



Gymnastika I.

7. a 8. lekce

Tématický plán: Hudebně-pohybová výchova. Osvojování základních vztahů mezi pohybem a hudbou (jednoduché metro rytmičné struktury).
Chůze, běh, krokové variace. Přísunný a poskočný krok. Polkový krok, valčíkový krok, mazurka. Základní hudební forma.

Studijní cíle:

- Osvojení základních vztahů mezi pohybem a hudbou
- Praktické osvojení základních hudebně pohybových struktur

Text ke studiu:

Hudebně pohybová výchova

Práce s rytmičnými modely

Rytmus vyrůstá z metrického základu, je však mnohem bohatší vzhledem k rozmanitému délkovému členění jednotlivých počítacích dob:

metrum

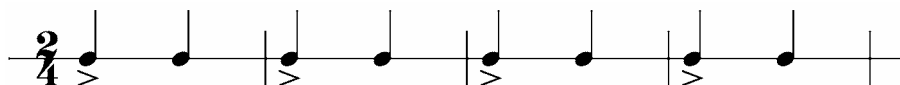


rytmická varianta



Rytmičnou variabilní hybnost si snadno ukážeme na obecně známých úryvcích lidových písní:

metrum





rytmická varianta 1

Ská-kal pes přes o - ves přes ze - le - nou lou - ku

rytmická varianta 2

Kdy-by byl Ba - vo - rov co jsou Vod-ňa ny

Rytmické varianty čtyřtaktí jsou prakticky totožné až na poslední dobu čtvrtého taktu, kde v první ukázce je čtvrt'ová nota, zatímco ve druhé čtvrt'ová pomlka, která je též součástí metrické hybnosti.

Charakteristický rytmus

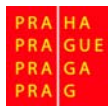
Ještě názorněji si ukážeme rytmické členění základních metrických modelů na ukázkách tzv. charakteristických rytmů.

Charakteristický rytmus chápeme jako pravidelně se navracející rytmickou figuru (jedno i vícetaktovou) v doprovodu skladby určené zpravidla k tanci:

metrum

rytmická varianta

Na-še hu- sa cho-dí bo - sa



polonéza



Stejným způsobem vznikají rytmické modely i v sudodobých metrech:

metrum

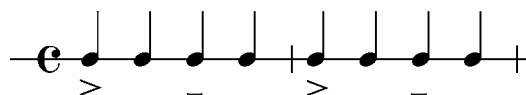


rytmická varianta



Synkopa v prvním taktu a houpavé osminy ve druhém charakterizují latinskoamerický tanec *beguine*.

metrum



rytmická varianta



Všimněte si zvláštního členění osmin: 3 + 3 + 2 . Tato struktura je charakteristická pro latinskoamerický tanec *rumba*.

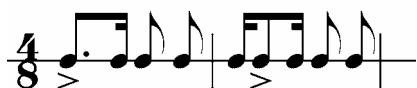
Ještě si ukážeme rytmickou variantu ve čtyřosminovém taktu:

metrum



rytmická varianta

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem, státním rozpočtem České republiky a rozpočtem hlavního města Prahy.



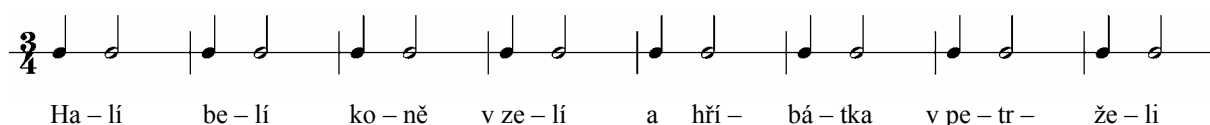
Tečka v prvním a synkopa ve druhém taktu charakterizují tanec *tango*.

Základy hudební formy

K tomu aby melodická, harmonická, metroritmická i myšlenková složka hudby působila na posluchače logicky a uspořádaně, slouží hudební forma. V celém spektru hudby různých žánrů existuje řada různých hudebních forem od nejjednodušších (např. lidové písně) až po složité sonátové formy v symfonické tvorbě. V hudbě užití, kterou především vybíráme pro různé gymnastické hudebně-pohybové aktivity, je základem hudební formy tzv. periodický princip uplatněný v malé či velké písňové formě.

