

Univerzita Palackého v Olomouci

Fakulta tělesné kultury



Fakulta
tělesné kultury

**TANEC ONLINE V PRŮBĚHU RESTRIKČÍ SPOJENÝCH
S VÝSKYTEM CORONAVIRU SARS-COV-2**

Bakalářská práce

Autor: Tereza Juřicová

Studijní program: Tělesná výchova a sport

Vedoucí práce: doc. Mgr. Jana Pelclová, Ph.D.

Olomouc 2022

Bibliografická identifikace

Jméno autora: Tereza Juřicová

Název práce: Tanec online v průběhu restrikcí spojených s výskytem koronaviru SARS-CoV-2

Vedoucí práce: doc. Mgr. Jana Pelclová, Ph.D.

Pracoviště: Institut aktivního životního stylu

Rok obhajoby: 2022

Abstrakt:

Cílem této práce je popsat, co je známo o tanci online v průběhu pandemie Covidu-19. V naší práci analyzujeme celkový počet 27 dokumentů, jenž byl výsledkem stanovené vyhledávací strategie v 6 elektronických databázích: Web of Science, Scopus, Medline, SPORTDiscus, ProQuest a Google Scholar, a který se zabývá oblastí tance, Covidu-19 a online prostředím. Popisujeme účel realizace tance, cílovou skupinu, formu tance, prostředky online přenosu a hlavní zjištění, které vyplývají z realizace tance v průběhu pandemie Covidu-19. Tanec byl reprezentován různými tanečními styly, tanečně-pohybovou terapií, terapeutickým tancem, výukou tance, tanečními lekcemi či tanečním představením. Účastníky byli děti, dospělí i senioři, a tanec se zaměřoval jak na intaktní populaci, tak na osoby s určitým onemocněním, specifickou skupinu tvořily osoby s Parkinsonovou nemocí. Adaptace tance na online podmínky nebyla jednoduchá, ale bylo možné ji uskutečnit – především díky online aplikacím, webovým stránkám či virtuálním technologiím. Mnohé benefity tance zůstaly zachovány i v jeho nekontaktní formě. Nejuváděnějším limitem online tance byla závislost na kvalitě technologií a absence sociálního kontaktu. Jako pozitiva byla uváděna flexibilita, soukromí a satisfakce, že tanec mohl být vůbec uskutečněn.

Klíčová slova:

terapeutický tanec, výuka tance, taneční lekce, Covid-19, virtuální, online prostředí

Souhlasím s půjčováním práce v rámci knihovních služeb.

Bibliographical identification

Author: Tereza Juřicová
Title: Online dance during restrictions caused by the occurrence of the SARS-CoV-2 virus

Supervisor: doc. Mgr. Jana Pelclová, Ph.D.

Department: Institute of Active Lifestyle

Year: 2022

Abstract:

The aim of this thesis is to describe what is known about dancing online during the Covid-19 pandemic. We analyse a total of 27 documents resulting from a defined search strategy in 6 electronic databases: Web of Science, Scopus, Medline, SPORTDiscus, ProQuest and Google Scholar, focused on dance, Covid-19 and the online environment. We describe the purpose of dance implementation, the target audience, the form of dance, the means of online transmission, and the main findings that emerged from dancing during the Covid-19 pandemic. Dance was represented by different dance styles, dance-movement therapy, therapeutic dance, dance lessons or dance performance. Participants included children, adults, and seniors. The dance focused on the intact population as well as those with certain illnesses, with a specific group of people with Parkinson's disease. Adapting the dance to online conditions was not easy, but it was possible - especially thanks to online applications, websites or virtual technologies. Many of the benefits of dance were retained in its non-contact form. The most mentioned limitation of online dance was its dependence on the quality of technology and the lack of social contact. Flexibility, privacy, and the satisfaction of being able to dance at all were cited as positives.

Keywords:

therapeutic dance, dance education, dance lessons, Covid-19, virtual, online environment

I agree the thesis paper to be lent within the library service.

Prohlašuji, že jsem tuto práci zpracovala samostatně pod vedením doc. Mgr. Jany Pelclové, Ph.D., uvedla všechny použité literární a odborné zdroje a dodržovala zásady vědecké etiky.

V Olomouci dne 29. dubna 2022

.....

Děkuji vedoucí práce doc. Mgr. Janě Pelclové, Ph.D. za pomoc při zpracování této práce a odborné vedení. Dále své rodině za trpělivost a podporu při studiu.

OBSAH

Obsah	7
1 Úvod	9
2 Přehled poznatků	10
2.1 Tanec.....	10
2.1.1 Terapie tancem.....	11
2.1.2 Tanec jako volnočasová aktivita	13
2.1.3 Výuka tance	14
2.2 Pandemie Covidu-19.....	14
2.2.1 Viry	14
2.2.2 Onemocnění Covid-19	15
2.2.3 Pandemie Covidu-19	16
2.3 Digitální technologie.....	17
2.3.1 Virtuální technologie	18
2.3.2 Online technologie	19
2.3.3 Technologie ve výuce – e-learning a online výuka	19
3 Cíle.....	22
3.1 Hlavní cíl.....	22
3.2 Dílčí cíle	22
3.3 Výzkumné otázky	22
4 Metodika	23
5 Výsledky.....	25
5.1 Charakteristika dokumentů	25
5.2 Účel realizace tance online v průběhu pandemie Covidu-19	33
5.2.1 Terapeutické účely	33
5.2.2 Výzkumné účely.....	34
5.2.3 Vzdělávací účely	35
5.2.4 Hledání možností přenosu tance online.....	36
5.2.5 Sdílení zkušeností s tancem online.....	37
5.3 Cílové skupiny tance online v průběhu pandemie Covidu-19	38

5.4	Typy tance realizované v průběhu pandemie Covidu-19	39
5.4.1	Tanečně-pohybová terapie, terapeutický tanec.....	39
5.4.2	Specifické taneční styly.....	40
5.4.3	Výuka tance	41
5.4.4	Taneční vystoupení a představení.....	42
5.4.5	Taneční lekce	42
5.5	Prostředky užívané k přenosu tanečního obsahu v průběhu pandemie Covidu-19....	49
5.6	Závěrečná zjištění v souvislosti s online tancem realizovaným v průběhu pandemie Covidu-19.....	50
5.6.1	Závěry pohledem příjemců tance.....	51
5.6.2	Závěry pohledem poskytovatelů tance	54
5.6.3	Závěry v souvislosti s online výukou.....	56
5.6.4	Závěry v souvislosti s využíváním technologií.....	58
6	Závěry	60
7	Souhrn	62
8	Summary.....	64
9	Referenční seznam	66

1 ÚVOD

Příchod pandemie Covidu-19 se nesl v duchu nejistoty, strachu a pochybností. Byl před námi velký úkol – přizpůsobit se nové situaci. Pandemie zasáhla všechny oblasti našeho života. Přišli jsme o mnoho věcí, které jsme dříve považovali za naprosto běžné, a až ve chvíli, kdy jsme je nemohli mít, jsme zjistili, jak jsou pro nás důležité. Od kultury, koníčků, práce či školy až po obyčejný úsměv nebo možnost podání ruky. Kvůli opatřením proti šíření nemoci jsme přišli o aktivity, které jsou spojené s lidským kontaktem. Což na pozadí obav o zdraví své a svých blízkých nepřidávalo k tolik důležité duševní pohodě.

Ve snaze zachovat život alespoň částečně takový, jaký jsme ho znali před pandemií, se vymýšlela alternativní řešení činností závislých na osobním setkání. Aktivity, ať už školní, pracovní, či volnočasové, se přetvářely do nekontaktní podoby – nejčastěji byly provozovány v online prostředí.

Pohyb, jakožto stěžejní součást našeho bytí z hlediska fyzického i duševního, byl v období pandemie důležitý jednak pro udržování obranyschopnosti organismu a jednak pro duševní zdraví (Státní zdravotní ústav [SZÚ], 2020). Individuální forma pohybové aktivity zaznamenala díky Covidu-19 velkou oblibu. V době lockdownů byl pohyb v přírodě či doma jedním z mála povolených rozptýlení. Avšak skupinové pohybové aktivity utrpěly velké změny – mnohé z nich nebylo možné vůbec realizovat. Vzhledem k tomu, že organizovaná pohybová aktivita ve volném čase či ve škole bývá u jedinců se sklony k inaktivitě jedinou příležitostí k pohybu; a také k tomu, že se změnila pohybová návyk populace vzhledem k nedocházení do školy či do zaměstnání, byl pohyb v období pandemie obecně ohrožen (Výzkumný úřad bezpečnosti práce, 2020).

Jednou z ohrožených aktivit se stal i tanec. Tanec, který je dle mého názoru pohybovou aktivitou s přidanou hodnotou – dotýká se nejen našeho zdraví a tělesné zdatnosti, ale ve velké míře i duše. Je prostředkem pro projevení sebe sama, emocionality a duchovna a také pro komunikaci s okolím. Jeví se tedy jako ideální aktivita pro pandemií sužovanou společnost. Více autorů si kladlo otázku, jak je možné, aby byl tanec, něco tak hluboce propojeného s tělesným kontaktem a kolektivním zážitkem, provozován i v období sociální izolace v průběhu pandemie Covidu-19 (Heyang & Martin, 2021).

Jelikož se jedná o téma aktuální a velmi málo prozkoumané, vybrali jsme si ho jako předmět naší práce.

2 PŘEHLED POZNATKŮ

Naši práci ohraničují pojmy tanec, online a onemocnění Covid-19. Téma nekontaktního realizování tance v období pandemie zkoumáme skrze publikované dokumenty nalezené v elektronických databázích, což je hlavní náplní praktické části této práce. V Přehledu poznatků nejprve předkládáme teoretické ukotvení našeho tématu a vysvětlujeme stěžejní pojmy, jež se ho týkají.

2.1 Tanec

Tanec je forma pohybové aktivity, která člověka provází od pradávna. Nehledě na to, jakou formou je realizován, odráží přirozenou potřebu člověka sdělovat své vnitřní rozpoložení pohybem. „Tanec nelze oddělit od života, protože ze života pramení. Jeho základní látkou je citová hodnota, nikoliv skutek, je uměním, které vyjadřuje citové hodnoty pohybem.“ (Blažičková 2005, 7).

Blížkovská ve své definici navíc akcentuje několik přívlastků neodmyslitelně spojených s tancem. Představuje ho jako záměrný rytmický kulturní neverbální pohybový projev. Od jiných motorických aktivit jej odlišují specifické hodnoty včetně těch estetických (Blížkovská, 1999).

Obě výše zmíněné definice se shodují na tom, že tanec v sobě nese specifické hodnoty. Je to pohybová aktivita, která není definována pouze tělesným projevem, ale určují ji navíc aspekty kulturní, emocionální, estetické, společenské či spirituální. Tím se poněkud odlišuje od ostatních pohybových aktivit.

Právě společenskou a spirituální hodnotu tance, která ho doprovází od jeho počátku, uvádí Dils et al. (2011): „Dance is a contemporary ritual and spiritual opportunity to share energy, join in a sense of *communitas*.“ (Dils et al., 2001, 13). Kdy „*communitas*“ můžeme vnímat jako sdílení či intimitu v komunitě osob. Svým postojem se blíží spíše k terapeutickým pojetím tance a vnímá ho taktéž jako něco, co nás spojuje s našimi předky.

Každý spatřuje hodnotu tance v něčem jiném. Na jedné straně je to pohybová aktivita s pozitivními účinky na zdraví duševní a fyzické, prostředek k socializaci či léčbě chorob. Na straně druhé může jít o špičkový tělesný projev kultury, umění či sport. Pojetí tance se liší i napříč dokumenty, se kterými pracujeme v praktické části. V následujících podkapitolách uvedeme a vysvětlíme nejčastější náhledy na tanec – jako terapeutický prostředek, volnočasovou aktivitu a jako předmět výuky.

2.1.1 Terapie tancem

Myslím, že každý z nás někdy pocítil, že pohybová aktivita má na člověka blahodárné účinky z hlediska fyzického i psychického. Stejně tak je tomu u tance, jehož terapeutický potenciál se zvyšuje s faktem, že jde o aktivitu úzce spojenou s emocionálními prožitky.

„Tanec je jedním z prostředků, kterým člověk vyjadřuje svoje pocity, nálady a tímto pohybem uvolňuje nashromážděnou energii. Naproti tomu i pasivní pozorování tance můžeme také navodit příjemné pocity a nálady. Prožitky radosti mají harmonizační účinky zvyšující kvalitu života“ (Hošek, 2007, 39).

Taktéž Wengrower (2021) vnímá tanec jako komunikační prostředek. Jde o způsob, kterým sdělujeme své emoce či myšlenky, které jsou slovy těžko vyjádřitelné, či jsou nedostupné našemu vědomí. Právě možnost vyjít ven se složitě reprodukovatelnými duševními obsahy může vést k pozitivní změně v myšlení a prožívání člověka.

Výše zmíněné definice se dotýkají principů *taneční terapie*, která představuje jedno z pojetí tance jako regulérního psychoterapeutického prostředku. V souvislosti s terapií se setkáváme se dvěma odlišnými a často zaměňovanými pojmy – **tanečně-pohybová terapie** a **terapeutický tanec**.

Pokud se blíže soustředíme na první z pojmů, **tanečně-pohybovou terapii** (dance movement therapy, zkráceně DMT), Americká asociace tanečně-pohybové terapie, založená Marianou Chace roku 1966, ji definuje jako „psychoterapeutické užití pohybu v procesu, jehož účelem je dosažení emoční a fyzické integrace jedince.“ (ADTA in Čížková, 2005, 33). Přičemž integrace je zde chápána jako dosažení fyzické a duševní harmonie.

Jelikož jde o formu psychoterapie, může ji provádět pouze psycholog či terapeut se speciálním výcvikem. DMT využívá propojení duše a těla a jejich vzájemné ovlivňování na poli zdraví. Je zaměřená na určitý problém klienta a jejím cílem není estetické provedení pohybu, ale poznání sebe sama.

Mezi cíle DMT patří již zmíněná emoční a fyzická integrace, uvědomování si sebe sama, pozitivní přístup ke svému tělu, vyjádření potlačovaných duševních obsahů či práce s úzkostnými stavy a zvládnutím stresových situací (Čížková, 2005).

DMT je vhodná například pro osoby, kterým dělá problém verbální komunikace a vyjadřování svých emocí. Pro osoby s chudými, či naopak nepřiměřeně intenzivními projevy emocí, nebo osoby prožívající vnitřní tenzi (Čížková, 2005). Na druhou stranu může být nápomocná i těm, kteří pouze usilují o svůj seberozvoj.

DMT zařazujeme také do léčebných programů osob s duševními poruchami, jako prostředek pro zmírnění příznaků nemoci. Dokumenty, s nimiž pracujeme v praktické části, se zmiňují o tanečně-pohybové terapii pro osoby s depresí či s poruchou autistického spektra (PAS) (Mesika et al., 2021; Rothman, 2021).

Od tanečně-pohybové terapie musíme odlišit druhý z pojmů – **terapeutický tanec**, s nímž se jako veřejnost setkáváme častěji. Narozdíl od DMT není jednoznačně definovatelný. Jde o tanec, který se podobá běžným tanečním hodinám s předem připravenou choreografií. Zásadní rozdíl oproti DMT je v odbornosti lektora, který nemusí mít speciální výcvik. Cílem není působit na duševní procesy člověka, ale naopak navodit relaxaci, uvolnění a příjemné pocity. DMT naproti tomu nemusí být vždy příjemná, protože dochází k znovuprožívání traumat a stresů (Meekums, 2002).

V terapeutickém tanci tedy necílíme primárně na změny v chování a prožívání, jako je tomu u DMT, jsme zaměřeni na pohyb. Zmíněné duševní změny mohou nastat i při provozování terapeutického tance, avšak pouze jako druhotný nezáměrný produkt (Dosedlová, 2012).

Některé techniky tanečně-pohybové terapie jsou často využívány i v běžných tanečních hodinách, či v terapeutickém tanci.

Tanec není jen prostředkem k dosažení duševní rovnováhy, ale i podpůrným nástrojem k léčbě onemocnění fyzického těla. Dosedlová (2012) vnímá tanečně-pohybovou terapii jako vhodnou složku rehabilitace pro osoby s poraněním mozku, se srdečními chorobami, s chronickými bolestivými onemocněními nebo pro osoby s amputací. Dokonce i pro osoby, které jsou nuceny být na lůžku. V tomto případě pracujeme s tou částí těla, která zůstala pohyblivá. I v případech zcela imobilních jedinců lze s DMT pracovat abstraktně, a to představami tance v mysli pacientů (Dosedlová, 2012).

V praktické části naší práce se několik dokumentů zabývá tancem pro specifickou cílovou skupinu, kterou představují osoby s Parkinsonovým onemocněním.

Parkinsonova nemoc (PN) je jedna z nejrychleji postupujících neurologických onemocnění, které se vyznačuje poruchami hybnosti a senzomotoriky (Dorsey et al., 2018). Mezi konkrétní projevy patří třes, problémy s chůzí a koordinací a bolestivé stavy. Kromě toho postihuje také kognitivní schopnosti, emoce a chování. Kvůli svému onemocnění se lidé často straní společenského života, což vede k pocitům vyčlenění, apatii a depresivním stavům, které nepříspěívají jejich zdravotnímu stavu (Subramanian et al., 2020). Uvedené skutečnosti byly podnětem pro vznik programu „Dance for PD“ („Tanec pro osoby s Parkinsonovou nemocí“),

který byl založen roku 2001 v USA. V současné době má 25 poboček v různých městech napříč Spojenými Státy, které poskytují taneční lekce. K osobám s Parkinsonovým onemocněním nepřístupují jako k pacientům, ale jako k tanečnickům a umělcům. Snaží se eliminovat dojem, že jde o součást klinické léčby. Tvoří komunitní prostor, v němž mohou osoby projevit svou kreativitu, prožít radost a socializovat se (Butt, 2017). Participace na tanečních lekcích se pozitivně odráží nejen v psychickém, ale i fyzickém stavu osob. Z hlediska fyzického může zlepšit motoriku, rovnováhu a pohyblivost jedinců, protože se jedná o aktivitu, která stimuluje nervosvalovou koordinaci (Carapellotti et al., 2020). Z hlediska psychiky tanec příznivě působí na míru úzkostných stavů spojených s nemocí, což se projevuje vyšším pocitem *vitality* (Mesika et al., 2021). Vitalita je jeden z žádoucích výstupů DMT. Stern ji definuje jako pocit, že jsme živí – nikoli ve smyslu, že jen „přežíváme“, ale cítíme, že doopravdy žijeme (Stern, 2010). Alternativou k „Dance for PD“ je další terapeutický taneční program – „ParkinDANCE“ (Morris et al., 2021).

Nehledě na zmíněné, tanec může působit terapeuticky, i když se zrovna nejedná o terapii – když tančíme, přirozeně se dostavuje radost, uvolnění, či odpočinek od denních starostí.

2.1.2 Tanec jako volnočasová aktivita

Posledními zmíněnými větami se pomyslně přesouváme k dalšímu pojetí tance. Uvolnění, radost či odpočinek si spojujeme s dobou, kdy se můžeme seberealizovat, dělat, co nás baví a být, pokud možno, oproštěni od starostí – tedy s *volným časem*.

Pojetí volného času se různí, většinou v tom, co vše do něj zahrnout. Může do něj mimo řádnou pracovní dobu spadat vše ostatní, včetně povinností. Naopak z jiného pohledu ho můžeme vnímat jako čas, kdy opravdu děláme jen to, co *chceme* (Dumazedier, 1962).

