

# TANEC, POHYB, RYTMUS

## TANEČNÍ HRY PRO TVOŘIVOST A POHODU VE TŘÍDĚ

# ÚVOD

---

## **Anotace:**

Deset vybraných jazykově bezbariérových tanečně-pohybových her, s přesahem k hudebním a výtvarným činnostem, pro podporu integrace dětí s OMJ. Kreativní tanec pomůže žáky zapojit, aktivizovat, zlepšit pozornost a vnese do třídy hravost a uvolnění.

## **Klíčová slova:**

taneční a pohybová výchova; tvůrčí aktivity pro žáky; integrace dětí z OMJ; hra; spolupráce; pohybová komunikace; hudba; prostor; rytmus; OMJ; cizinci; nedostatečná znalost češtiny; čeština jako druhý jazyk; integrace

## **Cílová skupina**

6–15 let

Taneční a pohybová výchova nabízí množství tvořivých aktivit, ve kterých spolu děti a učitelé mohou komunikovat pomocí pohybu, hudby a rytmu. Taneční hry pomohou nově příchozím dětem z cizojazyčného prostředí zapojit se do skupiny a ztratit počáteční ostych z toho, že si nebudou navzájem rozumět, protože řeč hudby a tance je univerzální a jazykově bezbariérová.

Nabízíme několik tipů na taneční aktivity pro celou třídu, ve kterých není třeba mnoha slov a můžete jít bez velkého vysvětlování rovnou na věc. Několik ukrajinských výrazů, se kterými si při uvedení hry vystačíte, najdete přímo v popisu aktivity. (Můžete předem požádat asistenta pedagoga nebo učitele češtiny jako druhého jazyka, aby žáky s OMJ na aktivitu předem připravil a předučil je klíčovou slovní zásobu.)

Některé hry se dají hrát ve třídě a není k nim potřeba mnoho prostoru, pro některé je vhodnější trochu více místa (malá tělocvična, aspoň z půlky vyklizená třída, chodba). K jednoduchému hudebnímu doprovodu lze využít nástroje Orffova instrumentáče (triangl, bubínek, dřívka...), ale i vhodnou reprodukovanou hudbu (tipy na hudební skladby uvádím u konkrétních aktivit). V mnoha případech si vystačíte i s vlastním hlasem a rytmizovanou hrou na tělo. Na úvodní, seznamovací hry budete potřebovat asi 10–15 min., záleží na počtu žáků ve skupině. Na ostatní hry většinou v průměru 20 min.

Vybrané tanečně-pohybové hry nejsou složité, jsou v praxi vyzkoušené a mohou je do výuky bez obav zařadit i pedagogové, kteří nemají s taneční a pohybovou výchovou zatím zkušenosti. Nejde v nich o nacvičování tanečních kroků ani zapamatování choreografií, ale jsou založené na tvořivém objevování přirozeného pohybu, který je vlastní každému dítěti i dospělému. Je velice důležité, aby se vedoucí hry (pedagog) sám aktivně svým pohybem zapojil do hry, a využil tak naplno možnosti fyzické komunikace s žáky, která je srozumitelná všem bez ohledu na mateřský jazyk, a proto velmi podpůrná pro integraci dětí z cizojazyčného prostředí.

Hry jsou rozdělené do pěti okruhů, podle záměru, kterého chce pedagog dosáhnout: 1. Hry vhodné pro seznámení, rozehrání, sjednocení celé skupiny (na úvod hodiny); 2. Taneční hry na aktivizaci a rozhýbání celého těla; 3. Taneční hry rozvíjející prostorové cítění a vnímání ve skupině; 4. Taneční hry pro zlepšení pozornosti, zklidnění a naslouchání; 5. Hry podporující nonverbální komunikaci mezi dětmi.

O metodách, organizaci a výstupech těchto pohybových aktivit se dozvíte více v samostatném souboru – metodika Tanec, pohyb a hra ve škole a žáci s OMJ.

