

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI

FAKULTA PEDAGOGICKÁ

CENTRUM TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU

LIDOVÉ TANCE PLZEŇSKA A CHODSKA PRO DĚTI

V MATEŘSKÉ ŠKOLE

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Martina Křenková

Předškolní a mimoškolní pedagogika, obor Učitelství pro mateřské školy

Vedoucí práce: Mgr. Petra Kalistová

Plzeň 2020

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně
s použitím uvedené literatury a zdrojů informací.

V Plzni, 31. července 2020

.....
vlastnoruční podpis

Poděkování

Ráda bych tímto poděkovala vedoucí mé práce, Mgr. Petře Kalistové, za odborné, vstřícné a ochotné vedení a podporu s řešením veškerých problémů.

Velký dík taktéž patří pedagogickému sboru z MŠ Kaznějov u továrny za ochotnou spolupráci během realizace video záznamu.

Dále bych chtěla poděkovat mému partnerovi, Antonínovi Hemalovi, za konzultace a praktické ukázky, které mi při tvorbě bakalářské práce dal.

V neposlední řadě děkuji mé rodině a přátelům, za pomocnou ruku a zprostředkované informace ze soukromých knihoven a pamětí.

ZDE SE NACHÁZÍ ORIGINÁL ZADÁNÍ KVALIFIKAČNÍ PRÁCE.

OBSAH

ABSTRAKT	2
SEZNAM ZKRATEK	3
ÚVOD	4
1 CÍLE A ÚKOLY PRÁCE	5
1.1 CÍLE PRÁCE	5
1.2 ÚKOLY PRÁCE	5
2 PŘEDŠKOLNÍ DÍTĚ	6
2.1 DÍTĚ PO STRÁNCE BIOLOGICKÉ	7
2.2 DÍTĚ PO STRÁNCE MOTORICKÉ	8
2.3 DÍTĚ PO STRÁNCE SOCIÁLNÍ	9
2.4 DÍTĚ PO STRÁNCE PSYCHOLOGICKÉ	11
3 SPECIFIKACE PLZEŇSKA A CHODSKA	15
4 TEORIE LIDOVÝCH TANCŮ PLZEŇSKA A CHODSKA	18
5 METODY UČENÍ LIDOVÝCH TANCŮ PLZEŇSKA A CHODSKA	21
5.1 METODY UČENÍ LIDOVÝCH TANCŮ PRO MLADŠÍ VĚKOVOU SKUPINU	22
5.2 METODY UČENÍ LIDOVÝCH TANCŮ PRO STARŠÍ VĚKOVOU SKUPINU	23
6 ZAŘAZENÍ LIDOVÝCH TANCŮ DO VÝUKY V MŠ	25
7 UKÁZKY ZPRACOVÁNÍ PŘÍPRAV PRO UČITELE	27
7.1 PŘÍPRAVA PRO MLADŠÍ VĚKOVOU SKUPINU DĚTÍ	29
7.1.1 Myšlenková mapa se zaměřením na rozvíjené oblasti	30
7.1.2 Plán týdne	31
7.1.3 Přípravy cvičební jednotky	33
7.2 PŘÍPRAVA PRO STARŠÍ VĚKOVOU SKUPINU DĚTÍ	36
7.2.1 Myšlenková mapa se zaměřením na rozvíjené oblasti	37
7.2.2 Plán týdne	38
7.2.3 Přípravy aktivit	40
8 REALIZACE	45
ZÁVĚR	46
RESUMÉ	48
SEZNAM LITERATURY	49
SEZNAM OBRÁZKŮ, OBRAZCŮ A TABULEK	51
PŘÍLOHY	I
SEZNAM PŘÍLOH	I
PŘÍLOHY	II

ABSTRAKT

Tématem bakalářské práce jsou lidové tance Plzeňska a Chodska se zaměřením na děti v mateřské škole. Cílem práce je seznámení se s metodikou učení lidových tanců v mateřské škole.

Práce v teoretické části seznamuje čtenáře s vývojem předškolních dětí, s Chodskem a Plzeňskem, s lidovými tanci, s metodami jejich učení a jejich vhodným zařazením do výuky. V praktické části pak čtenář nalezne ukázky zpracování příprav výuky pro mladší a starší děti v mateřské škole.

Práce navíc obsahuje videozáznam metodik učení lidových tanců.

KLÍČOVÁ SLOVA

lidové tance, Plzeňsko a Chodsko, dítě v MŠ

ABSTRACT

The object of this undergraduate thesis is folk dances in the regions of Pilsen and Chodsko with a focus on preschool children. The goal of this thesis is acquaintance of methodology of learning folk dances in nursery school.

The work in the theoretical part acquaints the reader with the development of preschool children, regions of Pilsen and Chodsko, folk dances, methods of their learning and their appropriate inclusion in teaching.

In the practical part, the reader will find examples of processing teaching preparations for younger and older children in nursery school.

In addition, the work contains a video recording of folk dance teaching methodologies.

KEYWORDS

Folk dances, regions of Pilsen and Chodsko, preschool child

SEZNAM ZKRATEK

MŠ – mateřská škola

ZŠ – základní škola

RVP PV – Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání

ŠVP – Školní vzdělávací program

TVP – Třídní vzdělávací program

Úvod

Moje bakalářská práce se zabývá lidovými tanci Plzeňska a Chodska se zaměřením na děti ve věku od 3 do 6 let. Hlavním důvodem výběru tohoto tématu pro mou práci byl můj úzký vztah k lidovým tradicím, hudbě a tancům. Již od předškolního věku jsem byla rodiči a pedagogy vedena k tanci a to nejen lidovému, ale i klasickému. Postupně se můj vztah k tanci a folkloru prohloubil natolik, že v dnešní době vyhledávám folklorní akce. Jejich největší zastoupení je v dnešní době na Chodsku, kde láska k tradicím a hudbě nutí místní tančit při každé příležitosti, kdy zazní hudba, nebo se ozve zpěv lidových písní. Bohužel tanec a zpěv, a to nejen na Chodsku, se většinou cíleně děti učí až po nástupu do základní školy. Výjimku znám pouze z míst, jako je moje rodná obec Chotěšov, kde se pořádají Staročeské máje, jejichž součástí bývá malá ukázka jednodušší formy Staročeské besedy dětmi z mateřské školy. Avšak i tato tradice postupně upadá, díky pracovnímu nácviku choreografie a nutné dlouhodobé práci s dětmi k rozvoji základních pohybů.

Velká výhoda seznámení dětí s lidovými tanci je v komplexním rozvoji jedince ve všech potřebných sférách, jak se většina autorů shoduje. Děti se pomocí lidových tanců rozvíjí v pohybu, kognitivních dovednostech, a také se více socializují se svými vrstevníky. Navíc se děti seznamují s místem, kde žijí, jeho tradicemi a vytváří si k němu kladný vztah, který se bohužel u mladých generací příliš neobjevuje. Ráda bych i tento aspekt v budoucnu začala u dětí měnit.

Cílem mé práce definovat metody práce s dětmi a jejich zařazení do výuky tak, aby se děti naučily základy lidových tanců, které pak mohou zúročit. Ráda bych totiž v budoucnu učila v některé z mateřských škol na Chodsku, kde se výuka lidových tanců přímo nabízí.

V první, tedy teoretické části je mým cílem seznámení se s vývojem dítěte, s oblastí Plzeňska a Chodska, s lidovými tanci z této oblasti, s metodami jejich nácviku a zařazením do výuky v mateřské škole.

V praktické části pak tyto informace využiji k vytvoření ukázky příprav pro učitele.

Práce bude obsahovat video záznam z realizace aktivit v mateřské škole s mladšími a staršími dětmi.

1 CÍLE A ÚKOLY PRÁCE

1.1 CÍLE PRÁCE

Cílem práce je objasnění metod výuky lidových tanců Plzeňska a Chodska pro děti v mateřské škole a jejich zařazení do vyučování.

1.2 ÚKOLY PRÁCE

1. Charakterizovat děti předškolního věku po stránce biologické, motorické, sociální a psychologické.
2. Popsat teorii lidových tanců na Plzeňsku a Chodsku.
3. Popsat metody učení lidových tanců
4. Popsat zařazení lidových tanců do výuky v MŠ
5. Vytvořit přípravy pro učitele

2 PŘEDŠKOLNÍ DÍTĚ

Pro práci učitele v MŠ je jednou z naprosto nezbytných věcí poznání, jak se děti vyvíjí, jaké mohou být odlišnosti ve vývoji, co předchází čemu a co nám vývoj dětí ovlivňuje. Nejen že se dítě vyvíjí po své vlastní ose díky vývoji biologickému, se kterým je spjat i vývoj motorický, psychologický, či sociální, ale také se vyvíjí pomocí interakce s okolím. Okolní prostředí, které na dítě působí, pak můžeme rozdělit podle poznatků Koťákové a Průchy (2013) na rodinné, lokální, širší sociální a etnické prostředí. To musíme brát v potaz při výběru aktivit a jejich úrovni při volbě aktivit k rozvoji dětí. Nejprve však vycházíme z poznatků o vývoji dítěte, který je v následující podkapitole rozepsán.

Pojem předškolní dítě je chápán každým autorem a pedagogem jinak. Laická veřejnost pak předškolní dítě chápe jako dítě v období, kdy dochází do MŠ. K chaotičtějšímu chápání tohoto pojmu v dnešní době přispívá i prodloužení možné docházky dítěte do MŠ od 2 let, kdy lze o dítěti ještě hovořit jako o batoleti. Každé dítě ale do MŠ dochází jinak dlouho. *„Předškolní období v užším slova smyslu je „věkem mateřské školy“, ale nebylo by správné chápat je pouze z tohoto hlediska – jednak mnoho dětí do školy nechodí, jednak rodinná výchova stále zůstává základem, na kterém mateřská škola dále účelně staví a napomáhá dalšímu rozvoji dítěte“* (Krejčířová a Langmeier 2018, s. 87). Většina autorů a pedagogů se ale shoduje v jednom – nejvíce nás v MŠ zajímá skupina dětí od 3 do 6 let, které se i já ve své práci věnuji. Na tomto věkovém rozhraní se shoduje i Špaňhelová(2008, s. 73) – *„Předškolní období je ve věku od 3 do 6 let“*. Jistý je ale názor všech, a to ten, že toto období končí s nástupem do základního vzdělání, či v průběhu prvních měsíců po nástupu do ZŠ. *„Předškolní období trvá od 3 do 6 – 7 let. Konec této fáze není určen jen fyzickým věkem, ale především sociálně, nástupem do školy. Ten s věkem dítěte sice souvisí, může oscilovat v rozmezí jednoho, eventuálně i více let“* (Vágnerová 2012, s. 177).

Předškolní děti dost často v praxi dělíme ještě na mladší a starší skupiny kvůli efektivnějšímu procesu učení, kdy dětem můžeme nabídnout aktivity vhodné jejich zkušenostem, dovednostem a schopnostem.

2.1 DÍTĚ PO STRÁNCE BIOLOGICKÉ

Biologickou stránkou dítěte lze chápat také jako jeho úroveň v rámci fyzického vývoje. Největší změnu můžeme u předškolního dítěte vnímat v oblasti pohybového a smyslového ústrojí a v rozvoji mozkové tkáně. Ostatní ústrojí se nejvíce vyvíjejí v období prenatálním (období plodu) a v období od narození až do dospělosti, kdy dochází k plynulému rozvoji zhruba stejným tempem (až na výjimku rozmnožovací soustavy, která se nejvíce rozvíjí v období puberty).

Nevýraznější změny můžeme pozorovat v oblasti pohybového aparátu, který se výrazně odlišuje u dětí, kterým jsou 3 roky, a kteří právě opustili povinnou docházku v MŠ. *„Období první tělesné plnosti (2. - 4. rok), jež charakterizuje zaoblený typ postavy s větším množstvím podkožního tuku, je vystřídáno obdobím první vytáhlosti (5. – 7. rok)“* (Bursová a Rubáš 2001, s. 57). Dítě bylo do nástupu do MŠ ještě v batolecím věku, ve kterém je jeho postava spíše menší a zavalitější, postava je oproti tělu větší a končetiny působí krátce. Postupně se však dítě vytahuje. *„Od začátku čtvrtého roku nastupuje pomalé, pravidelné a plynulé růstové tempo, které je typické pro celé období předškolního věku a mladší školní věk až do začátku puberty. Průměrné roční přírůstky tělesné výšky se pohybují kolem 6 cm. Hmotnost se zvyšuje asi o 2 kg za rok. V šesti letech měří průměrné dítě asi 118 cm a váží přibližně 22kg“* (Machová 2016, s. 208 - 209). I přes to, že se tělo dítěte postupně vytahuje a začíná být v adekvátním poměru k velikosti hlavy, jsou zde vidět jasné dětské rysy, jako vyčnívající lopatky, ploché nohy, nebo vypouklé břicho.

S vývojem pohybového aparátu souvisí i vývoj lebky, ke kterému je úzce spjat vývoj mozku. Machová (2016) ve své publikaci uvádí, že tempo růstu jak lebky, tak mozku je shodný ve stejném čase. K největšímu vývoji dochází do batolecího období, avšak i nadále pomalu roste. V mozku samotném však dochází k prudkým změnám až do sedmého roku života, kdy se tělo učí propojovat levou a pravou hemisféru.

Dost často pozorovatelné změny u dětí po stránce biologické z pohledu učitele v MŠ, je výměna zubů, kterými se musí zabývat. *„Na konci předškolního věku začíná postupná výměna dočasného chrupu za trvalý (druhá dentice). Po pátém roce se zpravidla objevují první zuby druhé dentice“* (Machová 2016, s. 211). Jedná se však o proces

nezbytný a přirozený, který většinou nebývá pro dítě natolik bolestivý, aby v něm zanechal nepříjemné vzpomínky.

Zajímavý je také vývoj smyslového ústrojí, do kterého patří hmat, zrak, čich, sluch, chuť a Machová (2016) uvádí také ústrojí rovnovážné. *„Postupně se rozvíjí kvalita smyslového vnímání od smyslů „kontaktních“, vázaných na hmat, ke smyslům „distálním“, vázaným na zrak, sluch“* (Šulová 2012, s. 6). Již od narození si totiž dítě začíná osahávat svět okolo něj. Nejprve na věci jen sahá, aby se s nimi seznámilo, a následně je začíná rozlišovat (podle tvaru a materiálu) a poznávat pomocí hmatu. Až později se začínají rozvíjet i další ústrojí. Dítě začíná pozorovat tvary, poslouchat hlasy a zvuky, ochutnávat jídla, cítit různé zápachy a vůně. Díky postupnému poznávání světa si pak tyto objevené věci začíná spojovat a zapamatovává si, co k čemu patří. Při vstupu do ZŠ má již natolik poznatků, které mu pomohly se dostatečně rozvinutou do té míry, že jeho smysly jsou plně vyvinuty.

