

Univerzita Palackého v Olomouci

Fakulta tělesné kultury

CIRKUSOVÁ PEDAGOGIKA

Aplikace cirkusového umění do programů volného času a školní výuky

Diplomová práce

(magisterská)

Autor: Kateřina Lišková, Rekreatologie

Vedoucí práce: doc. PaedDr. Tomáš Dohnal, CSc.

Olomouc 2010

Bibliografická identifikace

Jméno a příjmení autora: Kateřina Lišková

Název diplomové práce: CIRKUSOVÁ PEDAGOGIKA (Aplikace cirkusového umění do programů volného času a školní výuky)

Pracoviště: Katedra rekreologie

Vedoucí diplomové práce: doc. PaedDr. Tomáš Dohnal, CSc.

Rok obhajoby diplomové práce: 2010

Abstrakt: Diplomová práce představuje nový výchovně-vzdělávací směr – cirkusovou pedagogiku. Ukazuje souvislosti cirkusové pedagogiky s naplňováním klíčových kompetencí a vazby na vzdělávací oblasti. Přináší náměty pro nové způsoby trávení volného času a pro obohacení školní tělesné výchovy a výukových programů. Analyzuje současné organizace v České republice, které začleňují cirkusové umění do práce s dětmi a mládeží. Práce dále obsahuje popis jednotlivých cirkusových disciplín, metodický nácvik vybraných aktivit a shrnutí obecně platných bezpečnostních pravidel.

Klíčová slova: cirkus, nový cirkus, pedagogika, klíčové kompetence, volný čas, psychomotorika, zážitková pedagogika, ...

Souhlasím s půjčováním diplomové práce v rámci knihovních služeb.

Bibliographical identification

Author's first name and surname: Kateřina Lišková

Title of the master thesis: Circus pedagogy (Application of circus arts into leisure programs and school education)

Department: Department of Recreology,

Supervisor: doc. PaedDr. Tomáš Dohnal, CSc.

The year of presentation: 2010

Abstract: The thesis presents a new educational way – a circus pedagogy. It shows connections between the circus pedagogy and completing of key competences and bindings to educational area. It brings suggestions of new methods how to spend a leisure time and how to enrich school physical training and educational programs. It analyses organizations currently existing on the territory of the Czech Republic and integrating circus arts into work with children and youth. The thesis also contains a description of circus disciplines, methodical exercises of chosen activities and summary of valid safety codes.

Keywords: circus, new circus, pedagogy, key competences, leisure time, psychomotory, experiential education

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

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci zpracovala samostatně pod vedením doc. PaedDr. Tomáše Dohnala, CSc., uvedla všechny použité literární a odborné zdroje a dodržovala zásady vědecké etiky.

V Olomouci dne 30. 4. 2010

.....

Děkuji doc. PaedDr. Tomáši Dohnalovi, CSc. za pomoc a cenné rady, které mi poskytl při zpracování diplomové práce. Dále všem organizacím za spolupráci, poskytnutí materiálů a informací potřebných při kompletaci diplomové práce. Poděkování patří také ostatním lidem, kteří přispěli svou radou, nápadem a pomocí.

OBSAH

1 ÚVOD	9
2 SYNTÉZA POZNATKŮ	11
2.1 Problémy dnešní doby.....	11
2.2 Vymezení a definice základních pojmů	13
2.2.1 Cirkus	13
2.2.2 Pedagogika	13
2.2.3 Nový cirkus	13
2.2.4 Klíčové kompetence.....	14
2.2.5 Zážitková pedagogika	15
2.2.6 Psychomotorika.....	16
2.2.7 Evropská federace odborných cirkusových škol (FEDEC)	17
3 CÍLE.....	18
3. 1 Hlavní cíl.....	18
3. 2 Dílčí cíle.....	18
4 METODIKA	19
4. 1 Metody výzkumu	19
4. 2 Zdroje informací	20
5 VÝSLEDKY	21
5.1 Vymezení pojmu „Cirkusová pedagogika“.....	21
5.1.1 Německé pojetí	22
5.2 K definici cirkusové pedagogiky	23
5.3 Historie cirkusové pedagogiky.....	25
5.3.1 Různé podoby a aplikace	26
5.3.2 Cirkusové umění jako vzdělávací systém	27
5.4 Obsah cirkusové pedagogiky	31
5.4.1 Ekvilibristika.....	33

5.4.2 Akrobacie	34
5.4.3 Žonglování	37
5.4.4 Dramatické umění	38
5.4.5 Výtvarné umění.....	40
5.5 Cíle cirkusové pedagogiky.....	40
5.6 Metody cirkusové pedagogiky	42
5.7 Cirkus a jeho různé formy.....	43
5.7.1 Volnočasový cirkus (Leisure circus).....	43
5.7.2 Sociální cirkus (Social circus).....	44
5.7.3 Adaptační cirkus (Adaptation Circus).....	44
5.7.4 Přípravné amatérské kurzy (Pre-professional courses)	45
5.7.5 Odborné tréninkové programy (Vocational training programe)	45
5.7.6 Profesionální cirkus (Professional circus).....	45
6. ANALÝZA SOUČASNÉHO STAVU	46
6.1 Dětský cirkus LeGrando	46
6.2 Cirqueon (Asociace pro současný cirkus).....	49
6.2.1 Centrum pro nový cirkus.....	49
6.3 Festival Letní Letná	50
6.4 La Putyka (Nový cirkus na český způsob).....	51
6.4.1 Cirk La Putyka, o.p.s.....	52
6.5 KD Mlejn	52
6.5.1 Cirkus Mlejn	52
6.5.2 Budilova divadelní škola.....	53
6.6 Circus Sacra	53
6.7 Alfred ve dvoře	54
6.8 Ateliér klaunské scénické a filmové tvorby	54
6.9 Cirkus trochu jinak.....	55

7 BEZPEČNOSTNÍ NORMY	58
8 METODIKA VYBRANÝCH CIRKUSOVÝCH DISCIPLÍN.....	64
8.1 Metodický nácvik jízdy na jednokolce	64
8.2 Metodický nácvik na Rola Bola.....	69
8.3 Metodický nácvik žonglování s odrazovými míčky („hopiky“).....	73
9 DISKUZE.....	77
10 ZÁVĚR	80
11 SOUHRN	82
12 SUMMARY	83
13 REFERENČNÍ SEZNAM.....	84
14 PŘÍLOHY	87

1 ÚVOD

„Olé. Drobný chlapec zapíchne salto z trampolíny a malé šapitó se rozezní potleskem. Klauni v oranžových parukách vbíhají na scénu. Jsou vtipní, hlediště vybuchuje smíchem. Škobrtají, padají a všechno pletou, záměrně i omylem, ale to je jedno. Následují žongléři, jejichž tréma je naprosto odzbrojující a znemožňující jakýkoliv výkon. Roztočit byt' plastický talířek na tyčce není žádná sranda, a už vůbec ne ve chvíli, kdy na vás zírá maminka, tatínek, babička a další spousta cizích lidí. Talířek několikrát padá na zem, aniž by se pokusil o cokoliv, co by připomínalo vrcholné číslo, ale ta přející atmosféra publika je neuvěřitelná. Nakonec se za bouřlivého potlesku talířek roztáčí, žonglérka nabývá jistoty, přehazuje si jej na prst a mizí v zákulisí, aby uvolnila místo dalším číslům. Přichází další dvě šarmantní kouzelnice, a pak fakíři, provazochodci, artisti, jízda na jednokolce, nekončící blesky z foťáků a potlesk a potlesk a potlesk. Ovace neutichají ani při závěrečném defilé, a to přesto, že většina z cirkusových umělců nemá ještě vlastní občanku. Další představení dětského cirkusu LeGrando končí, poslední poklona.“

Projekty a činnosti spojené se začleňováním cirkusového umění do práce s dětmi a mládeží se těší velké oblibě na celém světě a pomalu se začínají objevovat i u nás. Velkou zásluhu na tom má především první dětský cirkus LeGrando, který se inspiroval v sousedním Německu, kde je cirkusová pedagogika zcela běžná záležitost.

Děti a mládež hledají stále nová dobrodružství, neobvyklé zážitky a vzrušující napětí. Touží získávat vlastní zkušenosti, aby mohly aktivně ovlivňovat své okolí. Vhodným a nenásilným prostředkem k tomu jsou pohybové hry, které patří k nejvyhledávanější náplni volného času dětí a mládeže a navíc přispívají ke smysluplnému životu a celkovému rozvoji osobnosti.

Srovnáme-li však podmínky života dnešních dětí s podmínkami, v nichž žili jejich rodiče, nalezneme podstatné rozdíly. Změny v sociálním a životním prostředí ochudily děti o jejich přirozený pohybový prostor a tím také o mnoho příležitostí pro aktivní, samostatný a tvůrčí vztah k okolí. Technizační vlivy stále více vytlačují pohyb ze života lidí a to se dá nejlépe kompenzovat dodatkovým, volnočasovým zábavným a průpravným pohybem. Zájem o pohybové aktivity se však nedaří provokovat pomocí sportovní nabídky, ta oslovuje především pohybově nadanou část populace, nedaří se to

ani pomocí školní tělesné výchovy, protože je příliš normativní a tím rovněž není dostatečně atraktivní pro pohybově nenadanou část populace. Proto se začínají hledat jiné formy.

Soudobí učitelé, vychovatelé a trenéři se pomalu začínají odklánět od pohybu a sportování zaměřeného jednostranně na výkonnost, závodní činnost, normami předepsanou techniku nebo cíleného překonání soupeře. Volí spíše takové druhy cvičení, které podporují hledání vlastních cest a postojů k problémům. v popředí přitom stojí radost z pohybu a příjemných zážitků, samostatné a zodpovědné zacházení s vlastním tělem, respektování druhých a spolupráce s ostatními členy skupiny. a právě tyto aktivity jsou hlavní náplní cirkusové pedagogiky, nového odvětví usilujícího o všestranný rozvoj jedince a pomáhající žákům i dospívajícím přijmout pohybovou aktivnost jako součást životního stylu.

Záměrem této práce je objasnit čtenáři cirkusovou pedagogiku a nabídnout učitelům, cvičitelům, trenérům cirkusového umění i sociálním pracovníkům základní materiál a náměty pro konkrétní práci s dětmi a mládeží. Zároveň chce seznámit s netradičními pohybovými aktivitami, z nichž mnohé lze lehce zapojit do pravidelného individuálního pohybového režimu.

2 SYNTÉZA POZNATKŮ

2.1 Problémy dnešní doby

Na jedné straně se setkáváme s dětmi, které už neumějí chodit pozpátku, mají potíže s držením těla, nadváhu, jejich pohyby jsou nekoordinované a každý požadavek při hodině tělesné výchovy je pro ně utrpením. Na druhé straně jsou děti, které jsou členy sportovních oddílů, brzy se specializují na některý druh sportu, provozují ho na vrcholové úrovni a veškerý volný čas věnují tréninkům.

Dětství dnes, pokud jde o pohybové aktivity, směřuje ke dvěma extrémům. První se vyznačuje nedostatkem pohybu, stále rostoucí konzumací televizních pořadů a sedavou činností u počítačových her, druhý dennodenním tréninkem a mnohostranně organizovanou sportovní činností. Spektrum pohybových aktivit a motorické výkonnosti dětí je dnes velmi široké a rozmanité, přičemž první skupina je početně větší a zdá se být ve svém vývoji více ohrožena.

Děti žijí dnes ve světě konkurenčních nabídek využití volného času, nesmírně pestrý program jim umožňuje uspořádat si volný čas podle svého a v tomto programu je také silně zastoupen sport. Zároveň však mají omezené možnosti pohybu, stále se zmenšující prostor pro hry a tvůrčí činnost. Pokud je tělo zatěžováno pouze ve sportovním oddíle, při hodinách tělocviku, v posilovně nebo v tanečním studiu a jinak během dne zahálí, začnou se objevovat problémy, a to nejenom zdravotní (Zimmerová, 2001, 13).

Důvodem růstu destruktivního a agresivního chování již v dětském nebo pubertálním věku je kromě jiného rovněž nedostatek zážitků, dobrodružství a napětí v běžném životě. Lidé moderní industriální společnosti se cítí být stále více vystaveni civilizačnímu tlaku na to, aby měli sebe a své projevy neustále pod kontrolou, aby potlačovali své afekty a emoce, aby je skrývali, nebo aby své pudy a vášně drželi na uzdě. Prakticky neustále se kontrolujeme, v pravém slova smyslu máme sami sebe „v moci“, potlačujeme své aktuální stavy a potřeby, abychom nerušili ostatní a umožnili tak vysoce komplexní soužití, jak je v dnešní společnosti žádoucí. To nezůstává bez následků. Náš společenský vývoj vyžaduje příliš mnoho sebeovládání, které se stále častěji vybíjí agresivitou, různými formami sebepoškozování nebo útěky (Zimmerová, 2001). Je proto velice důležité stále více pozornosti věnovat zvýšení motivace

a podpoření zájmu o některé z nabízených školních i mimoškolních aktivit včetně těch pohybových.

Pokud se mladá generace o tyto aktivity nezajímá, můžeme očekávat dříve nebo později problémy s využíváním jejího volného času. Tento jev vstupuje do popředí ve velkých městech, kde se někdy děti sdružují do tzv. závadových (uličních, domovních) part a páchají různé přestupky až delikventní popř. trestnou činnost. O tom svědčí zvyšující se počet delikvencí dětí do patnácti let. Nejenom z těchto, ale i jiných důvodů (např. obliba alkoholu, kouření, drog aj.) se musíme ptát, co a jak dělají tyto děti ve svém volném čase (Jansa & Srpová, 2002, 46).

Ten, kdo chce zaujmout mladé lidi a chce využít preventivní, výchovné a sociálně-pedagogické kvality pohybových aktivit, musí sledovat sportovní, pohybové a další formy vyjadřování různých kultur mládeže. Sport, který musíme propagovat v péči o mládež, není ani tak ten, jež nacházíme ve sportovních klubech, nýbrž sport, který se utváří přímo mezi mládeží. Napětí, dobrodružství, rychlost, expresivita, improvizace – to je několik pojmů, které dnes získávají na významu. Musíme se poučit z toho, co mládež sama podniká. Aktivity, které hledají, lze však těžko vtěsnat do rámce jednoho sportovního odvětví. To znamená, že sportovní nabídka musí být mnohostranná. Musí se přizpůsobit potřebám a motorickým schopnostem mládeže, jejich světu a životnímu stylu. To však také znamená zabývat se nejenom ukázněnými dětmi, ale pustit se i do práce s problematickou mládeží, akceptovat její cizorodé, nepohodlné a sociálně často netolerované potřeby (viz. Sociální cirkus).

Pro sestavení nabídky v oblasti pohybu, hry a sportu je proto důležité najít cesty, které by dětem zajistili dobré zkušenosti při pohybu a prostřednictvím pohybu. Přitom je rozhodující mnohem spíše „jak“, než „co“. Záleží na způsobu zprostředkování, ten rozhoduje o tom, zda se určitá pohybová aktivita stane podnětem vzbuzujícím zájem a zvědavost a vyvolávajícím vlastní aktivitu (Zimmerová, 2001).

2.2 Vymezení a definice základních pojmů

2.2.1 Cirkus

Cirkus byla původně starořímská kruhová nebo oválná dráha určená pro závody koní a povozů. Nyní je to zábavní podnik, buď pevný dům (cirkus stálý) nebo velký stan (cirkus cestovní) kruhového půdorysu, v jehož středu je předváděcí prostor – manéž, kde se předvádějí různé drezúry zvířete a větší artistická čísla. Sedadla diváků jsou umístěna amfiteatrálně kolem manéže. v přeneseném významu slova, se většinou jedná o kočovné společenství účinkujících umělců, kteří bývají označováni jako artisté (Hančl, 1995).

2.2.2 Pedagogika

Pedagogika je společenská věda, která zkoumá podstatu, strukturu a zákonitosti výchovy a vzdělávání jako záměrné, cílevědomé a soustavné činnosti formující osobnost člověka v nejrůznějších sférách života společnosti. Studuje a kriticky hodnotí myšlenkové dědictví minulosti, sleduje vývoj školství, výchovy a vzdělávání v zahraničí a ve spolupráci s dalšími vědními disciplínami formuluje nové vývojové trendy pro různé oblasti výchovy a vzdělávání (Průcha, Walterová, & Mareš, 2009).

2.2.3 Nový cirkus

Klasický cirkus, tak jak ho známe a který se vyvíjel více jak 200 let, pomalu zaniká. Důvodů je několik: politické a ekonomické příčiny 20. století zapříčinily zánik nespočtu slavných cirkusových rodů, vývoj ekologie a přístupu lidí ke zvířatům způsobil obrovské vlny nevole proti zvířecím drezúrárnám, mnohdy hlavním pilířům cirkusových estrád. Také televize a jiné možnosti zábavy mají na svědomí to, že klasický cirkus již není požívanou tak žádanou jako kdysi. A tak, aby přežil, musel si cirkus nalézt nové formy, nové principy, musel se změnit takřka od začátku (nebo se na samý začátek vrátit)...a tak se zrodil fenomén posledních 30-ti let - „nový cirkus“.

Tento fenomén je v našich podmínkách zatím málo známý. Nový cirkus již dávno není jenom sledem estrádních čísel různých krotitelů, klaunů a hadích žen, ale je spíše divadlem vyjádřeným pomocí obdivuhodného umění akrobatického a ekvilibristického... je kombinací nesmírné fyzické dovednosti, přesnosti až dokonalosti, zároveň v sobě skrývá notnou dávku umělecké svobody, improvizace,

estetické krásy a osobního sdělení. Mnohdy dosahuje hranic samotného lidského chápání, je však skromný a obdiv, který vyvolává, je do poslední kapky potu zasloužený. Nový cirkus již tedy není pouhou estrádou toho, co dovedu, ale má své sdělení, svůj názor, nepředvádí, ale nabízí k úvaze, komunikuje... stává se divadlem (Cihlář, 2004).

Nový cirkus od svého vzniku stále prochází dynamickým vývojem a už koncem devadesátých let dvacátého století byl překonán **cirkusem současným**. Toto označení aktuálních tendencí vývoje vzdor svému pojmenování odpovídá období zhruba do první poloviny desátých let nového tisíciletí. Poslední a z časového hlediska skutečně současná fáze vývoje cirkusových umění je označována jako **cirkus dnešní**.

Přestože tedy označení nový cirkus odpovídá podle podrobného dělení pouze své rané fázi, název *cirque nouveau* se vžil natolik, že v současnosti obecně pojmenovává celý žánr i se všemi jeho pozdějšími formami v dalších fázích vývoje (Cihlář, 2006).

Kromě odmítnutí zvířecích čísel v tradičním duchu se nový cirkus zřekl i kodifikovaných obrazů dobového cirkusu:

- Kruhová manéž (Cirkus Cirkör má každé představení ve specifickém prostoru, Archaos na vrakovištích, Jérôme Thomas – kdekoliv).
- Sled čísel bez „logické“ spojitosti.
- Postupná gradace jednotlivého výstupu.
- Estetika přeplněná červenou barvou, pilinami, vířením bubnů, zápachem bobků a dalšími typickými znaky (paruka, červený nos, hvězdnaté podstavce pod slony, míč na nose lachtana, výkřiky „šeditele“, hlava krotitele ve lví hlavě atd.) (Cihlář, 2006).

Na rozdíl od tradičních cirkusů, které tvoří cirkusové rody, většinou nevzdělaní lidé, kteří se mu věnují, protože k němu byli předurčení, nový cirkus tvoří lidé, kteří se pro něj rozhodli, studovali ho a tím pádem mají i snahu vytvářet nové věci, chtějí něco sdělit. Artistická dovednost je zde pouze prostředkem, kdežto u tradičního cirkusu byla cílem. Což ale po téměř třech staletích existence klasického cirkusu přestalo stačit.

2.2.4 Klíčové kompetence

Klíčové kompetence představují souhrn vědomostí, dovedností, schopností, postojů a hodnot důležitých pro osobní rozvoj a uplatnění každého člena ve

společnosti. Klíčové kompetence jsou výrazem schopnosti člověka chovat se přiměřeně situaci, v souladu sám se sebou, tedy jednat kompetentně. Kompetence nestojí vedle sebe izolovaně, ale různými způsoby se prolínají. Získávají se reflexivně. Reflexe a učení ve skupinách je základním a rozhodujícím momentem při získávání klíčových kompetencí. Toto osvojování kompetencí je proces dlouhodobý, který má počátek ve školním vzdělávání, ale i mimo něj a pokračuje ve svém dotváření i v průběhu dalšího života. Klíčové kompetence tvoří základ pro celoživotní učení. Veškerý vzdělávací obsah i aktivity ve školách musí proto směřovat a přispívat k rozvíjení klíčových kompetencí (Bezděk, Spáčil, & Hefková, 2008, 13).

