



Uniwersytet  
Ekonomiczny  
w Katowicach



## MATERIAŁY SZKOLENIOWE

Seminarium z zakresu muzyki i tańca śląskiego,  
przygotowujące do  
Konkursu Tańca Śląskiego  
„TROJAK”

Zebranie i opracowanie tańców -  
Opracowanie muzyczne -  
Skład i opracowanie graficzne -

Jerzy Stasica  
Wojciech Sakówł  
Adrian Mikłasz  
Gabriel Czapla  
Michał Nowak

**KATOWICE 2021**

## WSTĘP

Seminarium z zakresu muzyki i tańca śląskiego zostały zorganizowane w celu przygotowania nauczycieli wychowania fizycznego i instruktorów tańca do IX Ogólnopolskiego Konkursu Tańca Śląskiego.

Materiały seminaryjne zawierają kilkanaście tańców śląskich gdzie podana jest jedna melodia (zapis nutowy) do każdego tańca ale wiele wersji opisujących wykonanie ruchowe. Bardzo często ten sam taniec tańczony w różnych miejscowościach na Śląsku posiadał inny schemat ruchowy a melodia różniła się czasami tylko kilkoma nutami. Dla potrzeb konkursu przyjęliśmy tylko jedną melodię.

Jednym z celów działalności zespołów pieśni i tańca, zespołów regionalnych jest rozwijanie ruchu estradowego w celu prezentacji tańców ludowych czy narodowych na scenie.

Naszym celem jest nie tylko prezentacja, ale głównie rozpowszechnianie tańców naszego regionu wśród dzieci i młodzieży w taki sposób aby stały się one tańcami użytkowymi, tańczonymi powszechnie na zabawach. Drogą do osiągnięcia tego celu ma być konkurs tańca, seminaria dostarczające nauczycielom wychowania fizycznego i instruktorom tańca materiały dydaktyczne.

Jedną z naszych propozycji jest tańczenie tańców regionalnych w strojach współczesnych. Dlatego na konkursie tańca będzie obowiązywał strój wizytowy. Kolejną propozycją jest ogólna dostępność muzyki (obecnie można ją pobrać bezpłatnie na stronie ZPiT „Silesianie” [www.silesianie.pl](http://www.silesianie.pl)). Chcąc aby taniec naszego regionu stał się bardziej atrakcyjny dla dzieci i młodzieży przedstawiamy różne wersje wykonawcze, które powinny urozmaicić dany taniec.

Jednocześnie pragniemy uchronić od zapomnienia tańce regionalne, które są dziedzictwem kulturowym naszego regionu przekazany nam przez naszych przodków. Mamy nadzieje dotrzeć do szerokiego kręgu nauczycieli, szczególnie do nauczycieli wychowania fizycznego oraz instruktorów tańca prowadzących zespoły taneczne. Poprzez te kręgi chcemy dotrzeć do dzieci, młodzieży, dorosłych i na nowo zainteresować ich tańcami z naszego regionu.

Mamy nadzieję, że zajęcia seminaryjne oraz otrzymane materiały pozwolą inaczej spojrzeć na taniec ludowy i będą one dla państwa inspiracją do tworzenia własnych rozwiązań; połączeń schematów ruchowych poszczególnych tańców.

Zebrane opisy tańców pochodzą głównie z publikacji Jana Taciny „Śląskie tańce ludowe tom III Górny Śląsk” z książki Janiny Marcinkowej, Krystyny Sobczyńskiej „Pieśni Taniec i Obrzędy Górnego Śląska”, oraz z książki Jerzego Drozda „Dożynki cieszyńskie” oraz z konsultacji przeprowadzonych z Panią Zofią Marcinek.

Na zakończenie pozwolę sobie na cytaty z książki Janiny Marcinkowej:

„Trojaka i dziś jeszcze tańczą na Śląsku na zabawach. Powtarzają I część jednakowo lub z małymi zmianami; w II części natomiast przy każdym kolejnym powtórzeniu stosują coraz inną odmianę.”

Jerzy Stasica

## OBJAŚNIENIA

### 1. Krok dosuwany

- na „raz”- krok jedną nogą
- na „i”- dosunięcie drugiej nogi

### 2. Podskok nożycowy; szkrobok

- na „raz”- wysunięcie z niskiego podskoku jednej nogi do przodu drugiej do tyłu.  
Ciężar ciała na obu nogach.
- na „i”- zatrzymanie ruchu.

Można go wykonać także wysuwając jedną nogę do przodu opierając przednią część stopy o podłogę, a ciężar ciała pozostaje na drugiej nodze.

### 3. Krok chodzony

- na „raz”- krok jedną nogą
- na „dwa”- krok drugą nogą

### 4. Krok z podskokiem

- na „raz”- krok w przód z przeniesieniem ciężaru ciała
- na „dwa”- niski podskok na tej nodze.

Druga noga niska uniesiona nad podłogę. Na „dwa”, „i” to samo co na „raz”, „i” ale drugą nogą. Krok z podskokiem może być wykonany z obrotem lub bez obrotu.

### 5. Zmiana kroku

- na „raz”- krok jedną nogą
- na „i”- dosunięcie drugiej nogi
- na „dwa”- krok tą samą nogą, co na „raz”

Jeżeli wykonujemy kroki w bok to powstaje „boczna zmiana kroku”

### 6. Polka

- Jest to zmiana kroku wykonywana jedną i drugą nogą.
- Takt 1-na „raz”, „i”, „dwa”- zmiana kroku jedną nogą
- Takt 2-na „raz”, „i”, „dwa”- zmiana kroku drugą nogą

Można wykonywać polkę bez obrotu, lub w obrocie. Przy polce w obrocie na każdy takt wykonujemy półobrót.

### 7. Szłapak

- Przestępowanie w obrotach z nogi na nogę.
- na „raz”- krok w bok i półobrotu na tej nodze (druga noga uniesiona nad podłogą)
- na „dwa”- krok w bok drugą nogą i półobrót na tej nodze.

### 8. Waloszek; walczyk; walc

- Takt 1-na „raz”- krok większy
- na „dwa-trzy”- dwa kroki mniejsze
- Takt 2- to samo co w takcie 1 ale drugą nogą

9. Chwył zwykły (trzymanie zamknięte)

Tancerz obejmuje tancerkę prawą ręką od tyłu w pasie, na którą tancerka kładzie swoją lewą rękę. Lewa ręka tancerza i prawa tancerki złączone dłońmi są uniesione w bok

ch – chłopak

dz – dziewczyna

ln – lewa noga

pn – prawa noga

Objaśnienia do nut:

1. I część tańca
2. II część tańca

# OWCZAREK

## Owczarek

Accordion

W. Sakol

Niezbyt szybko ♩ = 106

Ow cza rzy czek nasz, wy gnoł o wce wczas,  
Ko le lá sa szła, tá ba ka nio sła,

9 C F G C  
a jo za nim ze śnio da nim, a łon po szedł wlas.  
ja ki ta ki dej ta ba ki, ó na nie da la.

13 Tempo polki G C G C G C G C G C  
D.S. al Fine

Owczarzyczek nasz, wygnoł owce wczas.  
A jo za nim za śniodanim, a łon poszedł w las.

Kole lasa szła, tabaka niosła.  
Jaki taki dej tabaki óna nie dała.

Metrum 2/4 (dwudzielne)

Taniec dwuczęściowy

---

## Wersja I

(Janina Marcinkowa, Krystyna Sobczyńska „Pieśni Taniec i Obrzędy Górnego Śląska” )

### Część I

Wzajemnie klaskanie w ręce (odmiany: odmienny sposób klaskania, włączenie dodatkowego ruchu pomiędzy klaśnięciami)

Ustawienie: naprzeciwko siebie,

Trzymanie: bez trzymania

Takt 1-na „raz” – dotknięcie dłońmi swoich ud (lekkie ugięcie kolan)

na „dwa” – dotknięcie palcami klatki piersiowej (prostujemy kolana)

Takt 2-na „raz” – wzajemnie klaśnięcie dłoni – prawa z lewą

na „dwa” – zatrzymanie ruchu

Takt 3 – tak jak takt 1

Takt 4 – tak jak takt, 2 ale przeciwne dłonie (lewa-prawa)

Takt 5 – tak jak takt 1

Takt 6-wzajemne klaśnięcie dłoni

na „raz” – prawa-prawa

na „dwa” – lewa-lewa

Takt 7 – tak jak takt 1

Takt 8-na „raz” wzajemne klaśnięcie – prawa-lewa, lewa-prawa

na „dwa” – zatrzymanie ruchu

### Część II

Polka (lub walc w konkursie nie wykorzystywany)

Trzymanie: zamknięte. Partner ujmuje partnerkę prawą ręką z tyłu w pasie. Partnerka lewą dłoń opiera na prawym barku partnera. Lewa ręka partnera i prawa ręka partnerki złączone dłońmi, uniesione w bok poniżej barków.

Takt 9-24 – polka np. w parze po półobrotu w prawo lub lewo, ch krok polki na podskoku do przodu dz obroty krokiem polki na podskoku pod złączonymi prawymi dłońmi

---

## Wersja II

(Janina Marcinkowa, Krystyna Sobczyńska „Pieśni Taniec i Obrzędy Górnego Śląska” )

### Część I

Takt 1 – dwoma krokami obrót („szłapak”) ch w lewo, dz w prawo

Takt 2 – ukłon, ręce nisko w bok, ch pochyla głowę i barki, dz dodatkowo zgina kolana

Takt 3-4 - tak jak takt 1-2

Takt 5-na „raz” dotknięcie ud

na „dwa” klaśnięcie we własne dłonie

Takt 6-klaśnięcie wzajemne w dłonie

na „raz” – prawa-prawa

na „dwa” – lewa-lewa

Takt 7 – tak jak takt 6

Takt 8-klaśnięcie wzajemne w dłonie

na „raz” – prawa-prawa

na „dwa” – zatrzymanie ruchu

### Część II

Polka

---

## Wersja III

(Jan Tacina „Śląskie tańce ludowe tom III Górny Śląsk)

### Część I

- Takt 1-na „raz” – dotknięcie palcami obu rąk własnego czoła  
na „dwa” – dotknięcie palcami obu rąk klatki piersiowej
- Takt 2 – „raz” – opuszczenie rąk i ukłon
- Takt 3-4 – tak jak takt 1-2
- Takt 5 – wzajemnie klaśnięcie w dłonie  
na „raz” – prawa-prawa  
na „dwa” – lewa-lewa
- Takt 6-8 – tak jak takt 5

### Część II

Polka

---

## Wersja IV

(Jan Tacina „Śląskie tańce ludowe tom III Górny Śląsk)

