

AKADEMIE MÚZICKÝCH UMĚNÍ V PRAZE
HUDEBNÍ A TANEČNÍ FAKULTA

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Praha, 2022

BcA. Karolína Němcová

AKADEMIE MÚZICKÝCH UMĚNÍ V PRAZE

HUDEBNÍ A TANEČNÍ FAKULTA

Taneční umění

Pedagogika tance

DIPLOMOVÁ PRÁCE

**VÝUKA JEDNOTLIVÝCH VĚKOVÝCH KATEGORIÍ ZUŠ
ŠTEFÁNIKOVA POD VEDENÍM ŽIVANY VAJSAROVÉ**

BcA. Karolína Němcová

Vedoucí práce: MgA. Eva Vlčková

Oponent: MgA. Marie Fričová, Ph.D.

Datum obhajoby: 7. 6. 2022

Přidělovaný akademický titul: MgA.

Praha, 2022

ACADEMY OF PERFORMING ARTS IN PRAGUE

FACULTY OF MUSIC AND DANCE

Dance Art

Dance Pedagogy

DIPLOMA THESIS

**TEACHING OF INDIVIDUAL AGE CATEGORIES OF STUDENTS
ZUŠ ŠTEFÁNIKOVA UNDER THE GUIDANCE OF ŽIVANA
VAJSAROVÁ**

BcA. Karolína Němcová

Supervisor: MgA. Eva Vlčková

Opponent: MgA. Marie Fričová, Ph.D.

Date of defence: 7. 6. 2022

Awarded degree: MgA.

Prague, 2022

P r o h l á š e n í

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci na téma

**Výuka jednotlivých věkových kategorií žáků ZUŠ Štefánikova pod
vedením Živany Vajsarové**

vypracovala samostatně pod odborným vedením vedoucího práce a
s použitím uvedené literatury a pramenů.

Praha, dne

.....

podpis diplomanta

U p o z o r n ě n í

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.

Evidenční list

Uživatel stvrzuje svým podpisem, že tuto práci použil pouze ke studijním účelům a prohlašuje, že jí vždy řádně uvede mezi použitými prameny.

[illegible]

Poděkování

Touto cestou děkuji MgA. Evě Vlčkové za příkladné vedení práce, vstřícnost a obohacující informace, které jsem díky její nápomoci mohla získat. Dále bych ráda poděkovala MgA. Živaně Vajsarové za její spolupráci, čas, ochotu a v neposlední řadě také materiály, jež mi pro psaní mé práce poskytla. Na závěr bych ráda poděkovala své rodině a blízkým za dlouhodobou podporu a trpělivost.

Abstrakt

Tato diplomová práce se věnuje výuce tance na ZUŠ Štefánikova. Konkrétně se zaměřuje na taneční přípravu jednotlivých věkových kategorií, které se v rámci svého studia připravují na působení v tanečním souboru Jaro. V práci je vymezen pojem základního uměleckého školství i jednotlivých oborů. Dále pak také historie tanečního souboru Jaro a život zakladatele prof. Františka Bonuše, jeho dcery MgA. Živany Vajsarové či informace o Muzice Jara, která s tímto souborem úzce spolupracuje. Teoretická část práce se zaměřuje na taneční obor ZUŠ Štefánikova pod vedením pedagožky lidového tance MgA. Živany Vajsarové. V závěru práce jsou zařazeny praktické ukázky a rozборы tanečních her i lidových tanců, které jsou určeny daným věkovým kategoriím.

Klíčová slova

Tanec, lidový tanec, základní umělecká škola, taneční obor, taneční soubor Jaro, folklorní soubor

Abstract

This diploma thesis is devoted to teaching dance at ZUŠ Štefánikova. Specifically, it focuses on dance training of individual age categories, which are preparing to work in the Jaro dance group. The work defines the concept of basic art education and individual disciplines. Furthermore, the history of the Jaro dance group and the life of the founder prof. František Bonuš, his daughter MgA. Živana Vajsarová or information about the Muzika Jara, which works closely with this ensemble. The theoretical part of the thesis focuses on the dance branch of ZUŠ Štefánikova under the guidance of folk dance teacher MgA. Živana Vajsarová. At the end of the work are included practical examples and analyzes of dance games and folk dances, which are intended for people of selected age categories.

Keyword

Dance, folk dance, primary school of arts, dance department, Jaro Dance group, folklore ensembles

Obsah

Seznam zkratk	10
ÚVOD	11
1. Základní umělecké školy	13
1. 1. <i>Vývoj a charakteristika základního uměleckého školství</i>	13
1. 2. <i>Organizace a členění základního uměleckého vzdělávání v ZUŠ</i>	17
1. 3. <i>Charakteristika tanečního oboru</i>	19
1. 3. 1. <i>Charakteristika předmětů</i>	20
2. Taneční soubor Jaro	25
2. 1. <i>Muzika Jara</i>	27
2. 2. <i>prof. František Bonuš</i>	29
2. 3. <i>MgA. Živana Vajsarová</i>	32
2. 4. <i>ZUŠ Štefánikova</i>	33
2. 4. 1. <i>Taneční obor</i>	34
2. 5. <i>Lidový tanec</i>	37
2. 5. 1. <i>Dětský folklór</i>	40
3. Metodické přístupy a východiska MgA. Živany Vajsarové	43
3. 1. <i>Základní využívané taneční kroky a tance</i>	44
3. 1. 1. <i>Chůze</i>	44
3. 1. 2. <i>Běh</i>	45
3. 1. 3. <i>Přísunný krok</i>	45
3. 1. 4. <i>Cval – kvapík</i>	45
3. 1. 5. <i>Polka – přeměnný krok</i>	46
3. 1. 6. <i>Poskoky snožmo</i>	47
3. 1. 7. <i>Poskočný, dvojposkočný krok</i>	47
3. 1. 8. <i>Řezanka</i>	47
3. 1. 9. <i>Mazurka</i>	48

3. 1. 10. Sousedská	48
3. 1. 11. Skočná.....	49
3. 2. Duncan technika	50
3. 3. Výuka lidového tance.....	51
4. Příklad tanečních her pro žáky ve věku 5-13 let.....	54
4. 1. Taneční hra Čížeček.....	54
4. 2. Taneční hra Husy puty	62
4. 3. Tanec Ráček.....	63
5. Příklad tanců pro žáky ve věku 14-16 let	66
5. 1. Tanec Černá vlna	67
5. 2. Tanec Dupák	69
5. 3. Tanec Trnky	71
ZÁVĚR.....	73
LITERATURA A PRAMENY	75
SEZNAM OBRAZOVÉ PŘÍLOHY	81

Seznam zkratek

LŠU – lidová škola umění

ZUŠ – základní umělecká škola

RVP – rámcový vzdělávací program

ŠVP – školský vzdělávací program

MŠMT – ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy

HAMU – Hudební akademie múzických umění

PN – pravá noha

LN – levá noha

CH – chlapec

D – dívka

ÚVOD

Ve své diplomové práci navazuji na téma mé bakalářské práce, která se zabývala pohybovou přípravou pro předškolní věk v tanečním souboru Jaro. Nyní se zaměřuji na výuku navazujících věkových kategorií žáků, kteří se v rámci studia na Základní umělecké škole Štefánikova na Praze 5 pod vedením umělecké vedoucí souboru MgA. Živany Vajsarové připravují na spolupráci a následující působení v tanečním souboru Jaro.

Vyučovací předmět Lidový tanec je navazujícím stupněm, kterému předchází pohybová příprava, ta je určena dětem předškolního věku. Této fázi jsem se podrobněji věnovala v předchozí práci. V tomto období si děti přirozenou a zábavnou formou osvojovaly správné držení těla, rozvíjely svou vnitřní představivost i citlivost a učily se přirozenému pohybu i zpěvu. Nyní si již žáci osvojují základy lidových tanců. V navazujících ročnících je také zařazen nácvik a prezentace jednotlivých tanečních choreografií. Během celého studia je žákům přibližována krása i bohatství lidových písní, tanců, ale také lidové kultury jako takové.

V úvodu práce se věnuji vymezení pojmu a stručnému historickému vývoji základních uměleckých škol. Nejvíce se zaměřuji na charakteristiku tanečního oboru.

V následující kapitole nabízím shrnutí historie tanečního souboru Jaro, se kterým Základní umělecká škola úzce spolupracuje. Píši také o Muzice Jara, která doprovází taneční soubor Jaro na téměř všech vystoupeních a má nedílný podíl na úspěšnosti tohoto souboru. Dále zmiňuji život zakladatele tanečního souboru Jaro prof. Františka Bonuše a jeho dcery MgA. Živany Vajsarové, která navázala na jeho odkaz a vede soubor již řadu let. Souběžně také vede taneční oddělení Základní umělecké školy Štefánikova, kde rovněž vyučuje hudebně-pohybovou přípravu a navazující studium lidového tance. Dále se věnuji Základní umělecké škole Štefánikova, která nabízí svým studentům odborné vzdělání hned ve čtyřech oborech. V rámci této kapitoly píši také o lidovém tanci jako takovém a dětském folklóru, který neodmyslitelně patří k výuce.

Ve třetí kapitole se zaměřuji na metodické přístupy a východiska, které ve své mnohaleté pedagogické praxi využívá MgA. Živana Vajsarová. Popisují strukturu vyučovacích hodin jednotlivých tříd a přináším poznatky i připomínky pedagožky, pod jejímž vedením výuka probíhá.

V poslední kapitole přikládám rozборы tanečních her i lidových tanců, které jsou vhodné pro výuku, ale také pro jevištní zpracování.

1. Základní umělecké školy

1. 1. Vývoj a charakteristika základního uměleckého školství

V České republice má umělecké vzdělávání mnohaletou tradici a je jednou ze složek systému našeho vzdělávání. Stejně jako se postupem času vyvíjely veškeré sektory školství – mateřské, základní, střední, vysoké školy, tak docházelo k proměnám i v oblasti umělecké. Z počátku bylo umělecké vzdělávání zaměřeno zejména na vzdělání v oblasti hudební a až do 19. století úzce souviselo především s působením církve. Díky zkušeným pedagogům a začínajícím městským hudebním školám vznikala v 19. století v českých zemích tradice organizovaného hudebního vzdělávání, jehož množství se v období první republiky stále více rozšiřovalo. Po druhé světové válce byl nastolen jednotný typ hudebních škol. V šedesátých letech 20. století byly tyto instituce přeměněny na lidové školy umění, ve kterých se postupem času začaly zařazovat i jiné obory: taneční, literárně-dramatické, výtvarné. V době normalizace význam těchto škol pokles, neboť došlo k zařazení Lidových škol umění (LŠU), slangově *liduška*, pod školská zařízení. Teprve po roce 1989 došlo k novelizaci školského zákona, na jehož základě se LŠU přejmenovávají na Základní umělecké školy (ZUŠ) a opět se jim navrácí jejich původní statut školy.¹

Základní umělecká škola je institucí zřizovanou krajem a jejím cílem je poskytnout základy uměleckého vzdělávání v hudebním, tanečním, výtvarném a literárně-dramatickém oboru. Je nutné uvést, že přesto, že ZUŠ své žáky připravují na studium na středních a vysokých školách s uměleckým nebo pedagogickým zaměřením, neposkytují tyto instituce stupeň vzdělání. Základní umělecké školy se řídí Rámcovým vzdělávacím programem (RVP), jenž je daný státem a představuje základní vzdělávací dokument, podle kterého si každá škola vytváří svůj vlastní Školský vzdělávací program (ŠVP). Ten obsahuje cíle, formu, délku a stanovený povinný obsah vzdělávání. Základní umělecké vzdělávání je součástí systému uměleckého vzdělávání a je upraveno v úplném znění zákona č. 561/2004 Sb. o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání. Dle

¹ BOŘEK, Lubor. Rámcový vzdělávací program pro základní umělecké vzdělávání. Praha: Výzkumný ústav pedagogický v Praze, 2010. ISBN 978-80-87000-37-3

tohoto zákona „Základní umělecké vzdělávání poskytuje základy vzdělávání v jednotlivých uměleckých oborech. Základní umělecké vzdělávání se uskutečňuje v základní umělecké škole. Základní umělecká škola připravuje také pro vzdělávání ve středních školách uměleckého zaměření a v konzervatořích, popřípadě pro studium na vysokých školách s uměleckým nebo pedagogickým zaměřením.“²

Základní umělecké vzdělávání umožňuje studentům získávat základy vzdělání v již zmíněných uměleckých oborech. Vzdělávání v těchto institucích má formu dlouhodobého, systematického a komplexního studia. U svých studentů rozvíjí, prohlubuje i zdokonaluje umělecké nadání. Nabízí rovněž kvalitní a smysluplné trávení volného času. V pedagogickém slovníku, který vytvořil Jan Průcha, Eliška Walterová a Jiří Mareš je základní umělecká škola definována jako: „Školské zařízení, které poskytuje základy vzdělávání v hudebních, tanečních, výtvarných a literárně-dramatických oborech a připravuje pro studium v konzervatoři a ve středních školách uměleckého zaměření. Organizuje studium převážně pro žáky základní školy a středních škol; může též organizovat umělecké vzdělávání pro dospělé.“³

Důležitou roli ve fungování ZUŠ sehrávají pedagogové, kteří musí být ve svém oboru řádně vzděláni. Každý učitel musí splňovat odbornou kvalifikaci, kterou může získat vystudováním konzervatoře, vysoké školy s uměleckým zaměřením nebo pedagogické fakulty uměleckého zaměření. Dále musí splňovat veškeré další předpoklady, které jsou uvedeny v aktuálním znění zákona o pedagogických pracovnících – Zákon č. 563/2004 Sb.:

§ 10 Učitel uměleckých odborných předmětů v základní umělecké škole, střední odborné škole a konzervatoři

(1) Učitel uměleckých odborných předmětů v základní umělecké škole, střední škole a konzervatoři získává odbornou kvalifikaci

² § 109, odst. 1 Zákona č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání, 2008, [online]. [cit. 2021-09-28]. Dostupný z: <<http://www.msmt.cz/Files/Predpisy1/sb190-04.pdf>>

³ PRŮCHA, Jan, WALTEROVÁ, Eliška, MAREŠ, Jiří: *Pedagogický slovník*. Praha: Portál 2003. 322. s. ISBN 80-7178-772-8

a) vysokoškolským vzděláním získaným studiem v akreditovaném studijním programu studijního oboru, který odpovídá charakteru vyučovaného uměleckého předmětu, a

vysokoškolským vzděláním získaným studiem v akreditovaném bakalářském studijním programu v oblasti pedagogických věd,
vzděláním v programu celoživotního vzdělávání uskutečňovaném vysokou školou a zaměřeném na pedagogiku, nebo
studiem pedagogiky,

b) vysokoškolským vzděláním získaným studiem v akreditovaném magisterském studijním programu v oblasti pedagogických věd zaměřené na přípravu učitelů základní umělecké školy jen pro výuku v základní umělecké škole,

c) vysokoškolským vzděláním získaným studiem v akreditovaném magisterském studijním programu v oblasti pedagogických věd zaměřené na přípravu učitelů všeobecně-vzdělávacích předmětů studijního oboru zaměřeného na hru na hudební nástroj nebo na sólový zpěv jen pro výuku těchto předmětů v základní umělecké škole,

d) vysokoškolským vzděláním získaným studiem v akreditovaném magisterském studijním programu v oblasti pedagogických věd zaměřené na přípravu učitelů všeobecně-vzdělávacích předmětů studijního oboru zaměřeného na výtvarnou výchovu jen pro výuku výtvarného oboru v základní umělecké škole,

e) vyšším odborným vzděláním získaným ukončením osmiletého nebo šestiletého vzdělávacího programu oboru vzdělání konzervatoře,¹⁾ který odpovídá charakteru vyučovaného uměleckého předmětu,

f) vyšším odborným vzděláním získaným ukončením akreditovaného vzdělávacího programu vyšší odborné školy v oboru vzdělání, který odpovídá charakteru vyučovaného uměleckého předmětu, a

vysokoškolským vzděláním získaným studiem v akreditovaném bakalářském studijním programu v oblasti pedagogických věd,
vzděláním v programu celoživotního vzdělávání uskutečňovaném vysokou školou a zaměřeném na pedagogiku, nebo
studiem pedagogiky,

g) středním vzděláním s maturitní zkouškou získaným ukončením odpovídající části vzdělávacího programu konzervatoře a vysokoškolským vzděláním získaným studiem v akreditovaném bakalářském studijním programu v oblasti pedagogických věd, vzděláním v programu celoživotního vzdělávání uskutečňovaném vysokou školou a zaměřeném na pedagogiku, nebo studiem pedagogiky, nebo

h) středním vzděláním s maturitní zkouškou získaným ukončením vzdělávacího programu středního vzdělávání v oboru vzdělání, který odpovídá charakteru vyučovaného uměleckého předmětu, a vysokoškolským vzděláním získaným studiem v akreditovaném bakalářském studijním programu v oblasti pedagogických věd, vzděláním v programu celoživotního vzdělávání uskutečňovaném vysokou školou a zaměřeném na pedagogiku, nebo studiem pedagogiky.

(2) Ředitel základní umělecké školy, střední školy a konzervatoře může v odůvodněných případech rozhodnout, že upouští od předpokladu splnění odborné kvalifikace u učitele uměleckého předmětu, který vykonává umělecko-pedagogickou činnost, pokud je nebo byl výkonným umělcem. Rozhodnutí musí být vydáno písemnou formou. Tímto rozhodnutím se pro pracovněprávní účely považuje předpoklad odborné kvalifikace učitele na dané škole za splněný.⁴

„Umělecká tvorba je jedním z nejznámějších produktů naší země a většina našich světově uznávaných umělců a dalších kvalitních profesionálů získala základy svého uměleckého vzdělání právě v základních uměleckých školách. Jejich struktura, široká síť a provázanost v systému uměleckého vzdělávání nemá dnes v evropském ani světovém měřítku obdobu.“⁵

⁴ Aktuální znění zákona o pedagogických pracovnících k 1. září 2012; Zákon č. 563/2004 Sb., dostupné z: <https://www.msmt.cz/dokumenty/aktualni-zneni-zakona-o-pedagogickych-pracovnicich-k-1-zari>

⁵ BOŘEK, Lubor. Rámcový vzdělávací program pro základní umělecké vzdělávání. Praha: Výzkumný ústav pedagogický v Praze, 2010. ISBN 978-80-87000-37-3., str. 8

Základní umělecké školy nabízí svým studentům vzdělání v několika oblastech umění podle svých prostorových a dalších možností. Vzhledem k tomu že tyto instituce spadají do sítě škol MŠMT (Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy), mají možnost udržovat vysoký standard vzdělávání a také povinnost vést u svých studentů i zaměstnanců povinnou dokumentaci. Ta zahrnuje školní matriku, katalogy o průběhu vzdělávání, třídní knihy, protokoly o zkouškách, výkazy žáků a vyučovacích hodin, vysvědčení a další.

