

XV. VŠESOKOLSKÝ SLET PRAHA 2012

SBÍRKA SLETOVÝCH SKLADEB 1

MUZIKANTOVA PÍSNIČKA

SKLADBA PRO RODIČE A DĚTI

DAGMAR TONCAROVÁ, BLANKA JIRMANOVÁ

HUDBA STŘIHOVÁ, ZDENĚK BARTÁK - ÚPRAVA MIROSLAV VYDLÁK
ZPĚV MAXIM TURBULENC, DÁDA PATRASOVÁ

ČESKÁ OBEC SOKOLSKÁ
2011

Skladba pro rodiče a děti MUZIKANTOVA PÍSNIČKA

Autorský kolektiv

Autorky: Dagmar Toncarová, Blanka Jirmanová

Hudba: stříhová, Zdeněk Barták – úprava Miroslav Vydlák

Muzikantova písnička nás skladbou provází a je doplněna dětskými melodiemi, které vedou děti k radostnému pohybu a hře.

Charakteristika skladby

Skladba je určena pro děti 2-5leté spolu s dospělým partnerem (rodič, prarodič apod.).

Chce být obrazem harmonické pohybové a citové výchovy v sokolské rodině při společné hře rodičů s dětmi od nejútlejšího věku. Učí je rozvíjet základní pohybové vlastnosti, zvládnout přiměřené pohybové dovednosti, odstraňuje bázeň, zlepšuje kázeň, utužuje vzájemný citový vztah a radost ze společné činnosti.

Plně využívá náčiní a vyžaduje spolupráci s dospělým, i dokonalou souhru dospělých v jednom cvičebním celku.

Délka skladby je 6 min.

Struktura skladby

Nástup

Věta A	Pochod	Píseň Žížala	16 taktů 4/4
Věta B	Rej	Muzikantova písnička 1. sloka	32 taktů 2/4

I. oddíl Rozevička

Věta A	Každý cvičí sám	8 taktů 4/4
Věta B	Akrobacie	16 taktů 2/4

II. oddíl Diagonály

Přechod	Vytvoření diagonály	4 takty 4/4
	Cvičení v diagonále	24 taktů 4/4

III. oddíl Kolotoč

Věta A	Vytvoření kolotoče	Melodie	8 taktů 2/4
Věta B	Kolotoč	Muzikantova písnička 2. sloka	24 taktů 2/4

Melodie

16 taktů 2/4

16 taktů 2/4

IV. oddíl Kroužky

Přechod	Vytvoření kroužků	4 takty 4/4
Věta A	Malé kroužky	16 taktů 4/4
Věta B	Houpání	16 taktů 4/4
Mezihra	Vytvoření dlouhého švihadla	4 takty 4/4
Věta C	Dlouhé švihadlo - podbíhání	16 taktů 4/4

V. oddíl Kytička

Přechod	Vytvoření kytíček	Melodie	8 taktů 2/4
	Obcházení	Muzikantova písnička 3. sloka	24 taktů 2/4

Závěr

Velké kruhy Závěr písničky 8 + 16 taktů 2/4

Technické údaje

Základní celek jsou čtyři páry, každý na ploše 3×3 značky. Ve čtverci 6×6 značek jsou čtyři celky, cvičí samostatně, pouze v závěru čtyři celky (to je 16 párů) tvoří společně velký kruh. Ve čtverci 12×12 značek cvičí 64 párů.

Náčiní

Každý pár má jednu plovací tyč, délka 160 cm, a jednu spojku se čtyřmi otvory žluté barvy. V celku mají dva páry červenou tyč a dva žlutou tyč.

Cvičební úbor

Děti mají červené bavlněné tříčtvrtiční leginky a triko s červenobílými vodorovnými pruhy 3 cm širokými a s tříčtvrtičním rukávem.

Rodiče mají modré triko a modré kalhoty s kapsou na zip.

Metodické pokyny

Cvičení má být pro děti hrou. Během nácviku s dětmi necvičit celý rok skladbu, ale používat prvky ze skladby i s jiným náčiním (švihadla, tyče, šátky, míče). Není nutné vše učit v postavení celku, ale volně. Děti musí mít pocit, že si hrají.

Vysvětlivky k popisu skladby



dítě D



rodič R



tyč T



spojka S

Popis skladby

Nástup

Celek čtyř párů nastupuje „žížalkami“. Rodič 1 a 3 mají své žluté tyče spojené spojkami, drží spojku v levé ruce kolmo k zemi a Rodič 2 a 4 své červené tyče spojené spojkou drží v pravé. Děti jsou v zástupu uvnitř, oběma rukama se drží tyčí. Vláček vyjíždí z rohu své 36.

Zahajujeme ve středu čtverce 12 x 12 značek -16 celků = žížalek.

Na začátek skladby Pochod se vláček rozjízdí do středu své 36, vždy čtyři celky jedním směrem - úhlopříčně vlevo vpřed, vpravo vpřed, vlevo vzad, vpravo vzad. Na naší Muzikantovu písničku ze své 36 již každý pár ke své značce.

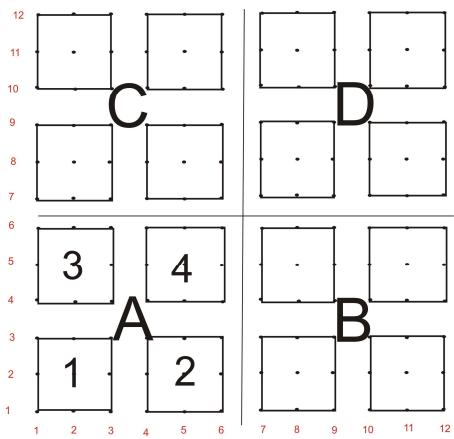
Základní postavení **obr. č. 1**

Věta A obr. č. 2 Pochod Píseň Žížala 16 taktů 2/4

I.-VIII.	<i>Chytla jsem na pasece žížalu, žížalu, žížalu, to, protože utíkala pomalu, velmi pomalu.</i>	Chůze na výchozí postavení, vždy čtyři R tvoří s T „žížalku“. Děti uvnitř „žížalky“ v zástupu.
IX.-XII.	<i>Chytla jsi na pasece žížalu, žížalu, žížalu,</i>	Pochod.
XIII.-XIV.	<i>to, protože utíkala pomalu,</i>	Zastavit, rozpojit vlak, R1 a 2 se S vyndají spodní T, R 3 a 4 horní T.
XV.-XVI.	<i>velmi pomalu.</i>	T spojit S do kruhu, R1 a 3 na pravé rameno, D drží v levé, R 2 a 4 na levé rameno, D drží v pravé.

