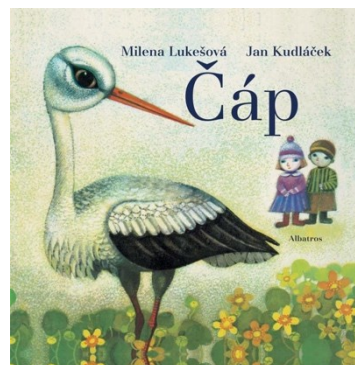


Hudebně pohybová výchova

JARNÍ TÁNÍ

MgA. Mgr. Hana Novotná



ROZEHRÁTÍ

- zasněžná krajina
- stopy zvířat – pulzace v půlkách, čtvrtky, osminky
- hledej si své cestičky
- oblíbený úsek cesty - rytmické ostinato
- vokalizovat ostinato – propojit hlas s pohybem
- převést do hry na tělo (HNT)
- procvičovat HNT s pauzou – procvičování s pauzou, např. 2x 4taktí – 1 HNT 2. pauza
- sbírání koulí – napětí x uvolnění
- sbírání a házení koulí s během



- stavění SNĚHULÁKŮ

Pohybový aspekt:

- klasicky z koulí → abstraktní objekt o 3 oddílech: podstavec, střední část, vrchní část: v trojici staví 1. člověk podstavec, 2. člověk napojí libovolný střední díl, 3. člověk napojí vrchní díl a společně v pomalém tempu klesají k zemi, v rolích se postupně střídají
- tání sněhuláků: stavět sněhuláka svižně x pomalé tání

Hudební aspekt: procvičování akordů, např. při rozezpívání – nabídnout první tón a studenti se pokusí zazpívat tónický kvintakord od daného tónu, a následuje „tání“: glissando dolů od oktávy

Hudba

Geirr Tveitt: 100 Hardanger Tunes – Suites Nos. 1 – 4 (Royal Scottish National Orchestra)

SNĚŽENKY A BLEDULE

- píseň Sněženky a bledule
- nácvik písně s pohybovým doprovodem, přidání hry na tělo na výchozích tónech F u každé fráze a při závěrečných 3 tónech F
- píseň lze doprovodit čistě v pentatonice od tónu F (F, G, A, C, D), případně lze při doprovodu s použitím pouze jednoho nástroje použít i tón E
- impuls k instrumentální melodicko-rytmické improvizaci: 1. fráze – improvizace na tónech F, G, A („podstavec sněhuláka“); 2. fráze: improvizace na tónech A, C, D („střední díl“), 3. fráze – improvizace na 6 tónech od F₂– F₁ směrem dolů („horní díl a tání“); rytmickou inspirací pro improvizaci mohou být rytmické cestičky zvířecích stop

- pohybový doprovod: 3 pohybové fráze: libovolně / geometrický tanec se šátky / geometrický tanec bez šátků, společné pohybové ztvárnění na posledních 3 tónech
- skupinová kompozice: vytvořit vlastní hudební a pohybový doprovod ve skupinách a vzájemné předvedení formou ronda (kuplety jsou prokládány improvizací mezihrou)

Sněženky a bledule

Hana Novotná

Zpěv

Zvonkohra

6

Hl.

Zvonek.

Až
zi-ma za-vře vrá-tka,
I ble-du-le ja - rní,

bí-lých su-kní řá - dka
ne-má, ne-má stá - ní,
vy - kou - kne zpod sně - hu, jsou tu
chce u - ká - zat svě - tu, ko - lik
sně-žen-ky.
má kvě-tů.

STONOŽKA

Skupinová hra – jednotlivci, dvojice, čtveřice, osmice a více - procvičování různých druhů chůze: studenti stojí v zástupu za sebou a drží se za boky, hlava stonožky určuje způsob chůze

Tanec – kroky tance vychází z chůze po barevné partituře: barevné papíry rozložené na zemi do oktávy (barvy odpovídají barvám boomwhackerů) – chůze po jednotlivých barvách určuje kroky tance

Výchozí postavení: 2 řady proti sobě

Chůze:

4 kroky vpřed od P nohy (směrem k sobě)

3x pivotová otáčka od P nohy vpřed směrem doleva (3x nakročit, otočit a stále pravidelně střídat nohy při přenášení váhy)

2 kroky vpřed od PDK

1 krok vzad a pak opět 1 vpřed

2 naskočené kroky vpřed (rytmus: ti-ta)

Hra na tělo: probíhá v rámci otáčení se o 180° zpět naproti sobě

2 plesky na hrudník

2 plesky na stehna
2 lusky (rytmus viz partitura)
2 dupy

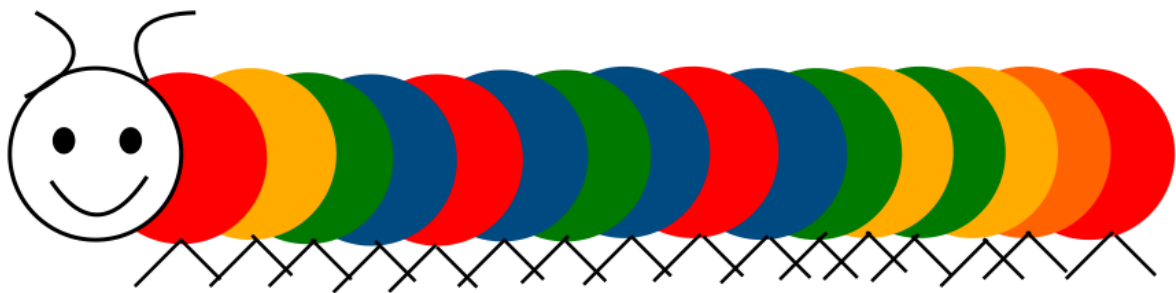
Poskoky:

3 rychlé poskoky mírně roznožmo („jako nad tóny D, F“)
3 rychlé poskoky s posunem doprava („jako nad tóny E, G“)
3 rychlé poskoky s posunem doleva („jako nad tóny D, F“)
3 rychlé poskoky s posunem doprava („jako nad tóny E, G“)

Opakování chůze

- když se taneční partneři potkají uprostřed, podívají se na sebe a vzájemně si oběma rukama tlesknou

Barevná partitura – reakční hra: chodíme po jednotlivých barvách a studenti musí příslušné barvy rozeznávat na nástroj (boomwhackers, ozvučné kameny, nebo jiné melodické bicí nást.)



Stonožka
doprovod

Původní píseň Petr Eben
Doprovod Hana Novotná



Hra na tělo

2x plesk na hrudník
2 plesk na stehna
2x lusk
2x dup nohama

13





Stonožka

Hravě
mf C

Prv - ní, dru - há, tře - tí, čtv - tá, pá - tá, šes - tá, sed - má, os - má, sto - nož -

Dm Am Em F⁶ G⁷ C F⁶
- ka si bě - há zu - tá, na sto no - hou je - den nos má. Štěs - tí pro ni

Em Dm⁷ Em G C Em
ne - bo - hou, že ne - má nic na no - hou. Ji - nak by si chu - dák

Am Em F C Dm⁷ G⁷ C
ma - lá, no - hy k šev - ci, chu - dák ma - lá, no - hy k šev - ci u - bě - ha - la.

První, druhá, třetí, čtvrtá,
čtvrtá, třetí, druhá, první,
stonožka si běhá zutá,
sto bot about dlouho trvá.

Velké štěstí stonožky,
že nenesí ponožky.
Jinak by je chudák malá
celý týden zažívala.

Zdroje a inspirace:


- LUKEŠOVÁ, Milena. Čáp. 2. vydání. Ilustroval Jan KUDLÁČEK. V Praze: Albatros, 2021. ISBN 978-80-00-06142-9.
- EBEN, P. (2019). Elce pelce kotrmelce. Praha Bärenreiter. / Supraphone


Let čmeláka


Hudba: *Flight of Bumblebee* – album *I don't like classical music but I really like this*

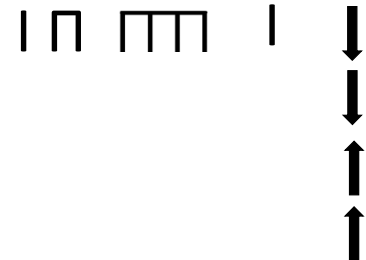
Let čmeláka

upravila Hana Novotná

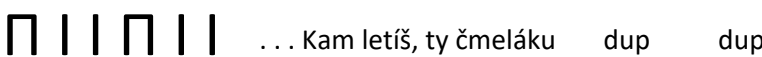


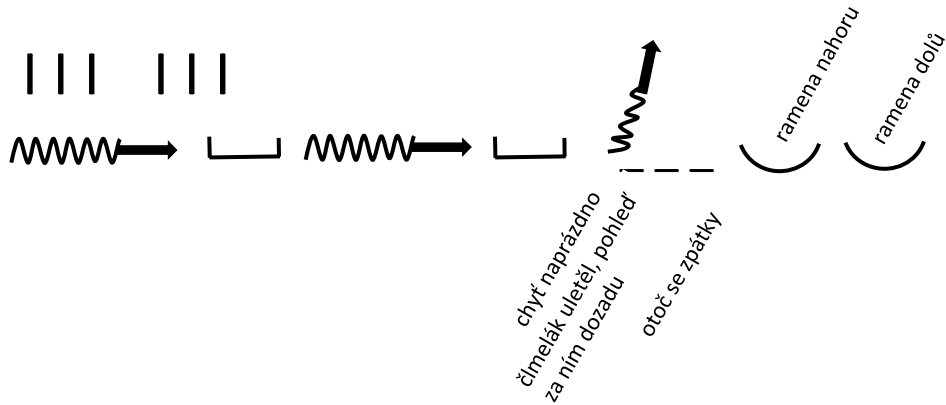
A:  2 x

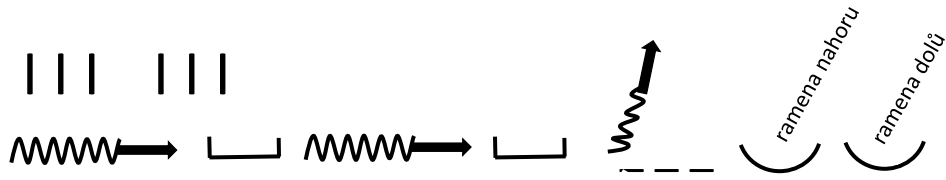
B:  2 x

C: 
 ↓ ... Kam letíš, ty čmeláku
 ↓ ... Kam letíš, ty čmeláku
 ↑ ... Kam letíš, ty čmeláku
 ↑ ... Kam letíš, ty čmeláku

A: 2 x

D:  ... Kam letíš, ty čmeláku dup dup 2 x





chyt' naprázdno
čmelák uletěl, pohled
za ním dozadu
otoč se zpátky

ramena nahoru
ramena dolů