1. 2. Organizace a členění základního uměleckého vzdělávání v ZUŠ

Organizace a členění vzdělávání na ZUŠ se v průběhu své historie vyvíjela. V současné době je základní umělecké vzdělávání děleno dle §109 zákona č. 561/2004 Sb. o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon) takto:

- přípravné studium
- základní studium I. stupně
- základní studium II. stupně
- studium s rozšířeným počtem vyučovacích hodin
- studium pro dospělé

Přípravné studium je určeno studentům předškolního věku, tedy od 5 do 7 let a trvá maximálně dva roky (Vyhláška o základním uměleckém vzdělávání č. 74/2005 Sb., §1). Studenti si hravým způsobem osvojují základy daného oboru. Tento stupeň vzdělávání je rovněž vhodným doplněním docházky dětí předškolního věku, mohou zde totiž hravou a přirozenou formou pozvolna přecházet z období her do období povinností. Dochází u nich také k prohloubení zájmu o umělecký obor i vnímání a rozvíjení fantazie, která je v tomto období velmi stěžejní složkou. *„Vzdělávání v přípravném studiu zahrnuje poznávání, ověřování a rozvíjení předpokladů žáků a jejich zájmů o umělecké vzdělávání. Žáci jsou vedeni k elementárním návykům a dovednostem, které jsou důležité pro jejich další umělecký vývoj.“* (RVP ZUV, 2010, s. 11)

Základní studium I. stupně je určeno pro studenty od 7 let a podle výše zmíněné vyhlášky probíhá v délce čtyř až sedmi let. *„Vzdělávání na I. stupni základního studia je zaměřeno na rozvíjení individuálních dispozic žáků. Progresivní vzdělávání připravuje žáky především na neprofesionální umělecké*

aktivity, ale i na vzdělávání na středních školách uměleckého či pedagogického zaměření a na konzervatořích." (RVP ZUV, 2010, s. 11)

Základní studium II. stupně je pro děti od 14 let a trvá tři nebo čtyři roky. Pro studenty, kteří nenavštěvovali základní vzdělávání I. stupně je možnost zorganizování přípravného studia ke vzdělávání v tomto stupni, takové přípravné studium má pak 1. ročník (Vyhláška o základním uměleckém vzdělávání č.74/2005 Sb., §1). *„Vzdělávání na II. stupni klade důraz na praktické uplatňování získaných dovedností a hlubší rozvoj zájmů žáků. Umožňuje jejich osobnostní růst v rámci aktivní umělecké činnosti a inspiruje k dalšímu studiu dovedností."* (RVP ZUV, 2010, s. 11)

Studium s rozšířeným počtem vyučovacích hodin je určeno pro žáky I. a II. stupně základního studia, kteří prokážou mimořádné nadání a vynikající výsledky vzdělávání (Vyhláška o základním uměleckém vzdělávání č. 74/2005 Sb., §1). Poskytuje studentům obsahově náročnější a rozsáhlejší studium. *„Připravuje žáky ke studiu na středních, vyšších odborných i vysokých školách s uměleckým nebo pedagogickým zaměřením, případně je také směřuje k výběru povolání."* (RVP ZUV, 2010)

Studium pro dospělé je organizováno v délce čtyř let. Je přizpůsobováno s ohledem na individuální schopnosti studenta a rovněž s ohledem na jeho věk (Vyhláška o základním uměleckém vzdělávání č. 74/2005 Sb., §1). *„Tento typ studia umožňuje zájemcům další rozvoj v uměleckých oblastech v prostředí, které je metodicky fundované v souladu s koncepcí celoživotního vzdělávání."* (RVP ZUV, 2010)

Jak jsem již zmínila základní umělecké vzdělávání je na ZUŠ poskytováno ve čtyřech základních oborech:

- hudebním oboru
- tanečním oboru
- výtvarném oboru
- literárně-dramatickém oboru

Do studia daného oboru jsou studenti přijímáni na základě prokázaných předpokladů (přípravné studium) nebo talentové zkoušky (studium I. a II. stupně

a studium pro dospělé). V jednotlivých uměleckých oborech je pak výuka organizována formou individuální, skupinové či kolektivní práce. Zakončení daného stupně studia probíhá formou závěrečné zkoušky, která může mít podobu absolventského vystoupení nebo například vystavení výtvarných prací.

1. 3. Charakteristika tanečního oboru

„Žádné sebelépe vypracované osnovy ani sebedokonalejší učebnice nemohou zaručit dokonalou práci a dobré výsledky ve výuce tance. Záleží na učiteli, jeho přístupu k pedagogické práci, na jeho připravenosti a uměleckém cítění, na jeho vztahu k dětem a způsobu práce s nimi.“⁶

Dle RVP pro taneční obor je vzdělávání v tanečním oboru zaměřeno na taneční projev, stavbu a strukturu lidského těla, zákonitosti pohybu i kulturu pohybu. Studentům je nabídnuto základní odborné vzdělávání, které může v budoucnu sloužit jako základ pro uplatnění tanečníka v různorodých profesionálních či neprofesionálních aktivitách a povoláních. Cílem tanečního oboru ZUŠ je rozvíjet taneční nadání u svých studentů. Taneční výchova rozvíjí duševní život dětí a zároveň působí na utváření vztahů k životu a jeho okolí. Každému žákovi nabízí dle jeho dovedností a nadání takové vzdělání, jež mu umožní se realizovat jako tanečník v různých souborech nebo i v povolání tanečníka, pro které je důležitým předpokladem úspěšné zvládnutí základů tance a kultura pohybového projevu.⁷ Obsah vzdělání tanečního oboru je rozdělen do dvou vzájemně provázaných a podmiňujících se oblastí – Taneční tvorbě a interpretaci a recepci a reflexi tanečního umění. Je tvořen očekávanými výstupy s důrazem na jejich praktické využití. Očekávané výstupy na konci 7. ročníku I. stupně studia a 4. ročníku II. stupně představují závazné minimum. RVP pro ZUV formuluje pouze očekávané výstupy pro I. a II. stupeň základního studia. Pro přípravné studium si každá škola tvoří své školní výstupy v souladu se svým ŠVP. Výstupy pro dospělé vytváří učitel

⁶ JERÁBKOVÁ, Jarmila. *Taneční průprava*. Ilustrátor Jarmila Haldová; Umělec Vlastimil Crha. 1. vyd. Praha: NIPOS-ARTAMA, 2004. 163 s.: Pohyb; sv. 3. ISBN 80-7068-181-0 (brož.)., s. 19

⁷ Vzdělávací program tanečního oboru základních uměleckých škol pro přípravné studium a I. stupeň základního studia. [online]. Praha: MŠMT, 2000, s. 1. [cit. 2021-10-17]. Dostupný z <http://www.msmt.cz/Files/DOC/Vzdel_program_TO_ZUS.doc>

s ohledem na individuální potřeby a zaměření studenta v souladu s ŠVP.⁸ RVP stanovuje také minimální hodinovou dotaci pro realizaci vzdělávacího obsahu s ohledem na jednotlivé stupně studia. Na základě RVP si škola sestavuje svůj konkrétní učební plán se studijním zaměřením tak, aby plně využila příslušné hodinové dotace dle RVP. Tyto učební plány s konkretizací týdenní hodinové dotace pro jednotlivé ročníky a vyučovací předměty, které škola zařadí do svého ŠVP, např. je stanoveno, že výuka v přípravném studiu se uskutečňuje v rozsahu 2 vyučovacích hodin týdně.⁹

Výuka tanečního oboru se člení na přípravné studium, I. a II. stupeň základního studia a studium pro dospělé. Taneční obor ZUŠ buduje u žáků správné držení těla, pohybovou techniku a rozvíjí vnitřní citlivost, vnímavost, představivost, hudební a prostorové cítění či tvořivost. Cílem přípravného studia je vyvíjet přirozený dětský projev za pomoci pohybových her a cvičení, které budují a ověřují předpoklady dětí pro navazující stupně výuky. V I. stupni základního studia jsou pak jako vyučovací předměty zařazeny: taneční průprava, současný tanec, lidový tanec a klasická taneční technika. Dle specializace pedagoga a zájmu studentů se výuka zaměřuje na jeden z těchto předmětů jako předmět hlavní. Ve II. stupni základního studia je zařazena také taneční praxe, která navazuje na již zmíněné předměty a zdokonaluje taneční projev. Mezi další doplňující předměty spadají například historické tance, taneční pantomima a základy dějin tance. Studium pro dospělé plynule obsahově navazuje a rozvíjí předchozí výuku.

1. 3. 1. Charakteristika předmětů

Taneční průprava

podněcuje tělesnou citlivost a vede ke správnému, vyváženému držení těla ve všech základních polohách i v pohybu z místa, rozvíjí elementární taneční techniku, taneční projev žáků a jejich hudební cítění. Učí prostorové orientaci a vhodnými prostředky motivuje vzájemné vztahy. V improvizaci pěstuje schopnost pravdivě se vyjadřovat. Využívá vlastních námětů dětí, jednoduchých lidových tanečních

⁸ *Rámcový vzdělávací program pro základní umělecké vzdělávání*. Praha: VÚP, 2010, s. 40-41

⁹ *Rámcový vzdělávací program pro základní umělecké vzdělávání*. Praha: VÚP, 2010, s. 42-44

her a tanců, pohybových a tanečních her s náčiním a drobných hudebních skladeb pro děti.

Současný tanec

rozvíjí specifickými prostředky taneční techniku a taneční projev žáků, prohlubuje a rozšiřuje jejich hudební a prostorové cítění, kvalitu vzájemných vztahů a uvolňuje jejich osobité tvořivé schopnosti. V taneční technice učí žáky uvědoměle řídit pohyb z těžiště a orientovat se ve svém těle. Vypracovává vedený pohyb, švihy, vlny, impulsy a skoky, vede žáky k samostatnému řešení prostorových, rytmických a výrazových úkolů, k vyjádření hudby, hledání individuálního pohybového slovníku, citlivému vyjádření soudobé hudby a vlastních námětů. Samozřejmou součástí předmětu současný tanec je taneční improvizace.

Lidový tanec

rozvíjí specifickými prostředky taneční techniku a taneční přirozený projev žáků, prohlubuje a rozšiřuje jejich hudební cítění, smysl pro taneční formu a jemnou pohybovou souhru. Učí zvládnout základní kroky a charakteristické české a moravské lidové tance, případně taneční kroky a lidové tance cizích národů. Vede k citlivému a přesnému vyjádření tempa, rytmu, dynamiky a výrazu lidové písně i lidové hudby v nejrůznějších úpravách. Aktivním osvojováním tanečního stylu jednotlivých oblastí spolu s poznáváním hudebního materiálu (taneční písně, charakteristické taneční rytmy, doprovodná hudba), učí žáky chápat kořeny a podstatné rysy naší národní kultury. Součástí výuky je i dramatický projev – říkadla, básničky atd.

Klasická taneční technika

rozvíjí specifickými prostředky taneční techniku žáků. Upevňuje správné držení těla, zdokonaluje pohyby dolních a horních končetin, prohlubuje pohybovou koordinaci, rovnováhu, smysl pro přesnou formu a čistotu vedení pohybu. Učí pohybové kázni, vytrvalosti a vůli.

K výuce tance na špičkách lze přistoupit teprve po dokonalém zvládnutí základů klasické techniky, kdy je tělo na tak obtížnou taneční disciplínu připraveno.

Taneční praxe

od 1. ročníku organicky navazuje na vyučovací předměty a slouží k zdokonalování a prohlubování taneční techniky a tanečního projevu žáků. Úkolem taneční praxe je přivést žáky k tanci. Zároveň slouží k přípravě tanečních skladeb pro interní i veřejná vystoupení, soutěže atd. V souladu s postupným rozvojem taneční techniky a tanečního projevu žáků se zařazují pohybové a taneční hry lidové i umělé, drobné taneční skladby inspirované hudbou pro děti, jednoduché lidové tance a stále náročnější taneční skladby. Příklady skladeb pro jednotlivé ročníky jsou součástí učebních osnov.¹⁰

Během školního roku pedagog hodnotí své studenty s ohledem na jejich práci ve výuce. Z tohoto hodnocení poté pedagog vychází při pololetní či závěrečné klasifikaci žáků a při schválení jeho postupu do následujícího ročníku. Nedílnou součástí tanečního oboru a jeho výchovně vzdělávacího procesu je korepetice, která hudebně doprovází výuku. Základem a náplní profese korepetitora je improvizace, která by měla vycházet z citění pohybu. Důležitá je úzká spolupráce mezi korepetitorem a pedagogem tanečního oboru.

Vyučování v tanečním oboru probíhá ve skupině. Pedagog zadává pohybové činnosti a úkoly celé třídě, kterou sleduje a následně opravuje chyby jednotlivých žáků. Sám pedagog se ve vyučovacím procesu aktivně zapojuje (především v nižších ročnících). Svým pohybovým projevem napomáhá správnému pochopení a provedení zadaných cvičení. V žádném případě by však neměl usilovat o mechanické napodobení svého pohybu, ale zprostředkovávat pouze správnou představu. Důležitou roli ve výuce sehrává volba vhodné motivace, která napomáhá navozovat a upevňovat správné tělesné pocity. Díky tomu rovněž u studentů podněcujeme pohybovou představivost a paměť.

V prvních ročnících výuky má většina pohybových činností a zadání formu hry. Je velmi důležité dbát na přiměřenou délku a střídání klidných a svižnějších aktivit. Aktivita i soustředěnost žáků úzce souvisí s motivací a plynulostí přechodů z jednoho zadání na další. Od 3. ročníku je možné zařazovat stále delší a obtížnější cvičení zaměřená k uvědomělému zvládnutí jednoho úkolu. Stále je však nutná

¹⁰ *Vzdělávací program tanečního oboru základních uměleckých škol pro přípravné studium a I. stupeň základního studia* (Schváleno MŠMT dne 31. 5. 2000 pod č.j. 15 865/2000-22 s platností od 1. 9. 2000., s. 2-3

kompenzace pohybem zatěžujícím jinou svalovou skupinu nebo pohybem uvolňujícím. Díky tomu předcházíme neúměrnému fyzickému a psychickému zatěžování, které by mohlo ovlivnit přirozený projev žáků. Rovněž se tak postupně formuje systematická struktura vyučovací hodiny na:

1. Úvodní část – má především organizační a motivační funkci. V této části by u dítěte mělo dojít k přeladění organismu a prokrvení svalstva (chůze, běh, poskoky). Zároveň by se měl v této části žák začít soustředit k nastávajícím činnostem (pohybová hra).
2. Průpravná část – v té bychom s dětmi měli procvičit všechny svalové oblasti, nejprve v nízkých polohách, dále například u tyče či na volnosti, po celou dobu bychom měli podporovat správné držení těla. Do této části bychom měli zařadit cviky zaměřené na protažení svalstva, která mají sklony k ochabování. Zakomponování kompenzačních uvolňovacích či zpevňovacích cviků. Ze začátku průpravné části pracujeme s dětmi především v přízemních polohách, ze kterých postupně přecházíme do vyšších poloh. Jednotlivé cviky je nutné provádět pomalým a vedeným pohybem bez jakýchkoli rychlých přechodů. Důležitá jsou také bezchybná a názorná zadání pedagogem spojená s přesným popisem, který dětem usnadní představu o daném cviku. Pedagog by neměl zapomínat na opravování chybného provedení, a to jak během cvičení, tak po skončení (vždy nechá chybu dítěte opravit), slovně nebo dotykem. Při opravách je důležité volit pozitivní přístup, ve kterém by nikdy neměla chybět pochvala.
3. Hlavní část – zaměřujeme se na propracování a nácvik pohybových dovedností a činností. Opakujeme již naučenou látku, kterou postupně rozvíjíme. Zařazujeme pohybové i taneční hry, které napomáhají ke koncentraci žáka. Zároveň můžeme studentům nenuceně sdělovat nové principy a připomínky. Procvičování základních forem chůze, běhu, cvalu, poskoků, skoků a rotace. Do této části hodiny spadá také: rozvíjení hudebního cítění, mnohá prostorová cvičení či improvizace, která rozvíjí kreativitu, představivost a samotný talent žáka.
4. Závěrečná část – v té má žák čas na zklidnění organismu po fyzické emotivní stránce. Průběh celé hodiny se logicky uzavře. Do závěrečné části můžeme zařadit pohybovou hru klidného rázu a pohybové činnosti nízké intenzity. Neměla by chybět kompenzace činností prováděných v předešlých částech

hodiny, například dechová cvičení, stretching (protažení) / calm down (zklidnění) nebo relaxace s hudbou.¹¹

Pohybové aktivity v hodinách jsou doplňovány nezbytným teoretickým objasňováním zákonitostí pohybu, anatomii i odbornou terminologií. Teoretický výklad se vždy váže ke konkrétnímu zadání nebo slouží jako úvod k nově probíranému učivu. Pedagog volí v jednotlivých předmětech a ročnících metodické postupy v ohledu na věk, předpoklady a schopnosti studentů. Další důležitou složkou při výuce tanečních oborů je vhodný, případně jednotný úbor studentů, který pedagogovi umožní detailně kontrolovat správnost provedení jednotlivých cviků.

Učební osnovy jsou pouze návodem, který nám umožní náhled při postupu v taneční výuce na ZUŠ. V žádném případě nejsou kompletním výčtem všech daných možností. Pedagog vyučující na ZUŠ by měl prokazovat hlubokou znalost problematiky a schopnost tvořivého přístupu. Probírané učivo se přizpůsobuje nejen v ohledu na nadání jednotlivých studentů, ale rovněž celkovou úroveň celého ročníku. Nutné je dávat přednost kvalitě výuky před kvantitou a pokračovat tedy ve výuce teprve tehdy, když všichni žáci probranou látku skutečně pochopí a dokážou s ní pracovat.

¹¹ NĚMCOVÁ, Karolína. *Pohybová průprava pro předškolní věk tanečního souboru Jaro*. Marie Fričová; Eva Vlčková. Praha, 2020. 53 stran, s. 29-30

2. Taneční soubor Jaro

Taneční soubor Jaro založil v padesátých letech 20. století *prof. František Bonuš* (1919-1999); tanečník, pedagog, sběratel lidových písní a tanců, hudební i taneční folklorista a propagátor lidového, zejména tanečního umění. Soubor byl původně zřízen při Lidové umělecké škole v Radotíně, jako součást tanečního studia. Jeho vedení od roku 1983 převzala jeho dcera *MgA. Živana Vajsarová* a navazuje tak na odkaz po svém otci. *MgA. Živana Vajsarová* již od dětství tančila v otcově souboru a osvojila si tak metodu studia tanečního folkloru. Po roce 1989 se působiště tanečního souboru Jaro přesouvá do středu Prahy 5, konkrétně na Smíchov a dodnes funguje jako součást tanečního oboru na Základní umělecké škole Štefánikova. *MgA. Živana Vajsarová* zde působí jako pedagožka tanečního oboru. V souboru působí přes 80 členů, kteří jsou podle věkových kategorií rozčleněni do několika skupin:

- Kolovrátek a Pramínek – dětské skupiny
- Studánka – juniorská skupina
- Kalina – dospělá skupina

Přesto, že jde o folklorní soubor působící v hlavním městě České republiky, repertoár se nesespecializuje pouze na oblast středních Čech. Zaměřuje se například na tance z východních Čech, Chodska, Moravy či Slovenska. Tím se repertoár Jara stává velice pestrým a tvoří ho široká škála lidových tanců. Soubor poprvé veřejně vystoupil v atriu LŠU Radotín se skladbami: Švec, Jarní hry a Babička vypráví. Zúčastnila se ho i známá pedagožka, choreografka a tanečnice Jarmila Jeřábková.

MgA. Živaně Vajsarové se dodnes daří uvádět odkaz lidového tance do života jak v pedagogické, tak tvůrčí choreografické práci. Soubor každoročně hostuje na mnoha koncertech a festivalech napříč celou Českou republikou, ale i v zahraničí. Z počátku šlo o hostování pouze po Evropě, například: Francie, Německo, Dánsko. Od roku 2000 navštěvuje soubor na svých cestách i mnohem vzdálenější země, ve kterých důstojně reprezentuje českou národní kulturu, například: Hongkong, USA, Macao, Japonsko.

