

W muzyce tanecznej ważnymi czynnikami są:

- Rytm
- Metrum
- Tempo

W różnych regionach tańczono najrozmaitsze tańce ludowe. Możemy wyróżnić pięć polskich tańców narodowych:

- Polonez
- Krakowiak
- Kujawiak
- Mazur
- Oberek

## POLONEZ

Polonez nazywany był inaczej powolny, chodzony, pieszy. Jest to taniec w metrum  $\frac{3}{4}$ , w tempie umiarkowanym o charakterze dostojnym i uroczystym. Tańczy się go parami w korowodzie.

### LINKI DO POSŁUCHANIA:

[https://www.youtube.com/watch?v=\\_rB-VBCNUdE](https://www.youtube.com/watch?v=_rB-VBCNUdE)

[https://www.youtube.com/watch?v=\\_PpfJUDGyBI](https://www.youtube.com/watch?v=_PpfJUDGyBI)

[https://www.youtube.com/watch?v=h8LFJ6So\\_ss](https://www.youtube.com/watch?v=h8LFJ6So_ss)

<https://www.youtube.com/watch?v=dPnDFk64cl8>

<https://www.youtube.com/watch?v=qZKliJgxUTI>

<https://www.youtube.com/watch?v=Um23izRRPUs>

<https://www.youtube.com/watch?v=KHWEc2WWQBs>