

Název vyučovacího předmětu: **SOUČASNÁ TANEČNÍ TECHNIKA (STT)**

Vzdělávací oblast: **Taneční techniky**

Časová dotace vyučovacího předmětu: **0, 4, 4, 6, 6, 6.**

### **Pojetí vyučovacího předmětu**

Vyučovací předmět současná taneční technika se vyučuje od 2. do 6. ročníku. Ve 2. až 3. ročníku 4 hodiny týdně, ve 4. až 6. ročníku 6 hodin týdně. Vyučování probíhá ve dvouhodinových vyučovacích blocích.

### **Obecné cíle**

Žák se během šestiletého studia současné techniky seznamuje s rozmanitostí tanečního projevu různých pedagogů. Cílem současné techniky není žáka uzavřít v konkrétním stylu a formě, ale podpořit jej v hledání vlastního osobitého projevu. Další složkou STT je rozšířit povědomí žáka o současném tanci jak v České republice, tak i v zahraničí. Žák je podněcován k otevřenosti, přímosti a ke komunikaci nejen ve skupině, ale i se sebou samým. To mu umožní porozumět lépe světu a zůstat aktivní v pozorování jeho vývoje.

### **Přínos k rozvoji klíčových kompetencí**

Předmět Současná taneční technika učí žáky

- mít pozitivní vztah k učení a vzdělávání
- znát možnosti dalšího vzdělávání
- posuzovat reálně své fyzické a duševní možnosti, odhadovat důsledky svého jednání a chování v různých situacích
- reagovat adekvátně na hodnocení svého vystupování a způsobů jednání ze strany jiných lidí, přijímat rady i kritiku
- mít odpovědný vztah ke svému zdraví, pečovat o svůj fyzický i duševní vývoj, být si vědomi důsledků nezdravého životního stylu a závislostí.

Žáci jsou vedeni k tomu, aby

- měli vhodnou míru sebevědomí a schopnost morálního úsudku
- byli připraveni klást si existenční otázky a hledat na ně odpovědi a řešení.

### **Průřezová témata zařazená do výuky Současné taneční techniky**

Občan v demokratické společnosti, Člověk a životní prostředí, Člověk a svět práce

## Mezipředmětové vztahy

Vyučovací předmět Současná taneční technika má vazby především na Tvorbu (TVO), v níž žáci zúročí získané dovednosti.

## Vzdělávací obsah

<b>II. ročník, časová dotace 4 hodiny týdně</b>	
<b>Očekávané výsledky vzdělávání</b>	<b>Učivo - tematické celky</b>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- si uvědomuje vlastní tělo při práci na místě i v prostoru;</li><li>- využívá tělesných principů;</li><li>- využívá plasticitu chodidla a je si vědom kontaktu se zemí;</li><li>- je schopen pracovat s energií;</li><li>- uvědomuje si izolovaný pohyb;</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>- orientuje se v prostoru při složitějších zadáních;</li><li>- orientuje se v hudbě, vnímá její rytmus, dynamiku, frázi a změny tempa;</li><li>- pracuje s dynamikou pohybu.</li></ul>	<p><b>Základní principy správného držení těla</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- úvod do tématu</li><li>- postavení pánve, pohyb pánve</li><li>- uvědomění si křížové kosti a kostrče</li><li>- práce dolních a horních končetin</li><li>- plasticita nohy, paralelní a vytočená pozice dolní končetiny</li><li>- souvislosti v těle – ramena, trup a napojení horních a dolních končetin, pánevní hroty,</li></ul> <p><b>Tělesné principy</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- různé možnosti uchopení centra těla</li><li>- procházení různými úrovněmi od země až po výskok</li><li>- práce chodidel na místě i v prostoru, se zaměřením na dynamiku</li></ul> <p><b>Práce s energií</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- uchopení energie a práce s extrémními možnostmi</li><li>- svalové napětí a uvolnění, izolace pohybu</li></ul> <p><b>Prostorové vnímání a dynamika pohybu</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- úvod do tématu</li><li>- dynamická škála pohybu</li><li>- vědomé propojování směrů vpřed, vzad, stranou, diagonála, nahore a dole</li><li>- tělesné linie v prostoru</li></ul> <p><b>Práce s hudbou</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- úvod do tématu</li><li>- složitější rytmy, melodie</li><li>- změny tempa, fráze</li></ul>

<b>III. ročník, časová dotace 4 hodiny týdně</b>	
<b>Očekávané výsledky vzdělávání</b>	<b>Učivo - tematické celky</b>
<p><b>Žák:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- využívá tělesných principů;</li> <li>- je schopen práce s gravitací;</li> <li>- pracuje s tělesnými i prostorovými spirálami;</li> <li>- vnímá a překonává svoje hranice;</li> <li>- uvědomuje si rozdíl mezi symetrií a asymetrií;</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ovládá kombinace složitějších prvků, které procházejí jednotlivými rovinami;</li> <li>- je schopen empatie k jednotlivci i skupině;</li> <li>- ovládá tanec s partnerem;</li> <li>- hudba se mu stává partnerem.</li> </ul>	<p><b>Tělesné principy</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- pohybové kvality</li> <li>- návaznost pohybu</li> <li>- práce s gravitací</li> <li>- spirála</li> <li>- rozdílné použití centra těla, s důrazem na extrémní možnosti symetrie a asymetrie</li> </ul> <p><b>Prostorové vnímání</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- variace v prostoru</li> <li>- kombinace točení, skoků a pohybu na podlaze, analýza a syntéza přechodů mezi jednotlivými rovinami</li> </ul> <p><b>Vzájemné vztahy</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- práce ve dvojicích, trojicích a skupině</li> </ul> <p><b>Práce s hudbou</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- hudba a pohyb</li> <li>- dynamika</li> </ul>

