

Tarvitsen sinua –

askelikot, otteet, vakio-osat ja liikelauseet

Tanhulähettäjä: Siiri Suoniemi

Musiikki: For Sara, säv. Antti Järvelä

Musiikin rakenne:

AA

AABB

AABB

VÄLIOSA 16 tahtia

AABB

AA

A: Pienet (aikuinen ja lapsi pari + alle koulu ikäiset)

Askelikot: kävely, juoksu (käsikädessä tai sylissä)

Otteet: käsi kädessä, kädet käsissä, sylissä/kannossa, olalla

Vakio-osat: piiri, piiri vastuus, ketju, paripyörintä

Liikelauseet:

Lentosarja aikuinen ja lapsi pareille (kesto 4 tahtia)

1-2 lapsen olalle vienti

Lapsi seisoo aikuisen edessä selkä aikuiseen päin. aikuinen vie kädet olkapäiden etupuolelta ja tarttuu käsillä tukevasti lapsen vyötäröstä kiinni niin, että peukalot jäävät lapsen vartalon etupuolelle ja muut sormet takapuolelle. Lapsi viedään olalla pienen heilautuksen avulla sivukautta. Tällöin lapsen kasvot käännetään parin taustaa kohti ja vatsa asetetaan olkapäälle. (lapsen pää ei mene alaspäin noston aikana)

3-4 kahdella valssin askeleella ympäri

Opeteltava kummankin olan kautta ja kumpaankin suuntaan pyörähtäen. Sarjan jälkeen lasta lennätetään olalla. Alas voi tulla samaa reittiä kuin ylös eli kyljen kautta tai kuperkeilla, jos sen on tuttu.

B:

Askelikot: valssin perusaskel yksin eteenpäin ja taaksepäin, juoksu, kävely

Otteet: käsi kädessä, kädet käsissä, trapetsiote, kädet parin olalla

Vakio-osat: piiri, piirivastuu, ketju, tukki, paripyörintä, portti

Liikelauseet:

Heilautussarja B (kesto 8 tahtia)

1-4: 4 jalanheittoa

5-8: lenkki valssilla takakautta itseä ympäri

Opeteltava sekä vasempaan, että oikealle alkaen.

C:

Askelikot: valssin askel eteen ja taakse yksin ja parin kanssa, valssin oikea käännös yksin, etuaskel-rytmi (askeleet tahdin ensimmäiselle ja kolmannelle), juoksu, kävely

Otteet: käsi kädessä, kädet käsissä, tanssiote, trapetsiote, yläote

Vakio-osat: piiri, piirivastuu, ketju, paripyörintä, portti

Liikelauseet:

Heilautussarja C (kesto 8 tahti)

1-2 kaksi jalan heilautusta

3-4 "pitkä heilautus" sivusakel etuaskel rytmisesti (1-3-1)

5-8 kuten tahdit 1-4, mutta alkaen toiseen suuntaan

Opeteltava sekä vasempaan, että oikealle alkaen.

Aaltokädet (kesto 4 tahtia)

1-2 askeleet etuaskelrytmillä (1-3-1) eteenpäin, kädet samalla etukautta ympäri pyörähtäen jääden ylös

3-4 etuaskelrytmillä (1-3-1) peruuttaen, kädet samalla etukautta ympäri pyörähtäen jääden alas

Opeteltava sekä vasemmalla, että oikealla alkaen.

D:

Askelikot: valssin askel eteen ja taakse yksin ja parin kanssa, valssin oikea käännös parin kanssa, etuaskel-rytmi (askeleet tahdin ensimmäiselle ja kolmannelle), juoksu, kävely

Otteet: käsi kädessä, kädet käsissä, tanssiote, trapetsi ote, yläote

Vakio-osat: piiri, piirivastuu, ketju, paripyörintä valssin oikealla käännöksellä piirissä vp., portti

Liikelauseet:

Parisarja (kesto 8 tahti)

Parit tanssivat vastakkain kädet käsissä ja alkavat paritanssijaloilla viejä vasemmalla ja seuraaja oikealla.

1: sivulle – parin välistä läpi - itsensä taa

2: parin kautta ympäri kolme askelta

3: jalan heilautus

4: ympäri parin kautta kolme askelta (päädy rinnakkain käsi käteen)

5: paritanssijalka astuu eteen tahdin ensimmäisellä, toinen koukkaa edestä

6: koukkaava jalka (sisäjalka) astuu tahdin ensimmäisellä taakse

7: lenkki kolmella askeleella pois päin parista (päädy kädet käsissä vastakkain)

8: vetovasteessa alas ja ylös

Yksilösarja (kesto 8 tahtia)

1: oikea-vasen-oikea/eteen-taakse-taakse/kädet ristikkäin ympäri oikea eteen ja vasen taakse lähtien

2: valssin askel ympäri vasemman kautta/kädet vartalon etupuolelle ns. alavepsä asentoon

3: valssin askel peruuttaen/kädet ympäri takakautta eteen

4: jalat yhdessä kädet aukeavat keskilinjan kautta ylös ja sivukautta alas

5-8: samat vaiheet alkaen vasemmalla