

**Univerzita Karlova**

**Filozofická fakulta**

**Katedra pedagogiky**



## **Bakalářská práce**

Jana Moravová

**Taneční a pohybová výchova jako součást kurikula**

Dance and movement education as part of the curriculum

Praha 2022

Vedoucí práce: Doc. PhDr. Hana Kasíková, CSc.

## **Poděkování**

Děkuji vedoucí práce Doc. PhDr. Haně Kasíkové, CSc. za odborné vedení práce, veškeré připomínky, rady, vstřícnost a ochotu při konzultacích a vypracování bakalářské práce.

### **Čestné prohlášení**

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci na téma Taneční a pohybová výchova jako součást kurikula jsem vypracovala samostatně s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

## **Abstrakt:**

Bakalářská práce se zabývá otázkou zařazení taneční a pohybové výchovy do učebních plánů především základních škol. Uvádí základní pojmy spojené s jejím tématem. Dále pojednává o vývoji dítěte po fyzické i psychické stránce ve vztahu k pohybu. Kapitola o samotné taneční a pohybové výchově ve zkratce nastiňuje počátky výuky na našem území, přibližuje její současnou podobu v kurikulárních dokumentech, její obsah, základní polohy, cviky a kroky, potřebné vybavení pro její realizaci a ukázky podob výuky v zahraničí. Dále se věnuje pedagogickým pracovníkům, jejich osobnosti a vzdělání, popisuje aktuální stav edukace tanečních pedagogů. Zmiňuje též iniciativy mnohých subjektů, které se snaží rozšířit taneční a pohybovou výchovu do škol. Empirická část vychází z údajů získaných na základě dotazníků, který je doplněn o pozorování a rozhovory. Dotazník a rozhovory se zajímají o to, jak na taneční a pohybovou výchovu pohlíží veřejnost a vybraný vzorek respondentů. Zjišťují, jakou s ní respondenti mají zkušenosti a jaký je jejich pohled na tento doplňující obor.

## **Klíčová slova:**

taneční a pohybová výchova, taneční pedagog, kurikulum, tanec a pohyb

**Abstract:**

The bachelor thesis deals with the question of the inclusion of dance and movement education in the curriculum, especially in primary schools. It presents the basic concepts related to this topic. It also discusses the development of the child physically and mentally in relation to physical movement. The chapter about dance and movement education briefly outlines the origins of teaching in our country, presents its current form in curriculum documents, its content, basic positions, exercises and steps, the necessary equipment for its implementation and examples of teaching abroad. Furthermore, it deals with teaching staff, their personality and education, describes the current state of education of dance teachers. It also mentions the initiatives of many entities that are trying to expand dance and movement education in schools. The empirical part is based on data collected through questionnaires, which is supplemented by observations and interviews. The questionnaire and interviews are interested in how the public and the selected sample of respondents view dance and movement education. They find out the respondents experience with it and their views on this complementary discipline.

**Key words:**

dance and movement education, dance pedagogue, curriculum, dance and movement

# Obsah

<b>ÚVOD</b> .....	<b>8</b>
<b>1. ZÁKLADNÍ POJMY A JEJICH DEFINICE</b> .....	<b>10</b>
1.1. TANEC.....	10
1.2. POHYB.....	11
1.3. KURIKULUM.....	11
<b>2. VÝVOJ DÍTĚTE</b> .....	<b>13</b>
2.1. TĚLESNÝ A POHYBOVÝ VÝVOJ.....	13
2.2. PSYCHICKÝ A SOCIÁLNÍ VÝVOJ.....	15
2.3. DŮLEŽITOST POHYBU PRO VÝVOJ DÍTĚ .....	17
<b>3. TANEČNÍ A POHYBOVÁ VÝCHOVA (TPV)</b> .....	<b>19</b>
3.1. POČÁTKY TPV .....	22
3.2. TANEČNÍ A POHYBOVÁ VÝCHOVA V KURIKULÁRNÍCH DOKUMENTECH.....	24
3.3. PODOBA TVP .....	27
3.4. VÝBAVA ŠKOLY PRO REALIZACI VÝUKY TPV .....	28
3.5. NÁPLŇ A POJETÍ VÝUKY TPV .....	29
3.5.1. <i>Výstavba hodiny</i> .....	33
3.5.2. <i>Správné držení těla</i> .....	35
3.5.3. <i>Základní polohy a cviky</i> .....	36
3.5.4. <i>Základní taneční kroky</i> .....	37
3.5.5. <i>Pohyb po prostoru a improvizace</i> .....	38
3.5.6. <i>Kolektivní cítění</i> .....	39
3.6. TPV V ZAHRANIČÍ.....	40
3.6.1. <i>Německo – Tanzplan Deutschland</i> .....	40
3.6.2. <i>Švédsko – Dans i skolan</i> .....	41
3.6.3. <i>Francie</i> .....	42
<b>4. PEDAGOGICKÝ PRACOVNÍK</b> .....	<b>43</b>
4.1. OSOBNOST TANEČNÍHO PEDAGOGA .....	43
4.2. VZDĚLÁNÍ PEDAGOGICKÉHO PRACOVNÍKA .....	46
<b>5. PRAKTICKÁ ČÁST</b> .....	<b>50</b>
5.1. CÍL VÝZKUMU .....	50

5.2.	POPIS ZVOLENÉHO DESIGNU .....	50
5.3.	REALIZACE ŠETŘENÍ.....	51
5.4.	VYHODNOCENÍ DOTAZNÍKOVÉHO ŠETŘENÍ.....	52
5.5.	SHRnutí DOTAZNÍKOVÉHO ŠETŘENÍ.....	57
5.6.	VYHODNOCENÍ POZOROVÁNÍ A ROZHOVORU .....	59
<b>ZÁVĚR.....</b>	<b>.....</b>	<b>65</b>
<b>ZDROJE.....</b>	<b>.....</b>	<b>67</b>
POUŽITÁ LITERATURA .....	.....	67
INTERNETOVÉ ZDROJE .....	.....	68

# ÚVOD

V této práci se věnuji taneční a pohybové výchově jako součásti rámcového vzdělávacího programu především základního vzdělání. Cílem práce je přiblížit, jakou cestou se tento umělecký obor ubírá, ukázat nesporné výhody tohoto oboru, nahlédnout různými pohledy na jeho vliv na dítě, předložit stručnou historickou podobu, jeho aktuální podobu v kurikulárních dokumentech, okrajově přiblížit situaci ohledně jeho zařazení v zahraničí a představit tanečního pedagoga.

Zmíněné téma mi je velmi blízké a nezvolila jsem si ho náhodně. Tanci se zájmově věnuji od útlého věku na základní umělecké škole Bajkalská a v tanečních souborech a tento koníček přerostl na profesní úroveň. Díky absolvování čtyřsemestrálního kurzu taneční a pohybové výchovy na Hudební a Taneční akademii múzického umění mám možnost působit v rámci projektu magistrátu hlavního města Prahy „Akademie pro seniory“ jako lektorka na již zmiňované základní umělecké škole, kde jsem už dříve sbírala své první lektorské zkušenosti při asistenci v hodinách. Zároveň občasně docházím do různých mateřských škol, kde nárazově vedu taneční hodiny. Díky tomu mám možnost pozorovat vývoj pohybu, jeho rozdíly, výsledky jeho provádění.

S vývojem životního stylu roste zájem o technologie, které jsou čím dál tím více nedílnou součástí našich každodenních životů, což je jednou z mnoha příčin, proč se u mladé generace objevují mnohé zdravotní problémy. Jedním z řešení těchto komplikací je tělesná kultivace, která obecně děti harmonizuje. Pro zdravý a spokojený život je pohyb nezbytný. Sportovní činnosti ale nemusí být úplným řešením této problematiky, jelikož jsou zaměřené především na výkony a soutěž mezi netalentovanějšími jedinci.

Tento problém se nevyskytuje pouze v naší společnosti, ale obecně se s ním potýká každá moderní společnost. Dnes je velmi aktuální snaha tanec jako umělecký obor integrovat coby důležitý předmět výchovně vzdělávacího procesu a přispívat k rozvoji a harmonizaci dětí. Řada nejen evropských zemí se tímto tématem aktivně zabývá.

Při vypracovávání této práce se zprvu zdálo, že tento umělecký obor má nakročeno správným směrem a jeho integrace do výuky je téměř nadosah. Nicméně na základě získaných materiálů se postupem času ukázalo, že opak je pravdou, ačkoli je téma taneční a pohybové výchovy častým předmětem diskusí, vedených ovšem v řadách tanečních odborníků. To je

důvodem mého zpracování, chtěla jsem toto téma rozšířit i mezi „netanečnický“ a především od nich získat jejich pohled na tento obor. Proto v druhé části práce předkládám výsledky svého výzkumného šetření v podobě dotazníku doplněný o pozorování a rozhovor.

# 1. Základní pojmy a jejich definice

K porozumění tématu je nutné si nejdříve přiblížit samotné základní pojmy.

## 1.1. Tanec

Pojem tance je poměrně rozsáhlý, každý má o tanci určitou vizi a dokáže předložit různé příklady toho, co tancem rozumí. Obecně můžeme zhruba říci, že lidské aktivity se dají zařadit do dvou kategorií činností – přírodní a kulturní, z pohledu sociologie jsou pak rozděleny na práci a zábavu. Tanec se tedy nachází jednoznačně v kategorii činnosti kulturní a dle dělení sociologického v oblasti zábavy (v tomto případě záleží na poměru činitele k činnosti, neboť se ze zábavy může stát práce, tedy ze zájmu výdělečným zaměstnáním.)<sup>1</sup>

Pokud jsme došli k významu pojmu tanec a pochopili jej, můžeme se pokusit i o jeho definici a nalézt tak jeho smysl. Jednoznačným znakem tance je pohyb, avšak ne každý pohyb je tanečním pohybem. Taneční pohyb se zřetelně odlišuje tím, že jde o pohyb rytmický. Lze jej provádět na hudbu, ale též na ticho či pouhé zvuky, přesto je tento pohyb rytmicky pravidelný a rovnoměrně členěný. Takový pohyb můžeme ovšem nalézt i při jiných aktivitách a je tedy vhodné definici tance více zúžit. Tanec je esteticko-sdělovací prostředek, je to umění, vyjadřující pocity pomocí rytmických pohybů.<sup>2</sup>

Petr Odstrčil<sup>3</sup> označuje tanec jako činnost sportovní, která se však ve formě vrcholového provádění k umění přibližuje. Oproti tomu Eva Blažíčková<sup>4</sup> tanec vnímá jako činnost uměleckou, jelikož ačkoli jde o námi řízenou aktivitu, tato aktivita vychází z našich každodenních zkušeností, což je základem pro uměleckou zkušenost.

Stylů tance najdeme hned několik: klasický, lidový, moderní, současný, hip hop, street dance, párový atd. Vznikají stále další styly, některé jsou více umělecké, jejich záměrem je estetický prožitek s výpovědní hodnotou, některé spíše sportovní, tedy zaměřené především na

---

<sup>1</sup> REY, Jan, Jak se dívat na tanec. Praha, Vyšehrad. 1947, s. 9.

<sup>2</sup> Tamtéž, s. 15-17.

<sup>3</sup> ODSTRČIL, Petr. Sportovní tanec. Praha, Grada Publishing, 2004. ISBN 80-247-0632-6, s 7.

<sup>4</sup> BLAŽÍČKOVÁ, Eva. Metodika a didaktika taneční výchovy. Praha, Konzervatoř Duncan centre, 2005. ISBN 80-7290-166-4. s. 7.

výkon, techniku a soutěž, či styly společenské, které se zúročují při různých společenských událostech.

V rámci této práce je však tanec vnímán jako prostředek přemýšlení o těle, které má vlastní jazyk i způsob vyjadřování. Je kombinací umělecké činnosti a sportovní aktivity.

## 1.2. Pohyb

Pohyb je přirozená schopnost, kterou člověk disponuje a rozvíjí již od narození, jde o základní projev života. Lze říci, že vykonáváme dva druhy pohybu – ten, který vidíme a je tedy zřejmý, a ten, který cítíme. Viditelný pohyb je vykonáván svaly příčně pruhovanými, ty ovládáme svojí vůlí. Druhý druh pohybu, tedy ten, který cítíme, je vykonáván hladkým svalstvem v útrokách našeho těla. Ačkoli se tímto pohybem příliš nezabýváme, jelikož probíhá samovolně, automaticky, je stejně jako námi ovládaný pohyb součástí našeho života, bez které se neobejdeme.<sup>5</sup>

Podle Světové zdravotnické organizace (World Health Organization – WHO) je pohybová aktivita libovolná činnost produkovaná kosterním svalstvem, jejímž výsledkem je zvýšení dechové a tepové frekvence.<sup>6</sup>

V práci je pohyb chápán tedy jako „mechanická činnost“ těla, která je prostředek k tanci. Pohyb ještě není tancem, je to samostatný prvek, stejně, jako nota ještě není hudbou. Přesto je možné, aby se nota stala hudbou, stejně tak se může pohyb stát tancem, je k tomu potřeba ovšem vnitřní zapojení.<sup>7</sup>

## 1.3. Kurikulum

Význam je rozlišen na 3 základní pojmy: „1 Vzdělávací program, projekt, plán. 2 Průběh studia a jeho obsah. 3 Obsah veškeré zkušenosti, kterou žáci získávají ve škole a v činnostech ke škole se vztahujících, její plánování a hodnocení.“<sup>8</sup>

---

<sup>5</sup> ZEMÁNKOVÁ, Marie, Pohyb nad zlato: [pracovní učebnice pro výuku tělesné výchovy pro ZŠ]. Olomouc: Hanex. 1996. ISBN 80-85783-11-8, s. 4.

<sup>6</sup> Physical activity. WHO | World Health Organization [online]. Copyright © [cit. 02.04.2022]. Dostupné z: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

<sup>7</sup> Celostátní konference tanečních oborů ZUŠ – YouTube. YouTube [online]. Copyright © 2022 Google LLC [cit. 04.04.2022]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=m0xQV2FnUME&t=470s>

<sup>8</sup> PRŮCHA, Jan, Jiří MAREŠ a Eliška WALTEROVÁ, 2003. Pedagogický slovník. 4. aktualiz. vyd. Praha: Portál. ISBN 80-7178-772-8, s. 110.

Dále v knize *Kurikulum Proměna a trendy v mezinárodní perspektivě*<sup>9</sup> jsou předkládány samotné podoby kurikula:

- doporučené kurikulum: dokument, který řeší základní koncepční otázky kurikula,
- předepsané kurikulum: oficiální dokument, který je závazný pro určité typy škol nebo pro celý vzdělávací systém,
- realizované kurikulum: to, co učitel skutečně realizuje ve třídě,
- podpůrné kurikulum: učebnice, časové dotace, zaměstnanci školy, vzdělávání učitelů, vybavení školy, které podporuje realizaci předepsaného kurikula,
- hodnotící kurikulum: soubor testů, zkoušek a dalších nástrojů měření,
- osvojené kurikulum: to, co se žáci skutečně naučí.

K těmto definicím se připojuje ještě následující terminologické rozlišení:

1. Formální kurikulum je komplexní projekt cílů, obsahu, prostředků a organizace vzdělávání; realizace projektovaného kurikula ve vzdělávacím procesu; způsoby kontroly a hodnocení výsledků výuky.
2. Neformální kurikulum zahrnuje aktivity a zkušenosti vztahující se ke škole (mimotřídní a mimoškolní aktivity organizované školou např. exkurze, výlety, soutěže, zájmové činnosti); domácí studium, úkoly a přípravu žáků na vyučování.
3. Skryté kurikulum postihuje další souvislosti života školy, které nejsou obvykle vyjádřeny v programech a jsou obtížně postižitelné: etos a klima školy, vzdělávací hodnoty, vztahy mezi učiteli a žáky, vztahy mezi školou a dalšími zdroji vzdělávání, způsoby diferenciací žáků, pravidla chování ve třídě, sociální strukturu třídy, charakter školního prostředí, implicitní obsah učebnic apod.

V této práci je kurikulum vnímáno jako proces a nástroj k dosažení nejen cílů učení, ale především spokojenosti žáka a jeho úspěchů v budoucím životě i mimo školní prostředí.

---

<sup>9</sup> WALTEROVÁ, E. *Kurikulum – Proměny a trendy v mezinárodní perspektivě*. Brno, MU, 1994. ISBN 80-210-0846-6, s. 16-17.

## 2. Vývoj dítěte

Již na první pohled poznáme rozdíl mezi čtyřletým, sedmiletým, dvanáctiletým a šestnáctiletým dítětem, to je samozřejmě dáno vývojem, který je v každém období něčím charakteristický. Je nutné si uvědomit, že vývoj u každého jedince je individuální a neprobíhá stejnoměrně. Anatomicko-fyziologická i psychosociální specifika v jednotlivých věkových etapách jsou charakteristická pro konkrétní věk dítěte a je potřeba na ně během vyučování brát zřetel.

Zásadní pro pohybovou aktivitu je intenzivní růst dítěte, jelikož během dětství a adolescence tělesná hmotnost naroste o více než 30 kg a výška o více než 50 cm, vývoj vnitřních orgánů, které mění funkčnost a úlohy, rozvoj pohybu, jehož výkonnost se přirozeně zvyšuje a psychosociální rozvoj, který proměňuje pochopení a vnímání svého okolí a postavení v něm.<sup>10</sup> Národní fond dětského scénického tance uvádí rozdělení vývoje na období hravosti (dítě do 9 let), cesty k řemeslu (10-12 let) a dítě jako osobnost (13-15 let).<sup>11</sup>

Jedná se o aspekty, které jsou pro výstavbu hodin podstatné a (nejen) taneční pedagog by je měl brát v potaz. Proto je v dalším textu rozvádím podrobněji.

### 2.1. Tělesný a pohybový vývoj

U žáků mladšího školního věku (tj. 6-11 let) je fyzický vývoj charakterizován rovnoměrným růstem výšky, nabíráním na hmotnosti a zároveň plynulým rozvojem vnitřních orgánů, navyšováním vitální kapacity plic a krevního oběhu. Stabilizuje se zakřivení páteře, rozvíjí se osifikace, mění se morfologie těla, což vytváří kladný předpoklady pro rozvoj motorických forem.

Vývoj hlavních orgánů mozkové centrální nervové soustavy je v podstatě ukončen. To znamená, že kolem šestého roku života je nervový systém dostatečně vyzrálý na komplexnější pohyby se silnou koordinací, po dobu tohoto období je formována schopnost učit se novým

---

<sup>10</sup> PERIČ, Tomáš a Jan BŘEZINA, Jak nalézt a rozvíjet sportovní talent: průvodce sportováním dětí pro rodiče i trenéry. Praha, Grada Publishing. 2019. ISBN 978-80-271-0527-4, s. 48-49.

<sup>11</sup> Ukázky tvorby – Dítě v tanci. [online] [cit. 21.04.2022]. Dostupné z: <https://www.ditevtanci.cz/ukazky-tvorby/>

pohybům. Podmínky pro rozvoj rychlostních a koordinačních schopností se vytvářejí díky plasticitě nervového systému a pohyblivosti nervových procesů.<sup>12</sup>

V této fázi je charakteristická spontánní pohybová aktivita, stejně jako snadnost, s jakou se nové pohybové dovednosti osvojují, ty ovšem mohou být zapomenuty, nejsou-li opakovány. Zkušenost z přirozené motoriky dítě zúročuje při nových pohybových dovednostech, důležité je i rozvíjení rovnováhy a trénink pohybové obratnosti. Neefektivnost pohybu a trvalá proměnlivost dynamiky nervových procesů jsou typickými rysy motoriky dětí této věkové kategorie. Toto může být vysvětlením pro osobitou živost a neklid, kdy je každá aktivita vykonávána s pohybem navíc.

