

## **Seznam příloh**

- Příloha 1 – Nanyňka – zápis tance (B. Viskupová)
- Příloha 2 – Ó řebíčku – zápis tance (B. Viskupová)
- Příloha 3 – Teče voda – zápis tance (B. Viskupová)
- Příloha 4 – V kolaji voda – zápis tance (B. Viskupová)
- Příloha 5 – Červená se line záře – zápis tance (B. Viskupová)
- Příloha 6 – Jerakina – zápis tance (B. Viskupová)
- Příloha 7 – Mrákotínskej šelma šenkýř, metodický list pro učitele
- Příloha 8 – Boleslav, Boleslav, metodický list pro učitele
- Příloha 9 - Myslivecká, metodický list pro učitele
- Příloha 10 – Rejdovák a rejdovačka, metodický list pro učitele
- Příloha 11 – Chodská kola a kolečka, metodický list pro učitele
- Příloha 12 – Měla babka, metodický list pro učitele
- Příloha 13 – Hajho husy, metodický list pro učitele
- Příloha 14 – Kalamajka, metodický list pro učitele
- Příloha 15 - Vrták, metodický list pro učitele
- Příloha 16 – Mateníky, metodický list pro učitele

## Příloha 1 - Nanyňka – zápis tance (B. Viskupová)

ŠLA NANYŇKA  
DO ZELÍ

Česká polka  
(tanec strašák)

Vesele (♩ = 100)

1. Šla Na - nyn - ka do ze - lí, do ze - lí, do ze - lí,  
2. Já to pla - tit ne - bu - du, ne - bu - du, ne - bu - du,  
na - tr - ha - la lu - pe - ní, lu - pe - ní - čka.  
rad - ši se dám na voj - nu, na voj - nič - ku.  
Při - šel na ni Pe - pí - ček, roz - šla - pal jí ko - ší - ček.  
Na voj - mu se ne - dá - vej, truc ro - di - čům ne - dě - lej!  
Ty, ty, ty, ty, ty, ty ty to bu - deš pla - ti - ti.  
U - dě - lám, u - dě - lám, na voj - nu se pře - ce dám.

Podle Plickova Českého zpěvníku (a Erbenovy sbírky) můžeme použít v taktech 1.—8. rytmicky bohatší figuraci téhož nápěvu:

Vesele

1. Šla Na - nyn - ka do ze - lí, do ze - lí, do ze - lí,  
na - tr - ha - la — lu - pe - ní, lu - pe - ní - čka.

— Při zpěvu písni hrajeme na tělo metrum, nebo těžké doby v taktu, nebo rytmus (v jedné skupině).

— V rozdělení do tří skupin:

*první skupina:* metrum (kroky na místě)

*druhá skupina:* těžké doby (pleskání)

*třetí skupina:* rytmus (tleskání)

— Doprovázíme ostinatní figurou, např.:

— Procvičíme polkový krok, který vyvodíme (pokud ho žáci neovládají) z cvalového kroku vpřed.

— Kombinujeme polkový krok s podupy.

**Z á k l a d n í p o s t a v e n í:** dvojice stojí vedle sebe po kruhu. Pokud tančí v páru chlapec a děvče, stojí chlapec uvnitř kruhu.

1.—8. *takt:* dvojice se drží za ruce a tančí polku vpřed

9. *takt:* dvojice se obrátí čelem k sobě a stojí

10. *takt:* 3 podupy provedou společně

11. *takt:* opět dvojice stojí

12. *takt:* 3 tlesknutí (provedou každý jednotlivě)

13. *takt:* oba na sebe pohrozí pravou rukou

14. *takt:* oba pohrozí levou rukou

15.—16. *takt:* dívka otočením vpravo přejde dál k následujícímu partnerovi, zatímco chlapec se otočí na místě a k němu přijde nová partnerka.

## Příloha 2 – Ó řebíčku – zápis tance (B. Viskupová)

Ó, ŘEBÍČKU  
Z AHRADNICKÝ

Lidová píseň  
z Čech

Mírně, zpěvně (♩ = 80)

1. Ó, ře-bí - čku za-hra-dni - cký, ó, rů-ži - čko vo-ňa-vá!  
2. Za-po-me-nu - li přeč je - dnou, zas mi li - di vzpo-me-nou,  
Kte - rak na - tě za - po - me - nu, když to ne - ní  
žes bej - va - la u - pří - mněj - ší, když jsem cho - dil  
věk mo - žná, kte - rak na - tě za - po - me - nu,  
za te - bou, žes bej - va - la u - pří - mněj - ší,  
když to ne - ní věc mo - žná.  
když jsem cho - dil za te - bou.

Třídobý takt — tanec minet. Stavebně se jedná o periodu, jejíž závěti (od 5. taktu) se opakuje a teprve podruhé končí celým závěrem.

Zpěv písně doprovázíme jemně na triangl opakující se (ostinátní) figurou:

(Jiná varianta doprovodu: v 2. taktu jemný úhoz až na 2. dobu, na 1. dobu pomlka.)

Z á k l a d n í p o s t a v e n í: dvojice stojí proti sobě ve dvou řadách, drží se lehce za pravé ruce.



1. takt: nataženou pravou nohou lehce ťukneme vpřed, stranou, přinožíme  
2. takt: totéž levou nohou

3. takt: sklouznutým dlouhým krokem pravou nohou si dvojice vymění místo a obrátí se proti sobě
4. takt: ve výponu uděláme lehkou poklonu hlavou
5. takt: lehkým dotekem levých dlaní spojíme ruce a krokem třídobým vpravo (krok—výpon—stoj) se natočíme
6. takt: vyměníme si ruce a totéž provedeme vlevo
7. takt: třemi kroky (pravá—levá—pravá) udělá každý na místě otáčku vpravo
8. takt: opět se pokloníme
9. takt: jako 5. takt
10. takt: jako 6. takt
11. takt: spojíme pravé paže do vzpažení a třemi kroky si vyměníme místa
12. takt: poklona

Jindy budeme tuto píseň zpívat s výrazovým přednesem a některé z žákyň se pokusí o volnou taneční improvizaci.

Dvojhlasá úprava této písně s doprovodem pro zobcovou flétnu (od Pavla Jurkoviče) je v učebnici Hudební výchova pro 7. ročník.

## Příloha 3 - Teče voda – zápis tance (B. Viskupová)

TEČE VODA  
PROTI VODĚ

Lidová píseň  
z Čech

Klidně (♩ = 72)

1. Te - če vo - da pro - ti vo - dě, ví - tr do ní

Rychleji (♩ = 112)

fou - ká, má pa - nen - ka mo - dro - o - ká

zo - ké - ne - čka kou - ká, kou - ká.

2/  
Nekoukej ty z okénečka,  
vyjdi radši před dům,  
dáš-li mi jednu hubičku,  
já ti jich dám sedm.

3/  
Než bych já ti jednu dala,  
radši ti jich sto dám,  
aby lidi neříkali,  
že tě ráda nemám.

Mazurkový charakter písně. Dvoudílná forma *a—b*: první díl tvoří 4 takty, druhý díl (od 5. taktu) se opakuje.

Klavírní doprovod Zdeňka Lukáše je na str. 173.

Hrou na tělo procvičíme třídobé *metrum* (pleskání) i *těžké doby taktů* (podup). K tomu procvičíme s druhou skupinou žáků tleskáním *rytmus* — nejprve prvního dílu písně (*a*):

potom druhého dílu (*b*):

Obě skupiny (jedna provádí pleskání a podup, druhá tleská rytmus) se několikrát vystřídají.