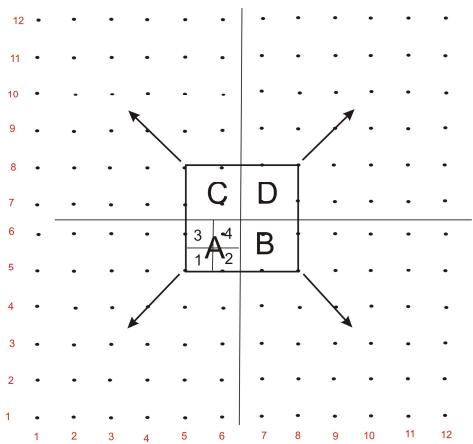
Věta B obr. č. 3 Rej Muzikantova písnička 1. sloka 32 taktů 2/4

I.-XVI.	<i>Já s písničkou jdu jak ten ptáček, tralalala lalalala lalalá, nejdřív rej, ptáčku, vyleť až nad obláček, tralalala lalalala lalalá,</i>	Páry pochodují směrem ke svému čtverci, rej. D mávají.
XVII.-XX.	<i>zazpívej tam sluníčku</i>	Páry směřují ke své značce.
XXI.-XXIV.	<i>tuhle naši písničku.</i>	Dojít na svoji značku, T spojenou do kruhu drží pár proti sobě.
XXV	<i>Ať</i>	Zvednout kruh.
XXVI.-XXVIII.	<i>na cestu nám pěkně svítí,</i>	Zátočka, libovolně.
XXIX.-XXXII.	<i>nemračí se ani chvíličku.</i>	Dotočit a kruh rozpojit, položit T na zem ke středové značce. D na značce, R proti D.



obr. č. 1

NÁSTUP – ZÁKLADNÍ POSTAVENÍ

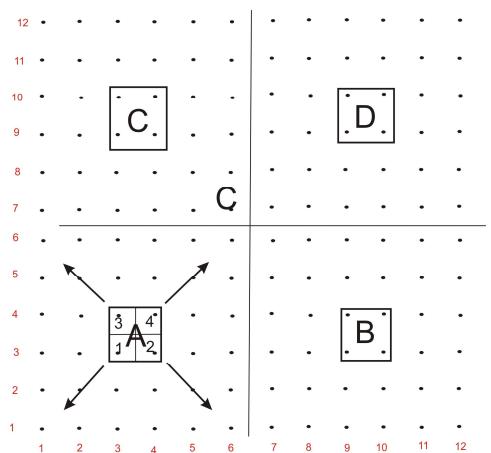


obr. č. 2



I.- XII.

VĚTA A POCHOD



obr. č. 3



I. - XX.



XXV.



XXVI. – XXVIII.

VĚTA B REJ

I. oddíl

Rozcvička

Základní postavení:

R zády ke středové značce. D na značce čelem k R, D drží v rukách S
D cvičí se spojkou, R cvičí totéž jako D