Dle *Rámcového vzdělávacího programu pro základní vzdělávání* (2007) jsou v etapě základního vzdělávání za klíčové považovány:

- Kompetence k učení
- Kompetence k řešení problému
- Kompetence komunikativní
- Kompetence sociální a personální
- Kompetence občanské
- Kompetence pracovní

Na čtyřletých gymnáziích a na vyšším stupni víceletých gymnázií by si žák měl osvojit i kompetenci k podnikavosti (*Rámcový vzdělávací program pro gymnázia*, 2007).

2.2.5 Zážitková pedagogika

Zážitková pedagogika je pedagogický směr, který využívá zážitku jako prostředku výchovy a vzdělávání. Jejími prostředky jsou hra, příroda, emocionální i racionální aktivita a výzva zvoucí k překonání. Pracuje rovněž s prožitkem jako prostředkem k ovlivňování klienta.

Slovem prožitek bychom rádi akcentovali více aktivitu než pasivitu prožívání a především jeho přítomnostní charakter. Pro okamžik přítomné aktivity (tělesné i myšlenkové) tedy vyhradjeme slovo prožitek (a proto také praktické působení jako „výchovu prožitkem“). Jestliže však tento prožitek uplyne do minulosti a my se k němu vracíme (ve vzpomínce, v racionální analýze apod.), můžeme tento modus označit jako zážitek a teoretické postizení oboru jako „zážitkovou

pedagogiku“. Cílem výchovy prožitkem je získávání určité trvalejší podoby prožité události, jejíž výsledky můžeme uplatnit i v jiných situacích (Jirásek, 2004, 14).

Metoda zážitkové pedagogiky je jedinečná tím, že je založena na osobní zkušenosti. Ke zpracování daného tématu využívá především pohybu, her, tvořivých aktivit, diskuzí a zpětné vazby. Vychází z osvědčeného předpokladu, že to, co se člověk naučí prostřednictvím vlastní zkušenosti, si lépe zapamatuje, a dokáže pak využít i v praxi. Tato metodika se dá tvořivě aplikovat na oblasti pracovní i osobní.

2.2.6 Psychomotorika

Nová forma tělesné výchovy, jejímž hlavním tématem je prožitek z pohybu a vliv na změnu osobnosti člověka. Zahnuje pohybové aktivity za účelem zlepšení obratnosti, posílení fyzické zdatnosti a jejím cílem je bezděčné prožívání radosti z pohybu, ze hry a z tělesných cvičení. Směřuje k vytvoření tzv. bio-psycho-socio-spirituální pohody člověka. Psychomotorických cvičení se dá využít ve všech věkových kategoriích, velké uplatnění však mají zvláště u jedinců zdravotně oslabených a méně pohybově nadaných. Psychomotorika souvisí s mnoha vědními disciplínami – pedagogikou, psychologíí, sociologií, fyziologií, etikou, estetikou, sexuální výchovou a filosofií. Dále souvisí s dalšími obory, zejména s hudebně pohybovou výchovou (rytmus a jeho vnímání) a s duševní hygienou (relaxace, masáže a psychostimulace).

Prostřednictvím her má psychomotorika na zřeteli vyladování psychofyziologického stavu člověka. Je formou aktivního odpočinku, procesem regenerace a vhodnou aktivitou ke kompenzování duševní námahy. Rozvíjí rovnoměrně psychickou, fyzickou i společenskou stránku.

Při psychomotorických aktivitách se využívá řada netradičních pomůcek a náčiní, většinou však jednoduchých a běžně dostupných. Základními pomůckami jsou padák, molitanový míč, deky, noviny, balanční pomůcky (šlapák, chůďy, rolovací deska s válcem, káča), pивní tácky či víčka od PET lahví.

V psychomotorice se dodržují specifické herní zásady - vhodná motivace prostřednictvím barevného nářadí a náčiní, originalita a jednoduchost aktivit, zapojení pedagoga do hry, prostor pro tvořivost a samostatnost aj. (Blahutková, 2003).

2.2.7 Evropská federace odborných cirkusových škol (FEDEC)

Od roku 1998 pomáhá Evropská federace odborných cirkusových škol (European Federation of Professional Circus Schools, FEDEC) vytvářet vazby a sítě mezi cirkusovými školami. Ústředním bodem tohoto projektu je zlepšování kvality cirkusového vzdělávání a zajištění řádného zavádění standardů ochrany zdraví a bezpečnosti. Byla vypracována příručka se šesti moduly profesionálního rozvoje, přičemž každý z nich je věnován specifickým aspektům řady cirkusových disciplin a sedmý, průřezový modul se zabývá bezpečností a výstrojí. Těchto sedm modulů bylo vytvořeno prostřednictvím účastnického procesu, přičemž každý modul vznikl z „konfrontace“ a syntézy správných postupů od desítek vyučujících specialistů v těchto oborech. Lze si je zdarma stáhnout z internetové stránky FEDEC v angličtině a ve francouzštině. Příručku doplňuje řada výukových filmů na dvou DVD. Vedle role, kterou plní jako nástroj pro všechny učitele a trenéry cirkusového umění, se výsledky projektu také těší zvláštnímu zájmu sportovních pedagogů.

3 CÍLE

3. 1 Hlavní cíl

Cílem mé diplomové práce je vymezit a charakterizovat pojem „Cirkusová pedagogika“. Zároveň poskytnout náměty pro nové způsoby trávení volného času a pro obohacení školní tělesné výchovy i běžného školního dne žáků a dát podnět k jejich širšímu uplatnění.

3. 2 Dílčí cíle

Jako dílčí cíle jsem si stanovila:

- a) Analyzovat informační zdroje týkající se obecné problematiky cirkusové pedagogiky
- b) Představit podrobněji jednotlivé cirkusové disciplíny a jejich dělení
- c) Seznámit s nově vznikajícími formami cirkusu
- d) Analyzovat a charakterizovat organizace pracující s metodami cirkusové pedagogiky a zabývající se novým cirkusem v České republice.
- e) Shrnout bezpečnostní normy pro práci učitelů a trenérů cirkusového umění
- f) Ukázat vybrané formy aktivit vhodné pro využití cirkusových disciplín v hodinách tělesné výchovy a volnočasových aktivitách

4 METODIKA

4.1 Metody výzkumu

Diplomová práce má charakter deskriptivní, čemuž odpovídají i zvolené metody. Jako opěrné metody byly použity analýzy, které jsou v sociologickém výzkumu standardní. Jednalo se o sběr sekundárních dat – sekundární analýzu. Vzhledem k postavenému cíli a zmapování dané problematiky mi sloužily jako hlavní zdroje informací internet, interní materiály a literatura.

K dosažení cíle práce a splnění dílčích cílů jsem použila následující metody:

a) Obsahová analýza

Jelikož o cirkusové pedagogice neexistují ucelené informace, je zapotřebí prostudovat velké množství odborné literatury a vyhledat části, které se alespoň částečně zabývají danou problematikou. Obsahová analýza je zaměřena zejména na literární prameny získané ze zahraniční literatury, z českých odborných periodik a z internetu.

b) Zúčastněné (participantní) pozorování

Participantní pozorování zahrnuje přímou účast na dění, pozorování, analýzu dokumentů, interview s účastníky workshopů a introspekci. Hodí se pro studium prakticky všech aspektů lidské existence. Patří mezi nejdůležitější metody kvalitativního výzkumu (Hendl, 1999).

Pozorování probíhalo formou účasti autorky na cirkusových kroužcích, workshopech, vzdělávacích seminářích a festivalech (Letní Letná) organizovaných asociací Cirqueon, dětským cirkusem LeGrando, KD Mlejn a evropským programem Leonardo da Vinci *Circonnection* (název semináře: Techniques of teaching in circus disciplines).

Další informace a data jsem získala metodou primárního výzkumu provedeného pomocí nestrukturovaných rozhovorů s provozovateli dětského cirkusu LeGrando,

vedoucími pracovníky a instruktory Cirqueonu, profesory a studenty italské cirkusové školy Scuola di Circo VERTIGO v Turíně a s řadou českých i zahraničních umělců.

Takto mi byl poskytnut dostatek informací a rovněž umožněno ještě více proniknout do dané oblasti problematiky.

4. 2 Zdroje informací

Pracovala jsem s primárními i sekundárními zdroji informací. Primární zdroj definují Komeščík a Fejtek (1997, 56) jako „...druh dokumentu, který obsahuje úplný autorský text“. V návaznosti na to vzniká sekundární zdroj, což je „...dokument, jehož hlavní funkcí je informovat o existenci primárních dokumentů a zprostředkovat přístup k informacím v nich obsažených. Nepřinášejí tedy originální informace, ale jsou zkráceným přehledem či výtahem z primárních pramenů“ (Komeščík & Fejtek, 1997, 60).

5 VÝSLEDKY

5.1 Vymezení pojmu „Cirkusová pedagogika“

Rejman (1971, 128) ve slovníku cizích slov vykládá pojem *pedagogika* jako „nauku o výchově a vyučování“. Z této krátké definice lze chápat cirkusovou pedagogiku ve dvojm smyslu, a to buď jako výchovu cirkusem (cirkus vychovává, slouží jako podpůrný prostředek výchovy) nebo jako vyučování cirkusu (učení se cirkusovým dovednostem, vyučování cirkusových disciplín).

Tyto dva smysly pojmu „cirkusová pedagogika“ uvádím záměrně, protože jsem se v počátcích psaní práce, během sběru informací ze zahraniční literatury, setkala i s anglickým pojmem „*circus pedagogy*“, který pohlíží na cirkusovou pedagogiku pouze z didaktického hlediska. Anglický výraz „*pedagogy*“ má totiž specifický význam, nekorespondující s českým termínem *pedagogika* a odpovídá spíše českému pojmu *obecná didaktika* (Průcha, 1997). Rovněž Geddes a Grosset (1993, 392) vykládají pojem „*pedagogy*“ jako „the art or science of teaching“, v překladu znamenající „umění vyučovat, nauka o vyučování“.

Řešila jsem tedy otázku, zda je české pojmenování správné a jestli by se nemělo spíše užívat termínu „cirkusová edukace“, protože českému *pedagogika* odpovídá svým obsahem anglický termín „*educational sciences*“, v překladu „edukační vědy“. Termín edukace souhrnně označuje tradiční pojem „výchova a vzdělávání“ (Průcha, 1997). Zapátrala jsem proto v zahraničních výkladových slovnících, abych zjistila jaký je obsahový význam slova *pedagogika* i v jiných jazycích.

- Francouzské PEDAGOGIE vykládá slovník *Petit dictionnaire de français* (2004, 424) jako „Science ou méthode d'éducation et d'instruction des enfants“ volně přeloženo jako „věda nebo metoda výchovy a vzdělávání dětí“.
- Italská PEDAGOGIA je podle *Dizionario italiano per stranieri* (2001, 380) „Scienza che studia i metodi e i problemi relativi all'educazione dei giovani“ neboli „věda, která se zabývá metodami a otázkami souvisejícími se vzděláváním a výchovou mladých lidí“.
- Německé PÄDAGOGIK znamená „Wissenschaft von Erziehung und Bildung“ v překladu „věda o výchově a vzdělávání“ (Wahring, 1997, 936).

- *Diccionario de la lengua española* (2006, 726) rovněž vykládá španělské PEDAGOGÍA jako „Ciencia que se ocupa de la educación y la enseñanza“ tedy jako vědu, která se zabývá výchovou a vyučováním.

Výše uvedené cizojazyčné rozборы se shodují s českým pojetím termínu „pedagogika“. Zároveň potvrzují, že pojmy „Pedagogie du cirque“, „Pedagogia del circo“, „Zirkuspädagogik“ a „Pedagogía del circo“, běžně používané v zahraniční cirkusové terminologii, v sobě ukrývají jak složku vzdělávací, tak výchovnou. Lze je tedy s klidem v duši přeložit jako „cirkusová pedagogika“.

5.1.1 Německé pojetí

Protože vývoj české pedagogiky byl historicky silně ovlivňován německou pedagogikou, nahlédněme ještě krátce do její odborné literatury. Tam se objevuje termín „pohybové umění“ (Bewegungskunst) ve spojení s cirkusovým uměním (Zirkuskunst). Hned nato najdeme zajímavé slovní spojení cirkusová pedagogika (Zirkuspädagogik). Němečtí odborníci mají za to, že cirkusová pedagogika přebírá prvky dalších oborů či oblastí, jako je „pohybová pedagogika“ (Motopädagogik), „sportovní pedagogika“ (Sportpädagogik), „pedagogika hry“ (Spielpädagogik) a „zážitková pedagogika“ (Erlebnispädagogik). Za devizu pohybových umění, a tedy i cirkusových her a cvičení, pak tito odborníci pokládají odklon od frontálního vyučování směrem k partnerskému a skupinovému vyučování, to, že mohou být součástí projektového vyučování, i návrat zpět k mezioborovému vyučování (sport, pohyb, umění, hudba, dramatizace, choreografie, herectví apod.) (Neuman, 2006).

5.2 K definici cirkusové pedagogiky

Během psaní diplomové práce se mi bohužel nepodařilo najít žádnou cizojazyčnou ani českou definici cirkusové pedagogiky, která by vymezovala, co vlastně cirkusová pedagogika je, co je jejím předmětem, jaké má funkce a poslání. v zahraniční literatuře se sice tento pojem hojně vyskytuje a používá, ale téměř vždy pojednává jen o obsahu, cílech, metodách a formách cirkusové pedagogiky. Nikde se konkrétně nepíše, zda se jedná o nový pedagogický obor, aplikované odvětví pedagogiky či alternativní výchovný směr.

Jan Neuman (2006, 70) je jedním z mála, kdo se pokusil alespoň částečně cirkusovou pedagogiku definovat a ve svém článku v Gymnasionu píše, že „cirkusová pedagogika zprostředkovává pravidelným a vysoce motivovaným cvičením nové pohybové vzorce společně s dalšími výchovnými hodnotami, aniž by musela být pedagogická a výchovná práce předem zdůrazňována.“

Z Neumanova článku a pojetí německých cirkusových škol vychází i pracovníci dětského cirkusu LeGrando v Brně, kteří charakterizují cirkusovou pedagogiku jako formu mezioborového vyučování, jež propojuje sport, pohyb, umění, hudbu, dramaturgii, choreografii a mnoho dalších odvětví a odklání se od frontálního vyučování směrem k partnerskému a skupinovému vyučování. Může být součástí i projektového vyučování.

A k čemu je to dobré? Přece něco vlastního vytvořit, sklidit uznání a potlesk. Překonat sám sebe. Odbourávat stres. Společně pracovat a poznávat ostatní lidi v různých situacích. Zažít romantiku kočovných cirkusáků, vůni líčidel a trémy v zákulisí a pak lavinu potlesku, která smete všechny malé nezmary a pozitivně ovlivní mladého člověka a jeho sebevědomí. Zkrátka rozvoj osobnosti pomocí uměleckých pohybových činností (Rožtek, Heczko, & Jovanovski, 2010).

Třetí a zároveň poslední interpretace pochází ze vzdělávacího semináře evropského programu Circonnection, konaného v termínu 5. - 7. 3. 2010 v Turíně, kde externí učitel italské cirkusové školy VERTIGO Arian Miluka popsal cirkusovou pedagogiku jako „*una serie di attività che, attraverso la ricchezza delle forme e delle tecniche del circo, favoriscono lo sviluppo di competenze individuali ed educano alla responsabilità e alla socialità.*“, což v překladu znamená, že se jedná o „skupinu aktivit, které skrze

bohatství cirkusových forem a technik, podporují rozvoj kompetencí jedince a vyučují k zodpovědnosti a solidaritě.“

Arian Mikula přirovnává cirkusové umění k tělu člověka, kde hlava znázorňuje orientaci v prostoru, ruce divadlo a tanec, nohy představují statickou a dynamickou akrobacii a tělo v sobě ukrývá sílu, pružnost a vytrvalost. Dále upozorňuje, že technika cirkusových cvičení je stále stejná, ale didaktické metody se s pokrokem vědy mění. Během svého učení klade velký důraz na všestrannost a vzájemnou propojenost jednotlivých cirkusových disciplín (cirkusové generace si většinou předávaly a stále předávají většinou jen jednu dovednost, zatímco cirkusová škola učí všechny disciplíny).

Tyto tři citace zřejmě nenadchnou čtenáře pátrajícího po exaktním vymezení oboru a přesné definici cirkusové pedagogiky, ale alespoň částečně ilustrují danou problematiku a mohou posloužit pro další práci odborníkům. Na jejich základě si dovolím, alespoň ve smyslu přibližných kontur, definovat cirkusovou pedagogiku jako nový pedagogický směr, zabývající se vzděláváním a výchovou prostřednictvím cirkusových aktivit v nejrůznějších sférách společnosti. Je to proces záměrného působení na osobnost dětí, mládeže, začínajících umělců i profesionálních umělců s cílem dosáhnout pozitivních změn v jejich vývoji, rozvíjet jejich pohybové dovednosti a poznávat smysluplnou činnost, při níž je možné zažít radost, potěšení a zábavu.

5.3 Historie Cirkusové pedagogiky

V západních zemích běžné (Německo, Francie, Itálie, Španělsko), u nás stále rarita a nedůvěřivý pocit. Cirkusová pedagogika. Díky předchozím kapitolám už známe její definici a význam. Kde však spatřovat počátky tohoto alternativního pedagogického směru?

Inspirace pro napodobování cirkusového umění najdeme v literatuře u nás i v zahraničí. Mnohá cvičení, která by bylo možné zařadit do cirkusového umění, nacházíme i ve starších sokolských metodických publikacích (např. Kožíšek, 1920). Nahlédneme-li krátce do historie, zjistíme, že aplikace „kejklířského“ a pohybové umění zařadili do konceptu školního „přirozeného tělesného cvičení“ rakouští pedagogové Gaulhofer a Streicherová už ve třicátých letech dvacátého století, a to jako reakci na jednostranné zaměření tělesné výchovy. Zcela záměrné využití zkušeností z cirkusového světa v rámci volnočasových aktivit dětí začaly v roce 1929, kdy jeden z ředitelů YMCA, Roy Coble, založil v Kalifornii The Great Y Circus (více viz. www.ycircus.org/ccac.html), unikátní společnost zaměřenou na učení dětí cirkusovým dovednostem (Neuman, 2006, 69).

Nezanedbatelný vliv na rozšíření tohoto směru měl jistě i francouzský *Cirque Nouveau*, který vznikl v sedmdesátých letech minulého století jako metoda práce umožňující objevovat umělecké talenty a jeho vznik definitivně rozdělil cirkusový svět na dva tábory – na tradiční a nový cirkus.

Tradiční, jak už sám název napovídá, pokračuje v tradici svých předků, kočovníků, kteří putují od štace ke štaci, aby se podělili se všemi o kousek ze svého umění. Rozdávají zábavu a radost každému na setkání i v té nejzapadlejší vesnici. Pak jen opět vlézt na vůz tažený koňmi, přikrýt ho plachtou a můžeme vyrazit zase na svých toulkách někam dál. Jak krásná představa. Jak krásní lidé, kteří dokáží ještě v naší uspěchané době takovýmto způsobem žít. Je krásné, že jsou takoví, že rozzařují dětské oči a kreslí úsměv na tváři (Kirchner, 2006).

Zakladatelé tábora nového cirkusu si z tradičního cirkusu propůjčili životní styl kočujících nomádů, manéž, šapitó a precizně prováděná artistická čísla. Ta však nebyla sama smyslem představení, ale sloužila k vytváření příběhů, atmosféry, abstraktních sdělení, kterými oslňovala diváky s nečekanou působivostí a nově objevenou estetikou (Cihlář, 2006). Dnes už se představitelům cirkusu neříká "cirkusáci", nýbrž artisté či

rovnou umělci. Vycházejí totiž většinou z prvotřídních artistických škol specializovaných na cirkusové umění ve Francii, Kanadě či Belgii.