V naší práci se přikláníme k druhému názoru, podobně tak, jak ho definuje Kratochvílová: „Volný čas je čas na oddych, rekreaci, regeneraci fyzických a psychických sil, uvolnění po práci, studiu, čas na společenská setkání, poznávání světa, života, čas na seberealizaci v aktivitách, činnosti podle vlastních potřeb a zájmů, představ, tužeb, aspirací a hodnot (Kratochvílová, 2004, 79).

Tanec ve volném čase máme často spojený s tanečními lekcemi s různou náplní a účelem: Pro relaxaci – k takovým účelům se hodí např. jóga nebo Port de Bras. Dále za účelem zvýšení fyzické kondice – existuje mnoho druhů skupinových aerobních cvičení, z nichž reprezentativním příkladem může být komerční aerobik. Dalším důvodem může být zábava, kterou zprostředkovává např. zumba, která je jedním z typů cvičení, u nichž si pro samou

radost ani nevšimneme, že pracujeme na své kondici. Na druhé straně jsou zde taneční disciplíny, které již vyžadují určitou techniku a estetiku, jímž se zpravidla musíme věnovat intenzivněji – sem můžeme zařadit tradiční druhy tanců: klasický tanec, lidový tanec, společenský tanec (kam spadají latinskoamerické a standardní tance) a moderní tanec.

2.1.3 Výuka tance

Výuku tance můžeme chápat jak na volnočasové úrovni (v rámci tanečních lekcí), anebo jako výuku školní. Někde na pomezí je vzdělávání tanečních lektorů.

Ve volném čase můžeme navštěvovat jednak taneční lekce vedené lektory, jednak taneční semináře či workshopy, které jsou zpravidla intenzivnějšího charakteru. Workshop se zaměřuje na výuku praktické dovednosti v krátkém časovém úseku (může jít například o dopolední blok), typická je velká míra zapojení účastníků a interakce s nimi (Фопель, 2003). Mohou sloužit i jako forma dozdělávání pro taneční lektory.

Ve školním prostředí existuje tanec jako výukový předmět. Jednak na školách, které se na něj specializují (např. konzervatoře) a mají za úkol formovat taneční specialisty. Jednak na běžných školách, kde zařazují taneční výchovu do svého kurikula – buď jako regulérní předmět, nebo jako doplňkovou aktivitu do tělesné výchovy.

Účelem výuky tance na běžných školách je komplexní rozvoj osobnosti žáků či studentů na poli znalostí, emocionality, spirituality i fyzická. Dotýká se oblastí sebepoznání a sebevyjádření. Učí děti skrze pohyb vnímat čas, prostor a intenzitu a podněcuje je ke kreativě (Sekarningsih et al., 2021).

2.2 Pandemie Covidu-19

Na sklonku roku 2019 bylo zaznamenáno velmi rychle se šířící, prozatím neznáme onemocnění. První oficiální zmínky o něm pochází z čínské oblasti Wuchan z prosince 2019, kde se nákaza natolik rozšířila, že došlo k přetížením nemocnic kvůli nemocným v těžkém stavu. Laboratořemi bylo posléze zjištěno, že se jedná o nový typ koronavirového onemocnění, a virus nazvali SARS-CoV-2 (He et al., 2020).

2.2.1 Viry

Nejprve si objasníme, co jsou to viry. Jedná se o jedny z nejjednodušších organismů. Aby přežily, vyhledávají buněčné organismy, do kterých vnikají jako parazité. Viry jsou nebuněčné organismy, které se mohou množit pouze v buňkách svých hostitelů. Využívají jejich

organely, protože oni sami sestávají téměř pouze z nukleové kyseliny a obalu, či bez něj. Dle druhu nukleové kyseliny, kterou virus obsahuje, je dělíme na typ RNA, nebo DNA. DNA-viry jsou zpravidla živočišné, kdežto RNA-viry spíše rostlinné. Do RNA-virů patří právě námi sledovaný SARS-CoV-2.

Část viru, která „nakazí“ buňku, se nazývá *virion*. Viriony jsou tvořeny nukleovou kyselinou, která je ohraničená obalem (*kapsidem*). Právě obal viru a jeho struktura napomáhá viru dostat se do buňky. Zjednodušeně řečeno, pokud je povrch buňky „kompatibilní“ s povrchem viru, může se na něj virus přichytit a proniknout dovnitř. Tam se rozmnoží, buňka se rozpadne a namnožený virus se může šířit dále do prostředí. Typické příklady virových onemocnění jsou chřipka, rýma, opar, plané neštovice, příušnice či klíšťová encefalitida (Jelínek & Zicháček, 2004).

Jednou skupinou virů jsou koronaviry, které patří do třídy RNA-virů. Jejich název je odvozen od slova „corona“, tedy koruna. Odkazuje na typický vzhled koronaviru, který má na své membráně rozprostřeny proteiny do tvaru připomínajícího korunu. Způsobují běžné nemoci horních cest dýchacích (např. nachlazení). Znamější jsou jako původci vážnějších onemocnění – respiračních syndromů SARS či MERS. Jedná se často o viry, které se vyskytují primárně u zvířat a následně byly přeneseny na člověka (Bednář et al. 1996).

V posledních letech se do paměti všech z nás zapsal nový typ koronaviru SARS-CoV-2.

2.2.2 Onemocnění Covid-19

Jedná se o virové respirační onemocnění způsobené virem SARS-CoV-2. Šíří se kapénkovou infekcí, do těla vstupuje přes sliznice. Nakazit se můžeme buď přímým kontaktem s nakaženým (při mluvení, kašláním, či kýčáním), anebo sekundárně dotykem kontaminovaného povrchu a následným kontaktem se sliznicí (protření očí, konzumace jídla rukama apod.). Virus postihuje zejména dýchací cesty, mezi běžné symptomy patří kašel, horečka, bolest hlavy a svalů, či ztráta chuti a čichu. Průběh nemoci se u každého člověka liší, závisí na věku, aktuálním zdravotním stavu, či míře expozice viru. Pohybuje se od asymptomatického průběhu (bezpríznakového průběhu) až po průběh závažný končící smrtí. Rizikovou skupinou jsou senioři, osoby s chronickým onemocněním nebo obezitou. Velké procento osob je ovšem bezpríznakových, a právě tato skupina má velký vliv na šíření nemoci v populaci (SZÚ, 2021).

Jednou z vlastností virů je jejich mutace. Mění se kvůli chybám, které vzniknou při jejich množení, a tak vznikají nové varianty viru. Nová varianta může a nemusí mít jiné vlastnosti, např. horší či lepší přenositelnost. Udrží se jen taková mutace viru, která je silnější a je schopná

přežít v konkurenci ostatních variant viru. Mezi nejznámější mutace v současnosti patří „beta“, „gamma“, „delta“ a „omicron“ (European Centre for Disease Prevention and Control, 2022).

2.2.3 Pandemie Covidu-19

Onemocnění Covid-19 se objevilo na konci prosince 2019 v hlavním městě jedné z čínských provincií Chu-pej. První případy byly zaznamenány u osob, které navštívily tržiště s masem zvířat, jako jsou ryby, netopýři, ptáci apod. I přes všechna opatření a snahu izolovat se, se virus nakonec z Číny rozšířil do celého světa. V České republice byl první oficiálně pozitivně testovaný případ zastižen asi 2 měsíce po vypuknutí nákazy v Číně, 1. března 2020 (SZÚ, 2021).

Deset dní poté, 11. března 2020, označila Světová zdravotnická organizace (dále WHO) aktuální stav šíření onemocnění za pandemii (SZÚ, 2021). Přičemž pandemií je „...epidemie velkého rozsahu zasahující celé kontinenty. Jedná se tedy o výskyt onemocnění s vysokou incidencí na velkém území (kontinent) za určité časové období.“ (Vláda ČR, n. d.).

Na základě rostoucího počtu nakažených po celém světě WHO apelovala na všechny státy, aby omezily blízký kontakt osob a zavedly karanténu (Hiscott et al., 2020).

Jedenáct dní po objevení prvního případu v České republice, byl u nás vyhlášen nouzový stav, v rámci něhož byly zavedeny povinné opatření proti šíření nemoci. Jednotlivá opatření se v průběhu měsíců měnila, střídaly se vlny rozvolnění a znovunastolení restrikcí, společně s vlnovitou tendencí četnosti nákazy, která měla zpravidla klesající tendenci v letních měsících. Vláda se rozhodla omezit lidský kontakt uzavřením škol, institucí, služeb, taktéž uzavřela státní hranice a vydala povinnost nosit ochranu dýchacích cest. Školy byly zavřeny a znovuotevřeny celkem dvakrát, poslední zavření škol trvalo do dubna 2021 (Kubek, 2021). Školy a mnohá vzdělávací či volnočasová zařízení musely na zákaz osobního kontaktu reagovat realizací nekontaktního setkávání online či využitím virtuálních technologií. O této problematice pojednáváme v praktické části naší práce.

V souvislosti s Covidem-19 byla naše slovní zásoba obohacena o několik slov, do té doby ne příliš hojně užívaných – např. lockdown, izolace či karanténa.

Anglický výkladový slovník Collins popisuje pojem *lockdown* následovně: „If there is a lockdown, people must stay at home unless they need to go out for certain reasons, such as going to work, buying food, or taking exercise.“ Je to tedy stav nařízené izolace, kdy by lidé neměli opouštět své domovy. Mohou tak učinit jen v určitých případech, a to při cestě do a ze zaměstnání, v případě nákupu jídla či léků, a při sportování venku. Zmíněné opatření se aplikovalo za účelem zmírnění šíření nákazy Covidu-19 (HarperCollins, n. d.).

Izolace se týká osoby s prokázaným onemocněním Covidu-19, která je povinna omezit sociální kontakt s ostatními lidmi a zdržovat se v místě bydliště po určenou dobu. Naproti tomu karanténa se dotýká osob, které byly v tzv. rizikovém kontaktu, tedy setkali se osobně s člověkem nakaženým, ale ještě sami nevykazují příznaky infekce. I této skupiny osob se týkala povinnost sociálního distancování (Covid portál, n. d.).

Na začátku roku 2020 WHO definovala Covid-19 jako infekční onemocnění způsobené nově objeveným typem koronaviru, na které neexistuje specifická vakcína a léčba (Heyang & Martin, 2021). Definice odrážela tehdejší situaci ve společnosti, která čelila obavám a nejistotě z nové nemoci způsobující četná úmrtí, bez toho, aniž bychom znali možnost, jak to zastavit. Naštěstí aktuální definice může být o něco optimističtější, jelikož je vyvinuto několik typů vakcín, které se snaží zabránit fatálním důsledkům nemoci a čítají miliony naočkovaných po celém světě.

2.3 Digitální technologie

Dokumenty, kterými se zabýváme v praktické části, se věnují tanci realizovanému nekontaktní cestou kvůli onemocnění Covid-19. Ona „nekontaktní cesta“ mohla být uskutečněna zejména díky technologickému pokroku, které lidstvo zaznamenalo v posledním čtvrtstoletí. Dnešek je dobou internetu, počítačů a virtuálního prostoru. „Face-to-face“ komunikace se vytrácí a bývá nahrazena nehmateľnými vztahy na sociálních sítích. Online svět proniká do našich životů, volného času, práce, studia a mnohdy v něm trávíme více času, než v „offline“ realitě. Přináší nám bezesporu mnoho výhod – od dostupnosti informací až po jednoduchost a rychlost, se kterou můžeme mezi sebou komunikovat. Každá mince má ale rub i líc a jsou zde taktéž rizika současného stylu života – nedostatek pohybu, nebezpečí zneužití osobních dat apod. Nehledě na skutečnosti, které ukazují na negativní dopady virtuálního světa na naši společnost, nemůžeme technologiím odepřít jednu velkou zásluhu. A to, že byly spojovacím můstkem mezi lidmi v době sociálního distancování, v době, kdy jsme se nemohli potkat se svými blízkými a byli nuceni zanechat aktivit, které patřily do běžného života. Pomohly nám se zvládnutím složitého období pandemie.

Již zde zazněla slova jako „online“, „virtuální technologie“, „nekontaktní“, která v období pandemie rezonovala společností. Věnujme zde prostor pro objasnění stěžejních pojmů z digitální oblasti.

Zastřešujícím pojmem, který popisuje vše nehmateriální spojené s internetem, by mohla být **digitální realita**. Pokud je něco *digitální*, znamená to, že je to vyjádřeno pomocí kombinace dvou znaků – 0 a 1, tedy tzv. dvojkové soustavy. Jedná se o princip, na kterém fungují počítače a další digitální technologie – přenášejí informace pomocí zmíněného dvojjednotlivce (Kalaš et al., 2013).

Zajímavě ve své práci *digitální realitu* popisuje Rouha (2019). Přirovnává ji k vesmíru, protože stejně jako vesmír je pro nás nehmateriální, nepopsatelná. Do digitální reality spadají dle něj vše to, co neexistuje reálně. Jde o produkty činnosti technologií, které jsou vytvořeny na principech matematiky a fyziky. Tyto technologie jsou zase výsledkem práce člověka a jeho přirozeného sklonu k usnadňování si práce a života obecně (Rouha, 2019). Spadají sem tedy veškeré digitální technologie, které můžeme popsat jako širokou oblast prostředků, nástrojů, či postupů, které se dotýkají komunikace a počítačů (Kalaš et al., 2013). Mezi technologie řadíme hmotné i nehmotné prostředky – jednak mobilní telefony či počítače, ale i softwary jako jsou sociální média (Facebook, Twitter), nebo online hry.

Digitální technologie jsou zprostředkovateli *virtuálních* či *online* technologií. Obě oblasti jsou zmiňovány v dokumentech z praktické části naší práce, proto si vysvětlíme jejich význam. V běžné řeči možná slova „virtuální“ a „online“ zaměňujeme, nejde ovšem o synonyma.

2.3.1 Virtuální technologie

Virtuální označuje to, co je zjednodušeně řečeno napodobeninou nebo záznamem reálného světa vytvořeným pomocí virtuálních technologií. Steuer uvádí: „...virtual reality is defined as a real or simulated environment in which a perceiver experiences telepresence.“ (Steuer, 1992, 42).

Vnímá virtuální realitu jako prostředí reálné, nebo uměle vytvořené, jehož účastníci jsou svědky *teleprezence*. O tzv. teleprezenci se přímo hovoří v jedné z prací v praktické části naší bakalářské práce autora Sermona et al. (2021). Chápe ji jako možnost zažít pocit, že jsme přítomni na jiném místě, než se reálně nacházíme.

Virtuální realitu zprostředkovává počítač a různé příslušenství – zejména brýle, či speciální oblek, které nám pomáhají vžít se do virtuálního prostředí (Steuer, 1992). V souvislosti s touto problematikou se můžeme setkat také s pojmem *rozšířená realita*, kterou můžeme zařadit do podskupiny virtuální reality. Označuje propojení reálných prvků s těmi počítačově vytvořenými (Vallino, 1998). Může jít např. o svět kolem nás, do kterého jsou doplněny nereálné věci.

Nejběžnějším příkladem, který se nám vybaví, když se řekne virtuální realita, jsou počítačové hry. Své využití má ovšem v mnoha jiných odvětvích než jen v tom zábavním. Virtuální technologie se užívají např. při výcviku bezpečnostních sborů pro simulaci krizových situací. Dále se uplatňují ve zdravotnictví jako prostředek pro rehabilitaci osob s poruchami pohybového aparátu. Kde se využívá i tanečních aktivit (Gallo et al., 2019; Taslimipour et al., 2021). Co se týče umění, využívají se na např. na interaktivních výstavách. Od umění máme blízko k tanci, v němž se virtuální technologie uplatňují ve smyslu představení či vystoupení. Jeden dokument, který jsme již zmínili v souvislosti s teleprezencí, popisuje možnosti využití těchto technologií při zkoušení tanečních představení na dálku (Sermon et al., 2022).

2.3.2 Online technologie

Naproti tomu slovo „online“ odkazuje na dostupnost našeho zařízení k centrálnímu serverovému počítači (HarperCollins, n. d.). Pokud jsme tedy online, jsme viditelní pro jiná zařízení a může docházet k výměně dat mezi propojenými zařízeními, popřípadě k řízení počítačů navzájem. Pokud jsme „offline“, dochází k opaku – naše zařízení pracuje samostatně a nekomunikuje s okolním internetovým prostředím.

2.3.3 Technologie ve výuce – e-learning a online výuka

Digitální technologie se čím dál častěji objevují ve školní výuce. Není to jen otázka let poznamenaných pandemií, školní prostředí jakožto činitel socializace a výchovy musí reagovat na pokrok společnosti. Proto snaha o propojení výuky a moderních digitálních technologií je přirozenou reakcí školství na invenci doby.

Již před vznikem internetu byly tyto snahy patrné, do výuky byly zapojovány různé přístroje a následně i počítače. Odsud pochází pojem *e-learning*, který hovoří o výuce podporované technologiemi, jakési „elektronizaci“ školní výuky. Zajímavé je, že e-learning pochází z doby, kdy ještě nebyl rozšířený internet (Zounek, 2009). Dnes e-learning chápeme jako širokou paletu prostředků využívaných ve vzdělávání, jejichž výčet se pohybuje od počítačů, webových stránek po aplikace umožňující práci s virtuální třídou (Barešová, 2003).

Do e-learningu můžeme řadit „offline“ i „online“ metody. U „offline“ e-learningu jde o vzdělávání pomocí technologií nevyužívajících internet – např. distribuce výukových materiálů přes CD, DVD, flash disk. V dnešní době jsou tyto metody již málo využívané, vzhledem k existenci efektivnějších způsobů (Drtina, 2011).

„Online“ metody jsou analogicky založené na distribuci výukového obsahu přes internet. Z pohledu Barešové je online výuka tedy jen jedním prvkem e-learningu (Barešová, 2003).

Online výuka je typ „... vzdělávání, které k distribuci učebních materiálů využívá počítačovou síť, nejčastěji internet nebo intranet (lokální počítačová síť), informace je však možné sdílet i prostřednictvím jiných typů sítí (např. mobilní sítě).“ (Drtina, 2011, 122).

Nutno ale říct, že mezi oběma pojmy – e-learningem a online výukou – v praxi nebývá rozdíl a často jsou brána jako synonyma.

Online výuka byla jednou z nejrozšířenějších adaptací na sociální distancování v období pandemie Covidu-19. Restrikce se velmi dotkly praktických výukových předmětů, mezi něž patří i tanec jako aktivita velmi závislá na fyzickém kontaktu. Prakticky jedinou možnou cestou, jak alespoň částečně zachovat vzdělávání v tanci, byl přechod na online formu výuky.

Online výukové prostředky můžeme obecně rozdělit na ty, při nichž dochází ke komunikaci „teď a tady“ a na ty, které nevyžadují okamžitou online aktivitu a připojení k síti (Klement et al. 2012).

Do první skupiny spadají aplikace na principu „instant messagingu“. Dle Collinsova slovníku jde o online službu, která umožňuje komunikovat prostřednictvím psaných zpráv několika uživatelům mezi sebou využívajících různá zařízení – počítač či mobilní telefon. Dalším rysem této komunikace je vysoká rychlost, se kterou se zpráva objeví na zařízeních uživatelů (HarperCollins, n. d.).

Do této skupiny bychom zařadili aplikace jako Messenger či WhatsApp, které mohou být využívány pro rychlou komunikaci mezi učiteli a studenty. Vhodnější pro výuku jako takovou jsou aplikace, které kromě komunikace nabízejí i další služby jako online hovory, zasílání souborů apod. Mezi ty patří např. Skype, či aplikace přímo uzpůsobené pro online výuku: MS Teams, Zoom či Google Classroom. Poslední zmiňované jsou známé především díky online výuce v období pandemie. Snaží se napodobit výuku ve třídě – umožňují živý přenos výuky online, nahrávání záznamu z přednášek, poskytování výukových materiálů, tvorbu virtuálních pracovních skupin pro kooperaci studentů apod.

