

# П О Л Ь К А



**П А Р Н Ы Е**

**Т А Н Ц Ы**

Подготовлено к печати Центральным домом художественного воспитания детей РСФСР

ГОСУДАРСТВЕННОЕ МУЗЫКАЛЬНОЕ ИЗДАТЕЛЬСТВО

МОСКВА

— 1939 —

ЛЕНИНГРАД

# Полька

Музыка М. Глинки.

Полька исполняется в быстром темпе, живо и весело. Танцуют польку парами, вращаясь, продвигаются по кругу, слегка подпрыгивая.

Прежде чем разучивать польку парами, необходимо разучить па польки поодиночке: а) сначала выучить па польки без вращения, б) затем с вращением и только тогда, когда дети усвоят хорошо эти движения, приступить к разучиванию польки парами.

## ОПИСАНИЕ ПА ПОЛЬКИ БЕЗ ВРАЩЕНИЯ

### МУЗЫКА

### ДВИЖЕНИЕ

Танцующие стоят по одному, вправо по кругу. Ноги в 3-й позиции, правая впереди. Руки на бедрах (рис. 1). Из-за такта (на 4-ю восьмую) поскок на левой ноге, правая вытягивается вперед, слегка приподнимаясь от пола. Корпус наклоняется вправо, в сторону правой ноги.

1-й такт (3 восьмых)

Шаг правой ногой вперед, переступить на левую ногу, поставить ее сзади правой в 3-ю позицию и переступить правой ногой. Продвижение идет главным образом за счет первого движения.

4-я восьмая 1-го такта

Поскок на правой ноге. Левая вытягивается вперед, слегка приподнимаясь от пола. Корпус наклоняется влево, в сторону левой ноги.

2-й такт (3 восьмых)

Стать на левую ногу, переступить на правую и потом на левую ногу.

Описание па польки с вращением по кругу в правую сторону (по одному). Все стоят друг за другом, лицом к центру. Ноги в 3-й позиции, правая впереди.

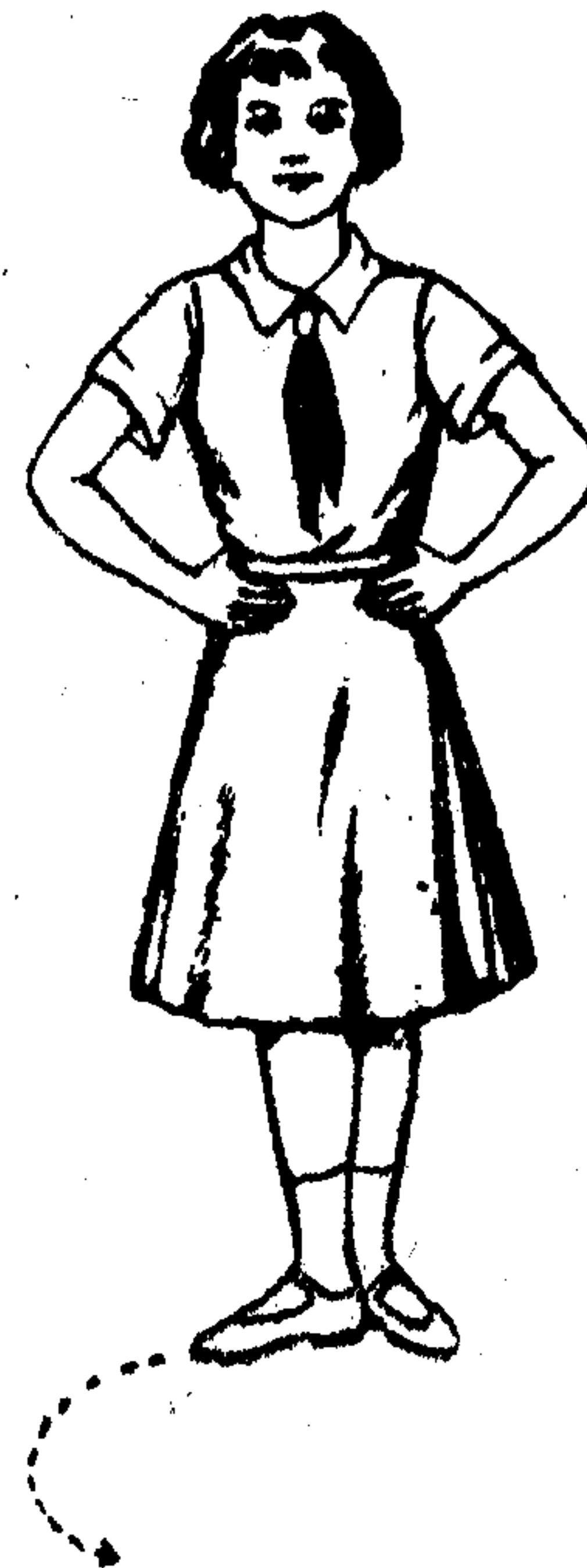


Рис. 1



Рис. 2

# ДЕТСКАЯ ПОЛЬКА

9

Муз. М. ГЛИНКИ

Темп польки

The musical score is written for piano in 2/4 time. It consists of three systems of two staves each (treble and bass). The key signature has two flats (B-flat major). The first system begins with a piano (*p*) dynamic marking. The second system includes a section marked 'Конец' (The End) with a forte (*f*) dynamic marking. The piece concludes with a final double bar line.

(\* Дается в отрывке

М. 16904 Г.

1-й такт (3 восьмых)

Па польки с правой ноги, поворачиваясь правым плечом вперед (по направлению танца).

4-я восьмая 1-го такта

Поворот корпуса вправо на правой ноге.

2-й такт (3 восьмых)

Па польки с левой ноги, поворачиваясь левым плечом вперед.

4-я восьмая 2-го такта

Поворот корпуса вправо на левой ноге.

3-й такт

Па польки с правой ноги, поворачиваясь правым плечом вперед.

4-й такт

Па польки с левой ноги (рис. 2) и т. д., чередуясь то с правой; то с левой ноги. Поворот корпуса делать все время в правую сторону. Сильный поворот делается после па польки с левой ноги. Это особенно трудно для начинающих и на этот момент нужно обратить особое внимание. Необходимо добиться одинаковой легкости и мягкости и в одном и в другом повороте.

## Полька парами.

Танцующие становятся по кругу парами друг против друга. Стоящий слева кладет свою правую руку на талию партнера, а левой берет правую руку партнера и поднимает ее до уровня плеч. Стоящий справа свободную руку кладет на плечо партнера (рис. на обложке). Стоящий слева начинает польку левой ногой, а стоящий справа — правой. Танцующие вращаются вправо, продвигаясь вперед по кругу.

**Примечание.** Чтобы избежать переутомления и дать отдых танцующим, желательно ввести фигурное исполнение польки. Можно взять фигуры из последней части кадрили (по кругу корзиночкой) и т. д.

Руководитель может ввести и им самим придуманные фигуры.