# 1. TANEČNĚ-POHYBOVÁ SEZNAMKA: HRY VHODNÉ PRO SEZNÁMENÍ, ROZEHRÁTÍ, SJEDNOCENÍ CELÉ SKUPINY

## Jména s pohybem v kruhu

**Cíl hry:** zapamatování si jmen spolužáků, sladění pohybu s délkou jména, pohybová paměť

**Věk dětí:** 6–9 let

**Popis taneční hry:** Utvoříme kruh a pedagog a žáci jeden po druhém zřetelně vyslovují svoje jméno a současně předvedou libovolný taneční pohyb. Jen co se představí první žák, následně jeho jméno s pohybem spolu s ním zopakuje celá skupina. Pohyb musí trvat tak dlouho, jako trvá vyslovení jména. Jméno můžeme slabikovat, ale není to nutné. Takto se postupně představí všichni v kruhu v rytmu sólo–skupina–sólo–skupina atd.

Místo vysvětlování jednoduše začne pedagog, ukáže na sebe a řekne nahlas své jméno. Pak předvede své jméno s pohybem, ukáže na všechny a pobídne žáky v kruhu, aby s ním jeho jméno a pohyb zopakovali. Pak tento postup ještě jednou nebo dvakrát zopakuje, předvede své jméno, ale vždy s jiným pohybem, aby ukázal dětem více pohybových možností, které mohou využít (např. otočení, výskok, dřep, pohyb paží, úklon, kroužek rameny, pohyb boků...), a pokaždé po něm jméno s pohybem opakuje celá skupina. Po zaznění všech jmen můžeme pokračovat tak, že spolu se jménem vytvoříme jiný pohyb, nebo můžeme ke jménu přidat oblíbenou barvu, zvíře apod. (*ukrajinsky: uljublene zabarvlenja, tvarina*).

## Rytmus a ozvěna – využití techniky „body percussion“ (hra na tělo)

**Cíl hry:** Rytmus, který spojuje skupinu, rozehrátí, soustředění, přesnost, pozornost.

**Věk dětí:** 4–15 let (náročnost a délku rytmů upravíme podle věku)

**Popis taneční hry:** Popis tanečně-rytmické hry: Utvoříme kruh a pedagog vytleská nebo jinak zahraje na své tělo jednoduchý rytmus, u menších dětí v délce jednoho 4/4 taktu, u starších žáků na dva takty. Kombinujeme dupy, tlesky, pleskání do steh, na hrudník, luskání prsty apod. Žáci rytmus zopakují jako ozvěna. Několikrát stejný rytmus zopakujeme, aby se skupina napojila na společný vzorec sólo–skupina, a pak rytmus obměníme. Můžeme začít v pomalejším tempu a postupně mírně zrychlit. Když se žáci naučí dva rytmy, může pedagog posunkem rozdělit kruh na dvě poloviny a ukáže, která polovina „hraje na tělo“ který rytmus, a poloviny se střídají v rytmickém „battlu“. Na závěr přidáme třetí rytmus a zakončíme hru ve společném vzorci: sólo–ozvěna skupiny.

## 2. TANEČNÍ HRY NA AKTIVIZACI A ROZHÝBÁNÍ CELÉHO TĚLA

### Rychlé a pomalé království

**Cíl hry:** rozehrát organismu, rozhýbat celého těla, možnost libovolně střídat dvě kontrastní tempa a zastavení (pauzu)