Historie tanečního souboru Jaro je shrnuta do dvaceti dvou souborových kronik z let 1983 až 2019, jež *MgA. Živana Vajsarová* za třicet pět let činnosti souboru

shromáždila. V objemných svazcích jsou zaznamenány veškeré události, které považovala za významné. Kroniky obsahují množství fotografií a programů z různých představení souboru, diplomy, které za svá díla soubor získal, děkovné dopisy nebo recenze z domácího i zahraničního tisku.¹²



1. Logo tanečního souboru Jaro



2. Taneční soubor Jaro

¹² NĚMCOVÁ, Karolína. *Pohybová průprava pro předškolní věk tanečního souboru Jaro*. Marie Fričová; Eva Vlčková. Praha, 2020. 53 stran, s. 9-11

2. 1. Muzika Jara

S tanečním souborem v letech 1983 až 1990 úzce spolupracoval hudební skladatel a korepetitor *Marek Kopelent*¹³. Pro dětské odvětví souboru skládal taneční hudbu a upravoval některé z lidových tanců tak, aby byly dětem písně bližší a srozumitelnější.

Od roku 1993 s tanečním souborem Jaro spolupracuje *lidová Muzika Jara* v čele s vedoucím *Karlem Mezerou*¹⁴. Společně se *Zdeňkem Pechouškem*¹⁵ upravuje lidové i umělecké písně podle potřeb kapely. Její původní hráčské obsazení se za dobu svého působení téměř zdvojnásobilo. Dnes mají ve svém repertoáru přes sto písní. Dalším členem je klavírista, klarinetista a nynější korepetitor souboru *Tomáš Pykal*¹⁶. Některé úpravy písní jsou také dílem bývalého člena *Martina Hauptmanna*¹⁷. Většina umělců v Jaru hraje již od samého začátku, tedy více než 25 let. Působení v tomto seskupení je pro hudebníky srdeční záležitostí a folkloru se věnují především pro radost. Velkou část Muziky Jara tvoří profesionální hudebníci, kteří působí v předních českých orchestrech nebo se věnují pedagogické činnosti na uměleckých školách. Široký repertoár obsahuje písně a tance z různých oblastí Čech, Moravy i Slovenska, ve vlastních úpravách. Muzika Jara se podílela na vzniku projektu *The Golden Gate is open*¹⁸. *Karel Mezera* se *Zdeňkem Pechouškem* jsou také autory téměř veškeré hudby a hudebních úprav pro tance z repertoáru tanečního souboru Jaro.

¹³ KOPELENT, Marek (*28. 4. 1932) – skladatel, klavírista, publicista, organizátor a pedagog na pražské HAMU

¹⁴ MEZERA, Karel (*15. 8. 1946) – zakládající člen Jary, zástupce ředitele na ZUŠ, hobojská, saxofonista a klarinetista, vyučuje hru na klarinet a zobcovou flétnu, upravuje písně

¹⁵ PECHOUŠEK, Zdeněk (*22. 11. 1972) – zakládající člen Jary, houslista, člen orchestru ND a Pražského komorního orchestru; první housle, upravuje písně

¹⁶ PYKAL, Tomáš (*22. 4. 1975) – klavírista, klarinetista, korepetitor, vyučuje na ZUŠ, upravuje písně

¹⁷ HAUPTMANN, Martin – cimbalista, klarinetista, kontrabasista

¹⁸ *The Golden Gate is open* (Zlatá brána otevřená) je soubor videonahrávek 31 lidových tanců z Čech, Moravy a Slovenska, které natočil taneční soubor Jaro jako vyučovací pomůcku pro americké pedagogy, kteří vyučují Český lidový tanec. Jednotlivé tance jsou popsány v knižní publikaci, která rovněž obsahuje notový záznam i text jednotlivých písní. Součástí jsou i 2 CD, které obsahují hudební doprovody k jednotlivým tanečním vystoupením a DVD s videozáznamy tanců pro praktickou výuku. Celý materiál je dostupný pouze v anglickém jazyce



3. Muzika Jara

Muzika pravidelně vystupuje na svých vlastních koncertech nebo jako velmi významná složka na představeních tanečního souboru Jaro. Skupina zařazuje řadu hudebních nástrojů, jež v celkové kompozici vytváří naprosto autentický hudební zážitek: 3x housle, 2x klarinet/ zobcové flétny, viola, kontrabas, zařazován je ale samozřejmě také zpěv a podle varianty programu bývají zapojeny navíc i dudy nebo cimbál. Mezi další členy patří také například *Štěpán Hanuš* (2. housle, zpěv, bývalý primáš cimbálové muziky souboru Jánošík Brno-Ondráš), *Světlana Pechoušková* (3. housle, členkou od roku 2000, působí v Symfonickém orchestru hl. m. Prahy FOK.) , *Radek Trupl* (viola, housle, členem od roku 1995, působí v Symfonickém orchestru Českého rozhlasu a je členem Státní opery Praha), *Lucie Kordová* (zpěv, členkou od roku 2000, koncertně se věnuje i tvorbě operní, je stálým hostem v divadle F.X. Šaldy v Liberci a ve Slezském divadle v Opavě, *Viktor Slezák* (kontrabas, zakládající člen), *Marie Dvorná* (dudy, zakládající člen), stálý host *Michal Horsák* (cimbál) a nejmladší členka *Viola Dvorníková* (zpěv, studuje operní zpěv na hudebním gymnáziu).

Muzika Jara sklídila za celou dobu svého působení řadu úspěchů na domácí, ale i mezinárodní scéně. Účastnila se například festivalů a koncertů ve Francii, Švédsku, Švýcarsku, Francii, Španělsku, Turecku, Kypru, Itálii, Japonsku, Lucembursku nebo na Slovensku. Doposud natočila muzika Jara čtyři CD.

2. 2. prof. František Bonuš

(1919-1999)

Prof. František Bonuš se narodil 3. prosince 1919 v Českých Budějovicích. Zde také studoval na reálném gymnáziu, které roku 1939 absolvoval a do roku 1940 pokračoval ve studiu na Učitelském ústavu. Zároveň se věnoval studiu hudební teorie a hře na klavír, violu a varhany na zdejší hudební škole Otakara Jeremiáše. V roce 1939 začíná své studium na Filosofické fakultě Karlovy univerzity, ale jeho vzdělávání bylo dočasně přerušeno z důvodu uzavření vysokých škol v období německé okupace. V této době působil v *Kuratoriu pro výchovu mládeže* – masová mimoškolní organizace na území Protektorátu Čechy a Morava zaměřená na výchovu české mládeže ve věku od 10 do 18 let v intencích nacionálně-socialistických idejí. Zde se účastnil odbojové práce. V letech 1945-49 pokračoval ve svém studiu hudební výchovy na pedagogické fakultě a tělesné výchovy v Ústavu pro vzdělávání profesorů tělesné výchovy při Karlově univerzitě, jež následně také úspěšně dokončil. Už během studia soustředil svůj zájem na vztah mezi hudbou a pohybem v souvislosti s lidovou hudební a taneční kulturou. Roku 1947 začal v Praze působit nejprve jako externí pedagog, později i jako asistent katedry tělesné výchovy v oboru lidový tanec. Do roku 1957 byl rovněž externím lektorem pro obor lidový zpěv a hudba na katedře hudební výchovy. V letech 1950-1954 působil také jako vedoucí tanečního oddělení Ústavu lidové tvořivosti. Roku 1951-1954 byl referentem pro lidový tanec Ústavu pro kulturně výchovnou činnost a poté 1967 externím profesorem lidového tance na Statní konzervatoři v Praze. Zajímavým obdobím, které mělo pro jeho kariéru zásadní význam bylo mnohaleté pedagogické působení na taneční katedře AMU v Praze, kde přednášel taneční a hudební folkloristiku (1954-1985). Od roku 1979 působil také na brněnské JAMU, kde vedl lekce lidového tance. V letech 1988-1990 vyučoval jako externí pedagog historické tance na specializovaném oddělení pražské konzervatoře. Jako hostující pedagog lidových i historických tanců působil rovněž v zahraničí, například v Německu a Litvě.

Velice významná byla ve 40. a 50. letech jeho sběratelská činnost, která probíhala jakožto terénní výzkum v Čechách, na Valašsku, Lašsku, Slovácku, Hané, Těšínsku, Opavsku a západním Slovensku. Později se zásadně promítla v jeho pedagogické a umělecké práci, ale také do spolupráce s mnoha profesionálními i

amatérskými folklorními soubory v Čechách, na Moravě i v zahraničí (Slovensko, Litva, Švédsko, Německo, Švýcarsko, Dánsko, Finsko a USA). Nezaměřovala se pouze na samotnou lidovou hudbu a lidové tance, ale taktéž na lidové obyčeje a slavnosti. Roku 1947 se i on sám stal spoluzakladatelem Souboru písní a tanců Josefa Vycpálka v Praze. Bonušova celoživotní činnost usilující o šíření taneční výchovy mezi děti školního věku vyústila v 60. letech, kdy založil a vedl dětský taneční soubor Jaro při Základní škole v Radotíně. Soubor fungoval až do 70. let a poté jeho činnost roku 1990 opět obnovila jeho dcera Živana Vajsarová. Prof. František Bonuš se taktéž věnoval práci organizátorské i metodické a tématu o rozšíření taneční výchovy školní mládeže věnoval hned několik metodických prací. Mezi nejznámější patří devítidílný soubor publikací *Dítě a tanec* (České Budějovice, 1971-1976). Spolupracoval na vydání díla J. Vycpálka *České tance* (1953) a publikoval studie zaměřené na lidový, historický i společenský tanec, učební texty a články v odborných časopisech. Pomáhal rovněž při zakládání Československého státního souboru písní a tanců, kde následně působil jako člen umělecké rady, odborný poradce, režisér nebo choreograf a značně se tak podílel na tvorbě jeho repertoáru. Dále vedl taneční oddělení Armádního uměleckého souboru Zdeňka Nejedlého. V letech 1976-1977 komponoval také choreografie pro Kühnův dětský pěvecký sbor a spolupracoval s pražským Národním divadlem na inscenaci Mahenova *Jánošíka*. Prof. František Bonuš se podílel na realizaci řady folklorních festivalů. Byl spoluautorem mnoha pořadů prezentovaných na Mezinárodním folklorním festivalu ve Strážnici (*Z Beskyd na obě strany – 1958, Mezi dvěma slunovraty – 1959, Ej, hora, hora – 1961*). Jeho účast nechyběla ani na folklorních festivalech v Rožnově pod Radhoštěm, Dolní Lomné, Červeném Kostelci a v Lázních Bělohrad. Spolupracoval též na tvorbě televizních pořadů: *Na zelené lúce* a *Dětské jaro* (1955-1956). Pro Československou akademii věd dokumentoval lidové taneční projevy v rámci Strážnických slavností a v různých oblastech Čech, Moravy a Slovenska. Byl scenáristou a režisérem filmu *Lidová píseň, hudba a tance z Horních a Dolních Kysúc* a podílel se coby odborný poradce na tvorbě četných krátkých filmů. Počátkem 90. let se jako etnochoreolog účastnil mnoha zahraničních konferencí.¹⁹

¹⁹ NĚMCOVÁ, Karolína. *Pohybová průprava pro předškolní věk tanečního souboru Jaro*. Marie Fričová; Eva Vlčková. Praha, 2020. 53 stran, s. 11-13

Pan prof. František Bonuš představoval po celý svůj život velmi charismatickou a tvůrčí osobnost. Během své velmi dlouhé aktivní práce dokázal kolem sebe soustředit a nadchnout nespočet lidí a vnuknout jim společnou oblibu a lásku k lidovému umění, kultuře a především tanci. Má obrovský podíl na tom, že se lidové hudební i taneční umění, choreograficky upravené pro jevištní zpracování dostalo do povědomí široké veřejnosti. Jeho vědecký přínos je naprosto obdivuhodný, specifický a nezaměnitelný. Prof. František Bonuš zemřel 16. dubna 1999 v Praze v nedožitých osmdesáti letech. Ačkoli hudební nástroje v jeho ruce navždy dohrály a nohy docifrovaly, jeho celoživotní dílo a tvorba ponese jeho odkaz i nadále.



4. prof. František Bonuš



5. prof. František Bonuš

2. 3. MgA. Živana Vajsarová

Živana Vajsarová se narodila do taneční rodiny a byla tak již od svého dětství vedena k tanečnímu i hudebnímu umění. Od útlého dětství sama působila v dětském tanečním souboru Jaro, jež tehdy vedl její otec prof. František Bonuš. V patnácti letech začala navštěvovat taneční hodiny pod vedením *Jarmily Jeřábkové*²⁰ a stala se tak i členkou její tanečné skupiny, která se zaměřovala na moderní tanec. Dále své taneční vzdělání rozvíjela pod vedením *Evy Blažíčkové*²¹ ve Studiu komorního tance a následně také při studiu na pražské katedře HAMU se zaměřením na pedagogiku tance a taneční teorii. Účastnila se mnohých kurzů, které ji neustále obohacovaly a posouvaly. Po absolvování studia na Akademii múzických umění v Praze se začala věnovat pedagogické praxi v tanečním studiu Jarmily Jeřábkové. Později také působila v lidové škole umění v Radotíně. Pedagogické zkušenosti získala i mnoholetým působením na taneční konzervatoři *Duncan Centre* v Praze. Jako pedagožka a choreografka působí nejen v České republice, ale také v zahraničí. Řadu seminářů vedla například v Německu, Japonsku či Finsku. V dnešní době je Živana Vajsarová uměleckou vedoucí, choreografkou a pedagožkou v tanečním souboru Jaro, souběžně vyučuje na Základní umělecké škole Štefánikova v Praze 5 a hostuje na katedře tance pražské HAMU.²²

Již od útlého věku asistovala svému otci na mnoha folklorních seminářích doma i v zahraničí. Velkou zálibu našla již v dětství ve tvorbě, které se s oblibou věnuje dodnes. V Německu vyučovala na několika tanečních školách a vedla zde i řadu seminářů. Velmi důležité je rovněž zmínit její spolupráci s Kühnovým dětským sborem, pro který vytvořila nejprve se svým otcem a následně samostatně mnoho choreografií. Za více než dvacet let spolupráce vznikla řada projektů, které propojovaly hudební složku-zpěv a taneční složku-taneční projev dětí.

²⁰ JERÁBKOVÁ, Jarmila (8. 3. 1912-21. 3. 1989); byla tanečnice, choreografka, pedagožka, žákyně Isadory Duncan. Velký význam přisuzovala hudební složce. K hudbě přistupovala jako k inspiračnímu zdroji. Pohyb považovala za prostředek k utváření všestranně rozvinuté a harmonické osobnosti.

²¹ BLAŽÍČKOVÁ, Eva (*4. 10. 1943); tanečnice, choreografka, pedagožka, žákyně Jarmily Jeřábkové. Ve své tvorbě rozvíjela český duncanismus jako specifickou větev výrazového tance.

²² NĚMCOVÁ, Karolína. *Pohybová průprava pro předškolní věk tanečního souboru Jaro*. Marie Fričová; Eva Vlčková. Praha, 2020. 53 stran, s. 14-15

MgA. Živana Vajsarová je vynikající česká taneční pedagožka, uznávaná nejen doma, ale i v zahraničí. Ve své pedagogické praxi využívá veškeré získané poznatky a propojuje tak folklorní tradice s novodobým tancem. Obdržela řadu ocenění od Folklorního sdružení ČR, například „Za citlivé rozvíjení folklorního dědictví“, „Za aktivní práci při rozvoji tradiční lidové kultury a folkloru“ nebo „Za přínosné pedagogické vedení dětí“.



6. MgA. Živana Vajsarová

2. 4. ZUŠ Štefánikova

Jak sem již zmínila, veškerá činnost souboru Jaro se po roce 1989 přesunula na Prahu 5, do sídla Základní umělecké školy Štefánikova. Ta nabízí svým žákům výběr hned ze tří oborů: hudební, výtvarný a taneční.

Hudební obor, který se dělí na zaměření: smyčcových nástrojů (housle, viola, violoncello, kontrabas), dechových nástrojů (zobcová flétna, příčná flétna, klarinet, saxofon, fagot, hoboj, trubka, pozoun, lesní roh), klávesových nástrojů (klavír, jazzová interpretace, akordeon), kytarových nástrojů (kytara, elektrická kytara, basová kytara), bicích nástrojů, zpěvu (sólový zpěv, sborový zpěv, populární zpěv) a teorie (přípravná hudební výchova a hudební nauka). Výuka v hudebním oboru je rozdělena do dvou základních etap. První etapou je přípravné studium, které je

určeno pro žáky ve věku 5-6 let a je zaměřeno ke hře na nástroj nebo sólový či sborový zpěv. Na toto studium následně dle volby žáka navazuje studium hry na určitý nástroj nebo zpěv různého zaměření.

„Velký význam hudby pro současného člověka se odráží v počtu jednotlivých zaměření hudebního oboru. Na naší škole nabízíme výuku ve hře na smyčcové a dechové nástroje, hru na klavír, kytaru a akordeon, sólový i sborový zpěv, komorní, souborovou a orchestrální hru. V rámci oddělení jazzu, rocku a popu vyučujeme hru na klavír, elektrickou kytaru, baskytaru, bicí a saxofon a také populární zpěv a skladbu.“²³

Druhým oborem, který si žáci mohou vybrat je obor výtvarný. Ten se člení na několik zaměření: přípravná výtvarná výchova, všeobecná výtvarná tvorba, klasická a nová média nebo výtvarná tvorba cestou historie. V rámci studia připravuje tento obor své žáky na střední, vyšší odborné a vysoké výtvarné školy. Mnoho absolventů si následně volí například studium designu, grafického designu, architektury či scénografie.

„Tento obor nabízí vedle tradičních druhů výtvarného umění také moderní směry a techniky využívající digitální technologie a nová média. Malba, kresba či keramika, stejně jako počítačová grafika, animace nebo digitální fotografie. Klasické i nové se u nás tvůrčím způsobem ovlivňuje a vytváří podnětné prostředí pro rozvoj kreativní a esteticky vnímavé osobnosti.“²⁴

2. 4. 1. Taneční obor

Třetím a posledním je obor taneční, který nás v rámci mé práce zajímá nejvíce. Pedagožkou tohoto oboru je umělecká vedoucí a choreografka tanečního souboru Jaro MgA. Živana Vajsarová, která se pedagogické činnosti věnuje již řadu let. Koncepce studia je postavena na propojování současného a lidového tance. Výuka

²³ Základní umělecká škola Štefánikova 19, Praha 5: Hudebka. www.zusart.cz[online]. [cit. 2022-01-17]. Dostupné z: <https://www.zusart.cz/hudebka/>

²⁴ Základní umělecká škola Štefánikova 19, Praha 5: Výtvarka. www.zusart.cz[online]. [cit. 2022-01-17]. Dostupné z: <https://www.zusart.cz/vytvarka/>

zahrnuje rovněž taneční improvizaci a zpěv. Do tanečního oboru jsou přijímané děti od 5-6 let, tedy v předškolním věku. Nejprve začínají přípravným studiem *hudebně-pohybové průpravy*, kterému jsem se podrobněji věnovala ve své bakalářské práci *Pohybová průprava pro předškolní věk tanečního souboru Jaro*, 2020. V rámci těchto hodin si děti zábavnou formou (průpravná cvičení s danou motivací, taneční a pohybové hry) osvojují správné držení těla, rozvíjí svou vnitřní představivost i citlivost a učí se přirozenému pohybu.