Děti a dospělí byli tehdy fascinováni cirkusem jako formou umění a ve Francii je dnes více než 150 registrovaných škol, které pracují vedle profesionálních souborů. Velkou popularitu má tento směr i v Norsku. Aktivity zahrnované pod střešní pojem „cirkusová pedagogika“ nabírají na popularitě koncem dvacátého století. V Německu dnes pracuje možná několik stovek pracovních skupin a sdružení, které připravují cirkusové aktivity s dětmi a mládeží. Některé vysoké školy zadávají na toto téma diplomové práce a připravují doškolení pro učitele a vychovatele (Neuman, 2006). V České Republice dominuje od roku 2005 první dětský cirkus LeGrando, který nabízí jak volnočasové aktivity, představení, tak i různé formy školních projektů.

5.3.1 Různé podoby a aplikace

Do rozrůstajícího se hnutí cirkusové pedagogiky se zapojily rovněž alternativní školy (waldorfské a montessoriovské), které aktivity spojené s pohybovým uměním zařadily do výuky žáků již před mnoha lety. Existuje řada cirkusových projektů pro žáky základních škol. Takový projekt trvá většinou týden. Třídy jsou rozděleny do dvou až tří pracovních skupin, přičemž je výhodné promíchat žáky 1. a 2. třídy a žáky 3. a 4. třídy. Každý den jsou projektu věnovány dvě praktické hodiny a další dvě hodiny zaměřené na téma „cirkus“. V sobotu se pak koná cirkusové představení pro celou školu.

Podobné týdenní programy se připravují i během letních prázdnin. V mnohých spolkových zemích se již řadu let vytvářejí pracovní skupiny a organizace, které pořádají různé druhy setkávání a festivalů dětských cirkusových skupin. Existují semináře, které se zabývají využitím metod cirkusové pedagogiky i ve školkách, a v sousedním Rakousku se těší velké oblibě první dětský cirkus *Kaos*. Cirkusové umění dětí a mládeže je v Rakousku podporováno, institutem *Institut für Spiel- und Sporttechnologie*, který nabízí mimo jiné různé typy jednokolek, létající hrazdy, žonglovací materiál, různé druhy lan, akrobatické žebříky aj. (Neuman, 2006).

Informace o „cirkusové pedagogice“ se v posledním období objevují také ve vzdělávání „outdoorových“ trenérů (www.seminarportal.com.html). V roce 2002 byl v rámci Programů Socrates připraven projekt Comenius 2.1., který

rozpracovává výukový program pro další vzdělávání cirkusových pedagogů pro volný čas v oblasti „Pedagogiky a metodiky artistických disciplín“ (Neuman, 2006, 71).

Na bavorských gymnáziích, reálkách a základních školách byl v letech 1992-1995 do diferencovaného vyučování sportu a tělesné výchovy zařazen předmět „Pohybové umění“, využívající prvků cirkusu a zaměřený na podporu zdraví, „fair play“, kooperaci a vztah k prostředí. Projekty spojené se začleněním cirkusového umění do práce s dětmi a mládeží nacházejí oblibu nejen v Německu, ale po celém světě (Neuman, 2006).

5.3.2 Cirkusové umění jako vzdělávací systém

Po staletí se umění a metody cirkusových rodů předávaly z jedné generace na druhou a málokdo dostal šanci připojit se ke kočovné společnosti a naučit se jejich řemeslu, pokud se u cirkusu přímo nenarodil. Silné konkurenční prostředí a nutnost všech nově vznikajících společností přijít s vlastním osobitým stylem, či atrakcí, kterými se od ostatních liší, vedlo spíše k udržování rodinných metod v tajnosti. Teorie se předávala ústně z otce na syna, tudíž neexistují téměř žádné spisy dokumentující praktické návody a postupy nácviku cirkusových disciplín. v posledních 30 letech však došlo k revoluci a po kontinentu se rozšířily nové formy cirkusového umění a ve většině zemí byly otevřeny odborné cirkusové školy (např. ve Francii spadal tradiční cirkus podporovaný státem pod správu ministerstva zemědělství. V roce 1978 nastala v oboru menší revoluce: cirkusové umění byla přerazena pod křídlo ministerstva kultury a stala se tak uznávanou uměleckou disciplínou. Navíc v roce 1987 bylo zřízeno Národní centrum pro cirkusové umění, díky němuž začaly vznikat školy a metodická centra).

Aby se dosáhlo toho, že se cirkus stane opravdovým pedagogickým nástrojem a mohl být následně vyučován, bylo potřeba nejdříve praktiky jednotlivých cirkusových rodin sjednotit, sepsat, kategorizovat, teoretizovat a vytvořit příslušný vzdělávací systém. Většinou se tento proces odehrával souběžně se zakládáním cirkusových škol, které vznikaly původně z potřeby velkých státních cirkusů vychovat a vycvičit si ty nejlepší artisty.

První cirkusová škola vznikla roku 1927 v Moskvě a artisté ruské Státní školy cirkusového a estrádního umění (GUCEI) byli zpočátku trénováni metodami vyvinutými ze sovětského gymnastického programu. V průběhu let 1950-1970 vytvořil

ekvilibrista Zinovij Bonič Gurevič pro potřeby školy výukový program tzv. Gurevičův systém, který je považován za první významnější objektivní pokus o klasifikaci všech tehdy existujících cirkusových disciplín (Příloha 1) a zkompletování metodických postupů. I přesto, že Gurevičův systém sloužil po dlouhá léta výhradně potřebám sovětského cirkusu a světu byl záměrně tajen, patří v dnešní době k nejpoužívanějším a nejpropracovanějším modelům pedagogiky cirkusového umění. Mnoho současných cirkusů staví základy právě na didaktice ruského cirkusu. Systém výuky GUCEI je stručně popsán v knize *Istorija mirovo cirka* z roku 1984, jejímž autorem je Dominique Jando. Text ruského překladu je k dispozici na www.gomel-circus.by/res/circusworld.htm.

Obliba cirkusových podívaných a touha vychovávat cirkusové umělce zasáhla také Spojené státy. Za zakladatele amerického směru „cirkusové pedagogiky“ bývá označován dramaturg, žonglér a létající akrobat Hovey Burgess, který v roce 1976 vydal instruktážní knihu *Circus Techniques*, mnohými považovanou za cirkusovou bibli. Hovey Burgessova pedagogika dělí cirkusové disciplíny do tří základních kategorií, z nichž každá je dále rozdělena do tří úrovní dovedností (Tabulka 1).

Tabulka 1. Hovey Burgess Systém

Kategorie	Přípravné dovednosti (Preliminary skills)	Základní dovednosti (Essential skills)	Rozšiřující dovednosti (Diversified skills)
Žonglování (Juggling)	Balancování objektů (míč na hlavě, vztyčená tyč na dlani, talíř na prstě atd.)	Žonglování s míčky, kruhy, kužely	Gyroskopické (točivé) žonglování: devil sticks, diabola, poi poi, talíře apod.
Ekvilibristika (Equilibrium)	Stoj na hlavě Stoj na rukou Balanční cvičení	Balancování: na kouli, válcích (rola bola), jednokolce, na chůdách, na volně stojícím žebříku. Balanční cvičení ve dvojicích, lidské pyramidy	Závěsná a vzdušná akrobacie: hrazda, trapéz, chůze po laně, prověšené lano, vertikální lano atd.
Skoky přes nářadí (Vaulting)	Poskoky, Skákání Základní přeskoky	Přeskoky s obraty, vruty a točením kolem podélné, středové i horizontální osy těla	Katapulty (odrazové - vymršťovací desky)

Hovey Burgess je známý také tím, že přirovnával svůj systém ke třetímu Newtonovu zákonu Akce a reakce. Přeskoky ztotožňuje s fází akce, žonglování představuje fázi reakce a rovnováha je průsečíkem mezi akcí a reakcí. K dalším významným dílům H. Burgesse patří cirkusový slovník *Dictionary of the Circus*, shrnující a vysvětlující pojmy z oblasti tehdejšího cirkusu.

Historický exkurz za prvními tvůrci vzdělávacích systémů zakončíme v Evropě krátkým pohledem na dvě francouzské cirkusové školy. První z nich je L'École Internationale de Théâtre Jacques Lecoq pro studium mimu, pohybu a divadla, která byla založena v roce 1956 profesorem sportovní a tělovýchovné výuky a pozdějším divadelním hercem Jacquesem Lecoqem. Jeho metoda výuky je založena na dynamičnosti pohybu podle základního Lecoqova hesla: „Všechno se pohybuje“. Tělo je pojímáno jako primární prvek vědomí. Pedagogiku Jacques Lecoq shrnuje dílo *Poetické tělo* (více o Lecoq metodě viz. Kapitola 6.5.2 Budilova divadelní škola).

Příklad současného dělení disciplín novocirkusových škol ukazuje Tabulka 2. Zobrazuje systém Národní cirkusové školy Châlons de Champagne, nejslavnější školy cirkusových umění ve Francii. Studium je obvykle dvou až tříleté a skládá se ze dvou etap. V prvním ročníku každý student absolvuje základní fyzickou přípravu, teoretické předměty a praktickou výuku všech disciplín a ve druhém, případně třetím ročníku se potom specializuje na jeden z nabízených pěti oborů (pozemní akrobacii, ekvilibristiku, žonglování,...). Studium je zakončeno absolventským představením menší skupiny či jednotlivce.

Nicméně každá cirkusová škola, respektive každý cirkusový pedagog, si během svého působení a fungování na škole postupně vytvoří své vlastní metody vylepšením a zdokonalením těch stávajících. Navíc svět vědy a techniky jde neustále vpřed a jsou objevovány nové a nové poznatky z oblasti anatomie, fyziologie a biomechaniky, na základě kterých je potřeba měnit a inovovat tréninkové postupy, takže metod a výukových programů cirkusových disciplín je opravdu nespočet. Co škola, to jiné dělení. Udává se, že v současné době existuje na světě až 200 druhů různých klasifikací cirkusového umění. Všechny ale vesměs vycházejí z těch nejstarších a nejznámějších, výše jmenovaných.

Tabulka 2. Přehled cirkusových technik školy Châlons de Champagne

Ekvilibristika	Vzdušná akrobacie	Akrobacie
<p><i>Bez pomůcek:</i> Kontaktní statická</p> <p><i>S pomůckami:</i> Balanční koule Židle Chůdy Žebřík Jednokolka Tyč Rola-bola Lano Slackline (prověšené lano)</p>	<p>Čtverec - visutý, korejský Elastický skákačí koberec Perská tyč Lano – Hladké jednoduché – Hladké dvojité – Hladké trojité – Létající lano Trapéz (visutá hrazda) Hrazda Kruhy Stuhy/Pásy Šály/Látky Visutá obruč</p>	<p><i>Pozemní akrobacie bez pomůcek:</i> Hadí ženy Kontaktní dynamická</p> <p><i>S pomůckami:</i> Kruh, Obruč Židle Žebřík Ruská tyč Ruská houpačka Čínská tyč Korejská vyhazovací deska Skákačí prkno Trampolína Kolo (bicykl) Běhátko</p>
Manipulace s objekty	Cirkusové herectví	
<p>Žonglování Stuhy Flower-sticks Diabolo</p>	<p>Klauniáda, Komedianství Divadelní hra, Tanec Mimové Masky, líčení, kostýmy Comedia del'arte Kouzelnictví Fakírské umění</p>	

5.4 Obsah cirkusové pedagogiky

„Obsah cirkusové pedagogiky vychází z pestrosti cirkusového umění, jako i z nových sportovních aktivit a trendů“ (Rožtek, 2010, 2).

Salto mortale, vzklopka, flik-flak, jízda na kole po vysokém laně, balancování na perši, kaučuková stojka, let vzduchem, žonglování s deseti kruhy, vytáhnout růži z rukávu a mnoho dalších dech beroucích dovedností se skrývá pod pomyslnou střešou cirkusové pedagogiky a každý člověk se je může naučit. Buďto sám, pokud je jeho snem stát se cirkusovým umělcem a má dostatek času a pevné vůle, nebo na specializovaných cirkusových školách trénujících talentované jedince. Výše jmenované aktivity jsou však poměrně nebezpečné, fyzicky náročné a vyžadují specifické prostředí a speciální materiální výbavu. Týkají se převážně profesionálních artistů, elity, která se nachází v nejvyšších patrech pomyslného domečku cirkusové pedagogiky. Když tedy mluvíme o cirkusu v souvislosti se zážitkovou pedagogikou a volným časem, je jistě zřejmé, že se nemůže jednat o nejvyšší artistické výkony. Pro každého účastníka musí být vypracovány individuální cíle (Neuman, 2006).

Tato práce je zaměřená na děti, mládež a běžnou populaci, proto nahlédneme jen do „základů a nižších pater“ cirkusové pedagogiky. Zúžíme obsah všech zahrnutých a dosud klasifikovaných cirkusových disciplín výběrem těch, které jsou aplikovatelné na cílovou skupinu.

Přes rozvoj všech pohybových dovedností, přes usilovný trénink a znalost mnoha cirkusových triků, spočívá největší síla cirkusové pedagogiky v tom, že musí přinášet všem zúčastněným radost a zábavu. Znovu lze připomenout, že tím hlavním není perfektně inscenovat show, ale umožnit účastníkům zkušenost vytvořit něco vlastního a za to sklidit uznání a potlesk. To posiluje sebevědomí a pomáhá utvářet osobnost. Děti a mládež zde získávají šanci tvořivě uchopit téma „cirkus“ a připravit divákům stejné zážitky jako ve skutečné manéži (Neuman, 2006, 71).

Obsahovou náplň cirkusové pedagogiky tvoří soubor disciplín, někdy považovaných za samostatná cirkusová umění. Ovšem jak uvádí Cihlář (2006), název „cirkusová umění“ je poněkud problematický, neboť jednotlivé disciplíny vztahuje k cirkusu, tedy k celkem novému žánru, a možná z pohledu celkového kontextu dlouhé existence jednotlivých disciplín pomíjivému (žonglování má historii 4 tisíce let, tanec na provaze 6 tisíc let a frašce či jezdeckému umění počátku vůbec nedohlédneme).

Výraz „cirkusová umění“ je ale velmi moderní v tom, že přiznává jedinečnost každé z těchto disciplín.

Existuje mnoho způsobů jak cirkusová umění třídit. Disciplíny, se kterými pracuje cirkusová pedagogika dětí a mládeže, můžeme rozdělit následovně:

Equilibristika

- Jednokolky
- Rola Bola
- Chůze po laně
- Balanční koule
- Balancování na žebříku
- Chůdy

Přízemní akrobacie

- Akrobacie jednotlivce
- Partnerská akrobacie
- Lidské pyramidy

Akrobacie s nářadím

- Akrobacie na žebřících
- Trampolína
- Švihadla

Vzdušná akrobacie

- Létající hrazda
- Visutá obruč
- Vertikální šály

Žonglování

- Míčky
- Kruhy
- Kužely
- Devil-sticks
- Diabolo
- Poi poi,

Dramatické umění

- Klauniády
- Kouzlení
- Fakíři
- Tanec
- Hudba

Výtvarné umění

- Kostýmy
- Scénografie

Ostatní

- Zvířata
- Novinky

5.4.1 Ekvilibristika

„Hledáme rovnováhu, protože na zemi stále existuje nerovnováha.“

Být v rovnováze obecně znamená jistotu, vyvedení z rovnováhy nejistotu. To platí pro fyzikální i psychické chápání rovnováhy.

Ekvilibristika je artistické umění založené na udržování rovnováhy těla vlastního nebo partnerova, umění balancovat na zemi (parteru) a vysoko nad zemí, na stabilním nebo labilním náčiní. Základními prvky jsou stoje, chůze nebo skoky na rukou, stoje na hlavě, dlouhodobé stoje na jedné ruce a balancování s rekvizitami (balancování pomůcky na hlavě, čele, bradě, v ústech).

Schopnost balancování představuje vše překrývající schopnost, kterou můžeme jen obtížně strukturovat, protože obsahuje nekonečně kombinací a umělci vymyslí vždy nové překvapující situace. Člověk se odedávna snažil rozvíjet své rovnovážné schopnosti a dovádět je do artistických dovedností. Kdysi patřilo nebojácné balancování ke schopnostem nutným pro život, které umožňovali např. přechod přes řeku po kmeni nebo úzkém zavěšeném mostě (při útěku, zkracování cest i při přepravě), později se využívalo spíše např. pro nošení velké váhy na hlavě, aby byly volné ruce. Napětí a hra, zda rovnováhu udržíme, nebo ztratíme, motivuje i dnes (zvláště děti) (Zimmerová, 2001).

Rovnovážná cvičení vyžadují přesnost pohybu a zvýšený cit pro rovnováhu. v akci je celé tělo a nutným předpokladem je maximální soustředění na výkon. Nároky jsou kladeny také na zajímavou choreografii i na spolupráci s ostatními členy skupiny (vzájemná dopomoc, přidržování při nácviku). Je také nutná vytrvalost při cvičení (Neuman, 2006).

Balanční cviky nám aktivují nejhluběji uložené svaly v našem těle a slouží jako podpůrný prostředek kompenzace ve sportu. Jsou zaměřené na koordinaci našeho těla, rovnováhu a na posílení hlubokých svalových struktur.

Mezi ekvilibristické disciplíny patří:

- **Jízda na jednokolce**

Při jízdě na dvou kolech se musíme naučit udržovat rovnováhu vpravo a vlevo. Na jednokolce k tomu přistupuje ještě udržování rovnováhy vpřed i vzad. Člověk může spadnout na všechny strany, proto je při učení potřebné

postupovat obezřetně a trpělivě – pokroky v učení nejsou tak zřetelné. Jednokolka vyžaduje více vytrvalosti a delší dobu koncentrace.

- **Rola Bola** (překlápěcí prkno)

Upravené prkno ležící na dřevěném válci (kulatině), kovové či PVC rouře, na kterém se učíme balancovat. Lze stát i na více rolách, žonglovat na nich, brát na ramena dalšího artistu atd.

- **Chůze po laně**

Provazochodec, také saltimbank je artista pracující na drátě nebo laně, napjatém mezi dvěma stožáry, předvádějící ukázky virtuózního ovládní tělesné rovnováhy. S dětmi i začátečníky se používají nízká ocelová nebo statická lana (napnutá ve výšce kolen), nebo prověšené pružné lano (Slackline).

- **Balanční koule**

Balancování a chůze na speciálních cirkusových koulích. Děti se učí nejen udržovat rovnováhu, ale např. běhat po kouli, skákat na ní přes švihadlo, žonglovat, točit obručemi atd.

- **Chůdy**

Dětské chůdy s ručním držením - dřevěné hranoly na provázku, pevné chůdy - jsou připevněny pásem k noze, kotníku a kolenu a skákací chůdy – z hliníkové konstrukce, doplněné sklolaminátovou pružinou.

- **Balancování na žebřících, židli, míči a jiných předmětech**

5.4.2 Akrobacie

Cizím slovem akrobacie či akrobatika označujeme obvykle souhrn tělesných dovedností, které jsou založeny na mimořádné tělesné zdatnosti spojené s nadprůměrnou obratností, popřípadě na mimořádných schopnostech ovládní těla, někdy spojené i s velkou dávkou odvahy. Tyto osobní fyzické dovednosti

jsou pak využívány v některých uměleckých i neuměleckých profesích, dále pak v oblasti sportu (Petráčková & Kraus, 2000, 834).

Akrobatická cvičení jako pády, kotouly, přemety, salta, stoje jednotlivců, ve dvojicích i ve skupinách a cvičení na nářadí jsou velmi emocionální a diváci jim přihlížejí s velkým zájmem (Ignašenko, 1955).

Akrobacie přispívá k celkovému tělesnému rozvoji a posílení organismu cvičenců (zpevňují se klouby a vazy - hlezenní, zápěstní a kyčelní, které jsou vystaveny silné námaze) a k výchově mravně volných vlastností sportovců. Postupně jak si cvičenec osvojuje techniku akrobatických cvičení, rozvíjí se funkční schopnost vestibulárního ústrojí, zdokonaluje se jeho schopnost koordinace a schopnost orientovat se v prostoru, jak v poloze těla bez opory, tak i v neobvyklé poloze těla – hlavou dolů (Tamtéž, 1955).

Akrobatická cvičení ve skupinách všestranně podporují skupinové procesy. Je to příklad vzájemné spolupráce, podporuje se důvěra mezi cvičícími a dává se příležitost i těm, kteří při „normální“ sportovní výuce projevují málo zájmů. Jsou zde potřeba všichni – ti s větší tělesnou váhou i ti, kteří jsou malí a slabí. Během pravidelného cvičení se zvyšuje schopnost udržet zátěž, zvyšuje se svalový tonus, zlepšuje cit pro rovnováhu (Neuman, 2006, 70).