2.2 DÍTĚ PO STRÁNCE MOTORICKÉ

Motoriku člověka můžeme chápat jako ovládnutí těla, jeho koordinaci a vnímání jeho rychlosti a rytmu. Motoriku pak můžeme ještě rozdělit na hrubou a jemnou. Nejprve musí u dětí dojít k vývoji hrubé motoriky ve velkých kloubech, a až následně dojde k rozvoji jemné motoriky, neboli pohyblivosti a koordinování dlaní a prstů. Jemná motorika je nezbytně nutná pro nácvik malování, psaní a korektní úchop psacího náčiní.

K vývoji hrubé motoriky u dětí dochází již od prvních dnů života. To je podmíněno vrozenými reflexy, které postupně mizí. Tento jev je velice důležitý pro budoucí vnímání a spojování si věcí okolo něj, jako jsou písmena a slova. *„V pohybových aktivitách, v nichž probíhá motorické učení, dítě vyžívá rozumově i v oblasti jemné motoriky. Vztahy mezi smyslovým vnímáním a pohybem – vztahy senzomotorické – přispívají k dovednostem usnadňující např. psaní a další koordinované projevy jemné motoriky. Děti se učí vyjádřit a seberealizovat v pohybových aktivitách, což přispívá k rovnoměrnému vývoji a kompenzaci celkově menší míry přirozeného pohybového využití v životě dětské populace dnešní doby“* (Průcha a Kořátková 2013, s. 105).

Před vstupem do MŠ se zpravidla dítě naučí chodit do a ze schodů, skákat na jednom místě a jezdit na tříkolce, nebo kole s pomocnými kolečky.

„Nyní přichází období, ve kterém jsou změny méně nápadné, neboť se již netýkají tolik „kritických“ lidských dovedností. Přesto jsou to změny velmi významné, neboť silně ovlivňují místo, které dítě zaujme ve společenství vrstevníků svou pohybovou obratností ve hrách, a jsou podstatné i pro další vývoj soběstačnosti dítěte“ (Krejčířová a Langmeier 2006, s. 88). Nyní tak dochází k zdokonalování již nabytých dovedností a k plynulejším pohybům. Velká změna přichází v oblasti sebeobsluhy. Dítě již nedostává péči své matky, která se o něj do teď doma starala a musí se postarat samo o sebe. Učí se jak jíst, uklidit si po sobě, umýt si zuby a ruce, jak na toaletě samostatně fungovat, jak se obléknout a svléknout, jak se vysmrkat, učesat apod.

Zajímavé je, že v tomto období si děti sami říkají o velké množství pohybu, který pokud nemají, mohou na nás působit neklidným dojmem (vrtí se, poskakují na místě, běhají jen tak okolo a moc dlouho se nezastaví na jednom místě). *„Pediatri a ortopedi vysvětlují tuto přemíru pohybové aktivity, která se občas projevuje zdánlivě netrpělivým poskakováním dítěte, či jeho neschopností „chvíli tiše sedět“, tělesnou potřebou – výrazným růstem dlouhých kostí a jejich chrupavčitých zakončení“* (Šulová 2012, s. 4).

Veškerý pohyb a motorický vývoj dítěte má také velmi příznivý vliv na prostorovou orientaci. Nejprve si dítě prostor okolo sebe osahává během lezení, pak si ho proleze a projde a následně se učí délky v prostoru a určení místa pomocí příslovcí a předložek. Nejprve si dítě musí věci v prostoru osahat, a až následně je dokáže rozpoznat pomocí zraku. *„Postupně se rozvíjí kvalita smyslového vnímání od smyslů „kontaktních“, vázaných na hmat, ke smyslům „distálními“, vázaným na zrak, sluch“* (Šulová 2012, s. 6).

2.3 DÍTĚ PO STRÁNCE SOCIÁLNÍ

Socializace je jednou ze základních a nepostradatelných součástí vývoje každého jedince. Šulová (2012) uvádí, že socializaci lze chápat jako začlenění se do společnosti. Socializace však působí i hlouběji, než jen na začlenění dítěte mezi ostatní jedince. *„Socializace se neprojevuje jenom změnou vnějších projevů, tj. chování ale i rozvojem*

prožívání a hodnocení, rozvojem sebepojetí a sebehodnocení, které je součástí individualizace“ (Vágnerová 2012, s. 223).

Socializace a sociální rozvoj u dětí neprobíhá jen v jednom krátkém úseku, nýbrž po celou délku života. Vše začíná narozením a vnímáním svého nejbližšího okolí. Tím je v počátcích pouze rodina, na kterou se dítě velmi váže. Postupně se k nejužší rodině připojují i další lidé, jako jsou přátelé rodiny, nebo vzdálení příbuzní. Změna přichází právě v období, kdy dítě začne objevovat nová území, a to především MŠ. *„Předškolní věk lze označit jako fázi přesahu rodiny vertikálním i horizontálním směrem, přechodného období mezi rodinou a institucí, resp. dalšími sociálními skupinami“ (Vágnerová 2012, 223).* Dítě se tak dostává do kontaktu s novými autoritami, kterými jsou učitelé a učitelky, uklízečky, kuchařky a další pracovníci v MŠ. *„Nástup do mateřské školy je spojen s nutností přijmout a respektovat cizí dospělou autoritu, učitelku, a musí se podřídit řádu školky, který je jiný než domácí pravidla. Vztah k učitelce, a naopak i její chování k dítěti mívá dost osobní charakter. Dítě potřebuje získat pocit jistoty a akceptovat ji emočně, jako osobně významnou bytost, od níž očekává obdobně výlučný vztah“ (Vágnerová 2012, s. 231).*

Další novou skupinou lidí pro dítě ve vztahu k socializaci jsou pak jeho vrstevníci, kteří se od sebe velice liší ve svém pohlaví, stádiu vývoje v nespočtu sfér či názorech a postojích vštěpovaných rodinou. To může být pro dítě velký problém. Musí se tak postupně oprostít od svého rodinného zázemí a objevovat i jiné postoje, chování a situace. Tyto nové zkušenosti, ale přinášejí především pozitiva do vývoje dítěte. *„V období mezi 3. – 6. rokem dochází pro dítě k růstu významu vrstevníků. Přináší to jednak rozvoj kognitivních struktur, především řeči a myšlení, rozvoj motoriky, ale též interiorizace sociálních norem, a tedy schopnost dítěte oddělit se od přímého dohledu dospělého“ (Šulová 2012, s. 13).* K tomu patří i sociální interakce: soupeření, prosazování se, spolupracování, reagování na odlišné názory, zvládání vlastních pocitů a reagování na pocity druhých. Tyto základní situace jsou pak pro děti potřebné po celou délku života, kdy musí řešit situace v rodině, ve škole, s přáteli i s lidmi, se kterými se neshodnou ve svých názorech. Každá taková interakce však přichází až po předchozí zkušenosti, a proto můžeme vidět například spolupráci, nebo ústupek až u dětí nad 4 roky.

Vedle vztahů s rodinou, autoritou a vrstevníky je zapotřebí i uvědomění si společensky žádaných norem. *„Zobecněný poznatek o tom, jak je třeba se za určitých okolností chovat, představují normy chování, které dítěti předávají dospělí. Ti jsou zároveň i garanty jejich dodržování. Předškolní děti snáze přijímají pravidla, která uznávají a prosazují osobně významné autority, jako jsou rodiče“* (Vágnerová 2012, s. 240). Z toho nám vyplývá fakt, že veškeré základy pro dodržování společensky žádaných norem by měly vycházet z rodiny. Učitelé a učitelky pak tyto hodnoty mají především podpořit a zakotvit.

Nesmíme si však plést pojem sociální normy a sociální role. Sociální role je naše vlastní postavení ve společnosti v rámci dané skupiny jedinců – dítě má tak ve své rodině roli dítěte a sourozence oproti roli ve třídě, kde je zařazen do role žáka, kamaráda a účastníka her. To, jak se v daných sociálních rolích máme chovat, vychází právě z poznatků základních sociálních interakcí a sociálních norem. *„V předškolním věku už je dítě samo schopno jmenovat několik svých rolí a toto vědomí je významným krokem v procesu formování vlastní identity („Jsem syn, vnuk, žák, kamarád, kluk, lyžař apod.“)“* (Šulová 2012, s. 12). Vlastní identitu si dítě díky socializaci pak formuje i v oblasti vlastní sexuality a začíná vnímat rozlišnost vztahů mezi jedinci. Dopomáhá k tomu i pozorování mezilidských vztahů mezi rodiči.

2.4 DÍTĚ PO STRÁNCE PSYCHOLOGICKÉ

„Rozumová (poznávací) oblast bývá odborně označována také jako rozvoj kognitivních procesů. Jedná se o vnímání, paměť, myšlení, představy, řečové dovednosti, vůli a emoční (citové) procesy“ (Průcha a Koťátková 2013, s. 98). Vágnerová (2012) uvádí v této oblasti také kresbu, hru, práci s pohádkou, časoprostorovou orientaci a proces učení. Rozumová - psychologická oblast tedy obsahuje velké množství procesů, které se výrazně liší u dětí tříletých a šestiletých.

„Vnímání je v tomto věku zaměřeno především na celek jako souhrn jednotlivostí, kterým dítě přisuzuje důležitost podle subjektivních preferencí – nechává se upoutat pro něj výrazným detailem“ (Průcha a Koťátková 2013, s. 98). Tento fakt můžeme u dětí využívat ku prospěchu při procesu učení, kdy se děti snažíme namotivovat předmětem, hračkou, knihou, příběhem, nebo čímkoli, co nás napadne.

„Paměť je mezi třetím a pátým rokem převážně bezděčná; záměrná paměť se začíná rozvíjet kolem pátého roku. Po celé období převažuje paměť mechanická, která vytváří dobrý základ pro přijímání informací, především těch častěji se opakujících. Dalším charakteristickým znakem je paměť konkrétní: dítě si lépe zapamatuje konkrétní situaci než její popis“ (Průcha a Koťátková 2013, s. 98). Z toho nám vychází i poznatek, že dítě se nejvíce učí a zapamatovává si pomocí zážitkového učení, a pokud získané poznatky učí někoho dalšího. Množství zapamatovaných informací se také odvíjí od citového rozpoložení dítěte, a zda jsou naplněny jeho základní fyziologické potřeby.

Myšlení u menších dětí označujeme jako předpojmové, které zařazujeme do symbolické fáze. Už z názvu je jasné, že jde o období, kdy dítě nemá dostatečně rozvinutou slovní zásobu, své představy a principy některých věcí okolo sebe nevnímání a nemá o ně zájem. Změny přichází o kratší dobu déle (mezi 4 – 7 rokem života) v období tzv. názorném či předoperačním, kdy myšlení začíná být intuitivní. „Je to období, kdy je dítě plně myšlenkově vázáno na to, co právě nazírá. Je to již cesta od individuálních předmětů a jejich vnímání k postupnému zobecňování“ (Šulová 2012, s. 7).

S fází vývoje myšlení velice úzce souvisí představy a fantazie. Veškeré tyto procesy souvisí s již nabytými znalostmi o okolním světě, které si dítě propojuje a kombinuje (autíčku namaluje do garáže postel a lednici, aby mělo kde spát a jíst). „Fantazie a představy mu pomáhají vytvářet realitu, jakou by chtěl, jaká by se mu líbila, jaká je pro něho pochopitelná a smysluplná“ (Šulová 2012, s. 10). Celkově můžeme toto období označit za období největšího rozmachu fantazie, jak blíže popisuje Nádvořníková (2011).

„Období mezi 3. až 6. rokem je obdobím zkvalitňování řečových dovedností (Šulová 2012, s. 10). I když dítě před vstupem do MŠ již dokáže mluvit, není jeho řeč kompletně rozvinuta. Dítě ve třech letech umí říci krátké říkanky, má rádo krátké pohádky, ve čtyřech letech umí používat pády, časy, je v normě, pokud se ještě někdy splete. Pro věk pěti let je charakteristické používání správných pádů, osob, časů, malé nepřesnosti jsou ve složitějších větách nebo v rozvinutém souvětí. V pěti letech je v normě, že dítě ještě neumí vyslovovat všechny hlásky správně, mívá problém například se sykavkami, s výslovností „r“ nebo „ř“ Do nástupu školní docházky –

do šesti let – by se tyto nesrovnalosti měly zlepšit a dítě by s nimi nemělo mít problém“ (Špaňhelová 2008, s. 79).

Vůle neboli regulace je taktéž velmi důležitou složkou ve vývoji jedince. Obsahuje tři základní procesy: pozornost, prožívání a uvažování. *„Umožňují ovládat a účelně využívat různé poznávací funkce (např. vnímání či myšlení). Jde o schopnost udržet nezbytné informace, regulovat aktuální zaměření, ale i budoucí směřování“* (Vágnerová 2012, s. 208). Než se tato trojkombinace ustálí, trvá to ovšem delší dobu, proto regulaci svého chování dítě zvládá až okolo 5 roku života.

Co se emocí týče, v tomto období dochází k velkým změnám hlavně v jejich vyjadřování. *„Předškolní období je velmi důležité pro formování základních citových projevů. Citové prožívání dítěte tohoto věku je velmi intenzivní, ale zároveň krátkodobé a proměnlivé“* (Šulová 2012, s. 22). Dítěti se velmi rychle dokáží měnit pocity, ale po většinu času převažuje dobrá nálada. *„V tomto věku převažuje u zdravého dítěte veselá nálada, postupně ustupuje strach z neznáma, a důležitosti získávají sociální city (láska, nenávisť, sympatie, antipatie)“* (Šulová 2012, s. 22). Autorka však podotýká, že tato náladovost většinou mizí v období nástupu do ZŠ.