„Vyučovací předmět Hudebně-pohybová průprava je realizován ve skupině max. 20 žáků. Cílem je kultivovat přirozený dětský projev formou pohybových her (umělých i lidových) a formou malých cvičení (bez náčiní i s náčiním). Hudebně-pohybová průprava směřuje hned od začátku ke správnému držení těla, k vnitřní představivosti a citlivosti a také k hudebnímu cítění. Nedílnou součástí výuky je zpěv.“²⁵

Veškeré hodiny tanečního oboru jsou doprovázeny korepeticí (dle Ž. Vajsarové hudebním spolupracovníkem) MgA. Tomášem Pykalem. Živý hudební doprovod je podle Ž. Vajsarové jedna z nejdůležitějších složek. Díky poslechu se děti již od útlého věku naučí vnímat hudbu, uvědomovat si začátek, konec a vnímat zesilování, zeslabování i melodickou linku, která může stoupat nebo klesat.

Navazující studium je určeno dětem ve věku 7-14 let a jde o I. a II. stupeň základního studia. Svým studentům přibližuje především krásu a bohatství lidových tanců a písní, ale i lidovou kulturu jako takovou. Žáci stále pokračují v prohlubování a osvojování již zvládnutých dovedností. Učí se nové taneční prvky a tance, které jsou postupně zapojovány do rozsáhlejších kompozic. Cílem výuky je tanec pojatý jako vnitřní zpěv těla vyjádřený pohybem. V hodinách je mimo lidového tance kladen důraz také na základy současného i klasického tance. Studium vyšších ročníků již probíhá v úzkém propojení s tanečním souborem Jaro. Díky tomu se i studenti každoročně mohou účastnit mnoha vystoupení v Čechách, ale i v zahraničí. Hodinová dotace jsou 2-4 vyučovací hodiny týdně. Studium nabízí svým žákům výběr z několika předmětů:

²⁵Základní umělecká škola Štefánikova 19, Praha 5: Pohybová průprava. www.zusart.cz[online]. [cit. 2022-01-17]. Dostupné z: <https://www.zusart.cz/tanec/pohybova-pruprava/>

- **Lidový tanec:**

tento vyučovací předmět je v 1. a 2. ročníku I. stupně zaměřen na základy lidových tanců, tedy na nácvik jednoduchých tanečních forem, na elementární improvizaci a na zpěv. V následujících ročnících pak jde již o nácvik a prezentaci tanečních choreografií. Cílem je taneční vyjádření pojaté jako vnitřní zpěv vyjádřený pohybem, tedy tanec jako pojítko mezi myšlením tanečníka a jeho kultivovaným pohybem. V závislosti na realizovaném repertoáru může být ustavena speciální skupina pro chlapce, ve které je vzdělávání více zaměřeno na pohybové dovednosti „silového“ charakteru na chlapecké taneční hry.²⁶

- **Současný tanec:**

je v 1. a 2. ročníku zaměřen především na cvičení v nízkých polohách i s náčiním a na rozšiřování pohybové představivosti žáků. V následujících ročnících se stává podstatnou improvizací složka výuky, kde jde zpravidla o řešení určitého technického problému nebo námětu a o dotváření daného pohybu pohybem celého těla v prostoru.²⁷

- **Základy klasického tance:**

vyučovací předmět Základy klasického tance je zaměřen na elementární znalosti a dovednosti v oblasti klasické taneční techniky, které jsou jednou z podmínek stylově čisté interpretace jak lidového, tak historického tance.²⁸

- **Historický tanec:**

jde o tance z období gotiky, renesance, baroka i rokoka. Velmi vznešený a honosný charakter. Zařazujeme mezi ně ale i tance dvorské či lidové měšťanské. Tento předmět je organizován v delších periodách než týdenních.

²⁶ Základní umělecká škola Štefánikova 19, Praha 5: Lidový tanec. www.zusart.cz[online]. [cit. 2022-01-17]. Dostupné z: <https://www.zusart.cz/tanec/lidovy-tanec/>

²⁷ Základní umělecká škola Štefánikova 19, Praha 5: Současný tanec. www.zusart.cz[online]. [cit. 2022-01-17]. Dostupné z: <https://www.zusart.cz/tanec/lidovy-tanec/>

²⁸ Základní umělecká škola Štefánikova 19, Praha 5: Základy klasického tance. www.zusart.cz[online]. [cit. 2022-01-17]. Dostupné z: <https://www.zusart.cz/tanec/lidovy-tanec/>

Na základní umělecké škole Štefánikova probíhá přijímací řízení do tanečního oboru jednou ročně. Dříve se uskutečňovalo v září, v současné době však bývá termín vyhlášen ředitelem ZUŠ v červnu. Cílem přijímacího řízení je zjistit předpoklady dítěte pro daný obor. V rámci tanečního oboru probíhá zkouška formou různých úkolů, které jsou naprosto přiměřené věku žáka. Jak jsem již zmínila, děti jsou do tanečního oboru přijímány od 5 (dříve od 4 let) do 7 let. Během zkoušky jsou posuzovány mnohé pohybové aktivity, mezi kterými je zařazena například prostá chůze nebo běh. Posuzuje se pohybová způsobilost a důležité je také rozpoznání cítění rytmu dítěte. Součástí zkoušky je proto také například vytleskávání rytmu (opakování rytmických vazeb potleskem) a zpěv písně. Většina dětí, které se přijímacího řízení účastní mají základy získané již z mateřské školy. Při talentové zkoušce je mimo fyzických dispozic posuzována také psychická i sociální zralost dítěte.

2. 5. Lidový tanec

Lidový tanec představuje část národní taneční kultury, jejíž umělecké vyjádření vzniklo především mezi lidmi žijícími na venkově, kteří měli největší podíl na vývoji tanečního obsahu a formálních rysů. Lidový tanec obsahuje specifický styl, charakter, techniku i interpretaci. V rámci vývoje lidové kultury, představují lidové tance smíšené pohyby a hudební, dramatické i slovní prvky. Obsah, forma a stylistické funkce lidového tance byly závislé na časovém období a prostředí, ze kterého vznikly místní, regionální či národní tradice a rovněž na psychickém a emocionálním charakteru tanečníků. V historickém vývoji lidové kultury hrál lidový tanec velice podstatnou roli. Byl nedílnou součástí rodinných tradic, důležitou součástí sociálního života a formou kreativního aspektu kultury prostřednictvím pohybu. Lidové písničky a tance byly ústně šířeny vždy z jedné generace na další. Starší lidová umění vycházela z jejich funkčního vztahu k materiálnímu a duchovnímu světu lidí. Proto právě nejstarší tance mají zcela slavnostní rys a jsou úzce spjaty s cyklem každodenního života v kalendářním roce. Kvůli vývoji společnosti a kultury je funkce lidového tance měněna následujícími generacemi. Tance ztrácejí jejich propojení s pověrou i kouzlem a začaly odrážet především lidské emoce a společenské interakce. Jejich vztah k určitým lidovým rituálům nezmizel, ale jejich záměr se změnil. Například tance na svatbách zdůrazňují důležité momenty, ale lidé už nevěří v sílu tohoto rituálu. Lidová hudba a tance jsou spojeny se specifickými zeměpisnými, ekonomickými, sociálními a

etnografickými podmínkami, což má za následek stylistické rysy a zejména hudebně-taneční dialekty, podle kterých můžeme dělit druhy lidových tanců do několika regionů. Je důležité je rozeznat, jelikož je spousta stylů představující nejen České, Moravské nebo Slovenské tance, ale i oblastní a podoblastní specifika provedení tance. Lidový tanec je uměleckým fenoménem, pod nímž je poměrně jednoduchá struktura a tou jsou umělecké obrazy úžasných emocí a výrazná i estetická hloubka. Účel vzdělávání lidového tance je umožnit tanečníkům prožít veškeré tyto hodnoty.²⁹ Můžeme říct, že právě v lidovém tanci je zhmotněna atmosféra historických dob a prostředí, ve kterých vznikala. V naší společnosti sehrával dříve lidový tanec trojí úlohu. Stával se neoddělitelným hudebně pohybovým a tanečně dramatickým projevem při jakýchkoli výročních i rodinných zvycích. Zároveň se stal důležitou složkou společenského života. V neposlední řadě tvořil také důležitou funkci zábavy.

Mezi lidové tance zařazujeme tance ze selského, městského i dělnického prostředí, zahrnujeme sem ale rovněž tance cechovní. Veškeré taneční projevy se však vzájemně prolínaly i ovlivňovaly a vznikají tak různé varianty a taneční formy. Tance můžeme dělit podle společenských znaků, například podle pohlaví na mužské a ženské tance. Dále podle počtu tanečníků na tance sólové, párové, trojicové nebo skupinové. Dle prostorového utváření můžeme tance členit na kolové, řetězové, řadové, čtverylky, točivé na místě i z místa. Jednotlivé tance nesou také různé funkce, nejvíce pak funkci obřadní a společensko-zábavní. Z pohledu vazby na hudební doprovod můžeme lidové tance dělit na tance s pevnou, polopevnou nebo volnou vazbou na hudební doprovod.

Jak jsem již zmínila, lidové tance představují část národní taneční kultury, vznikaly popudem lidu, a to jak na vesnicích (selské tance), tak i ve městech (např. cechovní, dělnické tance). Veškeré pohybové projevy vycházely z přirozeného nadání slovanského lidu. Tance byly takzvaně předávány z generace na generaci a nešlo tedy o žádnou specifickou výuku. Většinu tanečních kroků si lidé osvojovaly

²⁹ NĚMCOVÁ, Karolína. *Pohybová průprava pro předškolní věk tanečního souboru Jaro*. Marie Fričová; Eva Vlčková. Praha, 2020. 53 stran, s. 16: přeloženo z: BONUŠ, František. *The Golden gate is open: 10 beginning of folk dances from the Czech and Slovak Republics for children and adults with DVD and CD. Volume I*. Editor Edward JP O'Connor; Překladatel Inka Vostřezová. 1. vyd. Pinnacle: Edward J.P. O'Connor, 2012. ix, 92 s.: ISBN 978-0-578-10552-9 (brož.) DVD, CD., s. 1-2

při sešlostech a slavnostech pomocí napodobování. Jakákoli slovní či hudební změna napomohla vzniku taneční obměny a jiná slova písně mohly dát tanci i nové jméno. Postupem času tak z jednoho tance vznikaly další. Vzhledem k tomu, že tance nebyly zapisovány si mnohdy tanečník či zpěvák verzi upravil podle svého nadání a cítění. Použil, co si z „původní verze“ zapamatoval a zapomenuté nahrazoval vlastním projevem.

Na mnoha místech můžeme naleznout sobě podobné tance, které však vždy nesou charakter daného regionu. Českou republiku můžeme rozdělit na několik oblastí, které se dále člení na menší podoblasti. Každý kraj představuje odlišný způsob života a obživu lidí, který je úzce spjat s kulturou dané oblasti. Prostředí, podnebí, pracovní příležitosti i oděv velkým způsobem ovlivňovaly způsob tance a provedení i charakter jednotlivých kroků.



7. Studenti ZUŠ Štefánikova

„K lidovému tanci je nutno přistupovat jako k osobitému uměleckému projevu, podmíněnému životem jeho nositelů. Důležité je studium prostředí, kde se zrodil, jak jej tančila starší generace, jak jej tančí mladší generace a děti, poznání tance v celém běhu lidského života včetně proměn obsahových, tvarových, technických, dále studium jeho funkce v životě, spojitost s hudbou (na obě složky se díváme jako jeden celek). Je důležité vědět, jak se k tanci hrálo, v čem spočívala melodická, rytmická či harmonická osobitost hudby. Je to komplex poznání, jak tanec správně interpretovat, jak jej po stránce vědecké začlenit do komplexu

*lidového umění a také do taneční kultury na půdě domácí, evropské a světové. Pokládám za důležité pro činnost badatelskou a mou speciálně převést toto poznání do taneční praxe, uvést je znovu do života, přistupovat k tanci z hlediska metodicko – didaktického a pedagogické praxe vůbec. Etnochoreologické zhodnocení je nutné nejen pro vlastní vědeckou práci, ale proto, abychom tanec dovedli předat dál, aby si interpreti z jiného prostředí, než tanec vznikl, uvědomili, co tančí, proč a jak to mají tančit. Každý tanec má kromě své funkce ještě latentní, vnitřní choreografii. Chceme-li s ním dál scénicky pracovat, je třeba ji poznat, studovat a uplatnit.*³⁰

2. 5. 1. Dětský folklór

*„Již od doby Jana Amose Komenského je v české výchovné tradici snaha uplatňovat dětské lidové hry se zpěvem, říkadla s pohybem a lidové zvyky. Z historického hlediska je také naprosto zřejmé, že zpěv, pohyb i hudba jsou provázány s vrozenými emocemi člověka a byly již dříve součástí každodenního života lidí.*³¹

Dětský folklór zahrnuje širokou oblast hudební, pohybové, herní, taneční a slovesné tvorby. Jeho nositeli, tvůrci, spolutvůrci i interprety jsou děti ve věku od 3 do 15. let. Mohou to být ale i mnohem mladší děti, které poslouchají ukolébavky, pohádky, písničky i říkadla a stávají se tedy příjemci širokého folklóru. Dětský folklór vznikl všude, kde si spolu děti hrály a bavily se. Byl ale také propojován s povinnostmi. Například když děti pomáhaly s hospodářstvím, s domácími pracemi nebo s péčí o mladší sourozence. U veškerých těchto aktivit byly děti obkloповány lidovými popěvkami a říkadly. Umělecká tvorba tohoto charakteru ovlivňovala jejich život i výchovu. Dětský folklór se prolíná a přejímá podněty i motivy z lidové kultury dospělých. Ty jsou však upravovány pro dětské chápání a prostředí. Pozměňuje se jejich funkce i obsah a tím pádem i pohybová, taneční a tanečně – dramatická náplň. Jedním z hlavních rysů dětského folklóru je jeho interpretačně výrazová stránka, tedy osobitá dětská interpretace a výrazový rejstřík, který se liší podle věku dětí, které tančí, zpívají či recitují. Důležitou roli v dětském folklóru sehrává také propojování hudby, slova, herních, tanečních a

³⁰ BONUŠ, František při oslavě svých sedmdesátin, 1989, kronika souboru Jaro

³¹ KULHÁNKOVÁ, Eva. (2010). *Hudebně pohybová výchova*. 3. vyd. Praha: Portál. 136 s. ISBN 978-80-7367-730-5.

dramatických motivů. Významným znakem je také fakt, že se zde propojuje výchovná a praktická funkce společně s uměním. Rozlišujeme především dvě prolínající se vrstvy dětského folklóru:

- *Folklór pro děti* – tvorba dospělých, je vytvořena pro děti, zahrnuje například hry s batolaty a ukolébavky, ale i říkadla (např. Vařila myšička kašičku)
- *Folklór dětí* – tvorba dětí, zahrnuje především říkanky, písně a hry

Do dětského folklóru můžeme zařadit:

- *Dětská říkadla* – zastupují nejrozšířenější druh dětského folklóru, jde o krátké veršované útvary
- *Ukolébavky* – napomáhaly konejšit nejmenší děti, často zněly nad dětskou kolébkou
- *Hádanky* – dříve sloužily jako zábava pro dospělé, kteří se touto formou bavily na zábavách i přátelských sešlostech. Děti si je naposlouchaly a dle svého dále přetvářely nebo pro své pobavení vymýšlely nové
- *Vyprávění* – v minulosti obsahovalo dětské vyprávění řadu pohádek, pověstí i legend, které děti opět odposlouchávaly od dospělých
- *Dětské hry* – zahrnují veškeré dětské činnosti, u kterých se bavily. Jsou považovány za významný prostředek duchovní, rozumové, tělesné, estetické i mravní výchovy dítěte
- *Dětské písně* – dětských písní, jako takových není moc a většina z nich vychází z říkadel, která mají rytmičko – melodickou linku. Mnoho písní a popěveků doprovází dětské hry a děti tak během nich rozvíjí své rytmičko – pohybové cítění
- *Dětské taneční hry* – jde o hudebně taneční projevy, které v sobě obsahují prvky hry nebo hru samotnou. Právě taneční hry doprovázel zpěv písní nebo odříkávání rýmovaného textu
- *Dětské hudební nástroje* – hovoříme o zmenšeninách či napodobeninách autentických hudebních nástrojů, které používají pouze děti. Nástroje si děti často vyráběly samy, dále pak také otcové a dědečkové
- *Dětský oděv*

Pomocí těchto aktivit si děti dříve zpříjemňovaly své dny. Zároveň se skrze ně učily naprosto přirozenou formou například řeč, vnímání rytmu a melodie. Stejně jako folklór dospělých i se ten dětský vyznačuje mnoha dalšími funkcemi: například

zábavnou, kontakto­vou, estetickou, identifikační nebo integrační. Právě zábavná funkce zapříčiňuje, že se dětské folklorní skladby, zejména hry a písně neustále realizují. Právě dětským folklórem se během svého života zabýval folklorista a etnograf František Bartoš, který mimo jiné vydal sbírku, zabývající se dětským folklórem na Moravě, nazvanou *Naše děti*, 1888.

„Lidový tanec svými formálními rysy – svou vnější i vnitřní stavbou – je jednoduchým uměleckým jevem. Jeho prostá forma však v sobě skrývá umělecké obrazy úžasné citové, výrazové a estetické hloubky. Pochopit tuto v jádru jednoduchou formu, rozpoznat její estetické, etické a obsahové hodnoty a v souvislosti s nimi i zákonitosti technicko – výrazové – to je hlavním úkolem a posláním taneční výchovy v oblasti lidového tance. Z nich pak vycházíme i při stanovení požadavků pro znalosti základů lidových tanců – základů teoretických a především praktických.³²

³² BONUS, František. *Lidové tance: (výbor lidových tanců z Čech, Moravy a Slezska)*. Ilustrátor Miroslava Jakešová. Strážnice: Ústav lidové kultury, 1996, c1995. 191 s.:. ISBN 80-238-0362-X (v knize neuvedeno: brož.), s. 16

3. Metodické přístupy a východiska MgA. Živany Vajsarové

V kapitole vycházím především z náslechnů hodin, konzultací a rozhovorů s paní MgA. Živanou Vajsarovou.

Jak jsem již v předchozí kapitole zmínila, výuka tanečního oboru je na ZUŠ Štefánikova rozdělena podle věku žáků do několika ročníků. Prvotní výuka neboli pohybová průprava probíhá jednou týdně zatímco navazující ročníky mají výuku 2x týdně a tvoří celkem tří hodinovou dotaci. Během celého školního roku se koná také řada soustředění, na kterých se žáci připravují na plánovaná představení, vystoupení, přehlídky a soutěže. Dle MgA. Živany Vajsarové sehrávají soustředění mimo vzdělávací úlohu také velmi kladnou roli v ohledu socializace a sžívání všech žáků. Díky tomu, že spolu tanečníci tráví čas navíc při aktivitách, které je spojují, vznikají mezi nimi hluboké vztahové vazby. Budují tzv. taneční rodinu a mnohdy jsou to právě potomci stávajících členů souboru Jaro, kteří začínají navštěvovat první ročníky na ZUŠ Štefánikova. Vybudovaný vztah k lidovému umění je tak předáván z generace na generaci.

