

GRUPA KOTKI

Proszę przygotować:

- krzesło lub szafkę, o którą można oprzeć jedną dłoń jednocześnie patrząc w monitor (zamiast drążka baletowego),
- dwie duże metalowe łyżki do akompaniowania piosence.

1. Śpiew piosenki pt. „Zegary” w szybkim tempie z akompaniamentem łyżek. Proszę szczególnie zwracać uwagę na właściwą dykcję.

„Cyk! Cyk! Cyk!...” - uderzać łyżką o łyżkę,
„Bim, bam, bom” uderzać łyżkami o stół.

Muzyka: E. Pałasz Słowa: M. Terlikowska

I zwrotka

U zegarmistrza gra muzyka
Aż się zasłuchał cały dom
Bo sto zegarów na raz tyka
A jeden bije bim bam bom

Cyk! Cyk! Cyk! Cyk! Cyk! Cyk!
Bim, bam, bom
Cyk! Cyk! Cyk! Cyk! Cyk! Cyk!
Bim, bam, bom 2x

II zwrotka

Zegar z kurantem przerwał drzemkę
Aż stare kółka drgnęły w nim
I oto zegar gra piosenkę
Starą melodię: rym, cym, cym

Cyk! Cyk! Cyk! Cyk! Cyk! Cyk!
Bim, bam, bom...

III zwrotka

U zegarmistrza dzwoni budzik
„Niech szybko wstaje ten co śpi!”
Zaraz kukułka się obudzi,
Co nie kukała cztery dni

Cyk! Cyk! Cyk! Cyk! Cyk! Cyk!
Bim, bam, bom...

2. Międzynarodowy Dzień Tańca – lekcja tańca klasycznego.

Święto to przypada 29 kwietnia. Z tej okazji zapraszam Was do Opery Śląskiej w Bytomiu, w której w przedstawieniach operowych występują śpiewacy, orkiestra symfoniczna i tancerze tańca klasycznego, czyli baletu.

Zapraszam Was dzisiaj na lekcję Studia Baletowego Opery Śląskiej, którą poprowadzi Aneta Pająk-Cwojdzińska. Jest absolwentką Ogólnokształcącej Szkoły Baletowej w Bytomiu i wieloletnią tancerką Opery Śląskiej.

Proszę przygotować krzesło lub szafkę i na bosy ćwiczyć razem z p. Anetą. Powodzenia :-)

Lekcja Studia Baletowego Opery Śląskiej w Bytomiu

<https://www.youtube.com/watch?v=xkxXjPXtLrw>

Jeśli podobała się lekcja w Studium Baletowym możecie wziąć udział w pozostałych zajęciach z p. Anetą:

https://www.youtube.com/user/silesianopera/videos?view=0&sort=dd&shelf_id=2

3. Taniec ludowy. Utrwalenie piosenki i figur tanecznych „Trojaka” oraz prezentacja tańca i strojów śląskich w wykonaniu Zespołu Pieśni i Tańca „Śląsk”.

a. Proszę zobaczyć fragment koncertu naszego wspaniałego Zespołu Pieśni i Tańca „Śląsk”.

Warto przypomnieć sobie piosenkę i figury tańca ludowego "Trojak" oraz podziwiać piękne stroje śląskie, które już dziecko zna. Na rytmiczne dzieci wykonywały wersję uproszczoną tańca. A rodzice, jak przypuszczam, znają go ze swojego dzieciństwa.

b. Po przypomnieniu "Trojaka" zapraszam do wspólnego tańca rodzica ze swoją pociechą i z ZPiT "Śląsk". Figury takie same jak w filmie.

Aby było miło pamiętajmy o ukłonie przed tańcem i po tańcu.

Taniec śląski „Trojak”

<https://www.youtube.com/watch?v=SltgUdgUvJk>

4. Taniec narodowy krakowiak. Utrwalenie elementów tanecznych krakowiaka oraz prezentacja tańca i strojów krakowskich w wykonaniu Zespołu Pieśni i Tańca „Śląsk”.

a. Proszę **zobaczyć** fragment krakowiaka na rynku w Krakowie. Przypomnieć sobie figury taneczne oraz kolorowe stroje krakowskie.

b. Proszę ponownie odtworzyć fragment filmu i **zatańczyć**:

- **krok dosuwany do przodu po okręgu koła**. Partner ujmuje prawą ręką partnerkę w pasie, ta opiera mu lewą dłoń na ramieniu. Drugą rękę partner unosi w górę ze złączonymi palcami, a partnerka opiera drugą dłoń na biodro.

- **pięty do przodu, a palce stóp w górę**. Oboje zatrzymują się i zwracają się twarzami do siebie. Opierają ręce na swoich biodrach. Wystawiają na przemian lewą i prawą piętę w przód opierając ją o podłogę. Palce stóp w górę.

- **podskoki wokół partnera.** Partner klęczy na jednym kolanie, unosi rękę, partnerka ujmuje ją lekko za palce i podskokami okrąża partnera. Oboje wolne ręce opierają o swoje biodro.

Aby było miło pamiętajmy o ukłonie przed tańcem i po tańcu.

Taniec narodowy krakowiak

https://www.youtube.com/watch?v=v5bwS62m_Sk

5. Taniec towarzyski walc.

a. Proszę posłuchać i zobaczyć fragment walca w wykonaniu tancerzy w strojach z XVIII wieku.

b. Proszę ponownie odtworzyć fragment filmu i zatańczyć w parze:

- walczyk na boki na palcach robiąc małe krocзки,
- walczyk do przodu i do tyłu na palcach robiąc małe krocзки.

Aby było miło pamiętajmy o ukłonie przed tańcem i po tańcu.

D. Szostakowicz Walc nr 2

<https://www.youtube.com/watch?v=WPjNphbbla0>

6. **Redukowanie napięć psychofizycznych.** Rodzic przytula swoją pociechę i razem oglądają balet.

P. Czajkowski „Walc kwiatów” z baletu „Dziadek do orzechów”.

<https://www.youtube.com/watch?v=EIZ83ZfCzO8>

Życzę uśmiechu i wiele radości ze wspólnego tańca.