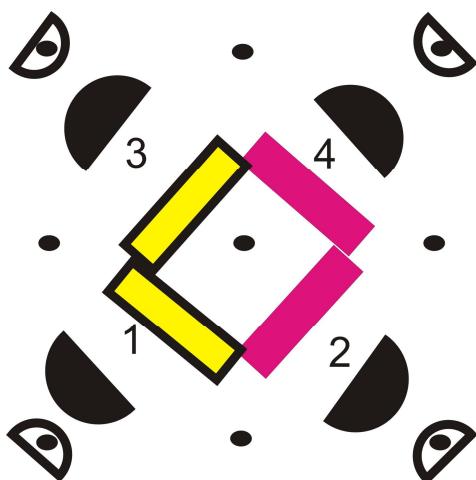
Věta A obr. č. 4

Každý cvičí sám

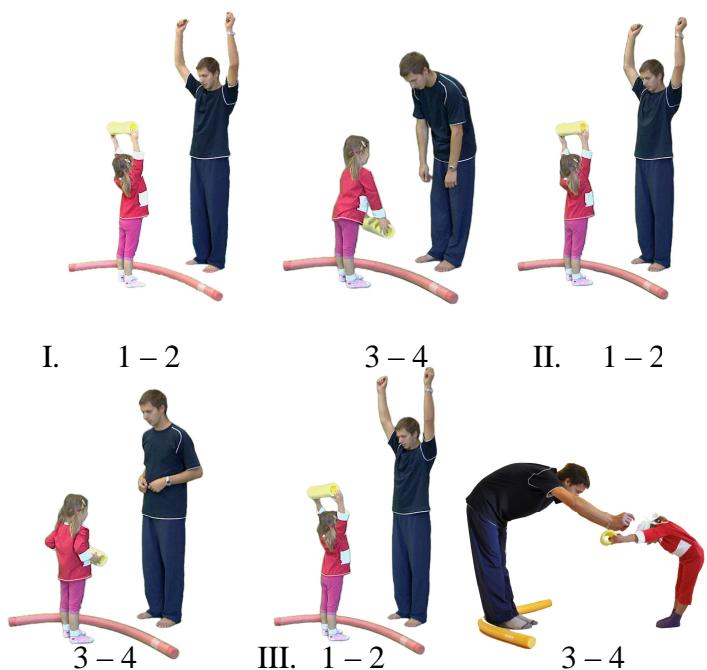
8 taktů 4/4

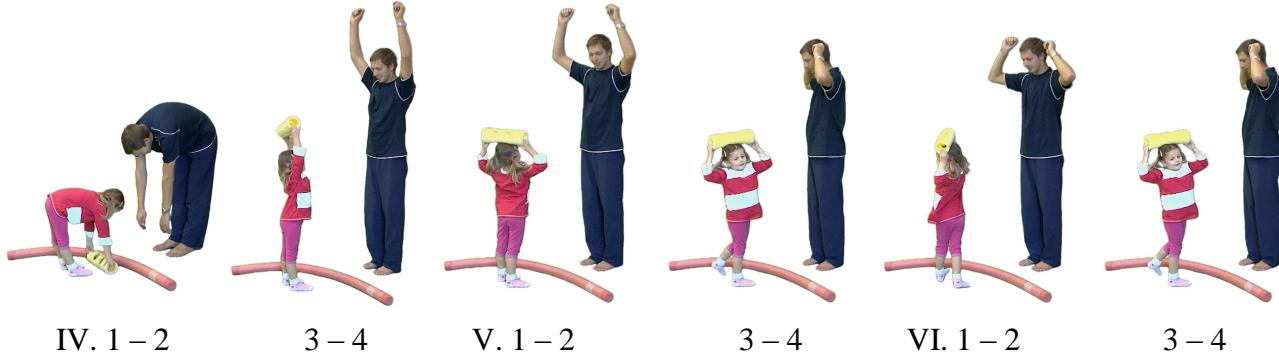
- | | | |
|-------|-------|--|
| I. | 1.-2. | vzpažit |
| | 3.-4. | připažit |
| II. | 1.-2. | vzpažit |
| | 3.-4. | skrčit připažmo |
| III. | 1.-2. | vzpažit |
| | 3.-4. | rovný předklon – paže podle foto |
| IV. | 1.-2. | ohnutý předklon – paže podle foto |
| | 3.-4. | vzpřim – vzpažit |
| V. | 1.-2. | skrčit vzpažmo, S na hlavu (koruna) |
| | 3.-4. | otočit trup vpravo |
| VI. | 1.-2. | otočit trup vlevo |
| | 3.-4. | otočit trup vpravo |
| VII. | 1.-4. | D krátkými kroky na místě celý obrat (koruna na hlavě)
R stoj – výdrž |
| VIII. | 1.-2. | D poskokem stoj rozkročný – vzpažit |
| | 3.-4. | D připažit |

obr. č. 4



I. ODDÍL ROZCVIČKA
VĚTA A





IV. 1 – 2

3 – 4

V. 1 – 2

3 – 4

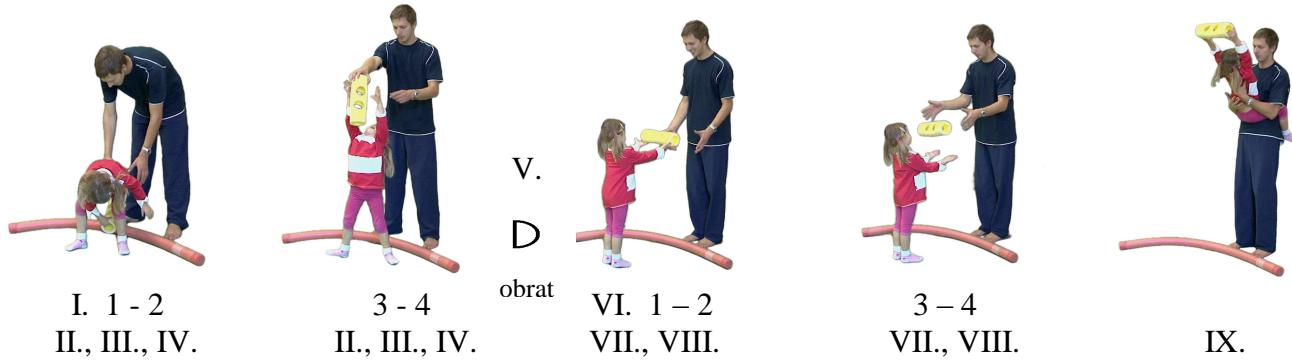
VI. 1 – 2

3 – 4

Věta B**Akrobacie****Pískání**

16 taktů 4/4

- | | | |
|-----------|-------|--|
| I. | 1.-2. | D předklon, podá S rodiči mezi nohama |
| | 3.-4. | R podá S dítěti nad hlavou |
| II.-IV. | | jako I. takt |
| V. | 1.-4. | D celý obrat. (příprava k házení polínka) |
| VI.-VIII. | | házení S (polínkem) dítě s rodičem |
| IX. | 1.-4. | D do klína R, R drží D v pase |
| X. | 1.-2. | R drží jednou rukou D v pase, druhou záda dítěte - předklon |
| | 3.-4. | vzpřim |
| XI. | 1.-4. | D (opička) sedí na pravé ruce R, R levou rukou D přidržuje |
| XII. | 1.-4. | houpnání opičky |
| XIII. | 1.-4. | R s opičkou zátočkou zády ke středové značce a D postaví před sebe zády k sobě |
| XIV. | 1.-4. | D vyskočí na stehna R (R podřep - drží D v pase) |
| XV. | 1.-2. | D se S vzpažit |
| | 3.-4. | D mává |
| XVI. | 1.-2. | D mává |
| | 3.-4. | D seskok |



I. 1 - 2

II., III., IV.

3 - 4

II., III., IV.

V.