### Część I

- Takt 1-na „raz” - dotknięcie ud  
na „dwa” – zetknięcie własnych dłoni
- Takt 2-na „raz” – dotknięcie dłoni partnera  
na „dwa” – zatrzymanie ruchu
- Takt 3-4 – tak jak takt 1-2
- Takt 5 – tak jak takt 1
- Takt 6-na „raz” – prawa-prawa  
na „dwa” – lewa-lewa
- Takt 7-8 – tak jak takt 1-2

### Część II

Polka

---

## Wersja V

(Jan Tacina „Śląskie tańce ludowe tom III Górny Śląsk)

### Część I

- Takt 1 – dotykamy palcami prawych nóg podłogi  
na „raz” – przed sobą  
na „dwa” – za sobą
- Takt 2-na „raz” – przed sobą  
na „dwa” – łączymy nogi i zatrzymanie ruchu
- Takt 3-na „raz” – dotknięcie ud dłońmi  
na „dwa” – dotknięcie własnych dłoni
- Takt 4-na „raz” – dotknięcie wzajemnie prawa-prawa  
na „dwa” – dotknięcie wzajemnie lewa-lewa
- Takt 5-7 – tak jak takt 1-3
- Takt 8 – dotknięcie wzajemnie dłoni

### Część II

Polka

CEGLORZ

Ceglorz

The musical score for 'Ceglorz' is written in treble clef with a key signature of one sharp (F#) and a 3/4 time signature. The piece begins with a guitar chord diagram for a D major chord (x02321) above the first measure. The melody consists of eighth and sixteenth notes, often beamed together. Chords are indicated by letters (D, G, C) above the staff. The score is divided into systems, with measure numbers 10, 19, 29, 38, 47, and 55 marking the start of new lines. The piece concludes with a double bar line and repeat dots.



Metrum 2/4 (dwudzielne)

Ustawienie: Twarzami do siebie.

Trzymanie: Bez trzymania.

---

### Część I

- Takt 1 – na „raz” i „dwa” obrót tancerki dwoma krokami przez prawe ramie.  
Tancerz stoi.
- Takt 2 – tancerz i tancerka wykonują trzy klaśnięcia (ósemka, ósemka, ćwierćnuta).
- Takt 3 – na „raz” i „dwa” obrót tancerza dwoma krokami przez prawe ramie.  
Tancerka stoi.
- Takt 4 – trzy akcenty nogami lub klaśnięcia.

### Część II

Trzymanie: Tak zwane „okienko” (tancerka plecami do tancerza),  
lub trzymanie za ręce „kółeczko”

- Takt 1 – krok „pięta-palce” z lewej nogi
- Takt 2 – krok polki dosuwnej w bok (boczna zmiana kroku)
- Takt 3-4 – tak jak takt 1 – 2, ale prawymi nogami
- Takt 5 – 8 – tak jak takt 1 – 4
  
- Takt 9 – 16 – krok polki dosuwnej (zmiana kroku) ,  
lub krok na podskoku  
lub krok chodu (ćwierćnutowy)
- do przodu bez obrotów
- do przodu w obrocie w parze
- do przodu tancerka obroty pod ręką tancerza
- w miejscu – 3 takty w prawą stronę w czwartym takcie trzy akcenty, i zmiana kierunku tańca

# ZWODZONY

## Zwodzony

WSTEP

**Dosc wolno**  $\text{♩} = 120$

B C F F B C C F C

Nie chcę cię,

1. nie chcę cię, nie chcę cię znać, chodź do mnie, chodź do mnie rą czki mi dać. 2. Pra wej mi dać, le wej mi

20 dać, i już się na mnie nie gnie wać. 1. wać. Nie chcę cię, nie chcę cię, nie chcę cię znać,

30 chodź do mnie, chodź do mnie rą czki mi dać. 2. Pra wej mi dać, le wej mi dać, i już się na mnie

40 3. 4. ZAKONCZENIE  
nie gnie wać. wać.

Nie chcę cię, nie chcę cię, nie chcę cię znać.  
Chodź do mnie, chodź do mnie rączki mi dać.

Prawej mi dać, lewej mi dać,  
i już się na mnie nie gniewać.

---

## Wersja I

(Janina Marcinkowa, Krystyna Sobczyńska „Pieśni Taniec i Obrzędy Górnego Śląska” )

Ustawienie: obok siebie twarzami w kierunku tańca

### Część I

Takt 1-4- ch i dz rozchodzą się na zewnątrz (od siebie) wykonując rękami wewnętrznymi dla pary (ch prawa, dz lewą) gesty wyrażające odpychanie się (druga ręka na biodrze)

Takt 1-na „raz” – krok boczny, ch w lewo, dz w prawo

na „dwa” – dosunięcie drugiej nogi

na „trzy” – zatrzymanie ruchu

Takt 2-3 – tak jak takt 1

Takt 4-na „raz” zwracają się do siebie przodem (1/4 obrotu), ch w prawo, dz w lewo

na „dwa-trzy” – zatrzymanie ruchu (ręce opuszczone)

Takt 5-8 – ch i dz zbliżają się do siebie wykonując prawymi rękami gest wyrażający przywoływania (druga ręka na biodrze)

Gesty rąk przywoływanie – ch lewą ręką (wskazujący palec)

dz prawą ręką (wskazujący palec)

Takt 5-na „raz” ch krok lewą nogą do dz, dz krok prawa nogą do ch

na „dwa” dosunięcie drugiej nogi (bez przeniesienia ciężaru)

na „trzy” zatrzymanie ruchu

Takt 6-7 – tak jak takt 5

Takt 8 – ukłon ch i dz stoją twarzami do siebie

### Część II

Takt 1-na „raz” ch i dz podają prawe ręce (lewe na biodrze, dłonie otwarte) i wykonują krok w bok, ch w prawo (prawą nogą) dz w lewo (lewą nogą)

na „dwa-trzy” drugą nogą (ch lewą dz prawą) unoszą ukosem w przód, krzyżując przed nogą postawną, złączone ręce wykonują ruch wahadłowy w kierunku ruchu nóg

Takt 2 – tak jak takt 1 ale w drugą stronę ( na „raz” krok w bok ch nogą lewą, dz nogą prawą)

Takt 3-4 – tak jak takt 1-2, następuje zmiana rąk (podajemy sobie lewe ręce)

Takt 5-8 – walczyk w miejscu, na „raz” zmiana trzymania na zamknięte, pod koniec taktu 8 opuszczają ręce wzdłuż tułowia

Takt 9-16 – tak jak 1-8

---

## Wersja II

(Jan Tacina „Śląskie tańce ludowe tom III Górny Śląsk” )

### Część I

Takt 1-8 – tak jak poprzednio (rozchodzą się i zbliżają się do siebie)

### Część II

Takt 1-4 – podają prawe ręce i wysuwają je, takt 1 w prawo, 2 w lewo, 3 w prawo, 4 w lewo

Takt 5-8 – kładą obie ręce na barkach partnera, tańczą walczyka

## Wersja III

(Jan Tacina „Śląskie tańce ludowe tom III Górny Śląsk”)

Ustawieni: stoją naprzeciwko siebie, twarzą do siebie.

### Część I

krok trójmiarowy:   na „raz” krok do przodu,  
                          na „dwa” dostawienie nogi,  
                          na „trzy” zatrzymanie ruchu

Takt 1-2 – krokiem trójmiarowym zamiana miejsc, ch idzie na miejsce dziewczyny (prawą nogą), dz idzie na miejsce ch (lewą nogą)

Takt 3-4 – wykonujemy krokiem trójmiarowym obrót w miejscu

Takt 5-8 – tak jak takt 1-4, wracamy na swoje miejsca

### Część II

Walczyk

---

## Wersja IV

(Jan Tacina „Śląskie tańce ludowe tom III Górny Śląsk”)

### Część I

Tak jak I część wersji II

### Część II

Ustawienie: para zwrócona twarzami w kierunku tańca,

Trzymanie: trzymają się rękami wewnętrznymi dla pary lub nie trzymają się

Takt 1-2 – 6 krokami do przodu

Takt 3-4 – 6 krokami obrót (kółeczko), ch w lewo, dz w prawo

Takt 5-8 – tak jak tak 1-4

# KOWOL, KOWOLIK

## KOWOL

Accordion

W. Sakol

WSTEP  
♩ = 96

G G G G | C C C A d G G

11 G C C C C A d G G G C

2. C F G C C F G C C

21 F G C C F G C

30 LACZNIK  
D

38 *tr* D G G G E a D D D G G

48 G G E a D D D G G C D

58 G G C D G G C D G

67 G C D G D G  
CODA

©ZPIT Silesianic 2008

Taniec dwuczęściowy  
Metrum 2/4

(Janina Marcinkowa, Krystyna Sobczyńska „Pieśni Taniec i Obrzędy Górnego Śląska str. 91”)

Część I

„Naśladowanie pracy kowala. Ustawienie naprzeciw siebie. Tancerz klęczy na prawym kolanie. Lewa ręka pięścią oparta o kolano lewej nogi. Prawa ręka swobodnie opuszczona. Tancerka stoi naprzeciw tancerza i rękami ujmuje fartuch.

Takt 1-tancerz naśladuje ruchami ręki pracę kowala bijącego młotem  
na „raz” – szerokim ruchem unosi w górę zaciśniętą w pięść prawą ręką  
na „dwa” – opuszcza rękę i uderza zwiniętą w pięść prawa dłoń w lewą rękę opartą na lewym kolanie. Ruch jest mocny, zdecydowanie, dynamiczny, akcentowany ruchowo w najwyższym punkcie uniesienia ręki i w chwili opuszczania na lewą dłoń.

Tancerka- na „raz” robi krok prawą nogą w stronę tancerza, z jednoczesnym uniesieniem obydwoma rękami fartucha w przód. Lewa noga pozostaje w tyle oparta podłódze,  
na „dwa” przenosi ciężar ciała na lewą nogę w tył, oraz opuszcza ręce z fartuchem. Prawa noga oparta palcami na podłódze.

Takt 2-16 – w każdym takcie powtarzają ruchy opisane dla taktu 1. Tancerz często urozmaica ruchy uderzenia młotem. Czasem zmienia rytm, uderzając pięścią w pięść dwa razy w jednym takcie (na każdą ćwierćnutę), czasem uderza w lewe kolano raz prawą, raz lewą pięścią. Tancerka nie zawsze przenosi ciężar ciała z jednej nogi na drugą, lecz stojąc w miejscu na obydwu nogach wykonuje tylko ruchy unoszenia i opuszczania fartucha, którym naśladuje rozdmuchiwanie ognia.”

Część II

Polka

„Takt 1-16 – tancerz szybko wstaje. Tańczący ujmują się parami w ujęcie zamknięte i tańczą polkę wirową naokoło Sali, w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara. Obroty wykonują w prawo lub lewo.”