Zpěv s taktováním třídobého taktu:

- první díl písně v pomalejším tempu — *legato*
- druhý díl písně v rychlejším tempu — *staccato*

Taneční kroky:

- *třídobý krok*: krok s přísunem do výponu a spuštěním na paty
- *mazurkový běh*: dva běhové kroky (levá—pravá) — poskok na pravé noze se současným přednožením levé; důraz na 1. dobu

Tanec: dvojice vedle sebe se drží za vnitřní ruce.

- 1.—3. *takt*: na první dobu je krok vnějšíma nohama s přísunem do výponu, na druhou dobu je zhrounutí do podřepu. Tančící dvojice se nejprve od sebe natočí se současným kyvem paží vpřed, načež při podřepu se natočí k sobě, paže klesají vzad (třikrát opakovaný krok)
4. *takt*: vykročí vnější nohy, dvojice se pustí a každý sám se otočí o 180° směrem od sebe
- 5.—7. *takt*: dvojice se spojí zkřížením paží před tělem a třemi mazurkovými běhovými kroky běží vpřed po kruhu
8. *takt*: pravá tanečnice (tanečník) přejde třemi kroky na místo levé tanečnice, aniž by se pustily



*repetice* (*takt* 9.—12.): dvojice pokračuje mazurkovým během dál po kruhu a na poslední takt skončí tanec dvěma podupy.

Upozorníme žáky na typický mazurkový závěr nikoliv na první (těžké) době, ale až na druhé době („ženský“ závěr).

Poznámka: S tímtož textem uvádí K. Plicka v I. dílu Českého zpěvníku jiný nápěv (z Libice); s pozměněným textem a jiným nápěvem je ve II. dílu Českého zpěvníku píseň z jižních Čech (z Holasovy sbírky).



## Příloha 4 – V kolaji voda – zápis tance (B. Viskupová)

### V KOLAJI VODA

Lidová píseň  
ze Slezska  
(polonéza)

Krokem (♩ = 80)

1. V ko - la - ji vo - da, švar - na dě - vu - cho, v ko - la - ji do -  
bra. Byl bych ja k vam už da - vno při - šel, ...  
byl bych ja k vam už da - vno při - šel. ... „Kdy - bys je - nom  
směl, švar - ny sy - ne - čku, kdy - bys je - nom směl!“

2/  
Jedu malíři, švarna děvúcho,  
jedu malíři.  
Až, dam si tě ja vymalovat',  
až, dam si tě ja vymalovat'.  
„Třa na papíře, švarny synečku,  
třa na papíře.“

3/  
Už tě maluju, švarna děvúcho,  
už tě maluju.  
Až, už tě vidím malovanu,  
až, už tě vidím malovanu  
jako leluju, švarna děvúcho,  
jako leluju.

leluja – lilie  
třa – třeba  
kolaj – kolež vytačená do bílého vozovým kolem

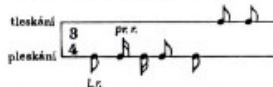
Klavírní doprovod Zdeňka Lukáše je na str. 172. V učebnici hudební výchovy pro 6. ročník je jednoduchý druhý hlas (imitačně zpracovaný) od Petra Ebena; můžeme jej připojit ke zpěvu písně (popřípadě i jenom hraný na zobcovou flétnu). Klavírní doprovod Petra Ebena a houslový doprovod Pavla Jurkoviče jsou v příloze Metodické příručky k učebnici Hudební výchova v 6. ročníku.

Hrou na tělo (tleskáním s podupem na těžkou dobu) si proevčíme typický polonézový rytmus:



106

Můžeme jej připojit ke zpěvu jako ostinátní rytmický doprovod například v tomto provedení (tleskání nevyrazet, slaběji, je to lehká doba):



Taneční krok je slavnostní chůze (v třídobém taktu) ve vznosném držení těla.

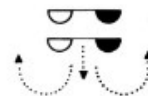
Základní postavení: Chlapec stojí ve dvojici vlevo a drží na dlani předpažené pravé ruky ležce položenou levou ruku dívky. Volnou ruku má chlapec v bok a dívka si volnou rukou drží sukni.

T a n e c spočívá ve vytváření různých krokových útvarů a polonézových figur jako dvojice, čtveřice, osmice, zástup, dvojtup, řady, poklony apod. Zde záleží na počtu tančících a na velikosti místnosti, ve které tančíme.

Hudba nás povede, budeme-li dbát, aby se jednotlivé útvary vytvářely podle hudebních frází, čímž budou i působivé a snadno zapamatovatelné.

Několik útvarů:

— dvojice jdou vpřed středem sálu ve dvojtupu:



— dvojtup se dělí, lichá dvojice se vrací obloukem vlevo, sudá dvojice se vrací obloukem vpravo

— páry se spojí do čtveřic a jdou středem vpřed:



— čtveřice se rozdělí a dvojice se vrací vpřed

— dvojice ve dvojtupu jdou opět vpřed

— dvojice se rozdělí a vrací se zástup chlapců vlevo, dívek vpravo:



— opět se vytvoří dvojice, které jdou vpřed

107

— na závěr se celý dvojtup rozestoupí (krok stranou) a zakončí vzájemnou poklonou dvojic k sobě (poklona s nataženou nohou v přednožení)



Nejprve nacvičujeme s dvěma páry, potom teprve se všemi.

## Příloha 5 – Červená se line záře – zápis tance (B. Viskupová)

ČERVENÁ SE  
LINE ZÁŘE

Populární  
popěvek  
(čtyřhlasý kánon)

Klidně (♩ = 84)

Čer-ve-ná se li-ne zá-ře, čer-ve-ná se li-ne zá-ře,  
o - heň, o - heň hře-je ru - ce, bar - ví tvá - ře.

Žáci většinou znají tento populární kánon a s potěšením přijmou jistě i pohybové zpracování písně, které budou moci působivě uplatnit venku při táboráku. Ve spojení s pohybem ještě více prožijí kouzlo tohoto kánonu.

Nejprve nacvičíme jednohlasý nápěv, který postupně budeme doprovázet figurami ve hře na tělo, např.:

tleskání *atd.*  
pleskání

tleskání *pr.r.*  
pleskání *l.r.*

tleskání *atd.*  
pleskání

Jednohlasý zpěv doplníme i pohybovým vyjádřením paží. Žáci stojí nebo klečí, anebo sedí na patách — vždy v kruhu.

- 1.—2. takt: pomalu zvedáme paže do vzpažení zevnitř
3. takt: zkřížíme paže nad hlavou a opět rozpažíme
4. takt: zkřížíme paže a přes upažení je spouštíme dolů
5. takt: švihem pravou paží vzpažíme a otočenou dlaní k obličejí ji necháme volně sjet dolů
6. takt: totéž jako 5. takt, ale levou paží
7. takt: zvolna propínáme vztyčenými dlaněmi paže do předpažení
8. takt: otočením rukou hřbetem dolů paže klesají k tělu

Kánonické provedení pohybem provádíme ve čtyřech skupinách s nástupem po dvou taktech. (Popřípadě můžeme celý popěvek v kánonickém provedení ještě jednou nebo dvakrát bez přerušení zopakovat.)

