**Hudebně pohybová výchova**

13. 4. 2022

MgA. Mgr. Hana Novotná

[hanahawel@seznam.cz](mailto:hanahawel@seznam.cz)

**Nesemy Mařenu**

Tvorba vlastního pohybového doprovodu k lidové písni

1. část: pohyb do prostoru – různé varianty formací (kruh, řady proti sobě, zástup, čtveřice / čtverylky…)

2. část: ozvláštňující prvek – specifický prvek – v našem případě tlesky s partnerem a jejich variace

3. část: točivý prvek

Příklad tance:

Vých. postavení – páry stojí v kruhu, bokem do středu kruhu, dívají se po směru tance

1. – 2. T: 4 kroky vpřed – přetočit (směrem k partnerovi) – 4 kroky vzad

3. – 4. T: totéž zpátky

Repetice

5. – 6. T: tleskání s partnerem (variace různými způsoby hry na tělo, např. od shora dolů před tělem, hřbety dlaní směřují do stran)

7. – 8. T: zátočka za P loket

Dohra: volitelné: postup vnějších / vnitřních tanečníků o 1 partnera vpřed

Nácvik:

* od vlastní tvořivosti k cílové formě
* samostatně v prostoru (různé způsoby chůze) – pohybově rozlišit předvětí a závětí písně
* s partnerem v prostoru (vlastní invence pro chůzi), při zařazení tleskání střídat partnery
* v kruhu samostatně (kvůli směrování) – tleskání s partnerem na stranách (v upažení) - možnost při repetici vystřídat partnery na obou stranách
* v kruhu s 1 partnerem
* v kruhu s výměnou partnerů
* v jiných formacích
* hledání obměň pro ozvláštňující prvek ve skupince
* vlastní tvořivá práce studentů, hudební formu podloží adekvátním pohybovým prvkem

