

## ĽUDOVÝ TANEC

### CHARAKTERISTIKAPREDMETU

Množstvo, rôznorodosť, pestrosť a krása slovenských ľudových tancov, ktoré sa dodnes zachovali, sú odrazom života nášho ľudu, jeho mentality, citov, potrieb, túžob, názorov, skúseností, fantázie, umeleckého vkusu a tvorivých schopností. Vznikali, rozvíjali sa, menili, zhromažďovali a zušľachtľovali sa po stáročia.

Na utváranie hudobného a tanečného prejavu mali vplyv rôzne činitele: geografické a sociálne podmienky, zamestnanie obyvateľstva, spôsob obživy, oblečenie, sťahovanie, isté ustálené zvyklosti v skupinách, rodoch či obciach a v neposlednom rade aj prejav výrazne nadaných jedincov - osobností - tvorcov z ľudu. Podobným spôsobom sa k nám dostali aj vplyvy ľudových tancov okolitých národov (hlavne v pohraničných oblastiach).

Na Slovensku sme si zatiaľ vytypovali tieto tanečné folklórne oblasti a podoblasti: Podunajská oblasť, Záhorácka oblasť, Nitrianska oblasť, Myjavská oblasť, Trenčianska oblasť, Kysucká oblasť, Turčianska oblasť, Oravská oblasť, Goralská oblasť, Liptovská oblasť, Spišská oblasť, Šarišská oblasť, Zemplínska oblasť, Gemerská oblasť, Horehronská oblasť, Zvolenská oblasť, Podpolianska oblasť, Novohradská oblasť, Hontianska oblasť, Tekovská oblasť.

Tanečný folklór v živej a pôvodnej podobe sa dnes vyskytuje už pomerne málo. Vidáme ho predovšetkým pri rodinných zvykoch (napr. svadby), zvykoch spojených s určitým obdobím roka (napr. jarné chorovody, fašiangové sprievody), regrútskych zábavách a pod.

Na zachovanie týchto národných kultúrnych hodnôt bolo vyvinuté veľké úsilie (výskumy vedeckých pracovníkov SAV, osvetových pracovníkov, profesionálnych i amatérskych umelcov, zápisy opisom, notami, filmové a video záznamy, nahrávky atď.).

V predmete ľudový tanec počas štúdia na ZUŠ by mali žiaci spoznať a naučiť sa rozpoznávať základné tanečné oblasti Slovenska, ich tanečné charaktery, základné tanečné motívy a tanečný repertoár. Ďalej by mali získať základné informácie o hudobnom prejave, ľudovom odeve, tanečných príležitostiach a zvykosloví. Ich vedomosti by mali byť trvalé a nemali by poznať len samostatné motívy, prípadne presne dané

choreografie, ale aj pôvodné formy tancov a vedieť ich interpretovať podľa svojich schopností na základe daných zákonitostí.

V každej tanečnej oblasti sa vyskytujú menej náročné tance, napríklad chorovody a chorovodné hry alebo novodobé ľudové tance, ale nie sú tancami, ktoré nesú charakteristické znaky tanečnej oblasti. Tieto tance majú podobné znaky na celom území Slovenska.

Tanec nikdy nebol samostatnou oblasťou v živote ľudí. Ľudový tanec, hudba, pieseň a ostatné ľudové prejavy tvorili syntetický celok, ktorý nám dáva obraz o vtedajšom spôsobe života a spoločenských vzťahoch. K rovnakému vnímaniu ľudového tanca by sme mali viesť aj žiakov. Okrem toho rozvíjame u žiaka aj jeho technické schopnosti v oblasti rotačnej, skokovej a odzemkovej technike, vo vyšších ročníkoch sa zameriavame na techniku dvíhačiek či tanečný výraz. V prípade, že sa v ročníku nenachádza žiadny chlapec, čo je v poslednej dobe častým javom na ZUŠ, nie je nutné párové tance, resp. motívy mužských tancov, absolútne vynechať. V párových tancoch môže vedúcu úlohu v páre prebrať dievča. V pôvodnom prostredí často tancovali niektoré párové tance dve ženy (cestovanie za prácou, vojny a pod.). Aj poznanie mužských motívov je súčasťou tanečnej výchovy u dievčat, a naopak.

Nemenej významným cieľom je oboznámenie žiakov so slovenským ľudovým tancom a kultúrou, resp. tancom a kultúrou národností žijúcich na území Slovenska, ako súčasťou národného dedičstva a tak pozitívne vplývať na ich vzťah k národu.