Druhá skupina představuje prostředky online výuky, které nejsou závislé na konkrétním čase jejich používání. Není potřeba účast všech uživatelů v určitý čas na jednom místě, čímž poskytují flexibilitu. Zařadili bychom sem např. výukové webové stránky, výuková videa, aplikace usnadňující výuku nebo celá výuková prostředí. Mezi takové spadá i tzv. Learning Management System (LMS). Je to komplexní systém, který poskytuje uživatelům studijní prostředí, shromažďuje studijní materiály jednotlivých předmětů, zaznamenává studijní výsledky apod. Běžně se využívá především na vysokých a středních školách a bývá doplňkem ke kontaktní výuce. Jedním z příkladů LMS je prostředí Moodle (Barešová, 2003).

Pro zajímavost uvádíme výsledky výzkumu „Český učitel ve světě technologií“, které reflektují pohled učitelů na nekontaktní výuku při nástupu pandemie na jaře a v létě 2020. Nejvíce využívali online technologie pro komunikaci se žáky, zadávání úkolů a procvičování učiva. S žáky komunikovali nejčastěji přes email, webové stránky školy, WhatsApp, Messenger, či přes Google Classroom. Menší zastoupení měly aplikace MS Teams či Zoom (dle mého názoru proto, že mezi respondenty nebyli učitelé vysokých škol, kde je využívání těchto platforem rozšířenější). Pozitivním ukazatelem bylo malé procento učitelů (6, 65 %), které uvedlo, že jim využívání online technologií ve výuce působí těžkosti. Tento názor však není zobecnitelný, velmi záleží na míře digitální gramotnosti a také na věku. V praktické části naší práce poukazuje Ratnaningrum na těžkosti při používání technologií zejména u učitelů staršího věku. S problémy se potýkali také učitelé tance (Li, 2021).

Ač některé z online prostředků existovaly již dříve, v období pandemie byly vítanými pomocníky a naplno se využil jejich potenciál. Nutnost najít alternativy k osobnímu setkávání, které nebylo možné, se neobjevovala pouze ve školství, ale všude tam, kde se provozovaly aktivity přímo vázané na osobní kontakt – v zaměstnání či volnočasových aktivitách.

Online prostředky, zmíněné výše, neměly význam jen pro školství, ale i pro širokou veřejnost. V našem případě můžeme konkrétně uvést online taneční lekce, nahrávání tanečních videí, či pořádání webinářů (neboli online seminářů) a konferencí pro taneční organizace, či vývoj aplikací a softwarů s taneční tematikou.

3 CÍLE

3.1 Hlavní cíl

Hlavním cílem této práce je popsat tanec v online prostředí v průběhu pandemie Covidu-19, a to pomocí rozboru dokumentů vyhledaných v 6 elektronických databázích.

Hlavní cíl specifikujeme pomocí následujících dílčích cílů.

3.2 Dílčí cíle

- 1) Popsat důvody, proč byl tanec v průběhu pandemie Covidu-19 realizován.
- 2) Zjistit, jakých cílových skupin se tanec týkal v průběhu pandemie Covidu-19.
- 3) Určit, v jakých formách se tanec v průběhu pandemie Covidu-19 provozoval.
- 4) Popsat, jaké prostředky byly použity k tomu, aby se tanec v průběhu pandemie Covidu-19 mohl realizovat.
- 5) Uvést, jaké závěry vyplývají z realizace tance v období pandemie Covidu-19.

3.3 Výzkumné otázky

- 1) Co je známo o tanci online v průběhu pandemie Covidu-19?

4 METODIKA

V této práci jsme pro vyhledávání poznatků o námi zkoumané oblasti – realizaci tance v období pandemie Covidu-19 – využili elektronické databáze. Jednalo se konkrétně o databáze: Web of Science, Scopus, Medline, SPORTDiscus, ProQuest a Google Scholar.

Vyhledávání zahrnovalo dokumenty s datem publikování od 1.1. 2020 do 31.12. 2021. Výjimkou je článek autora Kim et al. (2022), u nějž je uveden rok publikování 2022. Je do našeho výběru zařazen z toho důvodu, že v databázi Medline byl uveřejněn již na konci prosince 2021, proto splňuje naše kritéria. Druhou výjimkou je práce, jíž představuje Sermon et al. (2022), která byla publikována online již v prosinci 2021, ale v časopise vyšla až roku 2022.

Před vyhledáváním dokumentů jsme nejprve stanovili klíčová slova, jež vymezují téma, kterému se věnujeme, a ty jsme následně vložili do všech zmíněných databází. Byla to klíčová slova: **dance AND online AND Covid-19**.

Následně jsme vyslovili kritéria inkluze, které zahrnovaly: dokumenty v angličtině a typem dokumentů měly být články s datem publikování 2020-2021.

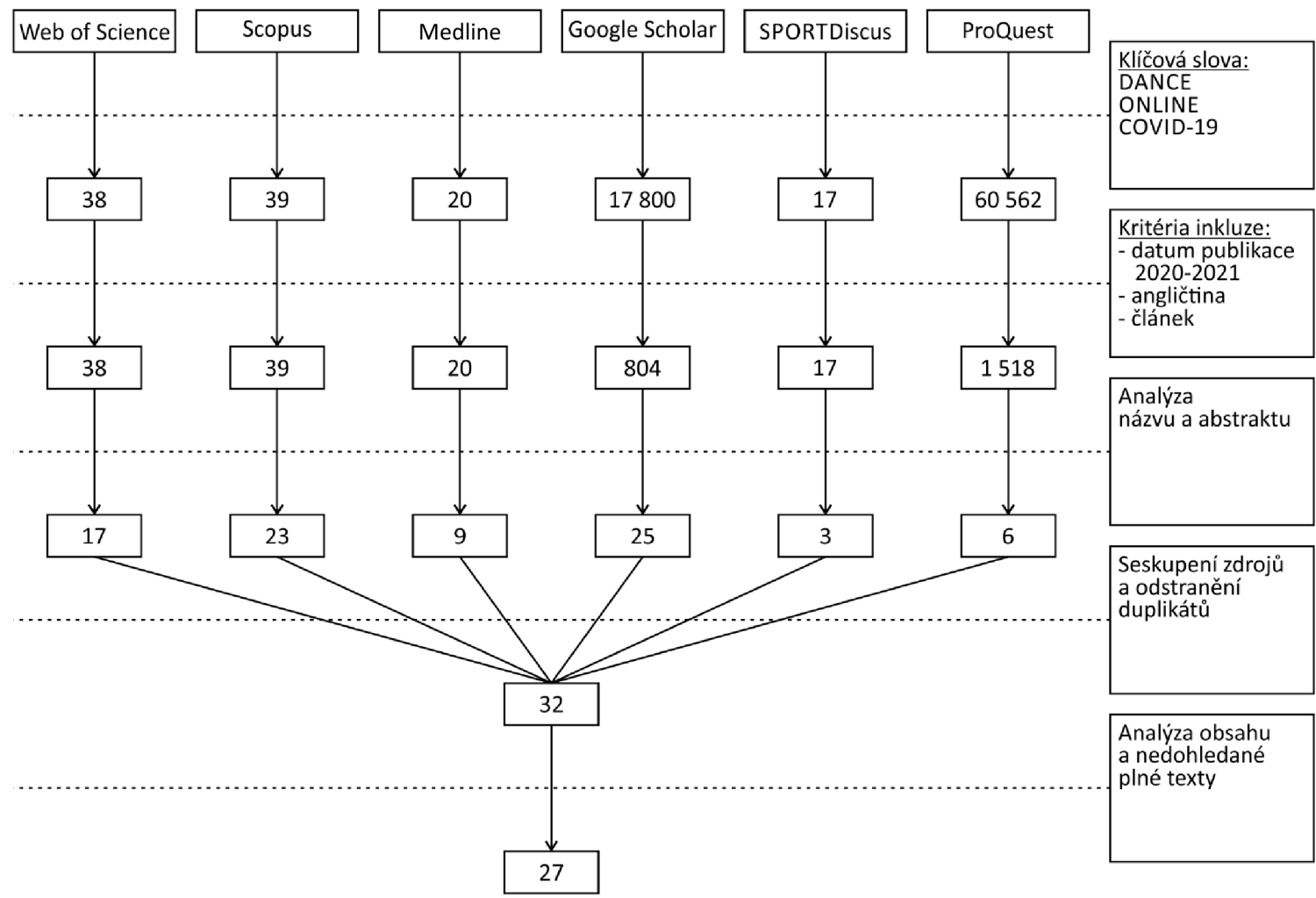
V návaznosti na to jsme zúžený výčet dokumentů podrobili analýze názvu a abstraktu. Předposledním krokem bylo odstranění duplicitních dokumentů, přičemž tímto užším výběrem prošlo 32 dokumentů. U nich jsme přistoupili k analýze plných textů. Z 32 dokumentů jsme ještě 5 vyloučili. Dva z nich z důvodu, že se jejich téma odklánělo od našeho záměru. Zbylé tři zmíněné zdroje jsme do naší práce nemohli zahrnout kvůli nemožnosti dohledat plný text.

Tato práce pracuje s konečným počtem **27** dokumentů. Mezi nimi jsou články různého typu, neomezovali jsme se pouze na studie ve snaze o co nejlepší zmapování našeho tématu. Ze stejného důvodu, a vzhledem ke krátkému časovému odstupu od publikování, jsou v naší práci nejen recenzované články, ale je zde zařazen také jeden preprint (Ghanai et al., 2021).

Celý postup selekce dokumentů je zobrazen v Obrázku 1.

Obrázek 1

Metodika výběru dokumentů



5 VÝSLEDKY

5.1 Charakteristika dokumentů

Z celkového počtu 27 nalezených dokumentů je 14 z nich koncipováno jako vědecké studie (s designem kvantitativním, kvalitativním či smíšeným). U ostatních zdrojů se jednalo o články – popisné, nebo laděné jako úvahy a zamyšlení. 26 dokumentů je recenzovaných, 1 studie je preprintem, kterou jsme zařadili ve snaze o pokrytí všech eventuálních zdrojů.

Mezi dokumenty se vyskytovaly takové, které byly napsány ryze z důvodu pandemie – popisovaly taneční programy či intervence, které vznikly záměrně jako reakce na pandemii Covidu-19. Jsou tu ovšem i takové, které se původně zabývaly „necovidovou“ problematikou, ale protože autorům do jejich projektů v průběhu zasáhla, byli nuceni na ni reagovat, a zmínky o ní poté zahrnuli do své práce. Některé online projekty dokonce nejsou vázány pouze na pandemii, ale autoři počítají s jejich využitím i po ní.

V hlavní Tabulce 1, z níž vycházíme v celé práci, je shrnuta základní charakteristika jednotlivých dokumentů.

Tabulka 1

Charakteristika dokumentů

Jméno prvního autora a rok publikování	Charakteristika výzkumného souboru	Metody	Východiska	Závěry	Typ dokumentu
Bek et al., 2021	Osoby s Parkinsonovou nemocí n = 276 věk = 45-88 let Velká Británie, USA, Kanada, Irsko, Švýcarsko, Jižní Afrika	Online průzkum přes SelectSurvey.net Komparace testovací a kontrolní skupiny Červen-listopad 2020	Zkoumali dojmy a zkušenosti pacientů s online tanečním programem – kolik z nich se zapojilo, jaká vnímali pozitiva, negativa a případná omezení při práci s online zdroji.	Některé z benefitů tance jsou pacientům přenositelné i online. Domácí cvičení je dostupné a využitelné pro osoby s Parkinsonovou nemocí.	Kvantitativní studie
Bohn et al., 2021	Studenti a pracovníci na univerzitě University of South Florida	Popis	Popisují online taneční lekce poskytované pro univerzitní studenty a pracovníky školy v období pandemie, s cílem zmírnit stres a úzkost ze sociální izolace a pomoci jim lépe se na novou situaci adaptovat.	Program by mohl sloužit jako model pro ostatní organizace, školy, které by potenciálně čelili podobným situacím v budoucnu (např. další vlny Covidu-19).	Článek
Bonilla, 2021	Taneční lektori Alberto Barrios a Carmen Román	Rozhovor	Článek dokumentuje „Somatic Sauce 2020“ – webovou platformu zaměřenou na tanec s africkými a latinskoamerickými kořeny. Web obsahuje videa online lekcí, studijní materiály a rozhovory s lektory.	Jeich specifické výukové přístupy jsou ověřené a aplikovatelné i v nekontaktní době Covidu-19.	Článek

Bruyneel et al., 2020	<p>Studenti přípravného ročníku oboru současný tanec</p> <p>n = 12 (6 chlapců, 6 dívek) věk = 17-20 let</p> <p>Lyon National Conservatory of Music and Dance, Francie</p>	<p>Dotazník</p> <p>(zjišťování spokojenosti studentů a učitelů s přizpůsobenou výukou)</p>	<p>Cílem bylo popsat a sdílet kroky, které škola přijala v době lockdownu, aby zajistila co největší možnou kvalitu a kontinuitu studia.</p>	<p>Naplnil se záměr školy, a to předejít u studentů studijním a zdravotním komplikacím v průběhu pandemie. Za pozitivní vnímají vytvoření nových výukových přístupů, které mohou být využity také v budoucnu. Jejich zkušenosti by mohly být nápomocné jiným konzervatořím.</p>	Kvantitativní studie
Emmanouilidis et al., 2021	Osoby s Parkinsonovou nemocí	<p>Systematická studie</p> <p>7 elektronických databází</p>	<p>Cílem studie bylo zhodnotit kontaktní a online formu terapeutické taneční intervence jako dostupnou formu PA pro jedince s Parkinsonovou nemocí. Hlavním zájmem byly oblasti rovnováhy, chůze a kvality života.</p>	<p>Výsledky prokázaly, že tanec pro jedince s Parkinsonovou nemocí (v počátečním a středním stádiu nemoci) představuje dostupnou a efektivní formu pohybové aktivity nehledě na to, zda je realizován kontaktně či nikoliv.</p>	Systematická studie
Garcia-Medrano, 2021	<p>Účastníci online DMT</p> <p>n = 41 Věk = 18+ let</p> <p>Belgie, Mexiko, Španělsko, USA, Skotsko</p>	Popis	<p>Cílem bylo sdílet osobní zkušenosti terapeutky s prací online, které získala z 9měsíční online intervence nazvané „Spontaneous movement“, kterou soukromě provozovala.</p>	<p>DMT lze provozovat i online – mezi benefity řadí zlepšení psychického stavu klientů a možnost socializovat se alespoň na dálku. Za negativa považuje větší unavitelnost účastníků.</p>	Článek
Gingrasso, 2020	<p>Taneční umělci a lektoři</p> <p>n = 11</p> <p>USA</p>	Popis, rozhovor	<p>Cílem bylo shromáždit a popsat zkušenosti tanečních lektorů s pandemií s ohledem na jejich profesi.</p>	<p>Výsledkem je soubor ucelených pohledů na pandemii z pozice tanečních lektorů, který může být inspirací ostatním.</p>	Článek

Grasser et al., 2021	Mladiství vyrůstající v rizikových oblastech a uprchlíci Stress, Trauma and Anxiety Research Clinic USA	Popis	Popisují, jak terapeutická klinika převedla terapeutické přístupy do online podoby. Cílem bylo snížit u dětí stres a úzkost a naučit je strategiím jeho zvládání.	Při online hodinách se dospívající cítili komfortněji. DMT napomohla k efektivnímu zvládání stresu. Online verze DMT by mohla po pandemii zajistit dostupnost terapií i lidem, kteří by to potřebovali, ale normálně by na ně nedosáhli.	Dopis editorovi
Heyang et al., 2020	Norsko, Čína	Narativní analýza Zamyšlení a strukturace zkušeností 2 učitelů tance z různých univerzit	Polemizovali, jaký může mít pandemie Covidu-19 dopad na mezinárodní terciární výuku tance.	Nemohli své aktivity provádět tak, jak byli zvyklí. Pomaleji dosahovali cílů své práce. Zato pořádali více konferencí a věnovali více času mezinárodní výzkumné spolupráci.	Kvalitativní studie
Katayoun et al., 2021	Osoby s Parkinsonovu nemocí n = 22 (17 žen, 5 mužů) věk = okolo 68 let	Online formulář hodnotící náladu před a po online lekci, návštěvnost, spokojenost.	Zkoumali přesun „Dance for PD“ do online prostředí, aby určili, do jaké míry virtuální formát lidem nabízí emoční podporu či jiné přínosy (srovnávali taneční hodiny před a během pandemie).	Online „Dance for PD“ má prokazatelně pozitivní vliv na pacienty (např. na jejich náladu). Oceňují, že mají metodiku, kterou mohou využít v případě dalších vln Covidu-19.	Pilotní studie
Kelly et al., 2021	Osoby s Parkinsonovou nemocí Z celého světa	Popis	Cílem je představit jejich postup při adaptaci „Dance for PD“ na pandemické podmínky.	Našli nové kreativní cesty realizace „Dance for PD“, ve kterých hodlají pokračovat. Díky online lekcím se jejich program stal dostupnějším pro všechny.	Článek

Kim et al., 2021	Respondenti s minimálně 1 rokem praxe v oblasti tance a „performing arts“ n = 91 (71 žen, 20 mužů) věk = 20-50 let Korea	IPA dotazníky (sebehodnocení) Odpovědi shromážděny od 14. do 23. září 2020	Cílem je prozkoumat strategie, kterými by se dal taneční obsah distribuovat online, a to i po Covidu-19. Zaměřují se zejména na přenos online představení skrze OTT streamování (=internetová televize).	Na základě závěrů navrhuji pokyny pro distribuční strategie tanečního obsahu. Výsledky ukazují, že úprava autorských práv a kvality video obsahu tanečního vystoupení by měla být na prvním místě. Také by měl být zaveden nový systém propagace, který by přilákal větší online publikum.	Kvantitativní studie
Lara-Aparicio et al., 2021	-	Popis postupu	Cílem bylo představit didaktický návod, jak provozovat Expressive Movement & Creative Dance (EMCD) doma, který by byl využitelný i po pandemii – a byl by návodem jak pro odborníky, tak pro veřejnost. Dalším cílem bylo představit nový pohybový koncept #VIDLOP.	Doufají, že jejich práce bude nástrojem pro zlepšení kvalifikace uživatelů tanečního programu (EMCD) a povede k jeho správnému metodickému použití.	Článek
Levens, 2021	-	Popis, rozhovor	Popis tanečně-hudebního projektu DISDANCE, který vznikl za podpory online technologií v průběhu pandemie. Doplněný o rozhovor s hlavní aktérkou, tanečnicí, Nicoletou Demian.	Vyzkoušeli nové možnosti skupinové improvizace navíc vysílané online, kdy každá strana – hudebníci, tanečnice i diváci – byli na odlišném místě. Může to být způsob, jak spojit umělce a diváky v období restrikcí.	Článek
Li, 2020	Univerzitní studenti Čína	Pozorování	Cílem článku je představit osobní zkušenost autora (učitele tance) s přechodem taneční výuky na online formu.	I přes prvotní nesnáze přechodu na online výuku, byla nakonec nejen uskutečnitelná, ale také přinesla benefity, mezi něž patří např. větší prostor pro kreativitu studentů, či lepší přehled o výkonech studentů pro učitele.	Článek