Připojíme i ostinátní doprovod na nástroje dětského instrumentáře:

metalofon  
(alt. nebo sopr.) *(o - heň)*

zvonkohra  
alt. *(čer - ve - ná)*

zvonkohra  
sopr. *(čer-ve-ná se zář)*

K tomuto nástrojovému doprovodu (anebo místo něho) můžeme popřípadě připojit akordický doprovod na kytaru (v každém taktu se opakuje akord dominanty a toniky):

*C<sup>7</sup> F*

## Příloha 6 – Jerakina – zápis tance (B. Viskupová)

**JERAKINA** *Melodie řecké lidové taneční písně*

**Allegretto** *(píseň) mf*

Zobcová flétna sopr.  
Xylofon alt.  
Zvonkohra alt.  
Metalofon alt.  
Kastaněty

Z. fl. *(dvojtaktí se opakuje)*

X.A.  
Z.A.  
M.A.  
Kast.

Z. fl. *(dvojtaktí se opakuje)*

X.A.  
Z.A.  
M.A.  
Kast.

Z. fl. *7 8 9*

X.A.  
Z.A.  
M.A.  
Kast. Činelky

Z. fl. *10 11 12 2 flétny*

X.A.  
Z.A.  
M.A.  
Čin.



Z. fl. *13 14 15 16*

X.A.  
Z.A.  
M.A.  
Čin.

*Da Capo ad lib.*

123


Je to řecký tanec v sedmidobém taktu.

Rytmus písně  $\frac{7}{8}$   v tanečním pohybu vyzní takto:  $\frac{7}{8}$  

Nejprve jej procvičíme jen tleskáním, ťukáním natažené nohy, pérováním v kolenou, houpáním v bocích, kroky vpřed, kroky vzad, natáčením trupu apod.

Základní postavení: spojený půlkruh nebo kruh.

Při dvojtaktové předešle (altová zvonkohra) žáci stojí na místě.

Stále opakovaný rytmus  $\frac{7}{8}$   provádíme ve čtyřech čtyřtaktových pohybových motivech (1.—4. takt; 5.—8. takt; 9.—12. takt; 13.—16. takt):

1. takt: po kruhu vpravo vykročíme pravou nohou — přeneseme váhu zpět na levou nohu — a vpřed na pravou nohu, což se projeví houpáním v bocích
2. takt: pokračujeme po kruhu, ale vykročíme levou nohou — přeneseme váhu zpět na pravou — a opět na levou nohu vpřed
3. takt: čelem do kruhu: krok pravou nohou stranou po kruhu — nataženou levou nohou dvakrát ťukneme před pravou nohu na zemi
4. takt: totéž jako 3. takt, ale vlevo

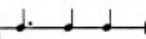
repetice taktů 1.—4.

5. takt: v daném rytmu třemi kroky vpřed do středu kruhu (pravá, levá, pravá) současně zvedáme spojené paže

6. takt: třemi kroky zpět na obvod kruhu (levá, pravá, levá), paže klesají

7.—8. takt: jako 5.—6. takt

9.—10. takt: jednotlivě se každý točí na místě doprava, pravá noha před levou s přenášením váhy (pravá, levá, pr., l., pr., l.), současně tleskáme nad hlavou základní rytmus:

$\frac{7}{8}$  

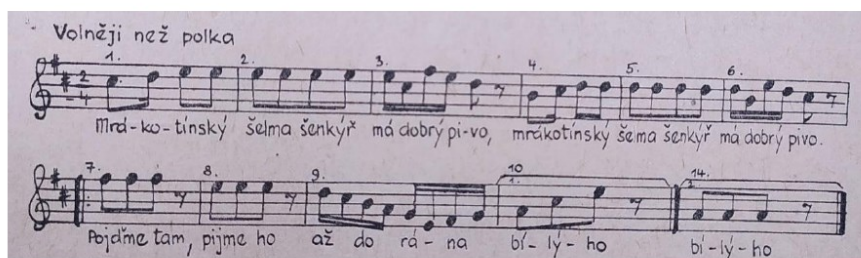
11.—12. takt: ve stoji čelem do kruhu, ruce v bok, natáčíme trup vpravo—vlevo v daném základním rytmu s mírným pohybem v kolenou

13.—16. takt: totéž jako takty 9.—12.



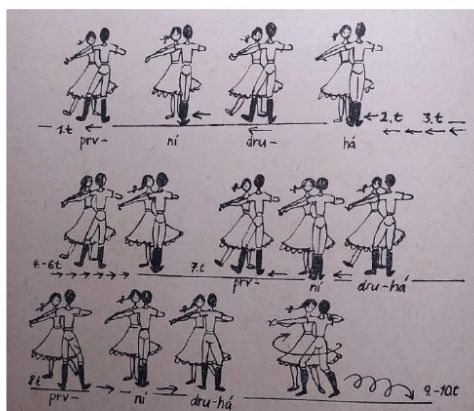
## Příloha 7 – Mrákotínskej šelma šenkýř, metodický list pro učitele

### Mrákotínskej šelma šenkýř



Tanec má tři části, které na sebe plynule navazují. První část tvoří přísunné kroky, druhou část kroky přeměnné a poslední část polka. Tanec se provádí v párovém držení na jednom velkém kruhu.

- Popis tance:**
- 1.- 3. takt: šest kroků přísunných stranou (chlapec vlevo, dívka vpravo)
  - 4.-6. takt: šest kroků přísunných zpět na původní místa
  - 7. takt: přeměnný krok stranou (chlapec vlevo, dívka vpravo)
  - 8. takt: přeměnný krok zpět
  - 9.-10. takt: dva svižné polkové kroky v otáčení doprava po kruhu
  - 11.-14. takt = 7.-10. takt



Obrázek 1 Mrákotínskej šelma šenkýř - nahrávka

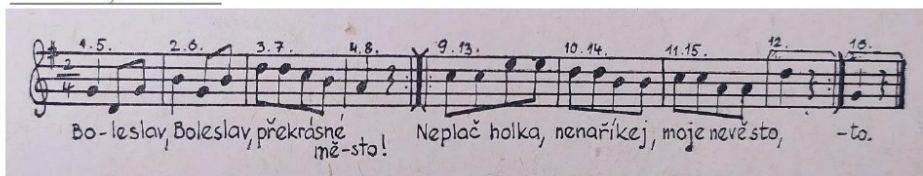
Nácvik by probíhal nejprve samostatnými kroky. Jako první se naučíme krok přísunný. Ten procvičíme ve vázaném kruhu oběma směry. Následně se nacvičí krok přeměnný, tedy o trochu složitější varianta kroku předchozího. Přeměnný krok je měkčí v kolenou, a tak dbáme na tuto odlišnost. Nyní propojíme první dvě části – ale stále jen ve vázaném kruhu. V další fázi se natrénuje polka ve svižnějším tempu vpravo a vlevo. V držení za ruce propojíme všechny tři části. Poté tančí každý sám s rukama v bok, kdy třetí část, tedy polku, již otáčíme v každém taktu o 360°. V závěrečné části nácviku dochází ke spojení do párů a celkovému tanci.

Tanec můžeme nacvičovat v různých obměnách – směrových (páry tančí po diagonále nebo přímce) nebo krokových (ve třetí fázi místo polky krok poskočný).