---

**KOWOLIK**

Ustawienie: naprzeciw siebie  
Trzymanie: za prawe ręce lub bez trzymania.

(Jan Tacina „Śląskie tańce ludowe tom III Górny Śląsk str. 88 )

Część I

podskok nożycowy (szkrobok)  
na „raz” – wysunięcie z podskoku jednej nogi do przodu a druga zostaje w tyle  
na „dwa” – zmiana nóg – noga z przodu – do tyłu, nogę z tyłu wysunąć do przodu

Takt 1-na „raz” - wysunięcie prawej nogi do przodu lewej do tyłu

na „dwa” – zatrzymanie ruchu

Takt 2 – tak jak tak 1 zmiana nóg

Takt 3-na „raz” wysunięcie prawych nóg

na „dwa” wysunięcie lewych nóg

Takt 4 – tak jak takt 1

Część II

Polka

## ZAJĄCZEK (inna nazwa Drybek)

# ZAJACZEK

Spokojnie ♩ = 120

B C F B C F F F

Za - ją - czek, za - ją - czek

g C F F F g C F

7 przez ka-pu-ste-czkę chciał mi - zbiec, u - cie - ka co si - ly ten nie-bo-ra-czek a ja go

13 hyc, hyc, u-cie-ka co si-ly, u-cie-ka co si-ly, hyc, hyc, a ja go,

F g C F F D g C

20 a ja go hyc, hyc, u-cie-ka co si-ly, u-cie-ka co si-ly, hyc, hyc,

F F F C F C F C

27 Tempo walczyka (szybciej)

a ja go hyc.

C F F C F C F C

35

C F

43

*Dal Segno*

Zajaczek, zajaczek, przez kapusteczkę chciał mi zbiec,  
ucieka co siły ten nieboraczek, a ja go  
hyc, hyc, ucieka co siły, ucieka co siły,  
hyc, hyc, a ja go hyc.

Metrum:  $\frac{3}{4}$

Ustawienie: Tancerz i tancerka stoją naprzeciwko siebie, tancerz lewym bokiem do środka koła, tancerka prawym

Trzymanie: Ręce swobodnie opuszczone

Taniec dwuczęściowy

---

## Wersja I

(Janina Marcinkowa, Krystyna Sobczyńska „Pieśni Taniec i Obrzędy Górnego Śląska” str. 103)

### Część I

Takt 1-8. Tancerka ucieka przed partnerem, wykonując krok walca w obrotach – w każdym takcie trzema krokami wykonuje półobrót w prawo. Ręce unosi nisko w bok lub opiera na biodrach. Tancerz podąża za partnerką krokiem walca w przód, rozpoczyna lewą nogą. Na początku każdego taktu, wyciągając daleko ukosem w przód ręce, klaszcze zamasyście w dłoń, wychyla przy tym tułów w jednym takcie w lewo w drugim w prawo. Na koniec taktu 8 oboje zatrzymują się naprzeciw siebie.

### Część II

Takt 9. Tancerka i tancerz opierają sobie nawzajem ręce na barkach względnie biorą się za ręce i wykonują jeden skok szkroboka.

na „raz” – nagły, mały przeskok na prawą nogę z równoczesnym wysunięciem w przód lewej nogi. Ciężar ciała oparty na prawej nodze, lekko zgiętej w kolanie, lewa stopa palcami dotyka podłogi

na „dwa-trzy” – pauza.

Takt 10. Ponownie jeden przeskok - szkroboka:

na „raz” – przeskok na lewą nogę, która zostaje cofnięta w tył i wysunięcie prawej nogi w przód,

na „dwa, trzy” – pauza.

Takt 11. Tańczący wykonują trzy razy krok szkroboka.

na „raz” – przeskok na prawą nogę, wysunięcie w przód lewej

na „dwa” - przeskok na lewą nogę, wysunięcie w przód prawej,

na „trzy” – przeskok na prawą nogę, wysunięcie w przód lewej.

Takt 12. Ponownie trzy skoki szkroboka, rozpoczynając od przeskoku na lewą nogę – analogicznie do taktu 11.

Takt 13-20. Dwukrotne powtórzenie ruchów opisanych dla taktów 9-12

Takt 21-23. To samo co w taktach 9-11.

Takt 24. na „raz” i wytrzymanie pozy do końca taktu.

---

## Wersja II

(Janina Marcinkowa, Krystyna Sobczyńska „Pieśni Taniec i Obrzędy Górnego Śląska” str. 103)

W taktach 1-8 tancerz podąża za tancerką również innym krokiem. W każdym takcie na „raz” robi dość długi krok (rodzaj wypadu) w przód na zmianę raz prawą, raz lewą nogą, na „dwa, trzy” dostawia drugą nogę, nie przenosząc na nią ciężaru ciała.

W taktach 9-24 tańczący urozmaicają sobie nieraz obrotami i tupnięciami, np. w takcie 15 i 16 tancerka i tancerz zwalniając ujęcie rąk wykonują każde oddzielnie dwa obroty w prawo; kroki z obrotem wykonują w rytmie ćwierćnut. Taki sam obrót wykonują również w takcie 23, natomiast w takcie 24 tupnięcie na „raz” i zatrzymanie ruchu do końca taktu.



## Wersja III

(Jan Tacina „Śląskie tańce ludowe tom III Górnego Śląska str. 118)

### Część I

Tancerka tańczy walca w obrocie przed tancerzem, który krokiem wolnym, przypadającym na pierwszą miarę każdego taktu muzycznego, postępuje za nią równocześnie klaszcząc w dłonie.

### Część II

Tancerka i tancerz opierają sobie nawzajem ręce na barkach

Takt 1-na „raz”- podskok nożycowy, noga lewa do przodu

na „dwa-trzy”- zatrzymanie ruchu

Takt 2-na „raz”- podskok nożycowy, noga prawa do przodu

na „dwa-trzy”- zatrzymanie ruchu

Takt 3-4- sześć podskoków nożycowych

Takt 5-6- tak jak takt 1-2

Takt 7-składają ręce na biodrach

na „raz” -skłon w lewo

na „dwa- trzy”- zatrzymanie ruchu

Takt 8-na „raz”- skłon w prawo

na „dwa- trzy”- zatrzymanie ruchu i wyprostowanie się

Takt 9-14 tak jak takt 1-6

Takt 15- na „raz”- skłon w lewo

na „dwa- trzy” zatrzymanie ruchu

Takt 16- na „raz”- wyprostowanie się

na „dwa-trzy”- zatrzymanie ruchy

---

## Wersja IV

(Jan Tacina „Śląskie tańce ludowe tom III Górnego Śląska str. 119)

W parze tancerka opiera obie ręce na biodrach, a tancerz tylko lewą, opuszczając prawą w dół. Pary ustawiają się na obwodzie koła, tancerze zwróceni są twarzami do siebie.

Dziewczęta robią cztery obroty w tył (w lewo), chłopcy posuwają się za nimi, wykonując cztery zwykle kroki i wabiąc je palcem prawej ręki (4 takty). Następnie cztery takty tańczą jak poprzednio z tą różnicą, że dziewczęta zmieniają kierunek obrotów (w prawo). Na pierwszą ćwierćnutę w takcie 9 pary zatrzymują się, wysuwają lewą nogę do przodu i składają sobie nawzajem ręce na barkach. W 10 takcie tancerze zmieniają lekkim podskokiem położenie nóg, tak że do przodu wysunięta jest prawa noga. W takcie 11 i 12 zmiany nóg należy wykonać trzykrotnie, w 16 zaś tancerze zsuwają stopy i opuszczają ramiona. Podczas wykonywania podskoków tancerze posuwają się po obwodzie koła.

---

## Wersja V

(Jan Tacina „Śląskie tańce ludowe tom III Górnego Śląska str. 119)

Ustawienie: Tańczy jedna para, zwróceni są twarzami w I kierunku tańca

Trzymanie: Tancerz ujmuje tancerkę jak przy chwycie zwykłym drugą rękę składając na biodrach

### Część I

Takt 1-na „raz” krok do przodu

na „dwa” dosunięcie drugiej nogi

na „trzy” wspięcie na palcach i obniżenie

Takt 2-4- tak jak takt 1

Takt 5-8 tak jak takt 1-4 ale kroki wykonujemy w tył

### Część II

Stoją twarzami do siebie i trzymają się za ręce: prawa-lewa, lewa prawa.

Takt 1-na „raz”- podskok nożycowy (szkrobok - prawe nogi wysuwamy do przodu)  
na „dwa – trzy” wytrzymanie ruchu

Takt 2- powtarzamy takt 1 ale wysuwamy lewe nogi

Takt 3-na „raz”- podskok nożycowy (wysuwamy pn do przodu)  
na „dwa”- podskok nożycowy (wysuwamy ln do przodu)  
na „trzy”- podskok nożycowy (wysuwamy pn do przodu)

Takt 4- tak jak takt 3 (wysuwamy nogę l.p.l.)

Takt 5-6- tak jak takt 1-2

Takt 7 tak jak takt 3

Takt 8-na „raz”- zeskok na dwie nogi (nogi złączone)  
na „dwa”- zatrzymanie ruchu

---

Przy następnych powtórzeniach całości (część I i II), w części I tańczono w parach walca.

# GOŁĄBEK

## Golabek

Accordion

W. Sakol

Marszowo

F B C F F B C F F

Tempo polki

10 C C F F C F C F g

Marszowo

19 C  $\overline{F_1}$   $\overline{2.F}$  C B C F d B C

Tempo polki

29 F F C F C F g C F

38 F C F C F g C F

Marszowo

46 F B C F

Spod z pieca gołąbek, rozbił se żołądek,  
cóż ci to gołąbku, sztyry dziurki w żołądku?

Spod z pieca gołąbek, rozbił se żołądek,  
spod z pieca nie gruchnył, zjod kasze nie dmuchnył.