Li, 2021	<p>Studenti n = 121</p> <p>Učitelé n = 10</p> <p>Macau, Čína, Malajsie, Hong, Kong, Jižní Korea, USA, Filipíny</p>	<p>Kvalitativní metody výzkumu – rozhovory (s učiteli a studenty), online dotazníky (pro studenty), posuzování nahrávek online hodin a snímků obrazovek.</p>	<p>Cílem bylo zhodnotit vliv Covidu-19 na mezinárodní taneční terciární vzdělávání. Konkrétně zhodnotit, jakou měrou použití digitálních technologií (kvůli Covidu-19) podporuje kreativitu a příležitosti ve výuce tance.</p>	<p>Důsledkem spojení technologií a tance je nárůst kreativity, je třeba vymýšlet nové cesty více než kdy dříve. Lze říci, že online výuka vedla studenty a učitele k větší tvořivosti než ta kontaktní.</p>	Kvalitativní studie
Martin et al., 2020	Austrálie	Případová studie	Cílem bylo popsat možnosti transformace pohybových výzkumů do online podoby.	Popsali možnosti adaptace tanečních výzkumů na online podmínky, ale některé z nich nebylo možné přesunout.	Případová studie
Mesika et al., 2021	Dospělí jedinci s depresí účastníci se DMT jako části svého léčebného plánu	<p>Komparace testované a kontrolní skupiny</p> <p>Autoevaluace před intervencí a po intervenci (po 3 měsících)</p>	Cílem bylo představit pilotní projekt zařazení DMT do léčebného plánu pacientů trpících depresí, popsat jeho adaptaci na covidové podmínky a zhodnotit jeho účinky.	Přestože se museli přizpůsobit covidovým podmínkám, DMT přinesla pozitivní výsledky: snížila příznaky deprese a zvýšila motivaci si hrát (zapojovat se, být kreativní), což následně vedlo ke zvýšení pocitu vitality. Adaptace programu navíc přinesla nové vítané možnosti – přesunutí terapií do přírody.	Kvantitativní studie
Morris et al., 2021	Osoby s Parkinsonovou nemocí (v počátečním až středním stadiu nemoci) n = 12 (9 žen, 3 muži) věk = 34-65 let	„Mix-method research“ 1. Kvalitativní – rozhovory 2. Kvantitativní – měření dostupnosti	Cílem je zhodnotit proveditelnost a účinek online terapeutických tanečních lekcí „ParkinDANCE“.	Online terapeutický program „ParkinDANCE“ je pro účastníky bezpečný, proveditelný a přínosný. V průběhu pandemie byl vhodnou formou fyzické aktivity a i v budoucnu má potenciál poskytovat lidem zdravotní i sociální benefity.	Kvantitativní i kvalitativní studie
Paranti et al., 2021	Učitelé a studenti n = 15 Univerzita Negeri Semarang Indonésie	„Mix method reserach“ 1. Kvalitativní – rozhovor, pozorování, rešerše literatury 2. Kvantitativní – dotazník	Cílem bylo zhodnotit strategii výukové metody tance v průběhu pandemie. Popisují, jak výuku tance přizpůsobili online podmínkám a také zjišťují zpětnou vazbu spokojenosti od učitelů a studentů.	Mezi benefity online výuky řadí flexibilitu. Negativně naopak hodnotí nutnost vlastnit potřebné technologie a nemožnost poskytnutí zpětné vazby při tanci.	Kvantitativní i kvalitativní studie

Pituxcoosuvam et al., 2021	Začátečníci v baletu, samoukové Japonsko	Popis tvorby nového softwaru pro korekci pohybů tanečníka	Studie představuje podpůrný systém, který dokáže provést korekci chyb v tanečních pohybech (konkrétně v baletních pozicích).	Systém je navržen pro online výuku baletu doma, ale v budoucnu by tvůrci chtěli systém rozšířit i o všechny ostatní taneční styly, sporty a cvičení.	Článek
Ratnaningrum et al., 2021	Učitelé 12 základních škol n = 48 Tegal Barat, Indonésie	Online dotazníky Google form	Cílem výzkumu je analyzovat, zda použití online vzdělávacích médií založených na animaci „Powtoon“, může zvýšit kvalitu výuky tance na základních školách.	Použití vzdělávacích médií založených na animaci „Powtoon“ má nároky na kreativitu učitele, ale zároveň zvyšuje vzdělávací kompetence studentů.	Kvantitativní studie
Rothman, 2021	Dívka s autismem a Downovým syndromem	Popis	Popis zkušenosti psychoterapeuta s online DMT. Rozebírá práci s jednou ze svých klientek realizovanou online.	I přes technologické obtíže při online výuce DMT pozitivně ovlivnila klientčin stav.	Případová studie
Sekarningsih et al., 2021	Studenti střední školy n = 34 Indonésie	„Design-based“ výzkum Kvalitativní metody - posouzení, rozhovory, dotazníky	Cílem projektu bylo navrhnout výukové webové stránky s taneční tematikou (s názvem „Nari Kuy“) pro studenty střední školy, které by byly vhodné pro vzdělávání studentů v období pandemie. Druhým cílem studie bylo zjistit efektivitu vytvořených webových stránek.	Výsledky dokázaly, že navržené webové stránky vyhovují potřebám online výuky v době pandemie. Mezi výhody uvádějí flexibilitu, mezi nevýhody naopak obtížnou kontrolu nad studenty.	Konstrukční studie

Sermon et al., 2021	-	Popis	Cílem bylo představit projekt „Telepresence Stage“ navržený pro umělecký průmysl v období Covidu-19. Popisují, jak využili již existující virtuální metody k tvorbě alternativních možností práce pro divadla a taneční skupiny, kteří tak mohou zkoušet a vystupovat i bez toho, aniž by byli spolu na jednom místě.	Metoda bude využitelná pro umělce i po Covidu-19 (pro divadla, taneční skupiny). Nebude potřeba cestovat dlouhé vzdálenosti, čímž se ušetří peníze i životní prostředí.	Výzkumná zpráva
Schmid et al., 2021	Taneční organizace v USA	Popis	Popisují způsoby, jakými zareagovaly jednotlivé taneční organizace napříč USA na covidové podmínky.	Pandemie by nám měla být inspirací k přehodnocení vzdělávacího paradigmatu v taneční výchově. Pokud tak neučiníme, všechna kolektivní snaha v měsících pandemie byla zbytečným úsilím.	Článek
Zhang, 2020	Čína	Popis	Popisují, jak v Číně tanec využili jako prostředek pro zvládnutí pandemie. Hovoří o spontánním tanci pracovníků nemocnic a pacientů s mírnými příznaky, který byl jako video sdílen na sociálních sítích. Hovoří také o bezplatných online tanečních lekcích pro veřejnost pořádaných profesionálními tanečníky.	Tanec může pomoci lidem s mírnými příznaky Covidu-19 překonat nemoc – jednak díky psychické pohodě a jednak díky posílení imunity. Také může být využit jako prostředek stmelení společnosti v boji proti pandemii.	Článek

5.2 Účel realizace tance online v průběhu pandemie Covidu-19

V této kapitole objasňujeme důvody, proč se lidé věnovali tématu tance v období pandemie. Popisujeme pohnutky, které vedly k publikování článků či studií na toto téma.

Jedním z hlavních důvodů, proč se tanec realizoval v období pandemie byl, že lidé chtěli pokračovat v již započatých tanečních programech, při jejichž vzniku se nepředpokládalo, že dojde k něčemu takovému, jako je celosvětová pandemie. I přes omezení bylo možné v tanečních programech pokračovat, avšak za předpokladu přijetí opatření a modifikací. Mnoho článků se věnuje popisu toho, jak museli lidé postupovat, aby tanec z „face-to-face“ režimu převedli do nekontaktní formy. A to do takové podoby, aby byl co nejméně narušen jeho potenciál, hodnoty a benefity, které skrze něj přijímáme.

Záměr, se kterým byly jednotlivé dokumenty publikovány, se lišil. V následujících podkapitolách kategorizujeme jednotlivé zdroje dle jejich zaměření. Některé zdroje se se svým účelem prolínají, proto je možné je zařadit do více kategorií.

5.2.1 Terapeutické účely

Jedna skupina vyhledaných dokumentů popisuje tanec jako prostředek terapie. Buď jako cestu k uvolnění napětí, k pocítění radosti či odreagování se (v tomto případě jde o klasickou taneční lekci či terapeutický tanec). Nebo jako regulérní terapeutický nástroj, prostřednictvím něhož můžeme léčit – tanečně-pohybovou terapii (DMT).

Patří sem dokumenty popisující tanec jako součást léčby osob s určitým onemocněním. Pět z vyhledaných dokumentů (4 studie a 1 článek) se věnují tanci online pro osoby s Parkinsonovou nemocí (Bek et al., 2021; Emmanouilidis et al., 2021; Ghanai et al., 2021; Kelly & Leventhal, 2021; Morris et al., 2021). Je známo, že tanec těmto osobám pomáhá lépe zvládat průvodní příznaky jejich nemoci. Právě proto pro ně byly navrženy taneční programy „Dance for PD“ nebo „ParkinDANCE“.

Všech 5 dokumentů se věnuje procesu přizpůsobování tanečních programů nekontaktní době – tedy jejich přesunu do online prostředí.

Další 4 zdroje se zaměřují na tanečně-pohybovou terapii online. Jeden z nich, od autorů Mesika et. al (2021), se věnuje tanečně-pohybové terapii osob s depresí, pro něž byla tato aktivita zařazena do jejich léčebného programu. Jednak popisují jeho adaptaci na online podmínky, jednak hodnotí jeho účinky.

Naopak Garcia-Medrano (2021) ve své reflexi popisuje vlastní zkušenosti s online tanečně-pohybovou terapií, kterou provozovala pro klienty ve své psychoterapeutické praxi. O své zkušenosti s online tanečně-pohybovou terapií pro pacientku s PAS a Downovým syndromem se v případové studii dělí i Rothman (2021).

Podobné poznatky o online DMT, tentokrát u dětí a mladistvých, předkládá ve svém dopisu editorovi Grasser & Javanbakht (2021).

Zajímavě k tanci přistupuje Zhang (2020) ve svém článku, který byl datován k samotnému začátku pandemie. Věnuje se v něm situaci v „ohnisku“ nákazy – oblasti čínského Wu-chanu, ke kterému tehdy upíral pozornost celý svět. Článek je koncipován jako motivační zpráva k (nejen) čínskému lidu. Autor má za cíl motivovat a stmelit společnost v boji proti nemoci.

Snahu pomoci ostatním zvládat nelehkou situaci pandemie můžeme vidět i v tanečním online programu pro vysokoškolské studenty z Floridy, pro něž byl realizován za účelem zmírnění stresu a úzkosti ze sociální izolace v průběhu lockdownů. Bohn a Hogue (2021) ve svém článku předkládají popis tanečního programu, jenž by se mohl stát návodem pro podobné situace v budoucnu.

5.2.2 Výzkumné účely

V další skupině dokumentů byl tanec využit za účelem výzkumu. Jedná se o vědecké studie jejichž předmětem výzkumu jsou nějaké taneční intervence. Obecně řečeno – autoři většinou zkoumali, jak se povedlo tanec přizpůsobit online podmínkám a jaké jsou zde rozdíly mezi klasickým tanečním setkáním a tím nekontaktním.

Mezi studie zabývajícími se taneční intervencí patří již zmíněné práce o online tanci pro osoby s Parkinsonovou nemocí (Bek et al., 2021; Ghanai et al., 2021; Kelly & Leventhal, 2021; Morris et al., 2021). Jednou z nalezených studií s touto tematikou byla také rozsáhlá přehledová studie (Emmanouilidis et al., 2021).

Do této kategorie patří také již zmíněná studie, která se zaměřila na výzkum tanečně-pohybové terapie pro pacienty s depresí (Mesika et al., 2021).

Mezi všemi dokumenty vyniká práce Martina et al. (2020). Jde o případovou studii, která se zabývá realizací výzkumů s tanečně-pohybovou náplní. Kvůli pandemii měly podobné praktické výzkumy ztížené podmínky a bylo třeba hledat alternativy tak, aby jejich práce mohla pokračovat. Martin et al. zkoumá přizpůsobení 3 tematických případových studií online režimu a zda je vůbec možné.

5.2.3 Vzdělávací účely

Výuka byla v období pandemie velmi diskutovaným tématem, protože právě vzdělávací oblast byla restrikcemi značně ovlivněna. Žáci a studenti strávili z důvodu nařízené sociální izolace několik měsíců doma a před resorty školství stála důležitá otázka – jak umožnit, aby vzdělávání mohlo probíhat i nadále?

Se stejnými problémy se potýkala i výuka tance, ba možná ještě s většími. Online výuka teoretických předmětů se mohla téměř rovnat kvalitě kontaktní výuky. Avšak jak nekontaktně předat praktické dovednosti, které jsou tak závislé na osobním setkávání? O restrukturalizaci výuky tance v období pandemie hovoří následující dokumenty.

Výuce tance na francouzské konzervatoři se věnuje Bruyneel et al. (2020). Záměrem bylo zdokumentovat jejich počínání při adaptaci výuky na online formu a následně zhodnotit přijatá opatření očima studentů a pedagogů. Mimo jiné se snažili, aby jejich práce mohla být pomocí či inspirací pro jiné taneční školy řešící tutéž situaci. Podobné poselství – pomoc druhým v nelehké době – zmiňuje několik námi studovaných dokumentů.

Podobnému tématu jako Bruyneel et al. (2020) se věnuje Paranti et al. (2021), který popisuje, jak na univerzitě v Indonésii přizpůsobili výuku lidových tanců (zejména tzv. tance *Semarang*) online režimu. I oni v rámci své studie zjišťují zpětnou vazbu od zainteresovaných studentů a učitelů.

Další, taktéž indonéská studie, řeší online výuku tance na střední škole. Jejich iniciativou se stala tvorba webové platformy, přes kterou mohli žáci studovat taneční výchovu. A to díky přiloženým videím a výukovým materiálům (Sekarningsih et al., 2021).

Třetí dokument původem z Indonésie se zaměřuje na mapování využívání online technologií ve výuce. Konkrétně řeší využití aplikace „Powtoon“ (založené na animaci) v online výuce tance (Ratnaningrum et al., 2021).

Do této skupiny věnované vzdělávání by mohla patřit taktéž práce autorky Lara-Aparicio et al. (2021), která se oproti výše zmíněným přímo nezabývá školním prostředím. Předkládá metodický popis, jak provozovat specifický taneční styl Expressive Movement & Creative Dance. Autoři návod přizpůsobili covidovým podmínkám. Popisují, jak tento druh tanečního projevu provozovat doma. Je určen jak profesionálním lektorům, tak učitelům ve škole, ale i veřejnosti a autoři věří, že své uplatnění najde i po pandemii.

5.2.4 Hledání možností přenosu tance online

Další typy dokumentů v sobě spojovaly dvě na první pohled odlišné věci – tanec a digitální technologie. Pandemie tomuto spojení napomohla, protože bylo zapotřebí hledat cesty, jak šířit tanec nekontaktní cestou. Proto vzniklo mnoho různých projektů, které zkoušely navrhnout nové programy či aplikace, které by zprostředkovaly tanec skrze online prostředí.

Jedním z příkladů je projekt „Telepresence Stage“ autorů Sermona et al. (2021), kteří navrhli způsob, jakým by spolu lidé mohli virtuálně existovat na jednom místě, i když by se každý reálně vyskytovali někde jinde. Tento propracovaný software by mohl být nápomocen divadlům, či tanečním skupinám, kteří by spolu mohli zkoušet, případně vystupovat i na dálku (Sermon et al., 2022).

Podobnou problematikou se zabývá Kim et al. (2022), který zkoumá strategie, pomocí nichž by se dal taneční obsah (jako např. taneční představení) distribuovat online. Zaměřují se zejména na metodu „OTT“ – jde o online přenos přes internetovou televizi, tzv. streamování. Svou práci nerealizovali pouze kvůli Covidu-19, jejich záměrem bylo nalézt strategie online přenosu, které by byly využitelné i v budoucnu. Dle jejich slov tím chtějí překonat mezeru mezi uměním a popularitou.

Jak by mohlo v praxi fungovat spojení mezi tancem a technologiemi na svém příkladu uvádí unikátní hudebně-taneční projekt „DISDANCE“, realizovaný profesionální tanečnicí Nicoletou Demian a hudebním souborem the Ton Art Ensemble. Vytvořili krátké video, kde tanečnice improvizovala na improvizovanou hudbu – avšak ani jedna ze stran nebyla fyzicky přítomna na jednom místě. Tanečnice, hudební soubor i diváci byli pouze v online spojení. Vznik tohoto projektu je důkazem, že i v období pandemie je možné spojit umělce s publikem (Levens, 2021).

Nyní se přesuneme od virtuálního přenosu tanečních představení k nově vyvinuté aplikaci s velkým potenciálem pro taneční praxi. Pituxcoosuvarn a Murakami (2021) uvádí systém, který je schopen rozpoznat a opravit chyby v pohybech tanečníka. Reagují na vzrůstající oblibu domácích online tanečních aktivit v době Covidu-19, která s sebou nese problém s nemožností poskytnutí zpětné vazby tanečnickům. Konkrétně se zaměřují na samouky v baletu a přináší jim možnost, jak se zlepšovat doma, bez kontaktu s trenérem. Tento program je tanečnickům schopen poskytnout zpětnou vazbu při jejich prezentaci baletních pozic. Autoři by však v budoucnu chtěli k baletu doplnit i ostatní taneční disciplíny a rozšířit tak jeho využitelnost.

Zajímavý a jednoduchý způsob, jak tanec přiblížit lidem, našli Kelly a Leventhal (2021). Popisovali přizpůsobení již zmíněného tanečního programu „Dance for PD“ online podmínkám.

Jelikož mnoho z jejich klientů s Parkinsonovou nemocí je staršího věku, absence počítačové gramotnosti jim znemožňovala účastnit se online lekcí. Autoři se na tento fakt snažili zareagovat a vytvořili program „Dance by Phone“. Nahráli krátké audiovizuální zprávy s tanečním cvičením, které lze poslat formou SMS i lidem, kteří nevlastní „chytré telefony“.

Bonilla (2021), podobně jako Sekarningsih et al. (2021), se lidem snaží poskytnout tanec přes webové stránky. Tentokrát se, na rozdíl od zmíněného autora, nejedná o školní výukové stránky, ale o web pro veřejnost, který obsahuje audiovizuální i teoretické materiály k výuce specifických tanečních stylů vycházejících z domorodých tanců Afriky a Latinské Ameriky (Bonilla, 2021).

5.2.5 Sdílení zkušeností s tancem online

Tato skupina prací má jedno společné – vychází z vlastních zkušeností autorů, často v uvozovkách obyčejných lidí, kteří sdílejí svůj pohled na pandemii Covidu-19 a její zásah do tanečního světa. Nejedná se, až na jednu, o strukturované vědecké studie. Jsou to úvahy, reflexe, zamýšlení, či prosté popisy situace. Z mého pohledu jsou tyto dokumenty velmi zajímavé, nejde v nich sice o vědecky podložené poznatky, ale zprostředkovávají nám bezprostřední emoce lidí, a tak doplňují mozaiku informací a pohledů v naší práci. Díky nim získáváme ucelený pohled na námi zkoumané téma.

Na začátek pandemie reagují Heyang a Martin (2021) ve své kvalitativní studii. Jako dva učitelé ze dvou různých univerzit polemizují, jak pandemie zasáhne taneční program mezinárodního terciárního vzdělávání, když není možné udržovat osobní kontakt s ostatními zeměmi. Popisují také činnosti, které v období pandemie podnikly.

Se stejnou tematikou – mezinárodního terciárního tanečním vzdělávání – přichází mimochodem Li (2021), který navazuje na rozpravu výše zmíněných autorů. Ve své studii se snaží zhodnotit vliv tance online na kreativitu zúčastněných, jejichž zkušenosti mu jsou vodítkem. Reflektuje jednak kreativitu učitelů, kteří museli přehodnotit svůj pedagogický přístup, jednak tvořivosti studentů při vyučování.

Gingrasso (2021) oslovila 11 tanečních lektorů, aby se podělili o své zkušenosti s výukou tance online, a jejich výpovědi zpracovala formou populárně-naučného článku. Již jeho název „Practical resources for Dance Educators!“ vypovídá o potřebě sdílet zkušenosti a navzájem si pomáhat v nově nastalé situaci.

