



***Elżbieta Skubiszewska-Herman***



***Podręcznik  
do nauki gry na skrzypcach  
dla początkujących***

ISMN: 979-0-9020186-3-0



## Elżbieta Skubiszewska-Herman

Ukończyła z wyróżnieniem szczecińską filię Akademii Muzycznej im. I. J. Paderewskiego w Poznaniu a także studia podyplomowe AM w Poznaniu w specjalności kameralistyka, w klasie prof. Henryka Tritta. Umiejętności swoje doskonaliła na ogólnopolskich i międzynarodowych warsztatach muzycznych pod kierunkiem wybitnych pedagogów: prof. Iwony Wojciechowskiej, prof. Janusza Kucharskiego, prof. Bartosza Bryły, prof. Jadwigi Kaliszewskiej i prof. Roberta Szredera. Jako skrzypaczka Martini String Quartett koncertowała w różnych częściach Europy i Ameryki Północnej. Praktykę orkiestrową doskonaliła grając w orkiestrze Sinfonietta Polonia ( I, II skrzypce i solistka), Polsko-Niemieckiej orkiestrze Camerata (I skrzypce), Polsko-Niemieckiej Orkiestrze Młodzieżowej Zielona Góra - Frankfurt (II koncertmistrz i solistka) oraz na Międzynarodowych Warsztatach Orkiestrowych BISYOC w Anglii (koncertmistrz).

Jako pedagog prowadziła klasę skrzypiec w Wolszynie, Wschowie i w Poznaniu. Obecnie jest nauczycielką klasy skrzypiec w Państwowej Szkole Muzycznej I i II stopnia w Lesznie. Uczniowie jej są laureatami konkursów makroregionalnych i ogólnopolskich.

**Autor:** Elżbieta Skubiszewska-Herman

**Wydawca:** Bartosz Kurzawa

© Copyright by Elżbieta Skubiszewska-Herman

## Spis treści

<b>Wstęp .....</b>	<b>4</b>
<b>Dobór odpowiedniej wielkości skrzypiec .....</b>	<b>6</b>
<b>Obowiązkowa rozgrzewka przed graniem .....</b>	<b>7</b>
<b>Lekcja 1   Poznanie budowy skrzypiec, źródła dźwięku           i konserwacja instrumentu .....</b>	<b>8</b>
<b>Lekcja 2   Nauka o strunach i prawidłowa postawa przy trzymaniu           skrzypiec.....</b>	<b>13</b>
<b>Lekcja 3   Ustawienie palców lewej ręki. Granie pizzicato.....</b>	<b>19</b>
<b>Lekcja 4   Ułożenie palców prawej ręki na smyczku.....</b>	<b>24</b>
<b>Lekcja 5   Rozwijanie elastyczności palców i niezależności rąk.           Ruchy asymetryczne. Granie pizzicato prawą ręką.....</b>	<b>32</b>
<b>Lekcja 6   Poznanie wartości rytmicznych. Uczenie się zapisu           nutowego. Granie pizzicato z nut.....</b>	<b>38</b>
<b>Lekcja 7   Granie smyczkiem (arco).....</b>	<b>45</b>
<b>Lekcja 8   I pozycja - ustawienie 1. palca na gryfie. Zapis nutowy..</b>	<b>54</b>
<b>Lekcja 9   Podział smyczka. Płynne zmiany strun.....</b>	<b>61</b>
<b>Lekcja 10  Postawienie 2., 3. i 4. palca na strunach.           Zapis nutowy .....</b>	<b>67</b>
<b>Gra planszowa   <i>Zostań wirtuozem</i>.....</b>	<b>74</b>
<b>Akompaniamenty fortepianowe.....</b>	<b>79</b>
<b>Bibliografia, przypisy.....</b>	<b>89</b>

## Wstęp

Podręcznik napisałam z myślą o uczniach szkół muzycznych zaczynających swoją przygodę ze skrzypcami i ich rodziców. Pierwszy rok nauki to czas na przystosowanie się do instrumentu - prawidłowe ułożenie skrzypiec, rozluźnienie rąk. W tym okresie ważne jest, aby nie spieszyć się z przerabianiem nowych utworów, ale robić jak najwięcej ćwiczeń przygotowujących do prawidłowego stawiania palców i trzymania smyczka.

Podręcznik zawiera mnóstwo ilustracji, na których przedstawione są ćwiczenia w formie zabawy. Dzieci często nudzą się powtarzając w kółko te same zadania, albo nawet nie chcą ich wykonywać. Dziesięć lekcji zostało napisane w ten sposób, aby ilustracje były dla nich zachętą do nauki i aby ćwiczenia, które muszą powtarzać nie były nudne, ale pobudzały ich wyobraźnię. Niektóre z ćwiczeń zawartych w *Podręczniku* znane mi są z dawnych lat, kiedy stawiałam swoje pierwsze kroki w nauce gry na skrzypcach. Są też takie, które wypracowywałam sama ucząc w szkole muzycznej i biorąc udział w różnych kursach metodycznych organizowanych przez Centrum Edukacji Artystycznej. Inspirację czerpałam również z książek autorstwa Antoniego Cofalika, Gwendolyn Masin i Simona Fischera, które nieustannie towarzyszą mi w codziennej pracy. Starając się urozmaicić monotonne ćwiczenia, opacowałam grę *Zostań wirtuozem*, która zmienia codziennie powtarzające się schematy w interesującą przygodę.

W podręczniku skupiłam się także na zapisie nutowym, aby uczniowie w bardzo łatwy sposób przyswoili sobie wiedzę w tym zakresie. Pomagają im w tym kolory oraz dodatkowe strony z pięciolinia, aby nie tylko odczytywali nuty, ale także mogli je zapisywać lub nawet tworzyć własne kompozycje.

Na końcu podręcznika, dla harmonicznego urozmaicenia piosenek na dwoje skrzypiec, dodałam akompaniament fortepianowy opracowany przez Bartosza Kurzawę.

Dziesięć lekcji zawarte w podręczniku powinno zająć czas nauki na około pół roku. Mam nadzieję, że w tym okresie książka będzie dużą pomocą w zdobywaniu wiedzy i umiejętności przyszłych młodych artystów.

Elżbieta Skubiszewska-Herman

## DOBÓR ODPOWIEDNIEJ WIELKOŚCI SKRZYPIEC

Uczeń kładzie skrzypce na lewym obojczyku, trzymając głowę na podbródku w taki sposób, aby skrzypce dotykały szyi. Lewą ręką próbuje chwycić w miarę swobodnie w całości ślimaka skrzypiec. Jeśli nie jest to swobodny chwyt, sprawdzamy jeszcze, czy linia nadgarstka kończy się idealnie ze ślimakiem. Gdybyśmy nadal mieli wątpliwości, możemy sprawdzić, czy ramię i przedramię przy trzymaniu skrzypiec w I pozycji tworzą kąt prosty. Najważniejsze jest, aby ramię opadało, a nie było uniesione. Jeśli dalej mamy wątpliwości co do rozmiaru skrzypiec, zawsze lepiej jest wybrać ten mniejszy rozmiar, aby ręka przyzwyczała się do trzymania w górze. Jedynym argumentem do wybrania większego rozmiaru mogą być dosyć szerokie opuszki palców, gdzie na mniejszych skrzypcach może być kłopot, aby swobodnie zagrać najmniejszą odległość (półton).

Wraz z doбором skrzypiec musimy dobrać odpowiednie żeberko, które nakładamy na skrzypce. Jest to niezmiernie istotne, jeśli chcemy, aby uczeń miał prawidłową postawę i komfort grania już od pierwszych lekcji. Złe trzymanie instrumentu może bardzo szybko zniechęcić dogrania lub spowodować trudne do zmiany wady w aparacie gry lub też co gorsza, wady postawy.

### Orientacyjne przykłady doboru skrzypiec



Obowiązkowa rozgrzewka przed graniem,  
zapobiegająca usztywnieniu, pobudzająca mięśnie i umysł:

### 1. Rozciąganie całego ciała:

- ❖ stajemy na palcach, wyciągamy ręce nad głowę i na chwilę stajemy się Elsą wyczarowując ze śniegu najpiękniejsze śnieżynki, potem krzyżujemy ręce z tyłu, rozciągamy klatkę piersiową

### 2. Rozluźnianie rąk i nóg:

- ❖ jedziemy na nartach po śniegu wyczarowanym przez Elsę, robimy wymachy rąk do przodu i do tyłu, uginając przy tym nogi; w pozycji stojącej kołyszemy się dookoła, robiąc rękami ruch wahadłowy

### 3. Krążenia górnych partii ciała:

- ❖ głową lekką jak płatek śniegu robimy krążenia w przód i w tył, a potem, w ten sam sposób robimy krążenia bioder i ramion