Malá písňová forma je nejjednodušší hudební forma vycházející z periodického principu.

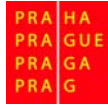
Perioda, též věta (slangově fráze) je v tomto případě uzavřená hudební myšlenka zpravidla osmitaktová, v které můžeme celkem dobře i poslechem odlišit první polovinu (předvětí) a druhou (závětí). Pokud celou píseň (skladbu) tvoří pouze jedna perioda, hovoříme o *jednodílné písňové formě*. Tato forma je poměrně vzácná a písní v ní realizovaných není mnoho. Za všechny zde uvádíme v metroritmické struktuře dětskou říkanku Halí, belí:



Tuto formu graficky označujeme písmenem malé a.

Složitější formou je tzv. *malá písňová forma dvoudílná bez reprízy*, která se skládá ze dvou hudební myšlenkou odlišných většinou osmitaktových period (a b). Jako příklad uvádíme metroritmickou strukturu písně Šla Nanyňka do zelí:

a



Šla Na-nyn-ka do ze- lí do ze- lí do ze- lí na- tr- ha- la lu- pe- ní lu- pe- ní- čko

b



při-šel za ní Pe-pí- ček roz-šla-pal jí ko-ší- ček ty ty ty ty ty ty ty to bu-deš pla-ti- ti

Podobnou formální strukturu má i píseň Boleslav, Boleslav a řada dalších.

Druhým, častějším typem dvoudílné malé písňové formy je *malá písňová forma dvoudílná s reprízou*. Ta vzniká tak, že v druhé polovině druhé periody (v jejím závěti) nastupuje část (většinou též závěti) periody první:

a b
8 b4a₁4

Tato formální struktura je uplatněna např. v lidové písni A já sám:

a
8



A já sám vždycky sám svý ko-níč-ky o- kší- ru-ju a já sám vždycky sám svý ko-níč-ky o- sed- lám

b
b a₁
4 4



svý ko-níč-ky o- kší- ru- ju svou pa-nen-ku po- mi- lu-ju a já sám vždycky sám svý ko-níč-ky o- sed- lám

V této písni i textová složka kopíruje hudební formální členění. V první části b zaznívá text nový, zatímco v druhé části se opakuje text druhé části dílu a.

Podobně tomu je např. i v písni Holka modrooká.



Malá třídílná písňová forma v uspořádání tří myšlenkově odlišných period za sebou (a b c) je velmi vzácná. Často se uvádí jako příklad píseň Zastaveníčko od skladatele A. Dreyschocka.

Nejčastěji se vyskytuje malá třídílná písňová forma v podobě a b a, kdy díl b bývá většinou kratší (poloviční) než díl a, který se po dílu b navrácí v plné délce: a b a
8 4 8

Jako příklad uvádíme metroritmickou strukturu písně Měsíček svítí:

a
8



Mě-sí-ček sví- tí já mu-sím jí- ti za pan-nou za pan-nou za pa-nen-kou

b
4



mě- sí- ček za- šel já tam ne- do- šel

a
8



já jsem za- blou- dil mně jí o- blou- dil v ze- le-ném há- ječ-ku my- sli- ve- ček

Malá písňová forma třídílná v tomto schématu připomíná malou písňovou formu dvoudílnou s reprízou. Zásadní rozdíl mezi těmito formami tkví v tom, že u třídílné formy se díl a vrací v plném počtu taktů, zatímco u dvoudílné s reprízou jen jeho předvětí nebo závětí – tedy polovina.



Všechny tyto námi uvedené malé písňové formy jsou „malé“ i co do časového trvání:

- Jednodílná cca 10 -15 vteřin
- Dvoudílné cca 15 – 20 vteřin
- Třídílné cca 25 – 35 vteřin

V tomto časovém úseku lze jen těžko uskutečnit všechny záměry a nápady tvůrce pohybové složky hudebně pohybové kompozice. Snad jen malá třídílná písňová forma a b a s plnou taktovou sazbou (každá perioda po osmi taktech) rozšířená o introdukci (předehru), eventuálně Codu (gradovaný rozšířený závěr) splňuje podmínky pro uspokojivou hudebně pohybovou kompozici.