Spolupráci a vzájemné pomoci se taktéž věnuje článek autorů Schmid a McGreevy-Nichols (2021). Popisují situaci v USA – jak se ke změně výuky tance postavily různé taneční organizace

napříč Spojenými státy. Akcentují zejména fakt, že pandemie lektory semkla a snažili se situaci řešit kolektivně. V komunitě se jim dařilo nesnáze lépe zvládat.

Příkladem konkrétního pohledu do praxe tanečního lektora, který byl nucen vyrovnat se s nekontaktní výukou, je článek od Li (2020). Jedná se mimochodem o druhou z jeho prací, kterou v našem textu zmiňujeme. Můžeme nahlédnout do jeho poznámek a poznatků o formování nového učebního stylu. Popisuje online hodiny tance, které poskytoval pro čínské univerzitní studenty.

Do této kategorie, z hlediska neformálnosti zdroje a sdělování vlastních zážitků, bychom mohli zařadit i články již zmíněné v předchozích skupinách, a to práce terapeuticky zaměřené (Garcia-Medrano, 2021; Rothman, 2021; Zhang, 2020). Nebo poskytující inspiraci ostatním (Bohn & Hogue, 2021).

5.3 Cílové skupiny tance online v průběhu pandemie Covidu-19

V této kapitole nastíníme, kdo se účastnil tanečních aktivit v průběhu pandemie Covidu-19. Vzhledem k tomu, že nalezené dokumenty se věnují rozličným tématům, a nejedná se jen o vědecké studie, definovat jednotnou cílovou skupinu, na kterou jsou zaměřeny, není vždy možné. A není to v našem případě ani žádoucí. Předkládáme orientační tabulku, kde je uvedeno, kolik dokumentů je zaměřeno na určitou věkovou skupinu. Bližší informace o zainteresovaných osobách uvádíme v Tabulce 1 a 3.

Tabulka 2

Zastoupení věkových skupin osob v jednotlivých dokumentech

Cílová skupina	Počet dokumentů
Děti a mladiství	4
Dospělí	12
Senioři	2
Nespecifikováno	9

Co se týče věkového zastoupení osob, nejvíce dokumentů se věnuje dospělým jedincům, nejméně z nich pak seniorům. V 9 případech není věková skupina přesně specifikována, z nichž jeden dokument se od ostatních odlišuje tím, že není zaměřen na fyzické osoby (Martin et al., 2020).

Co se týče další charakteristiky výzkumných souborů, 8 dokumentů je zaměřeno na specifickou skupinu osob se zdravotními či psychickými problémy – 5 na dospělé osoby s Parkinsonovou chorobou, 3 se věnují klientům psychoterapeutických zařízení.

Velká skupina dokumentů diskutuje školní prostředí – 8 dokumentů řeší žáky či studenty, 3 se zaměřují na učitele.

Šest dokumentů se obrací na širokou veřejnost, např. na klienty tanečních lekcí. Tři zdroje se zabírají diváky a vystupujícími tanečníky. Tři dokumenty se zajímají o taneční lektory.

5.4 Typy tance realizované v průběhu pandemie Covidu-19

V následující kapitole se věnujeme tomu, co nalezené dokumenty chápou pod pojmem tanec. Jinými slovy, popisujeme, co vše tanec reprezentoval.

Ve většině dokumentů není přesně specifikováno, o jaký taneční styl se přesně jedná. Důvodem je, že mnoho dokumentů řeší naši problematiku na obecné úrovni – zaměřují se na nutnost přesunu tanečního obsahu do online prostředí a jeho dopady, a pro jejich účely nebylo nutné přesně specifikovat realizované taneční styly.

Ovšem objevily se i konkrétnější dokumenty, ke kterým se vyjádříme blíže.

5.4.1 Tanečně-pohybová terapie, terapeutický tanec

*„Umění (v němž je zahrnut i tanec) lidem nabídlo naději, úlevu, změnu v těchto těžkých dobách.“
(Heyang & Martin, 2021, 316)*

Jak již bylo řečeno, období pandemie přineslo velkou míru stresu a nejistoty. Jednou z cest, jak těmto nepříjemným skutečnostem čelit, byl pohyb. Tanec je navíc aktivitou pro každého, již odpradávná je komunikačním prostředkem. Z tohoto důvodu se lidé často uchýlovali právě k němu a vznikaly taneční programy terapeutického rázu. Navíc tanec může mít blahodárné účinky sám o sobě a nemusí se nutně jednat přímo o psychoterapeutický směr.

S tanečně-pohybovou terapií jako takovou se setkáváme u 4 studií. Je ovšem nutno říci, že ne vždy tyto programy vznikaly kvůli existenci pandemie. U námi zkoumaných tanečně-pohybových terapií se většinou jednalo o činnosti, které probíhaly již před pandemií. Při jejím příchodu musela být modifikována jejich forma – z kontaktní do nekontaktní, a proto jsou v souvislosti s online tancem zmíněny v naší práci. To samé můžeme říci o online

terapeutických tanečních programech pro osoby s Parkinsonovou nemocí (5), které taktéž nevznikly nově, jejich kontaktní forma se realizovala i v minulosti.

Naproti tomu jsou zde i dokumenty, které se zabývají tancem s terapeutickým účelem, který byl realizován výhradně kvůli pandemii. Jedna z těchto iniciativ vznikla na univerzitě na Floridě, kde jeden z pracovníků fakulty vytvořil online taneční lekce pro studenty a přátele školy s cílem rozptýlit účastníky v nelehké době lockdownu (Bohn & Hogue, 2021). Mě samotnou jejich přístup zaujal. Přijde mi správné, že se univerzita stará nejen o vědění, ale i o duševní stav studentů.

Sem bychom zařadili i pojednání o tom, jak tanec lidem v Číně přinášel světlo v temných časech. Pacienti s Covidem-19 v přeplněných nemocnicích čínského Wu-chanu spontánně tančili na pokojích a videa sdíleli na sociálních sítích buď pro strachem sužovanou veřejnost, nebo pro ostatní nemocné pacienty. Vídea měla symbolizovat naději a víru v lepší zítřky. Taktéž v práci hovoří o profesionálních tanečnicích, kteří začali zdarma poskytovat online taneční lekce pro veřejnost „uvězněnou“ doma. I tento článek bychom mohli zařadit mezi ty, které se snaží tancem udržovat zdravou a pozitivní mysl, ač se nejedná o ryzí terapii (Zhang, 2020).

5.4.2 Specifické taneční styly

Konkrétní taneční styly jsou zmíněny v 7 dokumentech. Z nichž se zároveň 3 věnují školní výuce. Ve studii od Bruyneel et al. (2020) se zabývají online výukou na konzervatoři. Z praktických předmětů realizovali online hodiny baletu, moderního tance a jógy a zkoumali spokojenost svých studentů s novou formou výuky.

Baletu se věnuje také nově vyvinutá aplikace pro pomoc při domácím samostudiu této taneční disciplíny bez přítomnosti lektora (Pituxcoosvarn & Murakami, 2021).

O folklórních tancích pojednávají dva články. Jeden z nich se zaměřil na výuku tradičních indonéských tanců na univerzitě, zejména na jeden z nich, a to tanec *Semarang*. Autoři hodnotili zavedenou strategii online výuky těchto tanců, její pozitiva a negativa (Paranti et al., 2021).

Druhý článek s folklórní tematikou se zabývá tanci s odlišným původem – s latinsko-americkými kořeny. Jde o tance *champeta* a *fejesto*. Autoři vnímají tanec jako něco, co není jen pohyb, ale kulturní dědictví. Prostředek komunikace a nositel informací, které si neseme od svých předků z minulosti (Bonilla, 2021).

Posledním dokumentem, který řeší specifický taneční styl, a zároveň se dotýká školního prostředí, je článek od Lara-Aparicio et al. (2021). Představuje netradiční taneční přístupy Expressive Movement & Creative Dance (EMCD) a #VIDLOP. EMCD je taneční disciplína založená na spontánním pohybu. Člověk prostřednictvím těla sděluje vnějšímu světu své vnitřní pohnutky (myšlenky, pocity, nápady apod.) – a to vlastním kreativním způsobem. Jejich cílem je, aby k této bio-psycho-sociální dovednosti byly děti vedeny již v rámci hodin tělesné výchovy na školách. Z tohoto důvodu vytvořili pro učitele, taneční lektory i veřejnost didaktický návod, jak s metodou pracovat. Přičemž účastníci nejsou klasicky vzděláváni v nových krocích či pozicích, ale učí se, jak umět interpretovat sebe sama a vytvořit si vlastní „body language“. Filosofii EMCD není naučit účastníky tomu, jak má daný pohyb vypadat, ale tomu, aby si vytvořili vlastní styl projevu.

Výsledkem práce s EMCD může být tvorba tzv. #VIDLOP movement. Zkratka vznikla ze slov *VIDeo* a *deveLOP* a ukazuje na záměr kreativně produkovat vlastní obsah skrze média. #VIDLOP řeší problematiku dnešního virtuálního světa, který „konzumujeme“ několik hodin denně. Cílem je vést děti k tomu, aby nebyli jen pasivním příjemci na sociálních sítích, ale aktivním tvůrci kultury a umění, jímž samy mohou přispět k lepšímu světu. Výsledkem EMCD tedy může být natočení videa s tématem určité problematiky (např. šikany), které tvůrci uveřejní na sociální síti s hashtagem #VIDLOP.

Dokumentem, který zmiňuje konkrétní podoby tance, je také přehledová studie o online tanci osob s Parkinsonovou nemocí. Ve své práci shrnují dokumenty, které se věnují jak tanci obecně, tak taneční terapii, tanečně-pohybové terapii, standardním tancům, latinsko-americkým tancům, folklórní tancům, modernímu tanci či taneční intervenci (Emmanouilidis et al., 2021). Rovněž Morris et al. (2021) ve své práci o online tanečním programu „ParkinDANCE“ zmiňuje jednotlivé taneční styly, které byly poskytovány v rámci terapeutických lekcí: tango, balet, salsa, hip-hop, společenské tance nebo moderní tanec. Právě pestrost byla uživateli velmi vítána.

5.4.3 Výuka tance

Celkem 6 zdrojů odkazuje na tanec jako na prostředek školního vzdělávání. Tři z nich jsme již zmínili výše v souvislosti se specifickými tanečními styly (Bruyneel et al., 2020; Lara-Aparicio et al., 2021; Paranti et al., 2021), ostatní 3 se věnují tanci obecně. Dvě testují vhodné nástroje, kterými výuku tance zprostředkovat online – jedna s pomocí nově navržených výukových webových stránek (Sekarningsih et al., 2021), druhá pomocí virtuální aplikace

(Ratnaningrum et al., 2021). Poslední z nich popisuje online výuku tanečních lekcí na univerzitě ze subjektivního pohledu edukátora (Li, 2020).

Co se týče vzdělávání, jsou zde ještě 2 specifické články, které se jako jediné zabývají tématem „mezinárodního terciárního tanečního vzdělávání“ jako prostředku spojování zemí a kultur (Heyang & Martin, 2021; Li, 2021).

5.4.4 Taneční vystoupení a představení

Další skupina dokumentů (3) pracuje s tanečními vystoupeními či představeními. Dva dokumenty představují nové možnosti přenosu tanečních projektů virtuálně. Jeden z nich nabízí umělcům možnost, jak trénovat a zkoušet svá vystoupení i bez toho, aniž by museli být společně v jedné místnosti (Sermon et al., 2022). Druhý představuje nové techniky přenosu uměleckých představení divákům (Kim et al., 2022).

Reálné taneční vystoupení vytvořila tanečnice Nicoletta Damian ve spojení s hudebním souborem. Šlo o oboustrannou improvizaci. Video bylo přenášeno online, přičemž ani jeden z účastníků – tanečnice, hudebníci, ani diváci nebyli spolu na jednom místě (Levens, 2021). Článek, který o tom pojednává, byl výstižně nazván „Restrictions as a Challenge for Artists“ („Restrikce jako výzva pro umělce“).

5.4.5 Taneční lekce

Poslední konzistentní skupinu dokumentů tvořily ty, které pojednávaly o nějaké formě tanečních lekcí online. Můžeme sem zařadit již zmíněné taneční lekce pro osoby s Parkinsonovou nemocí, a taktéž pohybově-taneční terapie.

Články, zabývající se problematikou tanečních online lekcí pro veřejnost, byly celkem 4.

Bohn a Hogue (2021) a jejich volně dostupné taneční lekce pro univerzitní studenty jsme již zmínili v sekci terapeutické.

Přesouváme se k článku většího měřítka – souhrnnému článku autorů Schmid a McGreevy-Nichols (2021), který popisuje dění v komunitě taneční organizace NDEO (National Dance Education Organization). Ta zastřešuje taneční centra a lektory napříč celým USA. Zmiňuje jednak postoje, které jednotlivé taneční organizace zaujaly k přesunutí tanečních lekcí do online podoby, ale také problematiku dalšího vzdělávání tanečních lektorů, pořádání konferencí apod.

Taneční základně v USA se věnuje taktéž Gingrasso (2020). V jejím článku můžeme získat bližší pohled na situaci v USA, protože nahlédneme do života jednotlivých tanečních lektorů. Autorka článku shrnuje zkušenosti lektorů s pandemií a to, jak se s restrikcemi ve své práci

vypořádávali. Dotázaní hovoří o tvorbě vlastní cesty k výuce tance v průběhu pandemie – zmiňují, co bylo nejtěžší, co naopak přínosné.

Tanečními lekciemi ve formě workshopů se v případové studii zabýval i Martin et al. (2021), jejichž náplní byly aktivity s prvky divadla a tance.

Tabulka 3

Charakteristika druhu tance

Autor	Typ tance	Cíl provozování tance	Příjemci tance	Poskytovatelé tanečních aktivit	Doplňkové informace (platforma, frekvence lekcí, délka apod.)
Bek et al., 2021	Intervence Online taneční program „Dance for PD“	Zmírnit příznaky nemoci a zpříjemnit období sociální izolace	Dospělé osoby s Parkinsonovou nemocí	Taneční lektoři	Nahraná videa nebo online hodiny Účast: od několika týdnů – do několika let Frekvence: alespoň 1x týdně
Bohn et al., 2021	Taneční lekce	Volně dostupné lekce se záměrem zmírnit stres a úzkost ze sociální izolace a pomoci lépe se adaptovat na novou situaci pandemie	Studenti na univerzitě	Lektor tance, zaměstnanec univerzity	Microsoft Teams Frekvence: pátky a soboty večer (16 týdnů)
Bonilla, 2021	Folklórní tance s africkými a latinsko-americkými kořeny (<i>champeta a fejesto</i>)	Tanec je nástroj komunikace, který v sobě nese informace a znalosti, které si přenášíme z generace na generaci	Veřejnost, tanečníci	Taneční lektoři	Web „Somatic Sauce 2020“
Bruyneel et al., 2020	Výukové předměty – balet, moderní tanec, jóga	Výuka tance a teoretických předmětů na konzervatoři	Studenti (12 vybraných)	Učitelé	Videokonference Frekvence: každý den několik hodin

Emmanouilidis et al., 2021	Intervence Online taneční lekce zahrnující: tanec, taneční terapie, pohybově-taneční terapie, standardní tance, latinsko-americké tance, folklórní tance, moderní tanec, taneční intervence	Zmírnit příznaky onemocnění, zlepšit zdravotní stav – rovnováhu, pohyblivost, vytrvalost. Zmírnit úzkost a depresivní stavy	Osoby s Parkinsonovou nemocí s mírnými až středně těžkými příznaky onemocnění	Taneční lektoři	Délka programů: od 2 týdnů do 2 let Frekvence: 1x týdně až každý den délka lekcí: 30 minut až 2 hodiny
Garcia-Medrano, 2021	Tanečně-pohybová terapie	Podpůrný prostředek v rámci psychoterapie	Dospělí klienti soukromé psychoterapeutické praxe autora	Psychoterapeut	Zoom Frekvence: 1,5 hodiny 1x za měsíc (po dobu 9 měsíců)
Gingrasso, 2020	Taneční lekce	Pokračovat v lekcích i v době pandemie	Veřejnost	Taneční lektoři	Zoom
Grasser et al., 2021	Tanečně-pohybová terapie	Snižit stres a úzkost a naučit strategiím jejich zvládnání	Mladiství vyrůstající v rizikových oblastech a uprchlíci	Psychoterapeuti	Zoom, Google Classroom
Heyang et al., 2020	Mezinárodní terciární výuka tance	Tanec jako prostředek prolínání kultur, udržování vztahů mezi zeměmi – cílem je utvářet „global citizens“ a mezinárodní taneční jazyk	Studenti mezinárodních škol	Učitelé	-

Katayoun et al., 2021	Intervence Online taneční lekce „Dance for PD“	Zmírnit příznaky nemoci a zpříjemnit období sociální izolace	Osoby s Parkinsonovou nemocí	Taneční lektoři	Zoom Frekvence: 1x týdně – každý den Délka: 20 minut – 1 hodina a více (liší se v každé konkrétní organizaci)
Kelly et al., 2021	Intervence Online taneční lekce „Dance for PD“	Zmírnit příznaky nemoci a zpříjemnit období sociální izolace	Osoby s Parkinsonovou nemocí, ale i široká veřejnost z celého světa (inkluzivní záměr)	Taneční lektoři	Zoom Frekvence: 1x týdně
Kim et al., 2021	Taneční vystoupení/představení	Popularizovat umění a tanec na veřejnosti přes moderní technologie	Veřejnost	Činovníci v taneční oblasti	Přenos tanečních vystoupení přes OTT streamování (internetová televize)
Lara-Aparicio et al., 2021	Expresivní Movement & Creative Dance #VIDLOP movement	Tanec jako prostředek komunikace s vnějším světem, sdělování vnitřních duševních obsahů (myšlenek, pocitů apod.)	Žáci, učitelé, taneční veřejnost	-	-
Levens, 2021	Improvizační video-představení	Vytvořit nevšední taneční projekt, který propojuje tanec a hudbu, navíc prezentovaný živě online	Diváci	Tanečnice a hudebníci	Zoom, Youtube
Li, 2020	Výukový předmět na univerzitě	Výuka tance online	Studenti na univerzitě	Učitel tance	Zoom

Li, 2021	Mezinárodní terciární výuka tance na univerzitě	Podpořit v účastnících kreativní přístup	Studenti	Učitelé	Online lekce, natáčení studentských prací
Martin et al., 2020	Taneční workshopy (s divadelní tematikou)	Realizovat tanečně-pohybový výzkum	Veřejnost	Taneční lektori	Zoom 2 workshopy Délka: 3,5 hodiny
Mesika et al., 2021	Tanečně-pohybová terapie	Zmírnit u pacientů nepříjemné příznaky deprese	Osoby s depresí zařazené do léčebného programu	Psychoterapeuti	Online lekce přes videohovory, WhatsApp
Morris et al., 2021	Online taneční lekce „ParkinDANCE“ zahrnující: terapeutický tanec, tango, balet, salsu, hip-hop, společenské tance, moderní tanec	Zmírnit příznaky nemoci a zpříjemnit život	Osoby s Parkinsonovou nemocí v počátečním až středním stadiu nemoci	Odborní taneční lektori	Zoom 8 hodinových online tanečních lekcí (individuální – každému byl přidělen jeho osobní taneční lektor)
Paranti et al., 2021	Lidový tanec Semarangan	Výuka tance na univerzitě	Studenti na univerzitě	Učitelé	Google Classroom, Zoom, WhatsApp
Pituxcoosuvarn et al., 2021	Balet	Samostudium tance doma	Veřejnost, samoukové	Vývojáři programu	Program pro korekci pohybu
Ratnaningrum et al., 2021	Výukový předmět	Online výuka tanečních předmětů na základní škole	Žáci	Učitelé	Virtuální program „Powtoon“ na principu animace

Rothman, 2021	Tanečně-pohybová terapie	Zlepšit vnímání a projevování emocí	Dítě s PAS a Downovým syndromem	Psychoterapeut	Zoom, Microsoft Teams Délka: 23 online setkání
Sekarningsih et al., 2021	Výukový předmět	Výuka tance online na základní škole	Žáci	Učitelé	Výuková webová stránka „Nari Kuy“ s dokumenty a videi
Sermon et al., 2021	Taneční představení	Telepřenos divadelních představení či tanečních vystoupení	Diváci	Umělci, divadla, taneční skupiny	Potřebné vybavení pro přenos: zelená stěna, stojany, světla, webkamera, montážní svorka na kameru, počítače
Schmid et al., 2021	Výuka a vzdělávání v tanci	Výuka tanečních lekcí pro veřejnost a vzdělávání tanečních lektorů	Klienti	Taneční lektoři, členové NDEO (National Dance Education Organization)	-
Zhang, 2020	Spontánní tanec na veřejnosti (jako výraz vlastenectví a sounáležitosti)	Motivovat společnost ke zvládnání pandemie, fyzicky i psychicky se utužit	Veřejnost, pacienti s Covidem-19	Veřejnost, pacienti s Covidem-19	Videa, online taneční lekce

5.5 Prostředky užívané k přenosu tanečního obsahu v průběhu pandemie Covidu-19

V této kapitole shrnujeme, jaké prostředky a technologie byly použity při distribuci tance virtuálním prostorem.