### 4. Dotlenianie organizmu:

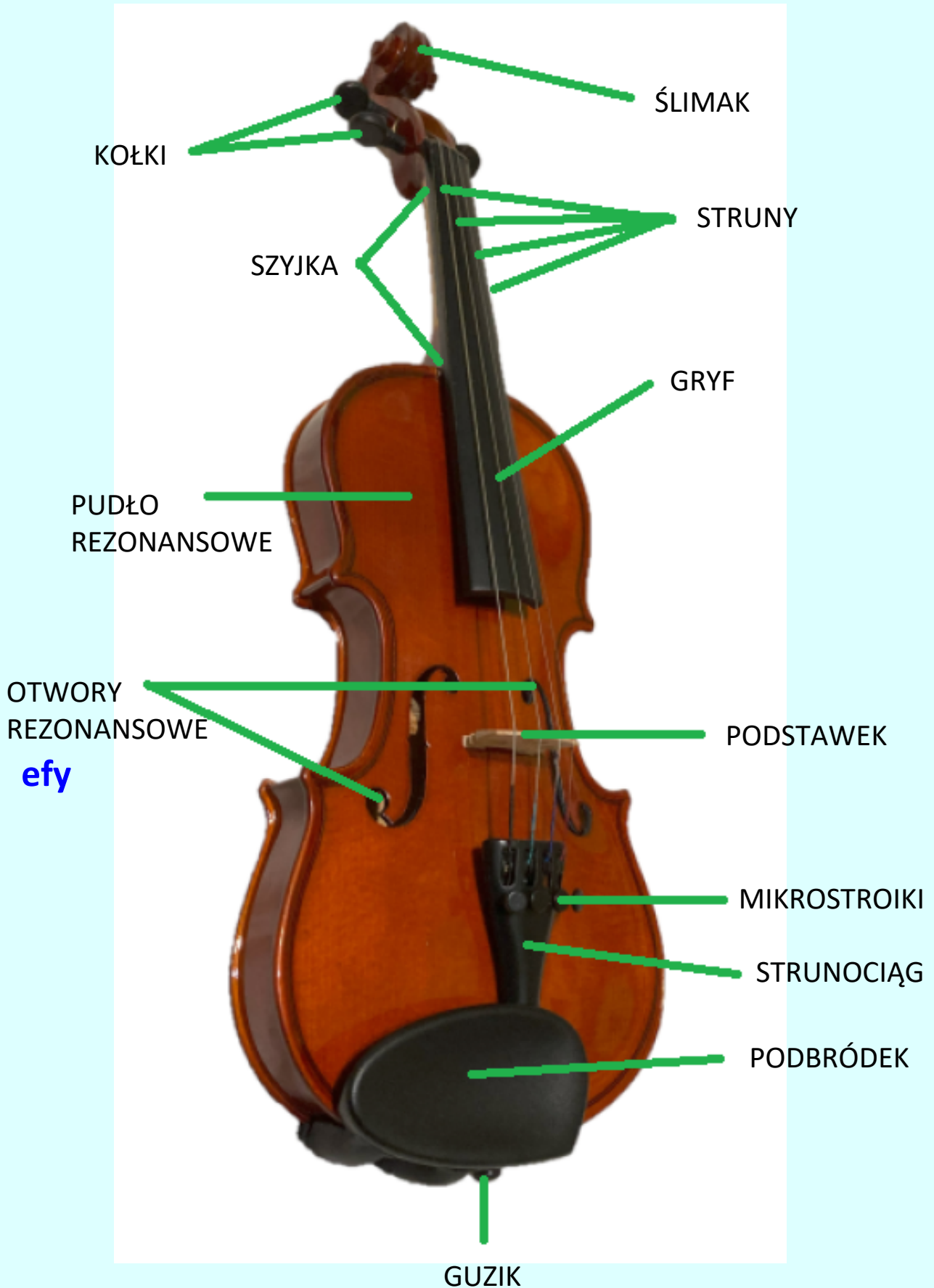
- ❖ bierzemy głęboki wdech (bez podnoszenia ramion) i wydychamy powietrze do wszystkich partii ciała

### 5. Ćwiczenia koordynacyjne

- ❖ chodzimy rytmicznie w miejscu, stając najpierw na palcach, potem na piętach, powtarzamy tak w kółko kilkanaście razy, a następnie do tego ćwiczenia dodajemy ręce i zmieniamy ich położenie przy każdej zmianie nogi - ręce w górę, w przód i w bok

# Lekcja 1

Poznanie budowy skrzypiec, źródła dźwięku i konserwacja instrumentu.

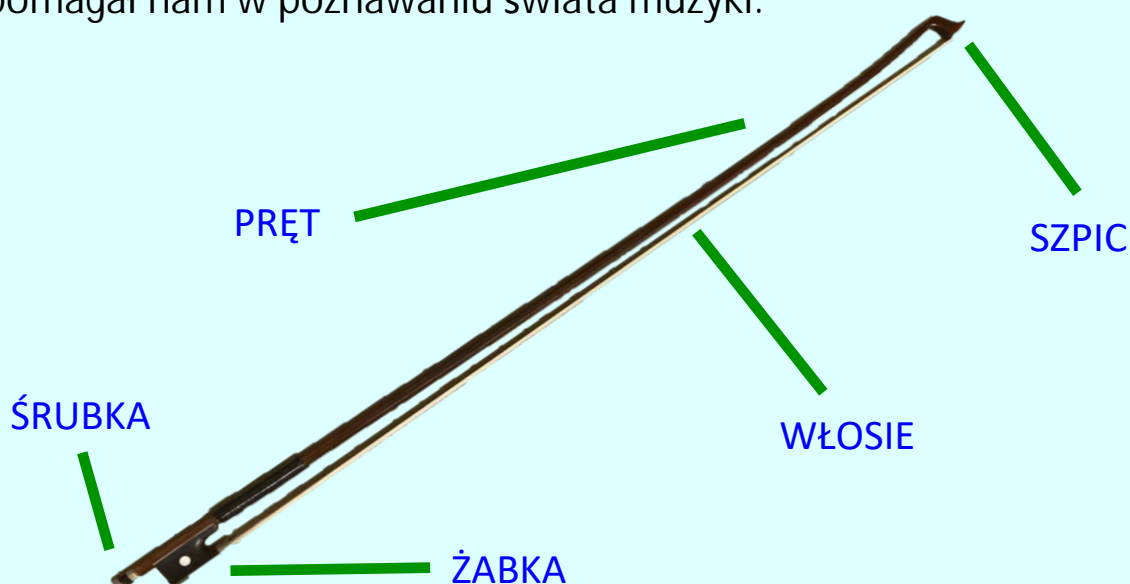


## Jak powstaje dźwięk na skrzypcach?

Pociągnięcia smyczka wprawiają strunę w drganie. Struna przenosi drgania na podstawek. Podstawek z kolei przenosi drgania na płytę górną, a z płyty górnej przez duszę (drewniany kołeczek łączący górną i dolną płytę pudła rezonansowego) na płytę dolną. Powietrze w środku instrumentu tworzy fale dźwiękowe, które są wzmocnione dzięki odbijaniu się od górnej i dolnej płyty. Dźwięk wydobywa się przez otwory rezonansowe zwane efami.

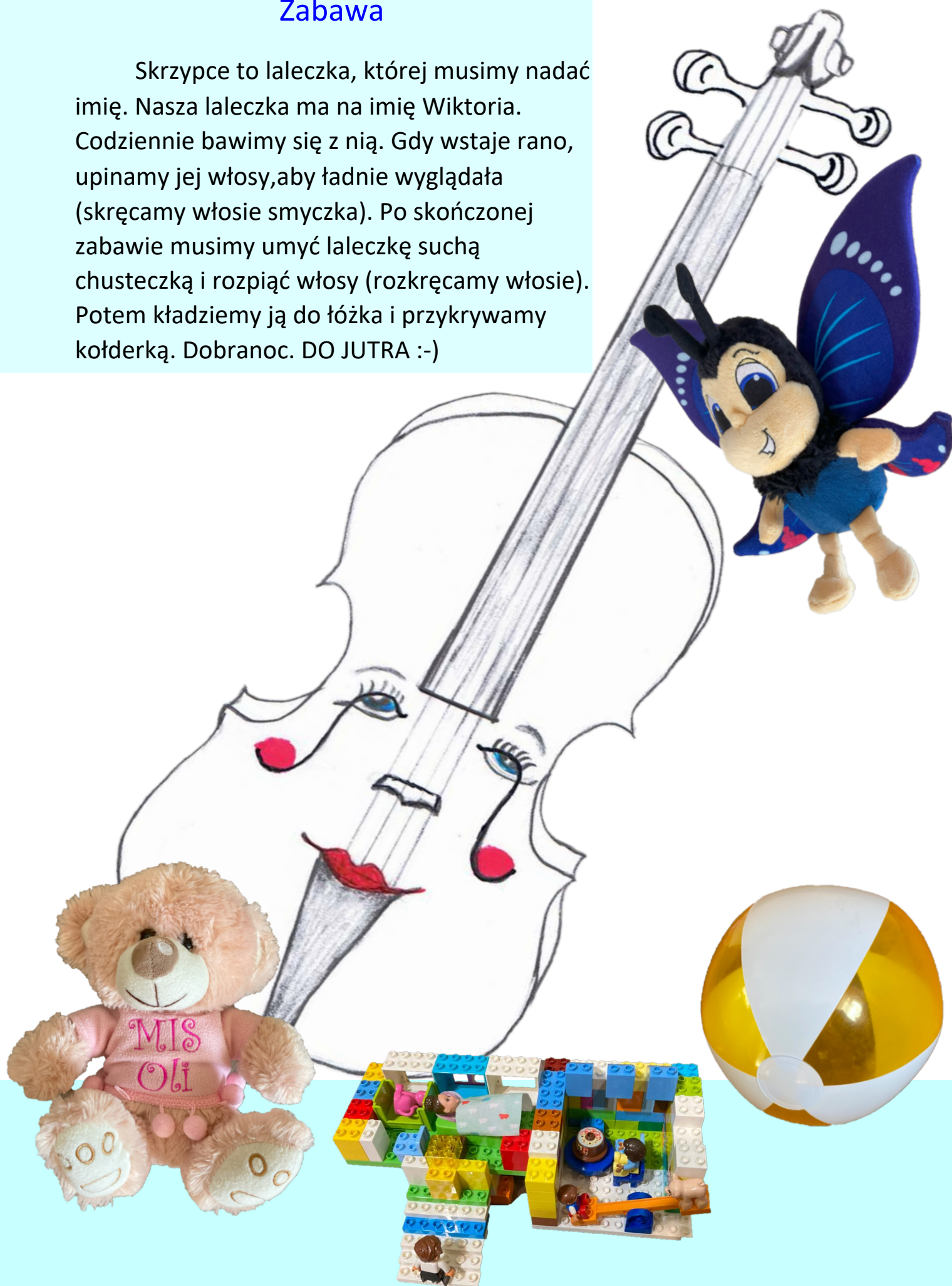
## Konserwacja instrumentu

Przed graniem na skrzypcach należy pamiętać o dokładnym umyciu rąk. Zapobiega to osadzaniu się brudu i tłuszczu z dłoni na powierzchni instrumentu. Skrzypce po każdym graniu czyścimy miękką, suchą, materiałową chusteczką tam, gdzie zebrał się kurz i kalafonia. Wycieramy obszar pod strunami, gryfem, strunociągami i podstawkami. Smyczek smarujemy kalafonią co kilka dni, ale dopiero wtedy, gdy zaczniemy regularne, codzienne ćwiczenia na tym instrumencie. Unikajmy dotykania włosów, aby go nie zatłuścić. Przy zachowaniu podstawowych zasad konserwacji, smyczek będzie służył i pomagał nam w poznawaniu świata muzyki.