**Věk dětí:** 6–12 let

**Pomůcky:** Papírová lepicí páska (v tělocvičně využijeme středovou čáru).

**Hudba:** Vhodná je vícevrstvá hudební skladba, která obsahuje obě kontrastní tempa – například beat v rychlém tempu a melodickou linku v pomalém tempu (např. Clarinet Factory: 5 Steps: <https://www.youtube.com/watch?v=JwfK0ugBark>; Moby: Dream About Me: <https://www.youtube.com/watch?v=n-OBx0Rlp4>; Dreamdrift (ukrajinská elektronika): Skladba (once) 4. rivnovaga: [https://youtu.be/99rVMR8kQ6U?list=PL3es2U207DumjgVHw\\_QfXBRsxXdLz0BHw](https://youtu.be/99rVMR8kQ6U?list=PL3es2U207DumjgVHw_QfXBRsxXdLz0BHw)). Můžeme si také s dětmi vytvářet vlastní hudební skladbu kombinací bicích nástrojů nebo chrastidel (vajíčko, rumba koule) pro rychlý beat a flétny nebo klavíru či zpěvu v pomalém tempu.

**Popis taneční hry:** Rozdělíme prostor pro tanec (alespoň z poloviny vyklizenou třídu, chodbu nebo tělocvičnu) lepicí páskou na dvě poloviny – rychlé a pomalé království (*ukrajinsky: švidke i povilne carstvo*). V tělocvičně využijeme značky na podlaze. Pedagog ukáže dětem vlastním příkladem, kde se jak mají pohybovat: v pomalém království tančíme velmi pomalu, v rychlé polovině prostoru se musí naopak tančit co nejrychleji. Děti začínají na středové čáře v libovolné poloze ve stoji, sedu nebo v lehu (jako socha). Se začátkem hudební skladby děti začínají svůj tanec. Mohou podle své nálady a potřeb střídat tanec v obou královstvích. Středová čára je prostorem pro pauzu – zastavení pohybu. Užitečné je určit si několik základních pravidel – například, že je potřeba alespoň dvakrát v průběhu skladby navštívit obě království a využít pauzu – zastavení na hranici mezi královstvími (*ukrajinsky hranice – kordon, pauza – pauza, dvakrát – dviči*).

### Tančící části těla – výtvarně-taneční aktivita

**Cíl taneční hry:** Rozhýbání celého těla, rozehrání, prozkoumání možností pohybu jednotlivých částí těla, zaměříme se na základní pohybová centra – hlavu, paže, nohy, hrudník (trup), pánev. Možnost propojení taneční hry s výtvarnou aktivitou a zkoumáním možností hlavních pohybových center lidského těla.

**Věk dětí:** 6–12 let

**Pomůcky:** pět archů balicího papíru, lepicí páska, pastelky, voskovky, fixy

**Hudba:** několik skladeb v různých náladách, tempech – pomalejší například pro pohyby hlavou, živější pro nohy, pánev.

Příklady skladeb:

Sluneční orchestr – Sloni: [https://youtu.be/vm5Cn9KuNsE?list=PL6m3dLDCFpaiFAIWkosBwFXTo8UOpSCS\\_](https://youtu.be/vm5Cn9KuNsE?list=PL6m3dLDCFpaiFAIWkosBwFXTo8UOpSCS_)

nebo soundtrack z Amélie z Montmartru: <https://www.youtube.com/watch?v=9Zq0t2Stpcw>

nebo Leoš Janáček: Zdenčiny variace: <https://www.youtube.com/watch?v=jdA6livZVkg>.

**Popis taneční hry:** Samotné taneční hře může předcházet výtvarná aktivita, ve které rozložíme balicí papír na zem, přilepíme okraje lepicí páskou a obkresluje na ně jednotlivé části těla. Na jeden papír si děti obkreslí ruku (paži) a vybarví ji. Na druhý obkreslí chodidlo, na další papír dvěma nebo třem dětem obkreslíme hlavu a děti ji společně vybarví, dokreslí oči, nos, ústa atd. Na zbývající dva papíry obkreslíme horní polovinu celé postavy a na jeden papír vyznačíme barevně oblast pánve a na druhý oblast hrudníku. Vyznačené části těla děti vybarví a mohou dokreslit srdce, plíce atd. Pokud chceme výtvarnou část přeskočit, připravíme si dopředu pět obrázků vybraných částí těla a rozložíme je na podlaze tak, aby kolem nich bylo dost prostoru, případně obrázky připevníme na různá místa na stěny prostoru (*části těla ukrajinsky: ruka, noga, galava, grud', taz*).