Ač nás to může překvapit, virtuální realita a online prostředky se v tanečním prostředí objevovaly již dříve, nejen s příchodem pandemie (např. univerzitní program, který se snažil zapojit digitální technologie do výuky tance) (Risner & Anderson, 2008). Ne za účelem nahrazení prezenčního setkávání, ale kvůli snaze o pokrok a kooperaci s moderními technologiemi, kterou si dnešní doba žádá.

Ze stejného důvodu byly technologie čím dál tím více zapojovány do vzdělávacího procesu, jako jeden z důsledků globalizace (Wibowo, 2019). V období pandemie tomu tak bylo ve větší míře kvůli sociálnímu distancování. Online výuka se stala alternativou k té kontaktní po celém světě (Buchholz et al., 2020). Pro zajímavost – výuka tance přes webové stránky byla realizována již dříve pro nevidomé studenty (Dias et al., 2019).

V oblasti terapeutické byly již před tím běžné online psychoterapie, avšak u tanečně-pohybové terapie tomu tam nebylo. Jejich online verze byly novinkou, která vznikla až kvůli Covidu-19 (Garcia-Medrano, 2021).

Nyní se zaměříme na specifikování používaných technologií při přenosu tanečního obsahu na dálku (viz. Tabulka 4).

Nejvyužívanější byly elektronické aplikace, které jsou obecně známé z online výuky – Zoom, Microsoft Teams, Google Classroom, WhatsApp či Youtube. Ze zmíněných byl nejpopulárnější Zoom, který využívali v 12 ze 13 dokumentů zaměřených na aplikace (Garcia-Medrano, 2021; Ghanai et al., 2021; Gingrasso, 2020; Grasser & Javanbakht, 2021; Kelly & Leventhal, 2021; Levens, 2021; Li, 2020, 2021; Martin et al., 2020; Morris et al., 2021; Paranti et al., 2021; Rothman, 2021). Po něm následoval Google Classroom (Grasser & Javanbakht, 2021; Paranti et al., 2021) a Microsoft Teams (Bohn & Hogue, 2021; Rothman, 2021), každý z nich využitý ve dvou případech. Youtube (Levens, 2021) a WhatsApp (Paranti et al., 2021) čítaly po jedné zmínce. Často v dokumentech zmiňovali více platforem, které současně využívali a testovali jejich vhodnost.

V 8 dokumentech nebylo přesně specifikováno, který prostředek využili pro virtuální přenos. Buď se jednalo o obecné práce, které shrnovaly více přístupů a uváděly více různých možně využitelných platforem (Bek et al., 2021; Emmanouilidis et al., 2021; Schmid & McGreevy-Nichols, 2021). Anebo uvedení použitého prostředku nebylo pro jejich práci

důležité (Bruyneel et al., 2020; Heyang & Martin, 2021; Lara-Aparicio et al., 2021; Mesika et al., 2021; Zhang, 2020).

Jednotky případů zmiňují použití speciálně vyvinutých virtuálních technologií, aplikací a webových stránek (Bonilla, 2021; Kim et al., 2022; Pituxcoosuvarn & Murakami, 2021; Ratnaningrum et al., 2021; Sekarningsih et al., 2021; Sermon et al., 2022).

Tabulka 4

Četnost využití jednotlivých digitálních technologií

Způsob přenosu tanečního obsahu		Počet studií
Aplikace	Zoom, WhatsApp, MS Teams, Youtube, Google Classroom, MS Teams	12
	Méně známé aplikace	1
Webové stránky		2
Virtuální technologie		3
Nespecifikováno		8

5.6 Závěrečná zjištění v souvislosti s online tancem realizovaným v průběhu pandemie Covidu-19

„Hard times require furious dancing.“

- Těžká doba si žádá divoký tanec

- Alice Walker

(Heyang & Martin, 2021, 306)

V této kapitole shrnujeme jednotlivé závěry, ke kterým došly námi zkoumané práce, a snažíme se mezi nimi hledat souvislosti. Obecně lze říci, že všechny dokumenty se shodují, že tanec v období pandemie byl výzvou a nebylo jednoduché se s novými situacemi vypořádat. Většina z nich však v celkovém důsledku pandemii nevnímá jako něco negativního, mnoho autorů se shoduje, že nás obohatila novými zkušenostmi a naučila novým dovednostem. Jsou i tací, kteří v online režimu vidí výhody oproti kontaktnímu setkávání.

5.6.1 Závěry pohledem příjemců tance

- **Závěry dokumentů zabývajících se Parkinsonovou nemocí**

Prací, které se zabývaly problematikou tance pro osoby s Parkinsonovou nemocí, bylo celkem 5, z toho 4 z nich byly koncipovány jako vědecké studie, a tanec zde figuroval jako intervence. Pátý dokument je popisným článkem.

Zmíněný článek nabízí souhrnný pohled na všechny kroky, které museli organizátoři programu „Dance for PD“ podniknout kvůli restrikcím spojeným s pandemií. V porovnání s ostatními články s podobnou tématikou, je velmi obecný, zaměřený na celou komunitu „Dance for PD“. Právě toto je jeden ze článků, který nejlépe charakterizuje přísloví „všechno zlé je pro něco dobré“. Uvádí, že díky pandemii mohou následovat novou cestu. Nejenže jsou spokojeni s prací, kterou odvedli při adaptaci svého programu na „covidové podmínky“, ale dokonce chtějí v nastavených činnostech pokračovat i v budoucnu, po pandemii. Začali poskytovat online lekce ve španělštině a díky projektu „Dance by phone“ zapojili do tance i osoby, které nevládní „chytré“ mobilní telefony. Nahrávali krátké audiovizuální zprávy a šířili je přes SMS bránu. Díky online lekcím se jejich program stal více inkluzivním, dostupným pro mnohem větší množství lidí. V tomto konceptu by chtěli pokračovat dál – tak, aby hudba, tanec a pohoda byly poskytovány jako zdravotně prospěšná služba pro všechny bez rozdílu (Kelly & Leventhal, 2021).

Na porovnání kvality tanečních programů pro osoby s Parkinsonovou nemocí před a po pandemii se zaměřil Ghanai et al. (2021). S pomocí dotazníků účastníci lekcí hodnotili svou spokojenost s lekcemi, návštěvnost apod. Závěry dokazují, že o online lekce vzrostl během pandemie zájem, v porovnání s účastí na kontaktních lekcích. Někteří pacienti vzhledem ke svému hendikepu uvítali tuto anonymní formu cvičení a cítili se při ní komfortněji. Taktéž ocenili, že kvůli cvičení nemuseli dojíždět. Prospěšnost realizace tanečních hodin online dokládají fakta z jiných studií, která uvádějí, že návštěva tanečních lekcí snižuje sklony k depresivním stavům. Ovšem v době prázdnin, kdy lekce typicky nejsou realizovány, tyto stavy prokazatelně narůstají (Ciantar et al., 2019). Z tohoto důvodu můžeme konstatovat, že i když se online lekce v době pandemie nemohou zcela vyrovnat těm fyzickým, je to rozhodně lepší možnost, než kdyby se nerealizovaly žádné.

I Bek et al. (2021) ve své studii oslovili účastníky online programu „Dance for PD“, aby zjistili jejich spokojenost s online lekcemi. S předchozími studií se shodují v názoru, že účastníci online lekcí uvítali pohodlí a možnost být flexibilní. Lekce byly přínosné taktéž po stránce zdravotní – pozitivně ovlivnily rovnováhu, držení těla i celkový psychický stav účastníků.

Ovšem jak se dá předpokládat, účastníci postrádali sociální kontakt a zmiňovali taktéž horší motivaci k zapojení se do cvičení. U těch, kteří online lekce nenavštěvovali, byl největší bariérou nedostatek počítačové gramotnosti. Účastníci ve vyšším věku často nezvládali připojení se bez pomoci blízkých.

Studie Morrise et al. (2021) jako první zkoumá proveditelnost a účinek online terapeutických tanečních lekcí nazvaných „ParkinDANCE“, které jsou založeny na tom, že každý účastník má přiděleného vlastního tanečního lektora. Ve své práci uvádí úryvky rozhovorů s účastníky, kteří se vyjadřovali např. ke svým pocitům, které v nich lekce vyvolávaly, k výběru tanečních stylů, k odbornosti lektorů, k dostupnosti lekcí apod. Všichni ze zainteresovaných hovořili o zvýšeném sebevědomí, které se promítlo i do aktivit běžného života. Zmiňovali též sociální benefity – možnost být v kontaktu s ostatními alespoň touto formou. Výsledky studie ukazují na výhodu vysoké dostupnosti online lekcí v porovnání s kontaktními. Vzhledem ke zdravotním omezením osob jsou pro ně kontaktní lekce často složitě dostupné, a opustit kvůli nim domovské prostředí se stává bariérou. S čímž se shoduje i výše zmíněný Ghanai et al. (2021). Závěrem lze říci, že online lekce „ParkinDANCE“ poskytují sociální i zdravotní benefity, jsou dostupné a proveditelné a zdají se být příjemnou formou pohybové aktivity pro osoby s Parkinsonovou nemocí. Navíc autoři vidí jejich potenciál i pro budoucí využití.

Ucelený pohled na tanec online pro osoby s PN přináší přehledová studie autora Emmanouilidis et al. (2021), která zkoumala, zda online taneční lekce jsou stejně přínosné jako lekce kontaktní. Kontaktní lekce před pandemií znamenaly velký přínos pro osoby s tímto onemocněním. Autoři pracovali s dříve publikovanými studiemi, které se věnovaly nějaké formě tance pro pacienty s PN realizované nekontaktně. Jejich závěrem bylo, že tanec je vhodnou pohybovou aktivitou pro osoby v počátečním či středním stádiu onemocnění. Představuje pro ně efektivní formu pohybové aktivity, nehledě na to, zda ho realizujeme „face-to-face“, či nikoliv.

Ze zmíněných dokumentů vyplývá, že zdravotní benefity, které tanec osobám s PN přináší, jsou zachovány i při online formě cvičení, na čemž se shodují všechny 4 výše zmíněné studie. Překážkami pro online lekce může být počítačová gramotnost u starší generace a postrádání sociálního kontaktu. Naopak vyzdvihována je možnost zůstat v pohodlí domova.

- **Závěry dokumentů s terapeutickou tematikou**

S pozitivními účinky online tance se setkáváme rovněž u autora Mesika et al. (2021). Jedná se o pilotní projekt, v němž se zaměřili na zařazení DMT do léčebného plánu osob trpících

depresí. Program prvotně nebyl zamýšlen jako online taneční lekce, ty byly zavedeny až jako reakce na pandemii. I přesto zaznamenali pozitivní výsledky zejména v oblasti psychického rozpoložení účastníků. Příznaky deprese ustoupily, zvýšila se jejich motivace být aktivní a kreativně se zapojovat do činností. Celkově se u jedinců zvýšila míra vitality – tedy vůle žít. Podobně jako u Kelly & Leventhal (2021), i zde díky pandemii začaly provozovat aktivity, které si oblíbili a budou v nich pokračovat nadále. Kvůli hygienickým opatřením přesunuli některé taneční hodiny do přírody, což se nakonec ukázalo jako vítané ozvláštnění, které si ponechají i do budoucna.

Psychoterapeutka Katherine Rothman, která pracovala online se svou dětskou klientkou, i přes technologické obtíže vnímá online taneční terapie jako přínosné. I při této formě práce shledala u své klientky pokroky, zejména v projevování emocí, sebedůvěře a samostatnosti (Rothman, 2021).

Tanečně-pohybovou terapii, kterou provozovala se svými klienty, popisuje i další psychoterapeutka Susana Garcia-Medrano. V článku zhodnotila výhody a nevýhody svých online lekcí přes aplikaci Zoom. I ona akcentuje skutečnost, že online hodiny pomohly klientům cítit se lépe a zvládat psychicky náročné období lockdownu. Měli možnost se s lidmi socializovat alespoň na dálku, i když sami klienti uvedli, že postrádali přímý kontakt s terapeutkou i ostatními. Co se týče srovnání online lekcí s kontaktními, Garcia-Medrano vyzorovala, že i přes obrazovku jsou lidé schopni se navzájem vnímat, „naladit“ se na druhého, vcítit se (to se projevilo v některých terapeutických technikách na principu „zrcadlení pohybů“). Ovšem podotýká, že online bylo třeba většího soustředění než při osobním setkání. Na obrazovce si museli všimnout veškerých malých gest, aby porozuměli, co chce být sděleno, což mělo velké nároky na pozornost. Z toho důvodu autorka u účastníků pozorovala rychlejší nástup únavy než při kontaktních setkáních (Garcia-Medrano, 2021).

Podobné zhodnocení předkládají Grasser a Javanbakht (2021) v dopise editorovi. V článku řeší DMT převedenou do online režimu kvůli pandemii, jejíž cílovou skupinou byli děti a mladiství vyrůstající v rizikových oblastech nebo s uprchlickým statutem. DMT provozovali přímo v rámci vyučování. Jednou z hlavních výhod online režimu byla jejich dostupnost většímu počtu jedinců. Tento potenciál by mohl být využit i v budoucnu, po pandemii, aby se k terapeutickým programům mohli dostat lidé, kteří je potřebují, ale za normální situace by na ně nedosáhli. Co se týče vlivu online lekcí na samotné účastníky, byl velmi pozitivní. Pedagogové hodnotí zúčastněné děti jako sebevědomější, klidnější. Byly schopné se v rámci DMT naučit strategiím zvládání stresu a aplikovat je i na momenty v běžném životě. Samotní účastníci se při online lekcích cítili komfortněji než při těch kontaktních. Ve virtuálním prostoru se cítili být méně

zranitelní a sledovaní. Díky tomu se, dle slov lektorů, zapojovali aktivněji než při „face-to-face“ sezeních.

Stejná tendence k potřebě větší anonymity a soukromí, a tím pádem uvítání online lekcí, se nám objevila u pacientů s Parkinsonovou nemocí. Jak dospívání, tak život s nemocí představuje citlivé období v životě člověka, proto je jejich inklinace k nekontaktní podobě setkávání nasnadě.

Studenti, kteří se účastnili online výuky tance, se také přiklání k tomuto benefitu online lekcí. Jakmile měli za úkol tvořit svou vlastní choreografii, uvítali, že na to v soukromí měli více prostoru a klidu, byli méně rozptylováni ostatními studenty, a mohli lépe vyjádřit svou kreativitu (Li, 2020).

Zhang (2020) ve svém zamyšlení vnímá tanec jako prospěšný pro pacienty s mírnými příznaky Covidu-19 – jednak může zlepšit psychické naladění, jednak zvýšit imunitu. Doporučuje ho taktéž pro občany nacházející se v období lockdownu v domácí karanténě. Jeho článek má za cíl motivovat a povzbudit čínské občany při zvládnání první vlny epidemie Covid-19, a tanec by měl být k tomu prostředkem. Je nutno zmínit, že se jedná pouze o subjektivní pohled autora a nejde o vědecky podložené informace. I přesto věřím, že právě takovýto přístup a podporu čínský lid v té době potřeboval a že autorova slova mohla být nápomocna k udržení pozitivní mysli v době, kdy byli sužováni do té doby neznámým onemocněním.

5.6.2 Závěry pohledem poskytovatelů tance

Většina dokumentů se zabývá tím, jak online tanec vnímali jeho příjemci – klienti, studenti, tanečníci. Ovšem nejtěžší to měli právě ti, kteří vůbec umožnili tanci v nekontaktním světě existovat, tedy taneční lektoři, učitelé tance. Je dobře, že i o nich a jejich pocitech, názorech a zkušenostech je v některých z dokumentů zmínka.

O své vlastní názory a myšlenky o tanečním světě ve stínu pandemie se v kvalitativní studii dělí Heyang a Martin (2021). Jejich práce je datována k začátku pandemie, takže odráží tehdy aktuální pocity. Středem zájmu autorů je mezinárodní terciární taneční výuka a její (ne)možnost realizace v době lockdownů a zavřených hranic států. Konstatují, že pandemie jim změnila plány, složitěji a pomaleji dosahovali vytyčených cílů práce. I tak se snažili nečekanou situaci využít ve svůj prospěch, a pořádali alespoň více konferencí a zaměřili se na výzkumné činnosti.

Další dokumenty na problematiku pohlíží blíže a rekapitulují praktické zkušenosti konkrétních osob. Gingrasso (2020) shrnuje zkušenosti 11 tanečních lektorů z USA. Jejich poznatky by mohly být nápomocny učitelům tance, kteří se nachází ve stejné situaci.

Odpovídají na otázku: „Jak se jako učitel úspěšně zvládnout adaptovat?“ Je důležité být otevřený řešením nových problémů, nevzdávat se. Protože v mnoha případech taneční lektoři museli úplně změnit svůj systém výuky. Lektoři přiznávají, že celá situace byla složitá a stresující. Někteří z dotázaných uvedli, že snad právě díky tomu, že byli tancem vychováni k disciplíně, dokázali zvládnout i těžkosti, které pandemie přinesla. *„Tanec nás učí disciplíně, rozhodnosti, přizpůsobitelnosti změnám, a také dělat rozhodnutí, které jsme nikdy nechtěli dělat.“* (Julie Baird). Někteří uvádějí, že online hodiny je ještě více motivovaly ke snaze uspokojit své svěřence či klienty, protože zpětná vazba byla z monitorů počítače mnohem hůře čitelná. I ve virtuálním světě nakonec vznikl příjemný prostor pomoci a sounáležitosti.

Pro učitele tance na čínské univerzitě byla nastalá změna zpočátku také těžká (Li, 2020). Li ve své novější publikaci uvádí, že studenti se na online přechod dokáží adaptovat rychleji než učitelé, kteří při přechodu na online výuku často zažívali nesnáze (Li, 2021). Li, jako učitel tance popisuje, že musel přehodnotit svůj dosavadní přístup k výuce a nastavit nový. Nyní tento fakt hodnotí pozitivně, jako vystoupení z komfortní zóny, díky kterému se naučil přemýšlet o své výuce kriticky a zároveň kreativně. Je jeden z těch, který v online výuce vidí výhody oproti „starému“ typu vzdělávání a vyzdvihuje zajímavé poznatky. Jako lektor na online hodinách ocenil lepší přehled o každém z účastníků svého kurzu. Na obrazovce viděl „okénko“ každého tanečníka, na každého se mohl soustředit. Kdežto v běžné hodině jeho pozornost obsáhla pouze první či druhou řadu tanečníků a nemohl optimálně zhodnotit výkon všech.

