**ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ**

**Ε & ΣΤ ΤΑΞΗ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ**

**Παραδοσιακός χορός**

***11ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΓ.ΑΝΑΡΓΥΡΩΝ***



**Ας αρχίσουν τα όργανα**

Πολλοί παραδοσιακοί χοροί συνοδεύονται από όργανα, τα οποία χωρίζονται σε κατηγορίες, ανάλογα με τον τρόπο με τον οποίο βγαίνει ο ήχος τους. Οι κατηγορίες αυτές είναι:

**Μεμβρανόφωνα**

 Νταούλι Ντέφι με ζίλια Τουμπελέκι

**Αερόφωνα**

   Ζουρνάς Φλογέρα Γκάιντα

**Χορδόφωνα**

**  **

Μπουζούκι Λαγούτο Λύρα

**Ιδιόφωνα**

  

Ζίλια Κουδούνι Ροκάνα ξύλινη

Τα όργανα αυτά δημιουργούν μελωδίες, οι οποίες σε συνδυασμό με την ποίηση και τον χορό μεταφέρουν από γενιά σε γενιά τον ελληνικό πολιτισμό.



Ο πεντοζάλης είναι χορός ιδιαίτερα διαδεδομένος σε ολόκληρη την Κρήτη, χορεύεται από άντρες και γυναίκες. Πήρε το όνομα του από τον αριθμό των χορευτικών του βημάτων και από την λέξη «ζάλο» που στην κρητική διάλεκτο σημαίνει βήμα, δηλαδή πέντο-ζάλη = τα πέντε βήματα. Είναι καθαρά πολεμικός χορός. Το μαύρο (σαρίκι) που φορά στο κεφάλι ο χορευτής μαρτυρά τις θυσίες του κρητικού λαού. Στην εισαγωγή του χορού (Σιγανός) τα βήματα είναι ήρεμα και στην συνέχεια ο ρυθμός γίνεται πιο γρήγορος.



Ένα από τα πιο γνωστά παραδοσιακά κρητικά τραγούδια πεντοζάλι- Μες του Μαγιού τις μυρωδιές είναι το παρακάτω:

<https://safeYouTube.net/w/LxdH>



Για την εύκολη κατανόηση των βημάτων αλλά και του ρυθμού παρακολουθείστε τον παρακάτω σύνδεσμο πατώντας CTRL + κλικ την διδασκαλία του χορού με μέτρημα και με μουσική.

<https://safeYouTube.net/w/U0dH> α +β +γ μέρος με μέτρημα και με μουσική.



Καλή διασκέδαση!

Θα τα πούμε σύντομα

Οι γυμναστές σας