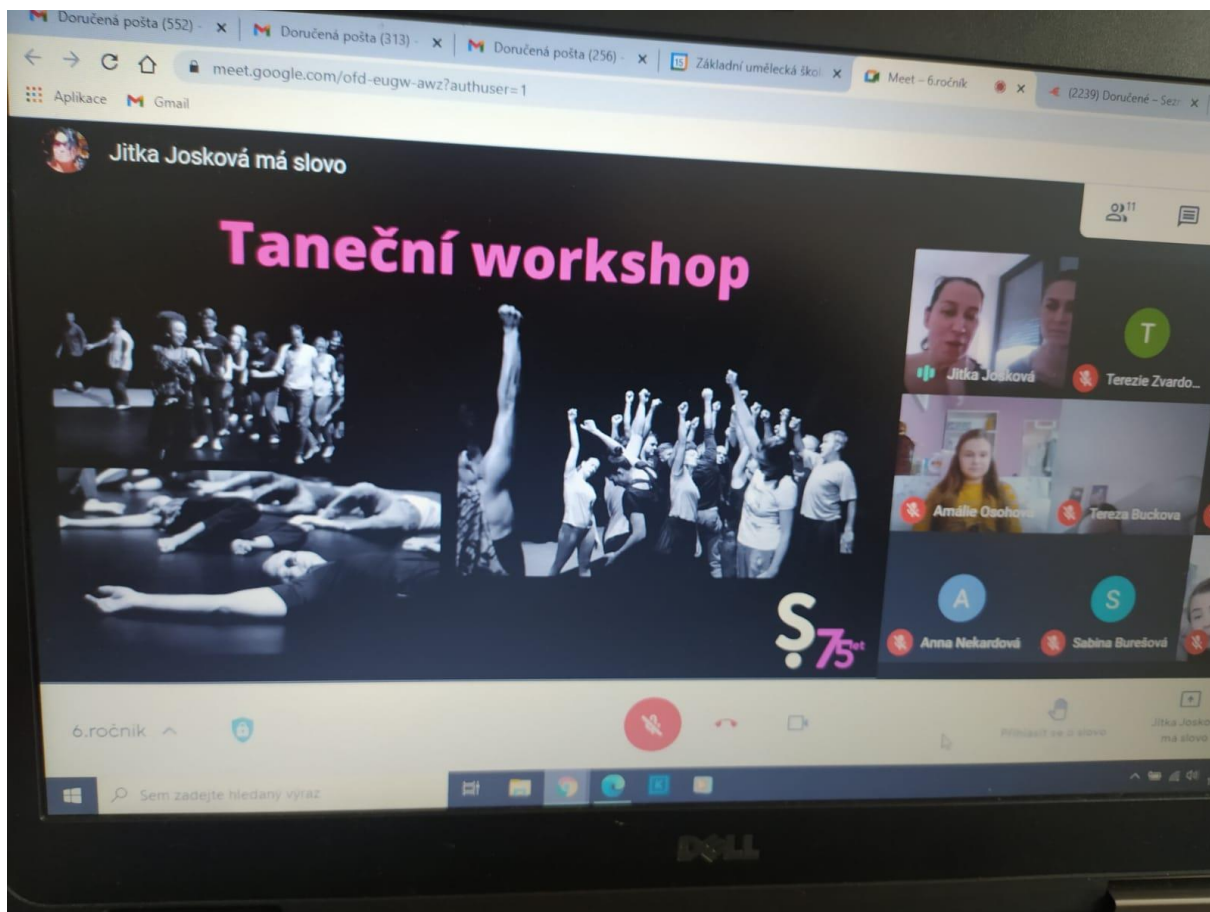
Tematické online hodiny



Tematické výzvy



Tematické výzvy



Online workshop s herci Slovákého divadla

Příloha 2.