Všichni se shodují, že jedním z hlavních problémů při online tanečních lekcích byla technika a práce s ní. Často se stávalo, že internetové připojení bylo nestabilní a přenos nebyl plynulý. To ovlivnilo nejen přenášený obraz, ale i přenos hudby. Také bylo třeba vystřídat více platforem, než našli tu vyhovující (a to i během jedné lekce) (Garcia-Medrano, 2021).

(Rothman, 2021) uvádí, že potíže se ještě prohloubily při práci s osobami s postižením. Svou klientku s PAS a Downovým syndromem musela před online lekcemi DMT vždy poučit o používání online programu, o nastavení kamery apod.

Některým přechod do online prostoru dokonce naprosto znemožnil účast na tanečních lekcích, jelikož postrádali potřebné vybavení, či neuměli s virtuálními aplikacemi pracovat. To zasáhlo zejména osoby staršího věku (Bek et al., 2021; Kelly & Leventhal, 2021).

5.6.3 Závěry v souvislosti s online výukou

Nyní shrneme závěry, ke kterým došly dokumenty týkající se školní výuky tance. Zaměřily se na adaptaci výuky na online podmínky a její úspěšnost.

Paranti et al. (2021) hodnotí online výuku indonéských lidových tanců na univerzitě. Vyučovali je přes platformy Google Classroom, Zoom, nebo předtáčeli výuková videa. Jako výhody uvádí, že studenti mohli studovat kdykoliv a odkudkoliv, což je podněcovalo k samostatnosti a zodpovědnosti. Za negativum považují omezení v podobě internetového připojení a vlastnictví moderních mobilních telefonů či počítačů. Někteří studenti neměli doma potřebné zázemí pro online výuku. Z pohledu učitele bylo při online výuce obtížné pracovat s neaktivními jedinci a také jim nemohli poskytnout zpětnou vazbu při chybném provedení pohybu.

Tuto skutečnost zmiňuje i Bruyneel et al., (2020). Stěžejním úkolem učitele tance je korekce studentů při osvojování nových pohybů. Při online výuce je to pro učitele velmi obtížně realizovatelné a mnohdy neproveditelné.

Bruyneel et al. (2020) hovoří o online výuce tance na francouzské konzervatoři. Pro budoucí profesionální tanečnický byl uzavření škol velký problém. Studenti se obávali, že dojde ke snížení jejich kondice, protože právě posun ve fyzické zdatnosti je rozhodující pro úspěšný postup do dalších ročníků. Konzervatoř se proto snažila zajistit studentům co nejoptimálnější náhradu kontaktní výuky tak, aby co nejvíce zmírnila fyzické i psychické dopady pandemie na studenty. I když online výuka nelze být plnohodnotnou náhradou, s výsledky jsou spokojeni. Předěšly komplikacím při studiu a studenti po návratu do škol nezaznamenali větší potíže s výukou (úrazy apod.). To dokázaly výsledky dotazníků ohledně spokojenosti s přizpůsobenou výukou. Autoři oceňují, že vytvořili nové výukové přístupy, které by mohly v případě potřeby využít i v budoucnu (např. při delších tréninkových pauzách v době prázdnin). Připojují se však k názoru, že skrze obrazovku bylo složité studenty učit novým pohybům a opravovat je. Přes kameru byli schopni vnímat pouze dvojrozměrně a měli omezený úhel pohledu.

Shodou okolností se mezi dokumenty objevil jeden, který na výše zmíněný problém nabízí řešení. Pituxcoosuvarn a Murakami (2021) představují systém navržený pro domácí výuku baletu pro samouky. Jejich aplikace dokáže rozpoznat a opravit chybné provedení základních baletních pozic, supluje tedy fyzickou přítomnost učitele. Autoři projektu by chtěli do budoucna rozšířit uplatnění aplikace i pro ostatní taneční styly a sporty, které jsou založeny na správném postavení

tělních segmentů a zpětné vazbě trenérů. Tato aplikace má tedy potenciál pro využití ve škole při domácí výuce.

Dvě skupiny autorů se věnovaly technologickému aspektu online taneční výuky na školách. Sekarningsih et al. (2021) tvořil výukové webové stránky. Jednou částí jejich práce bylo vytvořit design produktu, v druhé části hodnotili efektivitu navržených webových stránek. Poté, co je studenti několik týdnů testovali, vyjadřovali svou spokojenost v rozhovorech a dotaznících. Z jejich závěrů vyplývá, že web vyhovoval potřebám online výuky. Jako pozitivum opět shledávají flexibilitu výuky. Žáci se mohou učit způsobem, který je jim blízký – s využitím mobilních telefonů a internetu. Webové stránky by jim mohli pomoci využívat technologie efektivně a ve svůj prospěch. Zmiňují ale chybějící interakci mezi učitelem a žákem. Učitel nemá kontrolu nad prací svých svěřenců, což koresponduje se zjištěními Parantiho et al. (2021).

Další z autorů se věnovali využívání virtuálních technologií v online výuce tance založených na animaci (Ratnaningrum et al., 2021). Z výše zmíněných poznatků nám vyplynulo, že online výuka může být problémem pro účastníky lekcí, kteří buď nemají potřebné vybavení, nebo neumí s technologiemi pracovat. Ratnaningrum doplňuje, že s nesnáze při používání moderních technologií ve výuce, se potýkají také někteří učitelé. Učitelé základních škol v Indonésii, kteří učili 3. -6. třídu nebyli připraveni využívat virtuální technologii Powtoon při výuce. Tito učitelé byli spíše staršího věku a při online výuce preferovali předání elektronických materiálů žákům pro samostudium. Učitelé, kteří virtuální technologii využívali, byli spíše mladšího věku. Z jejich závěrů vyplývá, že využití virtuálních technologií ve výuce tance (jako je „Powtoon“) si klade nároky na kreativitu a úsilí učitelů. Zároveň by ale jejich využívání mohlo zkvalitnit výuku tance na základních školách. I Sekarningsih et al. (2021) se domnívá, že jedním z důvodů, proč taneční výchova není u žáků příliš oblíbená, je fakt, že učitelé originálně nevyužívají digitální technologie při výuce.

Kreativita – to byl hlavní faktor, kterým se ve své studii zabýval učitel tance Zihao Michael Li. Zkoumal míru projevené kreativity při online výuce tance na univerzitě. Překvapivě zjistil, že nové online podmínky pozitivně podnítily jak učitele, tak i studenty k větší invenci, kterou by se za normálních okolností nezabývali. Studenti byli motivováni k inovativnímu užívání technologií při tvoření svých tanečních výstupů. Výzvou jim byla také nová hra s prostorem a časem při tvorbě choreografií z domova – při tvorbě videí měli více prostoru přemýšlet o zakomponování netradičních míst do jejich choreografie, netvořit pouze choreografii, jak tomu bylo běžně v tanečních sálech, ale ucelené dílo (Li, 2021)

„...When I asked her if she would have done the same if the class were held in the studio, she answered, 'Never. Too much work!'“ (Li, 2021, 197). Velmi výstižně to poukazuje skutečnost, že změny a adaptace na ně nás posouvají kupředu, ač se mohou zdát zpočátku nepříjemné a složité, a je nutné si z těchto situací odnést to dobré.

V některých z dokumentů se objevuje společný záměr – aby práce mohla být vzorem a pomocí pro ostatní, kteří řeší podobné problémy – ať už je to Bruyneel et al. (2020) se svou koncepcí online výuky na konzervatoři, nebo Bohn a Hogue (2021) představující iniciativu volně přístupných online tanečních lekcí pro studenty jako výraz podpory při zvládnání online studia. Dle jejich slov jsou příkladem toho, jak i malá iniciativa může hodně pomoci lidem v nouzi.

Schmid a McGreevy-Nichols (2021) mapující činnost organizací poskytujících taneční lekce v USA, uvádí, že pandemie stmelila společnost, zejména tu taneční, která si vzájemně pomáhala při zvládnání restrikcí. Dle jejich názoru by nás pandemie měla inspirovat k přehodnocení přístupu k sobě a k výuce, jen tak můžeme zhodnotit vynaložené úsilí v budoucnu.

5.6.4 Závěry v souvislosti s využíváním technologií

Autoři dokumentů věnujících se tvorbě mechanismů přenosu tanečního obsahu na dálku se shodují, že by chtěli, aby se jejich práce neomezily jen na pandemii, ale aby byly přínosné i po ní.

Sermon et al. (2021) představil projekt „Telepresence Stage“, díky němuž spolu lidé mohou pracovat tak, jako by byli v jedné místnosti, i přestože je dělí stovky kilometrů. Projekt je založen na telematickém přenosu, kdy se postavy všech účastníků mohou promítat v počítači tak, že to vypadá, jako by byly spolu a kooperovaly na jednom místě, jednom jevišti. Tato metoda je vhodná pro profesionální tanečnický účinkující v představeních či vystoupeních. Mohla by jim pomoci ve chvíli, kdy by jednotliví členové tanečních či divadelních souborů museli na zkoušku cestovat dlouhé vzdálenosti – ušetřili by čas i životní prostředí.

Kim et al. (2022), ve snaze popularizovat kulturu, spojuje moderní technologie a umění. Zkoumají využití OTT streamovacích metod (internetové televize), které by mohly přilákat větší publikum diváků k tanci. Tento přístup je v nekontaktní době pandemie příhodný, avšak jejich projekt směřuje hlavně do budoucna. Dle autorů je potřeba přehodnotit postoj ke kultuře, zlepšit kvalitu zobrazovacích technologií, vybudovat speciální sály, soustředit se na větší propagaci online představení publiku a změnit politiku a podporu umění.

Spojení diváků s umělci se věnuje i Levens (2021) při tvorbě online vystoupení DISDANCE. Jde o inovativní spojení hudební a taneční improvizace přenášené živě, přičemž každý z aktérů se nachází na odlišném místě. Podařilo se jim zažít a uskutečnit představení pro diváky i v době restrikcí.

Specifická případová studie hodnotí technologické možnosti přesunu pohybových výzkumů do online prostředí. Popsali možnosti jejich transformace, ale uvádějí i omezení a nemožnost pokračovat v některých z výzkumů kvůli pandemii (Martin et al., 2020).

Z uvedených závěrů můžeme shrnout, že benefity tance jako je dobrá nálada, radost z pohybu, odreagování se od všedních starostí, zdravá fyzická zdatnost apod., jsou přenositelné na tanečnický jak při osobním setkání v tělocvičnách, tak za obrazovkou počítače. Co nikdy nepůjde zcela napodobit ve virtuálních podmínkách je sociální a tělesný aspekt tance – setkávání s ostatními, kooperace, vzájemné pohledy, doteky a vše, to, co vzniká jedinečně jen „teď a tady“. To ovšem nenahradíme nikdy, ani vyspělejšími a modernějšími technologiemi. Proto je dle mého názoru úspěch, že lidé i v těžké době pandemie dělali vše pro to, abychom alespoň v modifikované podobě mohli pokračovat v tom, co nám přinášelo uspokojení, a připomínalo dny běžného života před pandemií.

Za negativa online tance je obecně považována nefunkční technika, potřeba technické gramotnosti a dobrého vybavení, či chybějící interakce edukátora s edukantem.

Jako pozitiva jsou nejčastěji uváděny flexibilita, soukromí, komfort, či možnost pokračovat v tanci i v době restrikcí.

6 ZÁVĚRY

Popsali jsme realizaci tance online v průběhu pandemie Covidu-19, a to pomocí rozboru 27 dokumentů vyhledaných v 6 elektronických databázích. Cílem bylo ucelení a zpřehlednění informací známých o naší problematice.

Tanec online byl v době pandemie Covidu-19 realizován z různých důvodů. Jedním z nich byly terapeutické účely – do nichž spadala jednak regulérní tanečně-pohybová terapie, terapeutický tanec, ale i taneční aktivity poskytující samy o sobě duševní odpočinek. U jedné skupiny dokumentů šlo o léčbu zaměřenou na osoby s určitým onemocněním – Parkinsonovou nemocí, depresí, poruchou autistického spektra či Downovým syndromem. V dalších dokumentech byl tanec online realizován za účelem pomoci zvládnutí pandemie, zmírnění pocitu úzkosti a osamělosti ze sociální izolace.

Dále byl online tanec realizován s výzkumnými účely. Jednalo se o taneční intervence zkoumající úspěšnost přesunu tanečních aktivit do online prostředí, či možnost realizace tanečních výzkumů online.

Mnoho dokumentů bylo vytvořeno se záměrem popsat či zhodnotit online výuku tance – ať už školní či volnočasovou.

Další skupina dokumentů hledala a hodnotila způsoby, kterými lze taneční obsah distribuovat online. Dokumenty se dotýkaly buď realizace online výuky nebo kulturního dění.

Posledním z důvodů, proč se lidé věnovali tématu online tance v období pandemie, byla potřeba sdílet své zkušenosti s novou situací, zejména mezi tanečními lektory a učiteli.

Zmínky o realizaci tance online se týkaly zejména dospělých, dětí a mladistvých a v jednotkách případů seniorů. Cílové skupiny se lišily napříč dokumenty – objevovaly se osoby s určitými zdravotními či psychickými problémy i intaktní populace (žáci, studenti, taneční lektoři či veřejnost).

Tanec online byl provozován v různých formách – jako tanečně-pohybová terapie, terapeutický tanec, taneční lekce pro veřejnost, výukový předmět, intervence nebo umělecké představení. A zahrnoval rozličné množství tanečných stylů.

Prostředky, které napomohly k nekontaktnímu přenosu tance, byly aplikace, jako například Zoom či MS Teams. Dále virtuální technologie nebo webové stránky. Mezi prostředky nebyly jen obecně známé softwary, ale také speciálně vyvinuté programy pro potřeby tanečního světa.

Závěry dokumentů byly nesourodé vzhledem k různorodosti jejich témat a zdrojů. Většina z nich se však shoduje, že realizace tance online byla velkou výzvou, která se neobešla bez obtíží. Na druhou stranu, v žádném z dokumentů jsme nezaznamenali ryze negativní postoj k pandemii

a jejím důsledkům. Většina autorů se naopak shoduje, že nutnost adaptace tance na online podmínky je podnítila k vynalézavosti, a někteří dokonce vyzdvihují pozitiva online formy tance nad tou kontaktní. Souhrnně můžeme říci, že tanec lze provozovat nekontaktní formou, a i v této podobě nám přináší benefity – zdravotní či duševní. Ač některé z charakteristik jako je přímý sociální a tělesný kontakt nelze nekontaktně nikdy nahradit. Nejzmiňovanějšími limity online tance je závislost na kvalitní technice a také schopnosti jejího ovládní, a velmi omezená interakce jednotlivých účastníků, zejména edukátora s edukantem, která je stěžejní při výuce nových dovedností v tanci. Jako pozitiva byla často zmiňována možnost být flexibilní, mít soukromí a celkově uskutečnitelnost tance i v období pandemie.

7 SOUHRN

Hlavním cílem naší práce bylo popsat, co je známo o online tanci v období pandemie Covidu-19 a tyto informace ucelit a zpřehlednit. Bakalářská práce obsahuje 2 hlavní části – teoretickou a praktickou.

Teoretickou část představuje Přehled poznatků, v němž uvádíme čtenáře do problematiky našeho tématu, které je ohraničeno pojmy tanec, online a Covid-19. Nejprve vymezujeme tanec jako pohybovou aktivitu dotýkající se aspektů tělesných, duševních, sociálních a spirituálních. Dále uvádíme jednotlivé možné pojetí tance – tanec jako terapii, jako volnočasovou aktivitu a výukový předmět.

Další oblastí našeho zájmu byla pandemie Covidu-19, která zapříčinila, že aktivity na rovině osobního setkávání musely být řešeny alternativně, často přesunem do online prostředí. Přibližujeme zákonitosti onemocnění Covidu-19 a definujeme pojmy s ním spojené.

Poslední teoretická část je věnována digitálním technologiím, jakožto činitelům přenosu tance na dálku. Vysvětlili jsme rozdíl mezi virtuálními a online technologiemi a blíže jsme se věnovali online výuce.

Následovalo vytyčení cílů naší práce. Jak již bylo řečeno v úvodu, hlavním cílem bylo popsat tanec online v průběhu pandemie Covidu-19. Hlavního cíle jsme dosahovali specifikováním 5 dílčích cílů – popsat účel, s jakým byl tanec realizován v průběhu pandemie Covidu-19; určit, koho se tanec online v průběhu pandemie Covidu-19 týkal; zjistit, jaké formy tance byly v průběhu pandemie Covidu-19 uskutečňovány; popsat, jakým způsobem byl tanec v průběhu pandemie Covidu-19 nekontaktně realizován (s pomocí jakých prostředků); a uvést, jaké závěry vyplývají z realizace tance online v průběhu Covidu-19. Odpovědi na otázky jsme hledali pomocí analýzy dokumentů nalezených v elektronických databázích. Postup jejich výběru jsme popsali v kapitole Metodika.

Pro výběr dokumentů, z nichž vycházíme v praktické části, jsme využili 6 elektronických databází: Web of Science, Scopus, Medline, SPORTDiscus, ProQuest a Google Scholar. Vyhledávali jsme pomocí klíčových slov dance AND online AND Covid-19. Výsledky jsme zredukovali pomocí kritérií inkluze, kterými byly: článek v angličtině a datum publikování mezi 2020-2021. Následně jsme výčet zbylých dokumentů podrobili analýze názvu a abstraktu, zbylý soubor jsme zkorigovali odstraněním duplicitních zdrojů a analýzou obsahu práce. Tři práce nebyly zařazeny z důvodu nedostupnosti jejich plného znění. V praktické části pracujeme s výsledným počtem 27 dokumentů.

Následuje praktická část, kapitola Výsledky, ve které se pomocí analýzy dokumentů snažíme naplnit výše stanovený cíl naší práce. Podkapitoly se věnují jednotlivým dílčím cílům.

V první podkapitole stručně charakterizujeme zkoumané dokumenty a představujeme hlavní Tabulku 1, z níž vycházíme v celé práci, a která shrnuje informace o jednotlivých zdrojích – o výzkumném souboru, metodách sběru dat, cíli práce, hlavních závěrech práce a typu dokumentu.

V druhé podkapitole popisujeme účely, s nimiž se tanec v průběhu pandemie realizoval. Uvádíme účely terapeutické, výzkumné, vzdělávací, dále práce technologické zabývající se možnostmi přenosu tance online, a v poslední řadě práce, jejichž cílem bylo sdílení zkušeností.

Ve třetí podkapitole zmiňujeme, jakých cílových skupin se jednotlivé dokumenty dotýkaly – jednak podle věku, jednak dle náplně práce (studenti, učitelé apod.).

Ve čtvrté podkapitole kategorizujeme jednotlivé dokumenty dle formy tance, jakou zkoumají. Zda se jedná o specifické taneční styly, tanečně-pohybovou terapii, skupinové taneční lekce, výuku tance či taneční představení. V souhrnné Tabulce 3 přidáváme konkrétnější informace o tanečních programech z hlediska jejich délky, využitých prostředcích a zúčastněných osobách.

V předposlední podkapitole uvádíme informace o prostředcích, které napomohly k realizaci tance nekontaktní formou – aplikace, webové stránky nebo virtuální programy. Četnost využití jednotlivých prostředků ukazuje názorná Tabulka 4.

V poslední podkapitole se zaměřujeme na hlavní sdělení a zjištění, které z jednotlivých dokumentů vyplývají v souvislosti s online tancem, a hledáme mezi nimi souvislosti. Nejprve popisujeme online tanec v průběhu pandemie z hlediska příjemců tance, jaký měl na ně vliv. Poté z pohledu poskytovatelů – tanečních lektorů či učitelů. Následně shrnujeme zjištění spojená s online výukou a s technologickými prostředky.