## CIELE PREDMETU

- priblížením tanečného, spevného a hudobného ľudového prejavu spoznať prostredie, zdroje tvorivosti a mentalitu ľudu v jednotlivých oblastiach Slovenska, zoznámiť sa s citovo bohatým, výrazovo silným prejavom vidieckeho človeka, ktorý tvoril obklopený zvyklosťami, náboženskými sviatkami, prírodou, rodinou, obcou a prácou,
- viesť žiakov k rozoznávaniu jednotlivých oblastí, zoznámiť ich so základnými tanečnými motívmi, s pôvodnou formou jednotlivých tancov, prípadne s ich štylizáciou v choreografii (na hodinách tanečnej praxe), s piesňami v nárečí, s ľudovou hudbou, zvykmi a charakteristickými krojmi,
- rozširovať a zdokonaľovať technickú vyspelosť žiakov, formovať a rozvíjať tanečnosť a tanečný charakter podľa jednotlivých oblastí, prehĺbovať výrazový register, podchytiť talenty,

VZDELÁVACIE ŠTANDARDY PRE JEDNOTLIVÉ UMELECKÉ ODBORY ZUŠ

- cibrením tanečného a hudobného vkusu formovať tiež estetické cítenie žiaka,
- z výchovnej stránky s poznávaním folklórnych tradícií ovplyvňovať a podporovať aj vlastenecké cítenie, pocit príslušnosti k slovenskému národu a národnostiam Slovenska,
- dosiahnuť technický a výrazový stupeň, zodpovedajúci požiadavkám špičkových amatérskych súborov ľudového scénického tanca a pripraviť žiaka na talentové skúšky na konzervatóriá so študijným zameraním - Tanec a vysoké školy umeleckého zamerania.

**VZDELÁVACÍ ŠTANDARD****Prvá časť I. stupňa základného vzdelávania**

Žiaci po ukončení 3. ročníka prvej časti I. stupňa základného štúdia základnej umeleckej školy:

Výkonový štandard	Obsahový štandard
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ zatancujú základné tanečné motívy a kroky z oblastí Slovenska,</li> <li>✓ zatancujú ľudovú mazúrku, ľudovú polku,</li> <li>✓ poznajú terminológiu tanečných motívov a tancov.</li> </ul>	<p>Jednoduché motívy ľudového tanca z oblastí Slovenska - Zemplín, Myjava, Liptov, Horehronie, Záhorie:</p> <p>perovanie váhou - v stoji, chôdzi, jednokročke, dvojkročke (bočne, v zadnom oblúku), jednotlivo i vo dvojici, v kolese, v párovom krútení,</p> <p>perovanie ťahom - v stoji, chôdzi, jednokročke, dvojkročke (bočne, v zadnom oblúku), jednotlivo i vo dvojici, v karičke, v párovom krútení,</p> <p>valaské- valaský jednoduchý, valaský vo dvojku na pološpičku prinožovaný (na mieste, bočne), valaský vo dvojku na pološpičku (vpred, vzad), valaský vo dvojku na päť (vpred), chôdza ťahom cez päť (krok s ukláknutím),</p> <p>premenný krok - dvojdobý (polkový), trojdobý (valčíkový), nahadzovaný - na pološpičku (ťahom, váhou), na päť (ťahom, váhou),</p> <p>zrážaný súčasný,</p>

	<p>záver s prednožením - kľúč ( na pološpičku, na päť).</p> <p>Myjavský hravý vpredu (vytočene - vtočený, vtočene - vytočený).</p> <p>Myjavské kyvadlo: vpredu, vzadu.</p> <p>Myjavský dvojkladený vpredu ( na pološpičku, na päť).</p> <p>Myjavské uklákové,</p> <p>hustý dupák (na celé chodidlo, na päť)</p> <p>trojdub striedavý (bočne, v zadnom oblúku)</p> <p>chôdza s potleskom (pre dievčatá)</p> <p>malé skoky v drepe (bez potlesku, s potleskom).</p> <p>Liptovský kladený (na pološpičku, na päť)</p> <p>Liptovský dvojkladený vpredu</p> <p>karičkový krok (pre dievčatá) - hladký, s perovaním ťahom „koníčkami“ (pod seba),</p> <p>karičkové podupy v rôznom rytme,</p> <p>jednoduché čapáše (pre chlapcov),</p> <p>podvrtka (dievčať a pod rukou chlapca).</p> <p>Hajdúch (pre chlapcov) - prednožný na päť, prednožný,</p> <p>rotácia - hladko z miesta, poskočnými krokmi z miesta, s perovaním váhou z miesta,</p> <p>tanečné motívy - ľudovej mazúrky, ľudovej polky.</p>
--	--