Akrobacie se podle toho, kde, s čím a na čem je vykonávána, dále dělí na přízemní, vzdušnou a akrobacii s nářadím či náčiním.

5.4.2.1 Přízemní (parterní)akrobacie

Základní artistická disciplína, která je pokládána za základ artistické práce, při níž se pracuje bez rekvizit a technického zařízení. Uplatňují se v ní pouze fyzické schopnosti, zejména síla a svižnost. Především jsou to prvky statické, někdy prvky dynamické. Artisté pracují ve dvojicích a ve větších skupinách (Hančl, 1995).

- **Akrobacie jednotlivce**
- **Partnerská akrobacie**
- **Lidské pyramidy**

5.4.2.2 *Vzdušná akrobacie*

Artistický obor spočívající v práci artistů ve výškách. Uplatňují se v ní jak prvky dynamické (vzdušná voltiž), tak statické (vzdušná gymnastika). Bývá prováděna také mimo prostory cirkusu, ve volné přírodě, např. pod letadly, nad vodopády apod. (Hančl, 1995).

- **Létající hrazda** (Trapéz)

Visutá hrazda zavěšená v kopuli stanu nebo na stropě. Artista předvádí různé pózy, výmyky a cviky v klidu i v hupu.

- **Visutá obruč**

Obdoba trapézu, kdy je možno obručí různě prolézat, přitahovat se, viset za nohy atd.

- **Vertikální šály** (Vzdušný balet)

Dva speciální látkové závěsy upevněné na stropě nebo na speciální konstrukci, artista pomocí své síly a obratnosti předvádí pózy s různě zaklesnutýma rukama a nohama.

5.4.2.3 *Akrobacie s nářadím či náčiním*

- **Trampolína** (skákání na trampolíně, salta, obraty, přeskoky)

- **Švihadla** (Rope Skipping)

Skákání s různými novými druhy provazů (Single Rope – krátké umělohmotné švihadlo pro jednotlivce, Beaded rope – švihadlo s bužirkou a Double Dutch – skákání se dvěma švihadly). Dynamické skákání sólově, ve skupinách, s více švihadly, švihadla ve švihadle, ohnivé švihadlo atd. většinou doprovázené hudbou.

- **Akrobacie na žebřících**

Disciplína, při níž artista vystupuje na volný žebřík (stojící volně na podlaze) a na jednotlivých příčkách nebo navrchu balancuje. Nekonečné množství variací z různě vysokých žebříků, balancování na nich, prolézání, vytváření pyramid a různých obrazů

5.4.3 Žonglování

Žonglování je sportovní a artistická aktivita, nazývaná též žongláž, spočívající ve vyhazování a chytání různých předmětů. Zlepšuje nervosvalovou koordinaci, prostorovou orientaci a soustředění, rozvíjí spolupráci mezi mozkovými hemisférami, rytmus v těle a pozitivně stimuluje psychiku. Jedná se o velice starou dovednost a artistické umění.

Při žonglování, házení a chytání se rozvíjí přesnost pohybů, zlepšuje se koordinace ruka-oko, rozvíjí se cit pro čas a rytmus, je to trénink rovnováhy, rozvíjí se reflexy, pohybové a výrazové chování, koncentrace pozornosti. Díky zlepšující se reakční schopnosti a zpřesňování pohybů se získává vyšší kontrola nad polohou těla a končetin. Žáci se při tom učí analyzovat chyby a nalézat vlastní cesty při řešení problému. Nutnost stálého opakování posiluje i frustrační toleranci. Podporuje se propojení mezi pravou a levou hemisférou (Neuman, 2006, 70).

Žonglování má v pohybové výchově zvláštní význam. Jestliže se učitel nebo instruktor nesoustřeďuje pouze na ovládnutí žonglovacích technik, umožní dětem a mladistvým nové různorodé pohybové zkušenosti. v žonglování neexistuje vítěz ani poražený, žádná konkurence a výkonnostní tlak, žádné body, mistrovství a hodnocení, zda je pohyb proveden podle norem nebo ne. Nejsou tu výkonnostní třídy, společně se mohou scházet, hrát si a cvičit mladí a staří, chlapci a děvčata, děti s rodiči i začátečníci s pokročilými. Často se člověk neučí jen od učitele nebo instruktora, ale také navzájem jeden od druhého a společně. Každý si může najít takové pomůcky, které odpovídají jeho osobním schopnostem a dovednostem, a zacházet s nimi dle svých individuálních nároků. Obtížnost se dá libovolně zvyšovat. Žonglovací pomůcky se mohou objevit jak v otevřených nabídkách, tak v řízených hodinách pohybové výchovy. Žonglování se může dokonce stát součástí každodenního života ve škole (Zimmerová, 2001).

Ač žonglovat lze opravdu s kdečím, k žonglování se vyrábí zvláštní pomůcky. Nabízím neúplný seznam jejich druhů:

- Šátky, míčky, míče, kruhy, kužely, klobouky, d'áblový hůlky (devil-sticks, flowerstick), diablo, tyč, krabice (cigar boxes), jojo, fakule (pochodně), poi poi, kontaktní koule (contactball), talíř, astrojax , propiska či tužka (pen spinning), káča (top)...

Využití žonglování ve škole

- Hodina tělesné výchovy
- Přestávky mezi vyučovacími hodinami
- Pracovní skupiny
- Projektové dny a týdny, vyučovací projekty jednotlivých tříd
- Třídní zájezdy, školy v přírodě
- Pohybové přestávky během vyučovací hodiny
- Aktivity pro volný čas ve škole
- Sportovní odpoledne nebo dětské dny

5.4.4 Dramatické umění

- **Klauniády**

Klauniády jsou klaunské scénky plné humoru. „Klauni vytvářejí správnou cirkusovou atmosféru a propojují jednotlivá cirkusová čísla. Vyžaduje to improvizaci talent i určitou dávku herectví. Mnoho improvizací probíhá pantomimicky“ (Neuman, 2006, 70).

„Klaun je směšně oblečená a maskovaná postava, bavící zejména cirkusové diváky. Někdy mívá i samostatný výstup a uplatňuje se i v soudobém divadle, filmu a televizi. Musí to být všestranný umělec, perfektně ovládající mnoho disciplín“ (Hančl, 1995, 94). Upozornění: Bohužel zde se dělá často velká chyba v tom, že mladí dětští klauni jsou sice pěkně nalíčení a kostymovaní, ale z technického hlediska toho neumí moc ukázat. Tento pedagogický problém (pro vlastní věc negativní) se objevuje už velmi brzy, a to při položení první otázky: „Chceme toto léto předvést cirkusové vystoupení? Kdo chce být klaunem?“ To znamená, že otázka je kladena před tím, než kdokoli vůbec zvládne nějakou disciplínu, nebo než má přehled v tom, co musí takový klaun všechno umět. Znamená to, že pak klaunem může být i ten, kdo nic neumí, a to je přesně to, co bychom neměli dětem prezentovat! Je tedy třeba oslovit děti až po několika týdnech cvičení, když vidíte, kdo z účastníků je způsobilý a technicky zvládne některé z oblastí. A potom musí opět s ohledem na novou perspektivu začít pilně pracovat na klaunovských výstupech.

Moderní cirkus dělí klauny podle jejich artistické speciality nebo funkce, kterou v představení plní, na: *Augustus* (hlupák s červeným nosem), *Bílý neboli flitr klaun* (šéf klaunů, popichuje je, aby dělali legraci), *Celovečerní klaun* (prochází celým představením a dává mu jednotící ráz), *hudební klaun* (hráč na normální či excentrické hudební nástroje - např. skleničky ve veselém stylu), *mluvící klaun* (vtipkuje s publikem, hlasatelem i s účinkujícími), *pantomimický klaun* (předvádí akrobaticko-excentrickou pantomimu), *pasážový klaun* (spojuje jednotlivá čísla), *Zrzavý (rezavý) klaun* (nemotora, škobrtá, padá, překáží) (Hančl, 1995).

- **Kouzlení**

Kouzlení neboli magie je fantastická víra v čáry a kouzla. Zařazují se sem iluzionisté, manipulátoři, břichomluvci a kouzelníci, jejichž umění je založeno na nepozorovatelném oklamání diváka ať již pomocí důmyslných aparátů nebo dovedností rukou. „Kouzelnictví je založeno na dovedné manipulaci s prsty a ve velké míře na důkladné koncentraci a na předvedení hereckého talentu“ (Neuman, 2006, 70).

- **Fakíři**

Fakír byl v islámském světě původně žebrák, asketa, který si sám působí různé bolesti. Fakířská cvičení obvykle zahrnují různé triky s ohněm, polykání nožů, chůzi po střepech či ležení na prkně s hřebíky. Vše vyžaduje sebedisciplínu, odpovědný přístup žáků a uvědomování si nebezpečných situací (Neuman, 2006).

- **Tanec**

Tanec s akrobatickými prvky, břišní tanečnice, tanec na provaze, balet, taneční entré – velká taneční scéna na úvod programu.

- **Hudba**

Živá cirkusová kapela, hudební doprovod jednotlivých čísel.

- **Cirkusové vystoupení**

Příprava cirkusových vystoupení přispívá k samostatnosti a sebekontrolě Cirkusové představení, nácvik a závěrečné vystoupení, to vše je dílem společné práce

všech zúčastněných. Je to výborná možnost poznávat druhé lidi za různorodých okolností. Je to přirozená cesta, jak učit mladé lidi, aby vlastní spolehlivostí přispěli k rozvoji spolehlivosti druhých. Toto poznání je možná jedním z nejvyšších cílů cirkusu (Neuman, 2006, 71).

5.4.5 Výtvarné umění

„Aby cirkus vůbec fungoval, musí všichni společně dbát na připravenost prostředí (manéž, hlediště i občerstvení), volbu kostýmů a převleků, připravenost nejrozličnějších pomůcek, líčidel a výběr působivého hudebního doprovodu“ (Neuman, 2006, 71).

- Kostýmy
- Líčení
- Scénografie

5.5 Cíle cirkusové pedagogiky

Hlavním cílem cirkusové pedagogiky je v první řadě všestranný rozvoj člověka. Na straně druhé je pak snaha nabídnout dětem a dospívajícím adekvátní pohybové aktivity, vhodné pro jejich věk, takové, které by je bavily a umožňovaly jim výběr.

Mezi další cíle cirkusové pedagogiky dle Neumana (2006) patří:

- Rozvoj osobnosti prostřednictvím uměleckých pohybových činností
- Rozvoj skupiny a sociálních kompetencí spočívajících ve vzájemném respektu, ve schopnosti řešit konflikty a v rozvoji kooperace a komunikace
- Společné učení a učení se od sebe navzájem
- Vytváření radosti ze života, kterou posiluje podíl na společném díle, společný podíl na prezentaci výsledků práce a koncentrace na prožívání všech aktivit ve volné atmosféře hry

Rožtek (2010) dále rozšiřuje cíle cirkusové pedagogiky o výchovně vzdělávací cíle, tedy o rozvoj klíčových kompetencí.

1. Rozvoj individuálních vlastností a schopností osobnosti

- vlastní iniciativa a motivace, spontánnost, kreativita, odvaha, fyzická a psychická kondice, objevování vrozených schopností, formování sebehodnocení a sebevědomí, utváření schopnosti rozhodování, převzetí zodpovědnosti za učiněné rozhodnutí, sebe-disciplína, pracovitost, učenlivost, pohybové dovednosti, fantazie, pěstování pocitu radosti, potlačování frustrace, pozitivní myšlení, smysluplné využití volného času, ekologické uvědomění

2. Rozvoj kompetence k učení

- samostatné pozorování a experimentování
- ochota učit se nové věci
- věnování se dalším aktivitám

3. Rozvoj komunikativních kompetencí

- komunikační schopnosti a ochota komunikovat
- kultivovaná/souvislá formulace vlastních myšlenek a názorů
- naslouchání a porozumění promluvám jiných
- prosazování vlastních názorů vhodnými argumenty
- porozumění různým typům komunikace – gesta, signály atd.
- vůdčí kvality

4. Rozvoj kompetence k řešení problémů

- řešení problémů a konfliktů
- využití získaných vědomostí a dovedností k objevování různých variant řešení
- kritické myšlení
- uvážlivá rozhodnutí

5. Rozvoj sociálních a personálních kompetencí

- pocit zodpovědnosti
- kooperace, týmová práce
- ohleduplnost na ostatní
- integrace a pocit sounáležitosti
- pozitivní ovlivňování kvality společné práce
- podíl na utváření příjemné atmosféry
- upevňování mezilidských vztahů
- vzájemná pomoc při plnění cílů

- účast v diskusi
- spoluúčast na utváření pravidel práce v týmu
- respektování různých hledisek
- vytvoření pozitivní představy o sobě samém

5.6 Metody cirkusové pedagogiky

Metody používané v tomto oboru vycházejí z již uvedených oblastí, do kterých cirkusová pedagogika přesahuje. Jsou to:

- 1) **Metody dramatické výchovy** (hra, improvizace, charakterizace, fixace tvaru, předvádění a pozorování, napodobování, manipulování a experimentování, tvořivost, fantazie, metody inscenační...)
- 2) **Metody zážitkové pedagogiky** (týmová práce, hra, skupinová a kooperativní výuka, zpětná vazba, zkušenostní učení, prožitek, zážitek...)
- 3) **Metody sportovní pedagogiky** (trénink, tělesná výchova, fyzické dovednosti...)
- 4) **Metody sociální pedagogiky** (prevence, kompenzace, sociální péče, volnočasová nabídka, bezbariérová centra...)

5.7 Cirkus a jeho různé formy

I přesto, že cirkusová představení začínají opět vzkvétat a stále se hrají, čím dál více lidí je využívá spíše jako koníček a zálibu, kde převažuje forma aktivní nad formou pasivní. Neuman (2006) popisuje, že v nedávném období vzrůstá zájem o aplikace cirkusových aktivit, vznikají nové organizace a různorodé projekty, které téma cirkusu a cirkusového umění spojují s volným časem, školními programy, prevencí i s prací se zdravotně postiženými dětmi. Ve světě jsou už naprosto běžné pojmy jako „Leisure circus“, „Social circus“, „Adaptation Circus“, „Pre-professional courses“, „Vocational training programme“ a „Professional circus“. Cirkusové hry a cvičení se tedy uplatňují na rozsáhlém poli působit od neformálních klubů, rekreačních programů, pre-profesionálních programů (kurzy, umělecké dílny, workshopy s odborným vedením) a studijních programů až po adaptační a integrační kurzy.

V krátkosti k jednotlivým oborům:

5.7.1 Volnočasový cirkus (Leisure circus)

Volnočasový cirkus aneb příležitost vyzkoušet si cirkusové disciplíny na vlastní kůži. Do této kategorie spadají převážně jednodenní kurzy, jednorázové akce, letní tábory a kurzy zážitkové pedagogiky organizované pro širokou veřejnost. Účastníci mají během těchto kurzů možnost nahlédnout do světa cirkusu, prožít dny naplněné dynamickým programem, získat návod na výrobu vlastních žonglovacích pomůcek, vytvořit vlastní cirkusové představení, nechat se inspirovat hrou, zážitkem...

Mimoto volnočasový cirkus představuje samozřejmě i aktivní a atraktivní prožívání volného času každého jedince (žonglování v parku, jízda do školy na jednokolce, skákání přes švihadlo na ulici,...).

Volný čas je časem, kterým může člověk disponovat zcela svobodně, který zůstává po vyplnění všech závazků a člověk v něm realizuje svoje záliby, zájmy a potřeby. Zároveň je psychologickým prostorem, ve kterém se člověk dostává blíž sám k sobě a kde může utvářet a modifikovat jasné představy o tom, kdo je, co chce, co bude a kam kráčí (Hodaň & Dohnal, 2005).

5.7.2 Sociální cirkus (Social circus)

Hnutí zaměřené na nejchudší vrstvy obyvatel Jižní Ameriky a Afriky. Právě tam žijí miliony dětí na ulicích. Většina z nich je špinavá, žebra o jídlo, nechodí do školy a stávají se často obětí alkoholu, narkotik a prostituce. Sociální cirkus se snaží prostřednictvím cirkusového umění rozšířit možnosti těmto ohroženým dětem, naučit je cenným dovednostem a změnit tak jejich život k lepšímu. Pro mladé lidi chudinských čtvrtí představuje příležitost zažít chvíle radosti, pozitivní osobní růst a rozvíjet své schopnosti a talent. Prostřednictvím důmyslného tréninku, vzájemné komunikace a solidarity se zvyšuje jejich sebevědomí, sebehodnocení a pocit osobní identity. Když si mladých lidí s jejich běžnými starostmi a životními problémy někdo všímá, když najdou emocionální oporu, dokážou své problémy řešit. Bezpečí, náklonnost, pocit, že o mě někdo stojí, že jsem akceptován, že smím něco vykonat, jsou pocity mimořádně důležité pro konstruktivní řešení životních problémů.

Dalším rysem sociálního cirkusu je jeho univerzálnost a dostupnost. Děti nepotřebují umět číst ani psát, stačí jim pouhá ukázka a pár dobrých rad „jak na to“ a můžou začít trénovat. Jelikož mají spoustu času (většinou totiž jen tak posedávají na ulici a nic nedělají), mohou se aktivitám věnovat opravdu naplno. Právě z těchto jedinců rostou ti nejlepší světoví umělci (začínají v útlém věku a platí zde obecné cirkusové pravidlo, že talent má hodnotu jednoho bodu, zato tvrdý trénink deseti).

Sociální cirkus uznává a oceňuje umění a kulturu jako mocný prostředek vzdělávání a během vyučování pracuje se symbolikou kruhu. Jako dokonalý geometrický tvar bez začátku a konce, stejný ve všech bodech, symbolizuje kruh úplnost, věčné pokračování, jednotu a ochrannou hradbu.

Za zmínku zde jistě stojí i brněnský cirkus LeGrando, který mimo jiné funguje i jako nízkoprahové centrum – mají své šapitó a cestují po brněnských a okolních sídlištích a přes různé akrobatické prvky se snaží zaujmout netečnou mládež. Je to zajímavý fenomén, využívající pouličního žonglování a ohňů pro dobré účely.

5.7.3 Adaptační cirkus (Adaptation Circus)

Specializované kurzy cirkusových technik pro osoby se specifickými potřebami, s cílem integrace těchto lidí do majoritní společnosti. „Integrace je slovo poměrně módní, označující rozmanité formy sjednocení, stmelení, scelení či dokonce harmonického propojení“ (Jirásek, 2004, 4). V dnešní době proto tyto kurzy čím dál

více přecházejí k začleňování zdravotně postižených či jinak handicapovaných jedinců do programů připravených pro běžnou skupinu (s tím, že je program pro tyto jednotlivce modifikován, ale není pro ně uzavřen). Právě toto „bytí spolu“ se ukazuje kolikrát mnohem užitečnější pro lidi, kteří jsou mladí, zdraví, sebejistí a zároveň bez silných životních zkušeností získaných konfrontací s odlišným způsobem života (Jirásek, 2006).

Skutečně jde o hledání každé příležitosti, jak vyzkoušet něco nového, jak pokořit stávající situaci. Účastníci s postižením jsou si dobře vědomi svých omezení a mají touhu je překonat nebo hledat cesty, jak se s nimi nejlépe vyrovnat. Slovo výzva je zde na denním pořádku a instruktoři se snaží pomoci účastníkům nejrůznější výzvy přijímat (Kubala, 2004, 67).

5.7.4 Přípravné amatérské kurzy (Pre-professional courses)

Pravidelné týdenní, pololetní či roční kurzy, nabízené většinou formou zájmových kroužků při Domovech dětí a mládeže, volitelných předmětů ve škole, cirkusových školiček pro nejmenší a tréninkových kurzů pohybově-divadelních organizací. Pravidelné docházení vede ke zvyšování výkonnosti jedince a dokonalosti jednotlivých cvičení, u žáků je spatřován posun vpřed. Ve Francii je tato forma kurzu brána také jako přípravné období na profesionální kariéru.

5.7.5 Odborné tréninkové programy (Vocational training programe)

Několikadenní školení, semináře, umělecké dílny a workshopy vedené odborníky, bývalými špičkovými artisty či zahraničními specialisty. Bývají zaměřené na jednu cirkusovou disciplínu, na její nácvik, případně zdokonalení. Slouží také k vzájemnému předávání zkušeností.