D

obrat

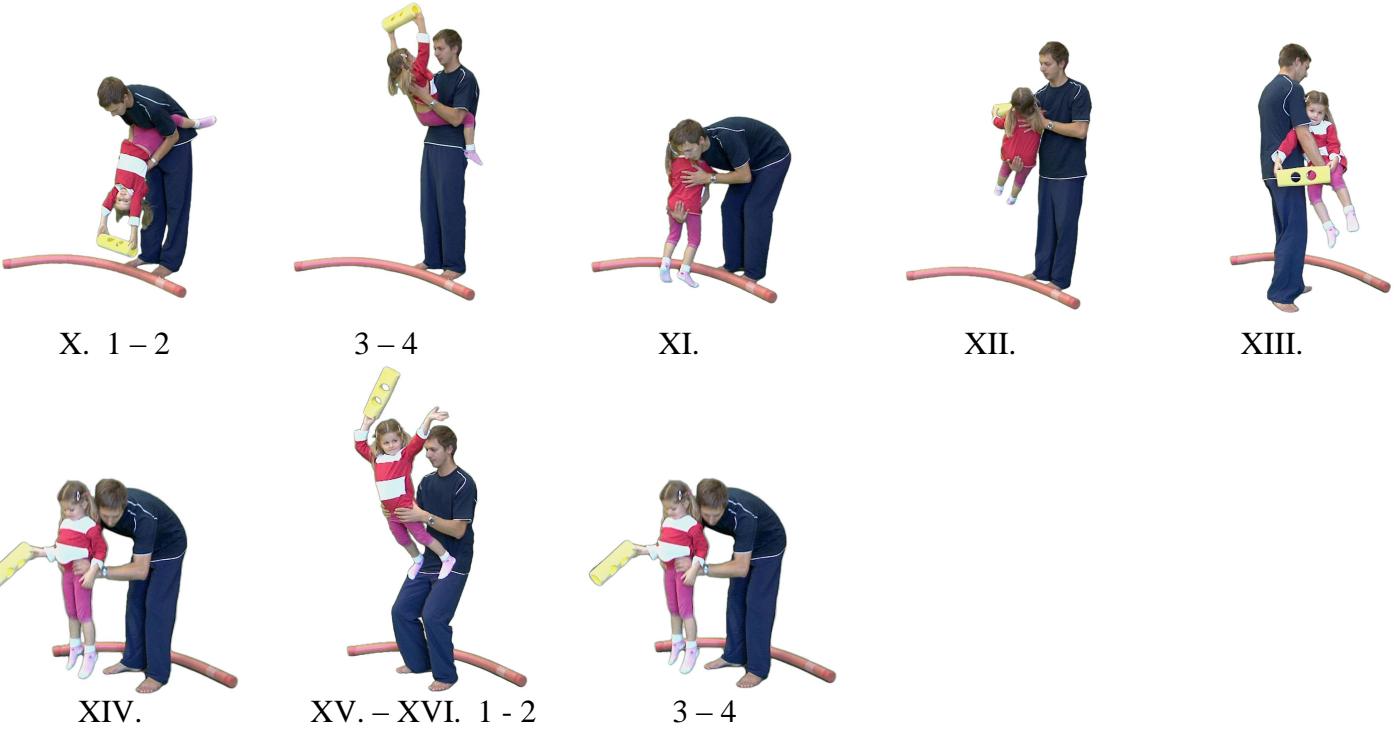
VI. 1 – 2

VII., VIII.

3 – 4

VII., VIII.

IX.



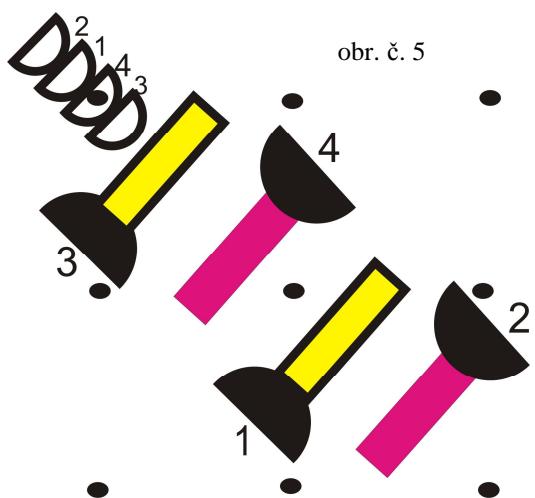
II. oddíl

Přechod obr. č. 5 Vytoření diagonály 4 takty 4/4

Cvičení v diagonále 24 taktů 4/4

- | | |
|------------|---|
| I.-IV. | R klek na jedné, S pod kolenem – výdrž - děti za sebou přeběhnou tyče a za R zpět |
| V.-VIII. | R výdrž - D upaží a běží slalomem s náklony vpravo a vlevo (letadlo) |
| IX. | 1.-3. D doběhne ke konci tyče proti svému rodiči
4. D dřep |
| X. | 1. R stoj - drží svůj konec T - D výdrž ve dřepu, drží konec tyče na zemi
2.-4. výdrž |
| XI. | 1. D stoj vzpažit - R dřep
2.-4 výdrž |
| XII.-XIII. | jako X.-XI. takt . |
| XIV. | 1.-4. R vztyk a krok vpravo a pravou paží uchopí T druhého R, svoji T drží v levé
D ve dvojici za svými T (obr. č. 6) |
| XV. | 1.-4. R klek na levou |

XVI.	1.-2	R ruka držící červenou tyč vzhůru, žlutá dolů – D prochází okénkem
	3.-4	R T vedle sebe (zavřít okno) – D obejdou svého rodiče zpět do výchozího postavení.
XVII.	1.-2	R vymění paže - žlutá vzhůru - D prochází oknem
	3.-4	R T vedle sebe (zavřít okno) – D obejdou svého rodiče zpět do výchozího postavení .
XVIII.-XIX.		jako XVI.-XVII. takt
XX.	1.-4.	R vytvoří s T kříž - R 1 a 2 kříží tyče
XXI.	1.-2.	R svoji T dolů, druhou v předpažení povýš - D prolézají
	3.-4.	R kříž vodorovně – D obejdou svého rodiče zpět do výchozího postavení.
XXII.-XXIV.		jako XX.-XXI takt, pouze kříž druhou rukou dolů



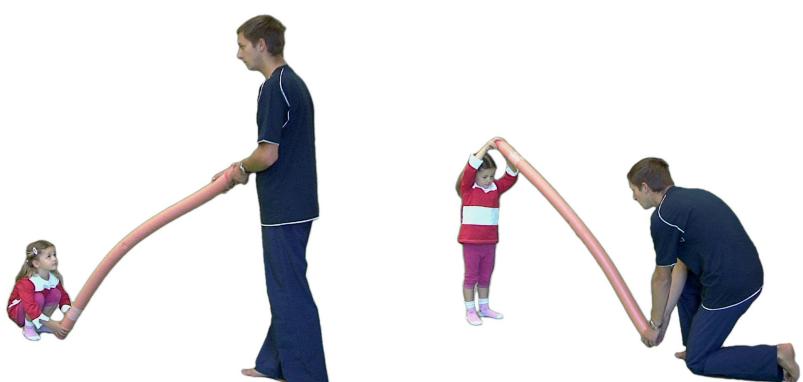
I. – IV.



V. – VIII.



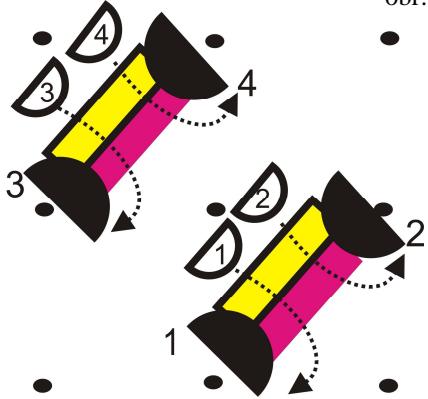
V. – VIII.



X. a XII.

XI. a XIII.

obr. č. 6



XIV.