Etapa mezi 8. a 10. rokem dítěte bývá označována jako „zlatý věk motoriky“, je to období, které se považuje za nejpříznivější pro rozvoj motoriky a vyznačuje se svižným osvojováním dalších pohybů, dítěti stačí předvést perfektní výkon jakožto vzor a po několika pokusech nebo dokonce rovnou zvládne nový pohyb. Důvěra ve vykonávání činností se zvyšuje a můžeme tak během tréninku sledovat kvalitativní znaky správně vykonaného pohybu, koordinační obtíže u náročnějších pohybů postupně mizí a koncem období mladšího školního věku děti již zvládají intenzivní koordinační cvičení.<sup>13</sup>

U žáků staršího školního věku je patrný rychlý růst, který se mění společně s hmotností. Růstové změny však mohou výrazně ovlivnit kvalitu pohybu a mobilitu, jelikož nejsou rovnoměrně rozložené, mají individuální tempo a vyrovnávají se až ke konci tohoto období. Rychlejší růstové spurty mohou být příčinou řady defektů pohybového aparátu, proto je období puberty významné pro návyk zdravého držení těla. Fyzická zdatnost není stále na maximální úrovni, nicméně díky dobré adaptabilitě jsou tvořeny kladné podmínky pro cvičení. Růst a celkový vývoj se postupně blíží ke konci, ale ještě nejsou ukončeny, zejména osifikace je stále limitujícím faktorem pro výkon.<sup>14</sup>

Puberta je doprovázena fyziologickými procesy ovlivňujícími některé orgány, vestibulární aparát, postupně dozrávají další analyzátory a hodnoty se dostávají na úroveň dospělých. Utužují se podmíněné reflexy, podmínky pro rozvoj rychlostních schopností jsou

---

<sup>12</sup> PERIČ, Tomáš a Jan BŘEZINA, Jak nalézt a rozvíjet sportovní talent: průvodce sportováním dětí pro rodiče i trenéry. Praha, Grada Publishing. 2019. ISBN 978-80-271-0527-4, s. 50-51.

<sup>13</sup> Tamtéž, s. 52-53.

<sup>14</sup> Tamtéž, s. 56.

utvářeny díky plasticitě nervového systému. S koncem puberty jsou zřetelnější odlišnosti mezi dívkami a chlapci, což je zapříčiněno hormonálními činnostmi.<sup>15</sup>

I z tohoto důvodu je za vrchol obecného rozvoje z hlediska vývoje motoriky považován přelom mladšího a staršího školního věku. Všestrannost a nestálost pohybu ustupují značné efektivitě v jeho vykonávání, přesnosti a hbitosti. Schopnost předvídat pohyb vlastní i ostatních, i aktivity se sportovními pomůckami již jsou též na vyšší úrovni. Nejvýraznější vlastností je rychlé porozumění a učení se novým pohybům se snadnou adaptabilitou na měnící se podmínky. Pohyby osvojené v tomto období jsou často silnější než ty, které si člověk osvojuje v období dospělosti.

Pohybové schopnosti, které děti pozorují, chápou a vnímají jako celek, okamžitě realizují, motorické učení činí téměř hned napoprve.<sup>16</sup>

V pubertě se u mnohých dětí výrazně zhoršuje koordinace, což je zapříčiněno rychlým růstem vedoucí k nepoměru mezi určitými částmi těla. U dospívajících je narušena schopnost souvislého a přesného pohybu, avšak nástup puberty je vyznačen též silovým vývojem, konkrétně u chlapců dochází k nárůstu svalové hmoty o 27-40 %, což vede ke zlepšení svalového výkonu.<sup>17</sup>

Právě pravidelné cvičení v rámci TPV může napomoci s odstraněním těchto nesrovnalostí.<sup>18</sup>

## **2.2. Psychický a sociální vývoj**

Pro TPV je psychický a sociální vývoj rovněž velmi důležitý. Pedagog musí mít odlišnosti v této oblasti na paměti, aby dokázal správně zvolit formy pohybové výuky a přiměřený přístup k žákům.

V období mladšího školního věku žáci získávají mnoho nových informací, dochází k rozvoji paměti a představivosti. Při poznávání a myšlení žákům unikají souvislosti a svoji pozornost soustředí především na jednotlivosti. Nedostatečná pozornost může narušit provádění již osvojených dovedností. Abstraktní pojmy jsou pro dítě v této době téměř nepochopitelné, abstraktní myšlenkové procesy se objevují až koncem tohoto období. Pro dítě

---

<sup>15</sup> PERIČ, Tomáš a Jan BŘEZINA, Jak nalézt a rozvíjet sportovní talent: průvodce sportováním dětí pro rodiče i trenéry. Praha, Grada Publishing. 2019. ISBN 978-80-271-0527-4, s. 56-57.

<sup>16</sup> Tamtéž, s. 58.

<sup>17</sup> Tamtéž, s. 59.

<sup>18</sup> CVEKLOVÁ, Bohumíra. Metodická příručka pro přípravnou taneční výchovu. Rok a místo vydání neznámé, s. 3.

jsou pochopitelné pouze situace a pojmy, které si může „osahat“. V tomto stadiu (tzv. období konkrétního nazírání) vnímá realitu na základě názorných vlastností konkrétních věcí a jevů.<sup>19</sup>

Povahové rysy osobnosti nejsou ještě zcela stabilní, dítě je impulzivní a jeho nálada se rychle mění. Síla vůle je jen slabě rozvinutá, což je příčina, proč dítě není schopno jít za dlouhodobými cíli, zvláště pokud má překonat okamžité nezdary. Dítě prochází všemi činnostmi se silnými emocemi, zvyšuje se také odvaha a vnímavost k okolí. Je velmi podstatné si uvědomit, že doba soustředění dítěte je pouze krátkodobá, přibližně 5 až 7 minut, poté následuje utlumení a rozptýlení.<sup>20</sup>

Při nástupu do školy se začíná tvořit formální kolektiv vyžadující integraci a respektování jeho standardů. Dítě přechází od hry k seriózní aktivitě, adaptuje se do skupiny vrstevníků, socializuje se a přizpůsobuje se daným pravidlům, přijímá formální autority. V tomto věku jsou děti často soutěživé, protože potřebují být ve skupině a dostat v ní řádné odezvy. Postupně vznikají první přátelská pouta a menší skupiny, mnohdy se zvláštními tajnými vazbami a zvláštní symbolikou. Konec této etapy je doprovázen fází kritičnosti ve vyhodnocování impulsů a jevů sociálního prostředí, projevuje se tendenčnost negativních soudů o realitě a pokles přirozené autority dospělých. Dítě vyhledává své idoly, které může najít i mezi svými vrstevníky, kteří pro něj mohou být přirozenou autoritou, hlouběji se zapojuje do nových kolektivů, osvojuje si elementární kulturní návyky a přejímá větší zodpovědnost za své činy.<sup>21</sup>

Puberta je jedním z nejdůležitějších období v psychickém vývoji. Prohlubující se emoční život je poznamenáván určitou disbalancí a typickou náladovostí. Nejistota v předpokladu svých schopností je mnohdy maskována chvástáním a silou dítěte. V tomto období se objevují hluboké zájmy, čímž vzniká základ pro volbu profese. Vztah vytvořený k pohybu jako k aktivitě může být uspokojující, ale vyžaduje veškeré úsilí a pochopení, že se nejedná o volnou hru.<sup>22</sup>

---

<sup>19</sup> PERIČ, Tomáš a Jan BŘEZINA, Jak nalézt a rozvíjet sportovní talent: průvodce sportováním dětí pro rodiče i trenéry. Praha, Grada Publishing. 2019. ISBN 978-80-271-0527-4, s. 51.

<sup>20</sup> Tamtéž, s. 51-52.

<sup>21</sup> Tamtéž, s. 53.

<sup>22</sup> PERIČ, Tomáš a Jan BŘEZINA, Jak nalézt a rozvíjet sportovní talent: průvodce sportováním dětí pro rodiče i trenéry. Praha, Grada Publishing. 2019. ISBN 978-80-271-0527-4, s. 57.

U dětí se vyskytují známky racionálního i abstraktního porozumění, postupně chápou logické odůvodňování abstraktních pojmů. Presumpce pro rozvoj psychické činnosti a délka koncentrace je již na vysoké úrovni. Rychlost učení narůstá a počet požadovaného opakování se snižuje.<sup>23</sup>

Celkové proměny v těle vedou i k novým sociálním situacím a můžou zapříčinit i pocit odlišnosti od ostatních vrstevníků, vyšší všímání se sebe samého, izolování a uzavírání se před ostatními. To může eskalovat až k agresivním projevům a nepřátelskému jednání vůči druhým. Emoční sféra se značně prohlubuje, děti jsou citlivější a vnímavější, objevují se projevy introverze. Zároveň vznikají vztahy s opačným pohlavím a nová přátelství, silnější kolektivní struktury s lídry a jinými rolemi. Idoly, které dítě napodobuje a obdivuje, mohou být negativní, čímž se zvyšuje riziko negativního sociálního projevu.<sup>24</sup>

### **2.3. Důležitost pohybu pro vývoj dítě**

Moderní doba je doprovázena řadou tzv. civilizačních chorob, ať již se jedná o diabetes, kardiovaskulární onemocnění, nadváhu, deprese apod. Tyto potíže jsou výsledkem „blahobytu“, v němž současná společnost žije a jsou vedle sedavého životního stylu, konzumace vysokoenergetických potravin a návykových látek jednou z příčin „hypokineze“ neboli pohybové nedostatečnosti. Tento termín se dělí na hypokinezi primární, tedy vrozenou, či získanou onemocněním nebo zraněním, a sekundární, která nemá zdravotní opodstatnění.<sup>25</sup> Je tedy zcela evidentní, že pohyb má v životě dítěte neodmyslitelné místo.

Dle organizace WHO by děti a mládež měli denně jednu hodinu věnovat mírné až střední fyzické aktivitě a třikrát týdně by se jim mělo dostávat intenzivnějšího pohybového programu posilujícího svalstvo a kosti.<sup>26</sup> Ačkoli dodržování těchto uvedených zásad má na děti pozitivní dopad, jen zlomek se jich pohybové činnosti skutečně takto často věnuje.

---

<sup>23</sup>PERIČ, Tomáš a Jan BŘEZINA, Jak nalézt a rozvíjet sportovní talent: průvodce sportováním dětí pro rodiče i trenéry. Praha, Grada Publishing. 2019. ISBN 978-80-271-0527-4, s. 57.

<sup>24</sup> Tamtéž, s. 59-60.

<sup>25</sup> Tamtéž, s. 14-15.

<sup>26</sup> Physical activity. WHO | World Health Organization [online]. Copyright © [cit. 02.04.2022]. Dostupné z: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

Fyzická aktivita je prostředkem k rozvoji a upevnění pohybového aparátu, zpevňuje kosti a ovlivňuje činnost svalstva i vnitřních orgánů. Pohybem se zvětšuje funkční kapacita především dýchacího a oběhového systému v těle, při pohybu je podporována srdeční aktivita a snižuje se klidová tepová frekvence, což vede k efektivnější práci srdce, rozšiřuje se vitální kapacita plic, dechový objem, pohyb přispívá k likvidaci toxických látek v těle, v mozku se stimulují endorfiny a dochází k harmonizaci nervového systému.<sup>27</sup>

---

<sup>27</sup> PERIČ, Tomáš a Jan BŘEZINA, Jak nalézt a rozvíjet sportovní talent: průvodce sportováním dětí pro rodiče i trenéry. Praha, Grada Publishing. 2019. ISBN 978-80-271-0527-4, s. 17.

### 3. Taneční a pohybová výchova (TPV)

TPV má řadu výhod, které mohou být nápomocny v běžném životě. Může docílit správného držení těla, rovnoměrného posílení svalstva, zvýšení pohyblivosti kloubů, páteře a celkové flexibility, odstranění nesprávných pohybových návyků, práce s dechem, prohloubení muzikality, tvořivosti, prostorového citění i emoční složky osobnosti.<sup>28</sup>

Při pozorování dítěte v běžném každodenním životě si můžeme všimnout, že jeho pohyb obsahuje množství tanečních projevů. Mohou to být radostné výskoky, veselé zatleskání, čilé poskoky i zatočení, mnohdy doprovázené popěvkem či zvoláním. Spojí-li se tyto rozradostněné projevy s hudbou, celkový projev se tím silně umocňuje.

Dětská dychtivost po pohybu či hře je běžným prvkem dětství, v němž nalezneme výchozí bod pro hledání postavení tance ve výchově. U předškolních dětí, jejichž pohyb je projevem celého organismu, se vstupem do školního prostředí či jinou změnou tento harmonický projev vytrácí a podnítit jej lze pouze dlouhodobou prací.<sup>29</sup>

Avšak ne každé dítě je obdařeno vnitřní citlivostí a ladným pohybem, proto je nutné určité schopnosti jako například návyk správného držení těla, schopnost vnímání hudby, prostoru i skupiny, tvůrčí schopnosti atd. rozvíjet. Dítě by během výuky nemělo mít pocit, že je k něčemu nuceno. „Naopak by mělo být vedeno k vědomému poznávání, kterého obohacuje a rozvíjí jeho přirozený pohybový slovník.“<sup>30</sup>

Záměrem taneční výchovy je celistvý projev dítěte, tedy harmonický pohyb. Tento pohyb je ale již tvořen vnitřním pocitem, představou, prožitkem ze samotného pohybu a jde o pohyb kultivovaný. Kromě estetických účinků tento harmonický pohyb povzbuzuje tvořivost a přináší harmonii do celkového vývoje osobnosti.<sup>31</sup>

---

<sup>28</sup> ŠIMSOVÁ, Josefa. Pohybová průprava v tanečních kroužcích. Praha, Středočeské krajské kulturní středisko, 1981, s. 1.

<sup>29</sup> JERÁBKOVÁ, Jarmila, Taneční průprava: odborná příručka pro učitele tanečních oborů lidových škol umění. Praha: Státní pedagogické nakladatelství. Odborná literatura pro veřejnost. 1979, s. 10.

<sup>30</sup> LÖSSL, Jiří, Rytmická, *pohybová a taneční výchova mladšího žactva: deset lekcí pro začínající pedagogy*. 2. vyd. Praha, Národní informační a poradenské středisko pro kulturu, útvar Artama. Pohyb. 2012. ISBN 978-80-7068-266-1, s. 7.

<sup>31</sup> JERÁBKOVÁ, Jarmila, Taneční průprava: odborná příručka pro učitele tanečních oborů lidových škol umění. Praha: Státní pedagogické nakladatelství. Odborná literatura pro veřejnost. 1979, s.10.

Svémi specifickými prvky vede TPV k řešení obtíží v estetice pohybového projevu, který je vzhledem k nepříliš příznivým civilizačním vlivům potřeba vyrovnávat, čímž v tomto smyslu naplňuje rozsáhlejší cíle výchovy estetické.

Zároveň je včasnou taneční a pohybovou výchovou dětem nejen do pohybového projevu nenuceným způsobem vnášen harmonický řád. Ovlivňuje svým působením také duševní svět dítěte, což má značný účinek na utváření vztahu nejen k lidem, ale též ke světu i životu jako takovému.<sup>32</sup>

Obecnými předpoklady k absolvování TVP jsou zdravý organismus, postava bez vážnějších anatomických deformit, které by způsobovaly obtíže, přirozená radost z pohybu a pohybových aktivit, vytrvalost, zdravé kolektivní cítění a rozvinutá představivost.

Předním cílem TVP je řád a kultivace dětského pohybového projevu prostřednictvím pohybových her a hravých pohybových cvičení. Dále se snaží vyvolávat fyzické pocity, formovat základní pohybové dovednosti, získávat návyky pro správné a zdravé držení těla, cílem je také nabytí schopnosti prostorové orientace a celková obratnost.<sup>33</sup>

V určitých případech můžeme v současnosti TPV nalézt na školách v rámci hodinových dotací tělesné výchovy, což znamená, že v rozvrhu zůstává stejný počet hodin pohybu, další již ale nepřibývá.

Britský pedagog Sir Ken Robinson ve svém článku *Why dance is just as important as math in school*<sup>34</sup> uvádí benefity TVP, především z oblasti sociálních vztahů studentů. Píše zde o průzkumech v Los Angeles, kde 66 % ředitelů škol zmínilo zaznamenané pozitivní změny žáků v chování k ostatním a v evaluaci tanečních tříd v New Yorku v 95% učitelé uvedli viditelné zlepšení schopností kooperace a spolupráce. Dále zmiňuje výhody ekonomické, jelikož osobní kvality, které tanec podporuje, mnozí zaměstnavatelé vnímají jako podstatné vlastnosti pro adaptabilní a spolupracující pracovní sílu.

Význam zařazení taneční a pohybové výchovy do výuky, a hlavně její realizace je předmětem mnohých diskusí. Přínosy tohoto předmětu již nejsou pouhými teoretickými

---

<sup>32</sup> CVEKLOVÁ, Bohumíra. Metodická příručka pro přípravnou taneční výchovu. Rok a místo vydání neznámé, s. 1.

<sup>33</sup> Tamtéž, s. 4.

<sup>34</sup> Why dance is just as important as math in school [online]. Copyright © TED Conferences, LLC. Dostupné z: <https://ideas.ted.com/why-dance-is-just-as-important-as-math-in-school/>

domněnkami, ale jsou ověřeny praxí přinášející řadu poznatků. Existují projekty *Škola tančí* a *Tanec školám*, které přinášejí TPV do škol formou blokové výuky.

Od roku 2006 sdružení *Tanec Praha* realizuje již zmíněný projekt *Tanec školám*, jehož koncepce se v průběhu let měnila a přizpůsobovala dle potřeb škol i vyučujících. Obsah programu, který projekt implementuje na první stupeň základních škol, vyučuje profesionální tanečnické společně s hudebníkem doprovázejícím lekce hrou na libovolný hudební nástroj. Díky živému hudebnímu doprovodu jsou hodiny propojeny s dalším předmětem kurikula. Náplň programu jsou především pohybové hry a taneční improvizace, ale i tvorba choreografií.<sup>35</sup>

Sdružení *SE.S.TA*, které od roku 2014 koncepčně zastřešuje projekt *Škola tančí*, též na školách praktikuje blokovou výuku. Tu zde vedou profesionální choreografové. Náplň hodin spočívá v domluvě vyučujícího se třídním učitelem, s nímž vyberou určité téma z jednoho předmětu, které následně v hodinách pohybově zpracovávají.<sup>36</sup>

Předkládány nám tak jsou dva možné přístupy k zařazení TPV do výuky. První s ambicí získat postavení právoplatného předmětu vedle výtvarné a hudební výchovy a druhý, který lze chápat jakožto formu podpurné metody a průřezový projekt v rámci jiného předmětu pro uchopení učiva.

Přínosy je možné vyzorovat již po jednoblokové výuce nebo workshopu (v případě *Tanec školám* jde o 12 hodin a *Škola tančí* 20 o hodin). Při procesu jsou přítomni i třídní učitelé, kteří žáky ze svého vyučování znají a mohou tak pozorovat, jak se na žácích odlišný přístup odráží. Třídní učitelé tříd, které měly možnost se zúčastnit, se shodují, že absolvováním procesu se žáci uvolní, stimulují, odbourávají vzájemné srovnávání se a jelikož jde o kolektivní činnost, navazují kontakt, komunikují, pracují skrze tělo, boří určité bariéry.<sup>37</sup>

Argumentem pro nezařazení TPV do rozvrhu může být skutečnost, že děti se v období puberty s tancem setkávají ve formě tzv. tanečních. Tento fenomén s více než dvoustetletou tradicí je z hlediska klientely nejrozšířenějším tanečním vzděláním, ačkoli zájem o kurzy mezi středoškolskými studenty klesá. Primárním cílem těchto kurzů je osvojení společenských tanců

---

<sup>35</sup> ŠTÁDLEROVÁ, Lucie. Taneční a pohybová výchova jako součást základního vzdělávání. Taneční aktuality – Speciální vydání 2021- Tanec a vzdělání. 2021. ISBN 978-80-908312-1-6, s. 65.

<sup>36</sup> Tamtéž, s. 65.

<sup>37</sup> Tamtéž, s. 65.

a etiky, vedlejším záměrem je rozvoj společenských dovedností, respektu, slušnosti a ohleduplnosti.<sup>38</sup>

### 3.1. Počátky TPV<sup>39</sup>

Tanec jako takový je mezi námi od počátku lidské existence. Radoslav Balaš ve své knize *Tance 20. století*<sup>40</sup> uvádí, že svět byl vždy naplněn pohybem, ať již jde o růst květin, komíhání korun stromů ve větru atd. Tyto pohyby byly impulzem k jejich nápodobě, avšak to, co dodalo pohybu krásu, byl právě tanec.

Historické kontexty jsou pro lidstvo velmi důležité a níže je uveden stručný vývoj taneční a pohybové výchovy na našem území.

Aktuální podoba systematické umělecké taneční a pohybové výchovy vychází z trendů, které se etablovaly v první polovině minulého století. Jde o spojení vize, která propojuje tendence podporující potenciál tance ve společnosti s možností podchytit a rozvíjet taneční talent. Současně jde o možnost zvětšit povědomí veřejnosti o tanečním umění a popularizovat jej.