Neodmyslitelnou částí rozumové oblasti je kresba, která je jednou ze základních vyjadřovacích metod pro dítě předškolního věku. *„Kresba je neverbální symbolickou funkcí. Projevuje se v ní tendence zobrazit realitu tak, jak ji dítě chápe“* (Vágnerová 2012, s. 187). Prudce se v tomto období vyvíjí vzhledem k etapě vývoji jemné motoriky a vizuomotoriky. Při vstupu do MŠ dítě kreslí spíše symbolicky - čmárá. Dítě však své čmáranice pojmenovává a popisuje v nich příběhy. Postupně se začíná zaměřovat i na lidi, kteří jsou od této doby pro něj ústředním motivem. Vágnerová (2012) toto období označuje jako stadium hlavonožců, kvůli podobě postav, které jsou tvořeny hlavou a končetinami a neobsahují detaily. Ty se postupně objevují až těsně před nástupem do ZŠ. Mezi tím se zlepšuje podoba postavy, která má trup, hlavu, krk, končetiny, prsty a všechny náležitosti.

Mezi další důležité vyjadřovací procesy patří hra. Té se v tomto období předškolního věku říká symbolická. *„Děti si v tomto období ve své volné, spontánní hře dokážou vybavovat jevy a situace, které poznaly ve svém okolí, a na své mentální úrovni je hrou zkouší, napodobují a prozkoumávají“* (Průcha a Koťátková 2013, s. 105). Nejprve

se ke svým herním představám pouští samo, postupně se přidává k dalším dětem, a až ke konci docházky v MŠ si děti k sobě samo zve podle empatií a společných zájmů.

Hojně se v této době u dětí rozvíjí také časová a prostorová orientace. Co se časové orientace týče, zpočátku je velice nepřesná a vázaná pouze na děj, který dítě samo dělá. *„Nepřesně vnímá časové úseky – přeceňuje čas, který tráví nezajímavým způsobem a naopak. Umí čas posoudit jen ve vztahu ke konkrétní činnosti („Ještě se 3x vyspím a pojedou k babičce.“ „Až se naobědvám, přijde bratr ze školy“)*“ (Šulová 2012, s. 6). Postupně dítě ale začíná chápat pojem ráno, dopoledne, poledne, odpoledne a večer, dny v týdnu a roční období a přiřazuje k těmto časovým úsekům aktivity, kterými se začíná řídit. Prostorová orientace se vyvíjí podobně – dítě si nejprve prostor „osahává“ a následně se orientuje pomocí pro něj zajímavých bodů („Okolo pejska zahnu a jsem u babičky.“).

3 SPECIFIKACE PLZEŇSKA A CHODSKA

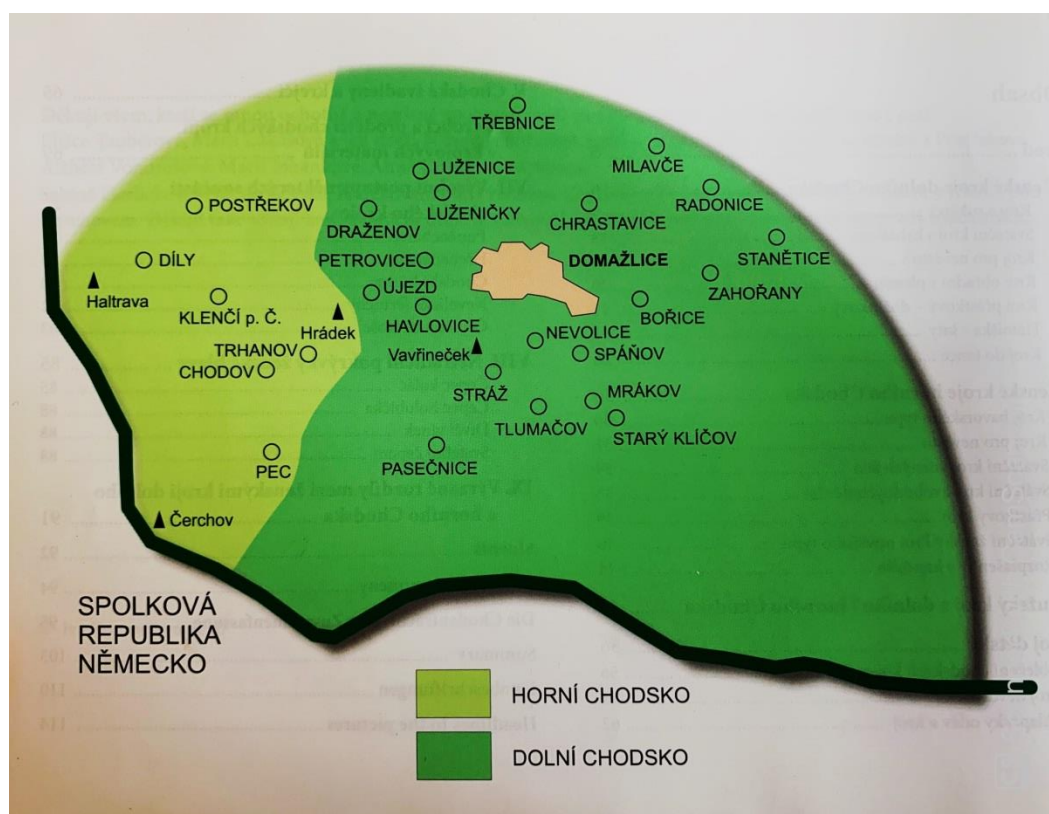
Plzeňský kraj je velkou oblastí s centrem ve městě Plzni. Jenže toto rozdělení je rozdělení pouze území. Podle etnografického rozložení, které je vytvořeno z hlediska folklorních tradic, jde však o naprosto odlišné území. Českou republiku rozdělujeme na 14 národopisných oblastí, jak uvádí Folklorní sdružení České republiky (2012).

Samotné rozdělení na etnografické, či národopisné oblasti se vytvářelo po dlouhá století. Vyčlenění každé oblasti pak záviselo na způsobu života, kultuře a přírodních podmínkách. Většina národopisných oblastí má pod sebou ještě národopisné podoblasti, které nesou obecné prvky dané oblasti, ale ještě k tomu se odlišují navzájem od sebe, a to většinou podobou kroje. Folklorní sdružení České republiky (2012) uvádí, že Plzeňsko je národopisnou podoblastí Západních Čech, pod které spadá ještě Karlovarsko, Chebsko a Podkrušnohoří (Chomutov), zatímco Chodsko spadá pod národopisnou oblast Pošumaví, kam spadá, také Prácheňsko (Obrázek 1).



Obrázek 1 – Plzeňsko a Chodsko (Folklorní sdružení České republiky 2012, mapa)

Plzeňsko rozlišuje svou folklorní kulturu na samotnou Plzeň a obce okolí ní, do kterých podle J. a K. Tetzeli (2016) spadá Chotěšov, Litice, Chotíkov, Dobřany, Malesice, Touškov, Plasy a Stříbro. Občas je k této oblasti ještě připojována oblast Blovicka. Chodsko se pak hrdě rozděluje na oblast Horního a Dolního Chodska, tak jak popisuje Kumperová (2010) – do Horního Chodska spadá Pec, Chodov, Thranov, Klenčí pod Čerchovem, Díly a Postřekov a do Dolního Chodska zase Domažlice, Draženov, Petrovice, Újezd, Havlovice, Stráž, Pasečnice, Tlumačov, Starý Klíč, Mrákov, Spáňov, Nevolice, Bořice, Zahořany, Stanětice, Radonice, Chrastavice, Milavče, Luženičky a Třebnice (Obrázek 2). Jako centrum Horního Chodska je považován Postřekov, zatímco Dolní Chodsko má centrum v Mrákově.



Obrázek 2 – Rozdělení Chodska (Kumperová 2010, s. 4)

V dnešní době je rozdíl mezi těmito 4 oblastmi především v kroji a zachování nářečí, které je aktuální spíše pro Chodsko. V historii byl však rozdíl razantnější. To vedlo k rozlišení podoby krojů, jak je známe dnes.

Plzeň samotná byla vždy velmi moderním a bohatým městem. J. a K. Tetzeli (2016) uvádí, rozdíl mezi městy a obcemi na Plzeňsku – na vesnicích bylo stále v čele řemeslo a zemědělství, zatímco do měst přicházel průmysl, který dal lidem možnosti většího

luxusu, jako například kvalitnější látky na kroje. *„Kvalita materiálu pro plzeňský kroj byla značně vysoká, neboť reprezentovala společenské postavení bohatých sedláků“* (J. a K. Tetzeli 2016, s. 19). *„V této oblasti sedláci patřili k bohaté vrstvě starousedlíků a na tradici si dávali záležet. Ještě do poloviny 19. století platilo heslo – Podle peří poznáš ptáka, podle kroje Plzeňáka“* (J. a K. Tetzeli 2016, s. 18).

To však neznamená, že v okolních vesnicích lidé žili chudým životem. Rozdíl byl především v tom, že v těchto vesnicích se v období 11. -13. století, jak uvádí J. a K. Tetzeli (2016), usadili lidé z Bavorska. Tato oblast, jak popisuje Volk (1984), byla plná německého obyvatelstva a bez vztahů s okolními vesnicemi s českými obyvateli. Například v Chotěšově a okolí se vyvinulo speciální německé nářečí, avšak místním tradicím a podobám krojů se novousedlíci nebránili, a tak docházelo k mísení kultur a k vytvoření nové, specifické oblasti.

Chodsko má však oproti Plzeňsku výrazně odlišnou historii. Většina autorů jako J. a K. Tetzeli (2016), či Kalousová (2011) se shodují na původním úkolu Chodů, kterým byla ochrana hranic s Bavorskem, ochrana lesů a umístění hraničních kamenů. Dostali za to obrovské množství práv, které je činili svobodnými. *„Byli to svobodní lidé, směli se bez povolení ženit, vdávat, shromažďovat, lovit zvěř, kácet dřevo v pohraničních lesích, byli osvobozeni od roboty, neplatili clo ani mýto, vlastnili zbraně, mohli se svobodně stěhovat, provozovat řemeslo, vařit a prodávat pivo“* (J. a K. Tetzeli 2016, s. 11). Když však s postupem času o tato privilegia přišli, začali se bouřit, což vedlo k slavnému povstání Chodů a popravě jejich vůdce, Jana Sladkého Koziny v areálu dnešního plzeňského pivovaru roku 1695 (J. a K. Tetzeli, 2016).

Co se rozdílů mezi Horním a Dolním Chodskem týče, je dnes pouze v podobě kroje a přetvoření textů některých písní. To je zapříčiněno bohatstvím těchto oblastí a vzájemnou rivalitou. Jak Kalousová (2011), tak Kumperová (2010) se shodují, že Dolní Chodsko s Mrákovem v čele bylo a je úrodnější, oproti Hornímu Chodsku s centrem v Postřekově, které je ve vyšší nadmořské výšce a méně úrodné. Místní se tak shodují na pořekadlu *„Mrákovský hrabou z polí zlato, Postřekovský kamení“*. Díky tomuto faktu, popisující odlišné bohatství daných území můžeme vidět v Dolním Chodsku zdobnější kroje a větší statky.

4 TEORIE LIDOVÝCH TANCŮ PLZEŇSKA A CHODSKA

Lidové tance na území naší republiky dělíme především na tance Moravy a Čech. Je to kvůli velké podobnosti písní, způsobu zpěvu i samotných tanců na těchto územích. Rozdíl je také v podobě krojů – ty jsou však více odlišné v každé národopisné oblasti. „V Čechách nenajdeme tolik národopisných oblastí – nebo lépe, nejsou od sebe tak ostře rozlišeny. V tanečním projevu jsou české tance menšího pohybového rozsahu; nejsou tak hlučné a navenek rozjásané – radost se zažívá spíše vnitřně. Jsou více prožitkem pro tanečníka samého než pro diváka (tanec mění takt i rytmus). Tanečník skutečně vyjadřuje pohybem taneční melodii – proto taková jednota písně a pohybu“ (Kos 1977, s. 10). Kos (1977) uvádí různé druhy tanců, kterými jsou například mateníky v různých oblastech Čech. Dnes však víme, že tento druh tance byl a je velice oblíbený i na Chodsku. Je tedy dobře viditelné, že se druhy tanců napříč Čechami velice prolínají. Proto není zapotřebí rozlišovat na tance Plzeňska a Chodska. Vliv má na to také fakt, že aktivní udržování folklórních zvyklostí je spíše záležitostí Chodska a Plzeňsko spíše přejímá dovednosti od svých sousedů.

Pro samotné tance jsou nezbytné dvě složky, ze kterých se tance kombinují. Jsou jimi postavení s různými druhy držení a taneční kroky.

Na Chodsku a Plzeňsku se nejčastěji objevuje 10 základních postavení v páru, jak uvádí Kos (1997) a Bláha (1995):

1. postavení bez držení (naproti sobě),
2. vedle sebe za ruce (držení vnitřních rukou),
3. držení pravou rukou (proti sobě),
4. řezankové držení (proti sobě, ruce křížem, pravá ruka je horní),
5. držení v předpažení zevnitř (proti sobě),
6. zátočka zavěšením za pravé lokty,
7. držení v pase (proti sobě)(buď oba dva v pase, nebo dívka drží za ramena a chlapec v pase),
8. držení zavřené (proti sobě)(klasické držení při standartních tancích),
9. držení polootevřené (stejně držení jako zavřené, pouze jsou od sebe tanečníci mírně pootočení ve směru polootevřených rukou),
10. držení křížem za zády (vedle sebe),

11. držení proti sobě v těsné blízkosti s dotykem pravých boků a ramen (pravé ruce obou na levý bok obou, levé ruce obou na pravé rameno obou partnerů navzájem).

Pokud páry tancují vedle sebe, dívka je vždy na pravé straně od chlapce.

Velice často se také objevují tance ve trojicích, nebo kruhu jak taktéž uvádí Kos (1977) a Bláha (1995):

12. držení v trojici v závěsu za lokty,
13. držení v trojici v připažení za ruce.
14. držení v kruhu za háček (držení za zády ob jednoho, ruce navzájem do háčku).

Pro tuto oblast jsou velice známé kreace tvořené především, nebo pouze děvčaty. Výjimkou nejsou ani tance v trojicích, či kolečkách. Jak Kos (1977) uvádí, je to zapříčiněno velkým odchodem chlapců z příhraničí v minulosti pryč za prací. Dívky se tak naučili tančit spolu.

