

## Rytmická gymnastika a tanec PGYM133

### Kritéria kreditní práce - didaktický výstup s náčiním

Hudebně-pohybová kompozice: **24 taktů**

#### 1) Volba náčiní a hudby

- charakteristika náčiní, základní manipulace atd.

#### 2) Hudební rozbor

- tempo, metrická struktura
- autor skladby, název
- rozčárkování skladby podle taktů – tzn. **1 takt = I**; pokud má takt 4 doby, tak platí I = 1 – 4 (jedna čárka rovná se čtyři doby); pokud má takt 3 doby, tak platí I = 1 – 3
- **takty** označujeme **velkými římskými číslicemi** (I., II. – III., IV. atd.)
- s každou změnou hudby začínáme čárkovat takty na novém řádku (obecně platí, že sloky čárkujeme na jiný řádek než refrény)
- **řádky** (tedy změny v hudbě) označujeme **velkými písmeny abecedně**
- rozčárkovat všech 24 taktů, na které je hudebně-pohybová kompozice vymyšlena, zbytek hudby dočárkovat bez vymýšlení pohybu

Příklad hudebního rozboru skladby Jožin z bažin (Ivan Mládek):

<https://www.youtube.com/watch?v=FuOhQZP821o>

Předehra: II

A: I I I I I I I I

B: I I I I I I I I I I

Atd. až do konce skladby. Doporučuji si pustit nahrávku k ukázce čárkování, ať je lépe pochopitelná.

#### 3) Vlastní didaktický výstup

- názvoslovný popis celé vymyšlené sestavy (choreografie) s náčiním (tzn. 24 taktů) včetně rytmizace pohybu
- ZP (základní poloha) – označujeme pouze na začátku celé sestavy

Příklad popisu sestavy dle hudebního rozboru výše (Jožin z bažin)

Autor pohybu: ....

Hudba: Jožin z bažin, Ivan Mládek

Předehra: 2 takty (4/4)

Část A: 8 taktů (4/4)

Část B: 12 taktů (4/4)

Atd.

**ZP:** stoj spatný, zapažit pravou, upažit levou, švihadlo po pravé straně těla jeden konec v pravé, druhý volný směřuje vzad, otočit trup i hlavu vpravo – cvičenci v pravém zadním rohu nalevo vpříč

### **Předehra: 2 takty 4/4**

I. - II. Výdrž

### **Část A: 8 taktů 4/4**

- I. 1 – 4: dva přeskoky střídnonož s meziskokem s postupem vpřed, volná noha skrčena přinožmo
- II. 1 – 4: dva poskoky střídnonož s meziskokem, malé kruhy švihadlem po pravé a levé straně těla, druhý kruh s protažením do vzpažení (příprava k přeskokům)
- III. - IV. čtyři přeskoky střídnonož se skrčováním přednožmo s meziskokem („koníčky“) s postupem vpřed, druhý a čtvrtý přeskok kroužením švihadla zkřížmo („vajíčko“)
- V. 1 – 4: dva přeskoky snožmo s meziskokem
- VI. 1 – 2: dva přeskoky snožmo bez meziskoku  
3 – 4: přeskok snožmo s dvojšvihem
- VII. 1 – 2: hmit podřepmo a bočný kruh švihadlem vzad po pravé straně těla  
3 – 4 = 1 – 2:, ale opačně
- VIII. 1 – 2: hmitem podřepmo a obloukem vzad po pravé straně těla obtočit švihadlo kolem upažené pravé paže a vypustit konec švihadla z levé  
3 – 4: chytit konec švihadla levou nad pravou paží a bočný kruh vzad po pravé straně těla

Atd.

### **4) Didaktický postup**

- Napsat přesně jakým způsobem budete Vy (předcvičující) sestavu učit a nacvičovat se skupinou svěřenců/žáků
- Např. popsat, že nácvik bude zahájen nejtěžším prvkem, či osvojením jednotlivých stěžejních prvků sestavy a pak postupně bude probíhat nácvik celé sestavy od jejího začátku; nebo se rovnou začne nacvičovat sestava a postupně se budou opakovat její části s postupným zařazováním hudebního doprovodu; nebo proběhne nejprve ukázka ze strany cvičitele atd.

### **5) Souhrn použitých zdrojů**