XV.
R klek

XVI. 1 – 2
XVIII. 1 – 2

3 - 4
3 - 4



XVII. 1 – 2
XIX. 1 – 2



3 – 4
3 – 4



XXI. 1 – 2
XXIII. 1 – 2



XXI. 3 – 4
XXIII. 3 – 4



XXII. 1 – 2
XXIV. 1 – 2



3 – 4
3 – 4

III. oddíl

Kolotoč

Věta A obr. č. 7

Vytvoření kolotoče

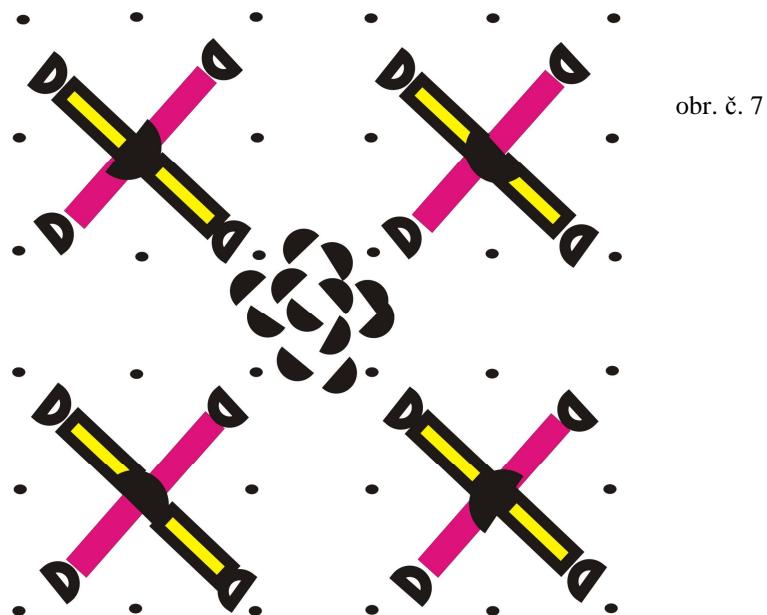
8 taktů 2/4

I. –VII. Melodie

R 1 vytvoří kříž - ostatní rodiče a děti jdou hadem dokola vytvářeného kolotoče a postupně se zastaví u T

VIII.

D výdrž na svém postavení – jeden R dokončuje kolotoč ostatní tři R klus poskočný ke středové značce 36 (obr. 7) a obratem čelem ke svým dětem stoj spatný



Věta B

Kolotoč

Muzikantova písnička 2. sloka

24 taktů 2/4

Pohyb dětí

I.-VII.

Já s písničkou jdu jak jeden krok ke středu a dřep - T drží u země, ten ptáček, div se, R uprostřed dřep – vzpažit, drží střed zeměkoule nediv, zajíčku.

VIII.

stoj vzpažit pravou

IX.-XVII.

Ptáček vyletěl až nad běh - točení kolotoče vpravo - T v levé, pravá mává obláček, prozpívá sluníčku.

XVIII.

Sluníčko se usmívá, zastavit kolotoč - dřep, zeměkoule

XIX.

at' si každý zazpívá. výdrž

XXIII.

XXIV. Hej!

stoj - vzpažit levou

Melodie

16 taktů 4/4

I.-VIII.		běh, točení kolotoče vlevo, T v pravé, levá mává
IX.	<i>Hej!</i>	zastavit kolotoč - dřep, zeměkoule,
X.-XV.	<i>melodie</i>	výdrž
XVI.	<i>Hej!</i>	stoj a během do kroužků (obr. č. 8)



I. – VII.



IX. – XIII.



I. – VIII.

Pohyb rodičů

I.	1.-2.	<i>Já</i>	poskokem stoj rozkročný – vzpažit zevnitř, S v pravé
II.	1.-2.	<i>s písničkou jdu</i>	přísunem pravé vzpor dřepmo, S drží vodorovně
III.	1.-2.	<i>jak ten</i>	výpad pravou stranou
IV.	1.-2.	<i>ptáček,</i>	rovny předklon - upažit, S v pravé
V.	1.-2.	<i>div se,</i>	přenosem na levou a přísunem pravé vzpor
VI.	1.-2.	<i>nediv,</i>	dřepmo, S obouruč
VII.	1.-2.	<i>zajíčku</i>	jako III., výpad levou – S do levé
VIII.	1.-2.		jako IV., ale přísun levou
IX.	1.-2.	<i>ptáček</i>	stoj - předpažením vzpažit, S vodorovně
X.	1.-2.	<i>vyletěl</i>	skrčit připažmo, S na prsa rovně
XI.	1.-2.	<i>až nad</i>	výpad pravou stranou - vzpažit
XII.	1.-2.	<i>obláček,</i>	přenosem na levou a přísunem pravé stoj - skrčit
XIII.	1.-2.	<i>prozpě</i>	připažmo, S na prsa rovně
XIV.	1.-2.	<i>vuje</i>	jako IX., ale vlevo
XV.	1.-2.	<i>sluníčku.</i>	jako X., ale vpravo
XVI.	1.-2.		jako IX.
XVII.	1.-2.	<i>Sluníčko</i>	zpět
XVIII.	1.-2.	<i>se</i>	jako XI.
XIX.	1.-2.	<i>usmívá,</i>	poskokem stoj rozkročný - skrčit připažmo,
XX.	1.-2.	<i>at' si každý</i>	S za krk
XXI.	1.-2.	<i>zazpí -</i>	otočit trup vpravo
XXII.	1.-2.	<i>vá.</i>	otočit trup zpět
XXIII.	1.-2.		otočit trup vlevo
XXIV.	1.-2.	<i>Hej!</i>	jako XVIII.
			jako XVII.
			jako XVIII.
			jako XIX.
			vzpor dřepmo

Melodie

16 taktů 4/4

I.-II.

III.

IV.

V.

VI.-VII.

VIII.

Hej!

IX.-X.

XI.

XII.

XIII.

XIV.-XV.

XVI.