Celá skupina postupně přechází od jednoho papíru k druhému a na vhodnou skladbu pedagog a děti společně roztancují vyobrazenou část těla. Pohyb vždy vede konkrétní pohybové centrum (část těla), v něm pohyb začíná a zbytek těla ho následuje. Nejde tedy o to, že by se měly pohybovat např. pouze paže, ale taneční pohyb je vedený pažemi a můžeme se za nimi otáčet, dotknout se země, uklonit se, pohybovat pažemi v sedu atd.

Hrajeme si s detaily, např. při tanci paží nejprve pohybujeme jen prsty na rukách, postupně přidáváme pohyb zápěstí, loktů a celých paží, u hlavy ukážeme na nos a zkusíme vést pohyb za nosem, pak ukážeme na oči a pohyb vede pohled, roztancujeme vlasy... při pohybu vedeným od nohou využijeme také sed nebo leh, kdy nohy nenesou váhu těla a mají více svobody pro pohyb v prostoru.

Když si projdeme všechny obrázky, můžeme děti rozdělit na pět menších skupin. U každého stanoviště – papíru – tancuje jedna skupina a vede pohyb vyobrazenou částí těla. Na zvukový signál, tlesknutí nebo cinknutí na triangel, se skupina přesune k dalšímu obrázku. Skupiny rotují po kruhu, až se všechny děti vystřídají u všech obrázků.

# 3. TANEČNÍ HRY ROZVÍJEJÍCÍ PROSTOROVÉ CÍTĚNÍ A VNÍMÁNÍ VE SKUPINĚ

## Šikmý strop aneb Evoluce

**Cíl taneční hry:** Tanec přes celý prostor, kde žáci využijí pohyb ve všech prostorových úrovních – nízké (při zemi, v sedu, lehu), střední (na čtyřech, ve vzporu, v podřepu) a vysoké úrovni (stoj, skoky). Hra zapojuje do pohybu celé tělo, rozvíjí sílu a vytrvalost.

**Věk dětí:** 5–12 let

**Pomůcky:** Stuha nebo provázek v délce prostoru, ve kterém se budeme pohybovat. Pro tuto hru lze využít i uličku mezi lavicemi ve třídě. Ale pokud máte možnost tančit ve větším prostoru, je to samozřejmě lepší řešení.

**Hudba:** Můžeme začít bez hudby, v tichu, aby se žáci mohli soustředit na prostorové zadání a na pravidlo, že se nesmějí dotknout provázku. Postupně můžeme přidat hudební skladbu, např. Sluneční orchestr – Motýlí taneček:

➔ [https://www.youtube.com/watch?v=jbaT5GIMwzc&list=PL6m3dLDCFpaiFAIWkosBwFXTo8UOpSCS\\_&index=3](https://www.youtube.com/watch?v=jbaT5GIMwzc&list=PL6m3dLDCFpaiFAIWkosBwFXTo8UOpSCS_&index=3).

**Popis taneční hry:** Na začátku pedagog s pomocí dvou žáků natáhne provázek nebo stuhu přes taneční prostor tak, že na jedné straně je provázek u země a na opačné straně je zvednutý do výšky. Provázek představuje šikmý strop (*ukrajinsky: pochila stjelja*). Provázek ohraničuje možnosti pohybu v úrovních prostoru od lehu (tam, kde je provaz nejnižší) až do stoje a výskoku (tam, kde je provaz nejvyšší). Necháme děti, jedno po druhém, projít pod provázkem, přičemž se ho nesmějí dotknout. Pedagog jde jako první. Zpočátku je pohyb jednoduchý, ale postupně povzbuzujeme děti, aby více tančily a zkoumaly různé možnosti pohybu v jednotlivých prostorových úrovních: např. v lehu je to plazení, kutálení se, vlnění, převaly apod. Ve střední poloze to může být lezení po čtyřech, jako rak, ve dřepu atd. Pohyb dětí podpoří živá, dynamická hudba. Vždy se střídají dvě děti v držení provazu. Po chvíli můžeme provaz odložit. Jakmile si děti představu šikmého stropu zažijí, mohou pokračovat v tanci tak, že spolu vždy tančí několik dětí najednou od nejnižší do nejvyšší úrovně, s představou postupně se zvyšujícího stropu nad nimi.