5.7.6 Profesionální cirkus (Professional circus)

Skupiny profesionálních a špičkových artistů, samostatní umělci, cirkusové školy a cirkusy (za nejlepší cirkusy jsou v dnešní době považovány Ruský státní cirkus, Čínský státní cirkus a kanadský Cirque du Soleil). Zjednodušeně řečeno: pod hlavičku profesionálního cirkusu spadají ti nejlepší z nejlepších, kterým cirkusové umění slouží jako zdroj obživy.

6. ANALÝZA SOUČASNÉHO STAVU

V této kapitole představím organizace, spolky a školy působící v České republice, které pracují s metodami cirkusové pedagogiky a zabývají se novým cirkusem a pohybovým uměním.

6.1 Dětský cirkus LeGrando

Cirkus LeGrando je mobilním cirkusem pro děti a mládež. Jedná se o projekt střediska volného času Lužánky v Brně. Vznikl v roce 2005 z iniciativy poboček Labyrint a Ulita, které již po sedm let experimentují s artistikou, projekty pouličního divadla a organizují žonglérská setkání. Zakladatelé Konrád Heczko a Marek Jovanovski se inspirovali v německém Stuttgartu (Jugendhaus Fasanenhof Stuttgart), kde je cirkusová pedagogika zcela běžná záležitost. v Německu funguje zhruba padesát dětských cirkusů podobného ražení, a to i ve školách, kde bývají zařazeny přímo do osnov. Na toto téma tam vycházejí knihy a dokonce existuje vysokoškolský obor cirkusové pedagogiky.

Cirkus LeGrando je prvním zařízením tohoto druhu v České republice. Nabízí novou volnočasovou aktivitu pro děti, mládež i dospělé. v malém cirkusovém šapitó realizuje pohybové a zábavné dílny, jejichž vyvrcholením jsou představení pro rodiče a kamarády. Během školního roku nabízí dětem kroužky, příměstské tábory a pobytové akce. Dále organizuje programy pro školy, neziskové organizace i firmy, ve kterých můžete aktivně vyzkoušet jednokolky, žonglování, chůzi po laně, fakírská umění, trapézy (visuté hrazdy), balanční koule, diabola, rola bola, kouzelnictví, klauniády, žonglování s ohněm, švihadla a přízemní akrobacii. Programy jsou vedeny kvalifikovanými trenéry a instruktory SVČ Lužánky, kteří vystupují na kulturních akcích s vlastním divadelně-cirkusovým představením. v roce 2007 získal dětský cirkus Cenu brněnského chodce za inspirativní práci s mládeží.

„Chceme pozapomenuté kouzlo cirkusu přenést zpět mezi dospělé i děti. Naše programy rozvíjejí motoriku, artistické dovednosti, prezentační dovednosti a zprostředkovávají dětem a mládeži pozitivní zážitky a růst sebevědomí v duchu zážitkové pedagogiky. Vychováváme výzvou k překonávání sama sebe, vychováváme dobrodružstvím. Dobře vyškolení trenéři jsou zárukou solidní a bezpečné práce.“
(www.legrando.cz).

NABÍDKA PROGRAMŮ PRO ŠKOLY:

- **Cirkusová škola**

Tříhodinový program.

Během programu vyzkoušíte celkem sedm cirkusových disciplín.

Čeká vás společná hra a rozcvička zaměřená na koordinační dovednosti účastníků, rozehrátí a protažení těla. Následuje nabídka sedmi cirkusových disciplín - akrobacie se švihadly, balancování na kouli, chůze po laně, balancování na rola bola, přízemní akrobacie, fakírské umění (chůze po střepech a hřebících), diabola a žonglování s talíři.

Vyzkoušíte své balanční a koordinační dovednosti, prověříte schopnosti spolupráce při stavbě živých pyramid a přitom všem zažijete pravou cirkusovou legraci.

Minimální počet žáků 15, maximální 80

- **Cirkus ve škole**

Cyklus pěti dvouhodinových cirkusových setkání.

V prvním si účastníci vyberou, která disciplína je nejvíc baví. Při druhém, třetím a čtvrtém setkání budou mimo tréninku vybrané disciplíny pracovat na přípravě cirkusového čísla, včetně hudby a výběru kostýmů. Celou svou práci zúročí v závěrečném vystoupení, které mohou uspořádat pro své spolužáky ve školní tělocvičně, nebo v cirkusovém stanu.

Minimální počet účastníků 20, maximální 40.

- **Život v manéži**

Celodenní program.

V dopolední části vyzkoušíte všechny cirkusové disciplíny z nabídky a každý si vybere svou nejoblíbenější. Odpoledne následuje trénink vybraných disciplín, během kterého si všichni mohou vyzkoušet jaké to je vymyslet a připravit cirkusové číslo. Celý den je zakončen krátkým představením v cirkusovém stanu nebo tělocvičně.

Délka trvání 6 - 7 hodin.

Minimální počet žáků 25, maximální 50.

Dále cirkus LeGrando nabízí:

- **Školní výlety**
- **Týdenní projekty ve škole**
- **Akce na klíč**
- **Pouliční průvody**

VOLNOČASOVÁ NABÍDKA:

- **Kroužky pro děti během školního roku**

Ve školním roce 2009-2010 nabízí dva tříměsíční kurzy pro děti od 8 let a mladší Kroužky probíhají dvakrát týdně.

Úterý: 16.00 – 18.00

Čtvrtek: 16.00 – 18.00

Oba kroužky se konají v SVČ Legato na Stamicově 7 v Brně Kohoutovicích. Součástí bude víkendové soustředění a vystoupení v cirkusovém stanu. Cena za turnus je 1.000,- Kč

- **Příměstské tábory**

Týdenní intenzivní workshopy převážně na brněnských sídlištích.

Celý týden bude koncipován jako cirkusový trénink, zakončený vždy poslední den v pátek představením, konaným v 16:00. Vaše dítě bude mít možnost si první dopoledne vyzkoušet všechny nabízené disciplíny (žonglování, jízdu na jednokolce, fakírská umění, akrobacii na visuté hrazdě, přízemní akrobacii, balancování na koulích, kouzelnictví, klauniádu, chůzi po laně a další), z těchto disciplín si vybere dvě, které bude trénovat po zbytek týdne. Jednu vždy dopoledne a druhou odpoledne.

Společné tréninky budou začínat každý den v 9:00, k dispozici na místě konání budeme od 8:00, končit se bude vždy v 16:00 s možností pobytu dětí na místě do 17:00.

Cena tábora je 1.300,- Kč zahrnující teplé obědy a pitný režim.

6.2 Cirqueon (Asociace pro současný cirkus)

Cirqueon je zastřešující organizace pro podporu a rozvoj současného cirkusu v České republice. Hlavní náplní asociace je poskytování informací o domácím i evropském dění na poli současného cirkusu, podpora projektů nové cirkusové vlny vznikající v České republice a rozvoj cirkusových dovedností mládeže.

Cíle asociace:

- rozšířit vzdělávací činnost
- správa webu www.cirqueon.cz
- vytvoření databáze českých umělců zabývajících se novým cirkusem
- překlad webových stránek do angličtiny
- podpora vzniku nových projektů
- vytvoření dokumentačního a informačního střediska pro nový cirkus v ČR

Koordinátorem projektu Cirqueon je David Kašpar a vedoucí produkce Šárka Maršíková, absolventi pražské DAMU, kteří se k novému cirkusu dostali přes zahraniční studijní stáž v Barceloně (v kulturním centru L'Ateneu popular de Nou Barris, kde se věnují práci s dětmi a mládeží formou odpolední cirkusové školy a školky a vychovávají profesionály v cirkusovém umění). Oba jsou rovněž zakladateli Centra pro nový cirkus. Projekt Cirqueon podpořily grantem Ministerstvo kultury ČR a Magistrát hlavního města Prahy. Projekt Cirqueon spravuje Zahrada, o.p.s.

Cirqueon dále již dva roky pořádá **Cirkusovou školku pro děti** v kulturním centru Zahrada KC na pražském Chodově, podílel se na dílnách během posledních ročníků **festivalu Letní Letná** a spolupracuje s řadou evropských partnerů sdružených v mezinárodní síti **Circostrada Network**. Cirqueon také podpořil v počátečních stádiích vzniku inscenaci **La Putyka** Rostislava Nováka a nově založil Centrum pro nový cirkus v pražských Nuslích.

6.2.1 Centrum pro nový cirkus

Provoz prvního tréninkového prostoru pro nový cirkus byl zahájen 2. února 2010 a nabízí zájemcům jak z řad široké veřejnosti, tak i profesionálům workshopy jevištní akrobacie, závěsné akrobacie nebo žonglování. Kromě pravidelných kurzů s českými lektory Centrum pro nový cirkus připravuje také jednorázové dílny s renomovanými

zahraničními lektory. Čas a prostor nevyužitý workshopy a tréninky bude v nuselském Centru pro nový cirkus k dispozici zájemcům v režimu Open Space – ten by měl sloužit všem, kdo chtějí trénovat sami, ale nemají k tomu vhodné zázemí.

Prostory Centra pro nový cirkus v Nuslích by měly v budoucnu sloužit i jako knihovna a videopůjčovna materiálů s cirkusovou tematikou, místo seminářů, setkání a prezentací práce jednotlivých cirkusových umělců.

„Nový cirkus je ve světě již dlouho uznávaným fenoménem, u nás ho skvěle propaguje festival Letní Letná. Chybí zde však vzdělávací zázemí a možnost techniky nového cirkusu trénovat. Tento problém od února v Praze odpadá,“ říká zakladatel Centra pro nový cirkus David Kašpar (www.cirqueon.cz).

6.3 Festival Letní Letná

Pražský festival Letní Letná je mezinárodním setkáním nového cirkusu, divadla, hudby a vizuálního umění. Každoročně rozžívá posledních čtrnáct prázdninových dní Letenské sady, které jsou zažitým pražským domicilem největších českých tradičních cirkusů a kde se rovněž uskutečnily i první pokusy o divadlo ve stanu: Turbův projekt Cirkusu Alfred (Klaunérie, 1974) nebo Divadlo ve stanu (Dílna 24, 1978).

Letní Letná volně navazuje na tradici Divadelních poutí, které před lety probíhaly na Střeleckém ostrově, a od svého založení v roce 2004 patří k tomu nejlepšímu, co nabízí prázdninový kulturní program v Praze. Právě díky tomuto festivalu si český divák zvykl na pojem „nový cirkus“, který bývá tradičně spojován především s francouzskými soubory balancujícími na napnutém laně mezi starým dobrým cirkusem a divadelním představením.

V Letenském parku postupně vyrostou malé i větší cirkusové a divadelní stany zahraničních i českých společností. v rámci doprovodného programu festivalu se koná také cirkusový workshop a setkání se zahraničními producenty nového cirkusu. Dramaturgie pamatuje rovněž na ty nejmenší a nechybí dětský program se čtyřmi pohádkami denně, bar nebo dětské dílny. Novinkou roku 2009 je program Open stage, který nabízí volný prostor k prezentaci všem umělcům-amatérům nového cirkusu.

"Rádi bychom na Letné vytvořili tradici mezinárodních setkání současného umění, od nového cirkusu přes divadlo až po výtvarné umění. Rovněž je naším cílem otevřít u nás cestu tzv. novému cirkusu, který má hlavně ve Francii dlouholetou tradici

a je dnes nepostradatelnou součástí tamního kulturního dění podporovaného přímo státem." Jiří Turek (hlavní organizátor Letní Letné) (www.letniletna.cz).

6.4 La Putyka (Nový cirkus na český způsob)

"Zavírá se hospoda, nerudný výčepák se pomalu chystá vyházovat štamgasty. Najednou se mu do podniku nahrne spousta lidí - diváků. Nejradši by všechny vyrazil, hlasitě nadává, ale nakonec jim to poslední pivo dá... Když vstoupí frajer v bundičce, ženy podléhají, štamgasti skřípou zubisky a od rvačky je dělí krůček. Dokonce i obdoba Limonádového Joea (v případě Putyky "mléčný" Pavel Mašek) zavítá na scénu...Pupkatí pivaři se nemotorně koulí po stole a mezi jedním a druhým kopnutím na něm jen tak mimochodem "vystříhnou" tři salta. Donchuan v tesilu zlomí servírku v pase a zatančí s ní tango ve vzduchu, přičemž se v náznaku milostného souboje stihne u stropu svléknout a zavěsit na římsu."

Inscenace La Putyka Rostislava Nováka a režijního tandemu SKUTR kombinuje akrobacii, tanec, loutky a sportovní výkony v originálním pojetí nového cirkusu, jenž nahlíží na atmosféru české putyky skelným pohledem střízlivého püllitru. Objevuje hospodskou fantazii a změněnou realitu, kdy na chvíli přestávají platit fyzikální zákony a diváci jsou svědky nečekaných akrobatických, hudebních i pohybových jevů. Co se honí v hlavách hospodských štamgastů, předvádí mistři ČR v akrobatických skocích na trampolíně, profesionální tanečníci nebo mistr bojového umění wu-shu.

Originální pojetí inscenace La Putyka je vedeno především snahou nekopírovat francouzské novocirkusové zdroje. „Francií jako kolébkou nového cirkusu se samozřejmě inspirujeme, ale tak, jako mají Francouzi víno, tak mají Češi pivo. Naše inscenace proto vychází z českých reálií hospodského života. La Putyka je hospodský nový cirkus," přibližuje svůj nový projekt principál Rostislav Novák.

Specificky český nový cirkus je unikum. A právě o takový se Novák se čtrnáctkou účinkujících pokusil. Inscenace vznikala s minimálními granty, zato s velkými osobními i finančními vklady celého týmu. i v tom je české specifikum: zahraniční nové cirkusy bývají štědře dotovány.

V první polovině října 2009 La Putyka získala Cenu Sazky a Divadelních novin v kategorii alternativní divadlo, kterou časopis Divadelní noviny a akciová společnost

SAZKA udělují již od roku 2001, a ocenění festivalu Příští vlna/Next Wave. (www.laputyka.cz)

6.4.1 Cirk La Putyka, o.p.s.

Činností společnosti je organizování kulturně sociálních aktivit, veřejné předvádění dramatických, hudebních, filmových a jiných děl, pořádání a tvorba kulturních a kulturně sociálních projektů (jednorázových či dlouhodobých), a to v tuzemsku i v zahraničí, včetně zajišťování služeb a činností souvisejících s realizací uvedených projektů pořádání stáží, seminářů, uměleckých dílen a workshopů, pořádání výstav, vydavatelská a nakladatelská činnost související s realizací uměleckých projektů v rámci hlavní činnosti společnosti, zajišťování propagačních materiálů týkajících se uměleckých projektů v rámci hlavní činnosti propagace činnosti související s plněním obecně prospěšných služeb.

6.5 KD Mlejn

Kulturní dům Mlejn je obecně prospěšnou společností fungující od července 2006 a věnuje se kulturně-vzdělávací činnosti nejen v oblasti Prahy 13, ale celého hlavního města. KD Mlejn, o.p.s. nabízí širokou škálu kurzů vzdělávacích, hudebních, tanečních, či výtvarných. Kurzy jsou vedeny profesionálními lektory, mají vysokou kvalitu a jsou určeny nejen dětem, ale některé i dospělým (jóga, hudební kurzy, břišní tance, vzdušná akrobacie). Mezi ty cirkusově laděné patří:

6.5.1 Cirkus Mlejn

Divadelně cirkusový kurz zaměřený na pohyb všeho druhu: akrobacie, žonglování, pantomima, balancování na kouli, trapézy a další rozmařilosti. Vhodné pro rozvoj motorických schopností, koordinace pohybu a rovnováhy pro hyperaktivní i klidné jedince.

Kurz je určen pro děti a mládež ve věku 8-18 let a probíhá jednou týdně v pondělí od 15-17h v dočasném prostoru KD Mlejn – Spolkový dům.

6.5.2 Budilova divadelní škola

„Budilova divadelní škola je tu, aby budila v lidech talent.“

Soukromá škola dramatické tvorby vyučující metodu pohybového divadla Jacqua Lecoqa z Francie, založená roku 2007 Vendulou Burger (Prager) se sídlem v klubu Mlejn, Praha-Stodůlky.

Metoda Jacques Lecoq stojí zásadně na dynamice pohybu. Zaměstnává tělo jako první element, který se ztotožňuje se vším, co se hýbe - v životě i v divadle. Výuka aplikuje základní zákony pohybu pro dramatickou tvorbu a hereckou interpretaci. Zkoumá divadelní styly ustálené v historii divadla a přetváří je do vnímání současného života. Výuka se stává žákům živou oporou - která přesahuje formy - v souladu s neustálým rytmem života. Škola hledá divadlo lidské přirozenosti skrz rozličné styly, hry, pohledy, jazyky. Výuka se stává dvouletou cestou, která staví studentům překážky provokující jejich tvůrčí kvality, a tím jim pomáhá rozvíjet se a hledat vlastní cestu.

První ročník se věnuje pozorování světa a jeho dynamice pohybů. Tato cesta vede od tiché psychologické hry až ke stavbě charakterů, přes ztotožňování se s přírodou, zvířaty, barvami, zvuky, slovy a objevování her s maskami. Všechny výukové hodiny jsou mezi sebou provázány a vycházejí ze stejného postupu práce. Vytvářejí souvislý celek založený především na analýze pohybů a improvizaci.

Druhý ročník je ročníkem tvorby skrz zkoumání klasických divadelních stylů: melodramů, „lidské komedie“, tragédie, šašků, klaunů...

Budilova divadelní škola pořádá mimo jiné i mezinárodní kurzy a workshopy pohybového divadla a cirkusových technik pro veřejnost a v srpnu 2009 se prezentovala na Open stage festivalu Letní Letná v Letenském parku. Pokročilí studenti Budilovy divadelní školy připravili 4 krátké scénky, které vznikly jako výstupní práce Budilova studia smíchu a studia dynamiky pohybu a improvizace (www.budil.cz).

6.6 Circus Sacra

Skupina akrobatů, žonglérů, muzikantů a herců, kterou založil v roce 2003 žák a následovník Ctibora Turby, herec, gagman, choreograf a klaun Števo Capko. Realizují zejména projekty určené pro veřejný prostor, karnevalového nebo masopustního typu s maskami, nejednou jako pouliční cirkus. Ve své tvorbě je pokouší přiblížit moderním

divadelním inscenacím, využívajícím cirkusové techniky. Inspiruje se přitom podněty, které přicházejí především z Francie. „*Náš sen je hrát artistní inscenace. Obohatit cirkus o divadlo a divadlo o cirkus. Proces, který k tomu vede, je pro nás sakrální... z obdivu k tradici a zašlé slávě českých cirkusů chceme přispět k objevení jejich nové, přitažlivější divadelní tváře.*“ (Cihlář, 2006), (www.sacracircus.cz).

6.7 Alfred ve dvoře

Divadlo Alfred ve dvoře založil mim, režisér, choreograf, herec a pedagog Ctibor Turba v roce 1997 v Praze. Jedná se o experimentální divadlo nového typu, které nemá svůj vlastní herecký soubor ani stálý repertoár. Své prostory propůjčuje (ad hoc) různým uměleckým souborům, kteří přesahují rámec běžného divadla zejména z oblasti nonverbálního, pohybového a vizuálního divadla. Konceptně podporuje vznik autorských prací, odvážné experimenty, podílí se na realizaci prvotin, zajišťuje prostory na zkoušení, pečuje o produkci a administrativní část koprodukčních projektů. Poskytuje tak tvůrčí zázemí netradičním divadelním umělcům. Divadlo sídlí v Praze 7 v ulici Františka Křížka 36 na okraji Holešovic (Cihlář, 2006).

6.8 Ateliér klaunské scénické a filmové tvorby

Studijní obor Divadelní fakulty JAMU v Brně, otevřený roku 2003 Ctiborem Turbou. Cílem ateliéru je předat mladým umělcům, kteří se věnují fyzickému divadlu a performanci, nástroje, směry a možné přístupy k práci. Vedoucí ateliéru Pierre Nadaud spolu se svými kolegy rozšířil roku 2010 program o nový cirkus. Studium je tříleté. Je zakončeno titulem bakalář.

Dílny, které probíhají v rámci tříletého studia, umožňují studentům-umělcům setkávat se a pracovat s uznávanými umělci a nabývat tak více kompetencí a zralosti pro svou vlastní tvorbu ve vztahu ke společnosti, historii umění a umění dramaturgie.

