

LA POLKA DES LAPINS

Francia

Provenienza :	Poitou - Francia
Titolo:	"La polca dei conigli"
Fonte e notazione:	Silvio Lorenzato 2002
Musica:	propria "La polka des lapins"
Disposizione :	tutti in cerchio, fronte al centro, legame per mano a V
Struttura:	introduzione ed eseguire la sequenza come descritto
Adatto per :	SI - SE (1° ciclo)

Introduzione: 4 battute

VERSIONE PER BAMBINI O PER ANIMAZIONI

Salutare i vicini con orecchio destro, poi sinistro (con ritmo)

Passeggiata in cerchio:

8 passi in senso orario e 8 passi ritorno in senso antiorario

Salutare con le due orecchie muovendo la testa a destra e a sinistra

Passeggiata in cerchio:

8 passi in senso orario e 8 passi ritorno in senso antiorario

Muovere la coda:

con un saltello girarsi fronte esterna (senza legame per mano)

e muovere il bacino a destra e a sinistra, seguendo il ritmo

Tornare fronte al centro

Passeggiata in cerchio:

8 passi in senso orario e 8 passi ritorno in senso antiorario

Braccia piegate e mani a "zampetta" saltelli in avanti verso il centro e ritorno

Passeggiata in cerchio:

8 passi in senso orario e 8 passi ritorno in senso antiorario

E inchino finale.