Institucionalizace výchovy prostřednictvím tanečního a pohybového umění byla v českém prostředí během celého 20. století silně ovlivněna politickým děním, kdy formování uměleckého tance, a tedy i jeho výchovné disciplíny dle prvotních ideálů bylo složité. Bylo potřeba dodat mu jistou jedinečnost, kterou je nutno respektovat, uvědomit si ji a zároveň rozproudit novými trendy, aby se neuzavřela a nestrnula.

Přestože již Jan Amos Komenský volal po systematické pohybové výchově vedoucí ke kultivaci těla, k jeho vyslyšení došlo až ve druhé polovině 19. století vznikem Sokola. Ten poskytl osobitý způsob tělesné kultivace, který nebyl pouhým aplikovaným vzorem. Miroslav Tyrš byl nejen autorem tělovýchovného modelu, ale byl též iniciátorem systematického tělocviku žen, který byl do tohoto okamžiku naprosto nepřijatelný. Avšak díky emancipačním tendencím a úsilí Kleměni Hanušové, která byla žačkou M. Tyrše, se tělocvik zařadil na dívčích gymnáziích a odborných školách do všeobecného vzdělání.

---

<sup>38</sup> ŠTÁDLEROVÁ, Lucie. Taneční a pohybová výchova jako součást základního vzdělávání. Taneční aktuality – Speciální vydání 2021- Tanec a vzdělání. 2021. ISBN 978-80-908312-1-6, s. 65.

<sup>39</sup> SMUGALOVÁ, Zuzana. Stručný příběh České taneční a pohybové výchovy ve 20. století. Taneční aktuality – Speciální vydání 2021- Tanec a vzdělání. 2021. ISBN 978-80-908312-1-6, s. 37-47.

<sup>40</sup> BALAŠ, Radoslav. Tance 20. století. Olomouc, HANEX, 2003. ISBN 80-85783-40-1, s. 9.

Významná pro rozvoj TPV byla aktivita Heleny Vojáčkové, jedné z prvních tělovýchovných pedagožek, která se zabývala systémem Bess Mensendieckové, jejímž záměrem bylo naučit ženy správnému držení těla a zároveň správně dýchat na základě fyziologických tělesných potřeb žen. H. Vojáčková preferovala ve svých lekcích malý počet cvičenců a individuální přístup k nim, zaměřovala se především na zdravotní gymnastiku, přesto byla první českou autorkou písíci o pohybové výchově, pohybu obecně a tanci, který byl její vášní. Její školu absolvovala řada studentů různého věku, pohlaví i postavení. Díky její osvětě se systém ženského tělocviku B. Mensendieckové úspěšně šířil do veškerých oblastí pohybové výchovy a tance. Například na Taneční konzervatoři byl zahrnuta do výuky lidového tance a baletu.

System hudební výchovy Emile Jaques-Dalcroze se v Evropě stal populárním a zájem o něj se projevil i v tuzemském prostředí, které v roce 1911 navštívil, aby zde v pražském Rudolfinu prezentoval výsledky své techniky rytmické gymnastiky. Oslovení české společnosti vedlo k založení Spolku Jaques-Dalcroze v Praze. Vyškolené učitelky Anna Dubská a Ilka Vlková postupně zpopularizovaly rytmickou gymnastiku i mimo tento spolek. Dalcrozeho rytmiku se sokolská obec zprvu pokoušela napodobit, poté její principy aplikovala do sokolského cvičení a tato metoda následně dostala název Sokolská rytmika.

Po první světové válce se rytmika jakožto obor pohybového vzdělávání stala více populární. Se vznikem samostatného Československa narostl zájem o umělecké taneční a pohybové vzdělávání, v němž rytmika dominovala, ale byl zájem též o jiné styly.

Školy se během dvacátých a třicátých let zabývaly především rytmickou gymnastikou a rytmikou, poté se rozšiřovala i výuka zaměřená na novodobý a výrazový tanec.

Zajímavou kapitolou byla proletářská činnost v rámci Svazu dělnických divadelních ochotníků Československa. V prostředí dělnictva se pohybová kultura šířila skrze různá vystoupení a také zakládáním amatérských pohybových kroužků. S vypuknutím druhé světové války se však toto působení stalo ilegálním a postupně ustávalo. Během války však výuka tance zcela nevyumizela, v Praze se stal populárním tanec avantgardní, v Brně stále dominovala rytmika. U avantgardního tance však částečně opadala snaha o výchovnou aktivitu k tělesné kultivaci a narostl zájem o profesionalizaci, a to i v kontextu pohybového vzdělávání. Naopak rytmika byla protěžována jakožto vzdělávací systém, s cílem harmonicky rozvíjet a kultivovat žákovu osobnost.

V roce 1925 pedagožka Eliška Bláhová prosadila zavedení státní zkoušky z rytmiky a o pár let později v roce 1933 díky této pedagožce vznikl Svaz zkoušených moravských učitelek rytmiky, který byl záštitou pro atestované pedagogy. O rok později v roce 1934 vznikl pražský Svaz Tanec – Rytmika – gymnastika, jehož cílem bylo zlepšit situaci na poli odbornosti tanečně pohybového umění, včetně jeho organizace. Působení svazu bylo rozděleno na tři směry – institucionální, tedy návrhy k legislativním úpravám, vzdělávací v podobě workshopů pro pedagogy a pořádání akcí k popularizaci tohoto umění, v podobě přehlídek, výstav, přednášek atd. V poválečném období však tento spolek zanikl.

Stát po převratu v roce 1948 schválil vzhledem k zájmu o umělecké vzdělávání zákon ohledně možnosti soukromé a domácí výuky. Během padesátých let soukromé taneční školy postupně mizely a výuka TPV se přesouvala na školy hudební, kde bylo možno vyučovat tento obor již od roku 1947, případně se transformovala v kroužky v rámci různých volnočasových institucí. Vývoj vedl k přechodu z hudebních škol na lidové školy umění, kde během normalizace taneční výuka prošla řadou změn koordinovaných Bohumírou Cveklovou, čímž se byl vývoj taneční výchovy značně ovlivněn. Lidové školy umění byly poté přejmenované na základní umělecké školy, vedle kterých vznikaly i základní umělecké školy soukromé. Avšak až školní reforma v roce 2010 dodala pedagogickou svobodu, která byla právně ošetřena novelou školského zákona. Ta nejenže přinesla možnost vytvoření vlastních plánů v RVP pro základní umělecké vzdělávání, ale též vnesla možnost zapojení TPV do RVP ve formě ŠVP.<sup>41</sup>

Těmto dokumentům se budeme věnovat v následující kapitole.

### **3.2. Taneční a pohybová výchova v kurikulárních dokumentech**

System kurikulárních dokumentů, které vycházely z předchozího dokumentu tzv. Bílé knihy, známe jako RVP – Rámcově vzdělávací program.<sup>42</sup> V tomto dokumentu, který je schvalován a vydáván Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy, nalezneme vymezení rámce pro všechny školy základního i středního vzdělávání. Rámcový vzdělávací program je rozdělen na RVP pro předškolní vzdělávání, základní vzdělávání (dále ZV), pro gymnázia, pro odborné vzdělávání, pro speciální vzdělávání a pro základní umělecké školy.

---

<sup>41</sup> SMUGALOVÁ, Zuzana. Stručný příběh České taneční a pohybové výchovy ve 20. století. Taneční aktuality – Speciální vydání 2021- Tanec a vzdělání. 2021. ISBN 978-80-908312-1-6, s. 37-47.

<sup>42</sup> Vymezení Rámcového vzdělávacího programu pro základní vzdělávání v systému kurikulárních dokumentů – DIGIFOLIO. Domů – DIGIFOLIO [online]. Dostupné z: <https://digifolio.rvp.cz/view/view.php?id=10429>

Každá škola si na základě rámcově vzdělávacího programu utváří své realizační programy – školně vzdělávací programy (ŠVP), které dále tvoří a aktualizuje. K těmto účelům mohou školy využít metodickou podporu, která je pro ně dostupná. Dokumenty státní i školní úrovně dokumentů (tedy RVP a ŠVP) jsou veřejně dostupné a přístupné pro veřejnost pedagogickou i nepedagogickou. Společným obsahem RVP pro všechny školy je vzdělávací obsah, průřezová témata, rámcový učební plán, klíčové kompetence a cíle vzdělávání.

Jako metodickou podporu pro TPV, která na školách realizujících výuku tohoto předmětu chyběla, v roce 2009 Společnost pro taneční a muzickou výchovu zastoupená PhDr. Romanou Lisnerovou a Evou Blažíčkovou ve spolupráci s Duncan Centre, 3 pilotními pražskými ZŠ praktikujícími TPV (Chmelnice, Slivenec, Školní) a NIDV připravili projekt, jehož výsledkem byla publikace praktické metodické příručky s příklady z praxe a instruktážní DVD. Dále vznikla podpůrná síť základních škol poskytující návaznou metodickou podporu pro další školy.<sup>43</sup>

Níže se budeme zabývat Rámcovým vzdělávacím programem pro základní vzdělávání, kde je TPV pevně ukotvena.

V souladu se školským zákonem č. 561/2004 Sb.<sup>44</sup> o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání, v roce 2010 Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy vydalo změny v RVP. RVP pro základní vzdělávání bylo obohaceno o doplňující vzdělávací obor Taneční a pohybová výchova. Školy tak mohou realizovat výuku ve vzdělávací oblasti Umění a kultura od 1. září 2010. Do této chvíle tuto oblast představovaly pouze jako povinné předměty hudební a výtvarné výchovy a jako doplňující předmět dramatická výchova, ke které později přibyla nejen TPV, ale také etická výchova a filmová a audiovizuální výchova.

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy zpracovalo Strategii vzdělávací politiky ČR do roku 2030+ s cílem modernizace českého školství, neformálního i zájmového a celoživotního vzdělávání. Úkolem je připravit jej na různé výzvy a současně se věnovat jeho

---

<sup>43</sup> Taneční a pohybová výchova v rámci základního vzdělávání • DUNCAN INSTITUT. DUNCAN INSTITUT [online]. Copyright © 2022 DUNCAN INSTITUT [cit. 01.05.2022]. Dostupné z: <http://duncaninstitut.cz/spolecnost-pro-tanecni-a-muzickou-vychovu/pedagogicka-cinnost/tanecni-a-pohybova-vychova-v-ramci-zakladniho-vzdelavani/>

<sup>44</sup> Zákon o pedagogických pracovnících.pdf, MŠMT ČR. MŠMT ČR [online]. Copyright ©2013 [cit. 11.04.2022]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/file/38850/>

stávajícím problémům a řešit je. Prioritními cíli je více vzdělávání zaměřit na získávání kompetencí potřebných pro život profesní, osobní i občanský, ale také redukovat rozdílnosti v přístupu ke vzdělávání a zprostředkovat maximální rozvoj potenciálu dětí.<sup>45</sup>

Za přípravu změn v RVP odpovídá Národní pedagogický institut při MŠMT. Dle odborníků jsou stávající vzdělávací programy z roku 2005 neaktuální a obsahově předimenzované, zároveň však mnozí vyžadují u určitých předmětů výuku rozšířit. Jedním z klíčových požadavků je tedy redukovat vzdělávací obsah za účelem vytvoření více času na práci učitelů, aby mohli žákům poskytnout hlubší poznání, definovat klíčový obsah a aktualizovat jej, zaměřit se na digitální dovednosti, spojovat formální a neformální vzdělávání atd.<sup>46</sup>

Snaha o posílení doplňujících oborů TPV, dramatické, filmové a audiovizuální výchovy v základním vzdělávání je zástupci široké pedagogické veřejnosti převážně zavrhována. Posílení těchto oborů vnímají jako neslučitelné s hlavním konceptem „proškrtat“ obsah výuky a při již současné nedostačující hodinové dotaci snahu remodelovat uměleckou oblast na pět oborů považují za nereálnou. Návrh k řešení situace je ponechat hodiny výtvarné a hudební výchovy v aktuální podobě základního vzdělávání a ostatní umělecké předměty dále zařazovat do těchto i do jiných povinných předmětů, případně je dle možností školy nabízet jako volitelné předměty.<sup>47</sup>

---

<sup>45</sup> KONFERENCE: Umění do lavic -- veřejná část 1.- den – YouTube. YouTube [online]. Copyright © 2022 Google LLC [cit. 06.05.2022]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=aWudoK2KvHE>

<sup>46</sup> Platforma uMĚNÍM chce měnit české vzdělávání – kreativní Česko. Úvod [online]. Copyright © This site run on [cit. 12.04.2022]. Dostupné z: <https://www.kreativnicesko.cz/clanky/platforma-umenim-chce-menit-ceske-vzdelavani>

<sup>47</sup> Zástupcům vyučujících se nelíbí myšlenka rozšíření počtu uměleckých předmětů na základních školách | Náš REGION. Náš REGION | Všude doma [online]. Copyright © 2015 [cit. 12.04.2022]. Dostupné z: <https://nasregion.cz/zastupcum-vyucujicich-se-nelibi-myslenka-rozsireni-poctu-umeleckych-predmetu-na-zakladnich-skolach-254925/>

### 3.3.Podoba TVP<sup>48</sup>

Školy si v současnosti mohou vybrat podobu tohoto doplňujícího oboru – povinný, volitelný, nepovinný nebo integrovaný předmět.

- K zařazení TPV v podobě povinného předmětu je potřeba vyčlenit časovou dotaci, jelikož nejde o povinný vyučovací obor a není možné vyčlenit čas z jiné výukové oblasti. Vychází se z daného času vyhrazeného pro 1. a 2.stupeň, který není možné překročit. Dále je potřeba zabývat se charakteristikou samotného předmětu, jejím obsahem, organizačním vymezením, časovou dotací, vzdělávacími a výchovnými strategiemi očekávaných výstupů a v případě potřeby poskytnout též průřezová témata. Dalším bodem k řešení je vzdělávací obsah, který je vypracován pro jednotlivé ročníky, popisuje výstupní schopnosti žáků a konkrétní způsoby, kterými těchto schopností chceme dosáhnout.
- Zahrnutí ve formě volitelného předmětu je stejné jako u předmětu povinného. Opět je třeba zabývat se časovou dotací, rozdílem je označení předmětu jako volitelný v učebním plánu a není nutné uvést přesný název. Nastavení učebních osnov je shodné jako u povinných předmětů, pouze jejich znění by mělo být uvedeno v ŠVP.
- Vzhledem k tomu, že nepovinné předměty jsou mimo učební plán předmětů povinných a jejich výuka není součástí povinných předmětů 1. a 2 stupně, jedná se o vyučovací hodiny mimo povinný vzdělávací obsah. Seznam těchto nepovinných předmětů je uveden samostatně v učebním plánu. Avšak učební osnovy předmětu TPV musí být upřesněny a jsou stejné jako u předmětů povinných a volitelných. Avšak učební osnovy předmětu TPV musí být upřesněny a jsou stejné jako u předmětů povinných a volitelných.
- V případě integrovaného předmětu jde o spojení více oborů. Konkrétně u TPV je vhodné začlenění do hodin hudební výchovy nebo tělesné výchovy, je třeba dbát na smysluplné mezipředmětové propojení. Časová dotace se v učebních plánech eviduje u obou spojených předmětů a jejich osnovy se shodují s podmínkami u povinných předmětů, odlišuje se pouze označení. Navíc jsou u charakteristiky předmětu poskytovány podrobné informace o integraci. Integrace začleněných oborů by měla být jasně daná a jasné by mělo být i propojení vzdělávacího obsahu.

---

<sup>48</sup> BLAŽÍČKOVÁ, Eva. Romana Lisnerová a kol. Taneční a pohybová výchova na 1. stupni základní školy. Metodická příručka pro zavádění Taneční a pohybové výchovy do praxe základních škol. Společnost pro taneční a múzickou výchovu. Praha, 2011. ISBN 978-80-905136-0-0. s 11-19.

Ačkoli integrace předmětu v rámci zmíněné tělesné výchovy se může zdát jako ideální skutečnost praxe je odlišná „Tanec se ve školní tělesné výchově prakticky téměř nepoužívá. Příčinou může být málo dostupný hudební materiál, náročnost tanců v oblasti rytmické i pohybové, též časová náročnost na přípravu.“<sup>49</sup>

### **3.4. Výbava školy pro realizaci výuky TPV**

Prostředí, ve kterém se uskutečňuje výuka každého předmětu, má na dítě značný vliv, jak pozitivní, tak i negativní. Školy mnohdy disponují multifunkčním prostorem, který lze přizpůsobit dle potřeb výuky, případně je možné využít též tělocvičnu, kterou lze též potřebným způsobem modifikovat.

Učebna pro realizaci taneční a pohybové výchovy nemá příliš nároků, avšak zásadní je, aby se v místnosti nevyskytovaly předměty, které by mohly zapříčinit zranění či úraz. Místnost by měla mít možnost větrání a být dostatečně prosvětlená. Důsledně by se mělo dbát na čistotu podlahy, která bývá mnohdy chladná, proto by učebna měla být vybavena cvičebními podložkami vhodnými pro práci na zemi.<sup>50</sup> Pro výuku TPV jsou esenciální zrcadla, která jsou značnou pomůckou při práci s vlastním tělem.

Ačkoli je možné tančit a cvičit na ticho či pouhé zvuky, neodmyslitelnou součástí výuky TPV je hudba a hudební doprovod. Proto by učebna měla být vybavena přehrávacím zařízením a reproduktory. Reprodukovaná hudby (CD, či USB flash disk) by měla mít vysokou kvalitu záznamu, aby se předešlo zvukové deformaci nahrávky. Má-li škola možnost poskytnout korepitora, který má řadu výhod i nevýhod, součástí učebny může být klavír nebo piano.

Velkou výhodou pro výuku TPV je technické vybavení v podobě počítače či televizoru, vhodnou pomůckou pro vizuální demonstraci některých cvičení, tanečních vystoupení apod.

Hledání prostoru pro realizaci výuky by se nemělo stát důvodem k jejímu odkládání a škola by výuku měla provádět i v provizorních prostorech.

---

<sup>49</sup> KRAPKOVÁ, H. Lidový a společenský tanec. Olomouc, Vydavatelství Univerzity Palackého, 1991, s. 3.

<sup>50</sup> JEŘÁBKOVÁ, Jarmila, Taneční průprava: odborná příručka pro učitele tanečních oborů lidových škol umění. Praha: Státní pedagogické nakladatelství. Odborná literatura pro veřejnost. 1979, s. 18.

### 3.5.Náplň a pojetí výuky TPV

Předmět TPV vedle svých historických pramenů, ze kterých vychází, doplňuje svůj přístup též o znalosti nejen v oboru jako takovém, ale též o znalosti z oblasti fyzioterapie, sociologie, psychologie i jiných oborů.<sup>51</sup>

Využitím pohybové inteligence vede TPV k tanci. Typ této inteligence je též nazýván inteligencí fyzickou. Významným znakem tohoto druhu inteligence je „schopnost vysoce diferenciovaně a obratně používat svého těla jak pro sebevyjádření, tak pro činnosti zaměřené k nějakému cíli (mim, herec, atlet), a dále schopnost dovedně zacházet s předměty.“ Pohybová činnost je úzce spjata s kognitivními procesy, a i když má fyzická koordinace základ v koordinaci mentální a zapojení mysli k vykonání fyzického úkonu je tedy prospěšné, využitím těla a jeho zapojením do učení se zvyšuje nervová mozková aktivita a produkování adrenalinu. Tím můžeme napomáhat převodu z paměti krátkodobé na paměť dlouhodobou.

Charakteristickými rysy dětí s pohybovou inteligencí může být například záliba v pohybu, manuální zručnost, imitace druhých, zdárné konání ve sportu i tanci, či neustálá fyzická činnost (podupávání, vrtění se atd.).<sup>52</sup>

TPV je založena na individuálním přístupu k jednotlivým žákům, hledání přirozeného pohybu, který se rozvíjí na podvědomých kognitivních základech i přítomném vědomí a neměla by tedy být definována pohybovým kánonem.

Pro tento dlouhý a obtížný proces je nezbytné vybudování atmosféry koncentrace, v níž žáci mohou prozkoumávat svá těla, pracovat s nimi do nejmenších detailů, uvědomovat si je a rozvíjet. K pohybu je využívána vnitřní kontrola, které napomáhá naprostá koncentrace na přesnost a plynulost pohybu.

Jako cíl učiva TPV nelze prioritně chápat výkonnost, která je pouze možným prostředkem, jak umožnit žákům otestovat si své vlastní limity a naučit se je fyzicky i psychicky překonávat. Rozsah a kvalita nabytých výsledků učení závisí na vůli, inteligenci a nadání žáka.