Ve spolupráci s partnerskými institucemi se před nebo po dílnách organizovaných v rámci studia v ateliéru konají otevřené workshopy pro nezávislé umělce a další zájemce. Cílem je rozšířit možnosti předávání schopností, porozumění a tvořivosti a podporovat budoucí setkání a spolupráci mezi umělci studujícími ve škole a mimo ni. (www.physicaltheatreschool-jamu.com).

6.9 Cirkus trochu jinak

Ostravská společnost kejklířů, žonglérů, provazochodců, ekvilibristů a klaunů zabývající se různými vystoupeními a aktivitami. Poukazuje především na staré dobré umění ulice. Tak, jako tomu bylo za dávných dob, kdy se lidé bavili přímo před svými domy, na tržištích, veřejných akcích a holdovali obyčejnému umění řeči těla, gest a později bezesporu i slov. Cirkus trochu jinak vytváří různé choreografie, doprovodné programy a žonglérská vystoupení, věnuje se navrhování a přípravě kostýmů, popřípadě rekvizit a sestavují si i vlastní hudební aranžmá.

Nabídka vystoupení a akcí:

OHNIVÉ VYSTOUPENÍ

Mistico e magnifico. Hořící žonglérské náčiní a fakírské umění v jednom, či ladné ženské taneční pohyby se špetkou akrobacie zasazené do předem choreograficky upraveného děje, doprovázené netradiční hudbou a v neposlední řadě i ohnivými efekty. To vše můžete zhlédnout v naší fire show.

ŽONGLÉRSKO TANEČNÍ UV VYSTOUPENÍ

Magická show s UV efekty vhodné především do interiéru. Pro toto vystoupení používáme speciální žonglérské náčiní, které má jednu nepostradatelnou vlastnost, že pod UV světlem září jako měsíc na obloze.

AKROBACIE NA ZÁVĚSNÝCH ŠÁLÁCH

Jedná se o prvek vzdušného baletu, při kterém se artisté pohybují po zavěšené šále s neuvěřitelnou lehkostí a elegancí. Díky hudebnímu doprovodu v průběhu vystoupení se divák vcítí do děje a odpoutá se na okamžik od všedních starostí.

KEJKLÍŘSKÉ ŽONGLÉRSKÉ a ARTISTICKÉ VYSTOUPENÍ

Žonglování s kužely v mnoha obměnách, dále také s míčky či šavlemi, točení s nejrůznějšími předměty v rytmu bubnů a píšťal. Přehlídka artistických a kejklířských čísel na koni s mačetami, hořícími pochodněmi, či vystoupení na visutém laně ve dvoumetrové výšce a mnohé další...

POSTAVY NA CHŮDÁCH a JEJICH PŘEDSTAVENÍ

Zábava, která je vhodná pro historické akce, uvítací ceremoniály, večírky a rauty, kde lidi především pobaví a přinese jim radost. Zařazena může být také při příležitosti předávání cen a stejně tak i na řadě dětských, divadelních či festivalových akcí.

ŽIVÉ SOCHY

Precizní provedení samotné přípravy kostýmu, tedy vzhledu, a do detailu propracované kompozice celé performance, je opravdu strhující. Postava s kamenným výrazem stojí na podstavci (někdy pouze na zemi), čímž záměrně vytváří dojem sochy. Dodává ojedinělou atmosféru celému okolí a jsou příjemnou dekorací v prostoru na náměstí či u vchodu, vždy sklídí obdiv přihlížejících.

KLAUNI A JEJICH VESELÁ ČÍSLA

Klaunské etudy, do kterých vtahují děti a ty si vyzkoušejí žonglování s míči, točení s talíři na hůlce... Jsou zapojovány do jednotlivých čísel. Nakonec obdrží malý dárek v podobě zvířátka, vymodelovaného z nafukovacího balónku. Klaun, může být i na chůdách, modeluje nejrůznější zvířátka z nafukovacích balónků. Svět se na okamžik stává kouzelným místem a nafukovací hračka je hřejivou vzpomínkou hlavně těm nejmenším.

INTERAKTIVNÍ WORKSHOP. „PŘIJEL K NÁM CIRKUS!“

Interaktivní workshop se zaměřením na koordinaci těla v prostoru a rozvíjení různých smyslů, např.: soustředění a koncentrace, prostorového vidění atd. Jedná se o celodenní program pro neziskové organizace, firmy, školy, školky, tábory, atd. Účastníci si během dne na předem připravených stanovištích vyzkoušejí žonglérské disciplíny, chůzi po laně, či artistické kousky a na konci dne společně připraví cirkusové číslo doprovázené hudbou.

POHÁDKOVÝ HISTORICKÝ KOLOTOČ

Na předem domluveném místě Vám postavíme dětský historický kolotoč i s obsluhou. Ta se stará o bezpečný chod. Děti se mohou svézt a prožít neopakovatelný zážitek na pohádkovém kolotoči. Ten má všechny potřebné doklady k provozování a je řádně homologován.

VYSTOUPENÍ S VÁNOČNÍ TEMATIKOU

Veselé peklo, ve kterém se odehrávají pravé, nefalšované čertoviny. V závěru proběhne malé ohnivé pekelné show.

HRY A SOUTĚŽE NEJEN PRO DĚTI

(www.cirkusjinak.cz)

7 BEZPEČNOSTNÍ NORMY

Součástí výchovně vzdělávacího procesu jsou také podmínky, za kterých se proces realizuje a které sehrávají roli i v bezpečnosti práce. Jednou z nich je podmínka právní. Všechny uvedené právní předpisy směřují v první řadě k bezpečnosti žáků. Současné změny v pojetí školní i mimoškolní tělesné výchovy přinášejí nová rizika (více samostatné a skupinové práce žáků, větší míra svobody v rozhodování žáků, zvyšující se zájem o „rizikové“ pohybové činnosti, větší otevřenost učebních osnov, svobodnější volba obsahu a cílů učitelem). Současně je nutné brát v úvahu i zhoršující se zdravotní stav žáků a přetrvávající legislativní nejasnosti.

Je velmi důležité vypěstovat u dětí a mládeže vědomí odpovědnosti za upevnování zdraví, sebekritického posuzování vlastních možností i odpovědnosti za bezpečnost sebe, cvičícího spolužáka, skupiny i celé třídy. Žáci, kteří jsou soustavně vedeni k vědomí bezpečnosti, lépe odhadují své možnosti a pravděpodobnost úrazu se u nich zmenšuje.

Všichni instruktoři a lektori by měli procházet pravidelným vzděláváním a zkouškami v oblasti fyzické i psychické bezpečnosti, prevence a poskytování první pomoci.

Následující bezpečnostní opatření a konkrétní doporučení jsou určena pro jednotlivce ve věku 6-17 let. Jejich znalost je důležitá pro všechny pedagogické pracovníky, kteří pracují s touto věkovou skupinou

1. BEZPEČNOST VE ŠKOLNÍ TĚLESNÉ VÝCHOVĚ, V TRÉNINKOVÉ JEDNOTCE A VE VOLNOČASOVÝCH AKTIVITÁCH

➤ **Poučení o možném ohrožení zdraví a bezpečnosti při všech činnostech**

Při výuce je pedagog, trenér, cvičitel nejen na začátku školního roku, ale před každou vyučovací, tréninkovou jednotkou i volnočasovou aktivitou povinen zejména:

- vydat před zahájením cvičení jasné a srozumitelné organizační pokyny,
- upozornit na konkrétní nebezpečí,
- zajistit soustavnou pomoc, případně záchranu při cvičení,
- být vždy na nejrizikovějším místě,
- před zahájením cvičení zkontrolovat, zda nářadí nevykazuje známky zjevného poškození.

Dokladem o provedeném poučení je:

- zápis v třídní knize
- podpis žáka v protokolu o poučení BOZP (v záhlaví protokolu se uvede osnova poučení)

➤ **Dohled nad žáky v průběhu celé tréninkové jednotky**

Pedagogičtí pracovníci jsou povinni vykonávat náležitý dohled nad cvičícími a výchovně působit v zájmu předcházení škodám na zdraví, majetku a životním prostředí.

2. BEZPEČNOSTNÍ POŽADAVKY NUTNÉ Z HLEDISKA PRÁVNÍ OCHRANY UČITELE TĚLESNÉ VÝCHOVY, TRENÉRA A CVIČITELE

- přítomnost v pedagogickém procesu
- uplatňování vědomé kázně žáků, cvičenců
- stálý přehled o všech žácích, cvičících
- výuka v souladu s platnými učebními osnovami, tréninkovým plánem a dalšími předpisy
- promyšlená organizace práce
- kontrola náradí a náčiní
- údržba cvičebního prostoru
- výuka dopomoci a záchrany jako součást nácviku
- správná ukázka a vysvětlení
- postup v souladu s didaktickými požadavky (volba vhodných metod a forem práce)
- kontrola vhodného cvičebního úboru a obuvi
- odložení pro činnost nevhodných a nebezpečných předmětů (náušnice, prstýnky,...)
- používání ochranných pomůcek (žíněnky, náplasti, ...)
- nezadávat nepřiměřené úkoly (nebezpečné cvičení, cvičení nepřiměřené věku a možnostem žáků, cvičení bez dostačující přípravy atd.),
- dodržovat počet žáků (v tělocvičně maximálně 40 dětí, během cirkusových disciplín je pro skupinu třiceti dětí potřeba minimálně 6 trenérů),

- zajistit činnost necvičících (i za ně je učitel zodpovědný, neměl by je nechávat bez dozoru).

3. OPATŘENÍ PŘI ÚRAZU ŽÁKA:

- poskytování první pomoci
- zajištění lékařského ošetření
- sepsání záznamu o úrazu
- vyrozumění rodičů

4. BEZPEČNOST A OCHRANA ZDRAVÍ PŘI PRÁCI (BOZP)

„Chovej se tak, abys neohrozil zdraví svoje, ani jiných osob.“ Na žáky se při praktickém vyučování vztahují také předpisy BOZP a další ustanovení.

5. METODICKÁ INFORMACE K ZABEZPEČOVÁNÍ PROVOZU A ÚDRŽBY VE SPORTOVNÍCH ZAŘÍZENÍCH, NA DĚTSKÝCH HŘIŠTÍCH A V TĚLOCVIČNÁCH

Cílem této metodické informace je v rámci péče o zdraví obyvatelstva při sportu a jiných pohybových aktivitách doporučit způsob bezpečného provozování těchto aktivit v zařízeních, včetně podmínek údržby a zajištění kontrolních mechanismů. Je volně ke stažení na webových stránkách Ministerstva školství mládeže a tělovýchovy.

6. ZDRAVOTNÍ DEKLARACE

Zákonní zástupci žáka jsou povinni informovat školu o změně zdravotní způsobilosti, zdravotních obtížích nebo jiných závažných skutečnostech, které by mohly mít vliv na průběh vzdělávání nebo na účast na akcích školy. Změny zdravotního stavu, ke kterým dojde v průběhu vzdělávání a s ním přímo souvisejících činnostech a které mohou mít vliv na zapojení žáka do těchto činností, oznamují žáci okamžitě příslušnému pedagogovi.

7. ZÁZEMÍ PRVNÍ POMOCI

Vytvoření podmínek pro včasné poskytnutí první pomoci a lékařského ošetření při úrazech a náhlých onemocněních. Pedagog odpovídá za vhodné rozmístění lékárníček s potřebným vybavením, traumatologických plánů a umístěním seznamů

telefonních čísel zdravotnických zařízení včetně zdravotnických zařízení zajišťujících dopravu raněných a nemocných. Všichni pedagogové by měli mít zároveň absolvován kurz první pomoci (zdravotní seminář Zdrsem).

8 TRÉNINKOVÉ PRINCIPY

Přiměřené zatěžování akceleruje růst i vývoj dítěte, nepřiměřeně vysoké může vést k retardaci. Hlavní zásady cvičení v dětství musí respektovat věková období, *princip všestrannosti a pestrosti, princip střídání zatížení a odpočinku a princip postupného zvyšování zatížení*. Více než v dospělosti je důležité klást důraz na pravidelné kontroly zdravotního stavu, hygienické zásady, životosprávu a pitný režim, neboť jen „zavodněná“ tkáň může optimálně fungovat. Dehydratace (dochází ke zhuštění krve) působí negativně na funkci svalů i vnitřních orgánů a prodlužuje regenerační procesy.

Biologické dospívání má své zákonitosti a ty je třeba respektovat. Snahy urychlit tento proces, nebo jinak obejít, jsou hazardováním se zdravím (např. pomocí medikamentů urychlovat proces dozrávání růstových chrupavek apod.). v kontextu s tímto se nelze dívat na bolest jako na nepřítele, ale jako na ochranný mechanismus, který brání poškození struktury. Větší nebezpečí představují někteří ambiciózní trenéři (někdy také rodiče), kteří chtějí maximální výkony co nejdříve, bez ohledu na stupeň fyzické a psychické připravenosti dětí. Děje se tak jednak z neznalosti, nebo jde o vědomé riskování a zahrávání si s tím, jakou zátěž je schopen dětský organismus snášet a jaká bude odezva. Platí to i opačně – že je na trenérech, aby citlivým způsobem korigovali ambiciózní mladé svěřence, kteří se bezhlavě vrhají do všeho nového. Citlivě znamená tak, abychom nepotlačovali motivaci, která veškeré tyto průkopnické počiny provází a současně abychom nevystavovali děti riziku zranění (Křištofič, 2006).

TRÉNINKOVÝ PROGRAM (ukázka)

Trénink začátečníků by se měl v počátečním období skládat převážně ze 70% budováním fyzické kondice a z 30% osvojováním základních dovedností. Teprve až když je tělo fyzicky připraveno, můžeme přejít k nacvičování artistických prvků.

Úvodní část každého cvičení tvoří zahřátí a rozcvičení (15min.).

Další část se musí skládat z cvičení zaměřených na všestrannou tělesnou přípravu cvičenců – kruhový trénink (30min.).

V hlavní části hodiny rozvíjíme pohybové schopnosti, ale i osvojujeme sportovní dovednosti, provádíme nácvik taktiky i kontrolu stavu trénovanosti. Zpočátku zařazujeme trénink vyžadující zvýšenou koordinaci – fázi efektivního učení a trénink efektivního koordinačního rozvoje (45min.).

V závěrečné části věnujeme ještě (20min.) posilování specifických svalových skupin. Předně musíme přihlížet k tomu, že ve skupině mohou být jak děti zdatnější, s dobrým držením těla, tak děti s výraznými svalovými dysbalancemi. Cvičení by měla obsahovat posilovací cviky na všechny velké svalové skupiny, s důrazem na svaly trupu a svaly s tendencí k oslabení. Intenzita posilovacích cvičení by se měla pozvolna zvyšovat. Klademe důraz na osobní zlepšení a vyhýbáme se srovnávání výkonů jednotlivých žáků s demotivujícím vlivem na žáky s horším výkonem.

Poté zařazujeme fázi sestupu funkční úrovně při zotavovacích nespojitých činnostech mírné intenzity, což představuje dynamickou složku uklidnění. Dochází k uvolnění svalů i nervového napětí a především k doznívání změn v kardiorepiračním systému. Toto zatížení má význam především pro udržení prokrvení kosterních svalů, což je podmínkou „vyplavení“ zplodin do krve a jejich transport do jater či ledvin k jejich dalšímu metabolismu. Jako typ cvičení volíme například chůzi, klus, plavání aj.

Konečnou fází tréninkové jednotky je soustava protahovacích a napínacích cviků (10min.). Jde o časnou fázi regenerace jako součásti prevence svalové nerovnováhy tonusového charakteru. Cviky musí mít celkový relaxační účinek, jsou tedy nižší intenzity (pod prahem bolestivosti) a delšího trvání (statický strečink). Důraz se klade na ty svalové skupiny, které byly nejvíc zatěžovány, a na svaly s tendencí ke zkrácení.

STRUČNÉ METODICKÉ POKYNY K CVIČENÍ AKROBACIE S DĚTMI

Jestliže učitel cvičí s dětmi ve věku 11-15 let akrobacii (nedoporučuje se zabývat se akrobacií dříve než v šesti letech), zaměřuje nejdříve všechnu pozornost na všestranný rozvoj a zesílení dětského organismu, zvláště na rozvoj svalové soustavy a na správné držení těla.

- Učitel musí znát anatomicko-fyziologické zvláštnosti jejich organismu, musí vědět, že v tomto věku se v organismu odehrávají velké změny jak ve stavbě a funkcích organismu, tak i v psychice.
- Chlapci bývají v tomto období obvykle velmi odvážní a rozhodní i při provádění nejobtížnějších akrobatických cvičení, přeceňují své síly.

- Provádění jedněch a těžších cvičení, např. cviků na protažení (různé druhy mostů pro dívky), může vést k nadměrnému zvětšení zakřivení páteře v kříži a napomáhat vzniku lordózy. Proto musíme věnovat zvláštní pozornost zesílení břišního lisu.
- Zcela vyloučíme cvičení, která vyžadují značnou svalovou sílu, a cvičení, která vyvolávají silné napětí, spojené se zadržením dechu.
- Při cvičení s dětmi musíme zajistit soustavnou lékařskou kontrolu.
- Pro děvčata je třeba zmenšit celkovou námahu v poměru k námaze chlapců.
- Při všech cvičeních, i těch nejjednodušších, musíme dávat pečlivou záchranu. (Iгнашенko, 1955).

ZÁKLADNÍ DOPORUČENÍ V OBLASTI POHYBOVÉ AKTIVNOSTI PRO MLÁDEŽ

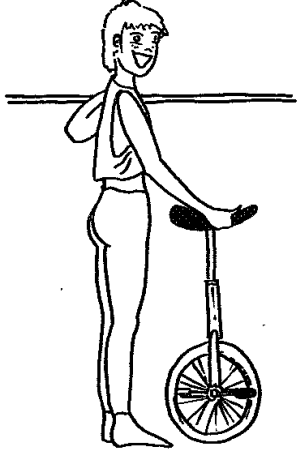
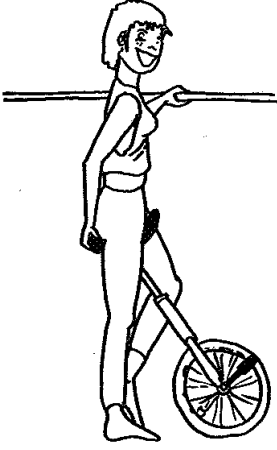
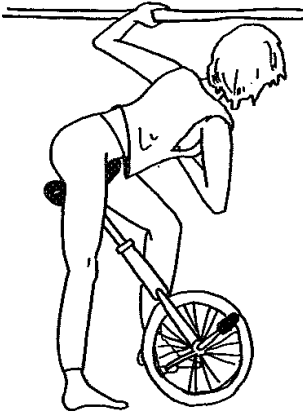
- Děti a dospívající by měli mít nejméně 60 min pohybové aktivity denně.
- Hlavním úkolem je nabídnout dětem a dospívajícím adekvátní pohybové aktivity, vhodné pro jejich věk, takové, které by je bavily a umožňovaly jim výběr.
- Převažující část by měla být aerobní PA: doporučovaná je střední až vysoká intenzita, nejméně 3x týdně pak vysoká intenzita.
- Cvičení podporující kvalitu kostní tkáně, stejně jako posilovací cvičení by pro dosažení žádoucích zdravotních benefitů měla být zařazována minimálně 3x týdně (Stackeová, 2009).