Metrum 2/4 ( w II części występuje także 3/4)

Ustawienie: naprzeciw siebie,

Trzymanie: podajemy prawe dłonie na wysokości pasa, lewe oparte na biodrze

Tanec dwuczęściowy

---

## Wersja I

(Janina Marcinkowa, Krystyna Sobczyńska „Pieśni Taniec i Obrzędy Górnego Śląska” str. 81 )

### Część I

Takt 1-na „raz” – przeskok z przeniesieniem prawych nóg w przód, lewych do tyłu (ciężar równomiernie rozłożony), można wysunąć prawą nogę do przodu i dotykać tylko palcami podłogi (cały ciężar ciała pozostaje na nodze lewej)

na „dwa” – zmiana nóg wykonana niskim przeskokiem

Takt 2 - 3 skoki do pozycji coraz szerszego rozkroku

na „raz” – mały rozkrok

na „i” – większy rozkrok

na „dwa” – jeszcze większy rozkrok (pozwalający jednak na wykonanie następnego ruchu)

Takt 3 – tak jak takt 1

Takt 4 – odwrotnie niż w takcie 2

na „raz” – szeroki rozkrok

na „i” – mniejszy rozkrok

na „dwa” – złączone stopy

Takt 5-8 tak jak takt 1-4

### Część II (krok z podskokiem)

Takt 9-16 (tempo żywsze) – tancerze unoszą złączone prawe dłonie ch podaje dz palec wskazujący prawej ręki nad głowę dz, wykonują krok z podskokiem, ch idzie za dz, która wykonuje obroty pod ręką wokół własnej osi w prawo, przy powtórce melodii w lewo

---

## Wersja II

(Jan Tacina „Śląskie tańce ludowe tom III Górnego Śląsk str. 89)

Ustawienie: tancerze stoją naprzeciwko siebie,

Trzymanie: trzymanie: ręce na biodrach

### Część I

Tancerka stoi nieruchomo

Takt 1-na „raz” – tancerz wykonuje podskok przekładając (krzyżując) pn przed ln

na „dwa” – z podskoku powrót do pozycji wyjściowej

Takt 2- trzy podskoki na palcach nóg do rozkroku:

na „raz” – małego

na „i” – większego

na „dwa” – największego

Takt 3-4 – tak jak tak 1-2, ale krzyżujemy nogę lewą przed prawą

### Część II

Polka

## Wersja III

(Jan Tacina „Śląskie tańce ludowe tom III Górnego Śląska str. 45)

Trzymanie: prawa – lewa, lewa – prawa (zamknięte)

### Część I

Takt 1-na „raz” podskok nożycowy (np. prawe nogi do przodu)

na „dwa” – podskok nożycowy zmiana nóg

Takt 2-na „raz” – wykonując podskok przechodzimy do rozkroku

na „dwa” – z rozkroku przez podskok łączymy nogi

### Część II

Polka

## Wersja 4

(Jan Tacina „Śląskie tańce ludowe tom III Górnego Śląska str. 45)

### Część I

Trzymanie: prawa-prawa

Takt 1-na „raz” – podskok nożycowy (np. wysunięcie pn do przodu)

na „dwa” - podskok nożycowy (np. wysunięcie ln do przodu)

Takt 2-trzy podskoki na palcach nóg do rozkroku:

na „raz” – małego

na „i” – większego

na „dwa” - największego

### Część II

Polka

# WALOSZEK (walczyk)

## Gornicze skarby pod ziemia

Tempo walczyka  $\text{♩} = 86$

W. Sakol

Es C G C G C F C d

Accordion

14 G C G C A d G C G C

29 C F C d G F F C G C C

47 C C F F C a d G C C

65 F G C a d G C A D A A G

82 D e A D A D h e A D D

95 A D A D G D e A G

112 D A D D G G A D h

129 e A D A D G G A D h e

146 A D G D

Ustawienie: tancerz z tancerka ustawieni bokiem do środka koła (tancerz lewym a tancerka prawym ramieniem)

Trzymanie: zamknięte zwykle

„Partner i partnerka w ujęciu zamkniętym wirują na zmianę w prawo lub w lewo naokoło sali, w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara. W każdym takcie wykonują pół obrotu. Wirowanie urozmaicają krokami w miejscu, z częścią obrotu o  $\frac{1}{8}$  w prawo lub w lewo. Kroki w miejscu stosują zwłaszcza przed zmianą kierunku wirowania.

Takt 1-na „raz” tancerz wykonuje dość długi krok w przód prawą nogą oraz część obrotu w prawo na prawej nodze. Tancerka krok w tył lewą nogą oraz część obrotu w prawo na tej nodze.

na „dwa” – krok ukosem w bok w kierunku tańca – tancerz lewą nogą tancerka prawą – z częścią obrotu w prawo.

na „trzy” – dostawienie prawej nogi do lewej (dziewczyna lewej do prawej) z uzupełnieniem do półobrotu, który para wykonuje w czasie pierwszego taktu.

Takt 2 – analogicznie do taktu 1 – tancerz zaczyna lewą nogą w tył, tancerka prawa w przód, wykonują drugie pół obrotu w prawo, przesuając się po linii koła w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara. Tańczą przeważnie na całych stopach, w czasie obracania się na podszwie unoszą się na przednią część stopy. Obroty w lewo przebiegają w ten sam sposób.”

# GROŻONY

## Grozik

Accordion

WSTEP  $\text{D}$   
Tempo polki  $\text{♩} = 120$

$\text{D}$   $\text{G}$   $\text{D}$   $\text{G}$   $\text{G}$

10  $\text{D}$   $\text{G}$   $\text{G}$   $\text{D}$   $\text{G}$   $\text{G}$   $\text{C}$   $\text{G}$   $\text{D}$

20  $\text{G}$   $\text{G}$   $\text{C}$   $\text{G}$   $\text{D}$   $\text{G}$   $\text{C}$   $\text{G}$   $\text{C}$   $\text{C}$

30  $\text{G}$   $\text{C}$   $\text{G}$   $\text{C}$   $\text{G}$   $\text{C}$   $\text{F}$   $\text{C}$   $\text{G}$

40  $\text{C}$   $\text{C}$   $\text{F}$   $\text{D}$   $\text{C}$   $\text{G}$   $\text{C}$   $\text{F}$   $\text{B}$   $\text{C}$   $\text{F}$   $\text{F}$

50  $\text{B}$   $\text{C}$   $\text{F}$   $\text{F}$   $\text{C}$   $\text{C}$   $\text{F}$   $\text{F}$   $\text{B}$   $\text{F}$   $\text{C}$

60  $\text{F}$   $\text{F}$   $\text{B}$   $\text{G}$   $\text{F}$   $\text{C}$   $\text{F}$



---

## Wersja I

(Janina Marcinkowa, Krystyna Sobczyńska „Pieśni Taniec i Obrzędy Górnego Śląska” str. 93)

### Część I

Poleczka ( w ostatnim takcie ustawienie twarzami do siebie)

### Część II

(tempo wolniejsze niż w I części ), motywy pantomimiczne przedstawiające przekomarzanie się (grożenie, klaskanie, akcenty) ustawienie twarzami do siebie, ręce na biodrach

Ustawienie: twarzami do siebie, ręce na biodrach

Takt 1 – zatrzymanie ruchu

Takt 2 – ch i dz – wykonują trzy akcenty nogami w rytmie, dwie ósemki, ćwierćnuta  
na „raz” – akcent (ósemka)  
na „i” – akcent (ósemka)  
na „dwa” – akcent (ćwierćnuta)

Takt 3 – tak jak takt 1, zatrzymanie ruchu

Takt 4 – klaszczą w swoje dłonie w rytmie, dwie ósemki, ćwierćnuta

Takt 5 – grożą sobie nawzajem wskazującym palcem prawej ręki w rytmie, dwie ósemki, ćwierćnuta

Takt 6 – tak jak takt 5, ale grożą lewą ręką

Takt 7-8 – 4 krokami szłapoka wykonują oddzielnie, pełny obrót, ch w lewo z lewej nogi, dz w prawo z prawej nogi

Takt 9-12 – tak jak takt 5-8

---

## Wersja II

(Janina Marcinkowa, Krystyna Sobczyńska „Pieśni Taniec i Obrzędy Górnego Śląska” )

### Część I

Polka lub krok z podskokiem

### Część II

Ustawienie: ch. i dz obok siebie, twarzami w kierunku tańca, (motywy pantomimiczne)

Trzymanie: wewnętrznymi rękami

Tempo wolne

Takt 1 – krok dosuwany

na „raz” – krok do przodu, ch ln, dz pn

na „i” – dosunięcie drugiej nogi

na „dwa” – krok do przodu, ch ln, dz pn

na „i” – dosunięcie drugiej nogi

Takt 2 – ręce na biodra, trzy akcenty (dwie ósemki, ćwierćnuta), zwracamy głowy do siebie na „i” powrót do trzymania

Takt 3 – tak jak takt 1

Takt 4 – zwracają się do siebie twarzami i 3 klaśnięcia (dwie ósemki, ćwierćnuta)

Takt 5 – ch grozi dz palcem wskazującym prawej ręki, dz obserwuje go

Takt 6 – tak jak takt 5, ale zmiana ról

Takt 7 – podajemy prawe ręce, dwoma krokami, dz wykonuje obrót w miejscu w prawo pod złączonymi prawymi rękami, pod koniec taktu rozłączamy ręce

Takt 8 – stoimy twarzami do siebie i wykonujemy 3 akcenty (dwie ósemki, ćwierćnuta)

---

## Wersja 3

(Jan Tacina „Śląskie tańce ludowe tom III Górny Śląsk str. 45)

### Część I

Polka

### Część II

Ustawienie: obok siebie, twarzami w kierunku tańca,

Trzymanie: wewnętrznymi rękami, opuszczone w dół,

Takt 1 - 2 kroki do przodu, ch ln, dz pn

Takt 2 – zwrot twarzami do siebie i 3 akcenty nogami

Takt 3 – tak jak takt 1

Takt 4 – zwrot twarzami do siebie i 3 razy klaszczą w dłonie

Takt 5 – ch grozi dz prawą ręką (3 razy), dz ręce na biodra i odwraca twarz lub ją zasłania

Takt 6 – ch grozi dz (3 razy) lewą ręką

Takt 7 – ch podaje palec wskazujący prawej ręki, dz ujmuje go prawą ręką, podnosi nad swoją głowę i wykonuje obrót w prawo

Takt 8 – zwrot twarzami do siebie i 3 akcenty nogami

# MAZURKA – KATEGORIA IV

## Mazurka goleszowska

Tempo mazura

The musical score is written in a single treble clef with a key signature of one flat (Bb) and a 3/4 time signature. The tempo is marked 'Tempo mazura'. The score consists of seven staves of music. Chords are indicated by letters C, F, Bb, and C7 above the notes. A repeat sign is present at the end of the second staff. The piece concludes with a final cadence on the seventh staff.

C C7 F C

C F F C C F F

C F C F C F

Bb c F Bb C Bb F Bb F

Bb F Bb F Bb F Bb

F C F C F C

F F C F

Metrum  $\frac{3}{4}$

Ustawienie: twarzami do kierunku tańca

Trzymanie: chwyt zwykły (trzymanie zamknięte)

(Jerzy Drozd – „Dożynki cieszyńskie” st. 48)

## Wersja I

Wykonawcy trzymają się jak przy walcu. Pary ustawiają się na obwodzie koła twarzą do kierunku tańca. Taniec składa się z jednej figury wykonywanej w ciągu czterech taktów powtarzającej się w ciągu całego tańca.