Žiaci po ukončení 4. ročníka prvej časti I. stupňa základného štúdia základnej umeleckej školy:

Výkonový štandard	Obsahový štandard
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ zatancujú tanečné motívy z tanečnej oblasti Myjava a Liptov,</li> <li>✓ poznajú rozdiely týchto tanečných oblastí formou tanečných motívov, typických tancov a piesní daného regiónu,</li> <li>✓ poznajú základné informácie týkajúce sa regiónov Myjava a Liptov,</li> <li>✓ poznajú terminológiu tanečných motívov a tancov.</li> </ul>	<p>Myjavská tanečná oblasť:</p> <p>Tance:</p> <p>Starobabská - párový tanec pomalého tempa</p> <p>Verbunk sólový - mužský tanec mierne rýchleho tempa</p> <p>Verbunk párový - párový tanec mierne rýchleho tempa</p> <p>Čardáš - hustý - párový tanec rýchleho tempa</p> <p>Novodobé ľudové tance (strofické tance) - „V širém poli...“, Šotyš, Hrozená, Židovka - párové tance s ustálenými motivickými väzbami.</p> <p>Motívy:</p> <p>chôdza vyperovaná váhou s postupom vpred a vzad, v otvorenom držaní bočne, vo valčíkovom a čardášovom držaní</p> <p>podupy na záver hudobnej frázy</p> <p>poskok so sklzom a potleskami</p> <p>rotácia váhou na mieste a z miesta, podvrтка</p> <p>Starobabská vyperovaná</p> <p>dvojkročka s prídupom v rôznych postaveniach a držaniach partnerov</p> <p>dvojkročka so zanožením</p>

	<p>párové krútenie verbunkové v čardášovom držaní</p> <p>zmena v párovom krútení</p> <p>Verbunkový motív základný - vykopávaný a jeho obmeny</p> <p>Valaský jednoduchý preskakovaný</p> <p>Valaský vo dvojku vpred na polochodidlo</p> <p>záver na polochodidlo - kľúč</p> <p>zrazenie z II. do I. pozície</p> <p>nahadzovaný a jeho obmeny</p> <p>nahadzovaný so zrazením</p> <p>nahadzovaný so zrazením a úderom na DK</p> <p>nahadzovaný v rôznych postaveniach a držaniach partnerov, prechody z jednotlivých postavení a držaní partnerov</p> <p>nahadzovaný v podvrtke partnerky</p> <p>rotácia nahadzovaným o 180°</p> <p>rotácia nahadzovaným so zrazením o 360°</p> <p>ukľakované motívy</p> <p>výskoky v stoji spojnom s otočením o 180° a 360°</p> <p>párové krútenie v čardáši</p> <p>párové krútenie polkovým premenným krokom</p> <p>párové krútenie polkovým premenným krokom po obvode kruhu.</p>
--	---

	<p>Liptovská tanečná oblasť:</p> <p>Tance:</p> <p>Horný Liptov - Čuchom - ženský tanec Cindruška Do krutu - pomalý tanec 1 muža a 2 žien Do skoku - rýchle pokračovanie tanca Do krutu Dolný Liptov - Odzemok - mužský tanec Koleso - ženský tanec O sebe, resp. Šikovná - párový tanec rýchleho tempa.</p> <p>Motívy:</p> <p>perovanie váhou a rovnomerne váhou v stoji, chôdzi, jednokročke hladká chôdza po kruhu s potleskami poskoky, preskoky a zoskoky v pohybe po priestore, vid' tanec O sebe kladený na polochodidlo a na pätu dvojkladený a jeho obmeny hravý jednoduchý hravý s prekrížením hravý so zdvihom (Vojtova cifra) valaský jednoduchý sunutý</p>
--	--



	<p>valaský jednoduchý preskakovaný</p> <p>valaský vo dvojku na polochodidlo a na päťu</p> <p>poskok s oblúkom</p> <p>rotácia poskokom</p> <p>rotácia valaským vo dvojku</p> <p>odzemkové oddychové motívy - hajduchový krok drobný, hajduchový krok premenný</p> <p>odzemkové drepové motívy - hajduch predložný, hajduch jednoduchý prednožný, hajduch prednožný dvojité, hajduch široký čelne, hajduch do zanoženia s úderom na DK</p> <p>valaský vo dvojku vzad s úderom na DK</p> <p>Hajduch do výpadu bočne</p> <p>kolesová chôdza vyperovaná váhou na vnútornú DK</p> <p>párové krútenie akcentovaným preskokom z tanca O sebe</p> <p>drepové motívy z tanca Cindruška</p> <p>párové krútenie z tanca Do krutu</p> <p>párové krútenie z tanca Do skok.</p>
--	--