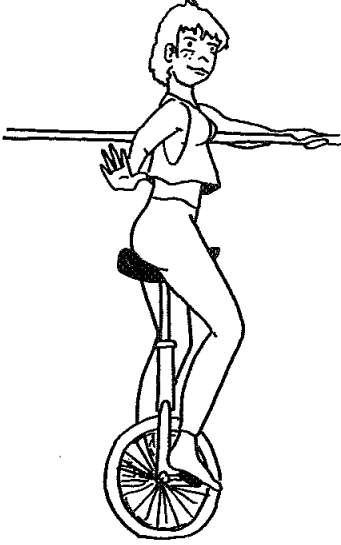


Další důležité bezpečnostní rady a dokumenty vhodné k nastudování:

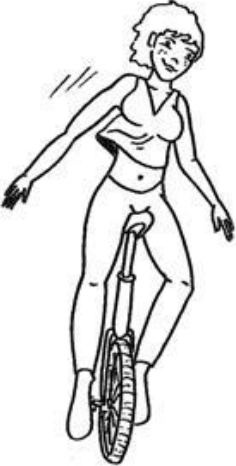


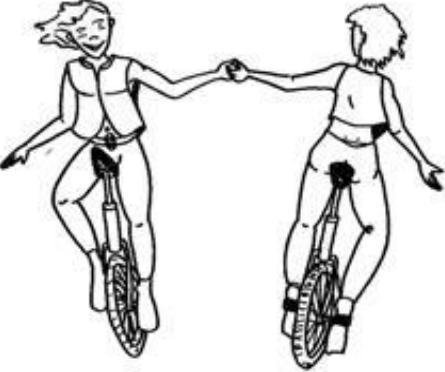
- a) Kodex sportovní etiky
- b) Sociálně-právní ochrana dětí (SPOD)
- c) Úmluva o právech dítěte
- d) Risk management
- e) Průřezový modul „Manual for Safety and Rigging“ (FEDEC) zabývající se bezpečností a výstrojí cirkusových disciplín
- f) Závěsná akrobacie se řídí bezpečnostními normami UIAA pro horolezecký materiál
- g) Používat se mohou pouze certifikovaná zařízení a manipulovat s nimi může jen odborně proškolená osoba
- h) A hlavně „zdravej selskej a nejančit“☺

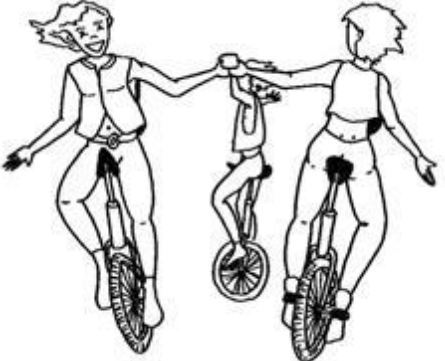



8 METODIKA VYBRANÝCH CIRKUSOVÝCH DISCIPLÍN

8.1 Metodický nácvik jízdy na jednokolce

<p>Cvičení pro začátečníky</p> <p>1. Uchopte jednokolku do jedné ruky a druhou se opírejte o tyč nebo zeď. Pedály si srovnejte rovnoběžně se zemí.</p>	
<p>2. Nakloňte jednokolku tak, abyste dosáhli na sedlo a mohli jednou nohou nastoupit na pedál.</p>	
<p>3. Nohu na pedálu nechte zpevněnou a za pomoci opírající se ruky nastupte i druhou nohou.</p> <p>- <i>Vždy si nejdříve srovnejte pedály horizontálně a rovnoběžně se zemí.</i></p> <p>- <i>Než nastoupíte druhou nohou, je možné se předklonit a přidržet si kolo volnou rukou, aby neujíždělo dopředu a dozadu.</i></p>	

<p>4. Přidržujte se jednou rukou tyče, ribstole nebo zdi a popojíždějte na jednokolce směrem vpřed.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Snažte se mít tělo zpevněné a dívat se před sebe. - Žák sám pozná, že sebemenší změnou postavení musí opět vybalancovat ztracenou rovnováhu. Nechte žáka, ať zkouší, jak se jednokolka chová a postupně ho upozorňujte na chyby v držení těla. - Zpočátku je jednokolka pro žáky dosti obtížná a jízda na ní se jim zdá nemožná. Snažte se, aby ji zkoušeli každou vyučovací hodinu, i kdyby jen 5 minut, aby si důvěru získávali postupně a zvnitřňovali cit pro rovnováhu, který je nezbytný pro tuto disciplínu. Tajemství jednokolky se skrývá ve vytrvalosti! 	
<p>5. Jízda všemi směry po tělocvičně či hřišti s dopomocí jednoho či dvou spolužáků, kteří přidržují jezdce za ruku.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pokud je i jízda s přidržováním za ruce velmi obtížná, uchopte jezdce ve výšce ramen. - Jezdec by se měl postupně snažit opírat se o pomocníka méně a méně. 	
<p>6. Jezdec se přidržuje rukou tyče nebo zdi a zkouší se pouštět, kousek popojet samostatně bez opory.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pro samostatnou jízdu začínejte kratšími úseky. Na konci zamýšleného úseku by se mělo dát vždy o něco opřít – stěna, žebřiny atd. - Dívejte se před sebe. Ruce zlehka upažte a pomáhejte si jimi balancovat. - Zpočátku je dobré nebát se rychlejší jízdy, neboť není tolik náročná na udržení rovnováhy. 	

<p>Základní figury</p> <p>1. Zatáčení. Jedeme přímo a v daný moment natočíme tělo na tu stranu, kam chceme zatočit.</p> <p>- Cvičení provádíme na dostatečně širokém místě, neboť zpočátku potřebujeme pro dokončení celé otáčky velký prostor.</p> <p>- Zkousíme zatáčet na pravou i levou stranu.</p> <p>- Podaří-li se nám oblouk, zkoušíme ho postupně uzavírat v menší a menší.</p>	
<p>2. Vyjedeme na jednokolce do odlišného terénu – lehké stoupání, klesání, trávník, prašná cesta, nerovný terén,...</p>	
<p>3. Provádíme slalom mezi kužely. Trénujeme i uzavřené oblouky.</p> <p>- Obměňujeme okruhy a necháme žáky, aby vymýšleli vlastní varianty. Tak dochází k procvičování různých dovedností.</p>	
<p>4. Dva žáci, každý na své jednokolce, jedou proti sobě a v daný moment se chytí za ruku a začnou se společně otáčet.</p>	

<p>5. Stejně jako v předchozím cvičení, ale s jednou osobou navíc. Ta se shora přidržuje ruky jednoho ze spolujezdců. Všechny tři osoby zatáčejí stejným směrem.</p>	
<p>6. Dvě osoby, každá na své jednokolce, se drží za ruku a jedou stejným směrem. V protisměru přijíždí třetí osoba a podjíždí pod jejich spojenými pažemi.</p>	
<p>7. Tři osoby, každá na své jednokolce, jedou stejným směrem vedle sebe a drží se za ruce.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cvičení lze realizovat stejným způsobem v úchopu za ramena. - K trojici se mohou postupně přidávat další jezdci. Omezení klade jen velikost daného prostoru a množství jednokolek. 	
<p>8. Nástup bez dopomoci. Postup při nasedání je stejný jako s pomocí zdi či druhé osoby. Noha nastoupí na pedál bližší zemi, jedna ruka se drží sedadla, druhá ruka je mírně upažená. Vyvineme tlak na pedál a zvedneme se na jednokolku – zároveň nastoupíme do volného pedálu i druhou nohou a ihned začneme šlapat.</p>	

Figury pro pokročilé

1. Balancování na místě. Snažíme se vydržet stát na jednom místě. Provádíme malé pohyby, při nichž vyvíjíme určitý tlak nohou na spodním (zemi bližšímu) pedálu – funguje tak jako brzda.



2. Žonglování za jízdy na jednokolce. Můžeme zkusit během balancování na místě bez šlapání, poté i za jízdy.



3. Bez pohybu z místa poskakovat s jednokolou nahoru a dolů, aby se kolo odlepilo od země.

- Sedadlo pevně tiskneme stehny.
- Pro větší rovnováhu je dobré se jednou rukou přidržovat sedla a druhou balancovat v upažení.



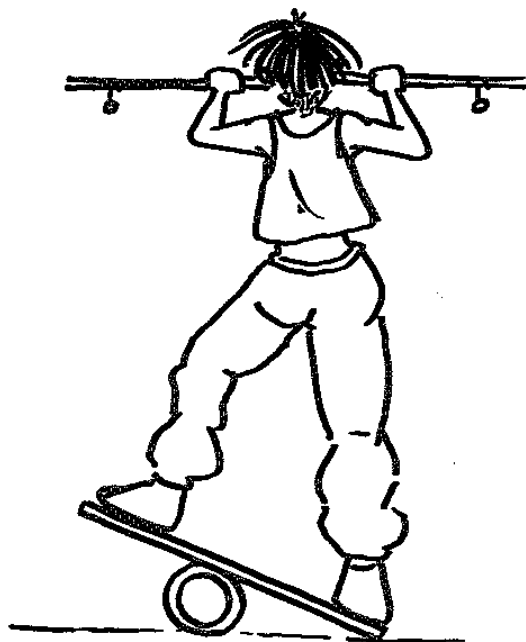
8.2 Metodický nácvik na Rola Bola

Cvičení pro začátečníky

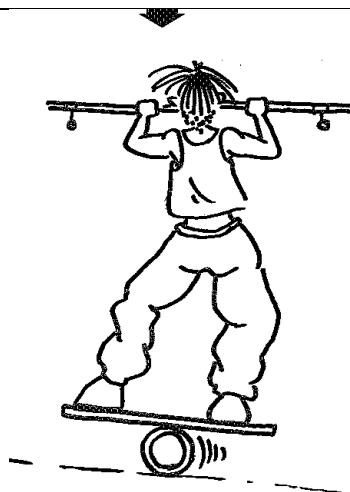
1. Postavíme se čelem ke stěně, zábradlí či ribstolům. Prkno si na váleček připravíme tak, aby se jedním koncem dotýkalo země. Rukama se přidržujeme zábradlí (stěny, ribstol) a jednou nohou se postavíme na konec prkna, který se dotýká země.

- Aby žáci získali větší důvěru a cvičení bylo snazší, podložíme zpočátku váleček žíněnkou, váleček se tak otáčí pomaleji.

- Ačkoli se to zdá samozřejmé, je velmi důležité žáky upozornit, aby nastupovali nejprve na tu část prkna, která se dotýká země. V opačném případě může dojít k velmi nebezpečnému pádu.

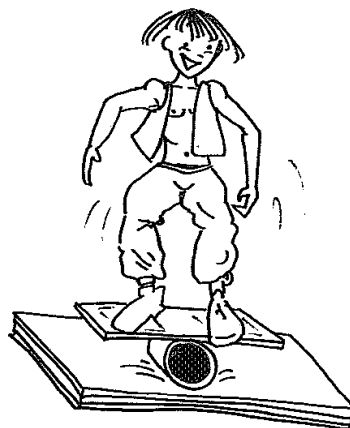


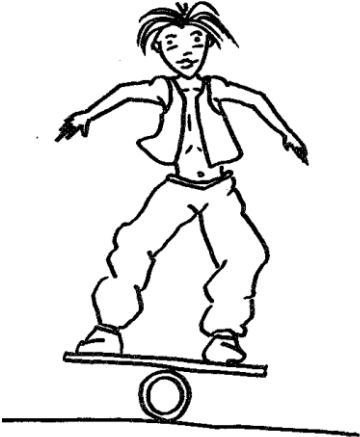

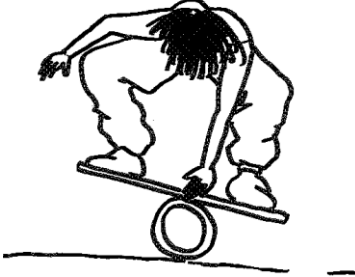
2. Aniž bychom se rukama pouštěli opory, nastoupíme na prkno i druhou nohou. Předtím než začneme balancovat bez držení, velmi zlehka zkusíme přenášet váhu ze strany na stranu, abychom poznali, jak prkno reaguje na pohyb těžiště.



3. Pustíme se rukama opory a snažíme se balancovat tak, aby váleček zůstal pod středem prkna.

- Tělo by mělo být vzpřímené a pohled směřovat vpřed. Ruce máme volně upaženy poníž.



<p>Základní figury</p> <p>1. Provedeme předchozí cvičení, ale bez pomoci žíněčky.</p>	
<p>2. Balancování. Nastoupíme na prkno a snažíme se nalézt rovnováhu. Poté zkusíme naklánět tělo ze strany na stranu, čímž ztrácíme rovnováhu a musíme o to víc balancovat.</p>	
<p>3. Shýbnutí se. Nastoupíme na balanční prkno, a jakmile dosáhneme rovnováhy, zkusíme se shýbnout a dotknout se rukou prkna. Shýbnutí provádíme pomalu a plynule.</p>	
<p>Figury pro pokročilé</p> <p>1. Žonglování. Nastoupíme na balanční prkno a během udržování rovnováhy žonglujeme s míčky.</p>	

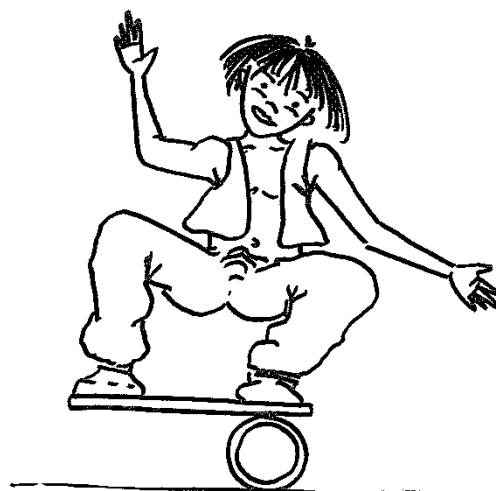
2. Nastoupíme na balanční prkno, a jakmile nalezneme rovnováhu, provedeme nohama obrat o čtvrt otáčky a vybalancujeme do rovnováhy.



3. Nastoupíme na balanční prkno, a jakmile nalezneme rovnováhu, provedeme výskok s otočkou o 180°. Dopadneme opět na prkno a balancujeme do rovnováhy.



4. Snažíme se ve stoji na prkně udržovat rovnováhu, zatímco se váleček pod prknem nenachází v jeho středu ale blíže jednomu z konců. Při tomto cvičení je nezbytné, aby nohy byly pokrčené a tělo (těžiště) se naklánělo na druhou stranu než vychylovaný konec prkna.



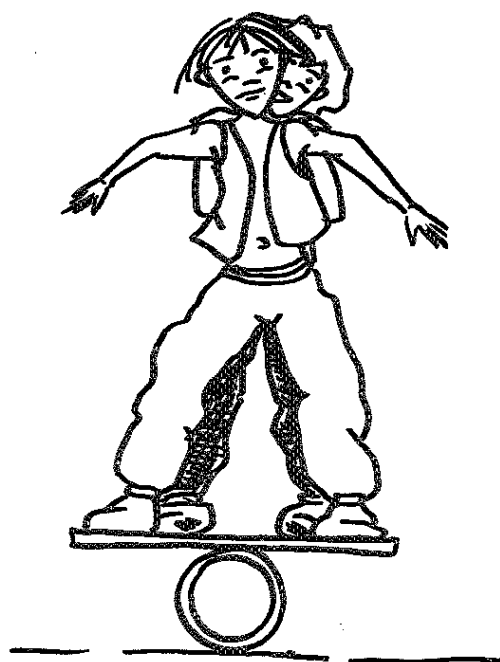
5. Snažíme se balancovat na prkně se zavázanýma očima.

- Při nástupu je dobré se rukama přidržovat opory a cvičení provádět za přítomnosti alespoň dalších dvou osob, které poskytují záchranu.


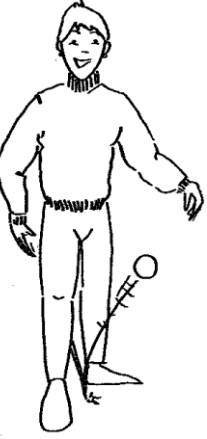




6. Nastoupení a balancování na prkně dvou osob zároveň. Osoby stojí za sebou, dívají se stejným směrem. Osoba vpředu se přidržuje žebřin (či jiné opory), druhá osoba se jí drží v pase. Zároveň nastoupí jednou nohou na stejný konec prkna (vždy začínáme u konce dotýkajícího se země) a poté zároveň nastoupí i druhou nohou. Nadále postupují jako při individuálním cvičení (prvotní získání důvěry, balancování s přidržováním, vychylování těžiště s přidržováním, uvolnění rukou).

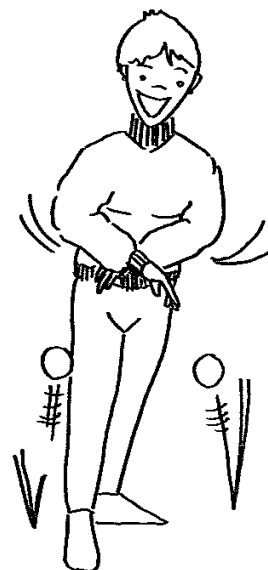
Cvičení lze obměnit tak, že k sobě osoby stojí čelem.



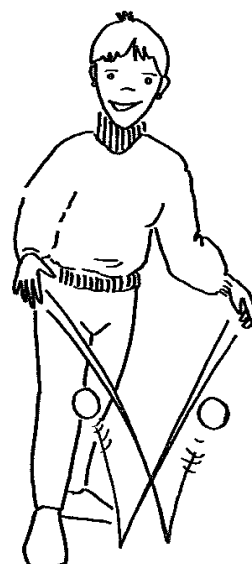
8.3 Metodický nácvik žonglování s odrazovými míčky („hopiky“)

<p>Cvičení pro začátečníky</p> <p>1. Házíme míčkem v jedné ruce a provádíme malé a velké odrazy. Snažíme se chytit míček pokaždé v jiné výšce – v nejvyšším bodě jeho trajektorie, ve střední části i v co nejnížší výšce po lehkém odrazu. Zkoušíme to stejné i na druhou ruku.</p>	 A line drawing of a person from the waist up, wearing a sweater and pants. They are standing with their right hand on the floor, about to bounce a ball. The ball is shown in mid-air, having just bounced off the floor. There are small vertical lines next to the ball indicating its path.
<p>2. Vezmeme míček do pravé ruky a zkusíme si ho podhodit pod mírně přednoženou nohou tak, abychom ho chytili do levé ruky. To samé na opačnou stranu – z levé ruky do pravé.</p>	 A line drawing of a person from the waist up. They are standing with their right leg slightly forward. They are holding a ball in their right hand and have just tossed it towards their left hand. The ball is in mid-air between their hands.
<p>3. Hodíme míček, provedeme otočku o 360° a chytíme ho. Zkoušíme na obě ruce i otočky na obě strany.</p>	 A line drawing of a person from the waist up, shown in profile. They are holding a ball in their right hand and have just tossed it into the air. The ball is in mid-air, and there are curved lines around it indicating a full 360-degree rotation.
<p>4. Vezmeme do každé ruky jeden míček a házíme oběma současně, po odhození si vždy tleskneme a chytíme míčky.</p>	 A line drawing of a person from the waist up. They are holding a ball in each hand. They have just tossed both balls into the air and are clapping their hands together. The balls are in mid-air above their hands.

5. V každé ruce držíme jeden míček. Odhodíme oba současně a po odrazu je chytíme v nejvyšším bodě, ale zkřížíme přitom ruce. Z této pozice rukou je znovu odhodíme a chytíme ve výchozí pozici (ruce normálně vedle sebe, nezkřížené).

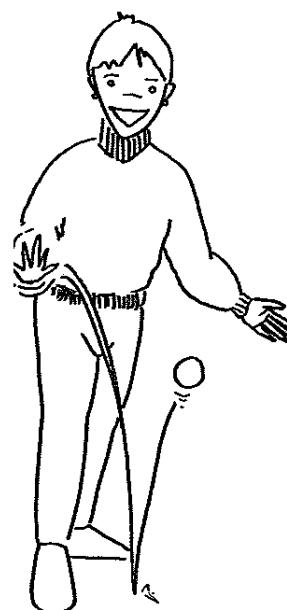


6. V každé ruce máme jeden míček. Odhodíme oba současně tak, aby se během dotyku podlahy překřížily a po odrazu doskočily do opačné ruky. Je důležité vyznačit si na zemi místo dopadu (nalepit pásku, nakreslit křížek) a určit si, který poletí předem a který zadem.



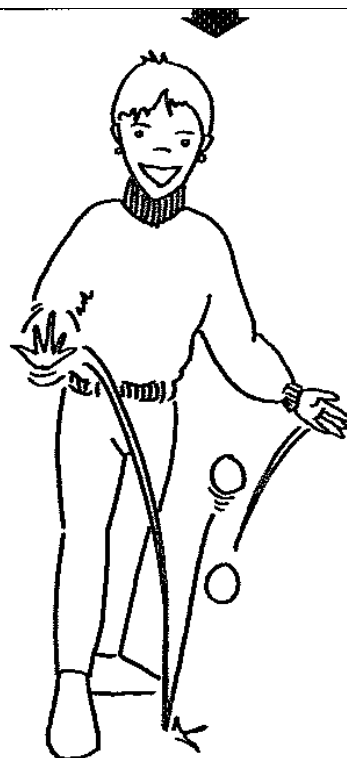
7. KASKÁDA S JEDNÍM MÍČKEM. Ruce v paralelním držení s dlaněmi vzhůru. Nakloníme ruku, která drží míček, dovnitř a necháme míček volně spadnout na zem (bez vynaložení síly). Po odrazu ho chytíme druhou rukou v nejvyšším bodě jeho trajektorie.