## Zabawa

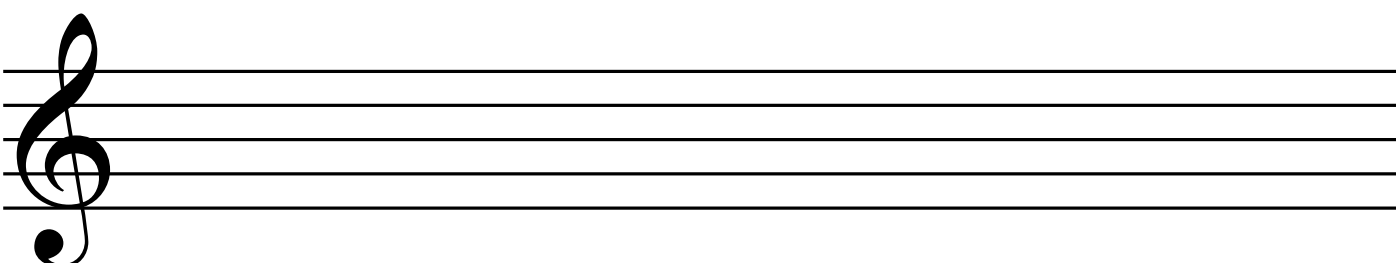
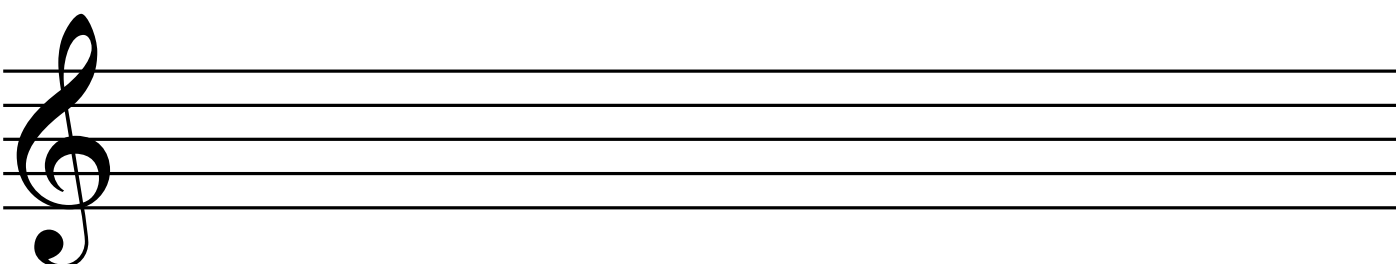
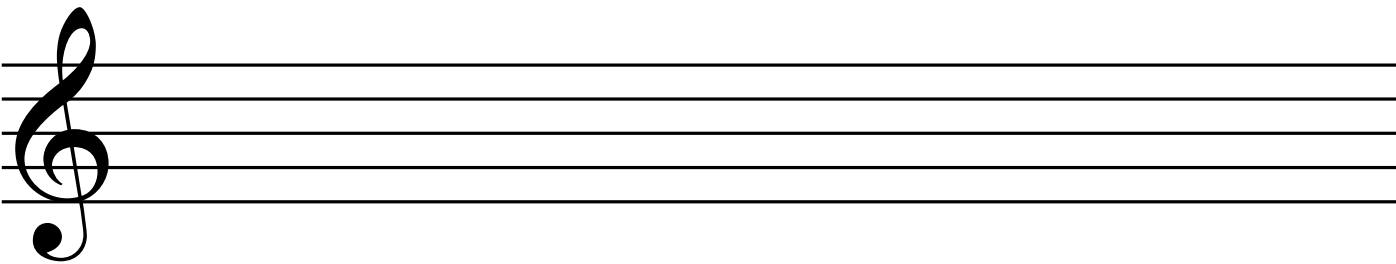
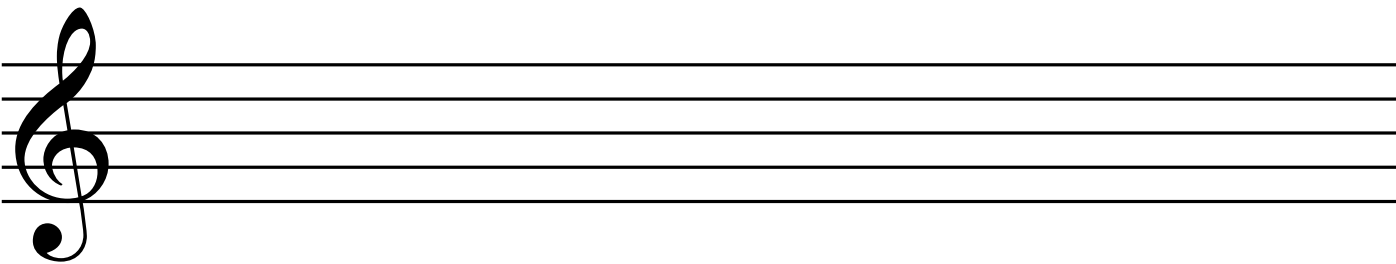
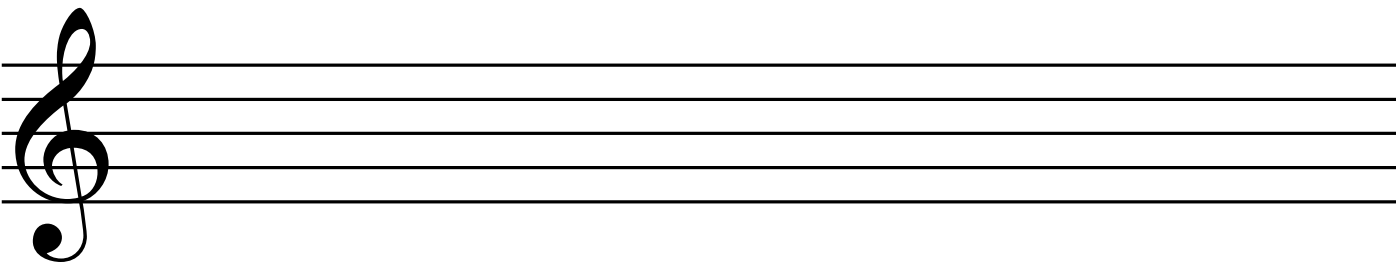
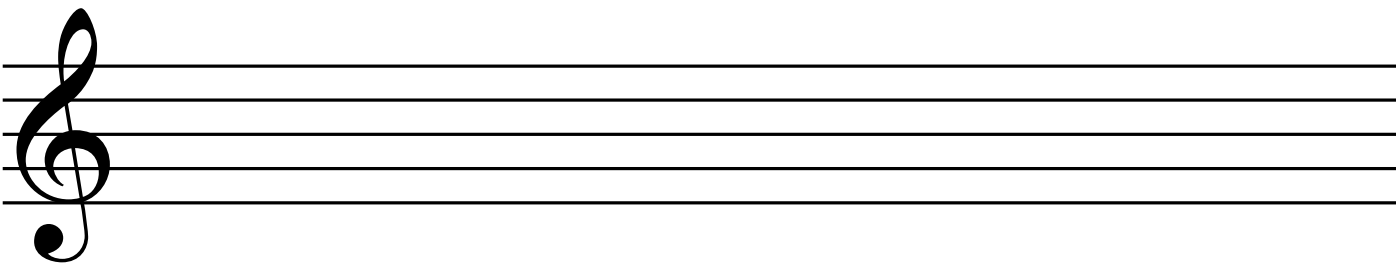
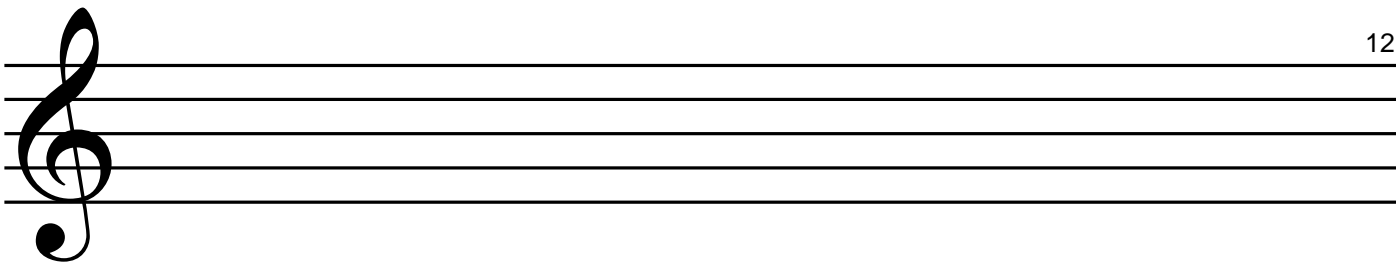
Skrzypce to laleczka, której musimy nadać imię. Nasza laleczka ma na imię Wiktorja. Codziennie bawimy się z nią. Gdy wstaje rano, upinamy jej włosy, aby ładnie wyglądała (skręcamy włosie smyczka). Po skończonej zabawie musimy umyć laleczkę suchą chusteczką i rozpiąć włosy (rozkręcamy włosie). Potem kładziemy ją do łóżka i przykrywamy kołderką. Dobranoc. DO JUTRA :-)