### Záverečná skúška

- Žiaci preukážu základné znalosti tanečnej techniky v rámci interpretačnej praxe v choreografii ľudového tanca v scénickom prevedení na verejnom vystúpení v rozsahu minimálne 3 min.,

- žiaci predvedú nasledovný tréning v rámci postupových skúšok pamäti:

Časový rozsah 60 min

## 1. MYJAVA

### 1. 1. Perovanie váhou - pieseň „Pred bučkom, za bučkom“ 8T

2 x chôdza váhou z PDK na 1/4 noty,

4 x chôdza váhou z PDK na 1/8 noty,

dvojité perovanie na 1/8 noty na PDK, ĽDK, PDK, otočenie na ĽDK vľavo,

2 x perovanie ťahom na mieste na 1/4 noty,

2 x chôdza ťahom z PDK na 1/4 noty,

2 x chôdza cez päť PDK, ĽDK,

kľúč z PDK cez polchodidlo.

Môže sa opakovať z PDK alebo celé z ĽDK.

### 1. 2. Verbunk - pieseň „Z hory vietor veje“ 24T

V páre proti sebe - dvojkročka rovnomerná váhou vpred a vzad (CH od ĽDK, D od PDK),

V páre vedľa seba - vpred s polobratom k sebe,

V páre proti sebe - dvojkročka s vypérováním ,

Spoločné točenie váhou 3 x a podtočka D,

Vykopávaný 4 x PDK,ĽDK,PDK,ĽDK,

Vykopávaný 2 x s poloblúkom a s postupom po kruhu po smeru HR,

Kľúč cez päť od PDK.

1. 3. Ukľakovaný, Hustý - pieseň „Vysoko lieta slaviček“ 24T

2 x nahadzovaný PDK, ĽDK,

2 x nahadzovaný skrižmo PDK, ĽDK,

Nahadzovaný so zrazením PDK,

Nahadzovaný so zrazením s otočkou PDK,

Úkľak vpred ĽDK, PDK,

Kyvadlo od ĽDK vzad a vpred,

Kyvadlo od PDK vzad a vpred,

Nahadzovaný so zrazením PDK,

Nahadzovaný so zrazením ĽDK,

Nahadzovaný s polobratom PDK k B1, ĽDK k B5, PDK k B1, tlesk.

1. 4. Rotácia č. 1 po diagonále

2 x hladké točenie, 2 x točenie preskokom od PDK, ĽDK.

1. 5. Rotácia č.2 po diagonále

1 x točenie poskokom s prinožením od PDK, ĽDK.

2. LIPTOV

2.1. Cindruška - pieseň „Ej Cindruška, cindruška“ 12T

I. sloha 1. -6.T chôdza po kruhu v proti smere HR,

7. - 11.T skoky v drepe na mieste tvárou do kruhu, HK vbok,

12.T zdvih do stoja.

II. sloha 1. - 6.T chôdza po kruhu s potleskami pred telom v proti smere HR,

7. - 11.T skoky v drepe s postupom vpred s potleskami 4 x, 6x s náklonmi tela von PB, dnu ĽB a HK držia sukňu,

12.T zdvih do stoja.

- III. sloha 1. - 6.T chôdza po kruhu po smere HR,  
7. - 11.T 5x skoky v drepe dnu PB, stred, von LB, stred s 1 HK,  
12.T zdvih do stoja.
- IV. sloha 1. - 6. T chôdza po kruhu s potleskami pred telom v proti smere HR,  
7. - 11.T dvojice proti sebe skoky v drepe s potleskami proti sebe,  
12.T zdvih do stoja.

2. 2. Odzemok - pieseň „Po valasky od zeme“ 12T

- I. sloha 1.- 4.T chôdza váhou na 1/8 noty po kruhu v proti smere HR,  
5.- 12.T jednoduchý hajdúch na 1/4 noty na PDK, LDK odľahčená  
vpred, stoj znožný.
- II. sloha 1.- 4. T premenný krok od PDK,  
5. - 12.T striedavý hajdúch na 1/8 noty na PDK, LDK, stoj roznožný.
- III. sloha 1.- 4. T premenný krok od PDK,  
5. - 12.T valaský krok vpred s postupom vpred.
- IV. sloha 1.- 4.T valaský krok vzad s postupom vpred,  
5. - 12.T hajdúch do výpadu.