---

<sup>51</sup> PASTOROVÁ, Markéta. Taneční a pohybová výchova. Podkladová studie. Národní vzdělávací ústav. 2019 [online] Dostupné z: [https://www.npi.cz/images/podkladov%C3%A11\\_studie/tanecni\\_a\\_pohybova\\_vychova.pdf](https://www.npi.cz/images/podkladov%C3%A11_studie/tanecni_a_pohybova_vychova.pdf), s. 9.

<sup>52</sup> GRECMANOVÁ, Helena, Eva URBANOVSKÁ a Petr NOVOTNÝ. Podporujeme aktivní myšlení a samostatné učení žáků. Olomouc: Hanex, 2000. ISBN 80-85783-28-2., s 17.

Z psychologického pohledu je snaha žáků méně nadaných stejně podstatná jako žáků nadaných.<sup>53</sup>

K dosažení cílů základního vzdělávání a rozvoji klíčových kompetencí žáka prostřednictvím TPV je nutné zabývat se čtyřmi základními okruhy tvůrčích činností, které jsou v celém vzdělávacím obsahu zahrnuty v různých podobách a pedagog na jejich základech tvoří učivo a rozvíjí metody práce se žáky. Konkrétně se jedná o *Umístění*, *Rozvoj tělesné inteligence*, *Podporování originality a Sounáležitost*.<sup>54</sup>

Obsah jednotlivých okruhů:

- *Umístění*: aktivity vedoucí žáka k objevování a zkoumání prostoru vlastního těla a vybudování vědomého vztahu těla k okolnímu prostředí a prostoru. Objevováním svého místa v prostorovém kontextu docházíme k vnímání své individuality jako součásti celku, sounáležitosti.
- *Rozvoj tělesné inteligence*: aktivity zaměřené na rozvoj přirozeného pohybu, který závisí na fyziologických a psychologických schopnostech jedince. Tyto aktivity jsou zdrojem osobnostního růstu a jsou doprovázeny dlouhodobým procesem podmíněným vůlí vedoucí k určitým kvalitám, kterých se nedocílí aktivitami opakujícího se mechanického drilu. Tělesná inteligence je chápána s přihlédnutím k fyzickému a duševnímu vývoji dítěte a harmonizaci osobnosti žáka.
- *Podporování originality*: aktivity pro rozvoj žákovy osobnosti a vytvoření cesty k jeho svobodnému vyjádření světa, jelikož jedním z předpokladů pro osobitou uměleckou tvorbu je autenticita.
- *Sounáležitost*: aktivity pěstující smysl pro solidaritu a sdílení. Tanec byl odjakživa součástí společnosti a může být prostředkem k prožitkům z vytváření společenství, jelikož je spojujícím prvkem se zásadní hodnotou pro kvalitu společnosti.

Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělání platný od 1.9.2021<sup>55</sup> prezentuje obsah výuky TPV následovně:

---

<sup>53</sup> PASTOROVÁ, Markéta. Taneční a pohybová výchova. Podkladová studie. Národní vzdělávací ústav. 2019 [online] Dostupné z: [https://www.npi.cz/images/podkladov%C3%A1\\_studie/tanecni\\_a\\_pohybova\\_vychova.pdf](https://www.npi.cz/images/podkladov%C3%A1_studie/tanecni_a_pohybova_vychova.pdf), s. 9-10.

<sup>54</sup> PASTOROVÁ, Markéta. Taneční a pohybová výchova. Podkladová studie. Národní vzdělávací ústav. 2019 [online] Dostupné z: [https://www.npi.cz/images/podkladov%C3%A1\\_studie/tanecni\\_a\\_pohybova\\_vychova.pdf](https://www.npi.cz/images/podkladov%C3%A1_studie/tanecni_a_pohybova_vychova.pdf), s. 10.

<sup>55</sup> Edu.cz – Jednotný metodický portál MŠMT [online]. Copyright © [cit. 04.04.2022]. Dostupné z: <https://www.edu.cz/wp-content/uploads/2021/07/RVP-ZV-2021-zmeny.pdf>

Na prvním stupni jsou od žáků očekávány výstupy, jejichž výsledkem je osvojení pravidel správného držení těla, vnímání prostoru a dráhy pohybu, dynamiky a tempa pohybu, základních druhů kroků a jejich správného použití, navázání pozitivních vztahů ve skupině, vnímání hudby, na kterou jsou schopni reagovat a vyjádřit ji tělem. Žáci dále získají schopnost jednoduché improvizace na zadané téma i abstraktně, respektování pravidel her, osvojí si prvky obratnosti.

Následně by žáci měli být schopni aplikovat správné držení a návyky používání těla, chápat pojem přirozený, správný a zdravý pohyb, vnímat prostorové vztahy a dynamické stupně pohybu, zvládat pohybem vyjádřit daný takt a rytmus, navazovat pozitivní vzájemné vztahy ve větší skupině a improvizovat na zadané téma a hudební doprovod.

Učivem pro první stupeň je<sup>56</sup>:

- **Pohybová průprava**

Při ní se žáci setkají s cvičeními, která vypracovávají tzv. svalový korzet (hlava, páteř, pánev), aktivují těžiště těla a ukotvují osové postavení spodních končetin, propojují pohyb paží s trupem, zatěžují přiměřeným způsobem svalstvo a rozšiřují hybnost kloubů.

- **Prostorové cítění**

Zde si žáci vytvářejí základní prostorové vztahy (vpřed, vzad, hloubka, výška atd.), uvědomují si prostorové dráhy svého pohybu.

- **Vzájemné vztahy**

Děti se učí vztahům partnerským, dominantním a subdominantním, práci ve dvojicích, trojicích, skupině v různém postavení, důvěře a porozumění.

- **Pohyb s předmětem**

Má být podnětem ke hře a pohybu, princip techniky užití s náčiním.

- **Pohybové a taneční hry**

Mají tvořit základ k umělecké činnosti, kladou nároky na psychické procesy, učí senzomotorickou koordinaci, utvářejí a formují mravní postoje a charakter.

- **Hudba a tanec**

---

<sup>56</sup>Edu.cz – Jednotný metodický portál MŠMT [online]. Copyright © [cit. 04.04.2022]. Dostupné z: <https://www.edu.cz/wp-content/uploads/2021/07/RVP-ZV-2021-zmeny.pdf>

Zde se děti snaží o aktivní naslouchání hudby vedoucí k pohybu, rozvíjí se dialog mezi tancem a hudbou, ucelují se znalosti a pojmy z oblasti hudby, jako rytmus, dynamika, harmonie, melodie, sudé a liché takty.

- **Improvizace**

Má vést k pocitu absolutní svobody.

Očekávané výstupy u žáků stupně druhého jsou uplatnění správného držení těla a zdravého pohybu v běžném životě, vnímání prostorových vztahů, které jsou proměnlivé. Žáci navazují vztah mezi prostorem a svým tělem, spoluvytvářejí aktivně společenství, tělo využívají jako sebevyjadřující nástroj, své zážitky a zkušenosti uplatňují ve své tvorbě a improvizaci.

Učivem pro druhý stupeň je<sup>57</sup>:

- **Pohybová průprava**

Při ní se žáci učí přístupu ke svému měnícímu se tělu v kontextu dospívání, trénují cviky, které zvyšují obratnost, fyzickou sílu, pohyblivost kloubů i pohybovou paměť.

- **Prostorové cítění**

Zde se zvětšuje hybnost oblasti pánve, aktivuje se tělesné těžiště, jeho dráhy, které určují směr a způsob pohybu, půdorysné dráhy se sklonem odstředivým a dostředivým, žáci pociťují obousměrnou komunikaci s prostorem.

- **Vzájemné vztahy**

Se vztahy se děti setkávají ve složitějších obměnách, utvářejí volná seskupení, bez přímého fyzického kontaktu uskutečňují vzájemné vztahy.

- **Pohyb s předmětem**

Vede k soustředěné souhře pohybu s předmětem, který má být prostředkem k porozumění pohybu těla a nástrojem k poznávání prostoru, vztahů i hudebního cítění, součástí jsou i různé taneční a pohybové hry.

- **Hudba a tanec**

Zde žáci dokážou vnímat dialog mezi tancem a hudbou, rozebírají hudební skladby pro tvorbu taneční kompozice a jejich aktivní vyhledávání.

- **Improvizace a tvorba**

---

<sup>57</sup> Edu.cz – Jednotný metodický portál MŠMT [online]. Copyright © [cit. 04.04.2022]. Dostupné z: <https://www.edu.cz/wp-content/uploads/2021/07/RVP-ZV-2021-zmeny.pdf>

Ta již klade vyšší nároky na náměty improvizace, děti pracují s motivem, čímž si osvojují základy taneční kompozice, jejíž různé zpracování reflektují a její autorství respektují, společně analyzují a hodnotí.

### 3.5.1. Výstavba hodiny

Při tvorbě plánu výuky je primární uvědomit si, pro koho je výuka určena. Ať už se jedná o vyučovací blok trvající 45, 60 nebo 90 minut, každá hodina by měla být rozdělena do 4 částí, které tvoří její obsah – část vstupní, průpravná, hlavní a závěrečná část. Lekce by měla být zahájena přivítáním a zakončena zhodnocením, případně relaxací a navnaděním, vzbuzením zvědavosti, co děti čeká následující hodině. Časová délka jednotlivých částí se odvíjí podle individuality skupiny žáků a závisí na jednotlivých cílech, kterých se se skupinou snažíme dosáhnout. Pedagog by se v hodinách měl pokaždé držet didaktických zásad: přístupnost, přiměřenost, názornost, soustavnost a posloupnost, tvořivá aktivita a uvědomělost.<sup>58</sup>

Děti vyžadují jistý čas, aby se mohly psychicky odpoutat od předešlé práce a koncentrovaly se na uvědomělou pohybovou činnost.<sup>59</sup>

Na výstavbu hodiny není konkrétní přesný návod. Jeřábková<sup>60</sup> hodinu rozděluje na úvodní, průpravnou, hlavní a závěrečnou část, obdobně ji rozděluje Cveklová<sup>61</sup> na část úvodní, hlavní a závěrečnou, Lössl<sup>62</sup> uvádí rozdělení na vstupní cvičení, pohybovou přípravu a závěrečnou část.

Jádro je ovšem u všech autorů obdobné, univerzálně lze tedy shrnout výstavbu lekce následovně:

Pro první část je vhodné volit cvičení, která jsou jednodušší, zábavně laděná, při kterých se organismus přeladí a prokrví se svalstvo. Mohou to být rytmické cviky, chůze, poskoky, běh, které naladí děti na nastávající úkony a celou vyučovací hodinu.

---

<sup>58</sup> LÖSSL, Jiří, Rytmická, *pohybová a taneční výchova mladšího žactva: deset lekcí pro začínající pedagogy*. 2. vyd. Praha, Národní informační a poradenské středisko pro kulturu, útvar Artama. Pohyb. 2012. ISBN 978-80-7068-266-1, s. 6.

<sup>59</sup> Tamtéž, s. 6.

<sup>60</sup> JEŘÁBKOVÁ, Jarmila, *Taneční průprava: odborná příručka pro učitele tanečních oborů lidových škol umění*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství. Odborná literatura pro veřejnost. 1979, s. 19.

<sup>61</sup> CVEKLOVÁ, Bohumíra. *Metodická příručka pro přípravnou taneční výchovu*. Rok a místo vydání neznámé, s. 5-6.

<sup>62</sup> LÖSSL, Jiří, Rytmická, *pohybová a taneční výchova mladšího žactva: deset lekcí pro začínající pedagogy*. 2. vyd. Praha, Národní informační a poradenské středisko pro kulturu, útvar Artama. Pohyb. 2012. ISBN 978-80-7068-266-1, s. 6.

Náplní další části je rozvoj hbitosti, obratnosti, hudebního cítění, improvizace, cviky s náčiním, trénink cvičení a kroků. V této části by se mělo dohlížet dohlížíme na řádné posílení svalů a zároveň uvolnění svalového napětí, vyhýbáme se jednostranné zátěži. Volba cvičení by měla být rozmanitá, poskládaná tak, aby nebylo potřeba pauz a pro oddech stačil přechod na následující cvičení. Žáci by měli provádět cviky tak, aby vycházely ze správného držení těla a polohy, přičemž musejí být aktivovány správné svalové partie pro daný cvik. Proto na děti neustále dohlížíme a opravujeme je. Cvičení předcházejících hodin pravidelně opakujeme a připojujeme další cvičení. Tím se zvyšuje fyzická i dechová náročnost. Vypozorujeme-li u dětí vyčerpání můžeme hodinu proložit různými skoky či hrami, které děti psychicky uvolní a nemusí u nich příliš myslet.

Část finální modifikujeme podle psychického ladění žáků. Pokud jsou děti unavené, volíme aktivity, které je povzbudí, jsou-li naopak příliš živé, vyhledáváme aktivity, které je zklidní. Náplní závěrečné části je prostorová a výrazová práce, při které se spojí myšlení s emocí. Žáci využijí v této části veškeré své poznatky z hodiny prostřednictvím formy tance. Tato aktivita je již nenáročná a přirozeně spěje k ukončení hodiny. Zakončení hodiny připravuje dítě psychicky i fyzicky na následující aktivity.

Během celé vyučovací hodiny je vhodné žáky motivovat různými písničkami, říkadly apod.<sup>63</sup>

Práce s nevyváženou skupinou je složitá i náročná a vyučovací hodiny je tomu nutné přizpůsobit. Výrazným problémem může být přístup chlapců a celková genderová otázka. TPV má pouze rozvíjet schopnosti žáků po všech stránkách a neutvrzovat je v jejich genderových stereotypních rolích, k čemuž tanec jako takový často vede. Žáci si mohou přinést z rodinného prostředí stereotypní přístup k tomuto předmětu. To vede ke stáhnutí se a nenaplnění vlastního potenciálu. Chlapci mnohdy nechtějí před dívkami i ostatními chlapci působit jemným dojmem. Dívky mohou nabýt pocitu, že se před spolužáky ztrapňují. Řešením může být samozřejmě diskuse ve skupině či rozdělení na dívčí a chlapeckou skupinu. Žáci se mezi svými vrstevníky stejného pohlaví otevřou s větší pravděpodobností, pokud u nich vypozorujeme uzavření v hodinách, kde jsou ve smíšené skupině.<sup>64</sup>

---

<sup>63</sup> LÖSSL, Jiří, Rytmická, *pohybová a taneční výchova mladšího žactva: deset lekcí pro začínající pedagogy*. 2. vyd. Praha, Národní informační a poradenské středisko pro kulturu, útvar Artama. Pohyb. 2012. ISBN 978-80-7068-266-1, s. 2.

<sup>64</sup> Zdravé tělo v tanečním vzdělání – YouTube. YouTube [online]. Copyright © 2022 Google LLC [cit. 04.04.2022]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=7VivJwtsr4>

### 3.5.2. Správné držení těla

Jde o jeden z nejdůležitějších fyzických návyků a pokud se mu dítě naučí v nízkém věku a je schopno jej fixovat, předejde mnohým zdravotním komplikacím spojeným s páteří v budoucnu. „Držení těla v klidu i v pohybu je výrazem tělesného i duševního zdraví člověka.“<sup>65</sup>

Při stoji vzpřímeném snožném je celkový postoj doprovázen tendencí protahovat se vzhůru, váha je rozprostřena na přední část chodidla, kolena jsou propnutá (ale neprolomená ani v přepětí). Aktivní činností břišních svalů se pánev naklopí mírně vpřed, což zabrání přílišnému prohnutí bederní páteře a zajistí správné umístění těžiště, které se nachází v pánvi, kde se protínají osy těla. V oblasti pasu tlačíme vzad, čímž se stáhnou žeberní oblouky a pas se tak zvýrazní, hrudník je protažením páteře nadzvednut, lopatky spočívají na ploše hrudního koše a ramena jsou roztáhnuta. Krční páteř je též v protažení a hlava je tak ve vzpřímeném držení, brada svírá pravý úhel, výraz by měl být „přítomný“ a mimické svaly uvolněné.

Pro nabytí pocitu osy těla procházející temenem hlavy, křížovou kostí a středem spojených chodidel musí být poloha ramenních kloubů nad klouby kyčelními a ty nad zevními kotníky. Základní postavení nesmí být v křeči a přepětí.<sup>66</sup>

Ke snazšímu osvojení zdravého postoje napomůžeme dětem určením bodů na těle, které aktivujeme svalovou činností v jednotlivých částí těla. Začínáme temenem hlavy, jehož protažení ovlivní protažení šíje a celkové protažení těla. Motivací je tu představa provázku umístěného na temeni a jeho tahání vzhůru. Následují roztažená ramena, pro která je vhodná představa řeky stékající po nich, pokračujeme hrudí, u níž dětem napomáhá představa světla, které je zde uloženo a rozevřením a nadnesením hrudníku se rozsvítí. Hrudník hraje výraznou roli při vyjadřování pocitů. Křížová kost a boky, tedy viditelné přední trny kyčelní, by měly být ve vodorovné poloze a mírně nakloněné, dětem pomůže představa pánve jako misky s vodou, která se může různě naklápět a vylévat. Pas je podstatný pro celkovou souhru pohybů, měl by být pružný a současně aktivní. Pomáhá představa lasa kolem pasu, které se utahuje. Kolena a

---

<sup>65</sup> ŠIMSOVÁ, Josefa. Pohybová průprava v tanečních kroužcích. Praha, Středočeské krajské kulturní středisko, 1981, s. 2.

<sup>66</sup> JEŘÁBKOVÁ, Jarmila, Taneční průprava: odborná příručka pro učitele tanečních oborů lidových škol umění. Praha: Státní pedagogické nakladatelství. Odborná literatura pro veřejnost. 1979, s. 22.

jejich protažení či ohnutí dodávají pohybu spodních končetin pevnost i lehkost, posledními body jsou lokty, které oživují pohyb a měly by být nadlehčené.

### 3.5.3. Základní polohy a cviky

Před samotným vykonání cviku je třeba zaujmout správné výchozí postavení. U všech poloh platí zásady správného držení těla a dětem se musí stále připomínat.

První základní polohou jsou **lehy**. Při lehu na zádech je celé tělo od chodidel k hlavě aktivně protažené, dolní končetiny jsou v rovnoběžné poloze, zapojeny jsou břišní i hýžd'ové svaly, bederní prohnutí páteře je mírné, lopatky splývají s hrudníkem, ramena jsou rozložena do šíře, paže leží volně podél těla opřeny malíkovou hranou, brada a krk jsou v prvním úhlu.<sup>67</sup>

Děti si mohou představovat, že celým tělem od temena k nártům vedou nitky, které mají v oblasti pupíku korálky, jež s nádechem posílají na konec nitek a s výdechem se vrací. Při výdechu se lehce uvolní svalový tonus, pro uvědomění si práce s dechem může být nápomocné položení dlaně na podbříšek. Svalstvo nemá být v křeči, ale zároveň nemá být povoleno, je třeba vycvičit rovnováhu síly. Leh na břicho je obdobný, rozdílná je poloha paží, které jsou složeny pod čelem. Při lehu na boku v protažení je spodní paže natažená a položená dlaní k zemi, hlava je položená na paži, druhá paže je opřená o zem před středem trupu, loket směřuje vzhůru.<sup>68</sup>

Další polohou, kterou je třeba se zabývat, je **sed** (zkřížmo, snožmo rovný a skrčený, roznožmo). Sedací kosti se odtlačují od země vzhůru, páteř je v protažení, hrudník je nadnesen, břišní svaly jsou stažené, ramena rozprostřená a lopatky splývají. Hlava se vytahuje za temnem hlavy, ruce se konečky prstů lehce opírají o podlah nebo jsou položené na kolenech.

Při sedu snožném jsou paty, nártý a prsty u nohou lehce přitisknuté k sobě, špičky jsou v protažení do dálky. Tělem prochází vnitřní tah, ale ne křeč a přepětí.<sup>69</sup>

Pro motivaci dětí je vhodné využít představu, že pánev je cibulka tulipánu, ze které míza protéká přes stonek (páteř) do listů (paží) až ke květu (hlavě), který směřuje co nejvíce vzhůru, co nejvíce ke slunci.

---

<sup>67</sup> JEŘÁBKOVÁ, Jarmila, Taneční průprava: odborná příručka pro učitele tanečních oborů lidových škol umění. Praha: Státní pedagogické nakladatelství. Odborná literatura pro veřejnost. 1979, s. 24.

<sup>68</sup> Tamtéž, s. 24.

<sup>69</sup> Tamtéž, s. 24-25.

V ostatních polohách a postojích postupujeme obdobně, stále pečujeme o cítění řádného postavení těla. Jedná se o základ pro správně vykonaný pohyb.