<b>IV. ročník, časová dotace 6 hodin týdně</b>	
<b>Očekávané výsledky vzdělávání</b>	<b>Učivo - tematické celky</b>
<p><b>Žák:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- rozvíjí své fyzické dovednosti a dispozice;</li> <li>- rozlišuje a používá kvality pohybu;</li> <li>- dokáže přesně a ekonomicky vést tělo v prostoru;</li> <li>- rozlišuje kvalitu pohybu v příslušných souvislostech;</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- chápe důležitost a přínos techniky pro tanečníka;</li> <li>- ví, jak samostatně rozvíjet kondici a starat se o tělesné zdraví;</li> <li>- pracuje s taneční frází v korespondenci s frází hudební.</li> </ul>	<p><b>Zvyšování technické a fyzické způsobilosti</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- rozšiřování mobility těla</li> <li>- artikulace těla</li> <li>- zaměření na kloubní dispozice</li> <li>- ovládání kombinace složitějších prvků, které prochází jednotlivými rovinami</li> <li>- rozvoj kvality pohybu</li> <li>- práce na rozdílném uchopení energie</li> </ul> <p><b>Uvědomění co je technika a jakým způsobem pracuje pro tanečníka</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- tělesná kondice</li> <li>- zdraví tanečníka</li> </ul> <p><b>Práce s hudbou</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- taneční fráze</li> <li>- akcent</li> </ul>

<b>V. ročník, časová dotace 6 hodin týdně</b>	
<b>Očekávané výsledky vzdělávání</b>	<b>Učivo - tematické celky</b>
<p><b>Žák:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- komplexněji a v souvislostech pracuje s centrem těla, pánví, páteří, horními a dolními končetinami, hlavou;</li> <li>- ovládá práci s dynamikou pohybu;</li>   <li>- má jasnou představu o směřování pohybu v prostoru;</li> <li>- vědomě propojuje mentální a fyzickou inteligenci;</li> <li>- ekonomicky pracuje s energií;</li> <li>- má povědomí o souvislostech a významech hudby a pohybu.</li> </ul>	<p><b>Zvyšování fyzické a technické způsobilosti</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- jak generovat pohyb pro centrum těla, uchopení pánve, kosti křížové a kostrče</li> <li>- rozlišování možností pohybu pánve</li> <li>- práce na směru hlavy v souvislosti s kostrčí skrz páteř</li> <li>- práce s energií v souvislosti s pohybem</li> <li>- dynamika a posun na podlaze</li> <li>- trup, páteř a hlava</li> <li>- práce na propojení trupu s horními a dolními končetinami</li> </ul> <p><b>Pohyb v prostoru</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- tělesné linie</li> <li>- skoky s jasnými směry v prostoru</li> </ul> <p><b>Propojení těla a myšlení</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- jak mysl poslouchá tělo a naopak</li> <li>- jak efektivně pracovat s propojením</li> <li>- jak ekonomicky používat energii při tanci</li> </ul> <p><b>Práce s hudbou</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- korespondence stejné taneční fráze s jiným hudebním žánrem</li> </ul>

<b>VI. ročník, časová dotace 6 hodin týdně</b>	
<b>Očekávané výsledky vzdělávání</b>	<b>Učivo - tematické celky</b>
<p><b>Žák:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- je fyzicky i mentálně připraven na závěrečnou zkoušku;</li> <li>- vědomě zpracovává připomínky a rozvíjí svou pohybovou inteligenci a citlivost těla;</li> <li>- ovládá a respektuje zákonitosti techniky;</li> </ul>	<p><b>Propojení a vědomé využití získání znalostí během celého studia a zahraniční stáže</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ověřování znalostí z předešlých ročníků</li> <li>- zpřesňování tělesné artikulace</li> <li>- analýza a syntéza pohybu</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"><li>- je schopen analýzy, syntézy pohybu a nahlédnutí sebe sama i druhých;</li><li>- vědomě pracuje s pohybovým materiálem v prostoru a čase;</li><li>- tvořivě pracuje s pohybovým materiálem a hudbou;</li><li>- využívá osvojenou taneční techniku jako prostředek k umělecké práci, tvorbě a interpretaci.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- sdílení zkušeností se zahraniční stáží</li></ul> <p><b>Práce s pohybovou frází</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- dynamika, revers</li><li>- slow-motion, zkratka</li></ul> <p><b>Práce s hudbou</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- v souvislosti s pohybovou frází</li></ul>
--	---