## MIEJSCE NA RYSUNEK SKRZYPIEC

### *Co już wiem i umiem*

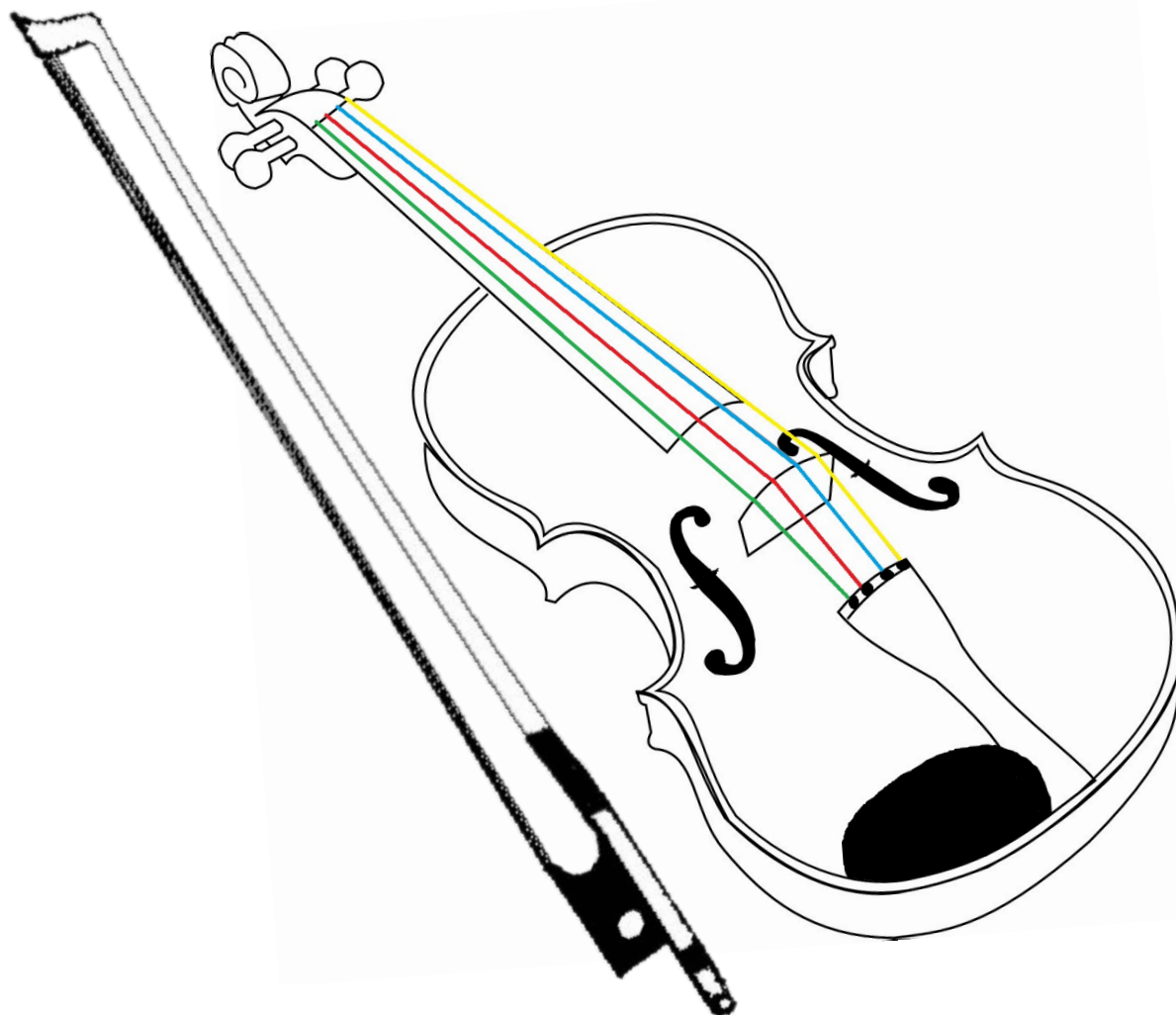
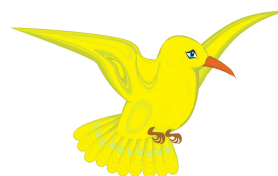
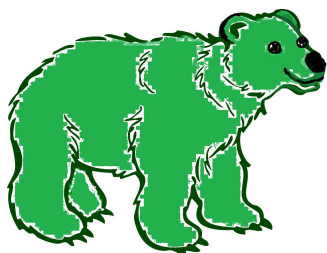
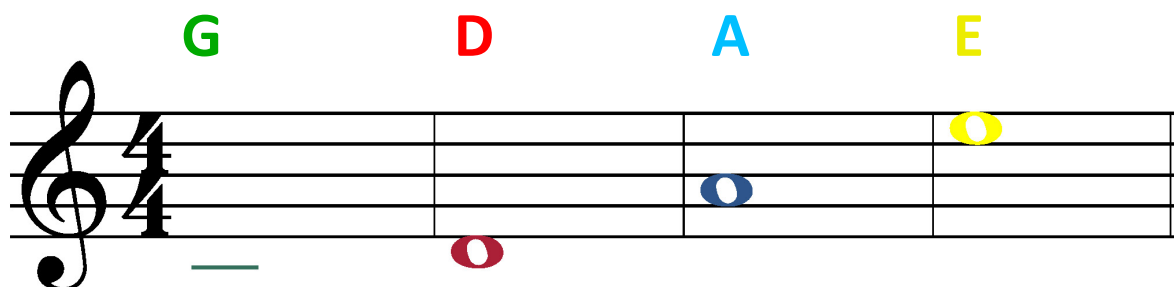
1. Znam nazwy poszczególnych części skrzypiec i smyczka.
2. Umiem skręcać i rozkręcać włosie smyczka oraz dbać o swój instrument.
3. Znam zasady higieny przy graniu na skrzypcach.



## Lekcja 2

### Nauka o strunach i prawidłowa postawa przy trzymaniu skrzypiec.

Wszystkie nuty grane na pustych strunach położone są na polu.

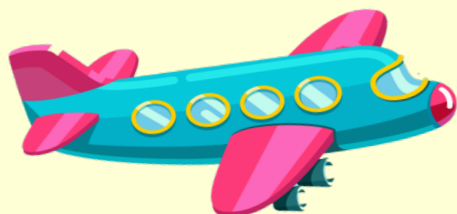
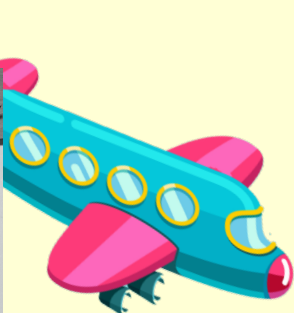


## Układanie skrzypiec

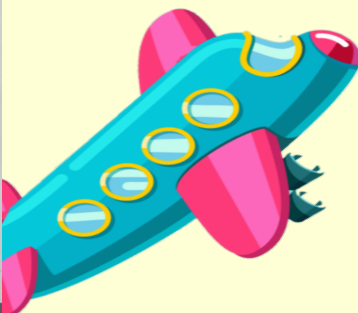
Prawidłowa postawa przy graniu na skrzypcach to postawa całego ciała. Trzymając skrzypce z prawej strony gryfu, na pudle rezonansowym, stanąć w lekkim rozkroku i bez przekręcania się w biodrach włożyć instrument pod brodę tak, aby na podbródku spoczywała lewa strona brody skrzypka, a żeberko leżało na obojczyku. Skrzypce powinny się trzymać równolegle do podłogi. Nie opuszczać, ani nie unosić zbyt wysoko. Głowa może być lekko skręcona w lewo i leżeć jak na poduszce. Skrzypce to samolot, który osiągnął już pułap lotu. Nie wzbija się w powietrze, ani nie ląduje. Powinno się także odpowiednio ustawić żeberko, aby skrzypce za bardzo nie przechylały się w prawą stronę. Grając na strunie E, nie powinno się mieć wrażenia, że smyczek ciągniemy pionowo. Jeśli trzymamy skrzypce w miarę pewnie, możemy spróbować zrobić parę kroków bez podtrzymywania skrzypiec ręką. Ramiona powinny być swobodnie opuszczone, a głowa utrzymywać skrzypce poziomo, bez unoszenia ich do góry. Następnym krokiem do sprawdzenia trzymania będzie klaśnięcie dłońmi nad głową. Jeśli udało się zrobić to swobodnie, to znak, że skrzypce trzymamy prawidłowo.



Na którym zdjęciu dziewczynka trzyma skrzypce w prawidłowy sposób?



Obraz autorstwa iconicbestiary na Freepik



## BAJKA *(trzymamy skrzypce i maszerujemy na wycieczkę z Wiktoria)*

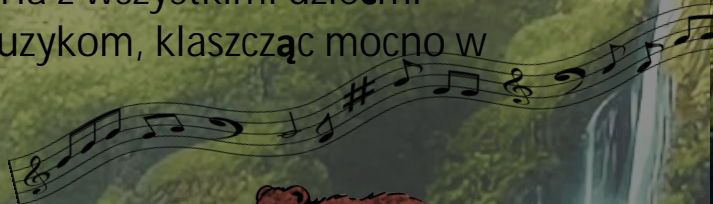
Był środek lata. Mała Wiktoria wybrała się na pieszą wycieczkę do lasu. Maszerowała sobie swobodnie i lekko poruszała rękami. Włożyła rękę do kieszeni, w której był nienadmuchany balon. „Pobawię się balonem” pomyślała z zadowoleniem i zaczęła dmuchać go mówiąc sobie w myśli tekst wierszyka:

*Baloniku nasz malutki  
Rośnij duży okrągłutki  
Balon rośnie że aż strach  
Przebrał miarę no i ...trach*