Chceme-li vytvořit skladbu delší (2 – 3 minuty i více), sáhneme po hudební předloze, ve které celá malá písňová forma (dvoudílná či třídílná) bude jen jednou částí většího celku. Takové hudební formě, ve které tvoří každý větný díl hudba uspořádaná na způsob malé písňové formy říkáme *velká písňová forma*. Bývá dvoudílná či třídílná (AB, ABA, ABC) často ještě rozšířená o introdukci, mezihru a codu.

Tektonika hudebně pohybové kompozice

Tektonikou v tomto smyslu rozumíme stavbu hudebně pohybového celku vzájemně se zrcadlicího a snoubícího ve formální, tempové, agogické i dynamické poloze.

Jako příklad zde uvádíme rozbor hudebně pohybové kompozice určené pro zápočtovou sestavu se švihadlem studentek a studentů FTVS UK Praha v seminářích rytmické gymnastiky. Hudební složka vznikla zaranžováním (úpravou) populární písně F. Svojíka „Krinolína“ pro klavír s přihlédnutím k atributům zajímavosti choreografie (kontrast dílů, agogika, dynamické změny)

Formální schéma skladby i a b a tzn. malá písňová forma třídílná rozšířená
2 8 8 8 o introdukci (předehru) - i

Skladba plyne v sudodobém metru ve 4/4 taktu. Introdukce i oba díly a mají střední rychlejší tempo (allegretto), kdy počítací doba má hybnost 96–100/min. Toto tempo evokuje pohybovou složku (různé druhy přeskoků).

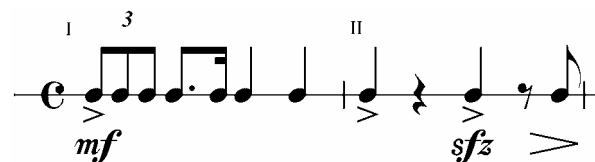


Díl b je kontrastně pomalejší (moderato cca 80/min). Využívá dynamických i agogických změn (zesilování, zeslabování, dynamický oblouk, zpomalování).

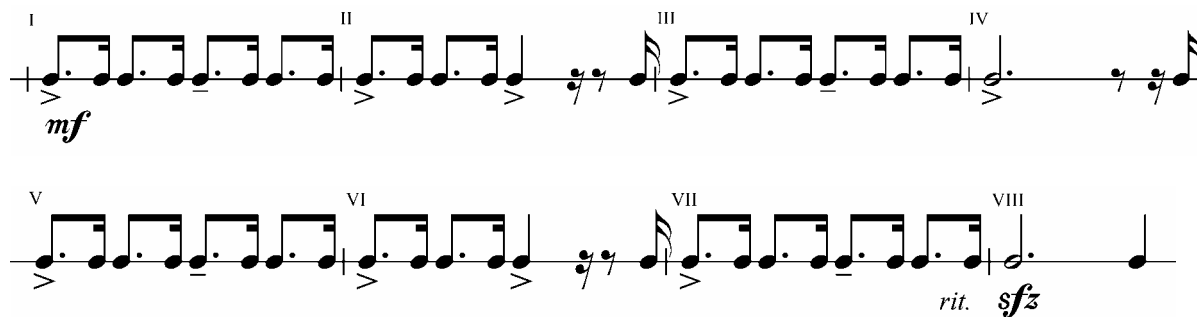
Tektonika hudební předlohy:

i
2

Allegretto



a
8

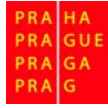


b
8

Moderato

dynamický oblouk

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem, státním rozpočtem České republiky a rozpočtem hlavního města Prahy.