Dotazník pro učitele ZUŠ

1. Na jaře 2019 se nám kvůli pandemii koronaviru otevřely dveře do nového způsobu výuky. Jaké možnosti jste z úplného začátku distanční výuky využívali? Jakým stylem probíhala výuka? A jak jste výuku postupně rozvíjeli, aby byla efektivnější?
2. Pokud můžete rozvést více některý z výše uvedených způsobů výuky (příklady zadání úkolů - některé splněné z vašeho archivu - fotografie, kresby, videa...)
3. Jakým způsobem jste upravovali váš roční plán výuky? Drželi jste se svého původního plánu, změnili jste ho, našli jste kompromis?
4. Snažili jste se vymýšlet nové přístupy výuky? Jaké? (inspirace v přírodě, natáčení videí, soutěže, komunikace a tvorba mezi spolužáky...)
5. Pokud jste upravovali výuku. Jak se lišila výuka pro od nejnižšího po nejvyšší ročník?
6. Snažili jste se dbát na pečlivou techniku provedení? (klasický tanec, moderní tanec, současný tanec, lidový tanec)
7. Jak se podle Vás dá docílit udržení techniky v tanci na dálku?
8. Je něco, na čem se dá podle Vás v distanční výuce pracovat více než v hodinách „naživo“?
9. Je těžké v distanční výuce odstraňovat chyby, když není učitel – žák v přímém kontaktu. Jak jste se snažili vyvarovat chyb, popřípadě úrazům atd.? Použili jste například jiné techniky cvičení? Pokud ano, jaké?
10. Zkoušeli jste zapojit do výuky to, co nabízí prostředí domova? (zapojení předmětů v jejich pokoji, inspirace zvuky, využití prostoru vnitřního/venkovního)

11. Pokud u Vás probíhala distanční výuka online, jak jste využívali hudbu? Jaké byly úskalí zvuku (i technické problémy), naopak fungovalo Vám něco skvěle?
12. Osvojili jste si některé přístupy, jak motivovat žáka v tanečním umění a rozvíjet jeho rozhled v tanečním světě? (videa, stream představení z celého světa, knihy, sociální sítě). Co Vám nejvíce fungovalo a co naopak vůbec?
13. Jak jste pracovali s rozvojem kreativity dětí během distanční výuky? Rozvedte prosím co nejvíce.
14. Dá se podle Vás udržet kontakt i na dálku, jak mezi žákem a učitelem, tak i v celé třídě?
15. Pokud jste vyučovali online – udrželi jste si pozornost žáka po celou hodinu? A jak?
16. Jaké máte zkušenosti s rodiči? – nechali dítě samotné v pokoji pracovat, aktivně se připojili, nebo naopak rušili běh hodiny? (pozitivní / negativní poznatky)
17. Setkali jste se během distanční výuky s problematikou kyberšikana, poruchy příjmu potravy u studentů aj?
18. Jak jste vnímali změnu na sobě samém?
 - a) motivace (k práci, pohybu, výuce, kreativitě) Co Vám pomáhalo a co naopak vůbec?
 - b) fyzická zdatnost (většina pedagogů musela během vyučování stále cvičit s žáky – ať už to bylo kvůli špatnému signálu, zrcadlový pohyb, špatná orientace žáka v prostoru... našli jste si svůj vlastní styl výuky, zadávání vazeb, opakování, opravování? A také pro Vás samotné, abyste vydrželi fyzicky odučit několik hodin za sebou?)

c) psychická stránka (měli jste způsob, jak se oprostit od pandemické krize/ nešvarů distanční výuky a od zpráv, kterými jsme byli všichni zahlcováni tak, abyste se byli schopni soustředit na výuku tance a studentům předat maximum? Pokud ano, jaký?)

19. Využívali jste sami možnost online výuky, workshopů, seminářů?

20. Kde jste nejčastěji hledali inspiraci? – kolegové, knihy, internet, jiné semináře...

21. Osvojili jste si nějaké nové pedagogické přístupy?

22. Změnil se Váš přístup v jednání a komunikaci během distančních hodin s žáky?