

KLASA IV

Temat lekcji: Polonez- podstawowe kroki i figury.

Poznaj historię poloneza, podstawowe kroki i figury tego tańca. Korzystając z niżej podanej strony internetowej przećwicz podstawowe kroki i figury.

<http://www.muzykotekazszkolna.pl/nauka/scenariusze-lekcji/polonez-lekcja-filmowa/>.

Polonez jest tańcem korowodowym, utrzymanym w metrum trójdzielnym. Staropolska nazwa poloneza brzmi „chodzony” i trafnie oddaje jego charakter – taniec ten polega bowiem na dostojnym chodzeniu w parach po liniach krętych i prostych wyznaczanych przez prowadzącego.

Kroki poloneza są posuwiste, płynne, utrzymane w tempie umiarkowanym lub wolnym. Sylwetki tancerzy powinny być wyprostowane, a głowy dumnie wzniesione, aby podkreślały podniosły, uroczysty styl tańca.

Polonez to uszlachetniona wersja tańca ludowego zwanego „chodzonym”. Pierwsze przekazy mówiące o istnieniu „chodzonego” pochodzą z II połowy XVI wieku. W XVII wieku taniec ten przejęły dwory magnackie. W tym czasie przebywający w Polsce dyplomaci i dworzanie z Europy Zachodniej jako pierwsi w swoich przekazach opisali taniec „chodzony” – co ciekawe, według ich relacji polonez tańczony był wówczas w parach niemieszanych (dwie kobiety i dwóch mężczyzn). W XVIII w. wykrystalizował się styl poloneza z charakterystycznym „krokiem polskim”, a dzięki zasiadającej na polskim tronie dynastii Wettinów taniec ten stał się popularny również na Zachodzie. Praktykowano go nie tylko w trakcie oficjalnych ceremonii dworskich, ale także w twórczości kompozytorskiej (polonezy tworzyli m.in. Jan Sebastian Bach, Georg Friedrich Handel). Pierwszy szczegółowy opis kroków poloneza pochodzi z 1755 roku. Współcześnie polonez tańczony jest na uroczyste otwarcie balu maturalnego. W XIX w., wraz z chyłkiem epoki Napoleońskiej, polonez stracił na popularności. Szlachta nie tańczyła go już tak często, zwykle ograniczając się do najpopularniejszych figur polonezowych na rozpoczęcie balu. Jednocześnie taniec ten zaczęto postrzegać w kategoriach symbolu narodowego - nie bez przyczyny bohaterowie „Pana Tadeusza” tańczą na koniec właśnie poloneza. Status narodowego tańca polskiego zachowuje on do dziś.

Ćwicz wspólnie z instruktorami tańca.

Nadal uczymy się i gramy w szachy z komputerem, kolegą, koleżanką. Strona internetowa <https://www.chess.com> › [play](#) › [computer](#)

Powodzenia.