Samotných tanečních kroků je pak velké množství. Mezi 15 základních tanečních kroků dle Bláhy (1995) patří:

1. normální taneční krok (krok vpřed našlápnutý na patu či vzad přes celé chodidlo),
2. krok přísuný (krok jednou nohou a v další době přísun k ní druhou nohou),
3. krok přeměnný (krok, sun, krok),
4. krok cvalový (krátký přísuný krok skočně provedený),
5. krok poskočný (krok vpřed L nohou, poskok na L noze, P noha mírně pokrčena přednožmo),
6. krok dvojposkočný (stejně kroky jako u poskočného kroku, ale 2x rychleji),
7. hladká sousedská (L krok do prostoru, P krok do prostoru, L krok do prostoru a zhoupnutí v kolenou) (podobný sudovému kroku),
8. přísunná sousedská (krok vpřed do mírného podřepu, druhou nohou přísunem do výponu, sejít na paty do mírného podřepu),
9. vyšlapávaná sousedská (tři normální kroky v jednom směru s pérováním v kolenou),
10. trojdup a trojnatřásák (skok na jednu nohu do směru tance a dva další doskoky taktéž na dané noze na místě, následně taktéž na druhé noze),
11. hladký obkročák (hluboké pokrčení v kolenou, krok ve směru tance s otočením o 180°, taktéž dalšího kroku druhou nohou o 180°) (na 1 takt 2 kroky),
12. poskočný obkročák (stejný krok jako u hladkého obkročáku s přidáním poskoku na každou nohu) (na 1 takt krok a 1poskok),

13. motovidlový obkročák (stejný krok jako hladký obkročák na 2 doby a na 3. dobu poskok) (na 2 takty 2 kroky a 2 poskoky),
14. hladká polka (klasická polka co nejtřídměji provedená bez poskoků, nátřesů, pohupů apod.),
15. krok do kolečka (L vytočit ve směru do tance a udělat krok, P přes L ve směru tance s vytočením do P do lehkého pohupu).

Samotné tance jsou pak kombinací různých tanečních kroků a postavení tanečníků. Takových tanců je nespočet. Lze je však rozdělit do několika kategorií. Drdácký (1983) rozděluje lidové tance na polky, sousedské, chodská kola a kolečka, mazurky, obkročáky a skočné, mateníky a furianty. Rozdělení zde platí pro lidové tance celého území České republiky. Bláha (1995), který popisuje tance přímo z Postřekovska na Chodsku lidové tance dělí na točivé tance (chodská kolečka), kola, figurální tance a kolové tance. Autor uvádí, že většina tanců nese název podle skladby, na kterou je tančen. Objevují se tak tance jako například Motovidlo, Řezanka, Šotyška, Židák, Lednlery a mnoho dalších.

5 METODY UČENÍ LIDOVÝCH TANCŮ PLZEŇSKA A CHODSKA

Metody učení lidových tanců mají svá obecná pravidla. Tanec tvoří kroky, držení, postavení těla a nálada s výrazem. Kos (1977) popisuje, jak nácvik tance u dospělých žáků probíhá:

1. gymnastická a pohybová průprava,
2. rytmická průprava,
3. nácvik kroků po etapách,
4. opakování kroků v různých prostorových útvarech (kruh, řady, zástupy aj.),
5. nácvik pohybu v prostoru,
6. nácvik držení těla a nášlapů,
7. nácvik postavení a držení tanečnicků.

Kos (1977) vedle nácviku všech složek tance také uvádí 6 bodů, které jako pedagog provádíme, aby došlo ke kvalitnímu naučení se konkrétního tance:

1. seznámení s tancem,
2. předvedení tance,
3. nácvik písně, na kterou je tanec prováděn,
4. nácvik tance po částech,
5. procvičení celého tance,
6. opakování celého tance v následujících hodinách.

V MŠ ovšem učíme lidové tance jinak – učíme základy, dobrý vztah k pohybu, hudbě, tanci a lásce k místě, kde žijeme a jeho tradicím a zvyklostem. „*Děti předškolního věku však v tanci nijak nespecializujeme, vedeme je všeobecně – jde nám o celkovou hudební, pohybovou a taneční průpravu, o založení pohybového návyku na celý život*“ (Brettschneiderová a Kubecová 2018, s. 13).

Lidové tance v MŠ učíme děti v podobě jednoduchých základů. Ideálně tak učíme děti základní taneční kroky a držení. Tyto základy děti učíme nenuceně, pomocí her. Nejčastěji tak hovoříme o hudebně pohybových hrách, či činnostech. Ty zařazujeme především během řízené činnosti, ale mohou být využity spontánně dětmi během volné hry. Spontánní využití dětmi přichází až po jisté zkušenosti, a pokud byla pro děti zábavná a plně se na ni soustředily. K tomu je zapotřebí dobrého plánování vyučovací hodiny, jak to popisuje Švandová (2015). Ta uvádí, že dobře naplánovaná hodina

obsahuje úvodní, hlavní a závěrečnou část. Úvodní část autorka popisuje jako čas, kdy se dětem přeladuje organismus na pohybovou aktivitu, prokrvuje se svalstvo a navozuje se soustředění. Švandová k této části přikládá jako vhodné aktivity chůzi, běh, poskoky a různé pohybové hry. Dobré je v této části také zařazení aktivit, které děti seznámí s tématem. Jako další část popisuje autorka hlavní část – děti se učí správnému držení těla, zkvalitňují si pohybový aparát, učí se pohybu v prostoru a rozvíjí své hudební citění. K hlavní části autorka doporučuje zařazení pohybových a tanečních her a improvizací. Závěrečnou část autorka popisuje jako čas na uklidnění, kdy děti pomalu dostáváme z rychlého a bujarého pohybu do klidu.

5.1 METODY UČENÍ LIDOVÝCH TANCŮ PRO MLADŠÍ VĚKOVOU SKUPINU

Mladší věková skupina dětí v mateřské škole lze obecně, tak jak líčí Rellichová (2015) označit za relativně neohrabané, aktivní a ohebné. Děti jsou v tomto období ještě v počátcích svého vývoje. Proto pro tyto děti volíme velmi jednoduché prvky, které je chceme naučit. Vhodnou volbou jsou základní taneční kroky jako normální taneční krok a krok přísunný. Zařazujeme také nácvik poskoků, které dětem pomáhají k rozvoji rovnováhy. Co se postavení a držení týče, je taktéž vhodné zařazovat pouze základy, avšak jen výjimečně, aby se děti měli možnost soustředit pouze na svou rovnováhu a ujistěovali se ve svých pohybech. Volíme tedy postavení bez držení, občasně zařazujeme držení vedle sebe za ruce, pravou rukou, v předpažení zevnitř, nebo v pase.

Celistvé lidové tance takto malé děti neučíme. Můžeme však z nacvičených tanečních kroků a variant držení sestavit krátkou choreografii na jednoduchou lidovou píseň. Takovéto choreografie pak nejčastěji volíme jako výplň různých besídek pro rodiče, přátele, či veřejnost. „*Nejedná se o nějaké vysoce umělecky hodnotné dílo, jde o to, aby děti ukázaly, co se naučily, jak pokročily, aby drobným tanečním vystoupením potěšily svoje blízké*“ (Brettschneiderová a Kubecová 2018, s. 49).

Ideální volbou je prvotní zařazení prvků lidového tance pomocí her do výuky, ve které se učí děti nápodobou. Následně, pokud jej děti zvládají v rámci hry, z nich můžeme skládat jednoduché choreografie. Hry, ve kterých se děti učí pohyb nápodobou, jsou takové aktivity, ve kterých často využíváme praktické a situační metody. Průcha a Koťátková (2013) praktickou metodu popisují jako nabídku a realizaci pohybových

a rytmických dovedností, zatímco situační metodu popisují, jako využití prožitků a zájmů k vytvoření situace, kterou mohou děti znovu prožít – hraní si na něco. Taková výuka většinou probíhá frontálně, kdy učitel ukazuje, vypráví, nebo předvádí danou věc dětem, a ty ho poslouchají, pozorují, opakují po něm a snaží se ho napodobit. Učitel zde má roli iniciátora, vedoucího a průvodce hry.

Vedle samotných lokomočních a nelokomočních pohybů pak děti učíme také rytmické cítění, jak popisují Brettschneiderová s Kubecovou (2018). Takováto cvičení děláme individuálně, skupinově, nebo frontálně. Ideálně takto malé děti učíme pouze jednoduchý rytmus písní a pohybů.

5.2 METODY UČENÍ LIDOVÝCH TANCŮ PRO STARŠÍ VĚKOVOU SKUPINU

Starší věková skupina dětí v MŠ, lze z poznání Rellichové (2015) popsat jako klidnější, rozumnější, vážnější, pozornější a zvědavější. Samozřejmě však nemůžeme po těchto dětech chtít složité taneční kroky, ač jsou již dále ve vývoji, oproti mladším dětem. Pro tyto děti volíme taktéž základní taneční kroky, postavení a držení, jako pro menší děti. K znalostem s těmito základy pak přidáváme nové, kdy děti učíme složitější prvky, založené na základu. Můžeme tak děti učit vedle poskoků, normálního tanečního kroku a kroku přísunného například krok poskočný, dvojposkočný, kroky do kolečka či vyšlapávanou sousedkou. Ideálně však učíme spíše základy pro tyto kroky – zhoupnutí v kolenou, dvojposkoky, otáčení v chůzi, posouvání nohou, děláním kroků do boku/dozadu apod. Postavení a držení tanečníků můžeme v této věkové skupině učit již obsáhleji. Děti jsou schopné udržet svou rovnováhu, plně se na veškeré úkoly soustředit a plnit více jednoduchých činností zároveň. Můžeme zvolit postavení bez držení, držení vedle sebe za ruce, pravou rukou, v předpažení zevnitř, v pase, řezankové držení, nebo zátočku zavěšením za pravé lokty. Výjimečně, pokud jsou děti k tanci vedeny již od útlého věku a rozvoj v této oblasti je pravidelný, můžeme zkoušet i těžší varianty, jako je držení křížem za zády, v kruhu za háček, nebo v trojicích.

I starší věkovou skupinu však neučíme celé lidové tance. Sestavujeme taktéž z nacvičených tanečních kroků a variant držení jednoduché choreografie, které však mohou být delší a být doprovázeny zpěvem, či ozvučením k lidové písni. Navíc můžeme využívat různé rekvizity, jako například pentle, kapesníčky nebo umělé květiny aj. Tyto choreografie taktéž zařazujeme jako výplň různých besídek a vystoupení. Můžeme

je ale také připojit k dlouhodobějším projektům různých divadelních představení, které starší věková skupina dětí velmi dobře zvládá nachystat a naučit se.

Tak, jako u mladších dětí, i u starších dětí učíme základy nových tanců pomocí her, kde děti napodobují naše činnosti, během frontální výuky. Využíváme tedy praktické a situační metody. U této věkové kategorie lze však navíc zařadit i cílený nácvik choreografie, kde motivací je samotný tanec – s dětmi si vyzkoušíme, jak se tančí a zpívá například na píseň Čížečku, čížečku.

I pro starší děti nesmíme zapomínat přiřazovat aktivity k rozvoji rytmického cítění, které je pro pohyb nezbytné. Brettschneiderová s Kubecovou (2018) uvádí tleskání do rytmu písně, pleskání si do stehů, hru na tělo, vytleskávání jmen a slov, chůze v rytmu, reprodukci krátkých rytmů, nebo reagování na rychlost tempa adekvátním pohybem, jako vhodné aktivity k rozvoji rytmického cítění. Můžeme však zařazovat i jednoduché pohyby jako poskoky, nebo podřepy, či pohyby s rekvizitami.

6 ZAŘAZENÍ LIDOVÝCH TANCŮ DO VÝUKY V MŠ

Lidové tance, hudba a zvyky patří od nepaměti do historie našeho státu. I v dnešní době se udržuje jejich hodnota a to převážně pomocí folklorních souborů. Jinak tomu není ani na Plzeňsku a Chodsku. Folklorní soubory jsou zde jak dospělé, tak dětské, jak uvádí Národní ústav lidové kultury (2017). Nejvíce je dětských folklorních souborů v Plzni, Rokycanech a po jednom pak v Mrákově a Stodu. Avšak v mateřských školách je situace jiná. Většina škol tematiku folkloru zařazuje do tematických celků pouze okrajově, například při oslavách Vánoc a jara. Je to zapříčiněno velkým rozsahem rámcových cílů, které v předškolním vzdělávání chceme naplnit. V historii však zvyklost tancovat, zpívat a dodržovat různé obyčeje byla naprosto zřejmá. *„Na plzeňském venkově zněly písně a lidová hudba při mnoha všedních i svátečních příležitostech, v průběhu dne, roku i celého života: při uspávání dětí, na rodinných slavnostech, svatbách i pohřbech, při práci doma i na poli, na přástkách, dračkách, tanečních zábavách a při koledních obchůzkách. Ve městech doprovázela hudba soukromé, obecní i cechovní slavnosti, vojenské přehlídky, zakládání staveb i exekuce“* (Vejvoda 2015, s. 53). Dnešní doba však tyto zvyklosti již nemá, a proto je většinou láska k místu původu, tanci, zpěvu a obyčejům spíše otázkou rodinné výchovy.

V mateřské škole ale můžeme chuť k lidovým tancům a celému folkloru podporovat. Vejvoda, Ulrychová a Traxler (2015) poukazují, že v historii byli k příležitosti tancovat a zpívat především tyto akce: taneční zábavy, masopust, máje, pouť, dožínky, posvícení, kravské hody, advent a kolední pochůzky, svatba a pohřeb. Většina těchto akcí jde i v dnešní době zařadit do výuky v předškolním vzdělávání.

Pro správné zařazení lidových tanců do výuky v předškolním vzdělávání je nezbytné motivovat děti, pečlivě plánovat průběh tematického celku, samotných aktivit a jejich dílčí cíle, nastolit atmosféru ve třídě, vhodně zvolit metodu komunikace a práce, reagovat na potřeby dětí a jejich úroveň vývoje, dodržet bezpečnost a úzce spolupracovat s Rámcovým vzdělávacím programem pro předškolní vzdělávání (Splavcová a Vatalová, 2018).

Nejvíce se však při zařazení lidových tanců obracíme na téma, se kterým pracujeme. Takové téma si učitel může zvolit sám, pokud vychází z kritérií ŠVP školy, ve které

působí. Pokud vezmeme školní rok popořadě, tak příkladem vhodných a obecných témat, ke kterým lze přiřadit lidový tanec je např. podzim, sv. Martin, Mikuláš, Advent, Vánoce, zima, Tři králové, Masopust, jaro, Velikonoce, Máje, pálení čarodějnic, léto. Samozřejmě se nabízí i témata jako rodina, řemesla, povolání, zvířata a příroda okolo nás, hudba a nespočet dalších témat, které zrovna učitele napadnou a hodí se mu k zařazení.