V případě, že je dětí v daném ročníku méně je možné jednotlivé skupiny slučovat. Tento způsob však platí i v opačném případě. Například když danou skupinu navštěvuje více než pět chlapců, jsou děti rozděleny na dívčí a chlapeckou třídu. Vzniká tak více prostoru na individuální práci s chlapeckým projevem, který je v lidovém tanci velmi důležitý. MgA. Živana Vajsarová si pro své pedagogické působení na ZUŠ Štefánikova vypracovala vlastní metodiku, podle které v hodinách postupuje. Díky tomu vzniká ucelená struktura vzdělávání, která vychází z přirozených předpokladů daných věkových kategorií. Z náslechnů hodin, kterých jsem se na ZUŠ Štefánikova zúčastnila je zřejmé, že je struktura lekcí u všech skupin velmi podobná a dělí se do tří bloků: A, B, C:

- A) První a úvodní část hodiny slouží dle Živany Vajsarové ke koncentraci žáků k následujícím činnostem a k naladění studentů na vnímání celé skupiny. V této části je často zapojená například chůze, běh či poskočný krok. Zvolená činnost je vždy nastíněna vhodnou motivací, která je přiměřena dané věkové kategorii.
- B) Druhá část je zaměřena na propracování těla v přízemních polohách pomocí cvičení, která vycházejí z taneční průpravy, ve kterých Ž. Vajsarová vychází

především z Duncan techniky, kterou si osvojila při svém studiu u Jarmily Jeřábkové. V kombinacích mohou být především v mladším věku zapojovány také různé taneční rekvizity: šátky, míčky, kroužky. Tato část však může u starších skupin zahrnovat také nácvik jednotlivých tanečních kroků, které následně využijí v konkrétním tanci.

- C) Poslední část se u daných věkových kategorií liší nejvíce, jelikož pružně reaguje na potřeby konkrétní skupiny tanečníků. U mladších žáků je v této části zařazena některá z pohybových her (umělých i lidových), ve které se učí vnímat sami sebe, druhé i prostor. Zároveň je skrze ně hravou formou rozvíjen taneční projev. Starší studenti v této části pracují na jednotlivých choreografiích, charakteru daných kroků i zpěvu. Součástí výuky je také taneční improvizace. Samotný závěr hodiny vždy probíhá v podobném duchu jako úvod.

3. 1. Základní využívané taneční kroky a tance

3. 1. 1. Chůze

V lidovém tanci je chůze základním prvkem, který se vyskytuje v každé oblasti, a právě proto jí je ve výuce věnována velká pozornost. Chůze může být prováděna jak ve 2/4, tak i ve 3/4 taktu vpřed, vzad i stranou. Při výuce dětí je vhodné chůzi propojovat se zpěvem, jelikož se tak žáci lépe učí vnímání rytmu i tanečnosti. Po správném osvojení provádění chůze vpřed propojené s hudebním doprovodem a zpěvem je propojována s pérováním, tlesky či podupy. Chůze zároveň děti učí vnímat prostor, je možné ji tedy využít na procvičení řady, kruhu, zástupu, hadu, dvojic, brániček i dalších formací. Bez ohledu na region se taneční chůze vždy provádí měkkým našlapováním na celé chodidlo. Často je zdůrazňováno zhoupnutí od paty ke špičce neboli našlapování přes patu (při chůzi vzad našlapujeme obráceně – tedy přes přední část chodidla). Rozeznáváme odlišné způsoby chůze:

- Hladká chůze – přirozená chůze, která se podřizuje hudebnímu doprovodu či rytmu
- Houpaná chůze – při každém kroku dochází ke zhoupnutí v koleni a kotníku
- Natřásaná chůze – při každém kroku dochází ke dvojitému zhoupnutí

U nižších ročníků je vhodné začínat chůzí hladkou a následně po seznámení s pérováním na místě zařazujeme také chůzi houpanou. Dvojitě natřásání je pro malé děti ještě obtížné.

3. 1. 2. Běh

Běh je možné rovněž provádět ve 2/4 i 3/4 taktu a nejčastěji se s ním můžeme setkat v zátočkách za lokty či změnách formace. Vychází z hladké chůze a skládá se z přeskoků z nohy na nohu. Dle intenzivnosti jeho provedení můžeme dělit na:

- Poklus
- Klus
- Běh

U nižších ročníků je běh v provádění na hudbu velice obtížný, žáci si často v tanci přirozeně nahradí například dvojposkočným krokem.

3. 1. 3. Přísunný krok

Přísunný krok je možné provádět vpřed, stranou i vzad. Základem je krok a přísun do daného směru, jedna noha vykročí a ta druhá se přisune do stoje spojitě. Slouží jako průpravný krok pro cval a polku. S přísunným krokem se můžeme setkat ve všech regionech Čech, Moravy i Slezska a jeho způsob provedení se může lišit:

- Hladce – bez pérování, v mírném podřepu
- Dupavě či houpavě – při kroku i přísunu pérování nebo přidupnutí
- Natřásaně – dvojitě zapérování při kroku i přísunu

3. 1. 4. Cval – kvapík

Cvak neboli kvapík vychází z přísunného kroku, ale je ve svižnějším tempu. Přísun se zde mění na hmit výponmo až skok. Cval je také velmi důležitým průpravným prvkem pro polku. Můžeme jej provádět všemi směry, pro první nácvik je však nejvhodnější cval stranou. Při výuce cvalu dbáme na spojení obou

nohou při hmitu či skoku. Cval se nejčastěji provádí ve 2/4 taktu, můžeme se ale setkat také s variantou na takt 3/4.

3. 1. 5. Polka – přeměnný krok

Polka je náš nejznámější národní tanec. Po svém vzniku se polka velmi rychle rozšířila i za naše hranice, kde získal obrovskou popularitu (např. v roce 1840 ve Vídni). Ve všech oblastech naší republiky se můžeme stejně jako s ostatními kroky setkat s různými druhy polek. Polka se tančí na 2/4 takt a tanců ve kterých se vyskytuje je opravdu velké množství. Můžeme ji rozdělit do několika základních skupin:

- Polka hladká – náklonem trupu nad kročnou nohu a lehkým přidupnutím zdůrazňujeme první dobu, základem je hladce provedený polkový krok s dvojitým pérováním
- Polka poskočná – stejné provedení jako u polky hladké s rozdílem, že se ve druhé době objevuje mírný poskok/naskočení
- Polka vyšlapávaná – provádí se s malým pérováním v kolenou a kotnících – kročně s výraznějším nátřesem při druhé době a posunem paty ve směru otáčení trupu
- Polka natřásaná – prováděna s nátřesy či poskoky na 1/8 taktu, a) tři nátřesy nebo poskoky, b) čtyři nátřesy nebo poskoky
- Polka s dvoutaktovým motivem/dvojpolka – jde o ustálená kroková spojení, která obsahují polkový krok a pato – špičkové motivy, poskoky či holubce. Tato spojení jsou prováděna ve dvou taktech, proto je nazýváme polky s dvoutaktovým motivem.

Polka je pro děti velmi přirozeným krokem. Při nácviku volíme jako první polku stranou, která navazuje na již naučený cval. Do kombinací můžeme zařazovat také tlesky a podupy, které danou aktivitu obohatí. Ačkoli se provedení polek napříč oblastmi naší republiky liší, základ kroku je stejný. Konečné provedení tanečního kroku polky je podřízeno charakteru konkrétního regionu a může se lišit našlapováním, způsobem pérování nebo postavením těla.

3. 1. 6. Poskoky snožmo

Hovoříme-li o poskocích snožmo, v největší míře se jedná o poskoky ve dřepu, které jsou prováděny na pološpičkách. Můžeme je naléznout například v lidových tancích: *Cipovačka*, *Cibulenska*, *Na bobku*. Pro studenty jsou velmi prospěšné z hlediska posílení dolních končetin a zádočných i břišních svalů. Je důležité dbát na správné provedení, tedy: vzpřímený trup, kolena a paty u sebe, stehna a trup svírají pravý úhel.

3. 1. 7. Poskočný, dvojposkočný krok

Poskočný krok se skládá z pérovaného kroku a poskoku na téže noze. V provedení jde však o mírný pružně pérovaný skok a poskok, volná noha je v pokrčení přednožmo, asi 20 cm od země. Jeden poskočný krok je prováděn na jeden takt 2/4 taktu. Při pomalém tempu mohou být dva poskočné kroky provedeny na jeden takt a vzniká tak krok, který nazýváme **dvojposkočným krokem**. MgA. Živana Vajsařová zařazuje ve výuce jako první výuku kroku dvojposkočného, jelikož je pro děti jednodušší. Pro děti je tento krok naprosto přirozený a využívají ho například při „poskakování“ cestou ze školy. Při výuce se také osvědčil plynulý přechod z chůze. Vzhledem k tomu, že je dvojposkočný krok rychlejší, měl by být rytmicky pečlivě proveden.

3. 1. 8. Řezanka

Řezankou neboli řezankovým poskokem je naznačováno rázné rytmicky přesné řezání dřeva. Pohyby nohou jsou v mnoha případech dokreslovány pohyby paží. Tak jako u předešlých kroků můžeme i řezanku provádět jak ve 2/4, tak ve 3/4 taktu. Kroky mohou být prováděny na místě i z místa a je možné je prokládat podupy i tlesky. Řezanku rozdělujeme na:

- Jednoduchou – pravidelná výměna nohou ze stoje rozkročného PN vpřed do stoje rozkročného LN vpřed
- Dvojitou – základ provedení je stejný, ale po každé výměně přidáváme „mezivypérování“ s váhou těla na obou chodidlech

Řezankové kroky je možno provádět kročmo – sunem po zemi nebo skočmo – mírné nadnesení při výměně chodidel. Důležité je dbát na paralelní postavení obou chodidel a rovnoměrně rozloženou váhu těla mezi obě nohy.

3. 1. 9. Mazurka

Mazurka je tanec ve 3/4 taktu, který se k nám dostal z Polska a získal si velkou oblibu jak na celém území naší republiky. Pro mazurku je charakteristický akcent na první a třetí dobu. Vzhledem k výraznému rytmu tohoto tance, může být mazurka s použitím dupů a tlesků vhodná také jako rytmické a koordinační cvičení. Setkáváme se se třemi druhy mazurky:

- Mazurka na tři kroky – vhodná pro první nácvik, je nejjednodušší. Jde vlastně o tři hladké kroky, ve kterých každou první dobu zdůrazníme podřepem až přídupem, tančí se vpřed
- Mazurka na dva kroky – základ je stejný jako u mazurky na tři kroky, ale ve třetí době je poskok
- Mazurka na jeden krok – zahrnuje krok, přísun a poskok

Při nácviku mazurky je vhodné zařadit rytmická cvičení, která obsahují dupy a tlesky. Žáci si tak hravou formou osvojí vnímání 3/4 taktu, do kterého následně přeneseme samotné kroky.

3. 1. 10. Sousedská

Jde o tanec ve 3/4 taktu, velmi volného tempa, jehož hlavní uplatnění nalezneme v párových tancích. Základem je přísunný krok s důrazem na přízvuknou dobu. Rozeznáváme tři základní typy sousedské:

- Vyšlapávaná – je nejjednodušší, vychází z hladké houpané chůze a zahrnuje tři stejnoměrně vypérované kroky
- Hladká – skládá se ze dvou kroků a přísunu s dvojitým pérováním
- Přísunná – skládá se z kroku, přísunu a hmitu

Ačkoli jde o tanec velmi pomalého tempa je pro děti velmi obtížný. Než tedy dojde k samotné výuce je dobré dětem vysvětlit rozdíl mezi pomalým a rychlým

pohybem. Je vhodné mít za sebou také výuku mazurky, při které měly děti možnost rozeznat 3/4 takt od 2/4 taktu. Pro prvotní výuku je nejjednodušší začít sousedskou vyšlapávanou, u které dbáme na měkký pohyb v kolenou i kotnících a pravidelnost vázaného pohybu. Ačkoli většinu kroků lidového tance učíme nejprve rovně, sousedskou vyučujeme rovnou v natáčení (děti si pak nepletou, kterou nohu mají při vykračování použít).

3. 1. 11. Skočná

Tanec, jehož hudební doprovod je ustálený a známý výrazným rytmickým pohybem v osminových hodnotách a 2/4 taktu. Tanec má velmi skočný charakter. Rozdělujeme několik základních kroků skočné:

- Skočná – jde o přeskok z nohy na nohu, přičemž se v jeden moment objevují obě nohy ve vzduchu a při dopadu vytváří pomyslnou 4 (kročná noha je pokrčena v koleni, špička chodidla se zvedá co nejblíže k hýždím. Ve 2/4 taktu – na každou dobu jedna skočná
- Poskočná skočná – provedení je stejné s rozdílem, že na jedné noze 2x poskočíme – na dvě doby jedna poskočná skočná
- Seskočná skočná – 2/4 takt – na první dobu jedna skočná a na druhou dobu seskok na obě nohy. Můžeme provádět i opačným způsobem – začneme seskokem na první dobu a na druhou dobu provedeme skočnou
- Smrták – 2 způsoby – 2/4 takt – na první dobu seskočíme na obě nohy a na druhou dobu provedeme dvě skočné nebo v opačném případě na první dobu dvě skočné a na druhou dobu seskok na obě nohy³³

V rámci výuky na Základní umělecké škole Štefánikova jsou žáci pod vedením MgA. Živany Vajсарové rozvíjeni pomocí všech základních druhů tanečního umění. Ačkoli se studium tanečního oboru zaměřuje především na tanec lidový, studenti si osvojují také základy klasického i moderního tance. Ve výuce moderního tance vychází MgA. Živana Vajсарová z významného dědictví tanečního směru *Isadory Duncanové*, které do České republiky přinesla a osobitým způsobem rozvíjela

³³ Zpracováno z: VELÍNSKÁ, Eva a VURMOVÁ, Marie. *Metodika lidového tance pro děti od 6 - 9 let*. Praha, 1999. 105 s.

pedagožka, tanečnice a choreografka Jarmila Jeřábková, u které MgA. Živana Vajsarová sama studovala.

3. 2. Duncan technika

Tuto techniku vytvořila *Isadora Duncan*, vlastním jménem Dora Angela Duncan (26. 5. 1877- 14. 9. 1927), *americká tanečnice, choreografka, autorka autobiografie, scénáristka, je považována za jednu zakladatelek moderního tance*. Její osobitý taneční styl se uchytil zejména v evropském prostředí. Isadora Duncan vytvořila jedinečný styl vyjádření, který vytvořila na své vlastní filozofii, opírající se o nové tendence v moderním tanci. Vzepřela se předpokladům a omezením, jež nařizovala klasická taneční technika a chtěla znovu objevit přirozenou krásu pohybu lidského těla. Tanec chápala jako výraz volné mysli.

Jedním z hlavních principů této taneční techniky je volnost pohybu. Velký důraz je kladen na práci s těžištěm/středem těla. Tato oblast je prezentována jako „malá kulička mezi pupíkem a stydkou kostí“. Z centra těla se pak pohyb rozvíjí do periferních částí, a naopak periferie se soustřeďují do centra. V centru těla dochází ke komunikaci mezi vnitřním (tedy duševním světem tanečníka) a vnějším světem. Vědomá práce s centrem těla přináší nový charakter pohybu, provázání pohybu všech částí těla a působivost vznikající z intenzivního propojení. Mezi další aspekty, se kterými Duncan technika pracuje spadá dynamika, čas a prostor. *„Současná technika duncan = pracuje s pohybem respektujícím přírodní zákonitosti. Zaměřeno především na práci s těžištěm a obsah pohybu. Není tím myšleno příběhové, ale uvědomělé provedení, vědomí práce s prostorem, dynamikou a časem. Současnou Duncan techniku nedefinujeme pohybovými formami, nýbrž pohybovými principy, z nichž forma vzniká“* ³⁴ Do pohybového rejstříku zařadila nové nebo nově chápáné pohyby, které vznikaly například na základě švihového pohybu, torzí, impulsů a rotací. Duncan technika se od klasické taneční techniky liší nejvíce v používání spodních končetin. Zatímco v klasické taneční technice jsou to právě pozice a pohyby nohou, v Duncan technice dominují především pohyby paží, trupu a hlavy.

³⁴ Altart. *Altart* [online]. 2012 [cit. 2022-10-01]. Dostupné z: <http://www.altart.cz/events/dora-hostova-metoda-duncan/>

Jednou z nejvýznamnějších průkopnic této taneční techniky u nás byla *Jarmila Jeřábková*, která studovala na Rakouské škole v Klesshemu, vedené *Elisabethou Duncan* (sestra Isadory). Během svého studia si tak měla možnost osvojit pohybové principy a techniku, jež vytvořila I. Duncan. Ve 30. letech založila po jejím vzoru filozofie taneční školu. Zároveň se věnovala také umělecké tvůrčí činnosti se svou taneční skupinou. Jarmila Jeřábková je jednou z pedagožek, pod jejímž vedením se MgA. Živana Vajsarová vzdělávala. Není proto divu, že právě Duncan techniku, kterou si díky navštěvování lekcí pod jejím vedením osvojila nyní využívá jako jednu ze základních metod při své výuce.

Dědictví tanečního směru Isadory Duncan, jež je zařazeno v rámci průpravných cvičení všech věkových kategorií rozvíjí u studentů především práci s těžištěm, která je v lidovém tanci velmi důležitá. Jak jsem již zmínila, v lidovém tanci má každá oblast svůj vlastní, odlišný charakter a styl pohybu. Základem veškerých lidových tanců je především chůze a pérování, které je v každém regionu napříč Českou republikou i na Slovensku jiné. Práce s těžištěm učí žáky pracovat s různým napětím těla a skrze techniku se tak připravují k možnosti odlišování různých stylů a charakterů. Díky tomu, že děti již od útlého věku dokážou rozlišovat různá napětí těla, průběh pohybu a využívat výraz pohybu zvládnou také odlišovat různorodost kroků jednotlivých krajů.

3. 3. Výuka lidového tance

Studenti v hodinách procházejí mimo technická cvičení speciální výchovou, která umožňuje i stylové a výrazové zvládnutí vybraných lidových tanců. Při výuce všech skupin má dle Ž. Vajsarové vše svůj čas a na nic by se nemělo spěchat. Ve své pedagogické praxi nikdy nepracuje na efekt, ale do hloubky: „*Když se u studentů něco přeskochí, často se to později vymstí a špatně se to zpětně napravuje*“³⁵. Dále je důležité se všemi věkovými kategoriemi pracovat individuálním způsobem, stále hledat nové materiály a přemýšlet nad volbou zadání, která jsou v hodinách aplikována. Tanečních formy, které obsahují lidové taneční hry, chorovody, tance skočného charakteru, tance párové a trojicové, zaujímá velmi významné místo vokální lidová kultura. Objevuje se především jako předzpěv nebo zpěv v průběhu tanců či her. MgA. Živana Vajsarová se také snaží

³⁵ VAJSAROVÁ, Živana. Rozhovor 18. 4. 2020

v hodinách zařazovat taneční aktivity, které rozvíjí improvizální schopnosti studentů, a to jak u dětí, tak i dospělých. Taneční improvizace rozvíjí osobnost studentů, ale také jejich taneční a umělecké cítění. Většinou je tato složka zařazena ve druhé části hodiny. Z počátku jde o jednoduchý pohybový a taneční projev. Může jít o samostatné hravé činnosti, které jsou doprovázeny hudebním doprovodem. Postupem času se hravý projev mění na pohybovou a taneční improvizaci. Skrze improvizaci studenti prohlubují získanou pohybovou techniku, vztah k hudbě i prostoru, pracují na pohybových souhrách s ostatními žáky a budují harmonický a taneční pohyb. Při zařazení taneční improvizace je velmi důležitá trpělivost pedagoga a citlivý hudební doprovod.