## Příloha 8 – Boleslav, Boleslav, metodický list pro učitele

### Boleslav, Boleslav

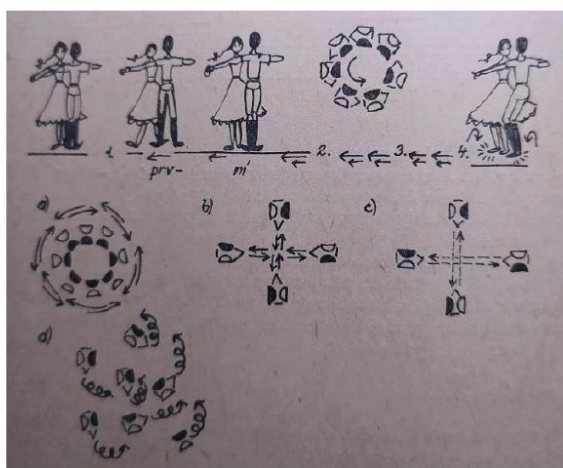


Popis tance: Párové držení ke kolovému tanci

- 1.-3. takt: šest kvapíkových kroků (chlapec čelem z kruhu, dívka do kruhu)
4. takt: na první dobu seskok do mírného podřepu na obě nohy
- 5.-8. takt = 1.-4. taktu na opačnou stranu
- 9.-16. takt: hladká polka dokola

Nácvik probíhá nejprve vyzkoušením kvapíku. Ten se zatancuje ve vázaném kruhu na obě strany. Můžeme nejprve zvolit pomalejší tempo a postupně zrychlovat, dokud kvapík nezíská svou charakteristickou podobu. Místo polky zařadíme v této fázi nácviku kroky po kruhu. Dále bude následovat změna držení – kroky vyzkouší každý sám s rukama v bok, zde je cílem udržet tvar kruhu. Totéž se následně vyzkouší ve dvojicích – již v párovém držení. Po zvládnutí kvapíku se může zkusit celý tanec, a to v různých obměnách.

- a) Kvapík vpravo a vlevo po kruhu a polky v otáčení po kruhu doprava.
- b) Kvapík do středu a ze středu kruhu, polky zůstávají stejně jako v prvním případě.
- c) Kvapík po přímce průměru kruhu, v tomto případě beze změny směru, polka dokola po kruhu.
- d) Kvapík libovolně po prostoru, polkou se dostaneme zpět na kruh.



Obrázek 1 Boleslav, Boleslav – návrhka

## Příloha 9 - Myslivecká, metodický list pro učitele

### Myslivecká

1) Volně  
Na tý louce ze-le-ný pa-sou se tam je-le-ní, pa-se  
je tam my-sli-ve-ček v ka-mi-zol-ce ze-le-ný, ze-le-ný ze-le-ný

2) živě  
Šel za-hradník do za-hra-dy s lo-pa-tou, vy-ko-pal tam  
roz-ma-ný-nu ko-ša-tou, šel za-hradník do za-hra-dy  
s lo-pa-tou, vy-ko-pal tam, roz-ma-ný-nu ko-ša-tou

3) živě  
Na tý lou-ce ze-le-ný, pa-sou se tam je-le-ní, pa-se  
je tam my-sli-ve-ček v ka-mi-zol-ce ze-le-ný

Tanec má tři části:

- 1) Dvojice se uchopí do párového držení ke kolovému tanci a tančí hladkou sousedskou po kruhu vpravo. V každém taktu se dvojice otočí o 180°.
- 2) Dvojice postupují směrem vpřed po kruhu a drží se za rukama křížem za zády. Tancují dvojposkočným krokem. V každém taktu jsou dva poskoky.
- 3) Dvojice se rozdělí, děvčata provedou půlobrat a vytvoří se protisměrné kruhy, ve kterých dívky a chlapci tancují dvojposkočným krokem proti sobě.

Při nácvičku se nejprve procvičí krok hladké sousedské, a to tak, že se chlapci a dívky drží ve vázaném kruhu a stojí čelem do něj. Krok provedeme ze strany na stranu, celý kruh se nejdřív pohybuje vlevo a poté vpravo. Jakmile žáci pochopí princip, lze přejít do rychlejšího tempa. Další fází nácvičku je pohyb krokem vpřed, stále ve vázaném kruhu. Stejným způsobem vyzkoušíme i krok vzad. Následně se nácviček dostane k otáčení dokola po kruhu. Chlapci i dívky otáčejí krok sousedské vpravo. Pokud by docházelo k obtížím nácvičku po kruhu, lze využít i jiných směrových postupů (diagonála, přímka). Jako další probíhá nácviček společného držení, ve kterém se dívka a chlapec drží rukama křížem za zády. Dvojice tančí půlobraty společně, a to buď po kruhu nebo jiným, předem určeným, směrem. Tato část může být nejnáročnější a věnujeme jí tedy dostatek času. Obměňujeme písně nácvičku, střídáme páry, prostor, dynamiku a tempo.

K procvičení dvojposkočného kroku využijeme hudebního doprovodu druhé části tance. Krok procvičíme ve vázaném kruhu – nejprve na místě a poté v postupu vpřed. Další fází bude spojení do společného držení, kdy dívka a chlapec se drží rukama za zády křížem. Ve dvojicích můžeme využít celý taneční prostor a nedržet se jen tance po kruhu. V závěru dojde k procvičení pohybu dvou kruhů, které se pohybují proti sobě, chlapci tvoří vnitřní a dívky vnější kruh. Tuto část již procvičujeme na třetí část doprovodu.

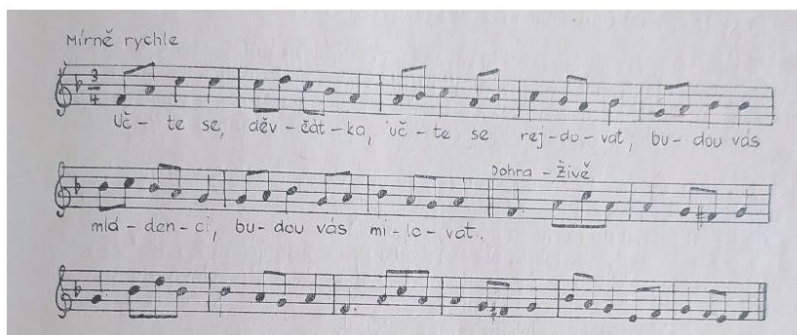
Na závěr spojíme celý tanec dohromady a několikrát procvičíme.



Obrázek 1 Myslivecká, nahrávka

## Příloha 10 – Rejdovák a rejdovačka, metodický list pro učitele

### Rejdovák a Rejdovačka



#### Popis tance:

První část Rejdováku je v tempu pomalejší sousedské. Dvojice stojí naproti sobě, chlapec stojí čelem tance a dívka zády po směru tance. Drží se za ruce v předpažení, ruce směřují k zemi. V prvních třech taktech se dvojice natáčí ze strany na stranu a pohybují se po směru tance, ve čtvrtém si vymění místa, následně tančí v opačném postavení a v osmém taktu se vrátí na svá původní místa.

1. takt: 1. doba – První krok směřuje vlevo stranou a pohyb je půlobloukem vzad, dojde k natočení trupu – dívka, která couvá směřuje pravým ramenem po směru tance, chlapec levým.
2. doba – Přisun pravou nohou do výponu.
3. doba – Chodidla zůstávají u sebe, dojde k mírnému pokrčení kolenou na první osminu a na druhou k jejich protažení.
2. takt: Totéž, jen z opačného postavení.
3. takt = 1. takt
4. takt: Tanečníci si vymění pozice jedním krokem sousedské a to tak, že dívka nyní stojí čelem po směru tance.
  1. doba – Vykročení pravou nohou a otočení o 135° (tanečnice jde pravou stranou).
  2. doba – Vykročení levou nohou a dotočení o 135°, čímž došlo k výměně místa.
  3. doba – Přisun nohy do podřepu.
5. – 8. takt = 1. – 4. takt (V osmém taktu se dvojice pomocí obratu dostane do původního postavení.)

Ve druhé části (dohře) se dvojice chytí do uzavřeného párového držení a tancuje hladkou sousedskou ve směru tance v otáčení doprava. V každém taktu dojde k plynulému otočení o 180°.

