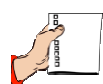




Tańczymy krakowiaka



Potrzebne materiały:

- tancerze.



Krok po kroku:

1. Naucz się kroku podstawowego. Tancerz wykonuje opisane kroki, a tancerka to samo, tylko w odwrotnym porządku, zaczynając od prawej nogi.

- Lewa noga w bok, mały krok (na raz).
- Prawa noga do lewej (na dwa).
- Akcentowany krok lewą nogą w miejscu, rozluźniamy lekko kolana (na raz)
- Akcentowany krok prawą nogą w miejscu (na "i").
- Akcentowany krok lewą nogą w miejscu, prostujemy kolana (na dwa "i").
- Prawa noga w bok, mały krok (na raz).
- Lewa noga do prawej (na dwa).
- Akcentowany krok prawą nogą w miejscu, rozluźniamy kolana (na raz).
- Akcentowany krok lewą nogą w miejscu (na "i").
- Akcentowany krok prawą nogą w miejscu, prostujemy kolana (na dwa "i").

Człowiek - najlepsza inwestycja



UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Klasa III
Tydzień 18
Scenariusz 6
Film "Tańczymy krakowiaka"



- 2) Dobierz się w parę. Chłopiec staje bliżej środka koła, a dziewczynka na zewnątrz. Chłopiec obejmuje prawą ręką dziewczynkę w pasie, a ona opiera mu lewą dłoń na ramieniu. Druga ręka chłopca uniesiona jest do góry, a dziewczynka ujmuje spódniczkę.
3. Pary tańczą krokiem dosuwanym po obwodzie koła, zewnętrzne nogi wysunięte są w przód.
4. Chłopiec klęka na prawym kolanie, unosi rękę w górę. Dziewczynka ujmuje ją lekko za palce i podskokami okrąża partnera.
5. Chłopiec klęka na jednym kolanie przed swoją partnerką i klaszcze miarowo w kolano. W tym czasie dziewczynka tańczy bocznym cwałem w dużym kole i po okrążeniu wraca do partnera.
6. Chłopcy wiążą koło. Dziewczynki chwytają chłopców za prawe ręce, tworząc dwa koła. Wszyscy, w dużym kole, tańczą bocznym cwałem.



Co z tego wynika?

- 1) Jak najłatwiej nauczyć się kroków krakowiaka? Otocz pętlą właściwe sposoby.

| | | |
|------------------------------|--|---------------------------------|
| Słuchając instruktora tańca. | Patrząc na wykonanie tańca przez innych. | Czytając opis kolejnych kroków. |
|------------------------------|--|---------------------------------|

Człowiek - najlepsza inwestycja



UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Klasa III
Tydzień 18
Scenariusz 6
Film "Tańczymy krakowiaka"



2) Które z tych tańców tańczyli dziadkowie, a które są współczesne? Otocz tańce dziadków zieloną pętlą, a tańce współczesne - czerwoną.

| | | |
|-------|-----------|-----------|
| salsa | hip - hop | krakowiak |
| zumba | polonez | walc |

Człowiek - najlepsza inwestycja



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY

