

Polka je nagel, živahen ljudski ples. Je tudi drugo ime za slovensko narodno zabavno glasbo.

Ritem štejemo do dva. Pri plesu plesalec položi roki plesalki na boke v višini pasu, plesalka pa da roki plesalcu na ramena. Ko boste gledali posnetke na spletu bodite pozorni tudi na to, kako sta plesalca oblečena. Večino ljudskih plesov se pleše v narodni noši.

Poskusi ples zaplesati z mamico in očkom.

Želim ti veliko zabave.



V zvezek za glasbo zapiši:

Polka je nagel in živahen ljudski ples. Ritmično štetje je 1,2. Polko plešemo v paru.