Postupem času se objevuje též radost ze zdoluhavého pedagogického procesu vedoucího k pohybu dítěte, který mnohdy nelze vymyslet, jelikož pochází z fantazie a hloubi duše dítěte.<sup>70</sup>

### 3.5.4. Základní taneční kroky

Tanečních kroků je celá řada, napomáhají vnímat a pracovat s rytmem a hudbou, níže je uvedeno pár příkladů základních kroků, které Jarmila Jeřábková<sup>71</sup> přibližuje následovně:

- **Cval** – cvalový krok může mít mnoho podob, lze jej zapojit do tanečních vazeb i her. Cviky k tomuto kroku jsou pérování a skoky snožmo, přísunné kroky stranou a vpřed. Podstatný je akcent na pohyb nahoru ve chvíli, kdy se odrazem vynese těžiště, kolena a kyčel prudkým protažením reagují na odraz chodidel.
- **Krok poskočný** – tento krok děti mnohdy provádějí samovolně, je to radostný projev, mají-li ho ovšem předvést po pobídnutí lektorem, činí jim to mnohdy problém. Přípravným cvikem je tak ostré zdvihání chodidel s propnutými nártý, pokrčením přednožmo s rychlým odvíjením kolen.
- **Krok polkový** – nejsnadněji tento krok odvodíme z tzv. „krok – sun – krok“, procvičuje se nízkým a později vysokým pérováním slyším odrazem vzad i před případně s natáčením a otáčkami, lze využít i ve dvojicích s různým držení rukou.
- **Valčík** – jde o třídobý krok, u něhož krok jednou nohou na první dobu směřujeme vpřed s vypérováním do výponu, na druhou dobu se druhá noha přisouvá vzad do výponu a přešlapuje se na ní. V poslední 3. době se opět ve výponu přešlapuje na první nohu. Jde o náročnější krok, který vyžaduje koordinaci při přenášení váhy, pružnost a zároveň vytažení.
- **Kombinace kroků** – základ pro spojení tanečních kroků je chůze, kterou lze střídat např. s cvałem, polkovým krokem či poskoky. Střídáním kroků mohou vzniknout nejen taneční vazby, kombinace, ale i hry a děti se mohou zapojit a předvést vlastní návrhy.

---

<sup>70</sup> JEŘÁBKOVÁ, Jarmila, Taneční průprava: odborná příručka pro učitele tanečních oborů lidových škol umění. Praha: Státní pedagogické nakladatelství. Odborná literatura pro veřejnost. 1979, s. 25

<sup>71</sup> Tamtéž, s. 90-97.

### 3.5.5. Pohyb po prostoru a improvizace

Pro práci s prostorem je třeba se orientovat a uvědomovat si šířku, výšku a hloubku. Práce s prostorem může probíhat po různých půdorysných drahách i na místě.<sup>72</sup> Při jakémkoli pohybu z místa si dítě osvojuje cit pro vnímání sama sebe a ostatních v prostoru. Prostorové vnímání je spojeno s vnímáním svých pohybů a vnitřního prožitku.

Pro přiblížení jsou opět uvedeny příklady od Jarmily Jeřábkové<sup>73</sup>:

- **Chůze** – jde o přirozenou činnost člověka. Měla by být zařazena v různých podobách (např. doprovod tleskáním) do každé vyučovací hodiny. Ačkoli se může zdát, že jde o triviální pohyb, je u něj třeba dbát na řadu věcí, ať už jde o propojení chůze s hudbou, soustředění na správné držení nebo vnímání prostoru. Je také základem pro zvládnutí tanečních kroků, ale též je zklidňujícím prvkem mezi dílčími částmi.
- **Běh** – stejně jako u chůze je nutné dbát na již zmíněné faktory, správné držení těla, vnímání hudby a prostoru, ale přidává se k nim důležitá koordinace. Opět lze různě v hodině použít a transformovat.
- **Skoky** – mají různé podoby, základní jsou dálkové a výškové. Jejich nesprávné provedení a neopatrnost může vést k úrazu, proto je třeba dbát na pružnost a zároveň pevnost kotníků a kolen, správné přenášení váhy a samozřejmě stále udržovat v rámci možností správné držení těla.
- **Improvizace**<sup>74</sup> – dětský tvořivý projev v podobě improvizace je podstatnou složkou taneční a pohybové výchovy, jde o spontánní pohyby, kterým předcházejí individuální libovolné představy motivované fantazií či emocemi, doprovázené hudebním doprovodem. Vhodné je tak pro děti nadhození tématu nebo podnětu, které je dovedou k pravdivému projevu. Kromě formy zábavy, vyjádření prožitku, součástí variace má improvizace pro hodiny tance význam v podobě zkušenosti. Jelikož jsou děti zvyklé učit se celoživotně pravidlům, ať už jde o hry nebo učení se dle učebnic atd., spontánnost a fantazie se postupně vytrácejí. V improvizaci není nic špatné a vše je povoleno, proto se děti mohou libovolně vyjádřit a nechat pracovat svou fantazií. Dalším významným efektem improvizace je objevování schopnosti vnímání času, prostoru, svého okolí i sebe sama, a to při úplném soustředění se

---

<sup>72</sup> JEŘÁBKOVÁ, Jarmila, Taneční průprava: odborná příručka pro učitele tanečních oborů lidových škol umění. Praha: Státní pedagogické nakladatelství. Odborná literatura pro veřejnost. 1979, s. 15.

<sup>73</sup> Tamtéž, s. 80-86.

<sup>74</sup> Tamtéž, s. 150.

na přítomný okamžik. V hodinách TPV se společně rozvíjejí technické a vnitřní aspekty tak, aby fungovaly v harmonii, ale zároveň se z dětského projevu nesmí ztrácet spontánnost, díky které se taneční projev dítěte stává bezprostřednější a pestřejší.

### 3.5.6. Kolektivní cítění

Na rozdíl od ostatních múzických předmětů, které jsou na školách vyučovány již dlouhou řadu let, tedy hudební a výtvarné výchovy s řadou vlastních specifických výhod, znamená výuka TPV vedle kultivace těla výrazně i práci ve skupině.

Kolektivní cítění není významné pouze pro výuku TPV, ale též pro etické hledisko výchovy. Při TPV se mezi dětmi utvářejí a upevňují vzájemné vztahy, k jejich rozvoji lze využít aktivity, které pocit sounáležitosti a součinnosti umocňují. K docílení rozvinutí kolektivního cítění existuje řada aktivit a her.

Například držení za ruce v kruhu navozuje pocit jednoty a kolektivní souhry. Díky tomu můžeme hrát řadu her a aktivit, samotné držení můžeme zaměňovat křížením paží, chycením vzad, za ramena apod. Při jednoduchém držení se vybere jedno z dětí, které začne tím, že stiskem své ruky vyšle signál, který má podobu jím vymyšleného rytmu, dítěti vedle, které jej musí obdobně jako při hře na „tichou poštu“ předat dál až doputuje k začínajícímu dítěti. Kruh je vhodný pro velkou řadu aktivit i pro práci na zemi. Například na zemi v kruhu, kdy děti sedí zkřížmo s položenými pažemi dlaněmi vzhůru, se určí jedno z dětí, které začne tím, že svou pravou dlaní tleskne do levé dlaně svého sousedícího dítěte, které musí hbitě reagovat a pohyb zopakovat, takto tlesknutí musí „proběhnout“ co nejrychleji po celém kruhu. V kruhu jsou příhodné proplétací hry, které se dají aplikovat i do prostoru rozptýleně, či do řad, děti se při této činnosti učí navazovat kontakt fyzický podáním ruky a oční kontakt. Dále si mohou děti předávat míč po kruhu, jeho tempo a směr určuje hudba. Práce s náčiním je celkově mezi dětmi velmi populární, ať je to již zmíněný míč, nebo „gumy“ (elastické šňůry), švihadla, šátky atd.<sup>75</sup>

Kladný vzájemný skupinový vztah žáků by se měl stát samozřejmostí, která násobí radost z pohybu.

---

<sup>75</sup> JEŘÁBKOVÁ, Jarmila, Taneční průprava: odborná příručka pro učitele tanečních oborů lidových škol umění. Praha: Státní pedagogické nakladatelství. Odborná literatura pro veřejnost. 1979, s. 16-17.

### **3.6. TPV v zahraničí**

Idea integrovat tanec mezi podstatné vzdělávací atributy se v Evropě prosazuje již 30 let. Řada evropských institucí nabízí taneční edukaci na půdě vysokých škol, zaměřených akademií, na univerzitách apod., ale kromě toho také na základních školách. V západoevropských zemích se TPV do procesu vzdělávání začleňuje stále více, a to nejen v rámci studia na základních školách, ale též na školách středních i vysokých. Na základě podkladové studie Markéty Pastorové<sup>76</sup> jsou níže uvedeny příklady tanečních projektů ze zahraničí.

#### **3.6.1. Německo – Tanzplan Deutschland<sup>77</sup>**

První velký evropský taneční projekt, Tanzplan Deutschland, který vznikl v roce 2005, byl ve světě považován za vzorový projekt, podařilo se jej rozšířit do řady zemí po celém světě, např. do Austrálie, na Island či do Španělska. Federální nadace se zavázala investovat do tance přes 12 milionů eur, díky čemuž se zdařilo systematicky a komplexně zpropagovat tanec jako umělecký obor. Tento projekt vnesl tanec do škol v mnoha německých regionech a v městech Mnichov, Düsseldorf, Frankfurt atd.

Jako další krok ke společnému cíli, tedy zařazení tance do vzdělávání jako formu uměleckého svobodného projevu, podpořil projekt vzdělávací kvalifikační programy pro pedagogy v Kolíně na Rýnem a Hamburku, dále podpořil nově vzniklé iniciativy v oblasti tanečního vzdělávání, vzdělávání choreografů a tanečních lektorů. V několika německých městech vznikla řada specializovaných center, která nabízejí studijní programy BA a MA. Na základě tříletého studia současných tanečních technik vznikla v roce 2010 publikace Dance Techniques, kterou projekt Tanzplan financoval. Dále vznikly nové nadace Taneční partneři a Taneční dědictví na podporu vzniku partnerství mezi institucemi, školami i společnostmi a propagaci kulturního dědictví.

---

<sup>76</sup> PASTOROVÁ, Markéta. Taneční a pohybová výchova. Podkladová studie. Národní vzdělávací ústav. 2019 [online] Dostupné z: [https://www.npi.cz/images/podkladov%C3%A1\\_studie/tanecni\\_a\\_pohybova\\_vychova.pdf](https://www.npi.cz/images/podkladov%C3%A1_studie/tanecni_a_pohybova_vychova.pdf)

<sup>77</sup> Tamtéž, s. 4.

Tanzplan Deutschland představuje celosvětový modelový projekt, kterému se úspěšně daří a doposud nadále pokračuje.

### 3.6.2. Švédsko – Dans i skolan<sup>78</sup>

Vize důležitosti zařazení tance do vzdělávání se ve Švédsku dostala do popředí již během 80. let minulého století. Podle aktuálního vzdělávacího systému by měla být pohybová aktivita žáků ve škole součástí denního režimu, proto je zde snaha o zařazení výuky TPV do škol. Přesto se zdá, že společnost stále upřednostňuje teoretické vzdělávání před vzděláváním humanitním. Lze tak soudit podle počtu švédských základních škol, které nabízejí možnost výuky tance.

Avšak ve srovnání s pokrokem v oblasti tanečního vzdělávání v České republice je Švédsko značně napřed, jelikož do vysokoškolského vzdělání učitelů 1. i 2. stupně jsou zařazeny vícesemestrální taneční a tanečně pedagogické kurzy pro základní školy. Absolventi získají odborné schopnosti vyučovat TPV i bez zaměření. Vysoké školy vypracovaly pro studenty učitelství učební plán, který jim umožňuje vybrat si zaměření slučující běžný předmět s tancem, což se poté aplikuje v klasické výuce ve spolupráci učitelů matematiky, švédštiny atd. V praxi to vypadá tak, že ze 4 obvyklých hodin matematiky každý týden mají žáci 1 až 2 hodiny kombinované s tancem pod vedením tanečního pedagoga, který na základě poznatků od učitele matematiky upevňuje znalosti prostřednictvím fyzických a tanečních prožitků.

Jelikož se předmět vyskytuje i jako samostatný předmět a v rámci jiných předmětů, záleží forma zařazení tance do výuky na řediteli školy.

Institut Dans i skolan (IDiS) financovaný ministerstvem kultury a ministerstvem školství vznikl v roce 2009. Kooperuje se školami, které mají zájem integrovat TPV do výuky. Pedagogům poskytuje vzdělávání v podobě workshopů či letních škol. Odpovídá za propagaci vnímání tance jako potřebného prvku vzdělávání a tance jako takového ve školách na území celého Švédska. V současnosti se zapojuje přibližně třetina švédských měst. Za stěžejní IDiS považuje posilování a rozvíjení tanečních dovedností ve školách prostřednictvím metodologie a bádání, proto se snaží o další kooperaci s univerzitami.

---

<sup>78</sup> PASTOROVÁ, Markéta. Taneční a pohybová výchova. Podkladová studie. Národní vzdělávací ústav. 2019 [online] Dostupné z: [https://www.npi.cz/images/podkladov%C3%A11\\_studie/tanecni\\_a\\_pohybova\\_vychova.pdf](https://www.npi.cz/images/podkladov%C3%A11_studie/tanecni_a_pohybova_vychova.pdf), s. 5-6

### 3.6.3. Francie<sup>79</sup>

Ve Francii se zapojení tance do výuky objevuje ve dvou formách, jedna je zaměřená na kreativitu a druhá na techniku.

Jednou formou je participace krátkodobých projektů ve školách v podobě aktivizačních ateliérů. Druhou je Tanec na školách. Tento projekt byl založen v rámci konceptu Intervence umělců ve školním prostředí a již od roku 1975 se vyskytuje od mateřských škol až po školy střední. S tímto konceptem se můžeme setkat nejen ve Francii, ale též Itálii, Belgii, Norsku i dalších zemích, kde byl zaveden.

Ve francouzském vzdělávacím systému si žáci od 11 let mohou přizpůsobit svůj rozvrh a mají tak možnost vedle klasických předmětů účastnit se i tanečních hodin. Žáci mají též možnost si tanec vybrat jakožto maturitní obor a skládat z něj maturitní zkoušku. Avšak cílem tohoto vzdělání není vychovat budoucí taneční profesionály. Výsledky projektu jsou především v oblastech zrání uměleckého i osobnostního a rozvoje dítěte velmi přesvědčivé.

---

<sup>79</sup> PASTOROVÁ, Markéta. Taneční a pohybová výchova. Podkladová studie. Národní vzdělávací ústav. 2019 [online] Dostupné z: [https://www.npi.cz/images/podkladov%C3%A1\\_studie/tanecni\\_a\\_pohybova\\_vychova.pdf](https://www.npi.cz/images/podkladov%C3%A1_studie/tanecni_a_pohybova_vychova.pdf), s. 4

## 4. Pedagogický pracovník

Pro vykonávání pedagogické činnosti jsou neodmyslitelné zkušenosti i různorodé teoretické znalosti.

Mezi kladené praktické požadavky TPV pro plnohodnotné působení neodmyslitelně patří pedagog s odborným vzděláním nejen v pedagogické a psychologické oblasti, ale též v oblasti taneční.

### 4.1. Osobnost tanečního pedagoga

Jako každá profese i pedagog by měl disponovat určitými předpoklady k výkonu jeho profese. Taneční pedagog by měl být vybaven obdobnými vlastnostmi jako pedagog „klasických“ předmětů. Nicméně jde o specifickou disciplínu, vyžadující specifické nároky.

Zdárná práce v oblasti TVP je přímo úměrná aktivní fyzické účasti pedagoga při jeho vedení. Příklad pedagoga je pro děti zcela nepostradatelný, avšak svou aktivní účastí nesmí opomenout brát ohled na své žáky. Pedagog by měl být schopen iniciovat a ovlivňovat svým pohybovým projevem projev žáků, ale zároveň je pozorovat a vyvozovat tak pedagogické závěry.<sup>80</sup>

Jelikož je pedagog pro žáky nejen autoritou, ale též vzorem, který imitují, je jeho pozice značnou zodpovědností. Měl by být schopen v dětech probudit radost z pohybu, tanečního zážitku a stále je povzbuzovat v jejich výkonech. Jeho konání bezprostředně ovlivňuje vztah mezi ním a žáky. Měl by být schopen též vytvořit příjemnou atmosféru v hodině, což může ovlivnit i samotným provedením korekce. Oprava chyb musí být citlivá, pedagog musí být obezřetný, aby u dětí nevyvolal dojem, že je neustále něco špatně, veškeré úsilí žáků chválit, ovšem tak, aby žáci byli schopni přijmout i kritiku a výtku a „aby cesta za uměním jim byla současně cestou k dobrým mezilidským vztahům.“<sup>81</sup>

Samotné podání korekce může ovlivnit sebevědomí dětí i jejich motivace, pedagog opravuje obecně i konkrétně. Vhodné je též zapojení žáků, kteří se mohou opravovat navzájem

---

<sup>80</sup> CVEKLOVÁ, Bohumíra. Metodická příručka pro přípravnou taneční výchovu. Rok a místo vydání neznámé, s. 6.

<sup>81</sup> Tamtéž, s. 7.

Pokud totiž chybu vyzpozorují, uvědomí si ji pak u sebe samých a snaží se jí vyvarovat. Instrukce musí být jasně podané, ale nesmí se vysvětlovat příliš zdlouhavě, cvičení může pedagog předvést na sobě, či na žácích. Chce-li pedagog demonstrovat nesprávné provedení cviku, mělo by ihned poté následovat správné a precizní provedení zadaného cviku. Korekce by měla být provedena imperativem, jasně, stručně, nicméně vždy s laskavostí, jelikož na chod hodiny značně působí hlas pedagoga, ovlivňuje tak celkovou atmosféru a koncentraci dětí.<sup>82</sup> Prostřednictvím svého hlasu vyvolává pedagog fantazii a představivost žáků, vnitřní spoluúčast i jejich vůli. Pedagog by se měl vždy věnovat všem přítomným žákům a nezaměřovat se pouze na talentované jedince.<sup>83</sup>

Václav Janeček ve své knize *Úvod do taneční pedagogiky*<sup>84</sup> předkládá „manuál“ pro taneční pedagogy, kteří působí především na poli profesionální taneční dráhy:

Instrukce pro pedagogy:

1. Trénink není jen rozcvičením, pracovní dobou nebo „nalejvárnou“, nýbrž zvláštní spoluprací založenou na vzájemné reflexi.
2. Stále sledujte nové trendy, metody a přístupy účinně je vstřebávejte, abyste byli vždy „o krok vpředu“.
3. Dobrý pedagog má především dobrý postřeh a dokáže rozpoznat i opravit maximální počet trénujících a její chyb.
4. Přicházejte do sálu s připravenými vazbami, ale nebraňte se občas „improvizaci“ na místě.
5. Mějte na paměti, že vás všichni bedlivě sledují z opozice, a tudíž se nemůže stát, aby si alespoň někdo nevšiml toho, co je nesprávné nebo nevhodné.
6. „Nekuňkejte“, jasně a nahlas.
7. Používejte bohatý jazyk, dbejte na vysokou úroveň celkového projevu své osobnosti a energie.
8. Pečlivě řiďte hudební doprovod.
9. Vyžadujte disciplínu a pořádek v tanečním sále – narušitele nejprve fixujte pevným a tázavým pohledem, potom trefně mířenou poznámkou, a nakonec ho vyhoďte.

---

<sup>82</sup> JANEČEK, Václav, *Úvod do taneční pedagogiky*. V Praze: Nakladatelství Akademie múzických umění. 2013. ISBN 978-80-7331-267-1, s. 42.

<sup>83</sup> CVEKLOVÁ, Bohumíra. *Metodická příručka pro přípravnou taneční výchovu*. Rok a místo vydání neznámé, s. 6.

<sup>84</sup> JANEČEK, Václav, *Úvod do taneční pedagogiky*. V Praze: Nakladatelství Akademie múzických umění. 2013. ISBN 978-80-7331-267-1, s. 34.

10. Vždy předstírejte dobrou náladu, občas dejte najevo smysl pro humor ale ani na okamžik nepřestávejte řídit celkovou atmosféru v sále.