Hej!

výdrž

stoj - předpažením a vzpažením skrčit připažmo

výpad pravou stranou - vzpažit

přenosem na levou a přísunem pravé stoj skrčit
připažmo, S na prsa rovně

jako IV.-V., ale vlevo

vzpor dřepmo

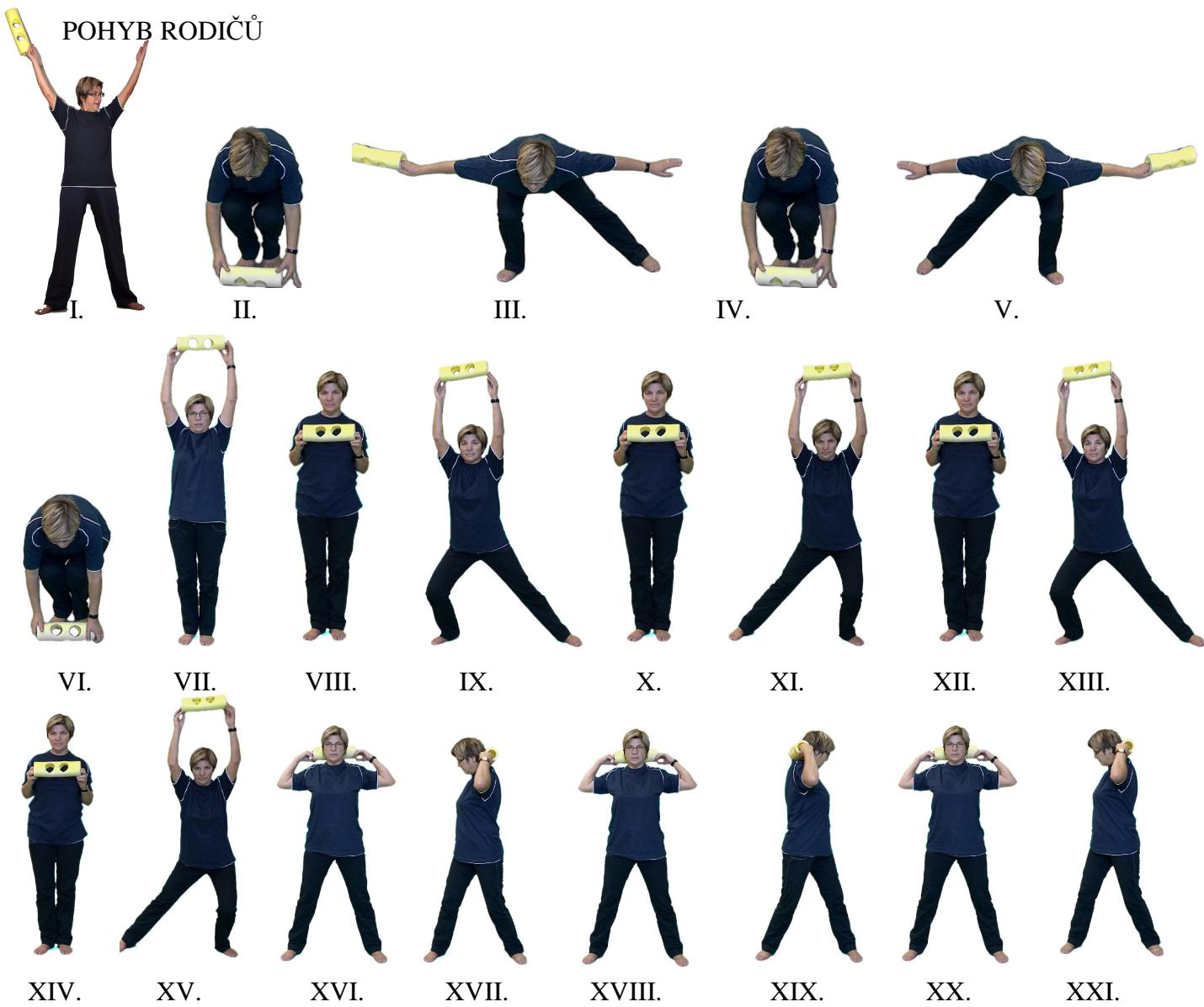
výdrž

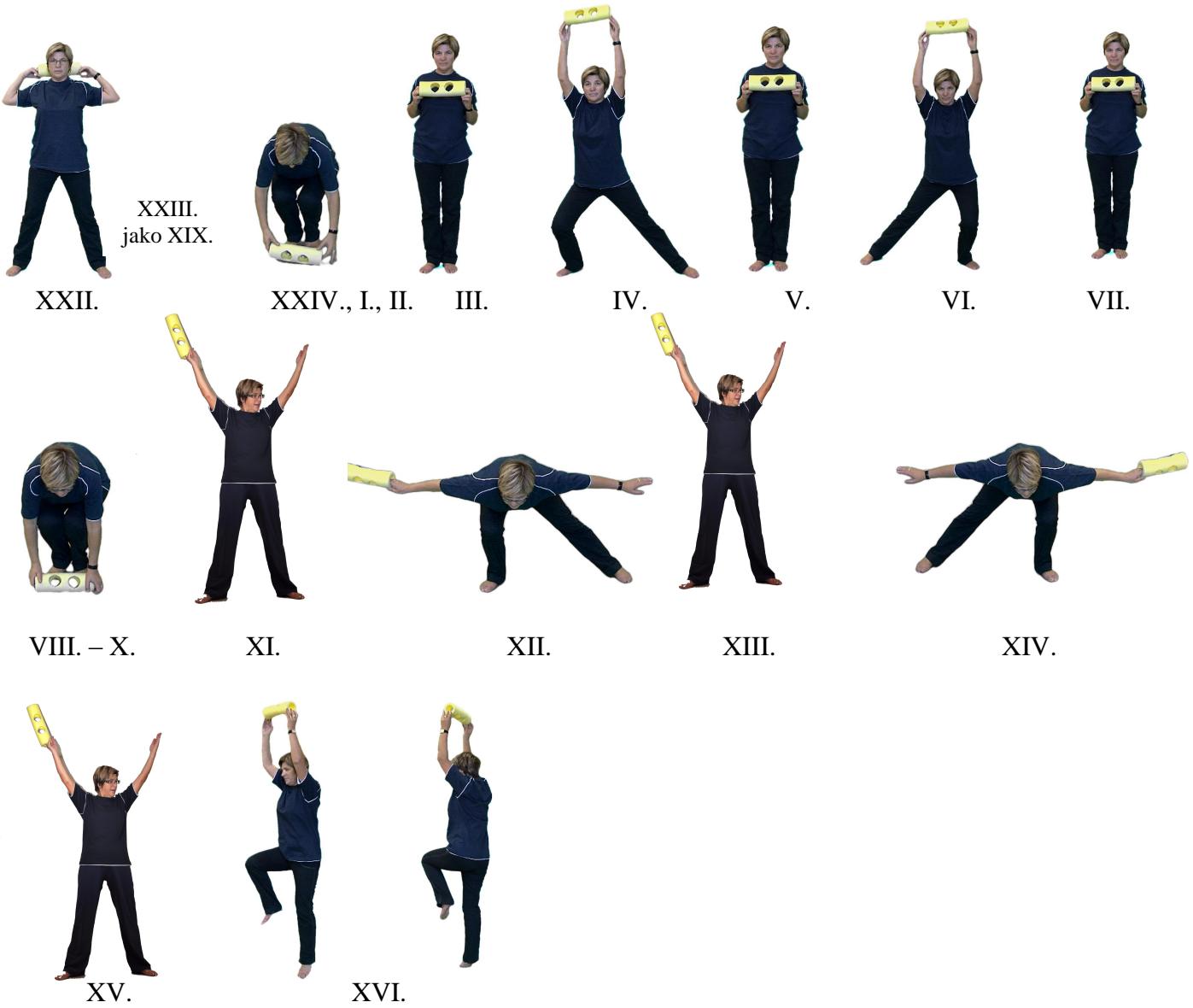
poskokem stoj rozkročný – vzpažit zevnitř, S v pravé
výpad pravou stranou - rovný předklon - upažit,
S v pravé