Výběr učební látky v oboru lidového tance se zaměřuje na Čechy, Moravu – především Lašsko a v menší míře také na Slovensko. Prostřednictvím lidových tanců poznávají studenti charakteristické rysy a významné umělecké tradice různých krajů své vlasti. Jsou také seznamováni se zajímavými druhy povolání, z nich některé v dnešní době již zanikly (např. kovářství, mlynářství, ruční tkalcovství). Seznamují se s informacemi, jež vyvěrají z etnografického zázemí lidových tanců a nejsou pouze podnětným a zajímavým obohacením kulturního obzoru, ale také obrazně řečeno zlatým klíčem pro nalezení cestičky k domovu.

Jak jsem již zmínila, soubor Jaro se v minulosti účastnil řady festivalů v Čechách i v zahraničí. Mimo ty, kde soubor společně se studenty ZUŠ Štefánikova účinkoval, musím také zmínit semináře, kde lidový tanec vyučovali. Například v Japonsku, kde Jaro hostovalo hned několikrát, byl zájem o naši lidovou kulturu obrovský. Účastníci projevovali zájem nejen o osvojení tanečních forem jednotlivých tanců, ale měli také snahu proniknout do stylu tance a porozumění textu lidových písní. Jako konkrétní příklad uvádí MgA. Živana Vajsarová svou zkušenost z Hong Kongu, kde pro místní taneční soubory vytvářela choreografie (například typický český tanec Furiant). Bylo prý až dojemné, s jakou chutí a láskou se mladí hongkongští tanečníci tancům i zpěvu učili.

Přístup MgA. Živany Vajsarové je ve všech hodinách velice přirozený a milý. Je zřejmé, že je odborníkem ve své profesi a pro svou práci má abnormálně vyvinutý cit. Při práci se všemi věkovými kategoriemi využívá zajímavé připomínky i přirovnání, která jsou především ve výuce dětí velice přínosná. Zároveň je viditelná naprosto přirozená autorita, která se výrazně projevuje na kázni a disciplíně všech

studentů. Je neuvěřitelné, jak jsou při výuce i nejmenší žákyně koncentrované a jak zodpovědně ke všem aktivitám přistupují. Jak jsem již zmínila, studenti se od útlého věku (konkrétně 8, výjimečně 7 let) aktivně zapojují při vystoupeních souboru Jaro. Účastní se plánovaných představení, soutěží, přehlídek a festivalů u nás i v zahraničí. Právě tyto aktivity jsou pro studenty obrovským povzbuzením a motivací. Kromě školních vystoupení nebo účinkování na různých festivalech pořádá každoročně taneční soubor Jaro dvě velká představení v pražských divadlech. Největší zájem mají tradičně diváci o Vánoční představení, kde soubor společně se studenty ZUŠ Štefánikova představuje mimo pestré taneční choreografie také různé zvyky, vánoční písně a koledy. Nedílnou součástí v úspěchu veškerých představení tanečního souboru sehraává spoluúčinkování lidové hudby Karla Mezery – Muziky Jara. Dříve se na tvorbě programů a choreografií MgA. Živana Vajsarová podílela se svým otcem prof. Františkem Bonušem. V současné době čerpá materiály a náměty především z jeho zápisů a publikací. Pro představu níže uvádím několik tanců, které se ve výuce a následně na představeních souboru objevují.



8. Výuka lidového tance na ZUŠ Štefánikova

"Taneční průprava od Živany Vajsarové je něco, co mi dalo základ nejenom taneční, ale i takový výrazový do celého života. Díky tomuto jsem začal i zpívat,"
³⁶řekl David Dvorník, člen souboru Jaro.

³⁶ WILCZEK, David. *PRAHA TV vaše metropolitní televize: Taneční soubor Jaro slaví 35. výročí svého vzniku* [online]. Praha, 9. dubna 2018 [cit. 2022-01-05]. Dostupné z:

4. Příklad tanečních her pro žáky ve věku 5-13 let

Taneční a pohybové hry zařazuje MgA. Živana Vajsarová ve své výuce pravidelně, nejvíce však s dětmi předškolního věku a mladšího školního věku. Taneční a pohybové hry u studentů prohlubují rytmické cítění, přispívají ke kultivaci pohybu a zlepšují spolupráci žáků ve skupině. Zároveň během nich děti hravou a zábavnou formou procvičují již naučené taneční kroky či zpěv písní.

4. 1. Taneční hra Čížeček

Uvádím celé znění z Bonušovy knihy *The Golden Gate is Open*, jež jsem překládala do své bakalářské práce. Taneční hra Čížeček se řadí mezi kolové hry, pochází ze středních Čech a má své kořeny v zemědělství. Děti se ve hře „čížečka ptají“, jak se seje mák, jak roste, jak se pleje. Čížeček (tanečník ve středu kruhu) předvádí pohybovou figuru, kterou následně napodobují ostatní. Tato hra patří mezi nejpopulárnější slovanské hry, všude je představována stejným způsobem s drobnými obměnami. Hra může být tančena jak dívkami, tak chlapci a je vhodná již od předškolního věku.

Postavení:

- kruh, děti se drží za ruce, pohybují se vpravo v bok proti směru hodinových ručiček kolem dokola
- jedno dítě je ve středu kruhu, paže podél těla

Taneční kroky:

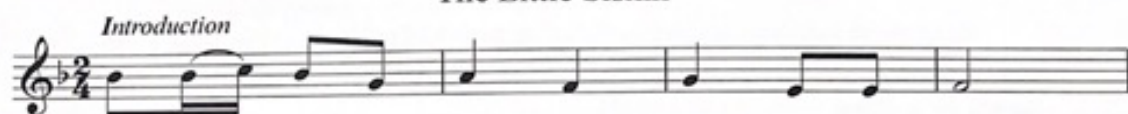
- chůze, přísunný krok, kroky stranou, dupy, poskočný krok
- znázornění setí, růstu, plení, kvetení máku, roztloukání makovic a jedení semínek máku

Děti si podají ruce a vytvoří kruh. Uprostřed stojí dítě, které představuje „čížečka“, ten dětem předvádí, jak mák roste, kvete, zraje. Ostatní děti jeho pohyby napodobují, přičemž se kolo pokaždé zastaví.

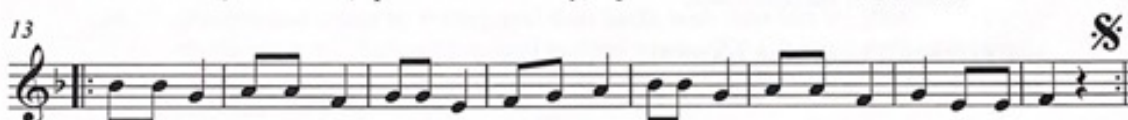
<https://prahatv.eu/zpravy/praha/praha/6995/tanecni-soubor-jaro-%20slavi-35-vyroci-sveho-vzniku>

I-1. Čížeček

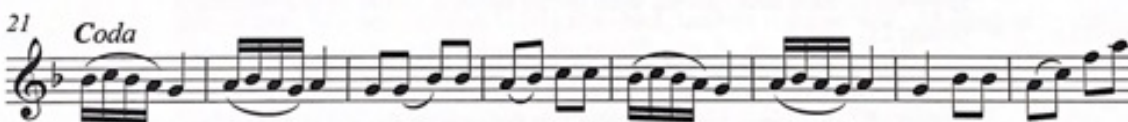
The Little Siskin



- | | |
|---|--|
| 1. Čí - žeč - ku, čí - žeč - ku, ptáč - ku ma - lič - ký, | po - věz nám čí - žeč - ku, jak se - jou mák. |
| 2. Čí - žeč - ku, čí - žeč - ku, ptáč - ku ma - lič - ký, | po - věz nám čí - žeč - ku, jak ros - te mák. |
| 3. Čí - žeč - ku, čí - žeč - ku, ptáč - ku ma - lič - ký, | po - věz nám čí - žeč - ku, jak ple - jou mák. |
| 4. Čí - žeč - ku, čí - žeč - ku, ptáč - ku ma - lič - ký, | po - věz nám čí - žeč - ku, jak kve - te mák. |
| 5. Čí - žeč - ku, čí - žeč - ku, ptáč - ku ma - lič - ký, | po - věz nám čí - žeč - ku, jak tlu - čou mák. |
| 6. Čí - žeč - ku, čí - žeč - ku, ptáč - ku ma - lič - ký, | po - věz nám čí - žeč - ku, jak je - dí mák. |



- | |
|---|
| 1. Aj tak tak se - jou mák, aj tak tak se - jou mák, aj tak tak se - jou mák, tak se - jou mák. |
| 2. Aj tak tak ros - te mák, aj tak tak ros - te mák, aj tak tak ros - te mák, tak ros - te mák. |
| 3. Aj tak tak ple - jou mák, aj tak tak ple - jou mák, aj tak tak ple - jou mák, tak ple - jou mák. |
| 4. Aj tak tak kve - te mák, aj tak tak kve - te mák, aj tak tak kve - te mák, tak kve - te mák. |
| 5. Aj tak tak tlu - čou mák, aj tak tak tlu - čou mák, aj tak tak tlu - čou mák, tak tlu - čou mák. |
| 6. Aj tak tak je - dí mák, aj tak tak je - dí mák, aj tak tak je - dí mák, tak je - dí mák. |



9. Notový zápis písně Čížeček

Verze, jež níže uvádím je koncipována pro jevištní výstup. Během výuky lze veškeré části zjednodušit a přizpůsobit konkrétnímu věku a schopnostem žáků. Zjednodušenou verzi taneční hry Čížeček uvádí například Eva Binderová ve své knize *České lidové tance*³⁷ nebo S. P. Orlov ve svém díle *Hry a písně dětí slovanských*³⁸. V obou verzích žáci pouze chodí po kruhu nebo libovolně po prostoru střídajíc napodobování daných pracovních úkonů. Při výuce je možné volit množství pohybových obměn a nechat studenty využít svou vlastní tvůrčí fantazii.

³⁷ BIDNEROVÁ, Eva a Miroslava JAKEŠOVÁ. *České lidové tance: pro I. až VIII. Ročník hudební a taneční školy*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1990. ISBN 80-04-23947-1, s. 44-45

³⁸ ORLO, S. P. *Hry a písně dětí slovanských*. Československá obec sokolská, 1928., s. 143-144

Popis tance:

1.–4. T Uvedení; bez akce

Část 1. Jak se seje mák

1.–8. T

- - *Čížeček*: Ve středu kruhu, začíná pravou nohou, 14 kroků po směru hodinových ručiček, dvakrát obejde skupinu ve středu kruhu v opačném směru. Na 8. takt se vrátí zpět na výchozí pozici, přisunem levé nohy k pravé na 2. dobu
- - *Skupina*: Začíná vpravo, 14 kroků proti směru hodinových ručiček kolem dokola. Kývání pažemi dopředu (na 1. dobu) a dozadu (na 2. dobu). Na 8. takt se zastaví čelem do kruhu přisunným krokem na 2. dobu

9.–14. T

- - *Čížeček*: Začíná vpravo, 12 kroků po směru hodinových ručiček, obejde jednou kolem dokola a vrátí se do středu, zatímco naznačuje, jak se seje mák. Na první krok vezme sukni nebo zástěru do levé paže, jako kdyby kolébal semínka (nebo jen drží levou ruku v bok, jako by držel košík), s pravou rukou sbírání semínek (na 1. dobu) a rozsévání semínek (na 2. dobu). Na 13.-14. T se vrací do výchozí pozice, přestává se točit a kráčí na místě, zatímco stále seje semínka.
- - *Skupina*: Čelem do středu kruhu, začínají doprava, 6 přisunných kroků (proti směru hodinových ručiček) – krok šikmo vpravo (na 1. dobu) přisun levé nohy (na 2. dobu). Pokračuje kývání pažemi

15.–16. T

- - *Čížeček*: Tři lehké dupy na místě; pravá, levá, pravá (na doby 1, 2, 1), zatímco vyklepává poslední semínka ze zástěry (sukně či košíku), pauza (na 2. dobu)
- - *Skupina*: Tři lehká dupnutí na místě; pravá, levá, pravá (na doby 1, 2, 1), pauza (na 2. dobu)

17.–24. T

- - *Čížeček*: Opakuje 9-16 T

- - *Skupina*: Opakuje čížečkovy kroky. Začínají vpravo, pustí se, samostatně kráčí 12 kroků po směru hodinových ručiček v malém kruhu a sejí semínka, následně se vracejí zpět do velkého kruhu čelem do středu. Na 23.-24. T tři dupy na místě; pravá, levá, pravá (na doby 1, 2, 1) zatímco vyklepávají semínka ze sukňe (zástěry či košíku), na 2. dobu se opět chytí za ruce

Část 2. Jak roste mák

1.-8. T = 1.-8. T 1. sloky

- *Čížeček a skupina*: Opakují 1-8 T. Na poslední takt si čížeček dřepne

9.-14. T

- - *Čížeček*: Ze dřepu pomalu vstává s lehkými pohyby paží, naznačujícími vlnění zezdola až nad hlavu, předvádí, jak rostlina vyrůstá
- - *Skupina*: Každý tanečník si dá ruce v bok a pohybuje se mírně dozadu přísunnými kroky stranou po dobu čtyř taktů (9.-12. T) pravá strana, přísun doleva, levá strana, přísun doprava. 13.-14. T stejné provedení přísunných kroků, začínají pravou nohou mírně vpřed, zpět do kruhu

15.-16. T

- - *Čížeček*: Třikrát tleskne nad hlavou (na doby 1, 2, 1), dřep na poslední 16.T (na 2. dobu)
- - *Skupina*: Tři dupy na místě; pravá, levá, pravá (na doby 1, 2, 1), dřep na 16. T (na 2. dobu)

17.-24. T

- *Čížeček a skupina*: Opakují kroky, jak roste mák. Na poslední takt zůstanou stát a chytí se za ruce

Část 3. Jak se pleje mák

1.-8. T = 1.-8. T 1. sloky

- *Čížeček a skupina*: Opakují kroky z 1. části, takty 1.-8

9.-14. T

- - *Čížeček*: Začíná vpravo, tři rychlé dupající kroky každý takt; pravá, levá, pravá, pauza (na doby 1, á 2, á nebo rychle, rychle, pomalu). Pokračuje střídáním nohou. Paže napodobují vytrhávání plevle, jednou obejde kruh po směru hodinových ručiček a vrátí se zpět do středu
- - *Skupina*: S pažemi v bok začínají vpravo, mírným pohybem dozadu po dobu čtyř taktů se třemi krátkými kroky, rychlé přísuny s dupy na každý takt; Pokračují střídáním nohou (9.-12. T). Stejně kroky vpřed na dva takty (13.-14. T)

15.-16. T

- - *Čížeček*: Na místě jedno dupnutí a jedno naznačení plení na každou dobu; pravá, levá, pravá (na doby 1, 2, 1) pauza, na poslední takt narovnaní (na 2. dobu)
- - *Skupina*: Tři dupnutí na místě (jeden na každý takt) pravá, levá, pravá (na doby 1, 2, 1), pauza na poslední dobu

17.-24. T

- - *Čížeček a skupina*: Opakují všechny kroky s pletím máku, každý tanečník obchází jednou dokola po směru hodinových ručiček v malém kruhu (na 17.-20. T) se třemi rychlými dupy na každý takt; pravá, levá, pravá, pauza (na doby 1, &, 2, & nebo rychle, rychle, pomalu). Pokračují se střídáním nohou, než se přesunou vpřed do středu kruhu (21.-22. T). Končí na 23.-24. T se třemi dupy na místě (jeden na každý takt); pravá, levá, pravá (na doby 1, 2, 1). Na poslední takt pauza, narovnají se a tanečníci ve velkém kruhu se opět chytí za ruce (na 2. dobu)

Část 4. Jak kvete mák

1.-8. T = 1.-8. T 1. sloky

- - *Čížeček*: Opakuje kroky z 1. části, takty 1.-8
- - *Skupina*: Opakují kroky z 1. části, takty 1.-8. Při prvních krocích rozšiřují kruh ze středu

9.-14. T

- - *Čížeček*: Začíná vpravo, dvakrát obejde kruh uvnitř 12ti kroky po směru hodinových ručiček, ukazuje, jak kvete mák zdviženýma rukama nad hlavu a do strany (zhruba 45°)
- - *Skupina*: Stále se drží za ruce, pomalu je zvedají dopředu až nad hlavu s přísunnými kroky ze strany na stranu na každý takt; pravá strana, přísun doleva, levá strana, přísun doprava, (na doby 1, 2, 1, 2). Opakují ještě dvakrát

15.-16. T

- - *Čížeček*: Tři dupy na místě; pravá, levá, pravá (na doby 1, 2, 1), zatímco dávají dolů paže, pauza na poslední takt (na 2. dobu)
- - *Skupina*: Tři dupy na místě; pravá, levá, pravá (na doby 1, 2, 1), zatímco dávají ruce před sebe, pauza a pustí se rukou (na 2. dobu)

17.-24. T

- *Čížeček a skupina*: Začínají vpravo, všichni opakují kroky a napodobují, jak kvete mák, každý tanečník 12ti kroky dvakrát obejde malý kruh po směru hodinových ručiček (17.-22. T). Končí čelem do středu kruhu třemi dupy (23.-24. T); pravá, levá, pravá (na doby 1, 2, 1), pauza a tanečníci ve velkém kruhu se opět chytí za ruce (na 2. dobu)

Část 5. Jak se tluče mák

1.-8. T = 1.-8. T 1. sloky

- *Čížeček a skupina*: Opakují kroky z 1. části, takty 1.-8

9.-14. T

- - *Čížeček*: Začíná vpravo, tři dupy na každý takt; pravá, levá, pravá, pauza (na doby 1, &, 2, & nebo rychle, rychle, pomalu). Pokračuje střídáním nohou. Zároveň úderu jednou pěstí o druhou napodobuje při každém dupnutí, jak se tluče mák a vrátí se zpět do středu kruhu
- - *Skupina* = 3. sloka, 9.-14. T

15.-16. T

- *Čížeček a skupina*: Tři dupy na místě (jeden na každý takt); pravá, levá, pravá, pěstmi napodobují tlučení máku na každý takt (na doby 1, 2, 1), pauza (na 2. dobu)

17.-24. T

- *Čížeček a skupina*: Všichni opakují kroky s tlučením máku. Každý tanečník samostatně vytváří malý kruh po směru hodinových ručiček (na 17.-20. T) se třemi rychlými dupy na každý takt; pravá, levá, pravá, pauza (na doby 1, &, 2, & nebo rychle, rychle, pomalu). Pokračují střídáním nohou, než dojdou do středu kruhu (21.-22. T). Ukončení třemi dupy na místě (jeden na každou dobu); pravá, levá, pravá (doby 1, 2, 1), na poslední dobu pauza a tanečníci ve velkém kruhu se opět chytí za ruce

Část 6. Jak jedí mák

1.-8. T = 1.-8. T 1. sloky

- - *Čížeček*: Opakuje kroky z 1. části, 1.-8. T. Na poslední takt dá levou paži do výšky pupíku, ohne loket, v dlani jako by držel semínka, která si pravou rukou připravuje
- - *Skupina*: Opakují kroky z 1. části, 1.-8. T. Prvními kroky zvětšují kruh ze středu

9.-14. T

- - *Čížeček*: Začíná vpravo, 12 kroků kráčí po směru hodinových ručiček dokola uvnitř kruhu. Dává si semínka do pusy (na 1. dobu), poté si jich vezme více (na 2. dobu).
- - *Skupina*: Stále se drží za ruce a jsou čelem ke středu, začínají vpravo, šesti přísunnými kroky se posunou doprava po dobu šesti taktů; pravá strana, přísun doleva (na doby 1, 2) zatímco houpají rukama dopředu (na 1. dobu) a dozadu (na 2. dobu)