Prvky lidových tanců, jak již bylo zmíněno v kapitole 5. Metody učení lidových tanců, učíme děti pouze jednoduše a obecně. To nám dává možnost je zařazovat k velkému množství aktivit i pouze jako doprovod. Je možné je však zařazovat každý den jako znamení změny v programu, jako rituál například k úklidu, nebo začátku dne, jak popisují Brettschneiderová s Kubecovou (2018). Můžeme tak k jednoduché říkance spojit například základní taneční krok, krok přísunný, držení vedle sebe v kruhu a jednoduché pohyby rukou.

7 UKÁZKY ZPRACOVÁNÍ PŘÍPRAV PRO UČITELE

Veškeré činnosti, které s dětmi realizujeme, vychází z plánování tematických celků, nebo jinak řečeno integrovaných bloků. Pro jejich zpracování platí jistá pravidla, která vycházejí z RVP PV. *„Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání (dále také RVP PV) je závazný dokument, který vymezuje hlavní požadavky, podmínky a pravidla pro institucionální vzdělávání dětí předškolního věku. Stanovuje elementární vzdělanostní základ pro pedagogickou činnost mateřských škol, které jsou zařazeny do sítě mateřských škol, a pro přípravné třídy při základních školách. Představuje komplexní rámec a zásadní východisko pro tvorbu školních vzdělávacích programů (dále také ŠVP) a pro vlastní činnost učitelky/učitele v mateřské škole“* (Průcha a Koťátková 2013, s. 77). Z toho vyplývá, že RVP PV je základem pro veškerou pedagogickou činnost v předškolním vzdělávání a každá konkrétní mateřská škola z něj vytváří své ŠVP. Jak Průcha s Koťátkovou (2013) uvádějí, ŠVP je základním povinným dokumentem každé mateřské školy, který tvoří individuálně a na určitý časový úsek. Každá MŠ ve svém ŠVP popisuje identifikační údaje, charakteristiku školy, vzdělávací program, podmínky a organizaci vzdělávání, vzdělávací obsah a evaluační činnosti. Z těchto bodů pak pro každou konkrétní třídu vytváří učitelé TVP. *„Třídní vzdělávací program vychází z ŠVP, ale vybírá a upravuje témata, náměty, nebo celé bloky ze ŠVP ve vztahu ke konkrétní třídě a potřebám dětí. Není dopředu uceleně zpracovaný (jako ŠVP), ale je to otevřený pracovní plán učitelek z dané třídy, který je připravovaný a postupně dotvářen“* (Průcha a Koťátková 2013, s. 81).

Při plánování tematických celků je zapotřebí přemýšlet o tom, co pomocí nich chceme děti naučit a jakým způsobem. K tomu nám dopomáhají body z kapitoly 5. Vzdělávací oblasti v RVP PV, ze kterých vycházíme. Tato kapitola obsahuje 5 podkapitol: 5.1 Dítě a jeho tělo; 5. 2 Dítě a jeho psychika; 5. 3 Dítě a ten druhý; 5. 4 Dítě a společnost; 5. 5 Dítě a svět. Každá podkapitola obsahuje dílčí vzdělávací cíle (co učitel u dítěte podporuje), vzdělávací nabídku (co učitel dítěti nabízí), očekávané výstupy (co dítě na konci předškolního období zpravidla dokáže) a rizika (co ohrožuje úspěch vzdělávacích záměrů učitele). Během plánování z těchto bodů vycházíme, nebo se jimi inspirujeme k vytvoření konkrétních cílů a možností, jak jich dosáhnout. Vždy však vycházíme z myšlenek 5 podkapitol, aby u dětí docházelo ke komplexnímu rozvoji.

Plánování tematických celků dělá každý učitel jinak. Někdo nejprve vytváří myšlenkovou mapu k tématu, někdo začíná cílem celého týdne, jiní zase přemýšlejí nad naplněním všech oblastí, které u dětí rozvíjíme apod. Žádná z variant ovšem není špatná, pokud učiteli vyhovuje a dětem nabízí komplexní rozvoj.

V následujících podkapitolách jsou popsány 2 přípravy pro mladší a starší děti pomocí myšlenkových map, plánu týdne a přípravy cvičebních jednotek, či příprav činností. Pro mladší děti je vytvořen plán na týden s tématem Vánoc a pro starší děti taktéž na týden, ale s tematikou Masopustu. Veškeré potřebné informace jsou připsány k denním přípravám.

Detailnější popis aktivit je vzhledem k tématu bakalářské práce pouze u pohybových činností.

7.1 PŘÍPRAVA PRO MLADŠÍ VĚKOVOU SKUPINU DĚTÍ

V následujících podkapitolách je vytvořena ukázková příprava pro pedagogy. Příprava je kratšího formátu, tedy na 5 dní. Tématem jsou Vánoce, kterým se však lze v MŠ věnovat i po delší dobu, např. 3 – 4 týdnů.

Tato příprava je nachystána pro mladší věkovou skupinu dětí, tedy děti od 3 do 4 let. Tomu také odpovídá obsah přípravy, který pojímá jednoduché aktivity k rozvoji základních dovedností.

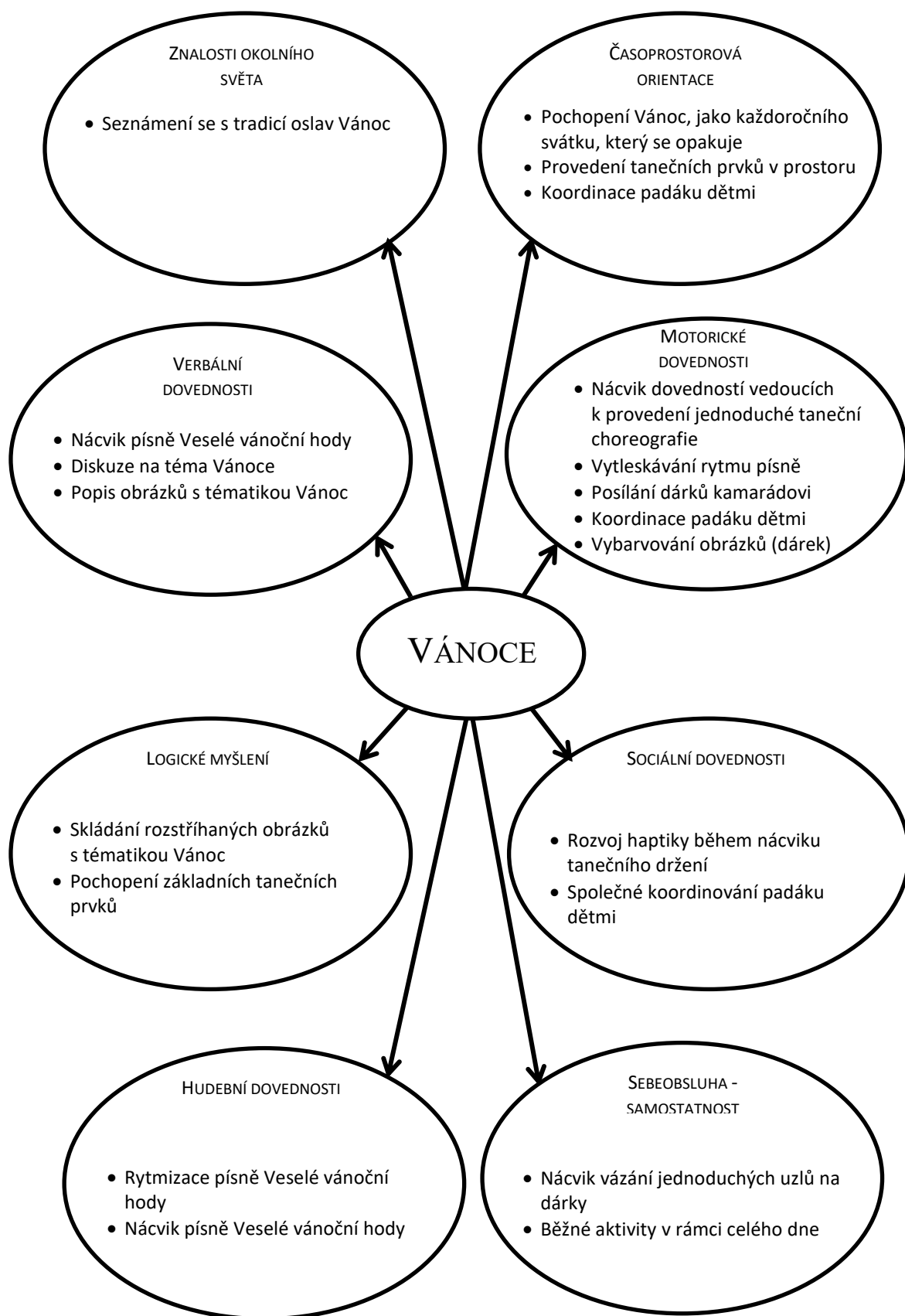
Příprava obsahuje myšlenkovou mapu, ve které je ukázka, jak zrealizovat rozvoj dítěte ve většině jeho oblastech (motorická, sociální a psychologická oblast), pomocí 8 zón. Některé aktivity se překrývají, protože v nich dochází ke komplexnějšímu rozvoji.

Z myšlenkové mapy je pak vytvořen samotný plán týdne, který obsahuje návrh aktivit i pro odpolední činnosti. Tento plán v sobě obsahuje různorodé aktivity. Centrálním cílem je však seznámení dětí s písní Veselé vánoční hody, její rytmicí a nácvikem základního tanečního kroku, který by měl být základním stavebním kamenem pro takto malé děti ve výuce orientované na lidové tance. Tyto aktivity se prolínají celým týdnem, který obsahuje 3 cvičební jednotky, které jsou následně blíže popsány. V rámci popisu v průpravné části je vložena skupina piktogramů Obrázek 3 – Průpravná část (protažení).

K plánování tematického bloku, jak již bylo popsáno, vybíráme různorodé aktivity, které děti rozvinou komplexně. Proto příprava bloku na 5 dní neobsahuje 5 cvičebních jednotek, ale pouze 3 aby zbylo dostatek času i pro další aktivity, ke komplexnímu rozvoji.

K přípravě je vytvořen text (viz Příloha 1 - Text k vánočnímu vyprávění) o Vánocích, který lze využít jako motivaci a metodu k uvedení dětí do tématu. Samotné pohybové aktivity jsou pak doplněny o píseň Veselé vánoční hody. K této písni jsou přiloženy noty (viz Příloha 2 - Noty písně Veselé vánoční hody) a odkaz (viz Příloha 3 - Odkaz na zvukovou stopu bez zpěvu k písni), ze kterého lze spustit zvuková stopa bez zpěvu, pokud není možnost aktivity doplňovat například o hru na klavír.

7.1.1 MYŠLENKOVÁ MAPA SE ZAMĚŘENÍM NA ROZVÍJENÉ OBLASTI



Obrazec 1 – Myšlenková mapa k tématu Vánoce (zdroj vlastní)

7.1.2 PLÁN TÝDNE

Tabulka 1 – Plán týdne pro mladší věkovou skupinu (zdroj vlastní)

Název tematického bloku:		Vánoce	
Věková kategorie:		Mladší děti (3- 4 roky)	
Cíle tematického bloku:		<p>Dítě pojmenuje základní poznatky o Vánocích.</p> <p>Dítě zazpívá první sloku písně Veselé vánoční hody.</p> <p>Dítě dokáže vytleskat rytmus písně Veselé vánoční hody.</p> <p>Dítě doprovodí píseň jednoduchým tanečním krokem v kruhu, který střídá o tleskání rytmu písně.</p>	
Den	Vzdělávací nabídka	Cíle	Poznámky
Pondělí	<ul style="list-style-type: none"> ranní kruh seznámení s tématem pomocí vyprávění o Vánocích a Ježíšku poznávání věcí podle obrázků, souvisejících s Vánoce vycházka oběd odpolední aktivity: nácvik písně Veselé vánoční hody 	<ul style="list-style-type: none"> Dítě chápe pojem Vánoce. Dítě na obrázcích rozpozná, co k Vánocům patří a co ne. Dítě zopakuje zpěv k písni Veselé vánoční hody podle vzoru. 	<ul style="list-style-type: none"> K seznámení s tématem si vytvoříme krátký text, vysvětlující Vánoce (viz Příloha 1). Nápady na obrázky: dárek, sluníčko, stromeček, plavky, Píseň lze produkovat pomocí hry na hudební nástroje z not (viz Příloha 2), nebo pomocí zvukové stopy (viz Příloha 3) K nácvičku písně několikrát opakujeme text písně bez hudby a následně s doprovodem hudby.
Úterý	<ul style="list-style-type: none"> ranní kruh cvičební jednotka vycházka oběd odpolední aktivity: vybarvování dárků, nácvik písně Veselé vánoční hody 	<ul style="list-style-type: none"> Dítě provede základní taneční krok. Dítě vybarví celou plochu čtverce. Dítě zopakuje zpěv k písni Veselé vánoční hody podle vzoru. 	<ul style="list-style-type: none"> Cvičební jednotka viz 7. 1. 3 Přípravy cvičebních jednotek Vybarvování dárků: z pevného papíru si nachystáme větší čtverce, které děti pomocí vodových barev vybarví. Po zaschnutí přes čtverec děti malují kříž pomocí pastelek, znázorňující uvázanou mašli.
Středa	<ul style="list-style-type: none"> ranní kruh nácvik písně Veselé vánoční hody hra s padákem vycházka oběd odpolední aktivity: nácvik vázání uzlů na vytvořené dárky 	<ul style="list-style-type: none"> Dítě zopakuje zpěv k písni Veselé vánoční hody podle vzoru. Dítě koriguje své pohyby při hře s padákem. Dítě uváže jednoduchý uzel. 	<ul style="list-style-type: none"> Hra s padákem (velkou látkou): s dětmi si stoupneme okolo padáku, kterým společně pohybuje nahoru, dolů, podlézáme ho, přelézáme ho (při položení na zem) aj. Hru s padákem motivujeme pomocí počasí, které v období Vánoc je – vítr, sníh, déšť. Vázání uzlů: do vytvořených dárků z úterní aktivity uděláme dvě díry, kterými děti protáhnou stužku, na které si natrénují jednoduchý uzel, potažmo mašli, pokud to zvládnou.