Pokud jste si se svými žáky vyprávěli o tom, co je to evoluce (*ukrajinsky: evoluciji*), můžete tuto hru přizpůsobit tématu tak, že v nejnižší úrovni se pohybujeme jako malý živočich (ryba, had, ještěrka), ve střední úrovni jako zvíře pohybující se po čtyřech, přes opičí podřep až do vzpřímeného postoje jako člověk – tanečník. Tuto variantu, kdy tanec inspiruje pohyb zvířat, je možné hrát i s menšími dětmi, které porozumějí tomu, která zvířata se pohybují v jakých rovinách na škále nízko–vysoko.



## Tanec slunečních paprsků / sopečná láva – malujeme stuhami prostorové obrazce

**Cíl taneční hry:** tanec s rekvizitou (stuhou) podbarvený hudební skladbou rozvíjející prostorové cítění dětí, orientaci v prostoru a spolupráci ve skupině

**Věk dětí:** 6–9 let

**Pomůcky:** Triangl, papírová páska pro označení středu místnosti (z pásky na zem nalepíme kruh o průměru cca 60–80 cm) a krepový papír nastříhaný na pruhy (stuhy) v barvě slunečních paprsků— žlutá, oranžová.

**Hudba:** pro sluneční paprsky např. Sluneční orchestr – Vzpomínka: <https://www.youtube.com/watch?v=6JTdxF7rCug>,

pro sopečnou lávu – indiánské bubny: <https://www.youtube.com/watch?v=-2gBFnvq6oU>,

pro rytmy Země: <https://www.youtube.com/watch?v=5AeJn2uSIaG>.

**Popis taneční hry:** Lepicí páskou vyznačíme ve středu prostoru kruh představující slunce (*ukrajinsky: sonce*) a utvoříme kolem něj další kruh. Každý dostane dvě stuhy z krepového papíru představující sluneční paprsky (*ukrajinsky: sonjačni promeni*) a protáhne paže směrem do středu kruhu. Na hudební skladbu roztancujeme společně celý prostor (*ukrajinsky: věz prostir*) pohybem paží, ve kterých držíme stuhy – sluneční paprsky. Kreslíme jimi obrazce v prostoru kolem sebe a nad sebou po oblých drahách. Kreslíme oblouky, vlnovky, kruhy, snížíme se, vyskočíme, točíme se, běžíme... zkoumáme možnosti různých drah a obrazců, které lze stuhami v prostoru vytvářet. Dáváme pozor, abychom se s nikým nesrazili. Cílem je slunečními paprsky zaplnit, prozářít celý prostor a zároveň vnímat ostatní ve skupině. Na závěr hudební skladby se sejdem opět v kruhu kolem „slunce“. Nejprve pedagog tančí společně s dětmi a vlastním pohybem je inspiruje ke zkoumání různých pohybových možností, které tanec se stuhami nabízí. Při opakování hry, až se děti začnou cítit jistěji v pohybu se stuhami, může pedagog zůstat stranou a v průběhu skladby několikrát zvukovým signálem (cinknutím na triangl) děti svolat do středu místnosti ke slunci, a dalším cinknutím opět poslat paprsky do prostoru.

Varianta se slunečními paprsky je spíše klidná a jemná, takže pokud máte třídu plnou temperamentních kluků, nabízí se tematicky hru pozměnit a místo na sluneční paprsky hrát třeba na lávu vytékající ze sopky (červený a oranžový krepový papír, dynamičtější skladba).