přenosem na levou a přísunem pravé stoj rozkročný -
vzpažit zevnitř, S v pravé

jako XII.-XIII., ale výpad levou – S v pravé
vzpříム, vzpažit a klusem poskočným ke svému celku

POHYB RODIČŮ





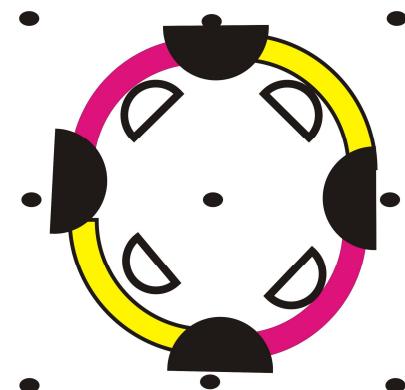
obr. č. 8

IV. oddíl Kroužky

Přechod Vytvoření kroužků (obr. č. 8) 4 takty 2/4

Základní postavení:

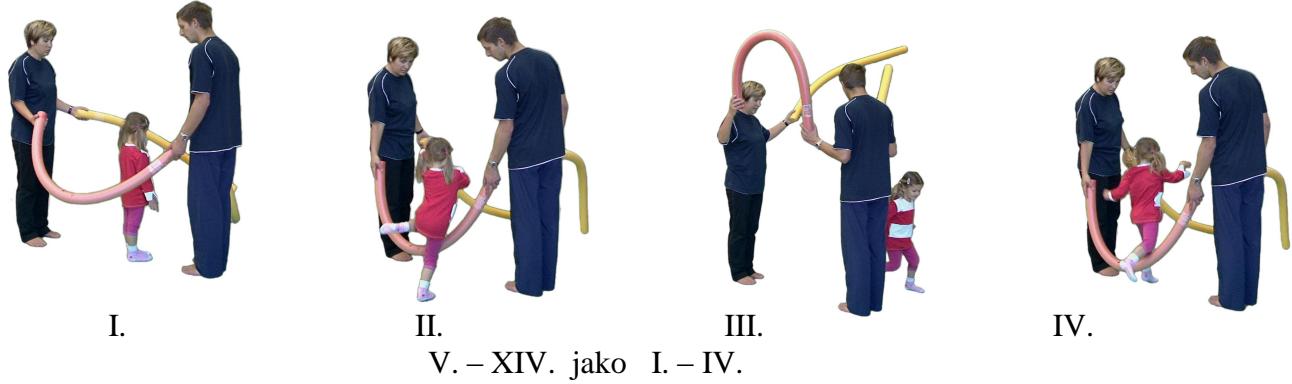
R stoj, S na zemi před chodidly, svoji T v levé - D v kruhu,



Věta A Malé kroužky

16 taktů 4/4

- I. R zapažením vzpažit – děti podbíhají zevnitř kruhu po levé straně R
- II. R podrep - předpažením připažit - D dovnitř kruhu po pravé straně R
- III.-XIV. jako I.-II.
- XV. žlutá tyč na zemi (vymezí prostor), červenou se rodiče spojí podle obr. č. 9 jedno dítě před T a druhé za T (žluté T na zemi, na červených houpáme)
- XVI. signál příprava na houpání



V. – XIV. jako I. – IV.

Věta B (obr. č. 9)

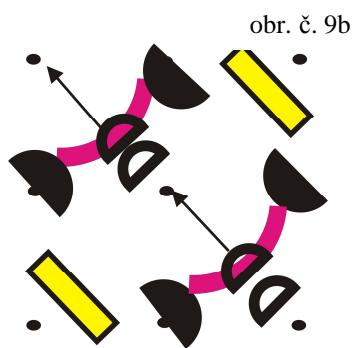
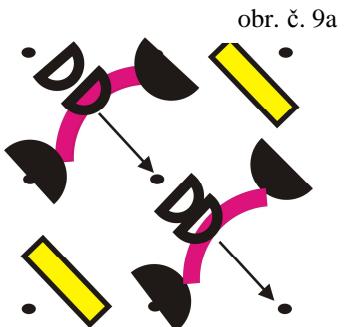
Houpání

16 taktů 4/4

- I.-VI. houpání 1. D, 2. D stojí za houpajícím a rozhoupává (obr. č. 9a)
 VII.-VIII výměna
 IX.-XIV. houpání 2. D, 1. D stojí za houpajícím a rozhoupává (obr. č. 9b)
 XV.-XVI. konec houpání



V. – XV. jako I. – IV.



Mezihra (obr. č. 10) Vytvoření dlouhého švihadla

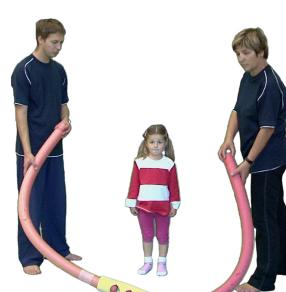
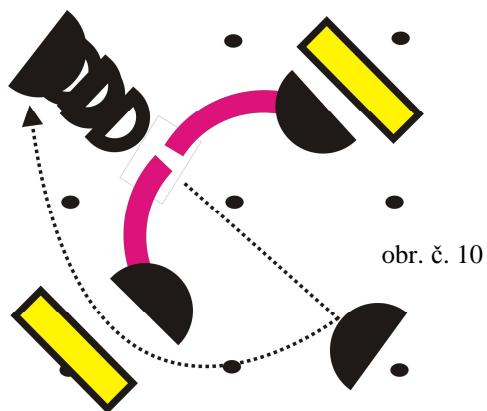
4 takty 4/4