Čtvrtek	<ul style="list-style-type: none"> • ranní kruh • cvičební jednotka s nácvikem rytmizace k písni Veselé vánoční hody • oběd • vycházka • odpolední aktivita: opakování písně Veselé vánoční hody 	<ul style="list-style-type: none"> • Dítě vytleská rytmus písně Veselé vánoční hody. • Dítě zopakuje zpěv k písni Veselé vánoční hody podle vzoru. 	<ul style="list-style-type: none"> • Cvičební jednotka viz 7. 1. 3 Přípravy cvičebních jednotek
Pátek	<ul style="list-style-type: none"> • ranní kruh • opakování písně Veselé vánoční hody a její rytmizace • cvičební jednotka v rytmu písně Veselé vánoční hody • vycházka • oběd • odpolední aktivita: skládání rozstříhaných obrázků s tématikou Vánoce 	<ul style="list-style-type: none"> • Dítě napodobí jednoduchou taneční choreografii • Dítě zopakuje zpěv k písni Veselé vánoční hody podle vzoru. • Dítě doplní píseň o tleskání v rytmu. • Dítě poskládá podle vzoru rozstříhaný obrázek. 	<ul style="list-style-type: none"> • Cvičební jednotka viz 7. 1. 3 Přípravy cvičebních jednotek • K odpolední aktivitě využijeme obrázky z pondělní aktivity s tématikou Vánoce (dárek, stromeček, cukroví, štedrovečerní tabule, Ježíšek.)

7.1.3 PŘÍPRAVY CVIČEBNÍ JEDNOTKY

Tabulka 2 – Příprava cvičební jednotky pro mladší věkovou skupinu – úterý (zdroj vlastní)

den: úterý		tematický celek: Vánoce	věková kategorie: 3-4 roky
část	obsah	celkový čas	organizační zajištění činnosti
Ú V O D N Í	ORGANIZAČNÍ ČÁST: převléknutí a přezutí do sportovního úboru, osobní hygiena, příchod na hřiště, seznámení dětí s obsahem výuky na daný den	10 minut	
	RUŠNÁ ČÁST: volný pohyb (chůze, poskakování apod.) na melodii písně Veselé vánoční hody	4 minuty	Dětem necháme dostatek času na volný pohyb.
P R Ů P R A V N Á	NÁSTUP A PROTAŽENÍ CELÉHO TĚLA	2 – 3 minuty	
H L A V N Í	NÁCVIK ZÁKLADNÍHO TANEČNÍHO KROKU 1. ukázka kroku 2. nápodoba kroku skupinově v kroužku 3. individuální opravy	8 minut	
	HRA – CESTA DÁRKŮ: 1. chůze v zástupech po obrázcích dárků 2. nahodilý pohyb dětí po třídě po obrázcích dárků	5 minut	1. po třídě uděláme cestu z dárků, po které děti jdou 2. s dětmi rozmístíme dárky volně po prostoru a chodíme po nich => VŠE TANEČNÍM KROKEM
Z Á V Ě R E Č N Á	PROTAŽENÍ CELÉHO TĚLA ORGANIZAČNÍ ČÁST:	2 - 3 minuty	Protažení celého těla viz průpravná část, ale v opačném směru, zakončené relaxací.
	odchod ze hřiště, převléknutí a přezutí do běžného oblečení, osobní hygiena	5 minut	

Tabulka 3 - Příprava cvičební jednotky pro mladší věkovou skupinu – čtvrtek (zdroj vlastní)

den: čtvrtek		tematický celek: Vánoce	věková kategorie: 3 – 4 roky
část	obsah	celkový čas	organizační zajištění činnosti
Ú V O D N Í	ORGANIZAČNÍ ČÁST: převléknutí a přezutí do sportovního úboru, osobní hygiena, příchod na hřiště, seznámení dětí s obsahem výuky na daný den	10 minut	
	RUŠNÁ ČÁST: opakování základního tanečního kroku s přesunem obrázku dárku po místnosti	5 minut	S dětmi přenášíme obrázky z košíku, pod třídní stromeček pomocí základního tanečního kroku.
P R Ů P R A V N Á	NÁSTUP A PROTAŽENÍ CELÉHO TĚLA	2 – 3 minuty	
H L A V N Í	NÁCVIK MANIPULAČNĚ RYTMICKÝCH DOVEDNOSTÍ: 1. nácvik vytleskávání rytmu písně 2. nácvik vydupávání rytmu písně 3. nácvik rytmu písně pomocí zvedání obrázků dárků	8 minut	Učitel začne vytleskávat/vydupávat/zvedat obrázek a děti se k němu připojí. => VŠE K HUDEBNÍMU DOPROVODU (viz Příloha 3)
	HRA PRO VŠECHNY: 1. molekuly – společné vytleskávání rytmu písně, v době ticha přesun na jiný obrázek dárku v prostoru	5 minut	Po místnosti rozmístíme obrázky dárků, mezi kterými se děti pohybují na píseň Veselé vánoční hody a tleskání. V době ticha hledáme volný dárek a na něj si stoupneme.
Z Á V Ě R E Č N Á	PROTAŽENÍ CELÉHO TĚLA	2 - 3 minuty	Protažení celého těla viz průpravná část, ale v opačném směru, zakončené relaxací.
	ORGANIZAČNÍ ČÁST: odchod ze hřiště, převléknutí a přezutí do běžného oblečení, osobní hygiena	5 minut	

Tabulka 4 - Příprava cvičební jednotky pro mladší věkovou skupinu – pátek (zdroj vlastní)

den: pátek		tematický celek: Vánoce	věková kategorie: 3-4 roky
část	obsah	celkový čas	organizační zajištění činnosti
Ú V O D N Í	ORGANIZAČNÍ ČÁST: převléknutí a přezutí do sportovního úboru, osobní hygiena, příchod na hřiště, seznámení dětí s obsahem výuky na daný den	10 minut	
	RUŠNÁ ČÁST: volný pohyb (chůze, běh, poskakování apod.) na melodii písně Veselé vánoční hody	4 minut	Dětem necháme dostatek času na volný pohyb.
P R Ů P R A V N Á	NÁSTUP A PROTAŽENÍ CELÉHO TĚLA	2 – 3 minuty	
H L A V N Í	NÁCVIK JEDNODUCHÉ CHOREGRAFIE: - na píseň Veselé vánoční hody - držení vedle sebe v kruhu 1. základní taneční krok vpřed a vzad 2. základní taneční krok doprava a doleva	15 minut	1. – 4. takt = 7 kroků vpřed 5. – 8. takt = 7 kroků vzad na původní místo 9. – 14. takt = 6 kroků doprava 15. - 20. takt (repetice úseku písně) = 6 kroků doleva
Z Á V Ě R E Č N Á	PROTAŽENÍ CELÉHO TĚLA	2 - 3 minuty	Protažení celého těla viz průpravná část, ale v opačném směru, zakončené relaxací.
	ORGANIZAČNÍ ČÁST: odchod ze hřiště, převléknutí a přezutí do běžného oblečení, osobní hygiena	5 minut	

7.2 PŘÍPRAVA PRO STARŠÍ VĚKOVOU SKUPINU DĚTÍ

Následné podkapitoly jsou ukázkou příprav pro pedagogy. I tato příprava je kratší formou, taktéž na 5 dní. Ústředním tématem je Masopust v podání oslav, které souvisí s oblastí Chodska. Tematický celek je vytvořen pro starší věkovou skupinu dětí, konkrétně pro 5 – 7 let.

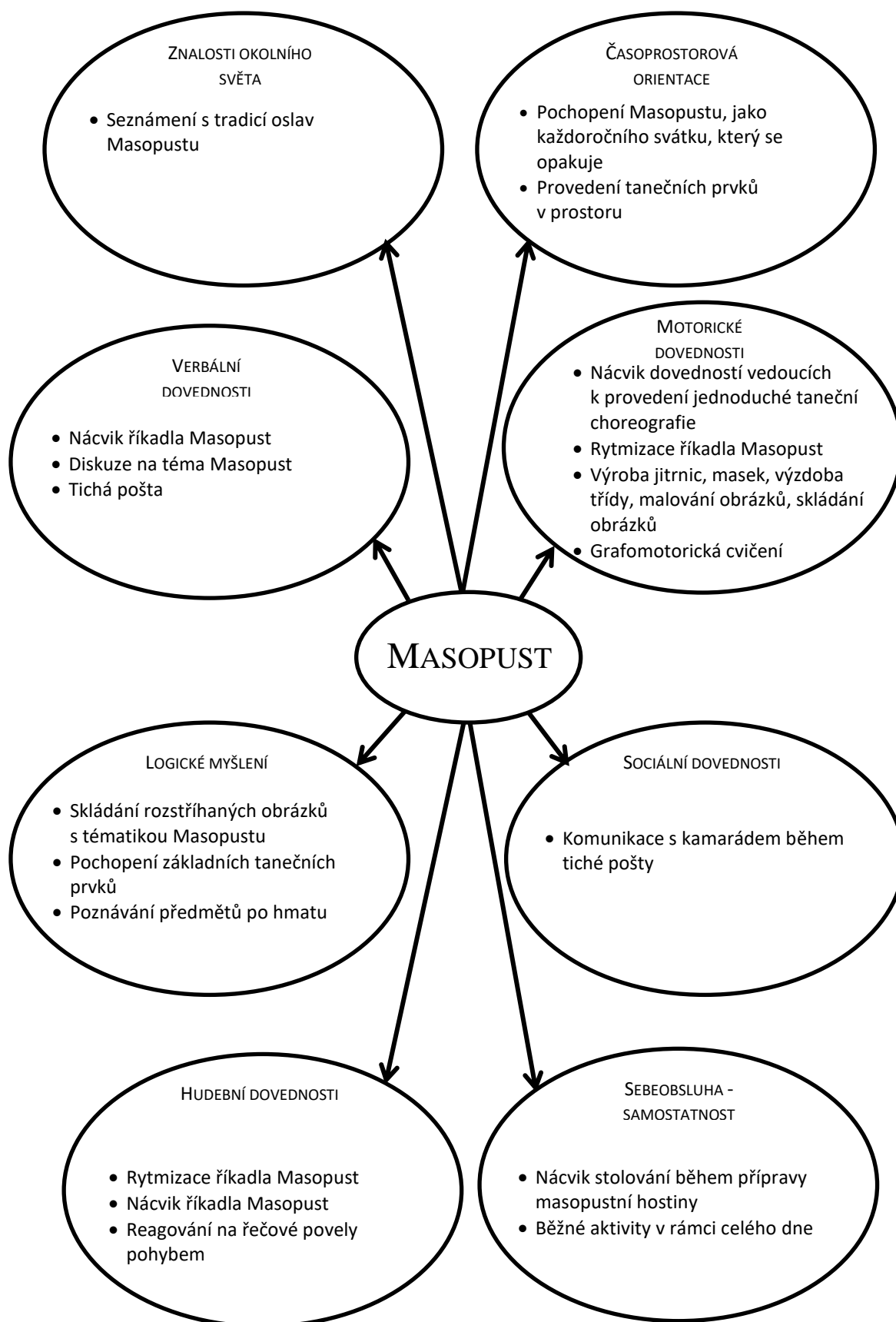
Součástí příprav je myšlenková mapa k tématu Masopust a 8 zón, které chceme pravidelně u dětí rozvíjet, aby došlo k rozvoji dětí v oblasti motorické, sociální a psychologické. Velké množství aktivit se mezi sebou v těchto zónách taktéž překrývá.

Díky myšlenkové mapě je vytvořen samotný plán týdne, který detailněji popisuje samotné aktivity. Plán obsahuje různorodé aktivity, které jsou zvolené pro komplexní rozvoj jedince. Cílem celého tématu je však seznámení dětí s oslavami Masopustu, nácvik říkadla Masopust a jeho doplnění o prvky lidových tanců a rytmizaci.

Na rozdíl od předešlé kapitoly, která je cílena na mladší děti, tato obsahuje jinou podobu příprav, jako ukázkou jiné metody plánování. Samozřejmě jsou i zde detailněji popsány vzhledem k zaměření celé bakalářské práce pouze pohybové aktivity, které jsou vhodné k výuce lidových tanců. Jejich popis je však udělán samostatně, nikoli jako cvičební jednotka.

K celému tematickému bloku je připojen video záznam z masopustního průvodu na Chodsku (viz Příloha odkaz na video záznam z masopustního průvodu), jako podpůrná metoda pro seznámení dětí s tématem. K uvedenému tématu je navíc přiloženo říkadlo Masopust (viz Příloha 5 – Říkadlo Masopust doplněné o hudební doprovod), které je zhudebněné.