1. doba – CH vykročí levou, D pravou.
2. doba – CH vykročí pravou, D levou.
3. doba – CH vykročí levou, D pravou.



Obrázek 1 Rejdovák a Rejdovačka – nahrávka



V části nazvané Rejdovačka se mění metrum z třídobého na dvoudobé. Tempo odpovídá polce. V držení jsou paže mírně pokrčené, dívka drží chlapce za ramena, chlapec dívku na lopatkách. Dívka je otočena zády po směru tance, chlapec čelem.

1. takt: Chlapec začíná levou nohou polkovým krokem směrem vpřed a natáčí se levým ramenem směrem k dívce. Dívka začíná pravou nohou polkovým krokem vzad a natáčí se pravým ramenem dozadu. Tím vzniká typické rejdování, tedy natáčení páru rameny a trupem bokem k sobě.
2. takt: Totéž, co v taktu prvním, jen z druhé strany – tedy chlapec začíná pravým ramenem směrem k dívce a dívka levým ramenem po směru tance.
3. takt = 1. takt
4. takt: Dvojice si polkovým krokem o jeden celý obrat vymění místa, dívka levou nohou, chlapec od pravou nohou.
5. - 8. takt: Stejně jako 1. - 4. takt, jen v opačném postavení. V osmém taktu dojde k obratu o jeden a čtvrt vpravo do původního postavení.
9. – 16. takt: Rychlejší tempo, tančí se polka v uzavřeném párovém držení v otáčení vpravo nebo vlevo.

**REJDOVAČKA**

Další sloka Rejdovačky žertovného rázu z Berounska:  
Zahrajte mi rejdovačku, rejdováka nechci,  
protože ho tancovali usmolení ševci.

Mírně rychle

lepsi je ta rej-do-vačka, než- i je ten rej-do-vač rej-do-vač-ka  
Dohra-živě  
dá hu- bičku rej- do- vak ji nechce časť.

Při nácviku se nejprve budeme věnovat pomalému rejdováku. Procvičíme tedy přísunnou sousedskou. Zde je důležité dbát na správnost provedení. Na první dobu je měkké vykročení, na druhou dobu výpon a na třetí dobu je podřep ve stoji spatném. Krok nejprve vyzkoušíme na místě ve stoji spatném bez pohybu stranou, abychom správně nacvičili pohyb v kolenou. Jako druhý krok nácviku je pohyb krokem sousedské doprava a doleva stranou.

Poté krok vyzkoušíme v pohybu vpřed i vzad, s mírným natáčením trupu. Tento pohyb následně přeneseme do párů, stojících naproti sobě. Pro první část Rejdováku je třeba procvičit půlobrat sousedskou na tři kroky.

Pro druhou část Rejdováka je nutné ovládat otáčení kroku sousedské v párovém držení s postupem v kole. V rámci nácviku nejprve procvičíme otáčení o 180° vpravo, kdy každý tancuje

sám po směru tance a otáčí se každým krokem přísunně sousedské doprava. Dalším krokem je propojení do párového držení. Stejně jako u jiných tanců, tak i zde je důležité dbát na to, aby se nerozpadal kruh a páry mezi sebou dodržovaly stejné rozestupy.

V tomto momentu propojíme celý tanec Rejdovák.



Nyní přichází na řadu tanec Rejdovačka. Zde jednoduše procvičíme rejdivání polkovým krokem. Začneme krokem polky po kruhu, všichni začnou pravým ramenem a pravou nohou dopředu. Všichni se tak natočí břichem směrem do středu kruhu. Druhým krokem levou nohou se natočíme o půlobrat čelem ven z kruhu. Toto spojení několikrát procvičíme. Totéž vyzkoušíme i směrem vzad. Po zvládnutí těchto částí se naučíme obrát o 180° pomocí polkového kroku. Poté již dojde k propojení celé Rejdovačky v párech. Párové držení v první části usnadní a zpřesní rejdivání i otáčení po kruhu. V druhé části při hladké polce po kruhu bude držení nápomocné a polka tak rychleji nacvičena.

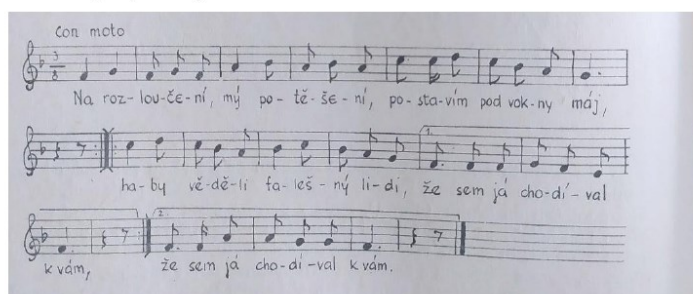
Závěrem propojíme Rejdováka a Rejdovačku dohromady. Můžeme je na sebe napojovat stále dokola a měnit párové obsazení.

## Příloha 11 – Chodská kola a kolečka, metodický list pro učitele

### Chodská kolečka

Principem chodského kola je střídání zpěvní a taneční sloky. Při zpěvu stojí tanečníci vedle sebe v půlkruhu a drží se křížem za zády. Levá ruka jde vždy horem přes sousedovu pravou ruku a naopak. Tanečníci se drží ob jednoho. Nohy jsou mírně od sebe a pohyb je v kolenou mírně ze strany na stranu. Pohyb je na všechny tři doby (1. doba – mírné nadzvednutí pravé paty, přenesení váhy na levou nohu, 2. doba – vyhoupnutí na přední část levého chodidla, 3. doba – zhrounutí na levé noze s přechodem na celé chodidlo; poté se celé opakuje na druhou stranu).

Se začátkem tance dochází k propojení do kola, kdy se půlkruh uzavírá. Kruh se pohybuje po Při nácvičení nejprve zvolíme variantu na tři kroky. U obou variant je důležité správné postavení v kruhu a správné držení. Tanečníci si musí důvěřovat a vytvořit pouto, které nedovolí, aby kruh jakkoliv změnil tvar.



Handwritten musical score for the song "Na rozloučení". The score is written on three staves in a 2/4 time signature. The lyrics are: "Na roz-lou-če-ní, můj po-tě-še-ní, po-sta-vím pod vok-ny máj, ha-by vě-dě-li fa-leš-ný li-di, že sem já cho-di-val k vám, že sem já cho-di-val k vám." To the right of the score is a QR code.

Obrázek 1 Na rozloučení – nahrávka

Jako první se naučíme zpěv písně *Na rozloučení*. Je důležité mít představu písně a jejího rytmu pro správný pohyb. Dále nacvičíme základní krok na místě, vyšlapeme všechny kroky tak, aby nebyl důraz na první dobu každého taktu. Kroky musí být vyrovnané, jeden jako druhý. Poté vyzkoušíme krok v držení v kruhu za natažené ruce. Po zvládnutí tohoto je třeba se správně chytit do kruhu za zády. To může být zpočátku obtížnější, obzvláště rychlé chycení po pěvecké sloce. Několikrát proto zkusíme spojení a rozpojení kruhu, přičemž se předem určí čtyři žáci, kteří v danou chvíli rozpojí držení za zády za zády a kruh se otevře do velkého oblouku. Po zvládnutí jedné skupiny vystřídáme místo rozpojení. Následně propojíme zpěv s tancem. Není nutné hned z počátku trvat na správných pohybech při zpěvu, mnohem zásadnější je plynulé přecházení mezi zpěvem a tancem. Rozpojení kruhu nebude pokaždé mezi stejnými tanečníky, a tak je důležité, aby všichni tanečníci měli představu o tanečním prostoru – kruh se rozpojí vždy směrem k muzice, případně k divákům. Ve školní třídě nejspíše domluveným směrem – vzhledem k prostorovým možnostem.

