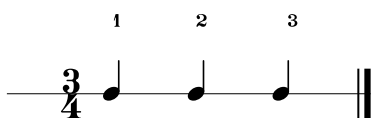


# Rytmika Kl. 1

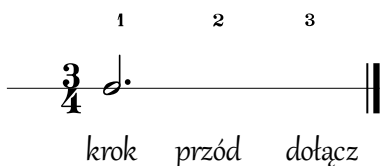
zestaw ćwiczeń nr 5

Dziś skoncentrujemy się na **metrum trójdzielnym**.

Jak wiecie w jednym takcie na trzy czwarte zmieszczą się trzy ćwierćnuty.



Wartością wypełniającą jeden takt na trzy czwarte jest **pólnuta z kropką**. Pamiętajcie jak wykonywaliśmy ją na zajęciach rytmiki? Schemat jest taki : najpierw krok jedną nogą, potem wysuwamy w przód drugą nogę a następnie dołączamy ją do pierwszej.



1) Wykonajcie pólnutę z kropką krokami.

Jeśli udało się wam poprawnie wykonać pólnutę z kropką krokami, przechodzimy do kolejnego ćwiczenia.

*Ale najpierw zagadka....*

Jaki to taniec, który liczy się na trzy? Pochodzi z Niemiec a jego nazwa wywodzi się od słowa *walzen* (obracać się). W tańcu tym pary wirują wokół siebie.

*Już wiesz ?*

2) Posłuchaj utworu Piotra Czajkowskiego z baletu: "Dziadek do orzechów" pt."Walc kwiatów":

kliknij: Piotr Czajkowski ... <https://youtu.be/GC7PycSBILc>

3) Teraz wykonaj kilka razy, w ciszy **taktowanie na trzy** prawą i lewą ręką jednocześnie - małymi ruchami. Następnie posłuchaj utworu P.Czajkowskiego ponownie - tym razem **z taktowaniem na trzy**.

*Pamiętaj!*

Możesz odsłuchać utwór tyle razy ile potrzebujesz. Ważne aby właściwie dopasować ruchy taktowania do muzyki.

*Powodzenia!*