- I.-IV. 2 R spojí dvě červené T v dlouhé švihadlo - ostatní R a D postavení podle obr. č. 10

Věta C Dlouhé švihadlo Podbíhání

16 taktů 4/4

- I.-XVI. 2 R točí švihadlo - D postupně podbíhají



V. oddíl

Kytička

Vytvoření kytiček (obr. č. 11) 8 taktů 2/4

R zvedne S a T a vytvoří lístek kytičky, zaujme ZP - kytičky podle obr. č. 11

Základní postavení:

R uprostřed zády k sobě - klek na levé - obr. č. 11

Obcházení Muzikantova písnička 3. sloka 24 taktů 2/4

I.-XXIV.

*Já s písničkou jdu jak ten ptáček,
někdy spadnu na nos, to se ví.
Když si při tom zmáčím fráček,
to mi vůbec nevadí.
Kdo se nerad usmívá,
ten je starý protiva.*

XXV.-XXXII.

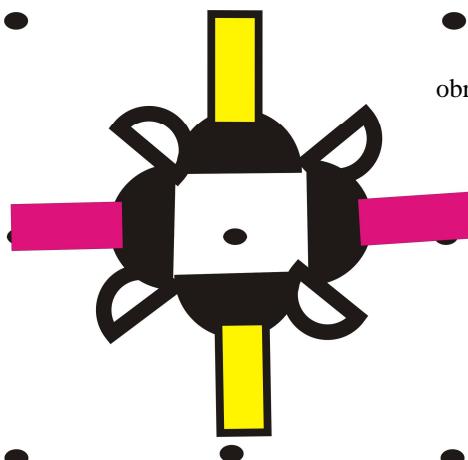
*Hej, na světě je přece krásně,
tralalala lalalala lalalá.*

D prolézají po čtyřech (ne po kolenou)

1x dokola,

D překračují kytičku 1x dokola

D uvnitř kytičky - zátočka s R -
rozpojit



obr. č. 11



I. - XXIV.



XXV. – XXXII.

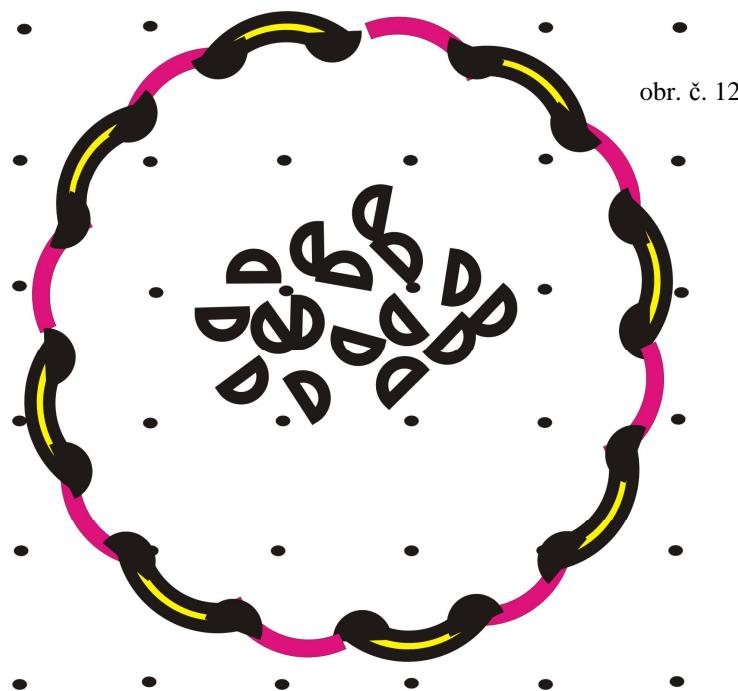
Závěr

obr. 12

Velké kruhy

8 + 16 taktů 4/4

		Pohyb D	Pohyb R
I.-IV.	melodie	D běh na střed velkého kruhu, S mávají	svoji T v levé ruce, pravou se spojí s dalším R a jdou po obvodu kruhu vlevo, až spojí velký kruh
V.-VIII.		poskoky se S nad hlavou	celý obrat a chůze zpět
I.-II.	<i>Kdo se nerad</i>	dřep	výpad levou vpřed – vzpažit
III.-IV.	<i>usmívá,</i>	stoj	přenos na pravou a přísunem levé stoj spatný - připažit
V.-VI.	<i>ten je starý</i>	dřep	výpad pravou vpřed – vzpažit
VII.-VIII.	<i>protiva.</i>	jako II. - IV.	přenos na levou a přísunem pravé stoj spatný - připažit
IX.	<i>Hej!</i>	dřep	vzpažit
X.-XI.	<i>Na světě je přece krásně,</i>	stoj	dřep - položit T
XII.-XV.	<i>tralala.....</i>	D běh k R	dřep - předpažit zevnitř poníž (náruč)
XVI.	Signál	D mává	stoj, D na rameno - celý obrat zády ke středu kruhu



obr. č. 12



I. – IV.



V. – VIII.



I. – II.

a V. – VI., ale pravou vpřed



III. – IV. a VII. – VIII.



HEJ IX.



X. – XI.



XII. – XV.



XVI.

XV. všesokolský slet Praha 2012
Sbírka sletových skladeb 1

MUZIKANTOVA PÍSNIČKA

skladba pro rodiče a děti

Dagmar Toncarová, Blanka Jirmanová

Hudba střihová, Zdeněk Barták - úprava Miroslav Vydlák

Zpěv Maxim Turbulenc, Dáda Patrasová

Fotografie a grafické zpracování popisu skladby Miroslav Šneberger
Půdorysy choreografie Dagmar Toncarová

Za redakci odpovídá Petr Svoboda

Publikace vyšla pro vnitřní potřebu České obce sokolské v roce 2011

Vytiskla Blesková tiskárna s.r.o., www.bleskovatiskarna.cz

Počet výtisků 100