Po zvládnutí celého tance na tři kroky se obdobným způsobem procvičí pohyb na dva kroky. Nejprve v držení v kruhu za natažené ruce, poté v uzavřeném držení za zády.

Se žáky se lze naučit i dvoudobé kolo, které má živější tempo a pouze jeden typ kroku. Při zpěvu také dochází k pohupování ze strany na stranu (1. doba – vychýlení nad levou nohu, pravá pata se nadzvedne, špička zůstává na zemi, 2. doba – mírný pokles v kolenou, ve 2. taktu totéž do pravé strany, a pak vše pravidelně opakujeme).

směru hodinových ručiček. Tanečníci jsou boky natočeni do směru tance, trup a hlava jsou natočeny směrem do kruhu.

Taneční kroky se využívají v třídobém rytmu dva:

1) Na tři kroky: Po celou dobu jsou kolena mírně pokrčená a nohy mírně rozkročeny.

1. doba – Vykročí levá noha do mírného podřepu.

2. doba – Pravá noha přejde levou vnitřkem kruhu.

3. doba – Opět vykročí levá noha.

2) Na dva kroky:

1. doba – Malý krok pravou nohou vpřed, koleno se mírně pokrčí, pata levé nohy se nadzvedne.

2. doba – Levá noha vykročí vpřed, zároveň dojde k vyhoupenutí na pravé noze.

3. doba – Levá noha dokročí na zem přes přední část chodidla.

**CHODSKÉ KOLO**  
na písni dvoučtvrtěho taktu  
(Vycpálkův taneční soubor učil Oldřich Královec z Chodské muziky Jindřicha Jindřicha v Domažlicích.)

Tančí se na všechny kolečkové písně uvedeného taktu, např. na známé písně *Já ne, já ne, to ty zůvalas mi moje boty* nebo *Žádný neví jako já, jak se seče votavjička*.



Obrázek 2 *Já ráda míhju*, nahrávka

Krok dvoučtvrt'ový do kola:

1. doba – Pravá noha vykročí menším krokem vpřed, pravé koleno se sníží a levá noha je špičkou opřena o zem.

2. doba – Levá noha vykročí vpřed na přední část chodidla (nikoliv do výponu), pravá noha se vyhoupne na pološpičku.

Krok je občas nazýván jako koloběžka, jde tedy o plynulé přecházení z nohy na nohu, pohyb je zároveň vertikální a horizontální. Není nutné, aby vertikální pohyb byl příliš výrazný. V některých částech Chodska jde vlastně jen o „přebíhání“ z jedné nohy na druhou.

Nácvik bude probíhat obdobně, jako u třídobých kol. I zde se nejprve naučíme píseň, v tomto případě *Já ráda miluju*. Píseň má zcela jinou energii než předchozí *Na rozloučení*. Co se týká tance, tak nejprve je důležité pochopit vertikální princip kroku. Mezi dobami v taktu dochází totiž k přenesení pohybu mezi pravou a levou nohou. Tato „vlna“ musí být naprosto plynulá. Krok proto vyzkoušíme na místě jedním směrem bez otáčení. Po zvládnutí pohybu ho vyzkoušíme ve vázaném kruhu, zde je lepší volit hned variantu s držením za zády – pomáhá to stabilitě a rychlosti otáčení kruhu. Je zcela jisté, že zpočátku kruh nebude tolik stabilní, ale při dalších opakováních se kvalita bude zlepšovat.

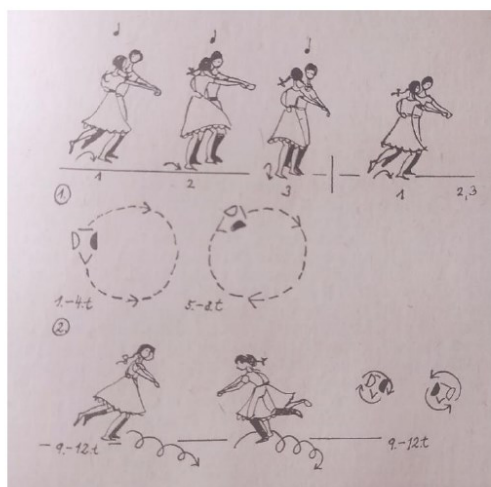
Obě chodská kola poté několikrát propojíme a vyzkoušíme i jiné písně, které jsou pro kola vhodná. Pro třídobé např. *Žádněj neví, co jsou Domažlice, To nejsou žádný vojáci, Já mám malovanou vestu*. Pro dvoudobé kolo můžeme použít písně *Postřekovo, pěkná ves, Žádnýj neví jako já, Sedum let*.



## Příloha 12 – Měla babka, metodický list pro učitele

### Měla babka

Tanec se tančuje po kruhu, dvojice se drží v základním párovém držení. Dívka stojí vně kruhu, chlapec uvnitř a stojí boky k sobě, natočení tak, že jejich obě ramena směřují po směru tance. Párové držení lze upravit tak, že dívka drží chlapce za pravé rameno, chlapec dívku stále za pas. Základní krok odpovídá mazuře na jeden krok.



#### 1. takt:

1. doba – Tanečník začíná naskočením na levou nohu, tanečnice na pravou nohu, tedy oba na vnější. Trup se nakloní dopředu nad vykročenou nohu, spojené ruce směřují šikmo k zemi.

2. doba – Přeskok na druhou nohu, než byla kročná v prvním taktu (u chlapce levá noha mírně přednoží před pravou), je ohnutá v kolenní, chodidlo je rovnoběžně s podlahou, dívka totéž, ale opačnými nohama. Trup se napřímí nad stojnou nohu.

3. doba – Oba udělají mírný poskok na stojné noze, trup se opět mírně nakloní vpřed.

2. – 4. takt = třikrát zopakovaný 1. takt

5. – 8. takt: 1. takt, jen se změnil směr pohybu – pár bude couvat. V 5. taktu začnou opačnou nohou, než doposud – chlapec P – L – L, dívka L – P – P.

9. – 12. takt: Otáčení tří kroků mazuřky po směru tance vpravo. Ve 12. taktu provedou tanečníci na místě tři dupy, aby došlo k plynulé výměně výkročné nohy.

13. – 16. takt: Otáčení tří kroků mazuřky proti směru tance vlevo. V 16. taktu provedou tanečníci na místě tři dupy.

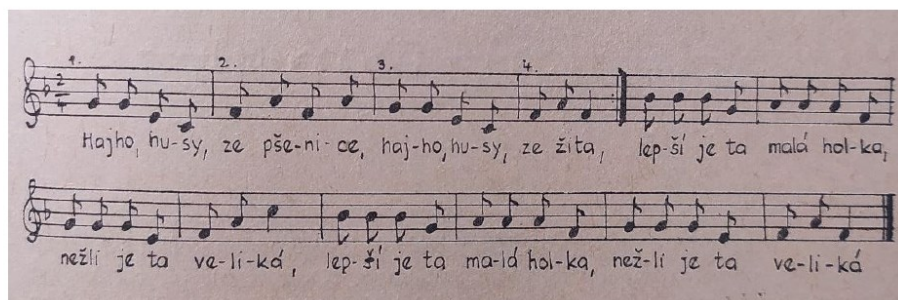


*Obrázek 1 Měla babka, nahrávka*

Nejprve vyzkoušíme krok na místě pravou i levou nohou. Dodržujeme schéma dup – poskoč. To pomůže ukotvení kroku. Po zvládnutí základního kroku vyzkoušíme ještě přechod z pátého a devátého taktu. Dále krok vyzkoušíme v postupu vpřed po kruhu, opět vystřídáme krok pravou i levou nohou. Jakmile krok zvládneme, přidáme náklon trupu. Mazurkový krok poté vyzkoušíme i vzad. Nejsložitější bude nejspíše otáčení vpravo a vlevo v postupu po kruhu. Dbáme na to, aby první doba směřovala vždy čelem do kruhu a dva poskoky poté, aby každý z nich byl přesně otočen o 180°. Postup není velký. Propojíme obě dvě strany dohromady pomocí tří dupů. Nyní propojíme dívky a chlapce do párů a poté vyzkoušíme obě dvě části tance zvlášť. Na závěr propojíme se zpěvem a dokončíme nácvik celého tance.