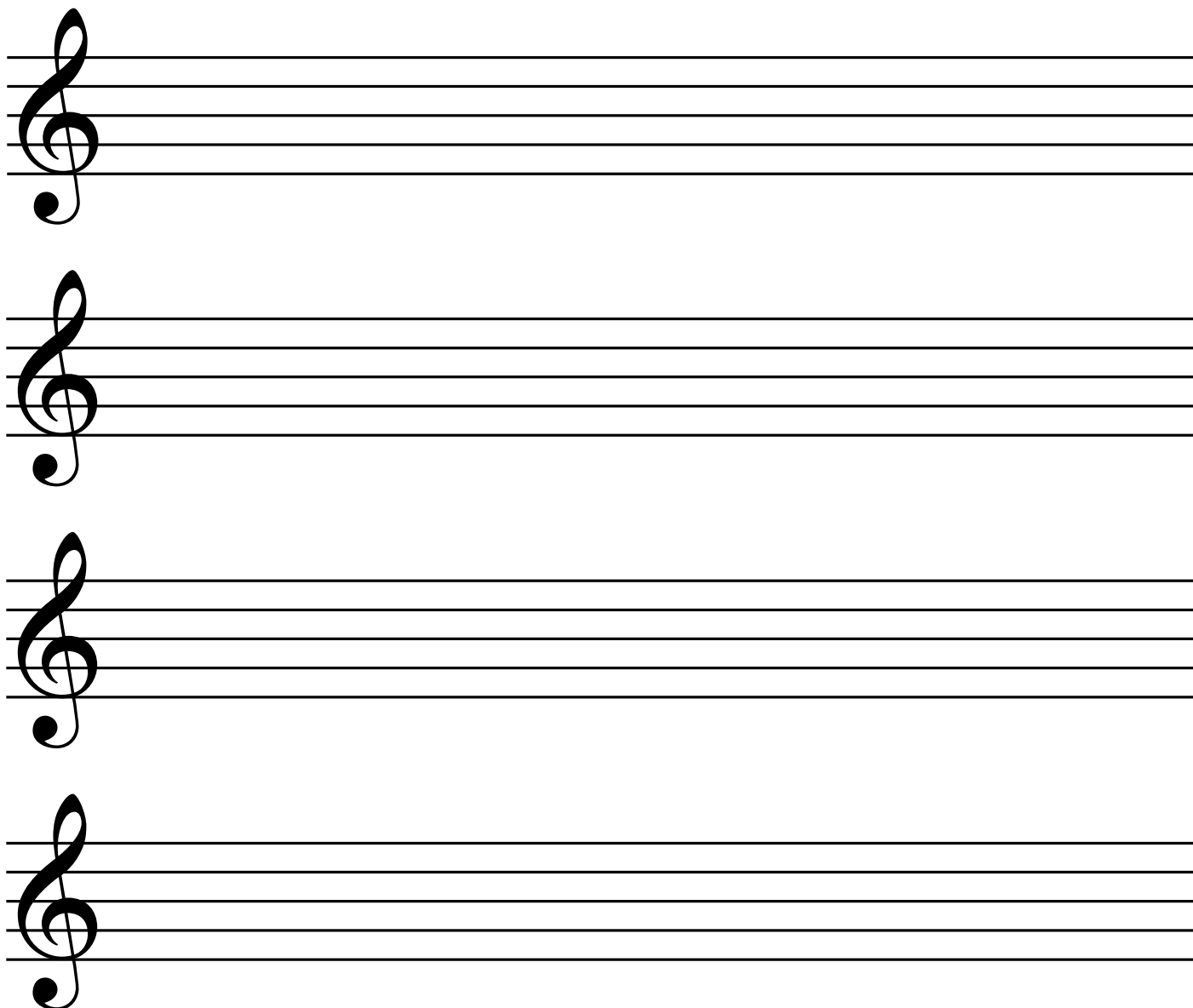
Na szczęście balon nie pękł. Wiktoria nadmuchała go mocno i zaczęła odbijać bardzo wysoko.

W lesie było trochę komarów i Wiktoria musiała zacząć się od nich odganiać. Niestety, zobaczyła jednego na lewej nodze i poczuła drugiego na prawym policzku. Klepnęła, aby jej nie ukłuły. Nagle w dali ujrzała jezioro. Blask słoneczny bijący od niego trochę ją oślepił, więc musiała przysłonić oczy. Przy jeziorze zobaczyła swoją przyjaciółkę Dominikę. Wiktoria pomachała do niej lewą ręką. Potem zobaczyła jeszcze Patrycję i Adasia i stając na palcach pomachała do nich obiema rękami. Kiedy przyszła nad jezioro, okazało się, że grał tam zespół muzyczny. Wszystkie dzieci zatańczyły Kaczuchy, kołysząc się przy graniu refrenu. Na koniec Wiktoria z wszystkimi dziećmi obecnymi na koncercie podziękowały muzykom, klaszcząc mocno w dłonie ponad głowami.



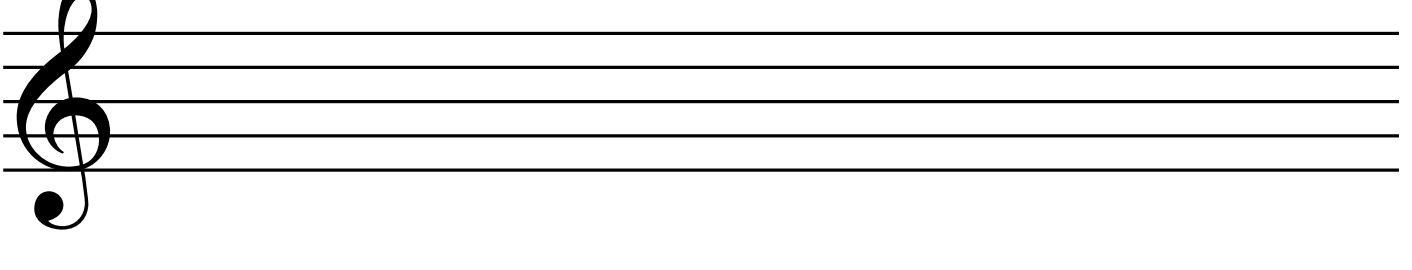
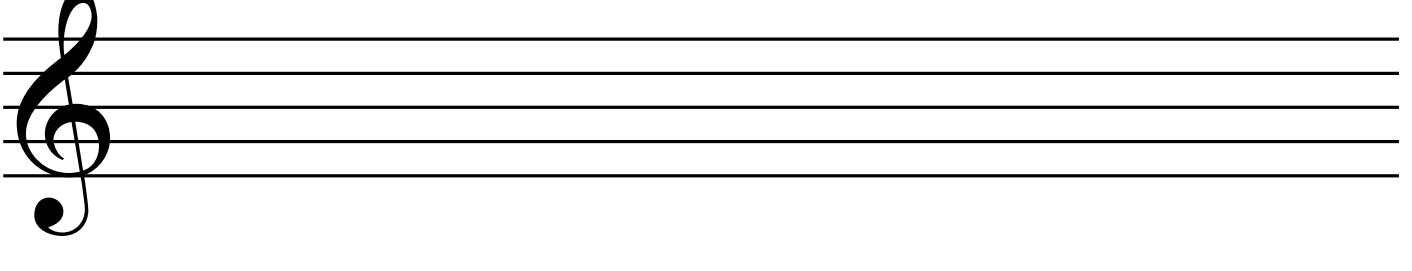
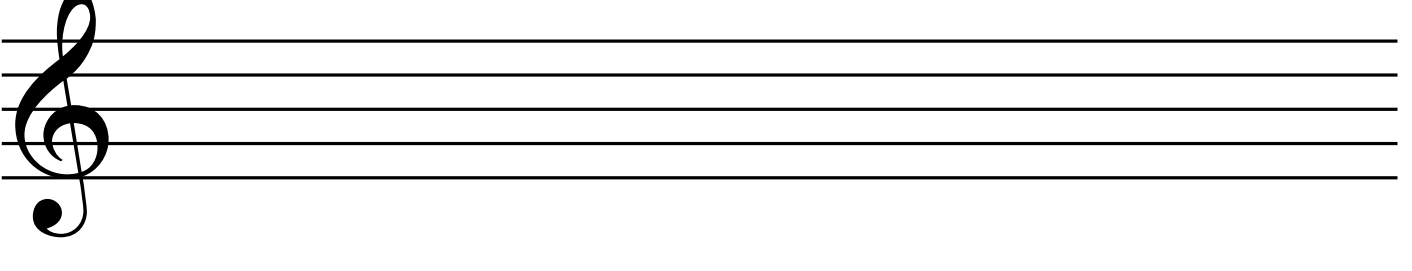
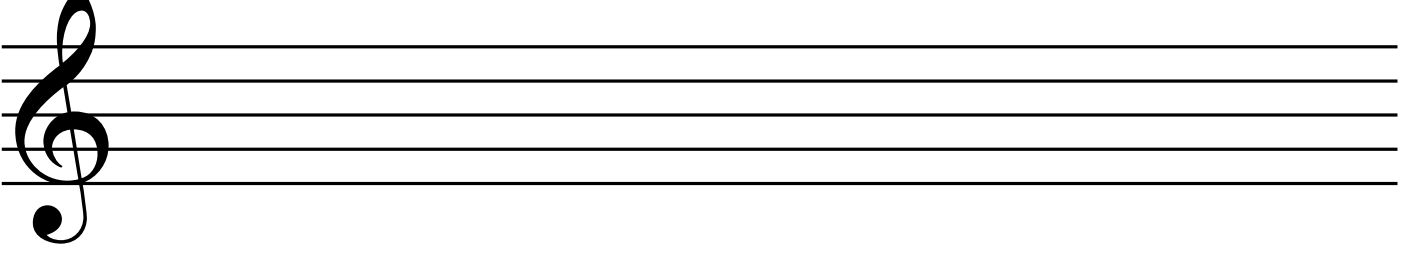
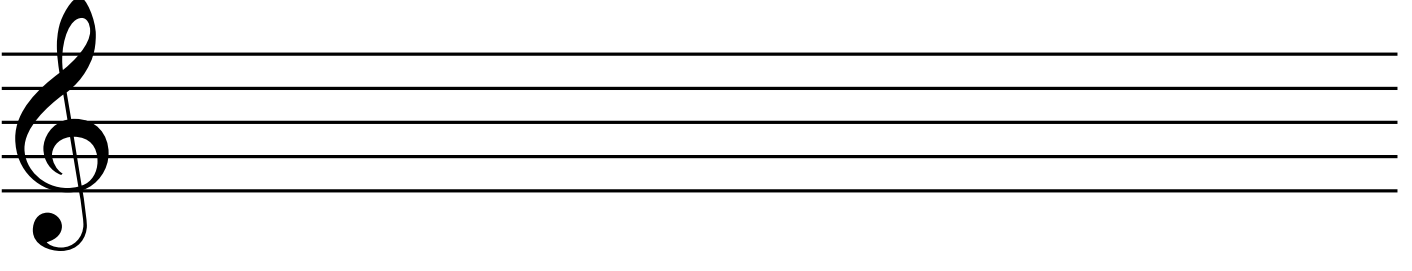
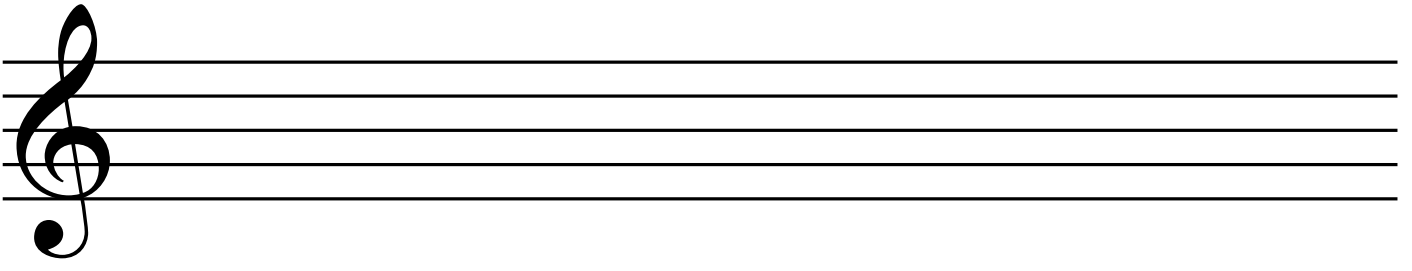
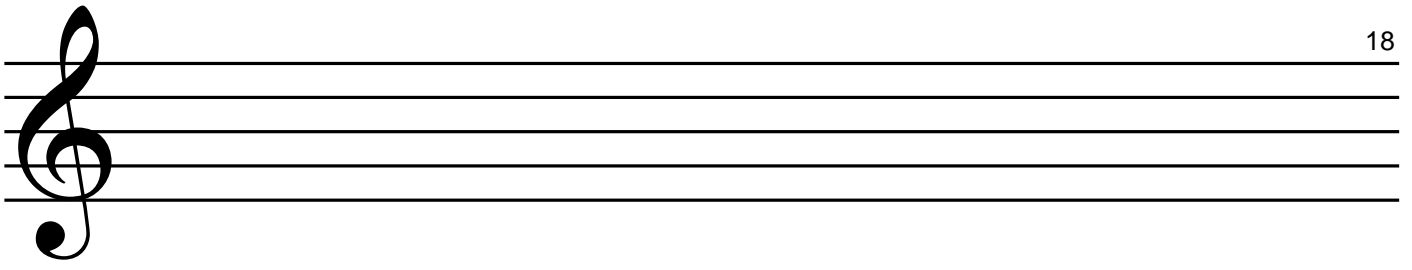
Obraz autorstwa callmetak na Freepik