I *mf* II *cresc.* III *VRCHOL* 3 *sfz* IV *rit.* *mf*

V VI VII VIII *rit.*

a
8

ã tempo (návrat do původního tempa)

I *mf* II III IV

V VI VII VIII *cresc.* *f* *sfz*



Názvoslovný popis pohybové složky

Názvoslovný popis pohybové složky:

Pohyb: Šárka Panská

Hudební aranžmá: Jan Thorovský

Předehra (i): 2 takty 4/4

Část a: 8 taktů 4/4

Část b: 8 taktů 4/4

Část a: 8 taktů 4/4

Základní postavení (ZP): stoj spatný, pokrčit upažmo dolů, švihadlo obouruč za tělem –
cvičenci uprostřed horní strany cvičební plochy čelem k hlavní metě

Předehra (i): 2 takty 4/4

- I. výdrž
- II. 1.- 3. výdrž
4. nášvih, připravit švihadlo na přeskoky

Část a: 8 taktů 4/4

- I. – II. 4 přeskoky střídnonož s meziskokem kroužením švihadla vpřed, volná noha skrčit přinožmo
- III. 1.- 2. bočný kruh švihadlem po pravé(levé) straně těla
- 3.- 4. obtočit švihadlo kolem pravé(levé) paže v upažení a vypustit konec švihadla z levé(pravé)ruky
- IV. 1.- 2. chytit konec švihadla levou(pravou) a bočný kruh po pravé(levé) straně
- 3.- 4. bočný kruh po levé (pravé) straně těla s vytažením švihadla do vzpažení (příprava na přeskoky)
- V. 1.- 4. 2 přeskoky s pokrčováním přednožmo (P,L) s meziskokem („koníčky“ s meziskokem)



- VI. 1.- 4. 4 přeskoky s pokrčováním přednožmo bez meziskoku
- VII. 1.- 4. 2 přeskoky snožmo s meziskokem
- VIII. 1.- 2. 2 přeskoky snožmo bez meziskoku
3.- 4. přeskok švihadla s dvojšvihem, dokončit se švihadlem po pravé straně těla

Část b: 8 taktů 4/4

- I. 1.- 2. výkrok levou stranou a vodorovný kruh švihadlem nad hlavou dovnitř (1. část svislé osmy)
3.- 4. přinožením pravé podřep, vodorovný kruh švihadlem před tělem (2. část svislé osmy)
- II. 1.- 2. vodorovný kruh švihadlem nad hlavou dovnitř
3.- 4. předat konec švihadla do pravé
- III. 1.- 2. tři rozběhové kroky, vodorovný kruh švihadlem nad hlavou
3.- 4. vodorovný kruh švihadlem nad zemí a odrazem levé(pravé) čertík s přeskočením švihadla
- IV. 1.- 4. přinožením výpon a chycením složeného konce švihadlo nad hlavu rovně
- V. 1.- 4. pádem vzad kotoul vzad přes rameno
- VI. 1.- 4. klekem na pravé(levé) stoj zánožný pravou(levou), švihadlo obouruč za konce a kmih švihadlem vpřed
- VII. 1.- 4. hmitem podřepmo stoj přednožný levou(pravou), kmih švihadlem vzad s vypuštěním konce švihadla
- VIII. 1.- 2. připážením a předpážením vzhůru nadhodit volný konec švihadla pravou(levou)



- 3.- 4. chytit švihadlo levou(pravou) a přeskok čertíkem, celý obrat vpravo(vlevo) a obloukem dolů kmih švihadlem vpřed

Část a: 8 taktů 4/4

I. – VIII. volná tvorba nebo opakovat část a, ale celé s kroužením švihadla vzad

Touto ukázkou končíme naše pojednání o některých aspektech hudebně pohybových vztahů v gymnastice. Do budoucna přejeme všem tvůrcům pohybových kompozic, aby vybírali pečlivě hudbu především podle kvality jejího obsahu a ne jen podle momentální módnosti určované masmediálním tlakem. I ve světě tzv. hudby užité především z oblasti jazzové, etnické nebo world music je stále z čeho vybírat.



Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem, státním rozpočtem České republiky a rozpočtem hlavního města Prahy.