7.2.1 MYŠLENKOVÁ MAPA SE ZAMĚŘENÍM NA ROZVÍJENÉ OBLASTI



Obrazec 2 – Myšlenková mapa k tématu Masopust (zdroj vlastní)

7.2.2 PLÁN TÝDNE

Tabulka 5 - Plán týdne pro starší věkovou skupinu (zdroj vlastní)

Název tematického bloku:		Masopust ve školce	
Věková kategorie:		starší dětí (5- 7 let)	
Cíle tematického bloku:		<ul style="list-style-type: none"> • Dítě zná základní poznatky o Masopustu. • Dítě dokáže zazpívat píseň Masopust. • Dítě doprovodí hudbu o taneční prvky. • Dítě vytleská rytmus písně Masopust. 	
Den	Vzdělávací nabídka	Cíle	Poznámky
Pondělí	<ul style="list-style-type: none"> • ranní kruh • seznámení s tématem pomocí video záznamu a skupinové diskuze • nácvik říkadla Masopust • vycházka • oběd • odpolední aktivity: výzdoba třídy 	<ul style="list-style-type: none"> • Dítě hovoří o tom, co ví a co neví o tématu Masopust. • Dítě reprodukuje říkadlo Masopust podle vzoru. • Dítě vyzdobí prostor. • Dítě připraví stůl pro hostinu podle podmínek stolování. 	<ul style="list-style-type: none"> • K seznámení vybereme vhodný video záznam na internetu, nebo z vlastních zdrojů (viz Příloha 4). • Třidu společně vyzdobíme pomocí pentlí, fotografií masek a stolu s hostinou (hračky znázorňující pokrmy)
Úterý	<ul style="list-style-type: none"> • ranní kruh • nácvik říkadla Masopust • hra na muzikanty a maškary (nácvik základního tanečního a poskočného kroku) • vycházka • oběd • odpolední aktivity: výroba masek 	<ul style="list-style-type: none"> • Dítě reprodukuje říkadlo Masopust podle vzoru. • Dítě reprodukuje taneční kroky. • Dítě si vyrobí masku. 	<ul style="list-style-type: none"> • Výroba masek s dětmi: na dopředu vystřižené tvrdší papíry ve tvaru obličeje/škrabošek
Středa	<ul style="list-style-type: none"> • ranní kruh • zopakování říkadla Masopust • smyslová hra na poznávání předmětů v pytli • pohybová hra (reagování na zvuky pohybem/štronzem) • vycházka • oběd • odpolední aktivity: skládání a slepování obrázků masopustu do původní podoby podle vzoru 	<ul style="list-style-type: none"> • Dítě dokáže zazpívat píseň Masopust. • Dítě pozná předmět pomocí hmatu. • Dítě dokáže reagovat na slovní instrukce daným pohybem. • Dítě dokáže složit a slepit obrázek. 	<ul style="list-style-type: none"> • Předměty vhodné do pytle: škraboška, figurka, bubínka, flétnička, chřestidla, hračky znázorňující jídlo... • Obrázky k dopolední aktivitě buď sami vyrobíme, nebo, vybereme z jiných zdrojů
Čtvrtek	<ul style="list-style-type: none"> • ranní kruh • opakování říkadla Masopust a její rytmizace na hudební nástroje • grafomotorická cvičení (dokreslování jitrnic/malování cesty masopustního průvodu) • oběd • vycházka • odpolední aktivita: výroba jitrnic 	<ul style="list-style-type: none"> • Dítě dokáže rytmizovat říkadlo Masopust pomocí hudebních nástrojů. • Dítě dokreslí obrázek jitrnice. • Dítě spojí body do jedné linie znázorňující cestu. • Dítě vytvoří dekoraci v podobě jitrnice. 	<ul style="list-style-type: none"> • Jitrnice vyrábíme ze silonu, vaty, provázků a špejlí. • Grafomotorické pracovní listy si vyrobíme sami.

<p>Pátek</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ranní kruh • tichá pošta • nácvik choreografie k říkadlu Masopust • vycházka • oběd • odpolední aktivita: malování obrázků s maskami, hledání masek v knihách 	<ul style="list-style-type: none"> • Dítě si dokáže zapamatovat pošeptané slovo a předat ho dalšímu. • Dítě zopakuje jednoduchou choreografii k říkadlu Masopust. • Dítě namaluje obrázek masky. • Dítě vyhledá obrázek masky v knize 	<ul style="list-style-type: none"> • Slova pro tichou poštu: Masopust, maska, jitrnice...
--------------	--	---	--

7.2.3 PŘÍPRAVY AKTIVIT

Nácvik říkadla Masopust a jeho opakování

S dětmi nacvičíme říkadlo Masopust, které je doplněné o hudební doprovod (viz Příloha 5).

Nácvik provádíme pomocí opakování a nápodoby říkadla. Nejprve zhudebněné říkadlo dětem zazpíváme sami. Následně si můžeme neznámá slova, které obsahuje, vysvětlit. Poté si s dětmi probereme význam říkadla. Když děti chápou celé říkadlo, začneme s nácvikem, který provádíme vždy s hudebním doprovodem, aby děti znaly správnou podobu melodie. Děti se postupně přidávají a pomocí průběžného opakování si zapamatovávají text, melodii a rytmus říkadla.

Časová organizace: 10 minut (vhodné opakovat mezi aktivitami napříč týdnem)

Počet dětí: libovolný

Věk dětí: 5 – 7 let (vhodné i pro mladší)

Pomůcky: říkadlo Masopust s hudebním doprovodem (viz Příloha 5)

Cíl: Dítě dokáže zazpívat zhudebněné říkadlo Masopust.

Hra na muzikanty a maškary (návuk základního tanečního a poskočného kroku)

Hra na muzikanty je vytvořena inscenační formou – děti si vzpomenou na video záznam z masopustního průvodu, ve kterém viděly různé maškary a muzikanty, jak tančí. Jejich chování zkusí napodobit. K tomu se, ale budou muset naučit, jak takový tanec vypadá. Společně se tedy naučíme základní taneční krok a poskočný krok.

„Milé děti, vzpomínáte si na všechny ty masky, maškary a muzikanty, které jste viděly v masopustním průvodu? Co dělali? Ano, tančili. Zkusíte si to také? No jo, ale my ještě žádný tanec neumíme. Tak se ho spolu naučíme. Koukejte pozorně a opakujte to, co vám budu ukazovat. Nejprve si ukážeme, jak takové masky a maškary přicházejí k průvodu (ukážeme a děti zopakují základní taneční krok). No a teď, když se nám tu všechny masky sešly, tak se můžeme pustit do tance (ukážeme dětem poskočný krok, který zkusí zopakovat).“

Základní taneční krok je pro předškolní děti velmi jednoduchý, takže k němu není většinou zapotřebí velká dopomoc. Oproti tomu poskočný krok je již těžší, takže je zapotřebí děti občas opravit a naučit ho děti správně nejprve v pomalém tempu, které postupně zrychlíme.

Ideálně taneční kroky po nacvičení doplníme hudbou, aby se jej děti naučily ve správném tempu. K tomu využijeme zhudebněného říkadla Masopust (viz Příloha 5), ke kterému můžeme doplnit oba dva typy tanečních kroků. Daný krok vždy zopakujeme alespoň na 3 opakování říkadla, ve kterém tančíme vždy 1 taneční krok na 1 takt. Nohy střídáme.

Časová organizace: 15 -20 minut

Počet dětí: libovolný

Věk dětí: 5 – 7 let

Pomůcky: říkadlo Masopust s hudebním doprovodem (viz Příloha 5)

Cíl: Dítě reprodukuje taneční kroky.

Pohybová hra (reagování na zvuky)

Tato pohybová hra, je založena na hře Štronzo. Děti se pohybují po místnosti a napodobují masopustní průvod. Když se řekne slovo půst, děti se zastaví, utichnou a zklidní. Když se řekne průvod, děti se zase vrátí do pohybu.

Pokud je aktivita vybrána až po nácvičku tanečních kroků, můžeme dětem dát instrukci, že jediné pohyby, které smí dělat, jsou taneční kroky. Tím si děti zopakují daný pohyb a naučí se jej lépe využívat v prostoru, ve kterém musí brát zřetel i na ostatní, kteří se okolo nich pohybují.

Celou hru můžeme řídit učitel, který však roli organizátora může následně předat některému z dětí.

Časová organizace: 10 - 15 minut

Počet dětí: libovolný

Věk dětí: 5 -7 let

Pomůcky: žádné

Cíl: Dítě dokáže reagovat na slovní instrukce daným pohybem.

Rytmizace říkadla Masopust

K již nacvičenému říkadlu, které realizujeme s hudebním doprovodem, natrénujeme jeho rytmizaci.

S dětmi se usadíme do kroužku, aby se mohly dostatečně soustředit pouze na danou aktivitu. Společně si zopakujeme říkadlo Masopust doplněné o hudební doprovod (viz Příloha 5). Po zopakování k němu doplníme rytmizaci pomocí vytleskávání. Následně k rytmizaci volíme různé hudební nástroje, nebo předměty. Příkladem mohou být Orffovy hudební nástroje, skořápky ořechů, bambusové tyčky, plastová vajíčka plněná rýží aj. Tyto nástroje si mezi sebou děti ideálně prostřídají, protože jejich obsluha rozvíjí i jejich motorické (ovládání předmětu) a sociální (schopnost domluvit se na výměně) dovednosti.

Rytmizaci můžeme provést také pomocí hry na tělo – vytleskávání dlaněmi k sobě, na stehna, vydupávání, jemné klepání pěstmi po těle apod. Děti mohou pohyb provádět na sobě, nebo kamarádovi, na kterém se navíc naučí správnou sílu doteku.

Nácvik provádíme podobně, jako u nácviku písní – nápodobou. Začneme sami a děti se k nám přidají.

Nacvičovat rytmické cítění u dětí můžeme nejen pomocí rytmizace každé doby, ale i první a poslední doby v taktu, pauzy, nebo každé liché doby.

Časová organizace: 15 – 20 minut (vhodné opakovat napříč týdnem)

Počet dětí: libovolný

Věk dětí: 5 – 7 let (vhodné i pro mladší)

Pomůcky: říkadlo Masopust s hudebním doprovodem (viz Příloha 5), Orffovy hudební nástroje, skořápky ořechů, bambusové tyčky, plastová vajíčka plněná rýží aj.

Cíl: Dítě dokáže rytmizovat zhudebněné říkadlo Masopust pomocí hudebních nástrojů.

Dítě dokáže rytmizovat zhudebněné říkadlo Masopust pomocí hry na tělo.

Nácvik choreografie k říkadlu Masopust

Nácvik choreografie je kombinací nacvičených dovedností, které děti v rámci celého bloku získaly, proto ji zvolíme až na konec.

Celá choreografie je rozmístěna do velkého kruhu dětí, mezi kterými musí být větší rozestup. Proto je vhodné k nácviku zvolit adekvátně velké prostory. Každé dítě dělá pohyby samo, v pohybu po kruhu a bez držení.

Choreografie je založena na zhudebněném říkadlu Masopust, které se v choreografii dvakrát opakuje:

1. opakování

Masopustní veselice, barví nos a barví líce,
muzika nám vyhrává, tramtarára tramtara.

na každý takt 1x poskočný krok

na každý takt 1x základní t. krok

2. opakování

Masopustní veselice, barví nos a barví líce,
muzika nám vyhrává,

na každý takt 1x poskočný krok

stání na místě, pomyslné hraní
na flétnu

tramtarára tramtara.

stání na místě, zamávání nad
hlavou na oba takty

Časová organizace: 20 minut

Počet dětí: libovolný

Věk dětí: 5 – 7 let

Pomůcky: říkadlo Masopust s hudebním doprovodem (viz Příloha 5)

Cíl: Dítě zopakuje jednoduchou choreografii k říkadlu Masopust.

8 REALIZACE

Součástí této bakalářské práce je vedle teoretické části, seznamující s daným tématem a praktické části, která ukazuje možnou podobu výuky lidových tanců, ještě videozáznam. Video záznam obsahuje dvě ukázky práce s mladšími a staršími dětmi v MŠ.

Video záznam lze shlédnout na webovém prohlížeči pomocí odkazu na doménu YouTube (viz Příloha 6).

Oba dva záznamy byly pořízeny v MŠ Kaznějov u továrny, ve věkově heterogenní třídě. Díky tomu se v různých momentech objevují v aktivitách pro starší děti i ti nejmenší ze třídy a naopak.

Ve videu je zobrazena aktivita, při které bylo hlavním úkolem dětí opakovat pohyby, které jsem předváděla. Ač bylo úmyslem provést aktivitu beze slov, dětem bylo zapotřebí místy dát zpětnou reakci a opravit je.

Pohyby, které jsme s dětmi zkoušeli, byly pro obě dvě skupiny stejné – základní taneční krok, krok přísunný a řezankové držení. To vše bylo doplněno o výskoky, podřepy a držení vedle sebe za ruce v kruhu. Jak jsem si měla možnost ověřit, tyto doplňkové pohyby děti pravidelně v MŠ opakují, a tudíž s jejich praktikováním nemají větší problém.

Se starší skupinou jsem navíc zkusila připojit ještě poskočný krok. Ten však dětem nešel, a proto jsem se rozhodla navrátit k nácviku ostatních věcí.

Ve videu je vidět rozdíl mezi skupinami ve zvládnutí pohybů a reagování na mou instruktáž. Starší děti již zvládali pohyby přesněji a svižněji, avšak i menším dětem nedělaly velké problémy. Pro můj velký údiv, nejvíce děti bavilo řezankové držení, které je spíše těžší úrovně. Děti však aktivita bavila celá, přestože ji vedla pro ně nová osoba.

Z uskutečněné aktivity a následné diskuze s učitelkou dané třídy jsem došla k závěru, že ač dětem aktivita nedělala problémy, je na nich velice znát, že nejsou k nácviku tanečních prvků zvyklé. Více je ve třídě praktikována klasická pohybová průprava a malé množství aktivit k rozvoji rytmického cítění.

ZÁVĚR

Tématika folkloru, lidových písní a tanců je v dnešní době velice zajímavá pro velké množství lidí. Většinou ale není tato tematika obsahem výuky v mateřských školách, ač je to velice významné téma. Jak změnit tento fakt, jak přistupovat k výuce lidových tanců, jaké volit metody a jak je zařazovat vzhledem k biologické, motorické, sociální a psychologické stránce vývoje dětí bylo cílem celé bakalářské práce. Tento cíl má pro mě velkou hodnotu, protože bych ráda vzhledem k mým zájmům o lidové tance a folklor v budoucnu navrátila výuku lidových tanců alespoň částečně do vyučování v mateřské škole, kde bych pracovala.

Bakalářská práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. Teoretická část se zabývá vývojem dítěte ve všech jeho oblastech – biologické, motorické, sociální a psychologické. Teoretická část navíc obsahuje kapitolu seznamující čtenáře s oblastí Plzeňska a Chodska, jako se specifickou národopisnou podoblastí. Tato národopisná podoblast má své specifické lidové tance, jenž jsou ústředním tématem celé práce. V teoretické části je jejich teorii, metodám vyučování a způsobu zařazení do běžné výuky v MŠ věnována značná část. Praktická část pak veškeré tyto poznatky zúročuje a jako výsledek je v této části ukázka zpracování příprav pro učitele, kteří se věnují jak menším, tak větším dětem v MŠ.

Ač je oblast lidových tanců v dnešní době pro mnoha lidé méně zajímavá, i tak jsou lidé, kteří se folkloru stále věnují. Je jich však málo, a proto velké množství literatury je velmi staré, avšak osvědčené a neměnné. Díky tomu, se mi podařilo získat dostatek informací, pro poskládání veškerých dat potřebných k sepsání teoretické části mé bakalářské práce.

K praktické části pak bylo zapotřebí si veškeré sepsané informace znovu projít, více se do nich ponořit a smísit je se znalostmi z pedagogické praxe. Díky tomu vznikly dva odlišné návrhy – jeden v podobě příprav na tělocvičné jednotky a jeden v podobě příprav aktivit. Druhá podoba příprav je více běžná v praxi, proto jsem ji zvolila, jako další metodu.