15.-16. T

- - *Čížeček*: Tři dupy na místě (jeden na každou dobu); pravá, levá, pravá (na doby 1, 2, 1); bez pohnutí paží, pauza (na 2. dobu)

- - *Skupina*: Tři dupy na místě (jeden na každou dobu); pravá, levá, pravá (na doby 1, 2, 1); bez houpání paží, pauza a pustí se (na 2. dobu)

17.-22. T

- *Čížeček a skupina*: Páry tanečníků se k sobě otočí čelem, vytvoří dvojice. Čížeček se otočí vpravo a vystoupí z kruhu, čelem k partnerovi (předem se určí). Pohledem se dívají jeden na druhého, začínají vpravo, partneři se chytí levou rukou, zvednou ji nahoru a společně se točí proti směru hodinových ručiček, levý bok k levému boku při chůzi, zatímco pravou rukou předvádí jezení semínek

23.-24. T

- *Všichni*: Tři dupy; pravá, levá, pravá (na doby 1, 2, 1); bez předvádění, zatímco se pouštějí levou rukou a zařadí se do zástupu za čížečka. Pauza na poslední takt (na 2. dobu). Ti, co jsou nejbližší nebo před čížečkem se zařadí jako první. Ti, co jsou dále nebo za čížečkem se řadí následně (předem je určeno)

Závěr

1.-16. T

- *Všichni*: S čížečkem vpředu, zavádějí kruh. Začínají pravou nohou poskočný krok (krok na dobu, skok na tu stejnou nohu na další dobu). Pokračují v předvádění jedení máku. Končí seskokem na obě nohy na poslední takt hudby. Během závěru vůdce řady jde se skupinou z jeviště po místnosti do tvaru spirály nebo jiné formace, která se předem určí. Znázornění jedení makových semínek, může být ukončen na 1/2 T³⁹

³⁹ NĚMCOVÁ, Karolína. *Pohybová průprava pro předškolní věk tanečního souboru Jaro*. Marie Fričová; Eva Vlčková. Praha, 2020. 53 stran, s. 39-46: přeloženo z: BONUŠ, František. *The Golden gate is open: 10 beginning of folk dances from the Czech and Slovak Republics for children and adults with DVD and CD. Volume I*. Editor Edward JP O'Connor; Překladatel Inka Vostřezová. 1. vyd. Pinnacle: Edward J.P. O'Connor, 2012. ix, 92 s.: ISBN 978-0-578-10552-9 (brož.) DVD, CD., s. 11-14

4. 2. Taneční hra *Husy puty*


Uvádím celé znění z Bonušovy knihy *Lidové tance (Výbor lidových tanců z Čech, Moravy a Slezska)*. Taneční hra *Husy puty* má ryze improvizální charakter (děti si hrají na husičky) a pochází ze středních Čech. V díle *Dítě a tanec 5* prof. Františka Bonuše⁴⁰ je tato taneční hra zařazena mezi jarními a upravena pro scénické provedení, ve kterém tančí 10 děvčat. Ve výuce MgA. Živany Vajsarové byla zařazena pro žákyně ve věku 7-9 let a byla prováděna formou improvizace, během které dívky procvičovaly již naučené kroky.

Taneční kroky:

- měkká, houpavá chůze – jako když husičky jdou řadou, drobné krůčky
- dvojposkočný krok – létání husiček, mávání křídly – mávání malými hmity pažemi z úplného upažení do otevřené polohy stranou max. 45°
- běh drobnými krůčky

4. HUSY, PUTY Z Čech

Animato (♩. 120-126)



Hu-sy, pu-ty, hu-sy, pu-ty, sbí-rej-te si po-zr-ní - ěku, hu-sy, pu-ty,
hu-sy, pu-ty, sbí-rej-te si o-ves. Až pak vy se na-zo-bá-te,
po-tom vy mně po-koj dá-te,
hu-sy, pu-ty, hu-sy, pu-ty, sbí-rej-te si o-ves.

10. Notový zápis písně *Husy puty*

Improvizální charakter:

- žáci pochodují mírně kolébavou chůzí (měkká, houpavá chůze) v hejnu
- drobnými, cupitavými krůčky se rozeběhnou po trávníku
- rozlétnou se kolem rybníka a mávají radostně křídly

⁴⁰ BONUŠ, František. *Dítě a tanec, 5. díl*. České Budějovice: Krajské kulturní středisko, 1974. 85 s.:., s.19; s.22-24; s. 30

- tančí spolu
- plují po hladině rybníka (ruce v mírném zapažení, tělo v mírném předklonu, drobné cupitavé krůčky)
- husopaska pase husičky, pobíhá za nimi, hraje si s nimi, shání je do hejna, žene husičky domů atd.⁴¹

4. 3. Tanec *Ráček*

Tento tanec spadá do figurálních tanců, v němž hudebně taneční stavba humornou formou stylizuje pohyby raka. Tanec bývá zařazen na programu představení tanečního souboru Jaro a tančí ho žáci ZUŠ Štefánikova ve věku 7-8 let. Ve své práci uvádím opět zápis prof. Františka Bonuše z knihy *Lidové tance (Výbor lidových tanců z Čech, Moravy a Slezska)*.

*„Rak leze z díry,
vystřkuje kníry,
hakavice, bukavice,
červená čepice;
polez ráčku z díry ven,
bude dneska pěknej den.*

Postavení:

- tančí 6–10 tanečníků v zástupu
- drží se v pase, první tanečník má ruce v bok

Taneční kroky:

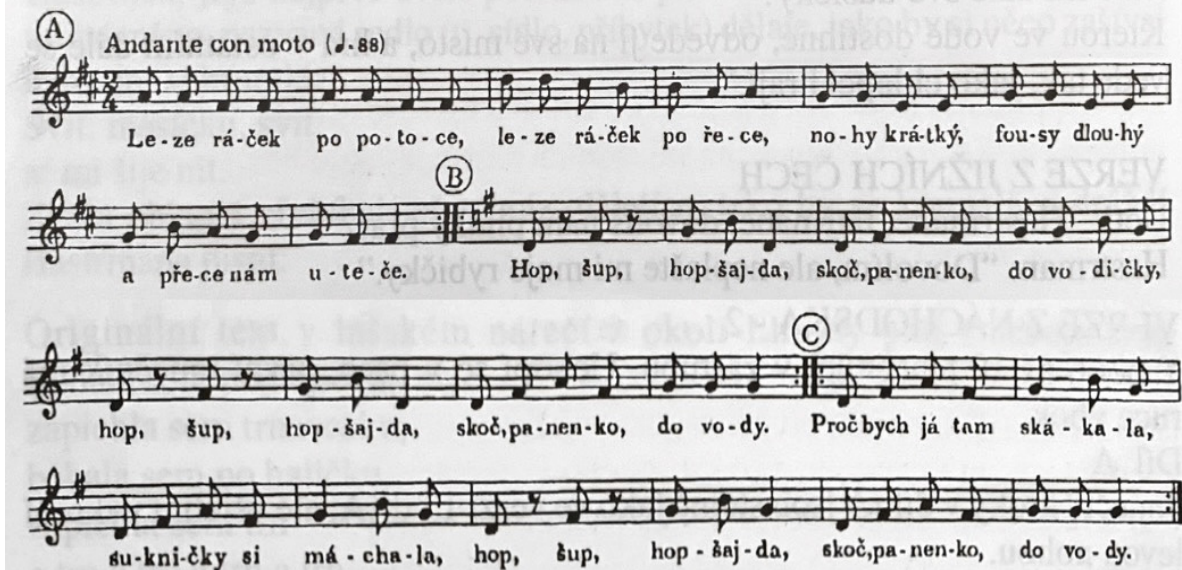
- chůze vpřed, vzad: „račí chůze“ – kroky s pokrčováním přednožmo
- poskočný krok
- dvojposkočný krok
- cval

⁴¹ BONUŠ, František a JAKEŠOVÁ, Miroslava. *Lidové tance: (výbor lidových tanců z Čech, Moravy a Slezska)*. Strážnice: Ústav lidové kultury, 1996, c1995. 191 s. ISBN 80-238-0362-X (v knize neuvedeno : brož.), s. 41-42

3. RÁČEK

Z Náchodska

(A) Andante con moto (♩.88)



Le-ze rá-ček po po-to-ce, le-ze rá-ček po ře-ce, no-hy krá-tký, fou-sy dlou-hý
a pře-ce nám u-te-če. Hop, šup, hop-šaj-da, skoč,pa-nen-ko, do vo-di-čky,
hop, šup, hop-šaj-da, skoč,pa-nen-ko, do vo-dy. Proč bych já tam ská-ka-la,
su-kni-čky si má-cha-la, hop, šup, hop-šaj-da, skoč,pa-nen-ko, do vo-dy.

11. Notový záznam písně Ráček

A

Račí chůze (kroky s pokrčováním přednožmo), kroky poskočné a dvojposkočné. Račí chůze má název podle jména tance, v němž se vyskytuje. Jejím pohybovým základem je krok, v němž volná noha přechází do pokrčení přednožmo.

I. pozice pootevřená

1. T

A) všichni vykročí LN vpřed, PN prudce a ostře přejde do pokrčení přednožmo; nakročení je provedené přes celé chodidlo

B) = A), ale vykročí PN

2. T=1. T

B

1.-4. T

Tanečníci se pustí a čtyřmi dvojposkočnými kroky utvoří kroužek a podají si paže

5. T

Akcentovaný poskočný krok na místě LN, PN se pokrčí přednožmo

6. T

Poskočný krok na místě PN, LN se pokrčí přednožmo

7.-8. T

Čtyři krátké cvalové kroky vlevo stranou

(:1.-4. T:) = 5.-8. T

(:5.-8. T:) = 5.-8. T

C

1.-4. T

Čtyři poskočné kroky na místě

5.-8. T = 5.-8. T část B

(:1.-8. T:) = 1.-8. T ⁴²

⁴² BONUS, František a JAKEŠOVÁ, Miroslava. *Lidové tance: (výbor lidových tanců z Čech, Moravy a Slezska)*. Strážnice: Ústav lidové kultury, 1996, c1995. 191 s. ISBN 80-238-0362-X (v knize neuvedeno : brož.), s. 60-62

5. Příklad tanců pro žáky ve věku 14-16 let

Pro žáky těchto věkových kategorií uvádím jako příklad tance, ve kterých se již vyskytuje spolupráce v páru. Dle MgA. Živany Vajsarové není na párové tance třeba spěchat, a proto je ve výuce s mladšími žáky, až na výjimky, téměř nezařazuje. V lidovém tanci většinou paže nikdy nejsou ve statické poloze. Pokud jsou volně, dokreslují během tance přirozeným způsobem pohyby tanečníka. Párové i skupinové držení rozvíjí u žáků partnerské cítění. Při partnerské výuce je nutné dbát na to, aby chlapec vždy přemýšlel o krok dříve a byl tzv. napřed (vedl dívku). V hodinách je před výukou samotného tance nutné zařadit do tanečních kombinací jednotlivé prvky, jež se v tanci využívají. Do partnerské spolupráce v lidovém tanci zařazujeme mimo různé způsoby párového držení také například: zátočky, podtáčení D, či obcházení (ve kterém jeden z dvojice tančí na místě a druhý tanečník tančí okolo něj).

Párové držení:

- držení ve dvojici čelem k sobě:
 - za obě ruce
 - za obě ruce křížem
 - za jednu ruku (D pravou, CH levou nebo opačně)
 - za jednu ruku křížem
 - za předloktí
- držení ve dvojici bokem k sobě:
 - za vnitřní ruce („polonézové“ držení: v pokrčeném předpažení/ vnitřní ruce podél těla/ „allemandové“ držení: vnitřní paže v pokrčení stranou)
 - křížem (vpředu/ vzadu/ v pase)
 - za lokty
 - na pase
- držení ke kolovému tanci:
 - držení zavřené: polkové, čardášové, soudečkové, rusavské, kolečkové

- držení polootevřené (bokem k sobě v úhlu 45° až 90°): za předloktí/ vnější ruce dvojice v bok
- otevřené: pár v postavení bokem k sobě, oba čelem do směru pohybu, D ruka na rameni CH; CH ruka na pase D

5. 1. Tanec **Černá vlna**

Uvádím znění varianty B z již zmíněné knihy prof. Františka Bonuše *Lidové tance (Výbor lidových tanců z Čech, Moravy a Slezska)*. Tanec Černá vlna představuje poměrně novější druh párového tance s pevnou vazbou na hudební doprovod. Tanec je zaznamenán také jako dvojtanec, ve kterém je prvním tancem Černá vlna a druhým-Trnka, který je v tomto případě hudební dohrou. Uvádím zde verzi bez dohry, konkrétně z Novohrozenkovska.

Postavení:

- dvojice v postavení čelem proti sobě
- držení křížem za pravou paži, volná paže v bok

Taneční kroky:

- krok přísunný
- krok cvalový
- krok pato-špičkový
- podupy
- krok hajduchový s podtleskem pod koleno
- krok poskočný trnkový

Krok hajduchový patří mezi osobité lidové skoky. Je složen ze dřepu a výskoku do mírného podřepu, podřepu, hlubokého podřepu nebo stoje na jedné noze. Druhá noha je zdvihnuta do přednožení, unožení či zanožení. Veškeré zmíněné způsoby však mohou mít mnoho jiných obměn. Můžeme se s ním setkat v tancích z východní Moravy, Slezska a Slovenska.

2. ČERNÁ VLNA

Z Valašska

Allegretto (♩ = 132)

Čer - ná vl - na na bí - lém be - rán - ku, aj, ka - dy

sa tú - lás, aj, ka - dy sa tú - lás, Čer - no - o - ký Jan - ku.

Allegro (♩ = 136)

Dob - ře by - lo na - ší, na - ší Ma - ry - ně,
a - le dyž sa ma - so, ma - so mi - nu - lo,

do - kél mě - la ma - so, ma - so v ko - mí - ně;
čert ťa zo - ber, na - ša, na - ša Ma - ry - nol

12. Notový záznam písně Černá vlna

1.-2. T

- dva přísunné kroky bočné, CH vlevo, D vpravo; spojené paže kývnou na a) mírně vlevo (dle CH), na b) vpravo (dle CH)

3.-4. T

- čtyři drobné, ostré kroky cvalové bočné, CH vlevo, D vpravo; spojené paže jsou v klidu

5.-8. T = 1.-4. T

9.-15. T

- dvojice se pustí, paže volně podél těla
- CH kroky hajduchové s tlesky pod kolenem
- D točení na místě
- zátočky
- - CH: 9.T tři podupy
- 10.T a) nízkým poskokem dřep spojný, ruce tlesknou dlaněmi vně kolen o zem, b) výskokem stoj

11.T a) krok poskočný PN, LN se pokrčí přednožmo, b) tlesk pod kolenem pokrčené nohy; krokem poskočným s podtleskem se CH otočí o půl kolečka vpravo

12.T krok poskočný na LN, PN se pokrčí přednožmo, tlesk pod kolenem; tímto krokem se CH otočí čelem proti D

- - D: 9.T tři podupy
10.-12. T šesti drobnými kroky otočka vpravo
- 13.-15. T CH a D: šesti nízkými běhovými kroky zátočka za pravé lokty
- (:9.-15. T:) jako 9.-15. T⁴³

5. 2. Tanec *Dupák*

Dupák po pohybové stránce můžeme zařadit mezi typické dětské figurální tance, neboť jeho obsah a taneční struktura plně odpovídají dětské hudebně taneční představivosti.⁴⁴ Stejně jako u jiných tanců se i u tohoto můžeme potkat s mnoha variantami a zápisy. Níže uvádím dupák *Pásla ovečky* z Klatovska, který je zaznamenaný v díle prof. Františka Bonuše *Lidové tance (Výbor lidových tanců z Čech, Moravy a Slezska)*. Se staršími žáky je možné zvýšit obtížnost tance například zařazením hladké sousedské v natáčení nebo v otáčení dvojice v uzavřeném párovém držení či propojování obou těchto figur.

Postavení:

- dvojice stojí vedle sebe po kruhu, drží se za vnitřní ruce, vnější paže je v bok

Taneční kroky:

- přísunná sousedská, dupavé kroky, drobné cupitavé kroky


⁴³ BONUŠ, František a JAKEŠOVÁ, Miroslava. *Lidové tance: (výbor lidových tanců z Čech, Moravy a Slezska)*. Strážnice: Ústav lidové kultury, 1996, c1995. 191 s. ISBN 80-238-0362-X (v knize neuvedeno : brož.), s. 145-148

⁴⁴ BONUŠ, František a JAKEŠOVÁ, Miroslava. *Lidové tance: (výbor lidových tanců z Čech, Moravy a Slezska)*. Strážnice: Ústav lidové kultury, 1996, c1995. 191 s. ISBN 80-238-0362-X (v knize neuvedeno : brož.), s. 78

5. DUPÁK

Z Klatovska

Allegretto (♩ - 100 - 110)



13. Notový záznam písně Pásla ovečky

1.-6. T

- přísunná sousedská vpřed; v lichých taktech kývnou spojené paže vpřed, v sudých taktech kývnou spojené paže vzad

7.-8. T

- dvojice se pustí a pět drobnými cupitavými kroky se každý sám otočí v malém kroužku: CH vlevo, D vpravo; posledními dvěma kroky (krokem a přísunem) se natočí čelem proti sobě

9. T

- CH přísunná sousedská LN vzad, D stojí

10. T

- pět drobných dupavých kroků (dupů) zpět (proti D) v rytmu:



11. T

- D přísunná sousedská PN vzad, CH stojí

12. T

- pět drobných dupavých kroků (dupů) zpět (proti CH)

13. T

- chůzí zátočka za pravé lokty, CH vykročí LN, D vykročí PN; posledním krokem (krokem a přísunem) přejdou do základního postavení a začnou tanec od začátku⁴⁵

⁴⁵ BONUS, František a JAKEŠOVÁ, Miroslava. *Lidové tance: (výbor lidových tanců z Čech, Moravy a Slezska)*. Strážnice: Ústav lidové kultury, 1996, c1995. 191 s. ISBN 80-238-0362-X (v knize neuvedeno : brož.), s. 76-77

5. 3. Tanec Trnky

S tancem Trnky (švestky), který můžeme v zápisech naléznout také pod názvy *Řeznická*, *Řeznický*, *Plácavá* či *Volek* se setkáváme v mnoha regionech Čech, Moravy i Slezska. Ukázka tance, kterou níže uvádím pochází z Náchodska a je zapsána v knize prof. Františka Bonuše *Lidové tance (Výbor lidových tanců z Čech, Moravy a Slezska)*. Ten uvádí, že je tato varianta v porovnání s verzemi z jiných krajů bohatší a po hudební i taneční stránce ucelenější. Dále je pak dle jeho slov zajímavá dohrávka, která skladbu uzavírá a může pedagogovi poskytnout různé možnosti pro choreografické rozvedení.⁴⁶

Postavení:

- dvojice stojí v postavení čelem proti sobě
- uzavřené kolové držení, zátočky, otáčení na místě

Taneční kroky:

- polkový krok hladký, dvojposkočný krok, chůze

4. TRNKY Z Náchodska

Allegro (♩ · 136)

Poj - te, hol - ky, do vo - bor - ky, klu - cí pú - jdou s ná - mi, pú - jde - me se pó - dí - va - ti,
jsou - li trn - ky zra - lý. Ne - jsou zra - lý, jsou ky - se - lý,
pú - jdem na ně pří - ští ne - dě - li, la, la, la, pú - jdem na ně
Dohra
pří - ští ne - dě - li.