Takt 1 – partnerzy rozpoczynają nogami zewnętrznymi (tancerz lewą, tancerka prawą). Na pierwszą ćwiartkę muzyki przypada krok naprzód nogami zewnętrznymi (krok akcentowany). Na drugą ćwiartkę - krok naprzód nogami wewnętrznymi. Na trzecią ćwiartkę podskok na nogach wewnętrznych, przy czym zewnętrzne nogi są lekko ugięte w kolanie i uniesione w górę do przodu.

Takt 2 – w każdej ćwiartce mieści się jeden krok, przy czym pierwszy wykonywany jest nogami zewnętrznymi. Tancerz wykonuje trzy kroki w miejscu, a tancerka ćwierć obrotu w lewo. Pod koniec taktu drugiego para zwrócona jest twarzą do środka koła.

Takt 3 – podobny do taktu pierwszego, z tym, że wykonawcy cofają się:

na „raz” – krok wewnętrznymi nogami w tył,

na „dwa” – krok zewnętrznymi nogami w tył,

na „trzy” – podskok w miejscu na nogach zewnętrznych, natomiast nogi wewnętrzne uniesiona są do tyłu.

Takt 4 – trzy kroki w miejscu, w czasie których partnerka zwraca się znowu w kierunku tańca. Każdy następny czterotakt jest powtórzeniem wyżej opisanej figury.

(Janina Marcinkowa – „Folklor taneczny Beskidu Śląskiego” st. 157-161)

## Wersja II

Takt 1 – na „raz” – krok w przód zewnętrznymi dla pary nogami – tancerka prawą, tancerz lewą nogą. Krok jest akcentowany, pogłębiony zgięciem kolana i pochyleniem tułowia,  
na „dwa” – krok w przód wewnętrznymi dla pary nogami,  
na „trzy” – podskok: tancerz na prawej, tancerka na lewej nodze; wolna noga zgięta w kolanie, uniesiona w przód tak, że położenie uda jest poziome. Tułów wyprostowany.

Takt 2 – To samo co w taktach 1, z dalszym przesunięciem się w przód.

Takt 3 – 4 – Tancerz i tancerka sześcioma krokami chodu wykonują jedno okrążenie wokół wspólnej osi. Tancerz posuwa się w przód, tancerka w tył.

Uwaga: Para może wykonać półtora okrążenia i wtedy nastąpi zmiana kierunku ruchu.

Takt 4 – 8 – Powtórzenie ruchów opisanych dla taktów 1 – 4.

Takt 9 – 16 – To samo co w taktach 1 – 8, z dalszym przesunięciem się w przyjętym kierunku.

Takt 17 – Tancerz i tancerka rozłączają ręce i opierają je na biodrach, jednocześnie zwracając się do siebie przodem. Każde z nich wykonuje oddzielnie obrót – tancerz w lewo, tancerka w prawo:

na „raz” – krok w bok – tancerka prawą, tancerz lewą nogą, po czym pół obrotu na tej nodze,

na „dwa” – krok w bok drugą nogą i dalsze pół obrotu w tym samym co poprzednio kierunku,

na „trzy” – krok w bok – tancerka prawą, tancerz lewą nogą (w ustawieniu naprzeciw siebie)

Takt 18 – Dostawienie drugiej nogi i wzajemny ukłon partnerów. Kłaniają się tylko lekkim pochyleniem górnej części tułowia (czasem ręce opuszczają w dół).

Takt 19 – 20 – Analogicznie do taktów 17 – 18, lecz w przeciwnym kierunku. Tancerz zaczyna prawą nogą – obraca się w prawo, tancerka lewą, obraca się w lewo.

Takt 21 – 24 – Powtórzenie Tuchów opisanych dla taktów 17 – 20.

# MAZURKA – KATEGORIA V

## Mazurka/Zbój

Mazurka goleszowska

$\text{♩} = 152$

9

18

27

36 **C** Mazurka-Zbój

45 **D**

54

63

Mazurka-Zbój

Metrum  $\frac{3}{4}$

Ustawienie: Tancerka plecami w kierunku tańca, tancerz twarzą w kierunku tańca, w odległości 1,5 metra od siebie.

Trzymanie: bez trzymania

---

## Wersja I

### Część I

Takt 1 – na „raz” – Krok boczny z lewej nogi z wychyleniem z przeniesieniem ciężaru na „dwa” i „trzy” – zatrzymanie ruchu; prawa noga pozostawiona z przodu oparta palcami o podłogę

Takt 2 – Na „i” ugięcie lewej nogi w kolanie z przyciągnięciem prawej nogi do lewej, na „raz” – akcent prawą nogą (uderzenie o podłogę stopą prawej nogi przy lewej nodze) z jednoczesnym wyprostowaniem lewej nogi i ruchem łokciem prawej ręki w kierunku partnera (prawa ręka zgięta w łokciu) na „dwa” i „trzy” – zatrzymanie ruchu

Takt 3 – Tak jak w takcie 2.

Takt 4 – Trzema krokami z prawej nogi zmiana miejsc.

Takt 5 – 15 – tak jak takt 1 – 4.

Takt 16 – Na „raz” i „dwa” dwoma krokami dojdźcie do ustawienia w parze. na „trzy” wytrzymanie ruchu.

### Część II

Takt 1 – podstawowy krok mazurki – na „raz” – krok w przód zewnętrznymi dla pary nogami – tancerka prawą, tancerz lewą nogą. Krok jest akcentowany, pogłębiony zgięciem kolana i pochyleniem tułowia, na „dwa” – krok w przód wewnętrznymi dla pary nogami, na „trzy” – podskok: tancerz na prawej, tancerka na lewej nodze; wolna noga zgięta w kolanie, uniesiona w przód tak, że położenie uda jest poziome. Tułów wyprostowany.

Takt 2 – To samo co w takcie 1, z dalszym przesunięciem się w przód.

Takt 3 – 4 – krok walczyka, tancerz z lewej nogi, tancerka z prawej nogi.

Takt 5-8 – Tak jak takt 1 – 4.

Takt 9 – 15 – Krok walczyka.

Takt 16 – wywinięcie tancerki pod ręką lub odejście od siebie.

---

## Wersja II

### Część I

Takt 1 – tancerka z prawej nogi wykonuje pełny obrót do tyłu z przemieszczeniem się po linii tańca (można wykonać dwa pełne obroty). Tancerz z prawej nogi goni tancerkę trzema krokami (lub wykonuje dwa kroki biegu i zeskok).

Takt 2 – na „raz” – Krok boczny z lewej nogi z wychyleniem z przeniesieniem ciężaru na „dwa” i „trzy” – zatrzymanie ruchu; prawa noga pozostawiona z przodu oparta palcami o podłogę

Takt 3 – Na „i” ugięcie lewej nogi w kolanie z przyciągnięciem prawej nogi do lewej,

na „raz” – akcent prawą nogą (uderzenie o podłogę stopą prawej nogi przy lewej nodze) z jednoczesnym wyprostowaniem lewej nogi i ruchem łokciem prawej ręki w kierunku partnera (prawa ręka zgięta w łokciu)  
na „dwa” i „trzy” – zatrzymanie ruchu

Takt 4 – Tak jak w takcie 3.

Takt 5 – 15 – tak jak takt 1 – 4.

Takt 16 – Na „raz” i „dwa” dwoma krokami dojdzie do ustawienia w parze.  
na „trzy” wytrzymanie ruchu.

## Część II

Takt 1 – podstawowy krok mazurki – na „raz” – krok w przód zewnętrznymi dla pary nogami – tancerka prawą, tancerz lewą nogą. Krok jest akcentowany, pogłębiony zgięciem kolana i pochyleniem tułowia,  
na „dwa” – krok w przód wewnętrznymi dla pary nogami,  
na „trzy” – podskok: tancerz na prawej, tancerka na lewej nodze; wolna noga zgięta w kolanie, uniesiona w przód tak, że położenie uda jest poziome. Tułów wyprostowany.

Takt 2 – To samo co w takcie 1, z dalszym przesunięciem się w przód.

Takt 3 – 4 – krok walczyka, tancerz z lewej nogi, tancerka z prawej nogi.

Takt 5-8 – Tak jak takt 1 – 4.

Takt 9 – 15 – Krok walczyka. W parzystych taktach (10, 12, 14) pełny obrót tancerki pod lewą ręką tancerza z jednoczesnym przemieszczeniem się tancerza trzema krokami wokół dziewczyny o 180°.

Takt 16 – wywinięcie tancerki pod ręką lub odejście od siebie.



# POLKA

## Wyleciol golombek ślaskie poleczki

Accordion

W. Sakol

$\text{♩} = 120$

B c F B F

B Es F B c F B Es

F B c F B B G c F

B B G c F B B g c F B C B C

F C F C F C F B F C F B F D

C F B F D g C F B F C F B F D

D g C F B B G c F B

g G C F B B G c F B

B F B B G c F B F B g c F B

„Para w ujęciu zamkniętym wiruje wokół wspólnej osi na zmianę w prawo lub lewo, przesuając się po linii koła w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara. Polkę tańczy się równo, mocno wirując, bez przechylenia tułowia w prawo lub w lewo, bez dodatkowych ruchów złączonymi rękami. Tancerz i tancerka w ujęciu zamkniętym stoją na linii koła. Tancerz zwrócony jest tyłem do środka koła, tancerka naprzeciw niego.”

Takt 1-na „raz” tancerz lewą, tancerka prawą nogą wykonują krok w bok z częścią obrotu w prawo,  
na „i” - tańczący dostawiają drugą nogę, z dalszą częścią obrotu w prawo,  
na „dwa” – ponownie krok – tancerz lewą, tancerka prawą nogą, tym krokiem uzupełniają pół obrotu. W końcu taktu 1 tancerka zwrócona jest tyłem do środka koła, tancerz przodem.

Takt 2 – Tańczący wykonują dalsze pół obrotu w ten sam sposób, zaczynając przeciwnymi nogami. Przy zmianie kierunku wirowania stosuje się w ciągu jednego taktu kroki w miejscu bez obrotu, lub na „raz” krok akcentowany i zatrzymanie do końca taktu.”

„W repertuarze śląskich tańców spotyka się czasami polkę z podrygiwaniem, polega ona na dodatkowym zginaniu nóg w kolanach i bardziej elastycznym stawianiu stóp. Indywidualne różnicowanie sposobu tańczenia jest bardzo rozpowszechnione.”