Ačkoliv jsou uvedené body určené především pro profesionálně orientované pedagogy, respektive divadelní pedagogy, jak již bylo zmíněno, tyto instrukce lze univerzálně využít i v taneční a pohybové výchově u dětí na školách. Vždy je samozřejmě nutné přihlídnout k věkové skupině žáků, měl by si uvědomit aspekty týkající se vývoje dětí a volit tak vhodnou interpretaci uvedených bodů. U dětí mladšího školního věku si musí pedagog uvědomit, že vývoj dětí je rovnoměrný a zajímají se o vše konkrétní a pokud se jejich energie správně usměrní, jsou též lehce ovladatelné. Jelikož pohyb přináší dětem radost, není nutné je k němu nutit, základem pro jejich konání je hra a soutěž.<sup>85</sup> U staršího školního věku by pedagog měl k dětem přistupovat s určitou diskretností a taktem.<sup>86</sup>

Se změnami ve společnosti by se měl měnit i pedagog a jeho přístup. Aktuálním tématem je například „body shaming“, který je předmětem debaty především u dospívajících žáků, návyky ve vztahu k postoji ke svému tělu by se ale měly pěstovat již od dětství. Tanečníci a taneční pedagogové jsou zvyklí mluvit o svém těle, ale též o postavě druhých. Proto by pedagog vyučující TPV měl volit správná slova, aby žáky neranil, ale zároveň by měl vytvořit zdravý přístup žáků a vést je k cestě ke štíhlé postavě. Avšak musíme si uvědomit individualitu a genetickou výbavu jednotlivců, ne každý má dispozice k tomu být štíhlý, proto by bylo vhodnější volit spíše termín „normální postava“ a zároveň tedy děti naučit a předat jim, co ta „normální postava“ znamená, že nejde o standard společnosti, ale normálnost žáka jako takového, v rámci jeho možností.

Další záležitost, která je též předmětem diskuse a kterou by se měl pedagog zaobírat, je intimita. Rodiče můžou mít mnohdy problém s tím, že se vyučující dotýká dítěte a může některé doteky považovat za nevhodné až sexuálně obtěžující. Pedagog by měl vysvětlit a obeznámit jak rodiče, tak žáky s důležitostí doteku. Toto téma se po době korona virové krize doprovázené lockdownem posunulo o úroveň dál, lidé si z velké části odvykli na fyzický kontakt, ačkoli jde o součást našich životů, které bezprostředně k našemu bytí potřebujeme.

---

<sup>85</sup> PERIČ, Tomáš a Jan BŘEZINA, Jak nalézt a rozvíjet sportovní talent: průvodce sportováním dětí pro rodiče i trenéry. Praha, Grada Publishing. 2019. ISBN 978-80-271-0527-4, s. 54

<sup>86</sup>Tamtéž, s. 60.

V hodinách TPV má fyzický kontakt neodmyslitelný význam, pedagog může usilovně vše vysvětlit slovně, to ovšem nezaručí, že dítě jeho slova zcela pochopí a pouhý dotek má schopnost, kterou slova mnohdy nenahradí. Pokyn „rozpusťte lopatky podél žeber“ dítě pochopí jen ztěžka, pohladí-li však pedagog dítě po zádech po lopatkách, dítě si spíše uvědomí, co se po něm žádá. K těmto dotekům je vhodné připojit též slovní spojení, se kterým si dítě daný úkon spojí, v tomto konkrétním příkladu to může být například „představte si, že vám po zádech stéká voda“.

I když má dotek v TPV své místo a podstatu, někteří žáci s ním mohou mít přesto problém, proto je vhodné se žáků (obzvláště dospívajících) zeptat, zda všichni s fyzickým kontaktem souhlasí a je-li jim nepříjemný, pokusit se najít kompromis, případně u konkrétních žáků dotek vynechat úplně.

Ke každé pohybové aktivitě patří riziko úrazu. Pedagog by měl přirozeně úrazům předcházet, toho docílí vysvětlováním podstaty cviků a jejich důležitosti. Pokud pedagog předá dětem vědomosti o jejich těle, jeho vnímání a schopnost jej správně používat, porozumět mu a analyzovat jej, může tak preventivně předejít zranění.<sup>87</sup>

## **4.2. Vzdělání pedagogického pracovníka**

Oblast vzdělání učitele taneční a pohybové výchovy je poměrně nešťastná, níže se situaci pokusím blíže nastínit.

Požadavky, které jsou TPV kladeny, zahrnují odborné vzdělání pedagoga nejen v oblasti pedagogiky a psychologie, ale též v tanečním oboru, a to na profesionální úrovni.

Konkrétně stanovené požadavky jsou ukotveny v Zákoně o pedagogických pracovnících č. 563/2004 Sb.<sup>88</sup>

Učitelé v oblasti tance bývají často bývalí i stále aktivně vystupující profilovaní tanečníci. Je to dáno brzkým odchodem z angažmá v nízkém věku. Tito učitelé pak mají

---

<sup>87</sup> Zdravé tělo v tanečním vzdělání – YouTube. YouTube [online]. Copyright © 2022 Google LLC [cit. 04.04.2022]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=7VivJwtsr4>

<sup>88</sup> Zákon o pedagogických pracovnících.pdf, MŠMT ČR. MŠMT ČR [online]. Copyright ©2013 [cit. 11.04.2022]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/file/38850/>

vynikající dovednosti i rozsáhlou terminologií, nicméně v jejich výbavě schopností často chybí metodické uvažování.<sup>89</sup>

10. června roku 2014 byla vypracována petice asociací pedagogů taneční a pohybové výchovy<sup>90</sup>, ve které bylo upozorňováno na problémy týkající se taneční pedagogiky na základních školách, základních uměleckých školách a jiných zařízeních. Jako značný problém byl uveden fakt, že absolvování kurzů z vysokých škol v rámci celoživotního vzdělávání již nebylo uznáváno jakožto kvalifikace. Ačkoliv na získaných certifikátech byla uvedena formulace, že absolvent kurzu nabyl způsobilosti, neučinilo jej to kvalifikovaným pedagogem.

Nekvalifikovaní učitelé mají možnost od 1. ledna 2015 být ve školách zaměstnaní jako výkonní umělci na poloviční úvazek nebo na základě výjimky pro ředitele, kdy ředitel může do pedagogického sboru zahrnout pedagoga bez kvalifikace, nemá-li za něj náhradu kvalifikovaným pedagogem. Avšak přihlásí-li se pedagog s řádnou kvalifikací, musí být přijat bez ohledu na kvality (délka působení v oboru, praxe, kurzy atd.) nekvalifikovaného pedagoga. Ačkoli je v současnosti TPV aplikována na přibližně dvaceti školách, dodnes stále chybí navazující dokumenty, které by konkrétně určovaly, kdo a jak tento předmět má vyučovat.

O progres této situace se pokusila platforma uMĚNÍM a Vize tance uspořádáním konference Kreativní města vzdělávají uměním (2019), kde se měl objevit ministr školství a ministr kultury, jelikož TPV spadá do agendy ministerstev školství, mládeže a tělovýchovy i kultury. K posunu přesto nedošlo. Problémem pravděpodobně je, že pro MŠMT je TPV uměleckým předmětem, a naopak pro ministerstvo kultury předmětem vzdělávacím. Přes řadu podnětů a snahy o vedení dialogu nelze v určitém časovém horizontu předpokládat podporu ministerstev, jelikož současným předmětem jejich zájmu bude s nejvyšší pravděpodobností výuka a kultura v kontextu s covidovou situací.<sup>91</sup>

V současnosti je možné získat tanečně-pohybové pedagogické vzdělání v České republice vystudováním konzervatoří, které zajišťují pedagogické minimum. Studenti své studium zde ukončují maturitou a následně titulem Dis. Tento typ středoškolského studia nalezneme v šesti vzdělávacích institucích v Praze, Brně a Ostravě. Bohužel absolventům

---

<sup>89</sup> Problematika pedagogického vzdělání pro potřeby ZUŠ a z hlediska zdraví – YouTube. YouTube [online]. Copyright © 2022 Google LLC [cit. 04.04.2022]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=iZvFG0uMqio>

<sup>90</sup> Petice za vzdělání tanečních pedagogů | e-petice.cz. Petice | e-petice.cz [online]. Dostupné z: <https://e-petice.cz/fr/petitions/vzdelani-tanecnich-pedagogu.html>

<sup>91</sup> ŠTÁDLEROVÁ, Lucie. Taneční a pohybová výchova jako součást základního vzdělávání. Taneční aktuality – Speciální vydání 2021- Tanec a vzdělání. 2021. ISBN 978-80-908312-1-6, s. 65.

tohoto typu škol mnohdy chybí tvůrčí práce a práce s vědomým tělem, což je aktuálně v tanečním světě diskutované téma.

Dále lze získat vzdělání v tomto uměleckém oboru i na akademické půdě na Hudební a taneční fakultě Akademie múzického umění (dále jen HAMU) v Praze, na katedře Tance v rámci prezenčního i kombinovaného studijního programu Pedagogika tance (klasického tance, lidového tance, moderního a současného tance), v nedávné době přibyl též program Taneční výchova v rámci, mimo tento program, HAMU nabízí též studium Choreografie a Taneční vědy<sup>92</sup> a na Janáčkově akademii múzického umění v Brně, na Divadelní fakultě v rámci prezenčního i kombinovaného studijního programu Taneční a pohybové divadlo a výchova.<sup>93</sup>

Absolventi těchto programů jsou vybaveni schopnostmi metodického i didaktického myšlení, celkového uvažování o fyzickém pohybu na základě anatomických a fyziologických znalostí těla a díky praktickým i teoretickým tanečním zkušenostem získávají tvořivé dovednosti.<sup>94</sup>

Absolventi těchto vzdělávacích institucí po zakončení míří především do divadel a souborů, ve kterých získali angažmá, nebo v něm již působí. Pokud se rozhodnou pro pedagogickou dráhu přicházejí na základní umělecké školy, do tanečních studií, či do jiných institucí. Velmi zřídka nalezneme na základních školách kvalifikované taneční pedagogy, a tedy i samostatný předmět taneční a pohybové výchovy. Určitou variantou může být obohacení výuky tělesné výchovy, pro učitele základních škol je možnost rozšíření jejich vzdělání navštěvováním akreditovaných kurzů u MŠMT, jejichž vzdělávání není však zaměřeno na pedagogickou způsobilost, ale na taneční odbornost. Vhodný akreditovaný kurz mohou pedagogové navštěvovat například na HAMU na katedře tance, která pořádá v systému dalšího vzdělávání pedagogických pracovníků v programu celoživotního vzdělávání dvouletý kurz taneční a pohybové výchovy, kde po dobu čtyř semestrů pravidelně navštěvují rozmanité přednášky a lekce významných českých tanečníků a pedagogů. Kurz je zakončen teoretickou zkouškou a

---

<sup>92</sup> O katedře. HAMU [online]. Copyright © AMU 2022 [cit. 05.04.2022]. Dostupné z: <https://www.hamu.cz/cs/katedry-programy/katedra-tance/o-katedre/>

<sup>93</sup> Database – Janáčkova akademie múzických umění. Janáčkova akademie múzických umění - [online]. Copyright © JAMU 2020 [cit. 05.04.2022]. Dostupné z: <https://www.jamu.cz/database/study/tanecni-a-pohybove-divadlo-a-vychova-326/>

<sup>94</sup> Studijní programy. HAMU [online]. Copyright © AMU 2022 [cit. 04.05.2022]. Dostupné z: <https://www.hamu.cz/cs/katedry-programy/katedra-tance/studijni-programy/H0B0010D-pedagogika-tance-tanecni-vychova-bakalarsky/>

pedagogickým výstupem z vybraného tanečního stylu (klasický, lidový, moderní, současný). Nicméně tento kurz absolvují především učitelé ze základních uměleckých škol či jiných zájmových tanečních skupin a pedagogové ze základních a středních škol se zde objevují pouze zřídka.

Hlavním úkolem pedagoga je vzdělávat k tanci, ale také tancem, měl by využít veškerých specifik, které tanec poskytuje, jelikož vyžaduje kultivaci těla, která je základem. Tělo je náš nástroj, základ veškerého našeho konání a pedagog by měl vést k návaznosti na přirozenost pohybu. Tanec rodí tělo, nositele života, proto má tanec schopnost v člověku vytvořit pevný základ lidskosti, na kterém je možné stavět, což je hlavním důvodem, proč by tanec neměl zůstat stranou pozornosti společnosti.<sup>95</sup>

---

<sup>95</sup> Celostátní konference tanečních oborů ZUŠ – YouTube. YouTube [online]. Copyright © 2022 Google LLC [cit. 04.04.2022]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=m0xQV2FnUME&t=470s>

## **5. Praktická část**

### **5.1. Cíl výzkumu**

Hlavním cílem je zjistit názory na předmět TPV jako takový a zájem o jeho přijetí jako součásti výuky dětí.

Úkolem bylo zjistit, zda respondenti mají představu o tom, co je obsahem TPV a nezaměňují tento předmět například s hodinami tance či tanečními kurzy. Na základě dotazování jsem rovněž chtěla zjistit, jaká je informovanost respondentů o stavu výuky TPV a zajímalo mě také, jestli tento předmět považují za užitečný nebo naopak nadbytečný, což souvisí mimo jiné se stereotypními názory ohledně tance (tanec je pro dívky, je nezdravý, je určen pro pouze vybrané jedince atd.).

Jakožto lektorka pracující s dětmi a příležitostně i s dospívajícími mám možnost pozorovat děti při pohybu a tanci, mohu jejich provádění podněcovat, opravovat atd. Nicméně dopad mého konání v jejich budoucím životě velmi pravděpodobně neporovnám. Proto jsem se kromě dotazníkového šetření rozhodla pro velmi stručný exkurz do mé výuky tance na ZUŠ Bajkalská v rámci Akademie pro seniory Hlavního města Prahy.

Mé hodiny navštěvují 3 klientky ve věku 60-80 let. První z klientek (paní D) se v minulosti nikdy tanci nevěnovala, mívá problémy s bolestmi zad, klientka druhá (paní J) se volnočasově tanci v různých podobách věnuje od dětství a poslední z klientek (paní M) je bývalou tělocvikářkou a v minulosti se s tancem mnohokrát setkala.

### **5.2. Popis zvoleného designu**

Pro šetření jsem zvolila kvantitativní i kvalitativní výzkumné metody, konkrétně polostrukturovaný dotazník doplněný o nestandardizované pozorování a strukturovaný rozhovor.

Výzkum jsem prováděla se dvěma skupinami respondentů, abych získala dvě úrovně pohledu na stejnou problematiku, tedy na taneční pohybovou výchovu jako součást kurikula.

Otázky byly pokládány formou dotazníku a formou pozorování doplněného o strukturovaný rozhovor s konkrétním vzorkem respondentů.

Polostrukturovaný dotazník obsahuje uzavřené i otevřené otázky.<sup>96</sup> Při pokládání otázek byly dodrženy následující potřeby:

- pokládat jednoznačné otázky, na které existují jednoznačné odpovědi;
- neptat se na více věcí jednou otázkou (Co podle vás způsobuje špatné školní výsledky a závislost na návykových látkách?);
- klást otázky srozumitelným jazykem s ohledem na populaci;
- vyvarovat se prestižních otázek (Kolik přečtete knih za rok? - kdo přizná, že nečte?);
- nepoužívat sugestivní otázky (Také si myslíte, že kouření škodí zdraví?).<sup>97</sup>

Struktura kvalitativního výzkumu je především popisného charakteru, jak již bylo zmíněno, jde o doplnění dotazníkového šetření a má přiblížit konkrétní vzorek respondentů, kteří se v současnosti s určitou formou TPV setkávají.

### 5.3. Realizace šetření

Dotazníkové šetření proběhlo online elektronickou formou. Dotazník byl vytvořen pomocí Google forms, který byl rozeslán přes sociální sítě a obsahoval 15 otázek a podotázek. Dotazování probíhalo přibližně tři týdny, během kterých se nashromáždilo 69 odpovědí. Účast v šetření nebyla nikterak omezena.

Doplněním dotazníku byl kvalitativní výzkum v podobě pozorování a standardizovaného strukturovaného rozhovoru. Pozorování i rozhovor proběhly v rámci taneční lekce se třemi klientkami.

---

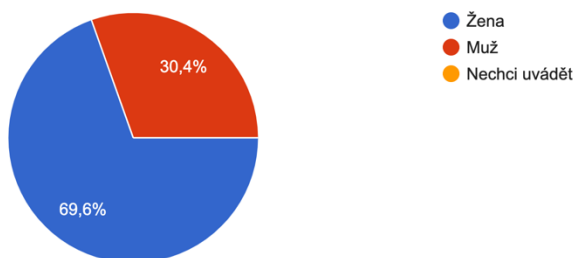
<sup>96</sup> GIDDENS, Anthony. *Sociologie*. Praha, Argo, 2013. ISBN 978-80-257-0807-1. s. 63.

<sup>97</sup> VOJTÍŠEK, Petr. Výzkumné metody. Metody a techniky výzkumu a jejich aplikace v absolventských pracích vyšších odborných škol. [online] [cit. 29.4.2022]. Dostupné z: [https://skoly.praha.eu/files/=84121/Skripta%20V%C3%BDzkumn%C3%A9\\_metody.pdf](https://skoly.praha.eu/files/=84121/Skripta%20V%C3%BDzkumn%C3%A9_metody.pdf), s. 28.

## 5.4. Vyhodnocení dotazníkového šetření

### Otázka č. 1: Pohlaví

69 odpovědí

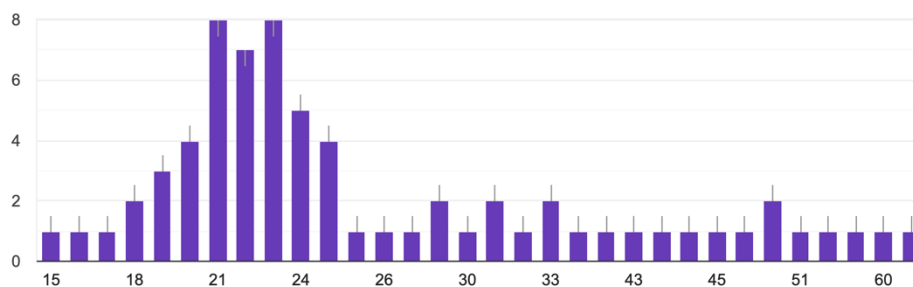


Graf č. 1

Z prvního grafu je patrné, že se dotazníkového šetření účastnily především ženy, kterých bylo 48 a mužů 21.

### Otázka č. 2: Věk

69 odpovědí

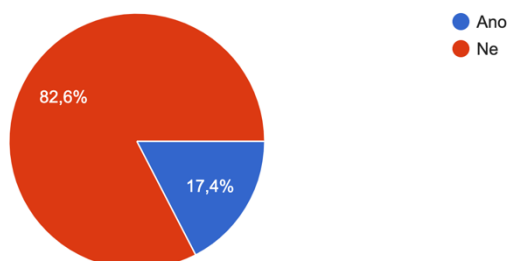


Graf č. 2

Tento graf ukazuje věkovou rozmanitost respondentů, jejichž věk se pohyboval na škále od 15 do 63 let.

### Otázka č. 3: Máte děti?

69 odpovědí



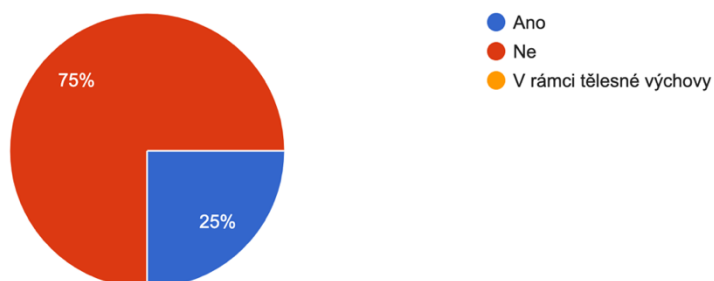
Graf č. 3

Na tuto otázku byly pouze odpovědi Ano nebo Ne. Jestliže respondent odpověděl ano, pokračoval na následující otázku, pokud odpověděl ne, byl přesměrován na otázku 8. Rodiči bylo pouze 12 respondentů.

Otázka č. 4: *Mají/měly Vaše děti ve škole možnost v rámci rozvrhu docházet na TPV?*  
(*Nechodí-li do školy, zaškrtněte odpověď "Ne"*)

Tato otázka byla položena za účelem zmapování možností žáků účastnit se TPV.

12 odpovědí



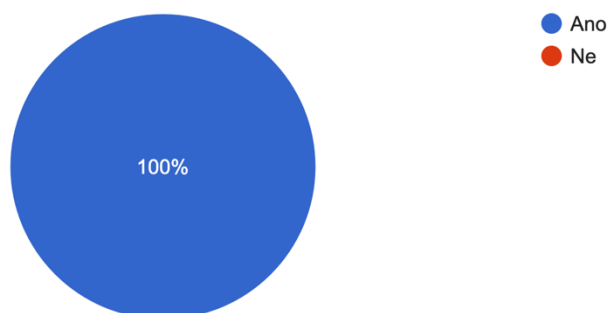
Graf č. 4

Odpověď Ano označila ¼ respondentů, tedy 3 odpovědi byly Ano a 9 Ne.