Narysuj na pięciolini poznane nuty G, D, A i E.



### *Co już wiem i umiem*

1. Znam nazwy lub kolory poszczególnych strun i znam ich położenie na pięciolinii.
2. Potrafię prawidłowo umieścić skrzypce na obojczyku i utrzymać je przez dłuższy czas bez przytrzymywania ręką.



## Lekcja 3

### Ustawienie palców lewej ręki. Granie pizzicato.



Obraz autorstwa  
catalyststuff na Freepik

Zgodnie z palcowaniem przyjętym dla skrzypiec, palce lewej ręki numerowane są od 1-4 w kolejności od wskazującego do małego. Grając pustą strunę, zapisujemy ją cyfrą 0.

Obrysuj swoją rękę i podpisz palce zgodnie z palcowaniem przyjętym dla skrzypków.

Z lekcji nr 2 przypominamy sobie prawidłową postawę przy trzymaniu skrzypiec. Lewą rękę trzymamy z prawej strony gryfu na pudle rezonansowym i maszerujemy jak kotek, podnosząc wysoko palce.

Powtarzamy każdy kod cyfrowy kilka razy:

**1-2-3-4;**

**1-3-2-4;**

**1-4-3-2;**

**4-2-3-1;**



Aby utrwalić sobie kolejność stawiania palców i świadomość niezależności palców przy odwróconej dłoni, uczeń może na głos wypowiadać kod cyfrowy. Mogą to być kody nie tylko 4 cyfrowe, ale także 2 i 3 cyfrowe.

Zanim uczniowie zaczną grać smyczkiem, uczą się grania pizzicato (szarpiąc struny). Pizzicato możemy grać zarówno prawą, jak i lewą ręką. Pizzicato grane lewą ręką służy na początku do dobrego ustawienia ręki i wzmocnienia palców. Aby uniknąć nadmiernego obciążenia ręki przy trzymaniu skrzypiec, uczymy się grać pizzicato, trzymając skrzypce jak gitarę.

Nuty grane pizzicato lewą ręką  
oznaczamy przy nucie symbolem +



Kciuk lewej ręki opieramy o szyjkę. Wszystkie palce trzymamy zaokrąglone nad strunami. Gramy pizzicato po kolei wszystkimi palcami w równym rytmie do słów znanej rymowanki:

*Wpadła gruszka do fartuszka  
A za gruszką dwa jabłuszka  
A śliweczka wpaść nie chciała  
Bo śliweczka nie dojrzała*

Na początku gramy jednym palcem na jednej strunie. Jeśli uda się zrobić ćwiczenie poprawnie, możemy stopniowo grać wszystkimi palcami, zmieniając palec po każdym wersie.

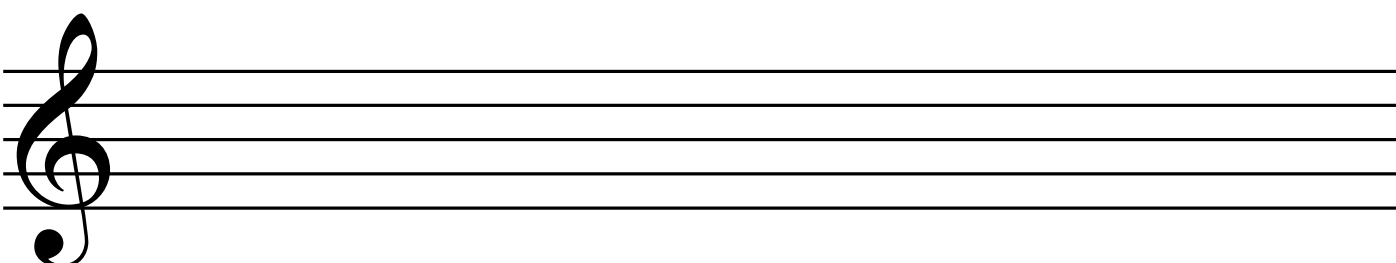
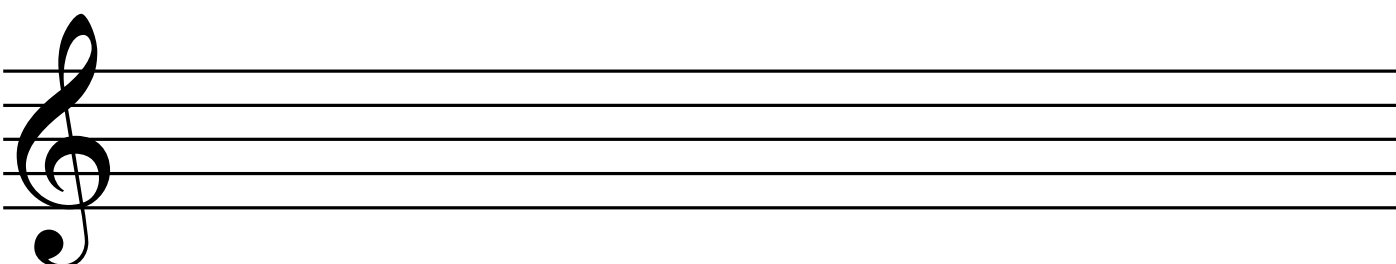
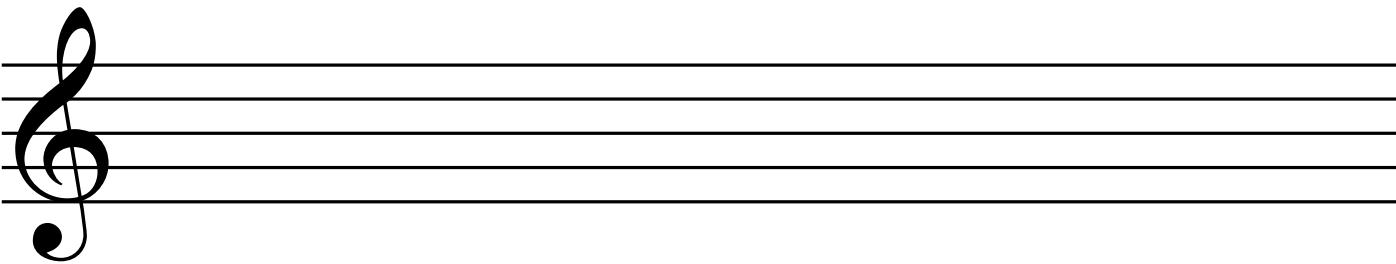
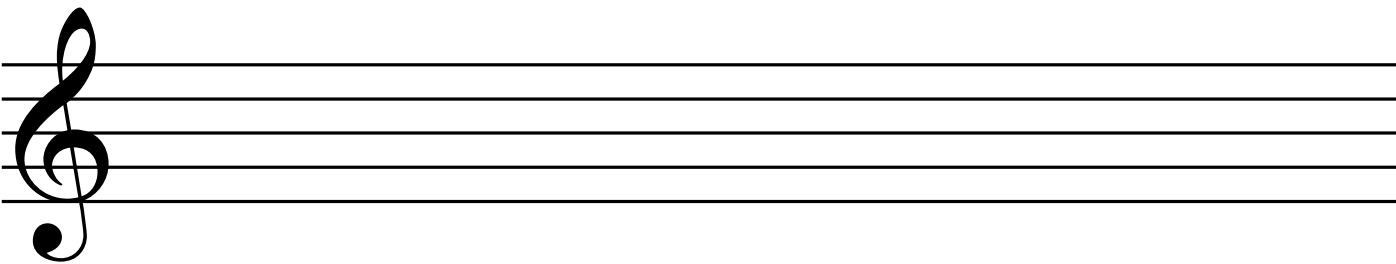
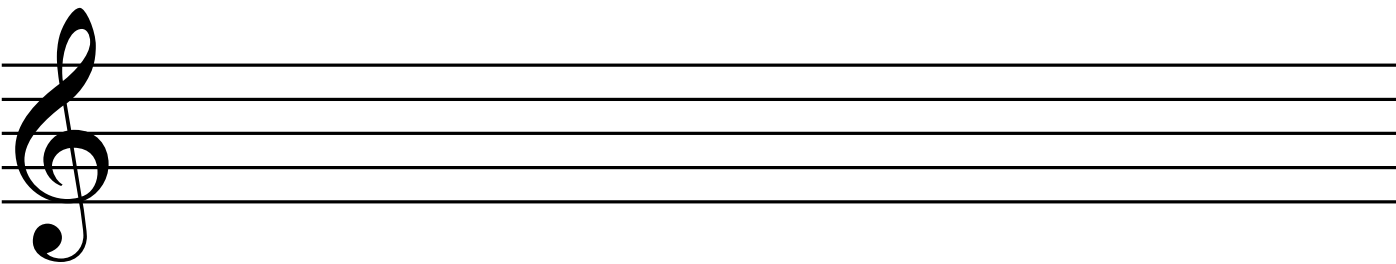
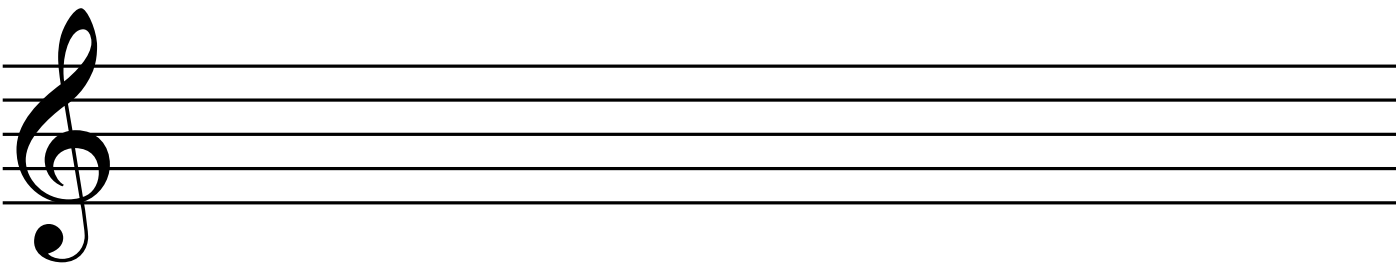
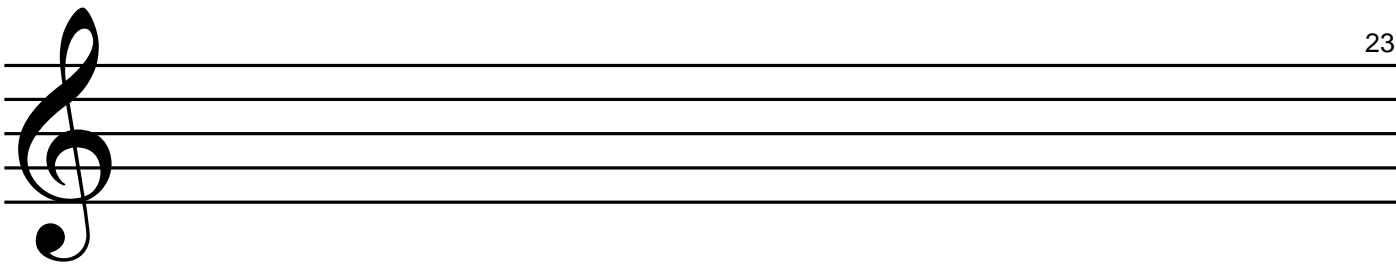
Ćwiczenie warto powtarzać przez kilkanaście następnych lekcji, wzmacniając opuszki palców i koordynację ruchowe. Przy okazji warto sprawdzić drugą rękę, czy nie usztywnia się podczas grania pizzicato.