## Příloha 13 – Hajho husy, metodický list pro učitele

### Hajho husy



Pár se může držet dvěma způsoby – buď v soudkovém nebo v klasickém uzavřeném držení. Dvojice stojí na kruhu – chlapec zády do kruhu, dívka čelem. V každém taktu provedou jeden obkročákový poskočný krok s obratem o 180°.

1. takt: Chlapec provede poskočný obkročák levou nohou, dívka pravou, otočí se doprava o 180° a tím si vymění místa.
2. takt: Chlapec dokončí obrat druhým poskočným obkročákem pravou nohou, dívka totéž, jen nohou levou.

Nejprve vyzkoušíme obkročák na místě – pouze ze strany na stranu. Hned od začátku upevňujeme píseň *Hajho, husy*. Poté zkusíme krok otáčet v postupu po rovné čáře, každý sám. Následně již zkusíme v otáčení v páru. V tomto případě bych volila soudkové držení, je mnohem vhodnější pro počáteční nácvik. Nejprve je důležité najít rovnováhu v držení. To vyzkoušíme tak, že pár se uchopí do držení a společně se malými krůčky začnou otáčet na jednu stranu. Kolena jsou v mírně pokrčená a tanečníci se musí zapřít do dlaní toho druhého a najít tak společnou rovinu otáčení. Toto může zabrat delší čas, ale velmi to pomůže celkovému dojmu z tance – vypadá totiž velmi lehce a plynule. Jakmile zvládneme fázi otáčení malými krůčky, přejdeme na kruh, kde již vyzkoušíme poskočný obkročák. Na začátku je důležité postavení nohou – nohy tanečníků jsou po směru tance vedle sebe v tomto pořadí: CH levá noha, D – pravá noha, CH – pravá, D – levá. To usnadní obkročení kolem sebe, kolena jsou mírně v podřepu a zaklenuta do sebe. Snažíme se co nejpřesněji otáčet každý krok o 180°, respektive tak, aby si tanečníci vždy vyměnili místo. Jakmile toto zvládneme, můžeme zatančit celý tanec, včetně zpěvu.



Obrázek 1 *Hajho husy*, nahrávka

## Příloha 14 – Kalamajka, metodický list pro učitele

### Kalamajka

Rychle

Ka-la-maj-ka mik, mik, mik, vo-že-nil se ko-mi-ník: kte-rou si vzal  
za že-nu? pas-ťej-fo-vic Mařenu.

154

Tanec začíná tak, že dvojice stojí naproti sobě – chlapec čelem po směru tance, dívka zády. Drží se za pravé ruce v mírném předpažení dolů. Druhá ruka je v bok.

1. takt: Jeden krok přeměnný dupavý, který je v rychlejším tempu, a tak z něj téměř vznikne polka, chlapec začíná levou nohou vpřed, dívka pravou nohou vzad.
2. takt: Oba provedou dva kalamajkové příklepy – tzv. oklepáky – ven z kruhu. Krok se tančí tak, že dojde na první dobu k nízkému poskoku, hoch levou, dívka pravou nohou, druhá noha se mírně unoží a s každou dobou a poskokem přiklepne k druhé noze vnitřní stranou chodidla. V taktu je tento krok dvakrát.
3. a 4. takt: Je stejný jako první a druhý, jen opačnými nohama.
5. – 8. takt = 1. – 4. takt
9. takt: Pár se chytí do uzavřeného držení a tanečníci provedou dva hladké obkročáky – dívka pravou nohou, chlapec levou nohou. Každý krok se otočí o 180°.
10. takt: Dupavá vyšlapávaná polka o 180°.
11. – 12. takt: Stejný jako 9. – 10. takt, jen pár začíná z obráceného postavení (dívka uvnitř kruhu, chlapec vně).
13. – 16. takt = 9.-12. takt



K provedení se nejprve naučíme krok oklepáku. Postavíme se do kruhu, všichni tanečníci jsou natočeni čelem do kruhu. Je možné se držet za ruce, pomůže to stabilitě. Další variantou nácviku je utvořit dvojice, které budou postupovat stranou, držíc se za ruce. Krok spojíme se třemi podupy levou nohou na místě (L-P-L) a poté dva příklepy pravou nohou. Totéž zopakujeme na druhou stranu (podupy P-L-P, dva příklepy levou nohou).



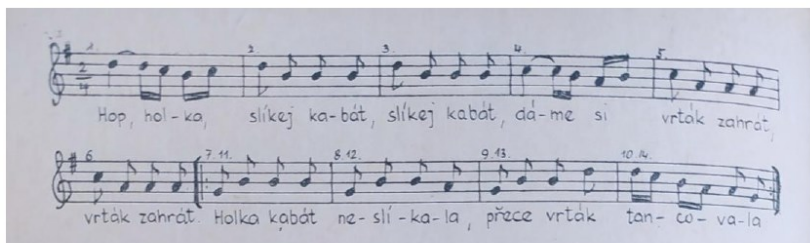
Krok přísunný dupavý bude na nácvik velmi jednoduchý – v tanci se neotáčí, směřuje rovně vpřed. Dodržujeme zde schéma krok-sun-krok, ale všechny tři části jsou vydupané – první je nejvýraznější, zbylé dva méně. Následně připojíme s oklepákem a celá první část tance je hotova. Hladký obkročák, který je v druhé části tance, nacvičíme nejprve v pomalém tempu, aby si žáci uvědomovali správné odvinutí chodidla od podlahy. Kolena jsou zároveň celou dobu mírně pokrčená, nedojde k jejich úplnému napnutí. Pohyb se děje v chodidle od paty až na pološpičku. Zpočátku stačí krok zkoušet jen houpavě ze strany na stranu a postupně zrychlovat. Jakmile žáci pochopí tento princip, můžeme krok otočit o 180°. Nejprve každý sám a následně v soudkovém držení po kruhu. Posledním krokem je dupavá vyšlapávaná polka, kterou můžeme cvičit rovnou v párech po kruhu. Na každou dobu se stejně jako u přeměnného kroku na začátku tance dupne, jen se oproti přeměnnému kroku otočí. Kroky druhé části poté spojíme, a nakonec propojíme obě části tance *Kalamajka* dohromady.



Obrázek 1 *Kalamajka* – nahrávka

## Příloha 15 - Vrták, metodický list pro učitele

### Vrták



Tento tanec kombinuje více kroků – od jednoduchého přeměnného kroku přes trojdup po skočnou. *Vrták* má čtyři části, které se postupně zrychlují. Celý tanec se tancuje v uzavřeném párovém držení.

V první části se zpívá píseň *Vrták (Hop, holka)*, chlapec stojí po levé straně dívky, drží se za natažené ruce a zpívají s mírnými pohupy dopředu a dozadu.