2. 3. Do krutu - pieseň „Frajer môj lístoček“ 20T

- I. sloha 1. - 6.T jednokročka vpred LDK a vzad PDK na mieste,  
7. - 13.T otáčanie trojice jednokročkou v smere HR,  
14. - 20.T krútenie v trojke na LDK v proti smere HR.
- II. sloha 1. - 6.T jednokročka vpred LDK, vzad PDK,  
7. - 11.T krútenie v trojke na LDK v proti smere HR,  
12. - 20.T nadnesenie so zmenou smeru a krútenie v trojke na PDK po

smere HR.

2. 4. Do skoku - pieseň „Nechtela kašu“ 18T

I. sloha 1. - 6.T jednokročka vpred ĽDK a vzad PDK,  
7. - 12.T valaský vo dvojku od ĽDK,  
13. - 18.T kladený od ĽDK, 1 x poskok na ĽDK a dup PDK.

II. sloha 1. - 6.T dvojkladený od ĽDK, trojdup,  
7. - 12.T krútenie v trojke poskokmi od ĽDK v proti smere HR,  
13. - 20.T krútenie v trojke zoskokmi od ĽDK v proti smere HR.

2. 5. O sebe - pieseň „Pije, pije na doline vtáča“ 16T

alebo „Ľšli dievky ľan trhať“ 16T alebo 24T,

I. sloha 1.- 4.T 2 x hravý jednoduchý od PDK, ĽDK, 1 x hravý prekrížený od PDK,  
5. - 8.T 2 x hravý jednoduchý od ĽDK, PDK, Vojtova cifra od ĽDK,  
9. - 12.T 4 x kladený na polchodidlo od PDK, ĽDK, PDK, ĽDK,  
13.- 16.T výmena miest partnerov s poskokmi od ĽDK, PDK, ĽDK, dup PDK.

II. sloha 1.- 4.T 4 x dvojkladený od PDK, ĽDK, PDK, ĽDK  
5.- 8.T 2 x dvojkladený PDK, 2 x dvojkladený ĽDK,  
9.-12.T 4 x dvojkladený s postupom vzad PDK, ĽDK, PDK, ĽDK,  
13.-16.T dvojkladený so zdvihom – odťahovaný PDK, ĽDK PDK, ĽDK,

III. sloha 1.- 4.T valaský od ĽDK, PDK, ĽDK, PDK,  
5.- 8.T poskok ĽDK, poskok PDK, preskok od ĽDK, dup ĽDK.

9.- 16.T párové krútenie preskokmi po smeru HR od PDK.

**Druhá časť I. stupňa základného štúdia**

Žiaci po ukončení 1. ročníka druhej časti I. stupňa základného štúdia základnej umeleckej školy:

Výkonový štandard	Obsahový štandard
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ zatancujú tanečné motívy z Horehronskej a Podpolianskej tanečnej oblasti,</li> <li>✓ zatancujú typické tance z oblasti Horehronia a Podpoľania,</li> <li>✓ poznajú rozdiely týchto tanečných oblastí formou tanečných motívov, typických tancov a piesní daného regiónu,</li> <li>✓ poznajú názvoslovie tanečných motívov z Horehronskej a Podpolianskej oblasti,</li> <li>✓ poznajú základné informácie týkajúce sa regiónov,</li> <li>✓ poznajú terminológiu tanečných motívov a tancov.</li> </ul>	<p>Horehronská tanečná oblasť:</p> <p>Tance:</p> <p>Šorový - tanec mužov, alebo mužov a žien                      Horehronský dupák (čardáš) - párový tanec                      Koleso - ženský tanec                      Vo trojo z Telgártu - ženský tanec.</p> <p>Motívy:</p> <p>perovanie oblasti v chôdzi a v jednokročke                      potlesky                      valaský jednoduchý preskakovaný                      valaský jednoduchý sunutý                      valaský vo dvojku na polochodidlo                      dupák jednoduchý stáčaný                      trojdup striedavý                      trojdup bez striedania</p>

	<p>poskočný dupák</p> <p>poskočný dupák stáčaný</p> <p>poskočný dupák a jednoduchý dupák stáčane</p> <p>hustý dupák</p> <p>hustý dupák stáčaný</p> <p>špecifický ženský motív z Telgártu a jeho obmeny</p> <p>zakladaný</p> <p>hybký poskok</p> <p>kolesový beh vyperovaný váhou až akcentovaným preskokom</p> <p>rotácia poskokom o 180° a 360°</p> <p>rotácia akcentovanými preskokmi</p> <p>zmena smeru krútenia v kolese tromi nízkymi poskokmi</p> <p>zastavenie rotácie kola nízkym poskokom na vnútornej DK a prídupom vonkajšou DK</p> <p>motív párového krútenia</p> <p>zmena smeru párového krútenia.</p> <p>Podpolianska tanečná oblasť:</p> <p>Tance:</p> <p>mužské a ženské cifrovanie</p>
--	---