Z poznanych dźwięków skomponuj własny utwór grany pizzicato. Może być do słów wierszyka *Wpadła gruszka do fartuszka* lub innego ulubionego wiersza lub wyliczanki. Nad każdą nutą umieść znak, mówiący o tym, że nuta jest grana pizzicato.

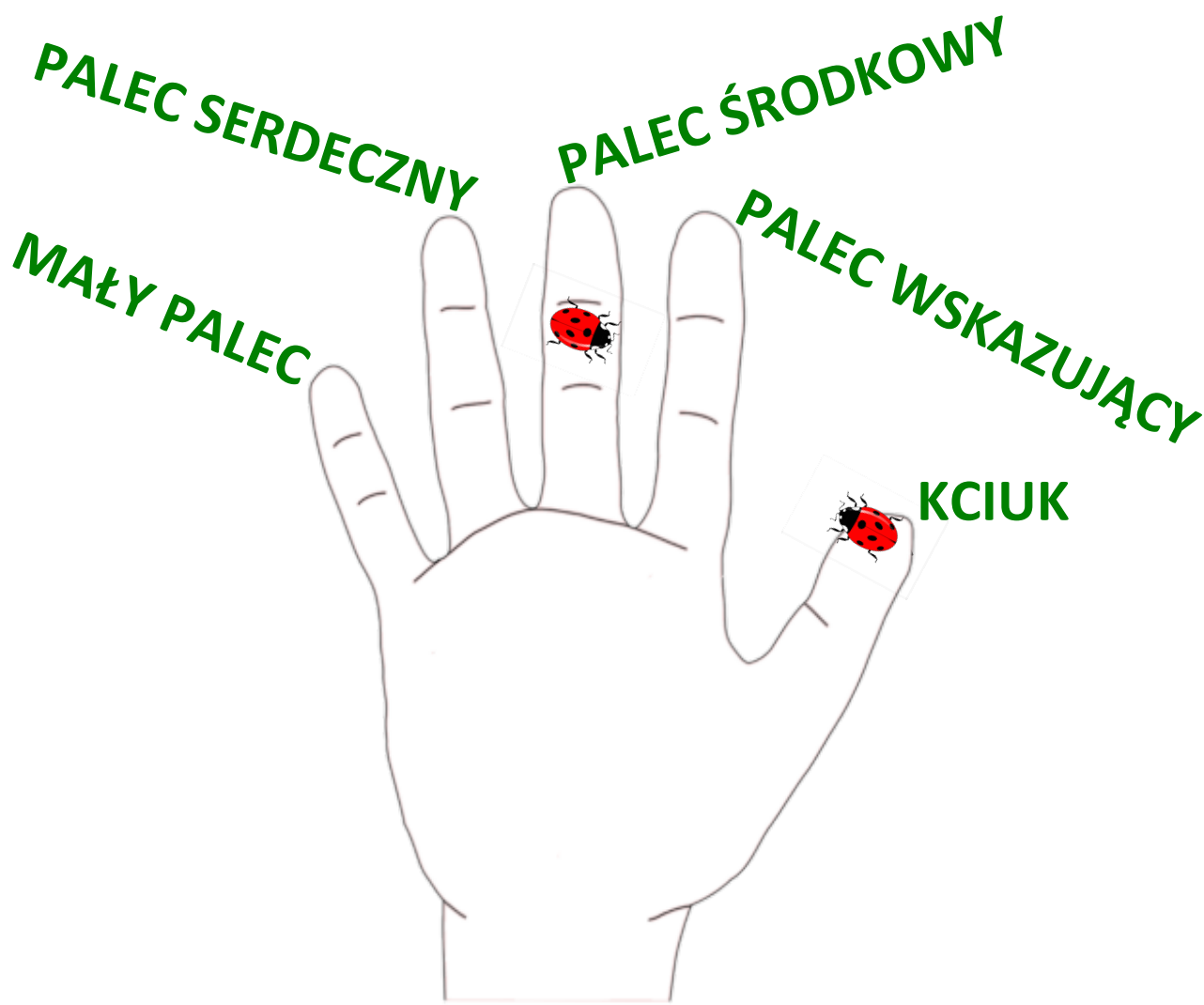



### *Co już wiem i umiem*

1. Znam sposób palcowania dla skrzypiec.
2. Wiem, jak trzymać skrzypce w pozycji siedzącej i jak układać lewą rękę, grając pizzicato.
3. Umiem grać pizzicato lewą ręką.