Otázka č. 5: *Pokud by byla možnost, přáli byste si, aby Vaše dítě TPV (mimo hodiny TV) navštěvovalo?*

Otázka zjišťuje zájem o předmět z pohledu rodičů.

12 odpovědí



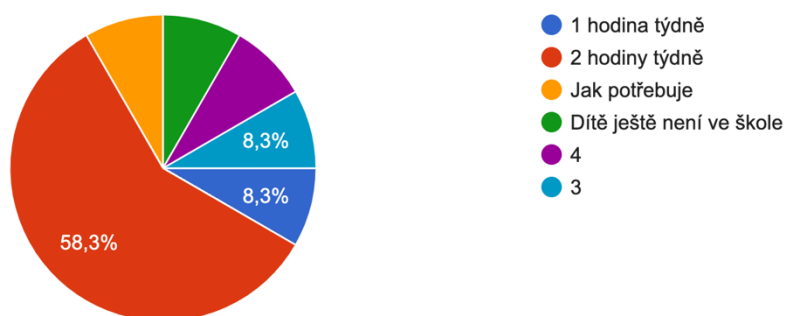
Graf č. 5

Odpověď byla v tomto případě ve všech 12 odpovědích shodná.

Otázka č. 6: *Jak často mají vaše děti hodiny TV?*

Otázka zjišťuje, kolik času žáci věnují „povinné“ fyzické aktivitě v rámci školy.

12 odpovědí



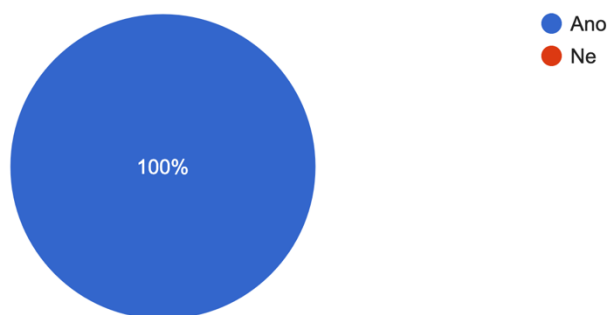
Graf č. 6

Je patrné, že v rámci školy se žáci fyzické aktivitě věnují převážně dvakrát týdně (tedy 1,5 hodiny aktivity celkově). Konkrétně možnost 1 hodina týdně byla označena 1 respondentem, stejně tak odpověď 3 a 4 hodiny týdně, vyskytla se také 1 odpověď, že dítě ještě není ve škole a že dítěti jsou poskytovány hodiny TV, jak potřebuje. U nejčastější odpovědi se shodlo 7 respondentů.

Otázka č. 7: *Navštěvuje Vaše dítě mimoškolní aktivity (kroužky)?*

Cílem otázky a podotázky je zjistit, zda děti věnují čas mimo školu pohybovými, ale i jiným aktivitám.

12 odpovědí



Graf č. 7

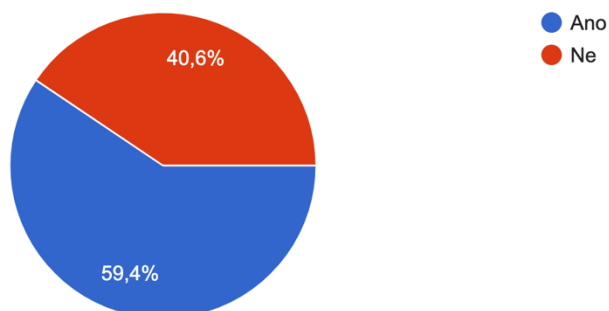
Otázka 7a: *Pokud ano, jaké?*

Na tuto otázku odpovědělo všech 12 respondentů.

Otázka č. 8: *Věnovali jste, či se stále věnujete tanci nebo jinému rytmickému cvičení?*

Důvod této otázky a podotázky je zjistit, zda se respondenti ve volném času věnovali, či nadále věnují rytmické pohybové aktivitě a v jaké formě se s ní setkali/ setkávají a mají tak vlastní osobní zkušenost.

69 odpovědí



Graf č. 8

Odpověď Ano zvolilo 41 respondentů a odpověď Ne 28.

Otázka č.8a: *Pokud ano, o jakou aktivitu šlo?*

K této podotázce se vyjádřilo 41 respondentů.

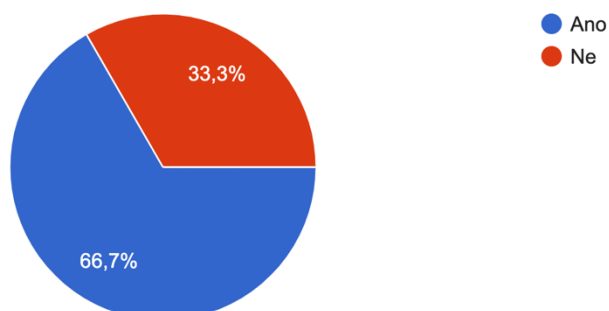
Následující otázky a podotázky mapují zájem, názor a přehled o TPV.

Otázka č. 9: *Co si pod TPV představujete?*

Otázka byla povinná a vyjádřilo se téměř všech 69 respondentů.

Otázka č. 10: *Znáte nějaké výhody?*

69 odpovědí



Graf č. 9

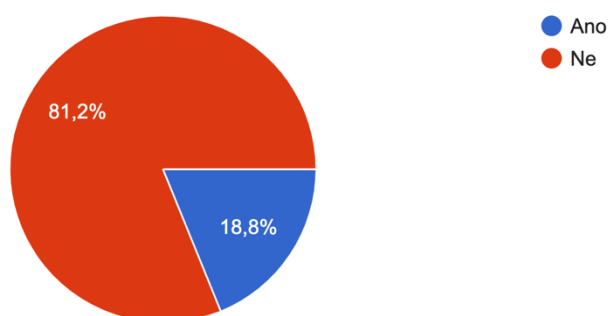
Odpověď Ano označilo 46 respondentů a odpověď Ne 23.

Otázka č. 10a: *Pokud ano, jaké?*

U této podotázky se vyskytlo 42 odpovědí

Otázka č. 11: *Víte o nevýhodách?*

69 odpovědí



Graf č. 10

Zde byla odpověď Ano označeno pouze třináctkrát a odpověď Ne padesát šestkrát.

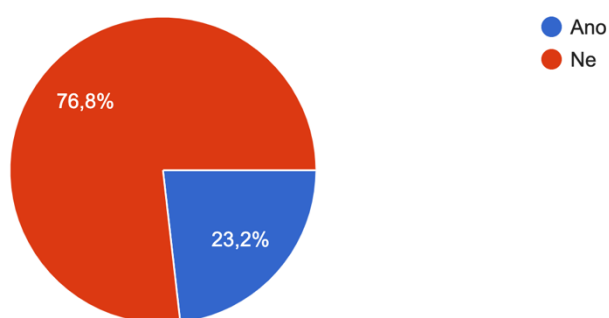
Otázka č. 11a: *Pokud ano, jaké to jsou?*

K této otázce se vyjádřilo 14 respondentů.

Otázka č. 12: *Vnímáte tanec jako činnost určenou především pro dívky, či pro budoucí profesionální tanečnický?*

Otázka byla položena kvůli zmapování stereotypního pohledu společnosti.

69 odpovědí

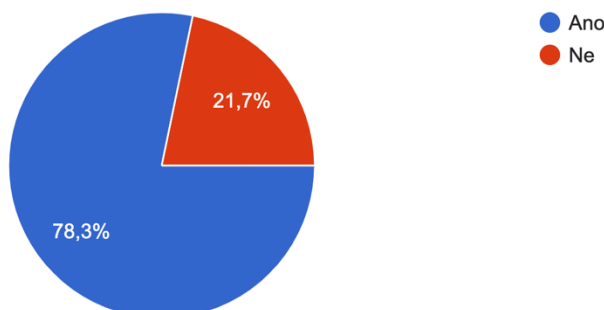


Graf č. 11

Otázka č. 13: *Vnímáte tanec jako činnost určenou především pro dívky, či pro budoucí profesionální tanečnický?*

Účel otázky bylo opět zmapování názoru respondentů v rámci jejich retrospektivního zájmu.

69 odpovědí

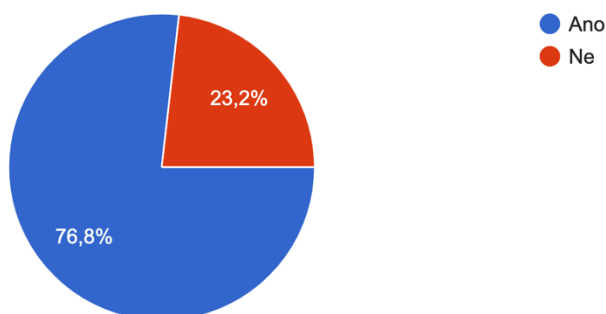


Graf č. 12

Otázka č. 14: *Myslíte, že by TPV mělo být zařazeno do školních osnov?*

Tato otázka má za úkol zmapovat zájem respondentů o TPV v rámci školy. (Zvolení označení “školní osnovy” bylo užito z důvodu časté nevědomosti ohledně podoby kurikulárních dokumentů, a právě toto označení je širší populaci známé).

69 odpovědí



Graf č. 13

Otázka č. 15: *Prostor pro Váš komentář, či podnět:*

K poslední dodatečné otázce se vyjádřilo celkem 16 respondentů.

## 5.5. Shrnutí dotazníkového šetření

Dotazníkové šetření přineslo řadu zajímavých poznatků, z nichž některé se daly předpokládat.

Zúčastnění respondenti byli především ženského pohlaví, konkrétně 48 žen, osob mužského pohlaví se účastnilo pouze 21. Je možné, že téma dotazníku muže neoslovilo a nezúčastnili se, což může být důkazem, že se stále u nás jedná o aktivitu, která je spojována především s činnostmi pro dívky. Respondenti se pohybovali ve věkovém rozmezí 15-63 let, jednalo se tedy o poměrně široký vzorek studentů, pracujících i seniorů. Z tohoto vzorku bylo 12 respondentů rodiči. Pouze 3 rodiče uvedli, že jejich děti mají možnost účastnit se TPV v rámci školy (v libovolné podobě), nicméně zájem o tento předmět mimo výuku TV byl u rodičů 100 %. Dále rodiče uvedli, že pohybu v podobě TV se jejich dětem dostává především dvakrát do týdne, v některých případech pouze jednou týdně, ale ojediněle i třikrát až čtyřikrát týdně. Ve volném čase uvedlo všech 12 rodičů, že se jejich děti věnují zájmovým činnostem v rámci kroužků. Konkrétně tanci nebo jinému rytmickému cvičení se věnují pouze 3 z dětí respondentů, zbytek se věnuje hře na hudební nástroj, sportu, jazykům, dramatickému či výtvarnému kroužku. Doporučení WHO ohledně doporučené fyzické aktivity se naplňuje jen zřídka.

Celkový vzorek respondentů uvedl, že oni sami se taneční či rytmické aktivitě věnují/věnovali ve 41 případech. Odpovědi obsahovaly širokou škálu tanečních stylů od baletu přes hip hop až po irské tance, dále se objevovala i jiná rytmická cvičení či společenské tance v rámci i mimo taneční. Tito respondenti zařazení TPV do výuky podporovali téměř bezvýhradně.

Představa respondentů o TPV je různorodá. Podle nich převládají výhody nad nevýhodami. V některých případech se shodovala odpověď, že pod TPV si respondenti představují pochopení vlastního těla, učení se jeho použití, správného držení těla, získání citu pro rytmus, vyjádření sama sebe, skupinovou spolupráci. Zároveň se objevila i řada odpovědí, které obsahovaly názor, že se jedná pouze o tanec, nacvičování choreografií, tančení v rámci tělocviku a často také, že je nic nenapadá. Převažující výhody obsahovaly odpovědi, které se týkaly především fyzické stránky zdraví. K nevýhodám se pojily odpovědi ohledně nevyrovnaných fyzických předpokladů, nebezpečí úrazu, porovnávání dětí a také padly odpovědi ohledně nekvalifikovaného pedagoga a zařazení hodiny na úkor jiného předmětu.

Přístup k TPV v kontextu stereotypních představ je převážně kladný, 16 respondentů odpovědělo, že tanec vnímá jako aktivitu pro dívky nebo budoucí profesionály, mezi odpověďmi k otázce č. 11 se vyskytl komentář, že nevýhodou jsou „zženštilí chlapi“. 54

respondentů uvedlo, že oni sami by v rámci své školní docházky hodiny TPV uvítali, nicméně kladný názor na zařazení předmětu do výuky v budoucnu projevilo 52 respondentů.

## **5.6. Vyhodnocení pozorování a rozhovoru**

### **5.6.1. Pozorování**

Dotazníkové šetření ukázalo, že většina respondentů se domnívá, že zařazení TPV by určitě mělo na děti příznivý vliv, ale bylo pouze teoretické. Skutečný vliv TPV na děti v budoucnu se na jeho základě nedá prokázat. Proto jsem využila svých praktických zkušeností s vedením „TPV“ v rámci projektu Akademie pro seniory. Vycházela jsem z toho, že v seniorském věku již můžeme dopady vypořádat. Zvolila jsem formu pozorování, při němž jsem porovnávala výkony jednotlivých klientek. Při pozorování jsem si všímala především fyzických dovedností.

I proto jsem pozorování doplnila o rozhovor, který je zároveň praktickým doplněním dotazníkového šetření. Cílem tedy nebylo zjistit jenom vliv na pohyblivost a tělesnou zdatnost, protože těch je možné dosáhnout jakoukoli sportovní aktivitou, nemusí se jednat nutně o výchovu tanečnickou. Na základě rozhovoru jsem se snažila zjistit, zda účastnice vnímají i jiný dopad.

Své hodiny se snažím koncipovat tak, aby byly různorodé, snažím se do nich zapojit různé taneční styly, různé typy cvičení, aby si mé klientky odnesly z kurzu co nejvíce zážitků. Nicméně vždy se snažím přizpůsobovat klientkám, pokud jim tedy zadané cvičení nevyhovuje, snažím se jej upravit.

Níže přikládám příklady z hodiny, při níž jsem se zaměřila na protažení na zemi, krátkou taneční vazbu a připravovanou choreografii. Hodinu popisuji podrobně, aby bylo zřejmé, na co jsem se při svém pozorování zaměřovala.

#### **1. Protažení na zemi:**

Popis zadání: *Ve vzprámeném sedu s nohama nataženými vpřed jsme dopínaly nártu a dělaly oblouky v kotníčích. Poté jsme se k nohám předklonily a snažily se dosáhnout rukama na prsty u nohou, tomu jsme napomáhaly občasným pokrčením kolen.*: U paní D je nejvýraznější tuhost pohybu v kotníku, pro paní J i paní M je toto cvičení očividně přirozenější. V předklonu

se prstů u nohou dotkla pouze paní J, paní M se přitáhla ke kotníkům a paní D tento úkon dělal oproti ostatním větší problém a dosáhla do půlky lýtek.

Popis zadání: *Dále jsme si sedly do „motýlka“ (chodidla jsou spojená a přitažená k pánvi, kolena směřují do stran), ve kterém jsme kolena dělaly malé kmity a následně pomocí lehké síly rukami kolena přitlačily k zemi. Následně jsme si sedly do mírného rozštěpu, kde jsme se ukláněly a předkláněly k oběma nohám a poté jsme šly opět do předklonu na lokty.:* Při sedu si všechny klientky vedly obdobně. Avšak v rozštěpu již byly patrný rozdíl. Paní D dělal výrazný problém úklon k noze, u předklonu k noze rukama opět dosáhla do půlky lýtky (v případě levé i pravé nohy) a v předklonu vpřed na zem položila pouze dlaně. Paní J si vedla lépe, dostávala se do nižších poloh, ale dlouho v nich nevydržela, při předklonu vpřed se jí podařilo lokty na zem položit. Paní M vykonávala cviky technicky velmi správně, ačkoliv se také nedostala do nízkých poloh.

Popis zadání: *V rámci protažení zad, jsme zaujaly polohu „kobry“ (ležíme na břichu, odtlačujeme se od dlaní, které jsou položeny na zemi v úrovni ramen, zvedá se tělo pouze do polohy, kdy je pupík stále na zemi).:* Opět zde byly výrazné rozdíly. U paní D byla výrazná křečovitost v poloze a tuhost páteře, při upozornění na stažení ramen dolů měla problém pozici držet a přešla do nižší polohy na lokty. Paní J také byla upozorněna na tah ramenou dolů a opravila se. Paní M cvik vykonávala technicky opět správně s dopnutými lokty, staženými rameny, ale po chvíli přešla do polohy na loktech.

## 2. Taneční vazba:

Pro zpestření hodiny a trénink rytmiky i práce s prostorem jsem zvolila ukázkou z vazby lidového tance – „Švec“

Popis zadání: *Krátkou vazbu jsem nejdříve několikrát předvedla, vysvětlila jednotlivé kroky a poté jsme se společně naučily jednoduchý text písně. Hlavním prvkem vazby byl polkový krok po kruhu a poté práce rukou.:* Při této vazbě se projevila muzikalita paní D, i přes technické nepřesnosti byla všemi kroky přesně do hudby. Paní J vazba nečinila problém a u paní M byl problém s posloupností kroků i jejich technických provedení.

### 3. Přípravovaná choreografie:

Chystané vystoupení pro veřejnost je laděné velmi klidně. V choreografii je několik tanečních prvků, které byly voleny tak, aby v nich na jevišti klientky byly především komfortní.

Popis zadání: *Opět při nácviku je patrný cit pro hudbu u paní D, kroky provádí naprosto přesně do hudby. Po vizuální stránce je vidno, že pohyb je lehce neohrabaný, tuhý a strnulý, proto společně trénujeme různými cviky ladnost pohybu. Paní J má přirozený taneční projev a jde snadno se učí nové kroky, proto osvojení choreografie pro ni nebyl problém, nicméně stává se, že pokulhává v hudbě. Paní M některé kroky zvládá bez problému, některé ji činí potíže, proto je stále jednotlivě procvičujeme, často má potíže s posloupností kroků, ale pravidelným opakováním si choreografii postupně vštěpuje.*

#### **Shrnutí:**

U paní D je v tanečním projevu jasné, že pro ni jde o novou aktivitu, po fyzické stránce je při cvicích oproti jejím kolegyním výrazná zatuhlost svalstva a lehká neobratnost. Paní J působí v tanečním projevu velmi sebevědomě a je zřejmé, že tanci se v minulosti věnovala, při cvicích ve většině případech nemá problém s jejich vykonáváním v rámci možností. Paní M v případech, kdy ji taneční kroky „sednou“, vede své pohyby v taneční projevu kladně, pokud jí činí kroky problém, působí její projev neohrabaně, nicméně vzhledem k jejímu věku jsou veškeré její výkony zcela obdivuhodné, cvičení jí v rámci možností nedělá problém, a především je vykonává s technickou přesností. Občasné potíže s osvojením návaznosti kroků připisují právě jejímu věku.

Mezi klientkami jsou evidentní rozdíly a je jasné, že tyto rozdíly jsou zapříčiněny právě pohybem v jejich minulosti. Přestože se jedná o malý vzorek, tento závěr má jistě všeobecnou platnost.

### **5.6.2. Rozhovor**

Po všech částech hodiny jsem s klientkami vedla strukturovaný rozhovor. Jeho cílem bylo stejně jako u dotazníkového šetření zjistit, jak se k problematice zařazení TPV do výuky na školách staví veřejnost. Rozhovor uvádím v plném znění, protože dobře ilustruje postoj laické veřejnosti.