Vedle samotného textu má práce obsahuje ještě přílohu v podobě odkazu na video. Toto video bylo natočeno jako ukázka možného využití metod výuky. Metody, se

kterými ve videu pracuji, byly vcelku dobře zvolené, avšak cíl vyučování nebyl plně naplněn z důvodu, který jsem nemohla ovlivnit (předešlá zkušenost dětí s tancem). I tak jsem s výsledkem spokojena – nyní mohu z nastalých problémů a chyb vytvářet lepší plány pro dlouhodobější výuku lidových tanců v praxi.

V závěru bych tedy chtěla zhodnotit, že cíle mé bakalářské práce byli naplněny a její sepsání mělo pro mě velký význam v ucelení si veškerých poznatků, které k danému tématu znám.

RESUMÉ

Tématem bakalářské práce jsou lidové tance Plzeňska a Chodska a jejich využití v mateřské škole. Cílem práce je nejen charakterizovat děti v mateřské škole, ale také lidové tance, oblast Chodska a Plzeňska, metody výuky lidových tanců a jejich zařazení do vyučování v mateřské škole.

Teoretická část obsahuje šest kapitol. V nich je blíže popsán dětský vývoj po stránce biologické, motorické, sociální a psychologické. Dále jsou zde popsány oblasti Plzeňska a Chodska a jejich lidové tance. Praktickou část uzavírají metody učení lidových tanců a jejich zařazení do výuky.

Praktická část je ukázkou možných zpracování příprav výuky lidových tanců pro mladší a starší děti v mateřské škole.

Práce navíc obsahuje video záznam z realizace nácviku jednoduchých tanečních prvků v podobě odkazu v kapitole přílohy.

RESUME

The object of this undergraduate thesis is folk dances in the areas of Pilsen and Chodsko in their use in the nursery school. The goal of this thesis is not only to describe preschool children but also folk dances, the regions of Pilsen and Chodsko, the methods of teaching folk dances and their placement in the nursery school curriculum.

The theoretical part contains six chapters. They describe more detail children's development in terms of biological, motor, social and psychological. Furthermore, the areas of Pilsen and Chodsko and their folk dances are described here. The practical part concludes with methods of learning folk dances and their inclusion in teaching.

The practical part is an example of possible elaboration of preparations for teaching folk dances for younger and older children in nursery school.

In addition, the work contains a video recording of the practice of simple dance elements in the form of a link in the chapter of the annexe.

SEZNAM LITERATURY

- BLÁHA, Zdeněk. *Tance z Postřekova na Chodsku*. Domažlice: Muzeum Chodska a RKOÚ Domažlice, 1995. ISBN 80-900245-2-1.
- BRETTSCHEIDEROVÁ, Václava a Markéta KUBECOVÁ. *Taneční činnosti v předškolním vzdělávání*. Praha: Raabe, [2018]. Komplexní metodiky jednotlivých oblastí předškolního vzdělávání. ISBN 978-80-7496-386-5.
- BURSOVÁ, Marta, Karel RUBÁŠ a Edita TRTÍKOVÁ. *Základy teorie tělesných cvičení*. Plzeň: Západočeská univerzita, 2001. ISBN 80-708-2822-6.
- DRDÁČKÝ, František. *Lidové tance*. Praha: Olympia, 1983.
- Folklorní sdružení České republiky. *Folklor České republiky: Folklore of the Czech Republic = Folclóre de la República Checa*. 2. vyd. Praha: Kartografie, 2012. ISBN 978-80-7393-257-2.
- JÁNSKÝ, Petr. *Já, písnička: zpěvník pro žáky základních škol*. 2. Cheb: Music, 1994. ISBN 80-859-2501-X.
- JIRSÁKOVÁ, Jitka, Ivana ŠMÍDOVÁ a Edita TRTÍKOVÁ. *Biologie dítěte*. V Praze: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2014. ISBN 978-80-7290-663-5.
- KALOUSOVÁ, Lucie. *Chodský kroj na prahu 21. století*. Domažlice: Kalousová, 2011. ISBN 978-80-260-0736-4.
- KOS, Bohumil. *Lidové a společenské tance*. 6. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1977.
- KUMPEROVÁ, Iva. *Chodské kroje*. Domažlice: Kumperová, 2010. ISBN 978-80-254-8794-5.
- LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. 2. vydání. Praha: Grada, 2006. 368 s. ISBN 80-247-1284-9.
- LÖSSL, Jiří. *Rytmičká, pohybová a taneční výchova mladšího žactva: deset lekcí pro začínající pedagogy*. 2. vyd. Praha: Národní informační a poradenské středisko pro kulturu, útvar Artama, 2012. Pohyb. ISBN 978-80-7068-266-1.
- MACHOVÁ, Jitka. *Biologie člověka pro učitele*. Druhé vydání. Praha: Karolinum, 2016. ISBN 978-80-246-3357-2.
- NÁDVORNÍKOVÁ, Hana, Karel RUBÁŠ a Edita TRTÍKOVÁ. *Kognitivní činnosti v předškolním vzdělávání*. Praha: Raabe, 2011. Nahlížet - nacházet. ISBN 978-80-86307-87-9.
- PRŮCHA, Jan a Soňa KOŤÁTKOVÁ. *Předškolní pedagogika: učebnice pro střední a vyšší odborné školy*. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0495-4.
- RELIČHOVÁ, Ludmila. *Taneční tvorba pro děti a s dětmi: Ukázky taneční tvorby jako výsledku výchovně vzdělávacího procesu*. Druhé vydání. Praha: NIPOS-ARTAMA, Národní informační a poradenské středisko pro kulturu, 2015. Pohyb. ISBN 978-80-7068-291-3.

- ŠPAŇHELOVÁ, Ilona. *Průvodce dětským světem*. Praha: Grada, 2008. Pro rodiče. ISBN 978-80-247-1907-8.
- ŠULOVÁ, Lenka a Renata LEŽALOVÁ. *Diagnostika školní zralosti*. Praha: Raabe, 2012. Školní zralost. ISBN 978-80-87553-52-7.
- ŠVANDOVÁ, Lenka. *Taneční výchova pro předškolní děti*. Vydání třetí. Praha: NIPOS-ARTAMA, Národní informační a poradenské středisko pro kulturu, 2015. Pohyb. ISBN 978-80-7068-290-6.
- TETZELI, Jiří a Karolina TETZELI. *Kroje Plzeňského kraje: Folk costumes of the Pilsen Region = Die Trachten der Pilsner Region*. Plzeň: Tetzeli, 2016. ISBN 978-80-270-0394-5.
- VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Vyd. 2., dopl. a přeprac. Praha: Karolinum, 2012. Pro rodiče. ISBN 978-80-246-2153-1.
- VEJVODA, Zděnek, Marta ULRYCHOVÁ a Jiří TRAXLER. *Plzeňsko v lidové písni II.: antologie historických zápisů hudebního folkloru 19. a 20. století*. Praha: Etnologický ústav AV ČR, 2015. ISBN 978-80-87112-70-0.
- VOLK, Friedebert. *Kirchsprengel und Kloster Chotieschau: Ein Bild unserer Heimat im südlichen Egerland*. 2. Eichstätt: Franz-Sales-Verlag, 1984.

DALŠÍ INTERNETOVÉ ZDROJE

- Didactic Art Media. *Veselé vánoční hody: vánoční koledy karaoke*. YouTube [online]. 2017 [cit. 2020-04-15]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=YSw-szwwLBO>
- KŘENKOVÁ, Martina. *Video záznam metodik výuky prvků lidových tanců v MŠ*. YouTube [online]. 27. 7. 2018 [cit. 2020-07-27]. Dostupné z: <https://youtu.be/BPr5HC0pci8>
- NÁRODNÍ ÚSTAV LIDOVÉ KULTURY. *Folklorní soubory: PLZEŇSKÝ KRAJ*. Lidová kultura [online]. Strážnice: Národní ústav lidové kultury 2017 [cit. 2020-02-23]. Dostupné z: <http://www.lidovakultura.cz/folklorismus/folklorni-soubory/#plzensky>
- SPLAVCOVÁ, Hana a Jaroslava VATALOVÁ. *Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání* [online]. Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, 2018 [cit. 2020-01-10]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/predskolni-vzdelavani/ramcovy-vzdelavaci-program-pro-predskolni-vzdelavani-od-1-1#>
- TheMeda95. *Masopustní průvod 2018 - Postřekov*. YouTube [online]. 13. 2. 2018 [cit. 2020-04-20]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=UtbZiG5gVhE>

SEZNAM OBRÁZKŮ, OBRAZCŮ A TABULEK

Obrázek 1 – Plzeňsko a Chodsko (Folklorní sdružení České republiky 2012, mapa).....	15
Obrázek 2 – Rozdělení Chodska (Kumperová 2010, s. 4)	16
Obrázek 3 – Průpravná část (protažení)	29
Obrázek 4 – Veselé vánoční hody (Jánský 1994, s. 114).....	III
Obrázek 5 – Masopust (zdroj vlastní)	V
Tabulka 1 – Plán týdne pro mladší věkovou skupinu (zdroj vlastní)	31
Tabulka 2 – Příprava cvičební jednotky pro mladší věkovou skupinu – úterý (zdroj vlastní).....	33
Tabulka 3 - Příprava cvičební jednotky pro mladší věkovou skupinu – čtvrtek (zdroj vlastní).....	34
Tabulka 4 - Příprava cvičební jednotky pro mladší věkovou skupinu – pátek (zdroj vlastní).....	35
Tabulka 5 - Plán týdne pro starší věkovou skupinu (zdroj vlastní)	38
Obrazec 1 – Myšlenková mapa k tématu Vánoce (zdroj vlastní)	30
Obrazec 2 – Myšlenková mapa k tématu Masopust (zdroj vlastní)	37

PŘÍLOHY

SEZNAM PŘÍLOH

1.	Příloha 1 - Text k vánočnímu vyprávění.....	II
2.	Příloha 2 - Noty písně Veselé vánoční hody.....	III
3.	Příloha 3 - Odkaz na zvukovou stopu bez zpěvu k písni.....	IV
4.	Příloha 4 – Odkaz na video záznam z masopustního průvodu	IV
5.	Příloha 5 – Říkadlo Masopust doplněné o hudební doprovod	V
6.	Příloha 6 – Odkaz na videozáznam metodik	VI

PŘÍLOHY

1. Příloha 1 - Text k vánočnímu vyprávění

Kdysi dávno a daleko, až za dalekými kopci žil jeden pán a jedna paní. Jmenovali se Josef a Marie. Oba dva byli velice hodní, pomáhali lidem a přitom sami neměli skoro nic. Neměli ani žádné miminko, které si ale moc přáli. Kdyby se jim narodilo děťátko, to by bylo tuze krásné, říkali si. A jednou, když tak nad tím svým vysněným miminkem přemýšleli, je uslyšeli andělé. Andělci se chvilku domlouvali, a pak se domluvili, že když jsou oba dva tak hodní, nikomu neubližují, tak jim to miminko dají. A tak se taky stalo. Marii narostlo břicho, ve kterém měla miminko.

Jednou v noci když oba dva spali, přišel za nimi anděl. Probudil je a řekl jim, aby se vydali do města, kterému se říká Betlém. Tam se jim budu žít lépe i s jejich miminkem. Ráno se tedy Josef s Marií vydali na cestu. Po dlouhé cestě přišli k městu, o kterém jim anděl vyprávěl. Byli velmi unavení a potřebovali se vyspat. Jeden hodný hostinský je pustil do svého chléva, kde spali krávy, ovce, kozy, koně, slepice, husy, kachny a prasata. To ale Josefovi s Marií nevadilo. Lehli si na seno a usnuli. Ještě v tu noc se jim narodilo krásné zdravé miminko, kterému dali jméno Ježíšek.

Když se spolu všichni přichystali se ke spánku a zavřeli oči, tak se najednou nad Betlémem, na obloze rozsvítila hvězda. Najednou se ke stáji začali blížit lidé. Byli mezi nimi chudí, ale i králové. Všichni se přišli podívat na to krásné miminko, které se jako zázrak narodilo. Všichni přinesli Ježíškovi dárky, aby se mu lépe žilo. A protože byli na Ježíška všichni tak hodní, nosí Ježíšek od té doby dárky nám, v době kdy má narozeniny. Této době říkáme Vánoce a slavíme je každý rok.

A aby Ježíšek věděl, kam má dárky odnést, zdobíme si doma vánoční stromečky, pečeme cukroví a zpíváme koledy.

2. Příloha 2 - Noty písně Veselé vánoční hody

VESELÉ VÁNOČNÍ HODY

Česká

(Doprovod: Začátek ad libitum, repetice 4)

Volně

1. Veselé vánoč - ní ho - dy, zpí - vejte dítky ko - le -

Allegretto

dy, o tom, co se vskutku stalo, že se lidem naro-dilo dě - řát - ko.

2. Potmě leží, nemá svíčky,
na nebi mu svítí hvězdičky.
Ty, jenž všechen oděv dáváš,
samo's nahé a nic nemáš, děťátko.

3. Přišli chudí pastouškové,
zpívali jsou chvály nové;
vítej nám, andělský králi,
tebe jsme zdávna žádali, děťátko.

Obrázek 4 - Veselé vánoční hody (Jánský 1994, s. 114)

3. Příloha 3 - Odkaz na zvukovou stopu bez zpěvu k písni

Odkaz na zvukovou stopu písně Veselé vánoční hody od autora Didactic Art Media, jenž dílo publikoval na doméně YouTube dne 30. 11. 2017.

- <https://www.youtube.com/watch?v=YSw-szwwLBO>

4. Příloha 4 – Odkaz na video záznam z masopustního průvodu

Odkaz na video záznam masopustního průvodu od autora TheMeda95, jenž dílo publikoval na doméně YouTube dne 13. 2. 2018.

- <https://www.youtube.com/watch?v=UtbZiG5gVhE>

5. Příloha 5 – Říkadlo Masopust doplněné o hudební doprovod

MASOPUST

MA - SO - PUST - NÍ VE - SE - LI - CE, BAR - VÍ NOS A BAR - VÍ LÍ - CE.

6 MU - ZI - KA NÁM VY - HRÁ - VÁ, TRAM - TA - RÁ - RA TRAM - TA - RA.

Obrázek 5 – Masopust (zdroj vlastní)

6. Příloha 6 – Odkaz na videozáznam metodik

Odkaz na video záznam metodiky nácviu prvků lidového tance v MŠ, jehož jsem autorem, jsem publikovala na doméně YouTube dne 27. 7. 2020.

- <https://youtu.be/BPr5HC0pci8>