	<p>Koleso - ženský tanec</p> <p>Do vysoka - párový tanec</p> <p>Tanierový - párový tanec</p> <p>Váľaný - párový tanec.</p> <p>Motívy:</p> <p>perovanie oblasti v chôdzi, jednokročke a dvojkročke</p> <p>sunutie súbežné</p> <p>sunutie vtočene - vytočené</p> <p>poskok s oblúkom dnu</p> <p>poskok drgom (pumpovaný)</p> <p>detviasky kladený vpred</p> <p>valaský jednoduchý (šuchaný)</p> <p>valaský preskakovaný, valaský vo dvojku vpred na polochodidlo - detviasky</p> <p>valaský vo dvojku s natočením</p> <p>hravý na polochodidlo</p> <p>hravý na päť a polochodidlo a jeho obmeny</p> <p>hravý vo vzduchu</p> <p>hravý bočný</p> <p>motív ženského sólového cifrovania a jeho obmeny</p>
--	--



	<p>mäkký zraz</p> <p>pätáč nízky</p> <p>pätáč vysoký</p> <p>valaské cifrovanie („štrikovaný“) a jeho obmeny</p> <p>zapojenie šatky do pohybu pri tanci dievčat</p> <p>párové krútenie v tanci „Do vysoka“ (zoskokom)</p> <p>zmena smeru párového krútenia v tanci „Do vysoka“</p> <p>párové krútenie „tanierové“ poskokom a vyperované váhou</p> <p>párové krútenie „vál'aný“</p> <p>rotácia poskokmi</p> <p>kolesový beh vyperovaný váhou na vnútornú DK.</p>
--	--

Žiaci po ukončení 2. ročníka druhej časti I. stupňa základného štúdia základnej umeleckej školy:

<b>Výkonový štandard</b>	<b>Obsahový štandard</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ žiaci zatancujú tanečné motívy zo Zemplínskej tanečnej oblasti,</li> <li>✓ žiaci zatancujú tanečné motívy Goralskej tanečnej oblasti,</li> <li>✓ žiaci poznajú rozdiely tanečných oblastí formou tanečných motívov, typických tancov a piesní daného regiónu,</li> <li>✓ poznajú základné informácie týkajúce sa regiónov,</li> <li>✓ poznajú terminológiu tanečných motívov a tancov.</li> </ul>	<p>Zemplínska tanečná oblasť:</p> <p>Tance:</p> <p>jarné chorovody - ženské tance</p> <p>Karička z Parchovian - ženský tanec</p> <p>„Sarku raz!“ - mužský tanec</p> <p>Čardáš z Parchovian - párový tanec</p>

	<p>Motívy:</p> <p>perovanie ťahom v stoji</p> <p>perovanie ťahom v stoji s natáčaním piat,</p> <p>perovanie ťahom v jednokročke, dvojkročke a chôdzi</p> <p>chôdza vyperovaná ťahom v karičke</p> <p>podvrtka partnerky počas dvojkročky</p> <p>krok s prídupom na pätu až celým chodidlom a na polochodidlo</p> <p>poskok vyperovaný ťahom do zanoženia</p> <p>trojdup vyperovaný ťahom</p> <p>poskok s podupmi (karičkový záver s podupmi)</p> <p>záver na polochodidlo (kľúč) vyperovaný ťahom</p> <p>poskok zakladaný vyperovaný ťahom</p> <p>zrážaný základný</p> <p>zrážaný základný s čapášom</p> <p>zrážaný s prídupom vyperovaný ťahom</p> <p>zrážaný s prídupom vyperovaný ťahom a s čapášom</p> <p>čapáš v prednožení a zanožení</p> <p>hladká chôdza v karičke</p> <p>karičkový beh vyperovaný ťahom v držaní skrížmo vzad ob jednu</p> <p>preborenie karičky smerom do stredu kruhu</p> <p>otvorenie karičky a jej vodenie po priestore</p>
--	--