### **Jaký je Váš názor na zařazení taneční a pohybové výchovy do školních osnov?**

Paní D: „Nevím, jestli by hodina taneční a pohybové výchovy nahradila některé hodiny klasické tělesné výchovy nebo byla navíc, ale neměla bych nic ani proti tomu nahrazení. Myslím, že pro život by dětem dalo víc, kdyby se zaměřily na kultivování pohybů svého těla a vnímání rytmu a hudby než třeba skákání přes kozu.“

Paní J: „Za mě jsem určitě pro. K tanci by člověk měl být veden od mlada. Svoji dceru jsem k tančení vedla aspoň v podobě tanečních a obě mé vnučky odmalička docházejí na různé tanečky, navštěvovaly i baletní hodiny a mladší stále chodí na pohybové cvičení, ono bylo bezvadný, že se díky tomu přestala stydět, ale to chodí na kroužky mimo školu. Takže určitě třeba v rámci tělocviku si myslím, že by tanec mohl mít svoje místo.“

Paní M: „V době, kdy jsem před asi dvaceti lety ještě učila, tak jsme na škole taneční výchovu měli zařazenou do výuky, jako v rámci tělocviku vedle různých atletiky atd. Většinou jsme s dětmi tancovali třeba lidové tance a děti to milovaly, jak holky, tak kluci, potom teda kolem 8. třídy se nad tím začali ofrňovat. Když to tedy teď na některých školách je zavedeno, tak je to jedinečně dobře a mělo by se to zavést pravděpodobně všude, protože je nutné děti k tomu pohybu vést.“

### **Jakým způsobem si myslíte, že TPV děti ovlivní?**

Paní D: „To, že si žáci začnou všimnout jak stojí, jak chodí, mám dojem, že by to jejich tělo mohlo zušlechtit. Nebylo by marné skloubit to třeba i s historií, pomocí poznávání tanců z různé doby, tak by děti mohly proniknout i do různých dějinných období. Anebo by bylo možné tu výuku propojit i se zeměpisem a děti by mohly poznat tance z různých oblastí. Propojování různých vyučovacích předmětů je dnes v módě.“

Paní J: „Považuji to za aktivitu, která rozvíjí celé tělo, a nejen její část. Určitě to ovlivní třeba koordinaci těla, protože člověk by měl být schopen používat ruce, nohy, ale i hlavu dohromady a nějak smysluplně. Tady by mělo jít o rozvoj celkového těla, a nejen o posilování. A další, určitě to má společenský vliv, děti pak budou mít menší problém mezi sebou komunikovat.“

Paní M: „Úplně fantasticky! Mnohdy začnou mít rádi hudbu, začnou mít cit pro rytmus, protože ne všem je to dáno, a navíc je to tělesný pohyb, který si člověk prakticky neuvědomuje, i když má vliv na rozvoj síly, pozornosti a mnoho dalšího co by člověk měl mít.“

## **Jaké jsou vaše předpoklady ohledně dopadu TPV na děti v jejich budoucím životě?**

Paní D: „*Kromě toho, co jsem už zmínila, tedy, že to může zušlechtit jejich tělo, tak, si myslím, že kdyby děti trochu přičichly k tanci, spíše by si jej třeba někdy v životě zvolily jako své hobby.*“

Paní J: „*Já si myslím že každý by měl chodit do minimálně do tanečních, protože je to důležité při společenských setkáních, pro seznamování, ve společnosti je třeba umět se nejen chovat ale i hýbat. Potom určitě po zdravotní stránce, držení těla je hrozně důležité v budoucnu, sama to pocítuji. Taky určitě pro jejich přístup k druhým a naučí se vzájemné ohleduplnosti.*“

Paní M: „*Určitě hodně velký, protože když člověk něco dělá odmala, tak později jako když najde. Například když se ve 3. třídě začnu věnovat němčině ve 4. s tím přestanu, ale pak se k ní dospělosti vrátím, tak mi půjde snáze, než kdybych ji nikdy neměla, a to si myslím že člověku hrozně ulehčí život. A celkově „ve zdravém těle, zdravý duch“ se neříká jen tak.*“

## **Co dává TPV Vám?**

Paní D: „*Donutí mě protáhnout si tělo, protože jinak se vymlouvám, že na to nemám čas. Taky mi to přináší radost z propojení pohybu a hudby, je to pro mě způsob relaxace. A taky nová zkušenost, jelikož jsem v mládí nechodila ani do tanečních, takže to je něco nového.*“

Paní J: „*Jednoznačně radost z pohybu. Osobně mě nebaví například rytmická cvičení jako je aerobik, proto jsem ráda že mohu docházet sem, protože tady se protáhnu uvolním jak po fyzické, tak i po psychické stránce. A protože jsem se nejen v dětství věnovala tanci ve volném čase, je příjemné si některé věci osvěžit. Bohužel kvůli počtu lidí tady to nesplňuje má společenská očekávání, která jsem od tohoto kurzu měla, a proto docházím ještě na latinskoamerické tance, který ještě doplňuje ta má sociální očekávání. Pro mě celkově veškerá zkušenost s tancem teď na stará kolena má především společenskou funkci, že se setkají lidé mého věku, kteří mají radost z pohybu.*“

Paní M: „*Pro mě to je báječné osvěžení, protože většina mých vrstevníků má s pohybem problém a často potřebuje už nějakou asistenci. Mě ten pohyb udržuje v lepším celkovém stavu, i když mě často něco bolí, tak tomu pohybu ráda věnuji čas. A mám pocit, že tím, že se cvičení věnuji tak mám o trošičku „lepší život“ než vrstevníci, kteří jen posedávají a nedělají nic.*“

### **Máte jakékoli připomínky k tématu?**

Paní D: *„Ráda bych v rámci mých hodin hudební výchovy zařadila taneční prvky a mám to i v plánu, protože sama cítím, že k té hudbě mám nějakým způsobem blíže úplně jiným způsobem, než jsem měla doted'. To je tedy asi ovlivněné tím, že jsem nikdy netancovala, takže je to jiné.“*

Paní J: *„Musím říct, že když jsem byla před lety podívat se na diskotéce, tak jsem byla otřesena, že ti mladí se zvládnou jenom pohupovat na místě a nedokážou se oslovit. To jenom dokazuje že ten tanec má nějakou společenskou funkci.“*

Paní M: *„Já vyrůstala v chudé rodinně, ale naštěstí jsem měla možnost docházet na kroužky, které v té době byly zadarmo, v současnosti je všechno hrozně drahý, a to i kroužky. To je strašnou nevýhodou, protože tím může být dětem odpírána právě třeba radost z tance, protože možná ani nebudu mít možnost se s ním někde jinde setkat.“*

### **Shrnutí:**

Klientky mají k tanci velmi kladný vztah, samy na sobě vnímají jeho výhody, které nabyly již v minulosti a nyní se k nim vrací, nebo si je zcela nově osvojují. Zmiňují obdobné argumenty, jaké se objevovaly v dotazníkovém šetření. Zajímavou připomínkou bylo konstatování, že ceny volnočasových kroužků jsou pro mnohé rodiny vysoké a jejich děti tak nezískají (nejen) s tancem zkušenost. I to by mělo být jedním z důležitých důvodů, proč TPV zařadit do výuky.

## ZÁVĚR

Jak již bylo zmíněno v úvodu práce, v teoretické části bylo jejím cílem představení taneční a pohybové výchovy a nastínění, jakým směrem se tento doplňující obor ubírá.

V úvodní kapitole byly vymezeny stěžejní pojmy, které se týkají TPV, kvůli vysvětlení spojitosti v kontextu práce. Následující kapitola přiblížila tělesný, pohybový, psychický a sociální vývoj dítěte a celkovou důležitost pohybu pro dítě. Všechny tyto složky mohou být ovlivňujícími faktory v životě dítěte a jsou pro (nejen) taneční pedagogy stěžejní, je nutné si je uvědomovat a nebrat je na lehkou váhu.

Dále byl předmět více přiblížen v historické i současné a také v zahraniční podobě. Historický exkurz tak poukázal, z čeho současná koncepce TPV vychází a jakým způsobem se vyvinula do současné podoby. Přehled charakteristiky TPV v českých kurikulárních dokumentech napomohla definovat legislativní i obsahovou podobu tohoto oboru v českém základním vzdělávání. V rámci přiblížení celkové náplně a pojetí výuky byly uvedeny pro představu postupy pro výstavbu hodiny, důležitost návyku správného držení těla, zaměření se na základní polohy a cviky, dále byly uvedeny příklady základních tanečních kroků, aktivit týkající se pohybu po prostoru, rozvíjející kolektivní cítění a význam improvizace. TPV k formování osobnosti dítěte a vytvoření kladného vztahu k pohybu využívá specifické vlastnosti tance. Dětem bychom měli ukázat, že se mohou vyjadřovat nejen verbálně, ale i neverbálně.

Tanec ve školách je koncept, který se v evropských zemích do vzdělávání začal zavádět již během 80. let a dobře se etabloval i v mimoevropských zemích. Vzhledem k výbornému odbornému zázemí v České republice uznávanému i v zahraničí by bylo vhodné, aby se k tomuto trendu též připojila.

Neodmyslitelnou součástí výuky je pedagog, kterému též byla věnována kapitola. V rámci ní byla přiblížena jeho osobnost, důležitost jeho osoby v hodinách TPV. Je to právě pedagog, kdo nese zodpovědnost za vztah dítěte k pohybu a tanci. V souvislostech s pedagogem byla též zmíněná diskutovaná témata týkající se „body shaming“, či intimity v souvislosti s důležitostí doteku v hodinách TPV. K výkonu pedagogického povolání je nutnou součástí vzdělání, které bylo též v práci zmíněno. Práce nastínila aktuální situaci v edukaci tanečních pedagogů, jejich formu i nesnáze, se kterými se vzdělávání tanečních pedagogů potýká.

Z teoretické části jednoznačně vyplývá prospěšnost taneční a pohybové výchovy coby školního předmětu, přestože v praxi se hojně setkáváme s nezájmem škol o integraci TPV do výuky.

V empirické části, jejímž hlavním úkolem bylo zjistit, jaký názor na tento předmět a jeho prospěšnost má veřejnost, bylo využito dotazníkového šetření, kterého se účastnila široká škála respondentů, a které bylo doplněné o pozorování a rozhovor.

Negativním, avšak předpokládaným zjištěním bylo, že celková informovanost respondentů o obsahu TPV je nízká. Hodiny tohoto předmětu vnímají jako hodiny tance, což není zcela správná představa. Vidí především fyzický užitek, i když mnozí nezpochybňují ani význam sociální. Objevil se i názor, že školy nenabízejí kvalitní pedagogy.

Ovšem navzdory předpokladu, že respondenti vnímají TPV jako nadbytečný předmět a nezařadili by jej do výuky na úkor předmětu jiného, šetření ukázalo, že přístup veřejnosti k TPV je převážně pozitivní a jeho integraci do výuky by uvítala.

Převažoval jednoznačně názor, že tanec není pouze pro dívky a budoucí profesionály. Stereotypní přístup sice zcela nevymizel, ale je výrazně na ústupu.

Na poměrně malém vzorku (12 respondentů z 69) se ukázalo, že TPV dětem nabízí jedna třetina škol, tedy více, než jsem očekávala.

Zajímavostí vyplývající z dotazníku byl fakt, že velká část respondentů se tanečnímu nebo rytmickému cvičení věnuje případně věnovala. Dá se tedy předpokládat, že jejich vztah k tomuto předmětu byl kladný pravděpodobně z tohoto důvodu.

Problémem může být právě absence osobní zkušenosti s tancem, jak ukazuje i pozorování tří klientek v rámci tanečních lekcí Akademie pro seniory, v nichž se projevil výrazný kontrast mezi klientkami v kontextu jejich dřívější zkušenosti s tancem a pohybem.

TPV má před sebou ještě dlouhou cestu, která má však správně nasměřováno. Věřím, že i tato práce přispívá k posunu v její situaci. Její informační hodnota by mohla předat řadě čtenářům fakty, které je mohou přesvědčit o přínosných nezastupitelných hodnotách tance, a tak vzbudit i jejich zájem o tento obor, což by mohlo vést i k postupnému zavedení TPV do výuky v různorodé podobě. Do budoucna tedy můžeme doufat, že se získá oprávněné postavení mezi ostatními školními předměty.

## Zdroje

### Použitá literatura

BALAŠ, Radoslav. Tance 20. století. Olomouc, HANEX, 2003. ISBN 80-85783-40-1.

BLAŽÍČKOVÁ, Eva, Romana LISNEROVÁ a kol. Taneční a pohybová výchova na 1. stupni základní školy. Metodická příručka pro zavádění Taneční a pohybové výchovy do praxe základních škol. Společnost pro taneční a múzickou výchovu. Praha, 2011. ISBN 978-80-905136-0-0.

CVEKLOVÁ, Bohumíra. Metodická příručka pro přípravnou taneční výchovu. Rok a místo vydání neznámé.

GIDDENS, Anthony. Sociologie. Praha, Argo, 2013. ISBN 978-80-257-0807-1.

GRECMANOVÁ, Helena, Eva URBANOVSKÁ a Petr NOVOTNÝ. Podporujeme aktivní myšlení a samostatné učení žáků. Olomouc, Hanex, 2000. ISBN 80-85783-28-2.

JANEČEK, Václav, Úvod do taneční pedagogiky. V Praze: Nakladatelství Akademie múzických umění. 2013. ISBN 978-80-7331-267-1.

JEŘÁBKOVÁ, Jarmila, Taneční průprava: odborná příručka pro učitele tanečních oborů lidových škol umění. Praha: Státní pedagogické nakladatelství. Odborná literatura pro veřejnost. 1979.

KRAPKOVÁ, Hana a Jana ŠOPKOVÁ, Lidový a společenský tanec. Olomouc, Vydavatelství Univerzity Palackého. 1991.

LÖSSL, Jiří, Rytmická, pohybová a taneční výchova mladšího žactva: deset lekcí pro začínající pedagogy. 2. vyd. Praha, Národní informační a poradenské středisko pro kulturu, útvar Artama. Pohyb. 2012. ISBN 978-80-7068-266-1.

ODSTRČIL, Petr. Sportovní tanec. Praha, Grada Publishing, 2004. ISBN 80-247-0632-6.

PERIČ, Tomáš a Jan BŘEZINA, Jak nalézt a rozvíjet sportovní talent: průvodce sportováním dětí pro rodiče i trenéry. Praha, Grada Publishing. 2019. ISBN 978-80-271-0527-4.

PRŮCHA, Jan, Jiří MAREŠ a Eliška WALTEROVÁ, Pedagogický slovník. 4. aktualiz. vyd. Praha: Portál. 2003. ISBN 80-7178-772-8.

REY, Jan, Jak se dívat na tanec. Praha, Vyšehrad. 1947.

ŠIMSOVÁ, Josefa. Pohybová příprava v tanečních kroužcích. Praha, Středočeské krajské kulturní středisko, 1981.

ŠIMSOVÁ, Josefa a Vlasta ŠEFLOVÁ, Pohybová a taneční příprava pro soubory dětí a mládeže, 3. díl. Praha, Středočeské krajské kulturní středisko, 1988.

Taneční aktuality – Speciální vydání 2021- Tanec a vzdělání. Praha. 2021. ISBN 978-80-908312-1-6.

WALTEROVÁ, E. Kurikulum – Proměny a trendy v mezinárodní perspektivě. Brno, MU, 1994. ISBN 80-210-0846-6.

ZEMÁNKOVÁ, Marie, Pohyb nad zlato: [pracovní učebnice pro výuku tělesné výchovy pro ZŠ]. Olomouc, Hanex. 1996. ISBN 80-85783-11-8.

## **Internetové zdroje**

Celostátní konference tanečních oborů ZUŠ – YouTube. YouTube [online]. Copyright © 2022 Google LLC [cit. 04.04.2022]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=m0xQV2FnUME&t=470s>

Česká republika: Pracovní podmínky učitelů v předškolním a školním vzdělávání | Eurydice. Oracle HTTP Server 12c [online]. [cit. 15.04.2022]. Dostupné z: [https://eacea.ec.europa.eu/national-policies/eurydice/content/conditions-service-teachers-working-early-childhood-and-school-education-20\\_cs](https://eacea.ec.europa.eu/national-policies/eurydice/content/conditions-service-teachers-working-early-childhood-and-school-education-20_cs)

Database – Janáčkova akademie múzických umění. Janáčkova akademie múzických umění - [online]. Copyright © JAMU 2020 [cit. 05.04.2022]. Dostupné z: <https://www.jamu.cz/database/study/tanecni-a-pohybove-divadlo-a-vychova-326/>

DVPP. HAMU [online]. Copyright © AMU 2022 [cit. 05.04.2022]. Dostupné z: <https://www.hamu.cz/cs/katedry-programy/katedra-tance/dvpp/>

Edu.cz – Jednotný metodický portál MŠMT [online]. Copyright © [cit. 04.05.2022]. Dostupné z: <https://www.edu.cz/wp-content/uploads/2021/07/RVP-ZV-2021-zmeny.pdf>

KONFERENCE: Umění do lavic -- veřejná část 1.- den – YouTube. YouTube [online]. Copyright © 2022 Google LLC [cit. 06.05.2022]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=aWudoK2KvHE>

O katedře. HAMU [online]. Copyright © AMU 2022 [cit. 05.04.2022]. Dostupné z: <https://www.hamu.cz/cs/katedry-programy/katedra-tance/o-katedre/>

PASTOROVÁ, Markéta. Taneční a pohybová výchova. Podkladová studie. Národní vzdělávací ústav. 2019 [online] Dostupné z: [https://www.npi.cz/images/podkladov%C3%A1\\_studie/tanecni\\_a\\_pohybova\\_vychova.pdf](https://www.npi.cz/images/podkladov%C3%A1_studie/tanecni_a_pohybova_vychova.pdf)

Petice za vzdělání tanečních pedagogů | e-petice.cz. Petice | e-petice.cz [online]. Dostupné z: <https://e-petice.cz/fr/petitions/vzdelani-tanecnich-pedagogu.html>

Physical activity. WHO | World Health Organization [online]. Copyright © [cit. 02.04.2022]. Dostupné z: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

Platforma uMĚNÍM chce měnit české vzdělávání – kreativní česko. Úvod [online]. Copyright © [cit. 12.04.2022]. Dostupné z: <https://www.kreativnicesko.cz/clanky/platforma-umenim-chce-menit-ceske-vzdelavani>

Problematika pedagogického vzdělání pro potřeby ZUŠ a z hlediska zdraví – YouTube. YouTube [online]. Copyright © 2022 Google LLC [cit. 04.04.2022]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=iZvFG0uMqio>

Studijní programy. HAMU [online]. Copyright © AMU 2022 [cit. 04.05.2022]. Dostupné z: <https://www.hamu.cz/cs/katedry-programy/katedra-tance/studijni-programy/H0B0010D-pedagogika-tance-tanecni-vychova-bakalarsky/>

Taneční a pohybová výchova v rámci základního vzdělávání • DUNCAN INSTITUT. DUNCAN INSTITUT [online]. Copyright © 2022 DUNCAN INSTITUT [cit. 01.05.2022]. Dostupné z: <http://duncaninstitut.cz/spolecnost-pro-tanecni-a-muzickou-vychovu/pedagogicka-cinnost/tanecni-a-pohybova-vychova-v-ramci-zakladniho-vzdelavani/>

Ukázky tvorby – Dítě v tanci. [online] [cit. 21.04.2022]. Dostupné z: <https://www.ditevtanci.cz/ukazky-tvorby/>

VOJTÍŠEK, Petr. Výzkumné metody. Metody a techniky výzkumu a jejich aplikace v absolventských pracích vyšších odborných škol. [online] [cit. 29.4.2022]. Dostupné z: [https://skoly.praha.eu/files/=84121/Skripta%20V%C3%BDzkumn%C3%A9\\_metody.pdf](https://skoly.praha.eu/files/=84121/Skripta%20V%C3%BDzkumn%C3%A9_metody.pdf)

Vymezení Rámcového vzdělávacího programu pro základní vzdělávání v systému kurikulárních dokumentů – DIGIFOLIO. Domů – DIGIFOLIO [online]. Dostupné z: <https://digifolio.rvp.cz/view/view.php?id=10429>

Why dance is just as important as math in school. [online]. Copyright © TED Conferences, LLC [cit. 27.03.2022]. Dostupné z: <https://ideas.ted.com/why-dance-is-just-as-important-as-math-in-school/>

Zákon o pedagogických pracovnících.pdf, MŠMT ČR. MŠMT ČR [online]. Copyright ©2013 [cit. 11.04.2022]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/file/38850/>

Zástupcům vyučujících se nelíbí myšlenka rozšíření počtu uměleckých předmětů na základních školách | Náš REGION. Náš REGION | Všude doma [online]. Copyright © 2015 [cit. 12.04.2022]. Dostupné z: <https://nasregion.cz/zastupcum-vyucujicich-se-nelibi-myslenka-rozsireni-poctu-umeleckych-predmetu-na-zakladnich-skolach-254925/>

Zdravé tělo v tanečním vzdělání – YouTube. YouTube [online]. Copyright © 2022 Google LLC [cit. 04.04.2022]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=7VivJwtsr4>