8 SUMMARY

The main objective of our work was to describe what is known about online dancing during the Covid-19 pandemic and to make this information more comprehensive and transparent. The bachelor thesis contains 2 main parts – theoretical and practical.

The theoretical part is an overview of the knowledge, in which we introduce the reader to our topic, which is bounded by the terms dance, online and Covid-19. First, we define dance as a physical activity associated with physical, mental, social and spiritual aspects. Next, we present the different possible conceptions of dance - dance as therapy, as a leisure activity and as an educational subject.

Another area of our interest was the Covid-19 pandemic, which caused, that activities on the level of face-to-face encounters had to be addressed in alternative ways, often by moving them online. We review the patterns of the Covid-19 disease and define the terms associated with it. The last theoretical section is devoted to digital technologies as agents of dance transmission at a distance. We explain the difference between virtual and online technologies and take a closer look at online education.

Then we set the objectives of our work. As mentioned in the introduction, the main objective was to describe the online dance during the Covid-19 pandemic. We achieved the main goal by specifying 5 sub-objectives – to describe the purpose for which dance was performed during the Covid-19 pandemic; to identify who was involved in online dance during the Covid-19 pandemic; to identify what forms of dance were performed during the Covid-19 pandemic; to describe how dance was performed non-contactfully during the Covid-19 pandemic (using what means); and to state what conclusions were drawn from the performance of online dance during the Covid-19 pandemic. Answers to the questions were sought through analysis of documents found in electronic databases. We described the process of their selection in the chapter Methodology.

For the selection of documents used in the practical part of the study, we used 6 electronic databases: Web of Science, Scopus, Medline, SPORTDiscus, ProQuest and Google Scholar. We searched using the keywords dance AND online AND Covid-19. We reduced the results using inclusion criteria, which were: article in English and publication date between 2020-2021. We then subjected the remaining documents to title and abstract analysis and corrected the remaining set by removing duplicate sources and analyzing the content of the paper. Three papers were not included due to the unavailability of their full text. In the practical part we work with a final number of 27 documents.

Next is the practical part - the chapter Results, in which we try to fulfil the above stated aim of our work by means of document analysis. The subsections are devoted to the individual sub-objectives.

In the first subsection, we briefly characterise the documents under study and present the main Table 1, which is used throughout the thesis and summarises information about the individual sources – about the research population, the methods of data collection, the aim of the paper, the main conclusions of the paper and the type of document.

In the second subchapter, we describe the purposes with which the dance was implemented during the pandemic. We list therapeutic, research, and educational purposes, followed by technological papers dealing with the possibilities of transmitting dance online, and lastly, papers aimed at sharing experiences.

In the third subsection, we mention the target groups affected by each paper, both by age and by the nature of the work (students, teachers, etc.).

In the fourth subchapter, we categorise the documents according to the form of dance they explore. Whether it is specific dance styles, dance-movement therapy, group dance classes, dance instruction or dance performance. In the summary Table 3 we add more specific information about the dance programmes in terms of their length, resources used and people involved.

In the penultimate subsection, we provide information on the resources that helped to realize dance in a non-contact way – apps, websites or virtual programmes. The frequency of use of each means is illustrated in Table 4.

In the last subsection, we focus on the main messages and findings that emerge from the individual papers in relation to online dance. And we look for connections between them. First, we describe online dance during the pandemic in terms of the beneficiaries of dance and how it affected them. Then from the perspective of the providers – the dance instructors or teachers. We then summarize the findings associated with online teaching and with technological resources.

9 REFERENČNÍ SEZNAM

- Barešová, A. (2003). *E-Learning ve vzdělávání dospělých*. Praha: VOX.
- Bednář, M., Fraňková, V., Schindler, J., Souček, A., & Vávra, J. (1996). *Lékařská mikrobiologie: bakteriologie, virologie, parazitologie*. Praha: Marvil.
- Bek, J., Groves, M., Leventhal, D., & Poliakoff, E. (2021). Dance at Home for People With Parkinson's During COVID-19 and Beyond: Participation, Perceptions, and Prospects. *Frontiers in Neurology, 12*(5), 1–8. <https://doi.org/10.3389/fneur.2021.678124>
- Blažíčková, E. (2005). *Metodika a didaktika taneční výchovy*. Praha: Duncan Centre.
- Blížkovská, J. (1999). *Úvod do taneční terapie*. Brno: Masarykova Univerzita.
- Bohn, J., & Hogue, S. (2021). Changing the Game: College Dance Training for Well-Being and Resilience Amidst the COVID-19 Crisis. *Health Promotion Practice, 22*(2), 163–166. <https://doi.org/10.1177/1524839920963703>
- Bonilla, A. F. U. (2021). Somatic Sauce 2020—annotating Love Therapy and celebration. *International Journal of Performance Arts and Digital Media, 17*(1), 7–18. <https://doi.org/10.1080/14794713.2021.1880724>
- Bruyneel, A. V., Beauviche, J., Caussé, B., & Walters, K. (2020). Curriculum Development, Implementation, and Evaluation During the COVID-19 Confinement Period in France. *Journal of Dance Medicine & Science, 24*(4), 147–152. <https://doi.org/10.12678/1089-313X.24.4.147>
- Buchholz, B. A., DeHart, J., & Moorman, G. (2020). Digital Citizenship During a Global Pandemic: Moving Beyond Digital Literacy. *Journal of Adolescent and Adult Literacy, 64*(1), 11–17. <https://doi.org/10.1002/jaal.1076>
- Butt, C. A. (2017). “Move your arm like a swan” Dance for PD demedicalizes Parkinson disease. *JAMA - Journal of the American Medical Association, 317*(4), 342–343. <https://doi.org/10.1001/jama.2016.21033>
- Carapellotti, A. M., Stevenson, R., & Dumas, M. (2020). The efficacy of dance for improving motor impairments, non-motor symptoms, and quality of life in parkinson's disease: A systematic review and meta-analysis. *PLoS ONE, 15*(8). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0236820>
- Ciantar, S. R., Bearss, K. A., Levkov, G., Bar, J. R., & DeSouza, J. F. X. (2019). Investigating Affective and Motor Improvements with Dance in Parkinson's Disease. *BioRxiv*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1101/665711>
- Covid portál. (2021). *Onemocnění a obecně o opatřeních*. Retrieved from <https://covid.gov.cz/situace/onemocneni-obecne-o-opatrenich>

- Čížková, K. (2005). *Tanečně-pohybová terapie*. Praha: Triton.
- Dias, R. J., Penha, R., Morgado, L., Alves de Veiga, P., Carvalho, E. S., & Fernandes-Marcos, A. (2019). Tele-Media-Art: Feasibility Tests of Web-Based Dance Education for the Blind Using Kinect and Sound Synthesis of Motion. *International Journal of Technology and Human Interaction*, 15(2). <https://doi.org/10.4018/IJTHI.2019040102>
- Dils, A., & Albright, A. C. (2001). First Steps: Moving into the Study of Dance History. In A. Dils & A. C. Albright (Eds.), *Moving history/dancing cultures: A dance history reader* (pp. 13-18). Middletown: Wesleyan University Press.
- Dosedlová, J. (2012). *Terapie tancem*. Praha: Grada.
- Drtina, R. (2011). *Možnosti a omezení elektronické podpory kvality vzdělávání*. Praha: Extrasystem.
- Dumazedier, J. (1962). *Vers une civilisation du loisir?* Paris: Éditions du Seuil.
- Emmanouilidis, S., Hackney, M. E., Slade, S. C., Heng, H., Jazayeri, D., & Morris, M. E. (2021). Dance Is an Accessible Physical Activity for People with Parkinson's Disease. *Parkinson's Disease*, 2021. <https://doi.org/10.1155/2021/7516504>
- European Centre for Disease Prevention and Control. (2022). *SARS-CoV-2 variants of concern as of 21 April 2022*. Retrieved from <https://www.ecdc.europa.eu/en/covid-19/variants-concern>
- Фопель, К. (2003). *Эффективный воркшоп: Динамическое обучение*. Москва: Генезис.
- Gallo, L. H., Rodrigues, E. V., Filho, J. M., da Silva, J. B., Harris-Love, M. O., & Gomes, A. R. S. (2019). Effects of virtual dance exercise on skeletal muscle architecture and function of community dwelling older women. *Journal of Musculoskeletal Neuronal Interactions*, 19(1), 50–61. Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6454256/pdf/JMNI-19-050.pdf>
- Garcia-Medrano, S. (2021). Screen-bridges: dance movement therapy in online contexts. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 16(1), 64–72. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/17432979.2021.1883741>
- Ghanai, K., Barnstaple, R. E., & Desouza, J. F. X. (2021). Virtually in synch: a pilot study on affective dimensions of dancing with Parkinson's during COVID-19. MedRxiv. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/14647893.2021.2005560>
- Gingrasso, S. (2020). Practical Resources for Dance Educators! Choreographing Our Way Through COVID-19. *Dance Education in Practice*, 6(3), 27–31. <https://doi.org/10.1080/23734833.2020.1791565>

- Grasser, L. R., & Javanbakht, A. (2021). Virtual Arts and Movement Therapies for Youth in the Era of COVID-19 [Letter to the editor]. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 60(11), 1334–1336. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2021.06.017>
- HarperCollins. (n. d.). Instant Messaging. In *CollinsDictionary.com dictionary*. Retrieved 17. 4. 2022 from <https://www.collinsdictionary.com/dictionary/english/instant-messaging>
- HarperCollins. (n. d.). Lockdown. In *CollinsDictionary.com dictionary*. Retrieved 17. 4. 2022 from <https://www.collinsdictionary.com/dictionary/english/lockdown>
- HarperCollins. (n. d.). Online. In *CollinsDictionary.com dictionary*. Retrieved 17. 4. 2022 from <https://www.collinsdictionary.com/dictionary/english/online>
- He, F., Deng, Y., & Li, W. (2020). Coronavirus disease 2019: What we know? *Journal of Medical Virology*, 92(7), 719–725. <https://doi.org/10.1002/jmv.25766>
- Heyang, T., & Martin, R. (2021). A reimagined world: international tertiary dance education in light of COVID-19. *Research in Dance Education*, 22(3), 306–320. <https://doi.org/10.1080/14647893.2020.1780206>
- Hiscott, J., Alexandridi, M., Muscolini, M., Tassone, E., Palermo, E., Soultsioti, M., & Zevini, A. (2020). The global impact of the coronavirus pandemic. *Cytokine & growth factor reviews*, 53, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.cytogfr.2020.05.010>
- Hošek, V. (2007). *Sport a osobní pohoda*. Praha: Univerzita Karlova.
- Jelínek, J., & Zicháček, V. (2004). *Biologie pro gymnázia*. Olomouc: Nakladatelství Olomouc.
- Kalaš, I. (2013). *Premeny školy v digitálnom veku*. Bratislava: SPN.
- Kelly, M. P., & Leventhal, D. (2021). Dance as Lifeline: Transforming Means for Engagement and Connection in Times of Social Isolation. *Health Promotion Practice*, 22(1_suppl), 64S-69S. <https://doi.org/10.1177/1524839921996332>
- Kim, J., Kim, E., & Hong, A. (2022). OTT streaming distribution strategies for dance performances in the post-covid-19 age: A modified importance-performance analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(1), 1–11. <https://doi.org/10.3390/ijerph19010327>
- Klement, M. (2012). *E-learning: elektronické studijní opory a jejich hodnocení*. Olomouc: Agentura Gevak.
- Kratochvílová, E. (2004). *Pedagogika voľného času: výchova v čase mimo vyučovania v pedagogickej teórii a praxi*. Bratislava: Univerzita Komenského.
- Kubek, M. (2021). Deník epidemie. *Tempus medicorum*, 30(6), 12-15. Retrieved from https://www.lkcr.cz/doc/tempus_file/tm_06_2021_web1-176.pdf

- Lara-Aparicio, M., Mayorga-Vega, D., & López-Fernández, I. (2021). Expressive movement & creative dance practice in times of quarantine: The #vidlop movement. *Movimento*, 27, 1–19. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.105802>
- Levens, U. (2021). “Restrictions as a Challenge for Artists”- The Online Music-Dance-Project DISDANCE. *Information and Communication Technology in Musical Field*, 12(1), 81–87. Retrieved from <https://www.ceeol.com/search/article-detail?id=1004045>
- Li, Z. M. (2020). Teaching Introduction to Dance Studies Online Under COVID-19 Restrictions. *Dance Education in Practice*, 6(4), 9–15. <https://doi.org/10.1080/23734833.2020.1831853>
- Li, Z. M. (2021). Creativity and opportunity: how COVID-19 fosters digital dance education. *Digital Creativity*, 32(3), 188–207. <https://doi.org/10.1080/14626268.2021.1967406>
- Martin, J., Loke, L., & Grace, K. (2020). Challenges facing movement research in the time of Covid-19: Issues in redesigning workshops for remote participation and data collection. In N. Ahmadpor, T. Leong, B. Ploderer, C. Parker, S. Webber, D. Munoz, L. Loke, & M. Tomitsch (Eds.), *ACM International Conference Proceeding Series* (pp. 712–716). Association for Computing Machinery. <https://doi.org/10.1145/3441000.3441055>
- Meekums, B. (2002). *Dance movement therapy: A creative psychotherapeutic approach*. London: Sage.
- Mesika, S. L., Wengrower, H., & Maoz, H. (2021). Waking up the bear: dance/movement therapy group model with depressed adult patients during Covid-19 2020. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 16(1), 32–46. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/17432979.2021.1879269>
- Morris, M. E., Slade, S. C., Wittwer, J. E., Blackberry, I., Haines, S., Hackney, M. E., & McConvey, V. B. (2021). Online Dance Therapy for People With Parkinson’s Disease: Feasibility and Impact on Consumer Engagement. *Neurorehabilitation and Neural Repair*, 35(12), 1076–1087. <https://doi.org/10.1177/15459683211046254>
- Paranti, L., Zustiyanoro, D., & Kumala, K. (2021). The Adaptation Strategy of Semarang Dance Style’s Learning Method in UNNES during Covid-19 Pandemic Era. In R. Perdana, G. E. Putrawan, & S. Sunyono (Eds.), *ICOPE 2020 Proceedings of the 2nd International Conference on Progressive Education* (pp. 157–164). EAI. <https://doi.org/10.4108/eai.16-10-2020.2305203>
- Pituxcoosvarn, M., & Murakami, Y. (2021). A Feasible Design of Ballet Learning Support System with Automated Feedback. In C. Stephanidis, D. Harris, W.-C. Li, D. D. Schmorow, C. M. Fidopiastis, M. Antona, Q. Gao, J. Zhou, P. Zaphiris, A. Ionnaou, R. A. Sottolare, J. Schwarz, & M. Rauterberg (Eds.), *HCI: International 2021 - Late Breaking Papers: Cognition*,

- Inclusion, Learning, and Culture* (Vol. 13096, pp. 458–466). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-030-90328-2_30
- Ratnaningrum, I., Nurharini, A., Supriyanto, T., Yulianto, S., & Andrijati, N. (2021). The Use of “Powtoon” Online Animation Video-based Education Media in Dance Learning in Primary Schools during the COVID-19 Pandemic. In T. Y. Weng, R. de Souza, & A. Ali (Eds.), *Proceedings of the 11th Annual International Conference on Industrial Engineering and Operations Management* (pp. 3701–3707). IEOM 2021. Retrieved from <http://www.ieomsociety.org/singapore2021/papers/670.pdf>
- Risner, D., & Anderson, J. (2008). Digital Dance Literacy: an integrated dance technology curriculum pilot project 1. *Research in Dance Education*, 9(2), 113–128. <https://doi.org/10.1080/14647890802087787>
- Rothman, K. (2021). Expanding: a case study exploring online work and relationship in one-to-one sessions in an adult learning disability service. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 16(1), 47–55. <https://doi.org/10.1080/17432979.2021.1880968>
- Rouha, J. (2019). *Internet jako nástroj současné doby* [Online]. Diplomová práce, Technická Univerzita, Fakulta umění a architektury, Liberec. Retrieved from https://dspace.tul.cz/bitstream/handle/15240/152625/Internet_jako_nastroj_soucasne_doby.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Schmid, D. W., & McGreevy-Nichols, S. (2021). Building the dance community virtually during COVID 19. *Arts Education Policy Review*, 1–8. <https://doi.org/10.1080/10632913.2021.1931598>
- Sekarningsih, F., Budiman, A., & Gustiaji, G. R. (2021). Wix web-based dance learning media to support teaching in the pandemic era in high school. *Harmonia: Journal of Arts Research and Education*, 21(1), 178–191. <https://doi.org/10.15294/harmonia.v21i1.27420>
- Sermon, P., Dixon, S., Popat Taylor, S., Packer, R., & Gill, S. (2022). A Telepresence Stage: or how to create theatre in a pandemic—project report. *International Journal of Performance Arts and Digital Media*, 18(1), 48–68. <https://doi.org/10.1080/14794713.2021.2015562>
- Státní zdravotní úřad. (2020). *Pravidelná fyzická aktivita a výživa má i v ěře COVID-19 zásadní zdravotní význam*. Retrieved from <http://www.szu.cz/tema/bezpecnost-potravin/pravidelna-fyzicka-aktivita-a-vyziva-ma-i-v-ere-covid-19>
- Státní zdravotní úřad. (2021). *Základní informace o onemocnění novým koronavirem - covid-19 (coronavirus disease)*. Retrieved from http://www.szu.cz/uploads/Epidemiologie/Coronavirus/Zakladni_info/zakladni_informace_covid_8_aktualizace_prosinec_2021.pdf

- Stern, D. N. (2010). *Forms of vitality: Exploring dynamic experience in psychology, the arts, psychotherapy and development*. New York: Oxford University Press.
- Steuer, J. (1992). Defining virtual reality: Dimensions determining telepresence. *Journal of communication*, 42(4), 73-93. Retrieved from <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1460-2466.1992.tb00812.x>
- Subramanian, I., Farahnik, J., & Mischley, L. K. (2020). Synergy of pandemics-social isolation is associated with worsened Parkinson severity and quality of life. *Npj Parkinson's Disease*, 6(1), 1–8. <https://doi.org/10.1038/s41531-020-00128-9>
- Taslīmipour, S., Rojhani-Shirazi, Z., Hemmati, L., & Rezaei, I. (2021). Effects of a Virtual Reality Dance Training Program on Kyphosis Angle and Respiratory Parameters in Young Women With Postural Hyperkyphosis: A Randomized Controlled Clinical Trial. *Journal of Sport Rehabilitation*, 30(1), 293–296. <https://doi.org/10.1123/jsr.2019-0303>
- Vallino, J. R. (1998). *Interactive Augmented Reality* [Online]. Dissertation, University of Rochester, The College Arts and Sciences, Department of Computer Science, New York. Retrieved from <https://www.se.rit.edu/~jrv/publications/VallinoThesis.pdf>
- Vláda ČR. (n. d.). *Pandemický plán České republiky*. Retrieved from https://www.vlada.cz/assets/ppov/brs/dokumenty/Pandemicky_plan_CR.pdf
- Výzkumný úřad bezpečnosti práce. (2020). *COVID-19 a sportovní aktivity*. Retrieved from <https://www.bozpinfo.cz/covid-19-sportovni-aktivity>
- Wibowo, A. (2019). Malang Mask Puppet in Era of Globalization: Social and Cultural Impact. *Harmonia: Journal of Arts Research and Education*, 19(1), 18–28. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/harmonia.v19i1.16101>
- Zhang, W. (2020). The Essential Role of Dance in the Fight Against the COVID-19 Outbreak. *Creative Arts in Education and Therapy*, 6(1), 44–49. <https://doi.org/10.15212/caet/2020/6/15>
- Zounek, J. (2009) *E-learning – jedna z podob učení v moderní společnosti*. Brno: Masarykova Univerzita.