# 4. TANEČNÍ HRY PRO ZLEPŠENÍ POZORNOSTI, ZKLIDNĚNÍ A NASLOUCHÁNÍ

## Pohyb sladěný se zvukem triangu

**Cíl taneční hry:** sladit trvání pohybu s trváním zvuku, zklidnění a naslouchání

**Věk dětí:** 7–10 let

**Pomůcky:** triangu

**Popis taneční hry:** V této jednoduché aktivitě pedagog cinkne na triangu – dokud zvuk zní, jeho pohyb plyne. Když zvuk triangu dozní, jeho pohyb se zastaví. Na začátku ztvárníme cinknutí výraznějším pohybovým impulzem. Jak zvuk triangu slábne, taneční pohyb se zpomaluje a zmenšuje.

Děti rychle pochopí princip a pedagog je gestem pozve do hry. Snažíme se co nejpřesněji sladit pohyb s cinkáním na triangu, a protože zvuk triangu je spíše jemný, je potřeba se ztišit, aby každý slyšel, kdy zvuk skončil a pohyb se má zastavit.

## Ťukám, chrastím, šustím, cinkám...

**Cíl taneční hry:** Schopnost vyjádřit rozdílným charakterem pohybu různé hudební i nehupební zvuky. Vede děti k naslouchání a k uvolnění se v tanečním pohybu.

**Věk dětí:** 7–10 let

**Pomůcky:** Použijeme nástroje a předměty vydávající hudební i nehupební zvuky (triangu, rumba koule nebo chrastítka, šustění igelitového sáčku, trhání papíru, ťukání kamínky, bublání brčkem do sklenice vody, vrzání dveří...), zkrátka co je ve třídě zrovna k dispozici.

**Popis taneční hry:** Připravíme si několik hudebních nástrojů a předmětů vydávajících různé zvuky. Pedagog střídá jednotlivé nástroje a mění také délku trvání jednotlivých zvuků. Děti jsou volně rozptýlené v prostoru a reagují na zvuky pohybem. Snaží se co nejpřesněji sladit pohyb se zvukem a vystihnout svým pohybem charakter zvuku. Ticho znamená pauzu – zastavení pohybu.

Následně můžeme zapojit do vytváření zvuků i děti. Můžeme je například nechat hledat ve třídě předměty, které vytvářejí zajímavé zvuky, sednou si do kruhu a jeden po druhém na svůj předmět zahraje, na tři zvuky, které děti objevily, si pak celá skupina zatančí.

Dětem také můžeme svěřit roli vedoucího, jenž hraje na nástroje a vytváří zvuky, na které ostatní děti reagují. Na nástroje necháme hrát menší skupinu dětí tak, že každé dítě má před sebou jeden nástroj a v hraní se střídají bez předem určeného pořadí. Pro děti je zajímavé, že se musí v průběhu úlohy dorozumět beze slov, kdo kdy bude hrát, protože právě překvapivé a nepravidelné střídání zvuků dělá úlohu zajímavou. Když dětem svěříme úlohu vedoucího, posilujeme jejich pocit zodpovědnosti a schopnost spolupráce. Budou překvapené, že díky vzájemnému naslouchání spolu dokážou spolupracovat i bez použití slov.

# 5. TANEČNÍ HRY PODPORUJÍCÍ NONVERBÁLNÍ KOMUNIKACI MEZI DĚTI

## Hra na zrcadlo

**Cíl taneční hry:** neverbální komunikace ve dvojicích, soustředění, co nejpřesnější kopírování tanečního pohybu

**Věk dětí:** 7–15 let

**Hudba:** Hru na zrcadlo, kdy jeden z žáků je „vedoucí“ tančící před zrcadlem a druhý představuje jeho odraz v zrcadle, podbarvíme klidnou, jemnou hudební skladbou, např. Claude Debussy – Claire de Lune:

➔ [https://www.youtube.com/watch?v=CvFH\\_6DNRCY](https://www.youtube.com/watch?v=CvFH_6DNRCY).

