



Kapusta (Wyka)



Kapusta (wyka)

Taniec popularny w Beskidzie Śląskim, składający się z dwóch części, tańczony w parach. ❖

1... 2... 3...

W pierwszej części partnerzy ujmują się wzajemnie za ramiona lub w przypadku dzieci mogą złapać się za ręce. Śpiewając, poruszają się w rytmie ćwierćnut w prawą stronę zwykłym krokiem lub podskokiem z jednej nogi na drugą. Kończąc frazę, na otatnią ćwierćnutę, wykonują przysiad lub zeskok na dwie nogi. Kolejny czterotakt powtarzają, poruszając się w przeciwnym kierunku. W części drugiej – klaskanej, zatrzymują się i ustawiają twarzą do siebie i wykonują kolejno:

- ❖ uderzenie dłońmi w uda + klaśnięcie + wzajemne uderzenie prawych dłoni,
- ❖ uderzenie dłońmi w uda + klaśnięcie + wzajemne uderzenie lewych dłoni,
- ❖ uderzenie dłońmi w uda + klaśnięcie + wzajemne uderzenie prawych dłoni + wzajemne uderzenie lewych dłoni,
- ❖ uderzenie dłońmi w uda + klaśnięcie + wzajemne uderzenie prawych i lewych dłoni jednocześnie.





Kapusta (Wyka)

Melodia ludowa z Beskidu Śląskiego



Za - sio - łach ka - pus - te u cho - dni - ka,



nie ze - szła ka - pu - sta, a - le wy - ka



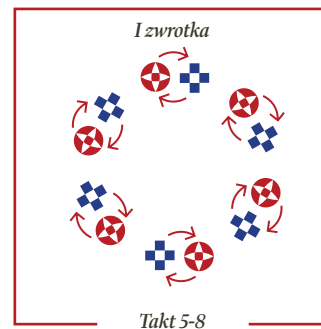
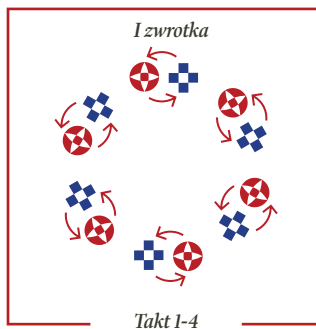
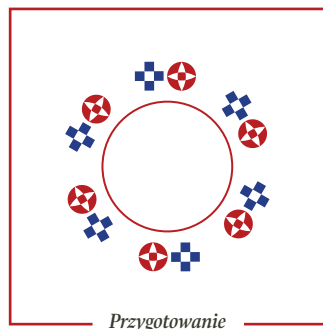
Jak je wy - ka, niech sie my - ka,



a - le se mi nie ci - śnie do cho - dni - ka.

❖ Przykładowa choreografia

Część utworu	Takt	Opis
Przygotowanie		Dzieci grupujemy w pary (chłopiec i dziewczynka, jeżeli jest taka możliwość), które stają na linii koła tworząc okrąg.
I zwrotka	1-4	Pary poruszają się krokiem w rytmie ćwierćnut w pierwszym kierunku tańca (za prawymi rękami), trzymając się za ręce i tworzą kółeczko. Wykonują siedem kroków od prawej nogi, ósmy krok to dostawienie lewej nogi do prawej.
	5-8	Analogiczny ruch w drugim kierunku od lewej nogi.
I refren	1-8	Dzieci stojąc naprzeciwko siebie, wykonują kolejno: 1 takt – uderzenie obu dłoni we własne uda, klaśnięcie we własne dłonie, 2 takt – wzajemne uderzenie prawych dłoni, pauza w ruchu, 3 takt – uderzenie obu dłoni we własne uda, klaśnięcie we własne dłonie, 4 takt – wzajemne uderzenie lewych dłoni, pauza w ruchu, 5 takt – uderzenie obu dłoni we własne uda, klaśnięcie we własne dłonie, 6 takt – wzajemne uderzenie prawych dłoni, następnie lewych dłoni, 7 takt – uderzenie obu dłoni we własne uda, klaśnięcie we własne dłonie, 8 takt – wzajemne uderzenie prawych i lewych



⊗ - dziewczynka

⊕ - chłopiec

❖ Przykładowa choreografia

Część utworu	Takt	Opis
		dłoni równocześnie (prawa dłoń uderza lewą partnera).
	9-16	Powtórzenie poprzednich ośmiu taktów.
II zwrotka	1-4	Dzieci tworzą wspólne duże koło, trzymając się za ręce. Pary podskakują w rytmie ćwierćnut w pierwszym kierunku tańca. Wykonują sześć podskoków od prawej nogi, następnie na 4 takt zeskakują na dwie nogi do niskiego przysiadu i skokiem wracają do pozycji stojącej.
	5-8	Analogiczny ruch w drugim kierunku od lewej nogi.
II refren	1-16	Dzieci ustawiają się naprzeciwko swojej pary oraz wykonują ruchy analogiczne do I refrenu.