V druhé části se již v tempu polky tančí následující:

1. takt: dva poskočné obkročáky (každý otočíme o 180°), hoch začíná levou nohou, dívka pravou
2. takt: trojdup o 180° doprava (dívka pravou, chlapec levou)
3. takt: trojdup o 180° opačnými nohama
4. – 6. takt = 1. – 3. takt
7. takt: přeměnný krok stranou po směru tance (dívka vpravo, chlapec vlevo)
8. takt: totéž, co v sedmém taktu, ale na druhou stranu
9. – 10. takt: tanečníci se pustí a čtyřmi hladkými kroky zatancují zátočku za pravé lokty
11. – 14. takt: 7. – 10. takt, ale zátočka za levé lokty

3. část – rychlejším tempem, tempo skočné

1. takt: dvě skočné, každá o 180°
2. takt: dvojdup o 180°, chlapec na levé, dívka na pravé noze
3. takt: dvojdup o 180°, opačnými nohama
4. – 6. takt = 1. – 3. takt
7. – 14. takt stejný, jako ve druhé části

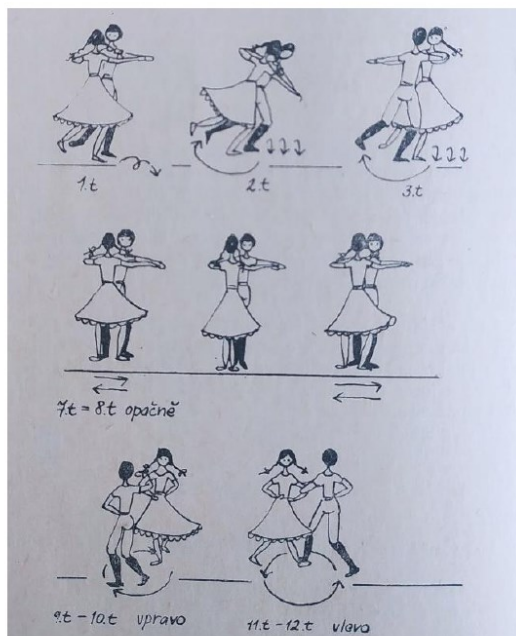
4. část – velmi živě



Obrázek 1 *Vrták*, nahrávka

Celou čtvrtou část se tančí právě „vrták“ na místě. Taneční páry „se vrtí“, tedy krokem skočné se na místě otáčí v párovém držení. Jeden krok musí být otočený minimálně o 90°.

Nejprve procvičíme krok skočná, který se doposud v žádném tanci neobjevil. Krok je jednoduchý na provedení, ovšem bývá tančen v živém tempu, což je na něm nejobtížnější. Skočnou procvičíme v pohybu po prostoru nejprve bez točení. Dbáme na přesnost švihů nohy na dobu. Poté dojde k nácviku otáčení, nejprve každý sám na místě, kdy se každý krok otočí o 90°, další fází je složitější otáčení o 180°. Následně tanečníky spojíme do párů, ve kterých nejprve vyzkoušíme „vrtáka“, tedy libovolné otáčení v páru na místě. Následně vyzkoušíme otáčení v páru o 180° v pohybu po kruhu. Musíme vždy zatancovat dvě skočné a za ně zařadit

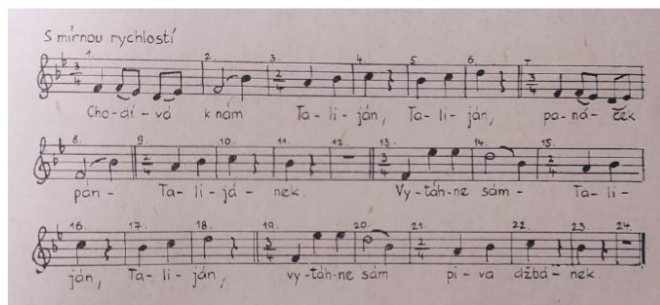


dva dvojdupy, což je nízký poskočný obkročák s podupnutím dvakrát na téže noze. Dvojdup při nácvičování zpočátku provedeme jen ze strany na stranu, postupně ho otočíme – každý o 180°. Pokud se spojení těchto dvou kroků nebude dařit, můžeme zvolit nácvičování každý sám. Jakmile toto zvládneme, můžeme přejít k části tance s přeměnným krokem a zátočkami. Poslední fází nácvičování je druhá část, tedy první taneční. Poskočný obkročák jsme již procvičili v *Hajho, husy*. Trojdup procvičíme v otáčení v postupu. Poté již propojíme celou tuto část dohromady. Ve třetí části, v rychlejším tempu, dojde ke zrychlení přeměnného kroku ve druhé části, stane se z něj polka. V tuto chvíli je již možné propojit všechny části tance *Vrták* za sebou. Při tanci se nesmí rozpadnout kruh a měly

by být stejné mezery mezi všemi tanečními páry. To bude jistě vyžadovat více cviku, ovšem tento tanec by se měl dostat na řadu až s koncem školního roku, a tak by již žáci měli mít představu o společném tanečním prostoru

## Příloha 16 – Mateníky, metodický list pro učitele

### Mateníky



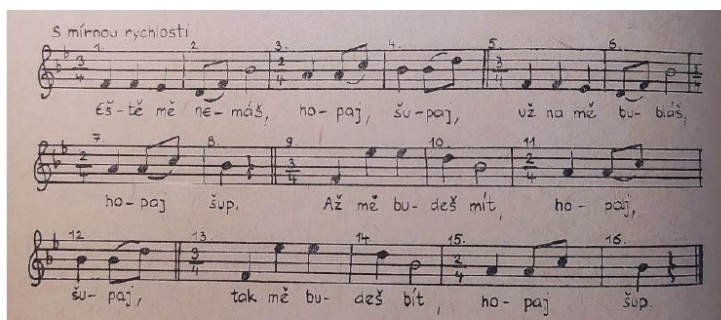
V *Talijánu* se pravidelně střídají dva třídobé a čtyři dvoudobé takty, tedy dvě sousedské a čtyři obkročáky.



Obrázek 1 *Mateníky, nahrávka*

Prvním krokem nácvičku bude naučit se píseň zpívat. V druhém kroku píseň vytleskáme různými způsoby. Nejprve všichni tleskají na těžké (první) doby v každém taktu. Poté těžké doby vydupáváme a lehké vytleskáme a jako společnou činnost můžeme zařadit rozdělení žáků na dvě skupiny. Jedna z nich začíná vydupávat těžké doby a druhá jim odpovídá vytleskáním lehkých. Skupiny následně vyměníme. Je možné toto vyzkoušet ve dvojicích, čtveřicích nebo v kruhu, kdy každý musí tlesknout nebo dupnout právě na svoji dobu, jakmile na něj přijde řada. Žáci si tímto utvoří rytmickou představu, kterou přeneseme do tanečních kroků.

Vyzkoušíme je nejdříve po kruhu, ve kterém tančí každý sám kroky jen ze strany na stranu. Můžeme vystřídat začátek vpravo i vlevo. Dále všechny kroky otočíme po směru tance vpravo, stále každý sám. Následně propojíme do párů a několikrát celý tanec zopakujeme.



Druhým tancem je *Bublavá*. V tomto tanci se pravidelně střídají dva třídobé a dva dvoudobé takty, krokově dvě sousedské a dva poskočné obkročáky.

Zde bude nácviček velmi obdobný, jako u *Talijána*. (1. Naučení písně, 2. Vytleskání jejího rytmu, 3. Taneční kroky na místě každý sám, 4. Celý tanec v párech). Na úplný závěr propojíme oba mateníkové tance za sebou.