# OD BUCZKU DO BUCZKU

## Od buczku

Spokojnie

W. Sakol

Accordion

a d E a a

e a e d a a d a

E a E a a

E a d E a

31

The musical score is written for an accordion in 3/4 time. It consists of five staves of music. The first staff begins with the lyrics 'a d E a a' above the notes. The second staff starts with a measure rest '8' and continues with 'e a e d a a d a'. The third staff starts with a measure rest '16' and continues with 'E a E a a'. The fourth staff starts with a measure rest '24' and continues with 'E a d E a'. The fifth staff starts with a measure rest '31' and concludes the piece. The music features a mix of quarter, eighth, and sixteenth notes, with some rests and repeat signs.

Ustawienie: tancerz zwrócony lewym ramieniem do środka koła a tancerka prawym.

Trzymanie: bez trzymania

### Część I

Takt 1- tancerz

na „raz” – krok w przód prawą nogą postawioną na całą stopę

na „dwa” – dostawienie lewej nogi do prawej z jednoczesnym wspięciem na przednią część obu stóp

na „trzy” – opadnięcie na całe stopy

Tancerka – krok walca z lewej nogi do tyłu w obrocie

Takt 2 – tak jak takt 1 ale tancerz zaczyna lewą nogą a tancerka prawą

Takt 3-8 – tak jak takt 1-2

### Część II

„Takt 9- na „raz” – tancerz i tancerka robią krok w bok w kierunku środka koła, tancerz lewą, tancerka prawą nogą. Równocześnie podają sobie obie ręce i w ciągu całego taktu na „raz, dwa, trzy” wykonują płynny, wahadłowy ruch złączonymi rękami w kierunku środka koła.

Takt 10 – ruch symetryczny do poprzedniego, czyli krok i ruch wahadłowy rąk w kierunku odwrotnym – na zewnątrz koła. Tancerz i tancerka prowadzą ręce dołem, unosząc je mniej więcej na wysokość ramion.

Takt 11-12 – tak jak takt 9-10

Takt 13-15 – tancerz i tancerka dziewięcioma krokami w rytmie ćwierćnut krążą dokoła wspólnej osi w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara. Złączone ręce szeroko rozkładają w bok.

Takt 16 – stojąc na złączonych stopach, tancerz i tancerka rozłączają ręce, po czym wykonują wzajemny ukłon głową i górną częścią tułowia, unoszą przy tym ręce w bok, poniżej barków.

Takt 17-24 – tak jak takt 9-16”

„Uwaga: w pierwszym ośmiotakcie (takt 1-8) nie zawsze tancerka wykonuje cały czas oddzielne obroty. Czasem para w ujęciu otwartym posuwa się po obwodzie koła, najpierw tancerka wykonuje 2 obroty w prawo przed partnerem, tancerz podąża za nią, następne 4 takty idą razem po linii koła, w ustawieniu obok siebie w ujęciu otwartym. Na zakończenie ośmiotaktu tancerka po linii łuku przechodzi do ustawienia naprzeciw partnera.”

# PUSZCZANY

## Puszczany

W. Sakol

Tempo polki ♩ = 90

Accordion

Chords: G, C, F, C, G, C, F, C

Chords: G, C, C, C, G, C

Chords: G, C, F, B, F, g, C, F, F, B, F

Chords: g, C, F, C, F, B, C, F, C, F, B, C

Chords: F, C, F, C, F, C, F, C, F

Chords: C, G, C, G, G, D, G

Chords: C, C, F, C, C, C, G, C, G

Chords: G, E, a, D, G, G

Chords: G, E, a, D, D, G

---

## Wersja I

(Jan Tacina „Śląskie tańce ludowe tom III Górnego Śląska str. 63)

Ustawienie: Tancerz i tancerka stoją obok siebie ustawieni twarzami w I kierunku tańca  
Trzymanie: bez trzymania

Takt 1 – boczny krok dostawny ( od siebie na zewnątrz pary)

na „raz” tancerz lewą nogą w bok  
tancerka prawą nogą w bok  
na „i” dostawienie drugiej nogi  
na „dwa” tak jak na „raz” „i”

Takt 2 - boczny krok dostawny ( od siebie na zewnątrz pary)

na „raz” tancerz lewą nogą w bok  
tancerka prawą nogą w bok  
na „i” dostawienie drugiej nogi  
na „dwa” tak jak na „raz”  
na „i” dosunięcie drugiej nogi bez przeniesienia ciężaru

Takt 3-4 - tak jak takt 1-2 ale zmienia się ruch wykonywany „do siebie” - do wewnątrz pary

Takt 5-8 - polka przy chwycie zwykłym

Na początku para mogła iść krokiem chodu w I kierunku tańca.

---

## Wersja II

(Jan Tacina „Śląskie tańce ludowe tom III Górnego Śląska str. 64)

Ustawienie: Tancerz i tancerka stoją obok siebie ustawieni twarzami w I kierunku tańca  
Trzymanie: bez trzymania

Takt 1 – boczna zmiana kroku, od siebie

na „raz” tancerz lewą nogą w bok  
tancerka prawą nogą w bok  
na „i” dostawienie drugiej nogi  
na „dwa” tak jak na „raz”  
na „i” dosunięcie drugiej nogi bez przeniesienia ciężaru

Takt 2 – boczna zmiana kroku tak jak w taktach 1 ale do siebie (tancerz zaczyna prawą nogą, tancerka lewą nogą)

Takt 3-4 - polka w parze w obrocie przy chwycie zwykłym

---

## Wersja III

(Jan Tacina „Śląskie tańce ludowe tom III Górnego Śląska str. 64)

Ustawienie: Tancerka przed tancerzem zwrócenie twarzami w I kierunku tańca  
Trzymanie: Trzymają się za podniesione ręce: prawa z prawą, lewa z lewą

Takt 1 - boczna zmiana kroku w lewo

Takt 2 – boczna zmiana kroku w prawo

Takt 3-4 – rozłączamy lewe ręce a prawą podnosimy nad głowę dziewczyny, tancerka wykonuje pełny obrót przed tancerzem

## Wersja IV

(Jan Tacina „Śląskie tańce ludowe tom III Górny Śląsk str. 64)

Ustawienie: Tancerka i tancerz stoją obok siebie zwróceniem twarzami w I kierunku tańca

Trzymanie: Prawa ręka tancerza z lewą ręką tancerki

Takt 1 – boczna zmiana kroku w lewo

Takt 2 – boczna zmiana kroku w prawo

Takt 3-4 – polka w parze w obrocie przy chwycie zwykłym

---

## Wersja V

Ustawienie: Tancerz i tancerka stoją obok siebie zwróceniem twarzami w I kierunku tańca,

Trzymanie: Bez trzymania

Takt 1 – boczna zmiana kroku od siebie

Takt 2 – boczna zmiana kroku do siebie

Takt 3-4 – polka w parze w obrocie przy chwycie zwykłym

Boczna zmiana kroku wykonywana w jednym takcie

Takt 1 - na „raz” odstawienie lewej nogi w bok

na „i” dosunięcie prawej nogi z przeniesieniem ciężaru ciała na prawą nogę

na „dwa” odstawienie lewej nogi w bok

na „i” dosunięcie prawej nogi bez przeniesienia ciężaru

Takt 2 – tak jak takt 1 ale z powrotem (zaczyna prawa noga)

# TROJAK

## Trojak

Accordion

WSTEP

Tempo chodzonego ♩ = 120

9

19

2. Tempo polki

31

Tempo chodzonego ♩ = 120

43

52

Tempo polki

64

76



- Metrum: Część I -  $\frac{3}{4}$   
Część II -  $\frac{2}{4}$
- Ustawienie: Tancerz w środku pomiędzy tancerkami
- Trzymanie: Tancerz trzyma za ręce tancerki unosząc je do przodu. Ręce zewnętrzne tancerek na biodrach lub uniesione skośnie w bok. Mogą także założyć ręce pod łokieć tancerza.
- Taniec dwuczęściowy ( część I – wolna, część II – szybka)

---

## Wersja I

(Janina Marcinkowa, Krystyna Sobczyńska „Pieśni Taniec i Obrzędy Górnego Śląska” str. 132-135)

### Część I

- „Takt 1. na „raz” – krok w przód prawą nogą na całą stopę ze zgięciem kolana na „dwa – uniesienie wyprostowanej lewej nogi ukosem w prawo przed prawą nogą, równoczesne wspięcie na palce prawej nogi. Ruch płynny, miękki, zharmonizowany i łączący się z krokiem uprzednio (na „raz”) wykonanym, na „trzy” – miękkie opadnięcie na całą stopę prawej nogi, lewa noga pozostaje uniesiona. Przy uniesieniu nogi tułów nieznacznie pochyla się w lewą stronę – co w przebiegu tańca powoduje falisty ruch postaci
- Takt 2. Podobnie jak w taktach 1, lecz symetrycznie. Rozpoczyna krok lewą nogą, prawa zostaje uniesiona ukosem w lewo w bok.
- Takt 3-16. Te same kroki powtarzają się do końca melodii. Kroki z unoszenie nóg mogą być wykonane z przesuwaniami się tańczących nie tylko w przód, lecz także w bok lub w tył. W taktach 8-16 tańczący zamiast uniesienia nogi ukosem w bok dostawiają ją do nogi obciążonej i opadając na całe stopy wykonują ukłon (chłopcy pochylają głowę i barki, dziewczęta zginają kolana). Po ukłonie może nastąpić zmiana kierunku.
- Np. Takt 1-7 – trojka posuwa się w przód; takt 8 – ukłon; takt 9-15 – kroki w tył; takt 16 – ukłon. Inna możliwość: takt 1-7 kroki w bok; takt 8 – ukłon; takt 9-15 kroki przód; takt 16 – ukłon. Przy powtórzeniu I części tańca, która nastąpi po przetańczeniu części II jako druga figura, w taktach 9-15 trójki posuwają się w tył. Tańczący zarówno kroki w przód, jak i w tył wykonują zawsze trochę ukosem w bok. Jeśli prawą nogą – w prawo w bok, przy kroku lewą nogą – w lewo w bok.”

### Część II

„Melodia trojaka w tempie żywym jest parafrazą pierwszej części, w zmienionym metrum na  $\frac{2}{4}$ . W tej części tańca trójki wykonują różne figury taneczne, najbardziej jednak rozpowszechnione jest krążenie tancerza raz z jedną raz z drugą partnerką, w ujęciu pod łokcie (haczyk), krokiem biegu.

Takt 1-4. na „raz”- pierwszego taktu, tancerz klaszcze w dłoń, wykonując przy tym krok z częścią obrotu w stronę partnerki z prawej strony, ta również klaszcze w dłoń, robi krok z częścią obrotu w stronę partnera.