Důležité: míčkem se musíme trefovat stále do stejného místa na zemi. Vybereme si bod před tělem na podlaze, zhruba uprostřed mezi rukama, a uděláme si tam značku. To samé zkusíme na druhou stranu. Neustále se snažíme, aby míček pokaždé dopadal na značku.



8. KASKÁDA SE DVĚMA MÍČKY. V každé ruce držíme jeden míček. Upustíme první míček z pravé ruky na zem jako v předchozím cvičení (do středu, na vyznačený bod) a v momentě, kdy se dotkne podlahy, vyhodíme druhý z levé (rovněž tak, aby dopadl na značku). Chytíme první a následně druhý míček. Opakujeme tak dlouho, dokud nezískáme patřičnou obratnost, abychom mohli přidat i třetí míček.

Upozornění: To, že míčky nedopadají přesně do středu na pomyslnou značku, se okamžitě pozná podle toho, že se člověk musí hnout z místa, aby míčky pochytil.



9. KASKÁDA SE TŘEMI MÍČKY. V jedné ruce máme jeden míček (č. 2) a v druhé dva (č. 1 a č. 3). Děláme stejné cvičení, jako v předchozím případě, s tím rozdílem, že když se druhý míček (č. 2) dotkne země, chytíme první míček (č. 1) a vyhodíme třetí (č. 3). Chytíme druhý a následně třetí. Dva míčky, které byly původně v pravé ruce, se přesunuly do levé a míček z levé ruky se přemístil do pravé. Zkusíme navázat. Jakmile se třetí (č. 3) dotkne země, vyhadujeme opět první (č. 1) a pokračujeme dál. Opakujeme tak dlouho, dokud pohyb nebude mít sekvenční návaznost.

Pokud se nám toto cvičení nedaří, vrátíme se zpět ke kaskádě se dvěma míčky. Snažíme se pracovat v co nejmenším prostoru – neházet míčky příliš od sebe.



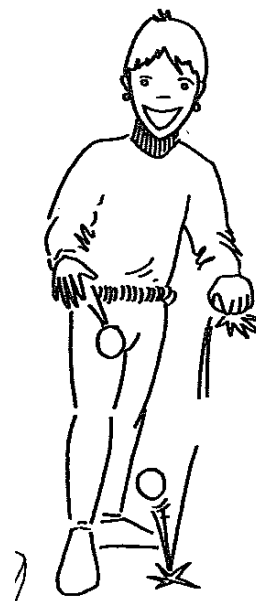
10. Kaskáda s jedním míčkem formou „držáku, chapadla“. Ruce v paralelním držení s dlaněmi dolů. Odhodíme silou míček diagonálně na středovou značku a po odrazu chytíme druhou rukou. Zkoušíme odhazovat různou silou, aniž bychom přitom hýbali rukama (nahoru, dolů a do stran).



11. Házíme míčky stejně jako ve cvičení 8 (*Kaskáda se dvěma míčky*), akorát odhazujeme míčky silou z výchozí pozice rukou dlaněmi dolů. Míček, který letí směrem dolů, se hází z vnější strany, zatímco míček, co stoupá, letí po vnitřní straně. Střídáme ruce – párkrát začínáme pravou, párkrát levou. Opakujeme tak dlouho, dokud se nám pohyb neautomatizuje.



12. Přidáme třetí míček a postupujeme stejně jako ve cvičení 9 (*Kaskáda se třemi míčky*), akorát odhazujeme míčky silou z výchozí pozice rukou dlaněmi dolů.



9 DISKUZE

Zapojit cirkusové aktivity do školních vzdělávacích programů a projektových dnů? Proč se pokládá za důležité zahrnout cirkusové aktivity do osnov tělesné výchovy? Jak dalece se uplatňují různorodé možnosti obsahu tělesné výchovy? Nejedná se o pouhé zatraktivnění výuky pro studenty, kteří postrádají smysl sportování?

Nejeden z učitelů tělesné výchovy si položí podobné otázky ve chvíli, kdy je obeznámen s cirkusovými aktivitami jako možnou náplní školní výuky. Jejich první reakcí bývá v převážné většině nedůvěřivý pohled. Cirkus jako takový se totiž moc dobré pověsti netěší. Spousta lidí si pod slovem cirkus okamžitě představí pohyby paží jako vykloubených z ramen, rovnováhy s nepochopitelně vychýleným těžištěm, proplétané údy a skoky jakoby nepodléhající zákonům zemské tíže. Tedy pohyby nemožné, nebezpečné, život ohrožující, hranice překonávající a fyzikálním zákonům vymykající se. Každodenní trénink cirkusových umělců jim připomíná spíš lámání v kole v mučírně či proměňování těla v „gumídka“.

Je pravda, že mnohé z těchto pohybů jsou nefyziologické, vyvolávají v budoucnu potíže a bolesti pohybového aparátu a hrozí při nich riziko. Je také obecně známo, že pokud chce člověk dosáhnout určité fyzické úrovně, musí vynaložit velké úsilí, počítat s tvrdým a dlouhým tréninkem, a s tím spojenou únavou a nepříjemnými pocity. Každý špičkový artista potvrdí, že za bengálským ohněm manéže stojí ohromné soustředění, dřina, množství potu, námahy, odříkání i sebezapření. Všechny tyto aspekty a mnohé další vedou k četným pochybnostem učitelů i rodičů. Vzhledem k této skepsi a rezervovanosti, kterou mohou cirkusové aktivity ve školním kontextu vyvolávat, jsou většinou považovány za nevhodný obsah tělesné výchovy.

I přes náročná cvičení však přitahují cirkusové aktivity mnoho žáků a mladých lidí, které nedokázal oslovit sportovní program ve škole či klasická nabídka sportovních svazů. Při trénincích v LeGrandu zní smích a panuje pohoda. Dril se tu skutečně nenosí. Důležitější než dokonalé zvládnutí vybraného oboru, je radost z práce. Nikdo není nucen do žádných šílených výkonů. Proč si tedy neudělat cirkus v tělocvičně či na školním dvoře? Různé druhy cirkusového umění zařazené do vyučování představují

pro mnoho žáků nové podněty, spojené s novostí aktivit a pomůcek i s nároky na jejich ovládní.

Navíc jedním z hlavních úkolů výchovy je vytvoření celoživotního zájmu o pohyb, protože dětství se dnes vyznačuje jeho nedostatkem, stále rostoucí konzumací televizních pořadů a sedavou činností u počítačových her. Minimální pohybová aktivita nemusí bezprostředně negativně ovlivnit organismus dítěte, ale důsledky se mohou projevit až v dospělosti. V každém věkovém období jsou tedy průměrná tělesná cvičení vhodná a žádoucí. Školní tělesná výchova nemůže dítěti nahradit velkou ztrátu spontánní pohybové aktivity předškolního věku. Kvalitní školní tělesná výchova se však může stát stimulem pro vyšší účast žáků v zájmové TV a stimulovat je i k účasti na neorganizované pohybové činnosti. Jak ale vypadá taková kvalitní tělesná výchova?

Odborníci tvrdí, že by to měl být předmět zahrnující všestrannou tělesnou přípravu a činnosti pro seznámení žáků s jinými druhy sportů. Tělesná výchova by měla zajistit dobré zkušenosti při pohybu a prostřednictvím pohybu. Musí být atraktivní, zábavná a umožňovat výběr. Musí být rovněž přizpůsobena potřebám, životu a životnímu stylu mládeže. Musí vycházet ze světa, který mladé obklopuje. K posílení motivace pro pohybově aktivní životní styl rovněž pomáhá zavedení nové pohybové aktivity jako součásti moderního způsobu života, takže v dnešní době velice oblíbené alternativní sporty, mezi které spadají i cirkusová cvičení, určitě do tělesné výchovy patří.

U dětí vzbudí na první pohled jistě větší zájem akrobacie, umění udržet rovnováhu a cirkusové projekty než klasické cvičení na náradí. Ale i taková cvičení je třeba zařazovat, jinak se jednokolka nebo rola bolo těžko ovládá a pocit úspěchu se nedostaví. Důležitější než výsledek cvičení jsou tedy zkušenosti získané během pokusů a nácviku.

Předměty a dílny spojované s „cirkusovým uměním“ můžeme dokonce považovat za školu života pro děti a mládež. Do skutečného života si totiž přenášejí pozitivní tělesné pocity, zlepšují svoji motoriku a koordinační schopnosti, získávají cit pro rovnováhu, odkrývají vlastní talent, ovládají působivé dovednosti hravým způsobem, prožijí si situaci „být ve světle ramp“, získávají odvahu, sebejistotu a radost prostřednictvím vlastního výkonu, odčerpávají pohybový neklid, rozvíjí své tvořivé síly a smysluplně prožívají volný čas ve společnosti. Ke zvládnutí mnohých cirkusových disciplín je také potřeba budování vnitřní rovnováhy. Pomáhá to k vytvoření realistického vlastního obrazu a reálného sebeoceňování. Prožívají se nové formy

pohybu, zlepšuje se přizpůsobivost, odbourává se strach, zmenšuje se negativní pocit z učení a zkoušek. Při pohybových improvizacích a při přehrávání situací účastníci her prožívají a učí se ovládat emoce.

10 ZÁVĚR

Cílem mé diplomové práce bylo vymezit a charakterizovat pojem „Cirkusová pedagogika“. Pro získání podstatných informací o tomto novém pedagogickém směru jsem analyzovala literární a internetové zdroje, z nichž převážná část byla zahraničních, protože na dané téma neexistuje téměř žádná odborná publikace v českém jazyce. I když tento směr již několik let ve světě funguje, neexistují o něm doposud ucelené informace ani v tamější literatuře. Bylo proto zapotřebí prostudovat velké množství informačních zdrojů a vyhledat části, které se alespoň částečně zabývají danou problematikou. Na základě získaných informací jsem se pokusila definovat cirkusovou pedagogiku, formulovala jsem její cíle a představila podrobněji jednotlivé cirkusové disciplíny a jejich dělení. Uvedená klasifikace slouží zároveň jako inspirace pro školní i volnočasové pedagogy, neboť většina popsaných aktivit není příliš fyzicky náročná, nevyžaduje specifické prostředí a speciální materiální vybavení a je finančně dostupná.

Dále v práci seznamuji čtenáře s novými formami cirkusu, protože ve světě neustále vzrůstá zájem o aplikace cirkusových aktivit, vznikají nové organizace a různorodé projekty, které téma cirkusu a cirkusového umění spojují s volným časem, školními programy, prevencí i s prací se zdravotně postiženými dětmi.

Organizací pracujících s metodami cirkusové pedagogiky a zabývajících se novým cirkusem začíná působit v České republice rok od roku více, a to především díky divadelníkům, pohybovým umělcům, studentům alternativních škol, festivalům a stoupající vlně novocirkusového hnutí přicházejícího k nám z Francie a západních zemí.

Poněvadž zatím neexistuje žádná kniha popisující metodiku cirkusových technik v českém jazyce, bylo původně mým snem vytvořit výukovou příručku pro všechny učitele a trenéry cirkusového umění, kterou bych vypracovala na podkladě manuálu Evropské federace odborných cirkusových škol (FEDEC) a španělské publikace „Circo y educación física“. Po důkladném zvážení jsem usoudila, že by se jednalo spíše o překladatelskou činnost a vytváření „duplikátu“ zahraničních děl, což nevyhovuje požadavkům diplomové práce, a proto ukazuji pouze vybrané formy aktivit vhodné pro využití jak v hodinách tělesné výchovy, tak ve volném čase.

Předpokládám, že tato práce mi bude podkladem pro zpracování výše zmíněné metodické příručky a zároveň poslouží i jako výukový materiál stávajícím i nově

vznikajícím cirkusovým organizacím. Spekuluji také o možnosti zabývat se cirkusovou pedagogikou i ve svém budoucím profesním životě.

11 SOUHRN

Diplomová práce na téma Cirkusová pedagogika popisuje nejrůznější způsoby aplikace cirkusového umění do programů volného času a školní výuky. Práce je rozdělena na tři hlavní části. První je teoretické pojednání o pojmu cirkusová pedagogika, o jejím původu, obsahu, cílech a možnostech využití jako integrativní součásti vzdělávacího obsahu vyučovacího předmětu nebo v podobě samostatných předmětů, projektů, seminářů, kurzů apod. Dále se tato část podrobněji zabývá charakteristikou a dělením jednotlivých cirkusových disciplín, které lze začlenit do volnočasové i školní nabídky mládeže, a snaží se tak nabídnout co nejvíce možností a podnětů k pohybovým aktivitám. v teoretické části současně najdeme pohled na nově vznikající formy cirkusu, na jejich význam, účel a potřebnost, na aktivity podporující zdravé vztahy nejen mezi spolužáky.

Druhá část obsahuje detailní popisy a rozsáhlé informace o organizacích, které v současnosti fungují na území České republiky a pracují s metodami cirkusové pedagogiky a zabývají se novým cirkusem. Je zajímavé, že i přes náročná cvičení přitahují cirkusové hry mnoho žáků a mladých lidí, které nedokázal oslovit sportovní program ve škole či klasická nabídka sportovních svazů.

Ve třetí části jsou uvedeny metodické postupy vybraných cirkusových disciplín, konkrétně praktický nácvik jízdy na jednokolce, balancování na překlápěcím prkně (rola bola) a žonglování s odrazovými míčky (tzv. „hopiky“).

Závěrečná kapitola obsahuje stručné shrnutí bezpečnostních pravidel při výuce cirkusových aktivit, zaměřených na práci s dětmi a mládeží.

12 SUMMARY

The thesis called Circus Pedagogy describes various ways of application of circus art in leisure time activities and educational programmes. The paper is divided into 3 main parts. The first part deals with a theoretical discourse on its origin, content, aims and possibilities of its usage as an integrated part of educational content as a school subject itself, or in the form of projects, seminars, courses etc. This part focuses on the characteristics of circus disciplines their division and their possibilities of incorporating them into leisure time activities as well as into the school system. It tries to offer a lot of chances and stimulations to different motion activities. In this theoretical part we can also find the look at newly originating circus forms, their meaning, purpose, usefulness and activities supporting healthy relationships not only among the classmates.

The second part contains detailed descriptions and wide information on organizations currently existing on the territory of the Czech Republic, their involvement in methods of circus pedagogy and dealing with a new type of circus. It is interesting that even if the circus exercises are demanding, they attract a lot of pupils and young people who are not fond of sport programmes at schools or in the traditional sport clubs.

In the third part new methodological strategies of special circus disciplines are introduced. It is mainly a practical training on a unicycle, ballancing on a tip over board (rola bola) and juggling with jumping balls (so called „hopiky”).

The final chapter contains a brief summary of safety rules of teaching children and the youth how to do circus activities.

13 REFERENČNÍ SEZNAM

- Ateliér klaunské scénické a filmové tvorby. Retrieved 11. 4. 2010 from the World Wide Web: <http://www.physicaltheatreschool-jamu.com>
- Bezděk, F., Spáčil, F., & Hefková, M. (2008). *Interaktivní rozvoj klíčových kompetencí*. Fryšták: DIS SKM.
- Blahutková, M. (2003). *Psychomotorika*. Brno: Masarykova Univerzita.
- Budilova divadelní škola. Retrieved 11. 4. 2010 from the World Wide Web: http://www.budil.cz/default.asp?page=CZ_studium_metoda
- Burgess, H. (1976). *Circus Techniques*. New York: Brian Dube Incorporated.
- Cihlář, O. (2004). *Nový cirkus*. Diplomová práce, Akademie múzických umění, Divadelní fakulta, Praha.
- Cihlář, O. (2006). *Nový cirkus*. Praha: Pražská scéna.
- Circus Sacra. Retrieved 11. 4. 2010 from the World Wide Web: <http://www.sacracircus.cz>
- Cirkus LeGrando. Retrieved 11. 4. 2010 from the World Wide Web: <http://www.legrando.cz/1.html>
- Cirkus Mlejn. Retrieved 11. 4. 2010 from the World Wide Web: <http://www.cirqueon.cz/adresar/skoly-a-kam-jit-trenovat/cirkus-mlejn>
- Cirkus trochu jinak. Retrieved 11. 4. 2010 from the World Wide Web: <http://www.cirkusjinak.cz/nase-nabidka>
- Cirqueon. Retrieved 11. 4. 2010 from the World Wide Web: <http://www.cirqueon.cz/cirkus-info>
- Curós, J. I. (2003). *Circo y educación física. Otra forma de aprender*. Barcelona: INDE Publicaciones.
- Diccionario de la lengua española*. (2006). Pozuelo de Alarcón (Madrid): Espasa-Calpe.
- Dizionario italiano per stranieri*. (2001). Firenze: Giunti.
- Evropská komise Program celoživotního učení*. (2009). Leonardo da Vinci: Odborné profesní vzdělávání a školení. Kreativita a inovace. Dobré příklady v Evropě. Retrieved 19. 2. 2010 from the World Wide Web: http://ec.europa.eu/dgs/education_culture/publ/pdf/leonardo/creativity_cs.pdf

- Geddes & Grosset Ltd. (1993). *Webster's universal dictionary and thesaurus*. Montreal: Tormont Publications Inc.
- Hančl, A. (1995). *Ejhle, cirkusy a varieté – První český cirkusový slovník*. Brno: Rovnost, a.s.
- Havlíčková, L., & kol. (1999). *Fyziologie tělesné zátěže I. Obecná část*. Praha: Karolinum.
- Hendl, J. (1999). *Úvod do kvalitativního výzkumu*. Praha: Karolinum.
- Hodaň, B., & Dohnal, T. (2005). *Rekreologie*. Olomouc: HANEX.
- Ignášenko, A. M. (1955). *Akrobacie*. Praha: Státní tělovýchovné nakladatelství.
- Jansa, P., & Srpová, K. (2002). Zájem české mládeže o tělesnou výchovu a sport. *Pohyb a výchova*, 45-50.
- Jirásek, I. (2004). Integrace. *Gymnasion*, 2, 4-6.
- Jirásek, I. (2004). Vymezení pojmu zážitková pedagogika. *Gymnasion*, 2, 6-16.
- Komešník, B., & Fejtek, M. (1997). *Metodologie kinantropologického výzkumu: vybrané přednášky*. Hradec Králové: Gaudeamus.
- Křištofič, J. (2006). *Pohybová příprava dětí. Kondiční a koordináční cvičení*. Praha: Grada Publishing, a.s.
- Kubala, P. (2004). National center on accessibility, Bradford Woods. *Gymnasion*, 2, 64-67.
- La Putyka. Retrieved 11. 4. 2010 from the World Wide Web:
<http://www.laputyka.cz/cz#>
- Letní Letná. Retrieved 10. 4. 2010 from the World Wide Web: <http://www.letniletna.cz>
- Manual for Safety and Rigging. Retrieved 22. 1. 2010 from the World Wide Web:
[http://www.fedec.eu/datas/files/m8\(uk\).pdf](http://www.fedec.eu/datas/files/m8(uk).pdf)
- Neuman, J. (2006). Cirkusová pedagogika. *Gymnasion*, 6, 69-72.
- Petit dictionnaire de français - 40 000 noms communs, 6000 noms propres*. (2004). Paris: Larousse.
- Petráčková, V., & Kraus, J. (2000). *Akademický slovník cizích slov A-Ž*. Praha: Academia.
- Průcha, J. (1997). *Moderní pedagogika*. Praha: Portál.
- Průcha, J., Walterová, E., & Mareš, J. (2009). *Pedagogický slovník*. Praha: Portál.
- Rámcový vzdělávací program pro gymnázia*. (2007). Praha: Výzkumný ústav pedagogický.

- Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání.* (2007). Praha: Výzkumný ústav pedagogický.
- Rejman, L. (1971). *Kapesní slovník cizích slov.* Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Rožtek, M., Heczko, K., & Jovanovski, M. (2010). Interní materiály Cirkusu LeGrando. Brno: SVC Lužánky.
- Slepička, P., Hošek, V., & Hátlová, B. (2009). *Psychologie sportu.* Praha: Karolinum.
- Stackeová, D. (2009). Doporučení pohybové aktivity pro děti a dospívající. *Tělesná výchova a sport mládeže*, 75(2), 2-3.
- Wahring, G. (1997). *Deutsches Wörterbuch.* Gütersloh : Bertelsmann Lexikon-Verlag.
- Zimmerová, R. (2001). *Netradiční sportovní činnosti.* Praha: Portál.