	<p>„plochá“ karička pretáčania dievčat v karičke motív párového krútenia z čardáša zmena smeru párového krútenia podvrтка partnerky v čardáši základný motív z tanca Sarku raz povely a príslušné motívy z tanca Sarku raz.</p> <p>Goralská tanečná oblasť, resp. tance z oblastí severného Slovenska:</p> <p>Tance:</p> <p>Goralský „skríža“ - párový tanec Košíček z Hladovky - párový tanec Polka zo Zuberca - párový tanec Prostá zo Zuberca - párový tanec Zajačí zo Zuberca - tanec 1 muža a 2 žien</p> <p>Motívy:</p> <p>jednokročka v prednom oblúku pri predspeve valaský vo dvojku v pohybe po priestore valaský vo dvojku prinožovaný v predozadnej línii</p>
--	--

	<p>podupy</p> <p>poskok so zanožením</p> <p>poskok s kresnutím päty do prednoženia</p> <p>párové krútenie v polke zo Zuberca</p> <p>párové krútenie v tanci Prostá</p> <p>zmena párového krútenia v tanci Prostá</p> <p>drobný valaský vo dvojku prinožovaný</p> <p>rotácia drobným valaským vo dvojku prinožovaným</p> <p>rotácia zoskokom</p> <p>zakladaný dvojitý (ozvodný vzad dvojitý) a jeho obmeny</p> <p>podupy a ich rytmické obmeny</p> <p>párové krútenie (zvíjaný a zielona)</p> <p>ozvodný a jeho obmeny</p> <p>ozvodný vpred (s dupom)</p> <p>zakladaný jednoduchý (ozvodný vzad jednoduchý)</p> <p>ovíjaný</p> <p>vyrážaný</p> <p>kresané motívy</p> <p>zrážané goralské v rôznych obmenách</p> <p>povely a príslušné motívy z tanca Košiček.</p>
--	--

Žiaci po ukončení 3. ročníka druhej časti I. stupňa základného štúdia základnej umeleckej školy:

Výkonový štandard	Obsahový štandard
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ žiaci zatancujú tanečné motívy zo Šarišskej tanečnej oblasti a tanečnej oblasti, v ktorej sídli ZUŠ, blízka tanečná oblasť, resp. oblasti, o ktorej má pedagóg dostatočné poznatky,</li> <li>✓ poznajú základné informácie týkajúce sa regiónov,</li> <li>✓ poznajú terminológiu tanečných motívov a tancov.</li> </ul>	<p>Šarišská tanečná oblasť:</p> <p>Tance:</p> <p>Krucená z Raslavíc - párový tanec  Raslavická polka - párový tanec  Bašistovská - mužský tanec  Koľesko z Fintíc - ženský tanec  Mojše, Kurikrik s valcerom, Čerjaná - párové tance s pevnou hudobno-tanečnou formou.</p> <p>Motívy:</p> <p>jednokročka rovnomerne vyperovaná váhou  dvojkročka rovnomerne vyperovaná váhou  hladká chôdza  chôdza hladká v čardášovom držaní (vodenie v tanci Krucena)  prenášanie váhy  pomalé krútenie páru v čardášovom držaní chôdzou vyperovanou ťahom rovnomerne  podvrtka chôdzou  párové krútenie váhou na vnútornú DK (motív párového krútenia z</p>

	<p>tanca Krucena)</p> <p>zmena smeru krútenia páru</p> <p>podvrтка motívom párového krútenia z tanca Krucena</p> <p>prísunný krok vpred na polochodidlo vyperovaný váhou rovnomerne</p> <p>kolesový beh váhou na vnútornú DK</p> <p>kolesový beh váhou a s prídupom na vnútornú DK</p> <p>párové krútenie preskokom na vnútornú DK (motív párového krútenia z tanca Raslavicka polka)</p> <p>poskoky</p> <p>poskoky s čapášom a jeho obmeny</p> <p>nahadzované váhou a jeho obmeny</p> <p>čapáš vo výraznom prešľapovaní do unoženia a zanoženia dnu</p> <p>výrazné prešľapovanie</p> <p>podupy ukončovacie a ich obmeny</p> <p>podvrтка poskokom</p> <p>podvrтка motívom párového krútenia z tanca Raslavicka polka</p> <p>zrážaný jednoduchý váhou</p> <p>zrážaný dvojitý vyperovaný váhou</p> <p>zrážaný dvojitý vyperovaný váhou so stáčaním</p> <p>behy bočne so zrazom</p> <p>“Kľúč” nahadzovaný</p>
--	--