Następnie ujmują się pod prawe łokcie i robią dwa okrążenia wokół wspólnej osi krokiem biegu w rytmie ósemek lub ćwierćnut. Krok w rytmie ósemek jest odpowiednio drobniejszy – nogę stawia się na przedniej części stopy. Ręce zewnętrzne swobodnie uniesione w bok lub w górę. Jeśli krążenie przebiega w rytmie ćwierćnut, to tancerz i tancerka przedramię uniesionej w górę ręki zginają i prostują (również w rytmie ćwierćnut) ruchem wahadłowym do środka i na zewnątrz.

Druga tancerka w tym czasie obraca się w lewo w miejscu, krokami biegu w rytmie ćwierćnut. Starsze kobiety przeważnie stoją w miejscu, czekając na swoją kolej krążenia z partnerem.

Takt 5-8. Tancerz i partnerka z lewej strony wykonują dwa okrążenia, w ujęciu pod lewe łokcie (przebieg okrążenia jak w opisie poprzedniego czterotaktu)

na „raz” taktu 5 oboje klaszczą w dłonie. Tancerka z prawej strony stoi bez ruchu lub obraca się w prawo w miejscu  
Takt 9-16. Powtórzenie ruchów opisanych dla taktów 1-8”

---

## Wersja II

(Janina Marcinkowa, Krystyna Sobczyńska „Pieśni Taniec i Obrzędy Górnego Śląska” str. 132-135)

Ustawienie: Trójka tańczących podaje sobie wewnętrzne ręce.

### Część I

„Takt 1- na „raz”- wykonują posuwisty krok w przód – tancerz lewą nogą, tancerki prawą ze zgięciem kolana,  
na „dwa” – dosuwają drugą nogę, bez przeniesienia na nią ciężaru ciała, prostując kolano nogi obciążonej  
na „trzy” – zatrzymanie ruchu.

Takt 2-Posuwisty krok w przód – tancerz prawą nogą, tancerki lewą – i dosunięcie drugiej nogi.

Takt 3-na „raz”- tancerki wykonują krok w przód prawą nogą na całą stopę,  
na „dwa-trzy” – unoszą lewą nogę ukosem przed prawą ruchem ciągłym, trwającym półnutę

Tancerz- na „raz” – wykonuje krok lewą nogą na całą stopę.

na „dwa-trzy” – unosi prawą nogę ukosem przed lewą, zwracając się przy tym w stronę partnerki po lewej stronie.

Takt 4 – wykonany symetrycznie – tancerz unosi lewą nogę i zwraca się w stronę partnerki po prawej stronie.

Takt 5-16. Trzykrotne powtórzenie ruchów opisanych dla taktów 1-4, z ewentualną zmianą kierunku posuwania się.

### Część II

Takt 1-4. Tancerz krąży z partnerką z prawej strony w ujęciu pod prawe łokcie, stosując krok biegu w rytmie ósemek lub ćwierćnut. Druga partnerka w tym czasie okrąża parę krokiem biegu w rytmie ósemek, posuwając się w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara.

Takt 5-8. Tancerz krąży z partnerką z lewej strony w ujęciu pod lewe łokcie. Tancerka z prawej strony obiega w tym czasie krążącą parę, posuwając się w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara.

Takt 9-16. To samo co w taktach 1-8.”

---

## Wersja III

(Janina Marcinkowa, Krystyna Sobczyńska „Pieśni Taniec i Obrzędy Górnego Śląska” str. 135-137)

Część I tak jak w Wersji I lub w Wersji II

### Część II

„Takt 1-2. Tancerz i dwie tancerki trzymają się za ręce. Tancerka z prawej strony biegnie krokami biegu w rytmie ósemek przed chłopcem, przebiega z lewej strony pod bramką utworzoną przez uniesione ręce chłopca i dziewczyny, okrąża tancerza od tyłu i wraca na swoje miejsce. Tancerz pociągnięty przez obiegającą go partnerkę, obraca się w lewo w miejscu pod swoją ręką. Tancerka z lewej strony chłopca w tym czasie stoi w miejscu lub obraca się w prawo naokoło swej osi pod uniesioną swoją prawą ręką i lewą partnera.

Takt 3-4. Tancerza okrąża partnerka z lewej strony – powtarzając symetrycznie kolejne ruchy opisane dla taktów 1-2

Następna możliwość równie powszechnie znana jak poprzednie; tancerz trzymając za ręce obydwie tancerki stoi w miejscu, wykonuje przytupy w taktach 3 i 4. Tancerki obiegały tancerza naokoło w następujący sposób:

Takt 1-2. Tancerz i obydwie tancerki unoszą w górę złączone ręce. Obie tancerki biegną po linii łuku przed chłopcem, zbliżając się do siebie. Mijają się w ten sposób, że tancerka z prawej strony przebiega pod lewą ręką chłopca i prawą drugiej jego partnerki. W ciągu dwóch taktów ośmioma krokami w rytmie ósemek zataczają półkole przed chłopcem, przy tym zmieniają miejsce. Tancerz kieruje partnerkami – krzyżuje ręce nad swoją głową, prowadzi w górze prawą rękę pod lewą.

Takt 3-4. Tancerz silnie zgina kolana i w każdym takcie wykonuje po trzy przytupy w miejscu w rytmie dwie ósemki i ćwierćnuta. Prowadząc partnerki poza sobą lewą rękę przenosi pod prawą. Partnerki biegną w rytmie ósemek i mijają się za plecami chłopca, następnie wracają na swoje miejsca.

Takt 5-8. Tancerki powtarzają krążenie wokół partnera. Teraz druga tancerka (ta, która zaczyna krążenie w takcie 5 z lewej strony partnera) przebiega pod złączonymi rękami – prawą tancerza i lewą ręką drugiej partnerki. W takcie 8 obydwie tancerki wracają na swoje miejsca.

Takt 9-16. Powtórzenie taktów 5-8

Tancerki biegnąc pochylają się trochę w przód. Tancerz złączone ręce przenosi po liniach kolistych, swobodnie manipulując rękami tak, aby ułatwić tancerkom obieganie i nie dopuścić do zderzenia.

Trojaka i dziś jeszcze tańczą na Śląsku na zabawach. Powtarzają I część jednakowo lub z małymi zmianami, w II natomiast przy każdym kolejnym powtórzeniu stosują inną odmianę.”

---

## Wersja IV

(Jan Tacina „Śląskie tańce ludowe tom III Górny Śląsk str. 124-127)

### Część I

Takt 1-2. Krokiem sześciomiarowym postępują do przodu, zamiast kroku chodzonego stosują także następujący krok:

Takt 1-na „raz” krok do przodu lewą nogą  
na „dwa” dosunięcie prawej nogi  
na „trzy” krok do przodu lewą nogą

Takt 2- to samo drugą nogą: prawa, lewa, prawa

### Część II

Tancerz unosząc rękę (tańczący nadal się trzymają) tworzy bramkę, pod którą wprowadza jedną z partnerek i obraca się. Następnie wykonuje to samo w przeciwną stronę, zmieniając role tancerek. Odbywa się to w czterotaktach muzycznych. Obroty te wykonuje się początkowo niezbyt szybko, a potem coraz szybciej

---

## Wersja V

(Jan Tacina „Śląskie tańce ludowe tom III Górny Śląsk str. 125)

### Część I (metrum $\frac{3}{4}$ )

Takt 1-na „raz”- krok lewą nogą  
na „dwa”- położenie prawej nogi przodem przed lewą  
na „trzy”- zatrzymanie ruchu.

Takt 2-to samo w przeciwną stronę nogą prawą

Takt 3-16- tak jak takty 1-2.

### Część II (metrum $\frac{2}{4}$ )

Przy haczykowym chwycie ramion wykonujemy obroty, krążenie wokół wspólnej osi dla pary:

Takt 1-4- z tancerką z lewej strony w prawo ( II kierunek tańca)

Takt 5-8- z tancerką z prawej strony w lewo ( I kierunek tańca)

### Część II (inna odmiana)

Takt 1-2- tancerz wykonuje 4 kroki do tyłu

tancerka wykonuje 4 kroki do przodu  
Takt 3- 3 przytupy w miejscu („raz” „i” „dwa”)  
Takt 4- tak jak takt 3  
Takt 5-8 tak jak takt 1-4 ale wracamy do trójki.

---

## Wersja VI

(Jan Tacina „Śląskie tańce ludowe tom III Górny Śląsk str. 126)

### Część I (metrum $\frac{3}{4}$ )

Takt 1-na „raz”- przełożenie prawych nóg przed lewymi  
na „dwa-trzy)- zatrzymanie ruchu  
Takt 2-na „raz- powrót prawych nóg obciążenie ich  
Na „dwa-trzy”- zatrzymanie ruchu  
Takt 3-4- tak jak takt 1-2 ale prawymi nogami

### Część II (metrum $\frac{2}{4}$ )

Takt 1-8. Na pierwszą miarę rytmiczną wszyscy klaszczą w dłonie, a środkowy tancerz klęka na jednym kolanie. Całość wykonuje się w ośmiu taktach muzyki. W czterech taktach obiega klęczącego tancerza najpierw tancerka prawa, w następnych czterech taktach – tancerka lewa. Klęczący tancerz podaje lewą rękę prawej tancerce do chwytu w górze w celu utworzenia bramki. Krokiem bieranym półmiarowym obie tancerki przechodzą przodem, przy czym tancerka nieuchwycona przechodzi pod bramką. W drugim czterotakcie klęczący tancerz podaje prawą rękę lewej partnerce do chwytu w górze, aby utworzyć bramkę. Przechodzi pod nią druga tancerka.

---

## Wersja VII

(Jan Tacina „Śląskie tańce ludowe tom III Górny Śląsk str. 126)

### Część I (metrum $\frac{3}{4}$ )

Krokiem zwykłym postępują do przodu.

### Część II (metrum $\frac{2}{4}$ )

Tancerki trzymają tancerza za palec wskazujący. Uchwycone i uniesione wwyż ręce tworzą bramki. Tancerki co dwa takty, przechodząc na przemian pod bramkami przeciwnymi, okrążają tancerza. Rozpoczyna tancerka prawa, a następnie lewa.

### Część II (inna odmiana)

Co dwa takty wykonują obroty przy haczykowym chwycie ramion z dwiema tancerkami na przemian.

---

## Wersja VIII

(Jan Tacina „Śląskie tańce ludowe tom III Górny Śląsk str.127)

### Część I

Stojąc w miejscu, wymachują uchwyconymi rękami. Tylko tancerz przestępuje rytmicznie z nogi na nogę

### Część II

Wykonuje się obroty przy haczykowym chwycie ramion raz z tancerką prawą, drugi raz z tancerką lewą, na zmianę. Przy obrotach posuwają się nieco do przodu, aby nie stać ciągle w tym samym miejsc

# KOZIORAJKA

## Koziorajka

$\text{♩} = 110$

11

23

34

45

56

68

Metrum: 2/4

Ustawienie: Tancerz w środku pomiędzy tancerkami, plecami w kierunku tańca tworząc kółeczko; lub trzymają się za ręce tworząc linię.