14. Notový záznam písně Trnky

⁴⁶ BONUŠ, František a JAKEŠOVÁ, Miroslava. *Lidové tance: (výbor lidových tanců z Čech, Moravy a Slezska)*. Strážnice: Ústav lidové kultury, 1996, c1995. 191 s. ISBN 80-238-0362-X (v knize neuvedeno : brož.), s. 75

1.-8. T

- uzavřené kolové držení, hladká polka dokola vpravo
- na konci 8. T ze dvojice zastaví a pustí; připraví se na „plácanou“

9.-10. T

- CH uchopí levou rukou pravou ruku D (která je obrácena dlaní vzhůru) a 3x do ní tleskne: 9. T a), b), 10. T a), 10. T c) výdrž

11.-12. T

- oba se otočí na místě čtyřmi kroky vpravo, ruce v bok

13.-14. T = 9.-10. T

- ale D uchopí levou ruku CH a 3x do ní tleskne

15.-16. T

- oba se otočí na místě čtyřmi kroky vlevo, ruce v bok

17.-20. T

- ve dvojicích proti sobě postupují čtyřmi kroky ve směru tance: CH vpřed; vykročí LN, D vzad; vykročí PN
- současně tleskají střídavě do svých a do partnerových dlaní: 17. T a) 1x tlesk do vlastních dlaní, 17. T b) 1x vzájemný tlesk, 18. T = 17. T, 19. T = 18. T, 20. T a) 2x tlesk do vlastních dlaní, 20. T b) 1x vzájemný tlesk

21.-24. T = 17.-20. T

Dohra:

1.-4. T

- zátočky dvojposkočným krokem za pravé lokty
-

5.-8. T = 1.-4. T – za levé lokty

(:1.-8. T:) = 1.-8. T⁴⁷

⁴⁷ BONUS, František a JAKEŠOVÁ, Miroslava. *Lidové tance: (výbor lidových tanců z Čech, Moravy a Slezska)*. Strážnice: Ústav lidové kultury, 1996, c1995. 191 s. ISBN 80-238-0362-X (v knize neuvedeno : brož.), s. 74-75

ZÁVĚR

Cílem mé diplomové práce bylo poskytnout čtenáři náhled do výuky jednotlivých věkových kategorií tanečního oboru na Základní umělecké škole Štefánikova a plynule tak navázat na téma mé bakalářské práce. Zabývala jsem se historií a současností tanečního souboru Jaro. Samotnému působení v tomto souboru předchází dlouhodobá pohybová, taneční, výrazová i pěvecká příprava tanečníků, začínající již v předškolního věku, která probíhá v rámci studia na Základní umělecké škole Štefánikova na Praze 5. Při zpracovávání tohoto tématu jsem měla možnost nahlédnout do výuky tanečního oboru, která probíhá v závislosti dané věkové kategorie jednou až dvakrát týdně. Velmi důležitou součástí při výchově tanečníků je korepetice, v podání klavírního doprovodu Tomáše Pykala, který doprovází hodiny všech skupin. Díky korepetici žáci rozvíjí své hudební citění a již od dětství si přirozenou cestou vštěpují kladný vztah k hudbě.

Během konzultací s MgA. Živanovu Vajsarovou jsem měla možnost dozvědět se řadu zajímavých a nových informací, které mě velmi obohatily a zajisté je budu ve své pedagogické praxi využívat i já. Shodly jsme se na tom, že velmi podstatnou roli při výuce jakékoli věkové kategorie sehrává vhodná volba motivace, která v žácích během studia buduje taneční vyjadřování pojaté jako vnitřní zpěv vyjádřený pohybem, tedy tanec jako pojítko mezi myšlením tanečníka a jeho kultivovaným pohybem. Během celého studia i následného působení v tanečním souboru Jaro je tanečníkům přibližována krása i bohatství naší lidové kultury. Žáci se v rámci svého studia stávají součástí velmi příjemného kolektivu, který pojí láska k lidovému umění a vzniká tak celoživotní zájem. Po překlenutí věku, ve kterém se již žáci přímo účastní představení tanečního souboru Jaro vzniká obrovská motivace, díky které děti cítí, že jejich práce někam směřuje a v souboru už tak většinou setrvávají až do dospělosti.

Mým prvotním záměrem bylo podrobně rozpracovat hodiny všech věkových kategorií v průběhu celého školního roku a následně zaznamenat vývoj i pokroky žáků. Z důvodu opatření v návaznosti na pandemii Covid-19, jsem se bohužel nemohla účastnit plánovaných hospitací v takové míře, jako bylo mou původní myšlenkou. Proto jsem hodiny nemohla rozpracovat podrobnějším způsobem.

V závěru práce proto alespoň uvádím několik rozborů tanečních her a lidových tanců, jež jsou vhodné pro žáky daných věkových kategorií.

Věřím, že tato práce je pouhým zlomkem a začátkem mé pedagogické práce s dětmi na téma lidový tanec. Díky informacím, které jsem měla možnost načerpat věřím, že i já nejen skrze nádherné tance, jež naše lidová kultura obsahuje budu mít možnost přibližovat lidový tanec a vše s ním spojené nejen svým žákům, ale i jejich rodinám a široké veřejnosti.

LITERATURA A PRAMENY

Publikace

Český taneční slovník. Tanec, balet, pantomima, ed. J. Holeňová, Praha: Divadelní ústav 2001

BARTLOVÁ, Michaela a FRIČOVÁ, Marie a RÁKOSNÍKOVÁ, Jiřina. *Hry a říkadla pro předškolní taneční výchovu*. Praha, 2012. 60 s.

BARTOŠ, František a ALEŠ, Mikoláš. *Naše děti: jejich život v rodině, mezi sebou a v obci, jejich poesii, zábavy, hry i práce společné*. Vyd. 5. Zlín: Krajská knihovna Františka Bartoše, 2005. 281 s.: Zlínský kraj; sv. 10. ISBN 80-86886-06-9 (Krajská knihovna F. Bartoše) (brož.).

BLAŽÍČKOVÁ, Eva. (2005). *Metodika a didaktika taneční výchovy*. 2. vyd. Praha: Konzervatoř Duncan Centre. 63 s. ISBN 80-7290-166-4.

BONUŠ, František. *Dítě a tanec, 5. díl*. České Budějovice: Krajské kulturní středisko, 1974. 85 s. il.

BONUŠ, František. *Dítě a tanec, 6. díl*. České Budějovice: Krajské kulturní středisko, 1974. 55 s.

BONUŠ, František. *Dítě a tanec, 7. díl*. České Budějovice: Krajské kulturní středisko, 1974. 89 s.

BONUŠ, František. *Lidové tance*. Strážnice: Ústav lidové kultury, r. 1996

BONUŠ, František. *Lidový tanec, jeho teorie a metodika. I. kniha, část 1*. Vyd. 1. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1986. 221 s. ISBN (brož.) rytmické ukázky, schémata +.

BONUŠ, František, *The Golden Gate is Open: 10 Beginning Folk Dances from the Czech and Slovak Republics for Children and Adults / volume I* František Bonuš with Edward J.P. O'Pinnacle: by Edward J.P. O'Connor, 2012. 92 s. + 2 ks DVD [To the memory of František Bonuš and Jasan Bonuš] ISBN:978-0-578-10552-9

BONUŠ, František a JAKEŠOVÁ, Miroslava. *Lidové tance: (výbor lidových tanců z Čech, Moravy a Slezska)*. Strážnice: Ústav lidové kultury, 1996, c1995. 191 s. ISBN 80-238-0362-X (v knize neuvedneo: brož.).

BONUŠ, František a PLAJNEROVÁ, Danuše. *Taneční kroky, figury a formace českých lidových tanců. 1. část*. Praha: Ústř. kult. dům železničářů, 1986. 82 s.

BOROVÁ, Blanka a kolektiv. 1998. *Cvičíme s malými dětmi: Náměty pro rozvoj pohybových dovedností dětí od 3 do 8 let*. 1. vyd. Praha: Portál, 125 s. ISBN 80-7178-223-8.

BOŘEK, Lubor. Rámcový vzdělávací program pro základní umělecké vzdělávání. Praha: Výzkumný ústav pedagogický v Praze, 2010. ISBN 978-80-87000-37-3

BINDEROVÁ, Eva a Miroslava JAKEŠOVÁ. *České lidové tance: pro I. až VIII. ročník hudební a taneční školy*. Praha: Statní pedagogické nakladatelství, 1990. ISBN 80-04-23947-1.

DOHNALOVÁ, LENKA. Umělecké vzdělávání a role kulturních institucí. Talent, 2011, roč. 14, č. 2, s. 27-29. ISSN 1212-3676.

CHAROUZOVÁ, Lucie a LÖSSL, Jiří a ELIÁŠOVÁ, Bohumíra. *Pedagogická a choreografická činnost v chlapecké třídě ZUŠ*. Praha, 2020. 87 s.

JELÍNKOVÁ, Zdena. *Taneční bibliografie: Dětský folklór, práce v dětském souboru lid. písní a tanců. 9/1972*. Praha: Ústřední dům lidové umělecké tvořivosti, 1972. 41 s.

JELÍNKOVÁ, Zdena. *Taneční bibliografie: soupis literatury k dětskému folklóru a k práci v dětském souboru lidových písní a tanců. 14/1977*. Praha: Ústav pro kulturně výchovnou činnost, 1977. 51 s.

JEŘÁBKOVÁ, Jarmila. *Taneční průprava*. 1. vyd. Praha: NIPOS-ARTAMA, 2004. 163 s. ISBN 80-7068-181-0 (brož.) il.

KIRŠNEROVÁ, Renata a VURMOVÁ, Marie. *Lidový tanec pro děti ve věku 10-13 let*. Praha, 2002 (obhájeno). 41 s.

KOS, Bohumil: *Lidové tance ve školní tělesné výchově*, SPN Praha 1983

Kroniky tanečního souboru Jaro

KULHÁNKOVÁ, Eva. (2010). *Hudebně pohybová výchova*. 3. vyd. Praha: Portál. 136 s. ISBN 978-80-7367-730-5.

KRÖSCHLOVÁ, Jarmila. *Nauka o pohybu: odborný učební text pro pedagogy tance*. 2. vyd. Praha: Statní pedagogické nakladatelství, 1975

KRÖSCHLOVÁ, Jarmila. *Výrazový tanec: taneční tvorba*. 2. vydání. Praha: IPOS-ARTAMA, 2002. ISBN 80-7068-106-3.

KULHÁNKOVÁ, Eva. (2006). *Taneční hry s písničkami*. 1. vyd. Praha: Portál. 151 s. ISBN 80-7367-108-5.

KULHÁNKOVÁ, Eva. (2010). *Hudebně pohybová výchova*. 3. vyd. Praha: Portál. 136 s. ISBN 978-80-7367-730-5.

MIŠURCOVÁ, Věra a Marie SEVEROVÁ. *Děti hry a umění*. Praha: ISV, 1997. ISBN 80-85866-18-8.

MURIC, Petr a FRIČOVÁ, Marie a VELÍNSKÁ, Eva. *Výuka lidových tanců na ZUŠ ve střední etapě vývoje*. Praha, 2014. 61 s.

NĚMCOVÁ, Karolína a FRIČOVÁ, Marie a VLČKOVÁ, Eva. *Pohybová průprava pro předškolní věk tanečního souboru Jaro*. Praha, 2020. 53 s.

ORLOV, S.P. *Hry a písně dětí slovanských*. Československá obec sokolská, 1928.

PAVLICOVÁ, Martina. *Cestami lidového tance: Zdenka Jelínková a česká etnochoreologie*. Brno: Masarykova univerzita, 2012. 202 stran: Etnologické studie; 13. ISBN 978-80-210-6090-6.

PLICKA, Karel a VOLF, František a SVOLINSKÝ, Karel. *Český rok v pohádkách, písních, hrách a tancích, říkadlech a hádankách: Jaro*. Praha, 1947 Jaro; Sv. I.

PRŮCHA, Jan, WALTEROVÁ, Eliška, MAREŠ, Jiří: Pedagogický slovník. Praha: Portál 2003. 322. s. ISBN 80-7178-772-8

Rámcový vzdělávací program pro základní umělecké vzdělávání. Praha: VÚP, 2010

ŠIMSOVÁ, Josefa. *Pohybová průprava: 4. lekce.* Praha: Pražské kulturní středisko, [1973]. 25 stran ilustrace

VAJSAROVÁ, Živana a REIMOSER, Jan. *Lidový tanec a jeho scénické proměny.* 61 s.

VELÍNSKÁ, Eva a VURMOVÁ, Marie. *Metodika lidového tance pro děti od 6 - 9 let.* Praha, 1999. 105 s.

VOLRÁBOVÁ, Jana a ELIÁŠOVÁ, Bohumíra a HLAVÁČKOVÁ, Lucie. *Všestranný přístup ve výuce tance na ZUŠ.* Praha, 2018. 27 s

Vyhláška č. 71/2005 Sb., o základním uměleckém vzdělávání.

Vyhláška č. 74/2005 Sb., o zájmovém vzdělávání.

Vzdělávací program tanečního oboru základních uměleckých škol pro přípravné studium a I. stupeň základního studia (Schváleno MŠMT dne 31. 5. 2000 pod č.j. 15 865/2000-22 s platností od 1. 9. 2000.

Zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon)

Internetové zdroje

Aktuální znění zákona o pedagogických pracovnících k 1. září 2012; Zákon č. 563/2004 Sb. [online]. [cit. 2021-09-27] dostupné z:
<https://www.msmt.cz/dokumenty/aktualni-zneni-zakona-o-pedagogickych-pracovnicich-k-1-zari>

Altart. *Altart* [online]. 2012 [cit. 2022-10-01]. Dostupné z:
<http://www.altart.cz/events/dora-hostova-metoda-duncan/>

Český hudební slovník osob a institucí: *Bonuš, František* [online]. [cit. 2021-11-20]. Dostupné z: https://www.ceskyhudebnislovník.cz/slovník/index.php?option=com_mdictionary&task=record.record_detail&id=3623

Jaro Dance group [online]. [cit. 2021-10-15]. Dostupné z: <https://www.jaro-dance.cz/o-nas>

Tématický plán: České lidové tance (výběr), Moravské lidové tance (výběr).: Lidové tance [online]. [cit. 2022-04-27]. Dostupné z: https://ftvs.cuni.cz/FTVS-1323-version1-g1_11_12lekce.pdf

Vzdělávací program tanečního oboru základních uměleckých škol pro přípravné studium a I. stupeň základního studia. [online]. Praha: MŠMT, 2000, s. 1. [cit. 2021-10-17]. Dostupný z: http://www.msmt.cz/Files/DOC/Vzdel_program_TO_ZUS.doc

WILCZEK, David. *PRAHA TV vaše metropolitní televize: Taneční soubor Jaro slaví 35. výročí svého vzniku* [online]. Praha, 9. dubna 2018 [cit. 2022-01-05]. Dostupné z: <https://prahatv.eu/zpravy/praha/praha/6995/tanecni-soubor-jaro-%20slavi-35-vyroci-sveho-vzniku>

Základní umělecká škola Štefánikova 19, Praha 5: Pohybová průprava. www.zusart.cz [online]. [cit. 2022-01-17]. Dostupné z: <https://www.zusart.cz/tanec/pohybova-pruprava/>

Základní umělecká škola Štefánikova 19, Praha 5: Lidový tanec. www.zusart.cz [online]. [cit. 2022-01-17]. Dostupné z: <https://www.zusart.cz/tanec/lidovy-tanec/>

Základní umělecká škola Štefánikova 19, Praha 5: Současný tanec. www.zusart.cz [online]. [cit. 2022-01-17]. Dostupné z: <https://www.zusart.cz/tanec/lidovy-tanec/>

Základní umělecká škola Štefánikova 19, Praha 5: Základy klasického tance. www.zusart.cz [online]. [cit. 2022-01-17]. Dostupné z: <https://www.zusart.cz/tanec/lidovy-tanec/>

ZUŠ Jižní Město: Taneční obor [online]. [cit. 2022-04-27]. Dostupné z:
<https://www.zusjm.cz/index.php?page=page&id=24>

§ 109, odst. 1 Zákona č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání, 2008, [online]. [cit. 2021-09-28]. Dostupný z: <http://www.msmt.cz/Files/Predpisy1/sb190-04.pdf>

SEZNAM OBRAZOVÉ PŘÍLOHY

1. Logo tanečního souboru Jaro. Dostupné z: <https://www.jaro-dance.cz>
2. Taneční soubor Jaro. Dostupné z: <https://www.jaro-dance.cz/pozdni-sber-2018>
3. Muzika Jara. Dostupné z: <http://www.muzikajara.cz>
4. prof. František Bonuš. Dostupné z: soukromý archiv MgA. Živany Vajсарové
5. prof. František Bonuš. Dostupné z:
<https://www.tanecniaktuality.cz/osobnosti/tanec-a-cas-100-vyroci-narozeni-frantiska-bonuse>
6. MgA. Živana Vajсарová. Dostupné z: <https://www.jaro-dance.cz/sklizen-2017>
7. Studenti ZUŠ Štefánikova. Dostupné z: <https://www.jaro-dance.cz/sklizen-2017>
8. Výuka lidového tance na ZUŠ Štefánikova. Dostupné z: <https://www.jaro-dance.cz/navsteva-tanecni-konzervatore-v-zus>
9. Notový zápis písně Čížeček. Dostupné z: BONUŠ, František, *The Golden Gate is Open: 10 Beginning Folk Dances from the Czech and Slovak Republics for Children and Adults* / volume I František Bonuš with Edward J.P. O'Pinnacle: by Edward J.P. O'Connor, 2012. 92 s. + 2 ks DVD [To the memory of František Bonuš and Jasan Bonuš] ISBN:978-0-578-10552-9, s. 17
10. Notový záznam písně Husy puty. Dostupné z: BONUŠ, František a JAKEŠOVÁ, Miroslava. *Lidové tance: (výbor lidových tanců z Čech, Moravy a Slezska)*. Strážnice: Ústav lidové kultury, 1996, c1995. 191 s. ISBN 80-238-0362-X (v knize neuvedneo: brož.), s. 41
11. Notový záznam písně Ráček. Dostupné z: BONUŠ, František a JAKEŠOVÁ, Miroslava. *Lidové tance: (výbor lidových tanců z Čech, Moravy a Slezska)*.

Strážnice: Ústav lidové kultury, 1996, c1995. 191 s. ISBN 80-238-0362-X (v knize neuvedneo: brož.), s. 60

12. Notový záznam písně Černá vlna. Dostupné z: BONUŠ, František a JAKEŠOVÁ, Miroslava. *Lidové tance: (výbor lidových tanců z Čech, Moravy a Slezska)*. Strážnice: Ústav lidové kultury, 1996, c1995. 191 s. ISBN 80-238-0362-X (v knize neuvedneo: brož.), s. 145

13. Notový záznam písně Pásla ovečky. Dostupné z: BONUŠ, František a JAKEŠOVÁ, Miroslava. *Lidové tance: (výbor lidových tanců z Čech, Moravy a Slezska)*. Strážnice: Ústav lidové kultury, 1996, c1995. 191 s. ISBN 80-238-0362-X (v knize neuvedneo: brož.), s. 76

14. Notový záznam písně Trnky. Dostupné z: BONUŠ, František a JAKEŠOVÁ, Miroslava. *Lidové tance: (výbor lidových tanců z Čech, Moravy a Slezska)*. Strážnice: Ústav lidové kultury, 1996, c1995. 191 s. ISBN 80-238-0362-X (v knize neuvedneo: brož.), s. 74