	<p>premenný krok dvojdobý (základný oddychovací motív) v postupe po kruhu</p> <p>valaský vzad vo dvojku</p> <p>základný čapáš Bašistovskej spojený s potleskami</p> <p>základný čapáš Bašistovskej spojený s potleskami obohatený o otáčanie na mieste</p> <p>základný čapáš Bašistovskej spojený s potleskami obohatený o zrážanie päťami (ostrohami)</p> <p>zrážanie päťami v rôznych rytmoch</p> <p>krútenie párov po kruhu hladkým valčíkovým krokom</p> <p>krútenie párov po kruhu hladkým polkovým krokom</p> <p>jednokročky bočne s úklonom tela od smeru postupu</p> <p>jednokročky bočne s prídupom a s úklonom tela od smeru postupu</p> <p>valaský vo dvojku prinožovaný</p> <p>rotácia valaským vo dvojku prinožovaným</p> <p>drobný preskok bočne s prídupom a súčasným úklonom tela a jeho obmeny (Mojše).</p> <p>Región, kde ZUŠ sídli:</p> <p>výučba tanečných motívov z detailnejšieho štúdia regiónu, v ktorej má ZUŠ sídlo.</p>
--	--

Žiaci po ukončení 4. ročníka druhej časti I. stupňa základného štúdia základnej umeleckej školy:

Výkonový štandard	Obsahový štandard
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ zatancujú náročnejšie motívy a motivické väzby, prípadne tance,</li> <li>✓ poznajú základné informácie všetkých regiónov prebratých na I. stupni vzdelávania v predmete ľudový tanec.</li> </ul>	<p>Opakovanie motívov a tancov už z prebratých tanečných regiónov.</p> <p>V prípade, že škola disponuje pedagógom so zameraním na ľudový tanec, odporúča sa doplnenie obsahu tanečných motívov z regiónov, ktoré nie sú obsahom na prvom stupni vzdelávania v ZUŠ.</p>

#### Záverečná skúška

- Žiaci preukážu základné znalosti tanečnej techniky v rámci interpretačnej praxe v choreografii ľudového tanca v scénickom prevedení na verejnom vystúpení v rozsahu minimálne 4 min.,
- žiaci predvedú tréning ľudového tanca spamäti.



## II. stupeň základného štúdia

Žiaci po ukončení 1. ročníka II. stupňa základného štúdia základnej umeleckej školy:

Výkonový štandard	Obsahový štandard
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ dosiahnu charakter tanečných motívov jednotlivých tanečných regiónov prebratých na I. stupni vzdelávania v ZUŠ,</li> <li>✓ zatancujú tanečné motívy a tance z oblastí Spiš, Gemer, Tekov, Kysuce, Turiec, Orava alebo Záhorie.</li> </ul>	<p>náročnejšie motivické väzby jednotlivých tanečných regiónov prebratých na I. stupni vzdelávania v ZUŠ,</p> <p>motívy a tance z ďalších regiónov Slovenska podľa špecializácie pedagóga na základe výskumu jednotlivých regiónov ako sú Spiš, Gemer, Tekov, Kysuce, Turiec, Orava alebo Záhorie.</p>

Žiaci po ukončení 2. ročníka II. stupňa základného štúdia základnej umeleckej školy:

Výkonový štandard	Obsahový štandard
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ zvládnu prvky párových motívov z oblasti tanečných regiónov a dokážu ich realizovať v tanečnej interpretácii.</li> </ul>	<p>motívy párových tancov a ich náročnejšie formy („zdvíhačky“)</p> <p>prehlbovanie a upresňovanie párovej formy pri náročných tancoch</p>

Žiaci po ukončení 3. ročníka II. stupňa základného štúdia základnej umeleckej školy:

Výkonový štandard	Obsahový štandard
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ žiaci poznajú spôsoby rozdielneho prevedenia tanečných motívov jednotlivých tanečných regiónov v autentickej a scénickej podobe ľudového tanca.</li> </ul>	<p>jednotlivé tanečné motívy a ich rozdiely medzi autentickou a scénickou formou.</p>

Žiaci po ukončení 4. ročníka II. stupňa základného štúdia základnej umeleckej školy:

Výkonový štandard	Obsahový štandard
-------------------	-------------------

<p>✓ dosiahnu technický a výrazový stupeň zodpovedajúci požiadavkám špičkových amatérskych súborov ľudového tanca.</p>	<p>vypracovávanie regionálneho charakteru tanečných motívov jednotlivých tanečných regiónov, zdokonaľovanie zmyslu pre kolektívny prejav, rozvoj individuálnej tanečnosti, rozvoj schopnosti improvizácie.</p>
--	--

### Záverečná skúška

- Žiaci preukážu základné znalosti tanečnej techniky v rámci interpretačnej praxe v choreografii ľudového tanca v scénickom prevedení na verejnom vystúpení v rozsahu minimálne 5 min.,
- žiaci predvedú tréning ľudového tanca spamäti.