Trzymanie: Tancerze podają sobie ręce. Ręce niezłączone, swobodnie opuszczone lub oparte otwartą dłonią w pasie.

---

(Janina Marcinkowa – „Folklor taneczny beskidu śląskiego” st. 191-193)

### Część I

Takt 1 – 3 – Tańczący krążą po obwodzie koła w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara. Wykonują jedno okrążenie. Posuwają się krokami chodu w rytmie ćwierćnutowym lub podskokami. W każdym takcie na „raz” wykonują krok, na „i” podskok. Na „dwa, i” taki sam krok i podskok drugą nogą. Rozpoczynają prawą nogą.

Takt 4 – Przytup w miejscu, w rytmie dwie ósemki ćwierćnuta.

Takt 5 – 8 – Powtórzenie ruchów opisanych dla taktów 1 – 4, z tą różnicą, że rozpoczynają lewą nogą i kreślą w kierunku zgodnym z ruchem wskazówki zegara.

Takt 9 – 16 – To samo co w taktach 1 – 8.

### Część II

Tańczący zwracają się przodem do środka koła. Wykonują szkrobok – przesunięciem zmiana nóg jednej w przód, drugiej w tył. W tym tańcu krok ten wykonują skocznie, ale również na całych stopach.

Takt 17 – na „raz” – przeskokiem wysunięcie prawej nogi w przód, lewej w tył, na „dwa” – zatrzymanie ruchu do końca taktu.

Takt 18 – na „raz” – przeskokiem wysunięcie lewej nogi w przód, prawej w tył, na „dwa” zatrzymanie ruchu

Takt 19 – To samo co w takcie 17 i 18, tylko w szybszym tempie.

na „raz” – prawa noga w przód, lewa w tył.

na „dwa” – lewa w przód, prawa w tył.

Takt 20 – Zeskok na obydwie nogi.

### Część III

Znana figura krążenia to z jedną, to z drugą partnerką w ujęciu w haczyk. Tancerz co dwa takty zmienia partnerkę, wykonując czterema krokami biegu jedno okrążenie. Z partnerką z prawej strony krąży w ujęciu pod prawe łokcie, z partnerką z lewej strony pod lewe łokcie. Zewnętrzne ręce uniesione w górę. Na „raz” taktu 21 tancerz klaszcze w dłonie.

# DRUCIORZ

## Druciorz

Musical score for "Druciorz" in G major, 2/4 time. The score consists of six staves of music with guitar chords and fingering diagrams.

Staff 1: Chords: G D G D G G D G D C D G D

Staff 2 (10): Chords: G D G a G C G C G

Staff 3 (21): Chords: a D G D G C G a D G D

Staff 4 (32): Chords: G D A D A G A D A D A D e A D

Staff 5 (43): Chords: G D G D e A D A D G

Staff 6 (54): Chords: D e A D A

Metrum: 2/4

Ustawienie: Tancerz w środku pomiędzy tancerkami, plecami w kierunku tańca tworząc kółeczko, tancerki ustawione twarzami w kierunku tańca.

---

### Część I

Trzymanie: Tancerze podają sobie ręce tworząc kółeczko.

Takt 1 – na „raz” – Krok w bok. Tancerz lewą nogą, tancerka prawą.

na „dwa” – dostawienie drugiej nogi bez przeniesienia ciężaru ciała.

Takt 2 – tak jak takt 1, ale wykonujemy krok boczny w drugą stronę. Tancerz prawą nogą, tancerki lewą, przesuając się po linii tancerz idzie tyłem.

Takt 3 – 8 – tak jak takt 1 – 2.

### Część II

podskok nożycowy (szkrobok), bez trzymania za ręce

na „raz” – wysunięcie z podskoku jednej nogi do przodu a druga zostaje w tyle

na „dwa” – zmiana nóg – noga z przodu – do tyłu, nogę z tyłu wysunąć do przodu

Takt 1-na „raz” – wysunięcie prawej nogi do przodu lewej do tyłu

na „dwa” – zatrzymanie ruchu

Takt 2 – tak jak takt 1 zmiana nóg

(tancerz może także wykonać krok boczny w lewo i w prawo)

Takt 3-na „raz” wysunięcie prawych nóg

na „dwa” wysunięcie lewych nóg

Takt 4 – na „raz” - wysunięcie prawej nogi do przodu lewej do tyłu

na „dwa” – zeskok na dwie nogi

Uwaga: W taktach 3 – 4 szkroboka wykonujemy indywidualnie, obracając się w miejscu (nie trzymając się za ręce).

### Część III

Krok na podskoku lub krok ćwierćnutowy, krok ósemkowy – znana figura krążenia to z jedną, to z drugą partnerką w ujęciu w haczyk. Tancerz co dwa takty, lub co cztery takty zmienia partnerkę.

Druga tancerka:

- zatacza kółeczko wokół swojej osi
- obiega parę wykonując haczyk
- wykonuje obroty w miejscu



## Spis treści

OBJAŚNIENIA.....	2
OWCZAREK .....	4
CEGLORZ .....	7
ZWODZONY .....	9
KOWOL, KOWOLIK.....	12
ZAJĄCZEK (inna nazwa Drybek).....	14
GOŁĄBEK.....	18
WALOSZEK (walczyk).....	21
GROŻONY .....	23
MAZURKA – KATEGORIA IV .....	26
MAZURKA – KATEGORIA V .....	29
POLKA.....	32
OD BUCZKU DO BUCZKU .....	34
PUSZCZANY .....	36
TROJAK.....	39
KOZIORAJKA.....	44
DRUCIORZ .....	46

**INFORMACJĘ DOTYCZĄCĄ WYDARZEŃ KULTURALNO-NAUKOWYCH  
ORGANIZOWANYCH PRZEZ ZESPÓŁ PIEŚNI I TAŃCA „SILESIAŃIE”  
UNIwersytetu Ekonomicznego w Katowicach  
ODBYWAJĄCYCH SIĘ KAŻDEGO ROKU W LISTOPADZIE**

- ***Ogólnopolski Konkurs Tańca Śląskiego „TROJAK”***,

Zespół Pieśni i Tańca „Silesianie” Uniwersytetu Ekonomicznego w Katowicach od 2010 roku jest organizatorem Konkursu Tańca Śląskiego w formie towarzyskiej „TROJAK”. To autorskie i innowacyjne wydarzenie ma na celu popularyzację dziedzictwa kulturowego regionu Śląska, rozbudzanie ambicji i potrzeby tańca, wzmacnianie więzi rodzinnych, jak również stwarzanie dzieciom, młodzieży oraz osobom dorosłym możliwości aktywnego spędzania wolnego czasu. Jest to pierwsze tego typu muzyczno-taneczne przedsięwzięcie podejmowane na śląskiej ziemi. Konkurs adresowany jest zarówno do uczniów szkół z regionu Śląska, tancerzy zespołów folklorystycznych, jak i niezależnych par oraz trójek tanecznych z całej Polski. W ramach projektu „TROJAK” odbywają się również seminaria naukowe i warsztaty dla nauczycieli wychowania fizycznego oraz instruktorów tańca, podczas których mają możliwość poznania techniki wykonawczej tańców śląskich oraz innych zabaw muzycznych charakterystycznych dla regionu śląskiego.

- ***Ogólnopolski Turniej Tańców Polskich „Śląski Diament”***,

W polskim nieprofesjonalnym ruchu artystycznym pojawiło się w 1994 roku nowe zjawisko. Jest nim organizacja imprez o formule konkursu, na których pary taneczne prezentują swoje umiejętności w tańcach polskich. Nowa forma tańca znalazła akceptację wśród dzieci, młodzieży i dorosłych, o czym świadczy ich liczny udział w dotychczas organizowanych konkursach.

Przedmiotem rywalizacji są te tańce polskie, które w przeszłości stały się popularne na terenie całego kraju i były chętnie tańczone przez różne warstwy społeczne, przez co zyskały nazwę polskich tańców narodowych.

Założone cele:

- popularyzacja polskich tańców narodowych oraz rozbudzanie ambicji i potrzeby ich tańczenia.
- wzmacnianie więzi rodzinnych oraz stwarzanie dzieciom, młodzieży i dorosłym możliwości aktywnego spędzania wolnego czasu.
- pielęgnowanie tradycji polskiej i ochrona dziedzictwa kulturowego. Profilaktyka przed uzależnieniem dzieci i młodzieży.

- ***Ogólnopolska Konferencja Naukowa „Biznes w kulturze-kultura w biznesie”***

Ogólnopolska Konferencja ma na celu ukazanie aktualnych problemów funkcjonowania jednostek kultury, w kontekście uwarunkowań turbulentnego otoczenia a rozważania te zostaną podjęte zarówno w ujęciu teoretycznym, jak i empirycznym.

W trakcie konferencji zaprezentowane zostaną więc dwa podejścia: naukowe oraz praktyczne. Podejście naukowe będzie uwzględniało teoretyczne aspekty zmian w funkcjonowaniu współczesnych podmiotów sfery kultury. Z kolei podejście praktyczne pozwoli ukazać ów problem z punktu widzenia rzeczywistej działalności jednostek kultury oraz szans i barier, które napotykają w swojej aktywności wobec zmian dokonujących się w otoczeniu. Tym samym, założeniem konferencji jest stworzenie platformy wymiany doświadczeń pomiędzy uczestnikami, reprezentującymi zarówno środowisko akademickie, jak i praktykę życia gospodarczego.

Muzyka - <https://www.ue.katowice.pl/jednostki/zespol-piesni-i-tanca-silesianie/trojak/muzyka.html>  
Skrypt - <https://www.ue.katowice.pl/jednostki/zespol-piesni-i-tanca-silesianie/trojak/materialy-szkoleniowe.html>

Nagranie tańców śląskich - <https://www.ue.katowice.pl/jednostki/zespol-piesni-i-tanca-silesianie/seminaria-i-warsztaty/tance-slaskie.html>

Organizator: Zespół Pieśni i Tańca „Silesianie” Uniwersytetu Ekonomicznego w Katowicach, ul. 1 Maja 50, 40-287 Katowice, Tel/fax +48 32 257 72 38, e-mail: [biuro@silesianie.pl](mailto:biuro@silesianie.pl), [www.ue.katowice.pl/silesianie](http://www.ue.katowice.pl/silesianie).  
Współorganizator: Stowarzyszenie Folklorystyczne „Silesianie”