**Popis taneční hry:** Žáci utvoří dvojice. Sednou si naproti sobě do kleku na paty nebo do tureckého sedu. Mezi nimi je imaginární zrcadlo (*ukrajinsky: dzerkalo*). Sedí proti sobě a položí si dlaně na stehna/kolena, dívají se jeden na druhého.

Jeden z žáků, vedoucí, pomalu vede pohyb pažemi, naklání se apod., zkrátka tančí tak, aby druhý žák představující jeho odraz mohl kopírovat jeho pohyby tak přesně, že není poznat, kdo je odrazem a kdo vedoucím. (Můžeme nechat později děti hádat, kdo je vedoucí a kdo je odraz.) Nezapomeneme vystřídat role ve dvojicích.

Náročnost hry se zvýší, když začínáme vestoje a zapojíme do tance před zrcadlem kromě pohybů paží, trupu a hlavy také pohyby nohou, i když zůstáváme víceméně na místě. Tato taneční hra je nenáročná na prostor, zahrajete si ji i ve třídě.

## Orchestr a dirigent

**Cíl taneční hry:** schopnost bezprostředně reagovat pohybem na gesta a pokyny dirigenta, spolupráce ve skupině, vytváření společného tanečního celku, neverbální komunikace

**Věk dětí:** 9–15 let

**Popis taneční hry:** Nejprve pedagog, poté žák, který přijme úlohu dirigenta, se postaví před skupinu ostatních dětí, jež představuje orchestr. Pohybem paže/paží a gest určuje délku trvání pohybu dětí v orchestru (vede pohyb, zastaví se v napětí – děti v orchestru reagují pauzou – zastavením pohybu). Dirigent určuje také charakter pohybu (staccato, legato – pohyby odrážející charakter hudby), výšku, v jaké se mají děti v orchestru pohybovat (zvedá ruku, klesá, dotkne se země), či dráhu pohybu (vlnovky, kyvadlová dráha pohybu, otočky, přímé dráhy atd.). Naznačuje gesty, že mají děti poskakovat, nebo unaveně zívá a naznačuje, že si mají lehnout, jako když jsou spát. Nechme dirigenta, aby naplno využil své kreativní nápady a vyzkoušel si, jak spolužáci budou na jeho gesta reagovat. Často se stane, že jedno dítě v orchestru si určitým způsobem dirigentův pokyn vyloží a ostatní děti se k němu přidají – u dětí se tak rozvíjí pocit sounáležitosti se skupinou.

Obměnou této hry je varianta, kdy žák-dirigent dostane do ruky menší šátek nebo hadřík a pohybuje tímto předmětem různými způsoby (natahuje ho, rozvlíní ho, zmačká ho do kuličky apod.) a žáci v orchestru mají za úkol napodobit svým pohybem to, co se s šátkem děje.

# BIBLIOGRAFIE

---

**Jeřábková, J.** Taneční průprava. Nipos-Artama, 2004.

**Joyce, M.** First Steps in Teaching Creative Dance. A Handbook for Teachers of Children, Kindergarten through Sixth Grade. Mayfield Publishing Company, 1973.

**Poláková M., Pucová M.** Kreativny tanec pre deti a mládež, príručka pre pedagógov umeleckej tanečnej výchovy s DVD, Byť v pohybe, 2016.

**Payneová H.** Kreativní pohyb a tanec. Portál, 1999.

**Smugalová, Z.** Taneční výchova a kulturní kapitál, sborník příspěvků. Nipos-Artama, 2008.

# **Tanec, pohyb, rytmus**

Taneční hry pro tvořivost  
a pohodu ve třídě

Autoři:  
**Markéta Pucová**  
**Kateřina Klementová**

**Vyrobil Národní pedagogický institut České republiky**

**2022**

**[www.npi.cz](http://www.npi.cz)**

**npi** | Národní pedagogický institut  
České republiky