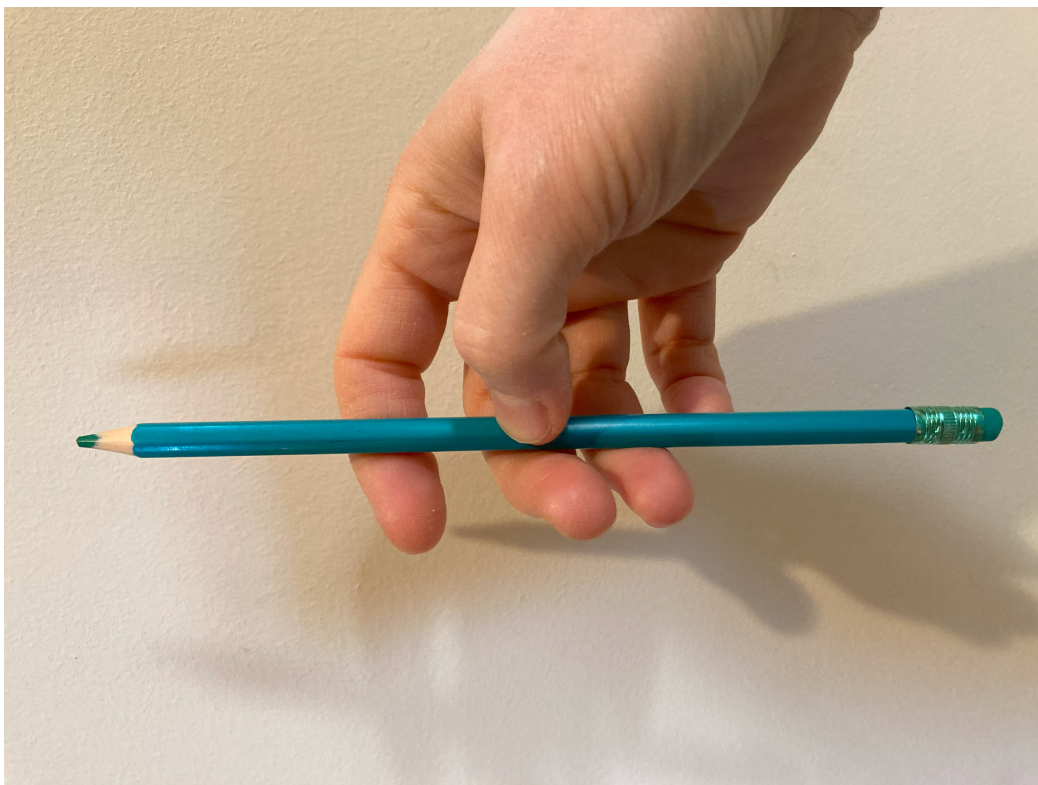


O  
y

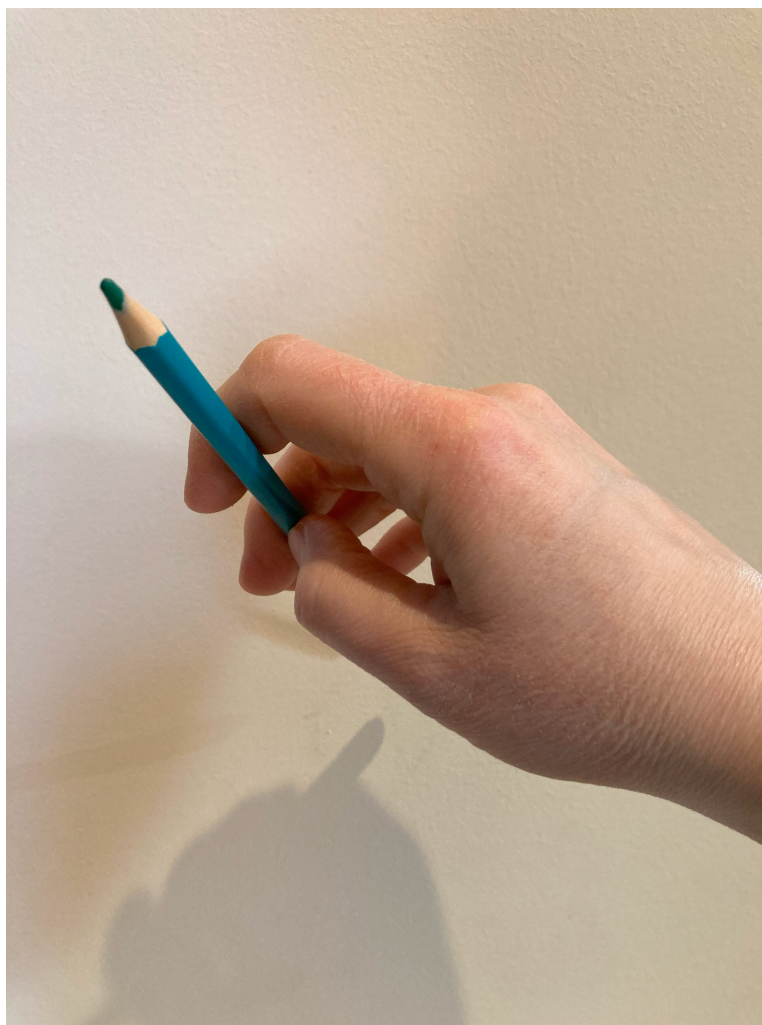


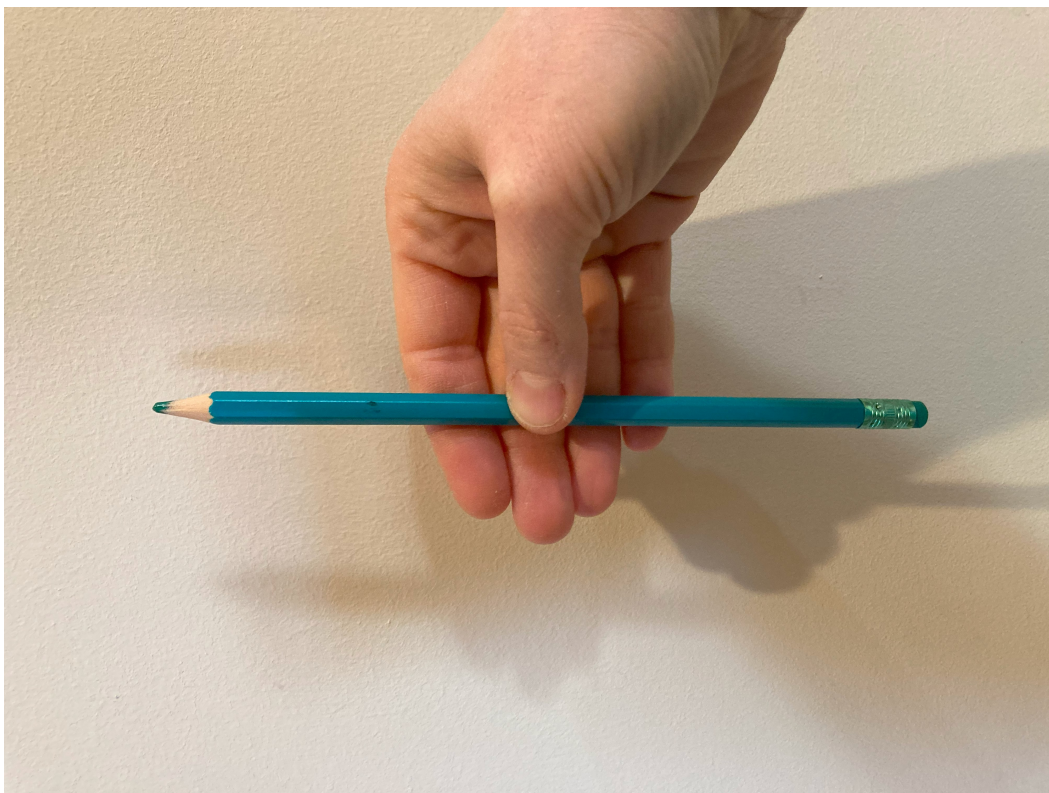
Palce układamy przy żabce, na pręcie smyczka. Chwytamy go palcami, dokładnie w miejscach, gdzie na rysunku powyżej narysowane są dwie . Na początku, aby trzymanie smyczka nie obciążało ręki, próbujemy uczyć się trzymania smyczka na ołówku lub długopisie.

**BARDZO WAŻNE**, aby od początku uczyć się grać okrągłymi palcami, a nie prostymi przypominającymi paszczę krokodyla. Smyczek trzymamy kciukiem i palcem środkowym.

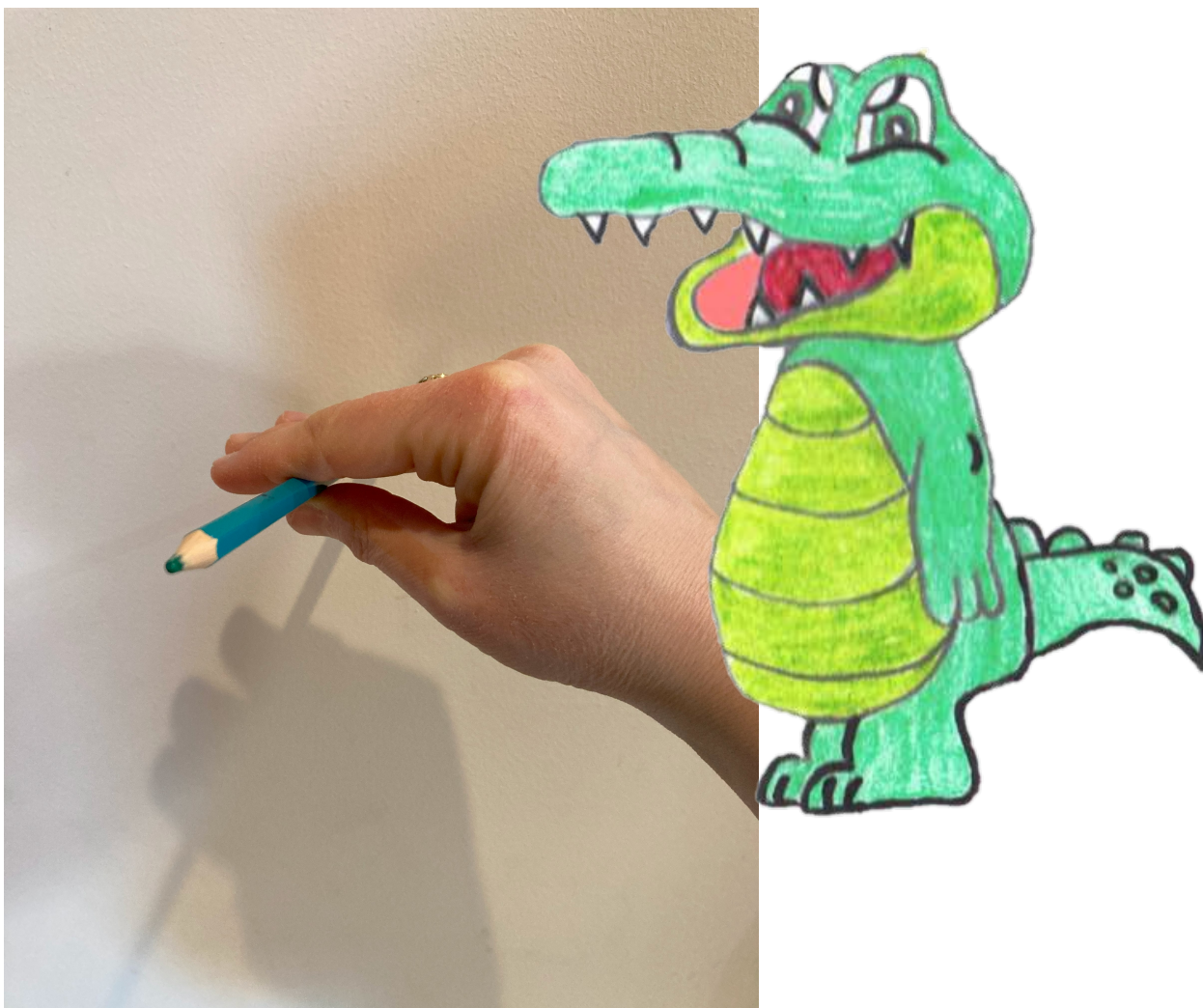


Prawidłowy sposób ułożenia palców na smyczku.





Nieprawidłowy sposób ułożenia palców na smyczku.



Smyczek trzymamy kciukiem i palcem środkowym. Na pręcie palec środkowy i serdeczny trzymamy razem, natomiast palec wskazujący i mały, lekko oddalone od pozostałych palców.



Zdarza się, że takie trzymanie smyczka jest na początku niewygodne. Można wtedy spróbować przestawić kciuk pod żabkę, pamiętając, aby kciuk był nadal w jednej linii z palcem środkowym.



Smyczek trzymamy lewą ręką i wtedy układamy palce prawej ręki. Trzymając już skrzypce, palce na smyczku układamy, kiedy smyczek leży na strunach. Jest wtedy leciutki jak piórko i dużo swobodniej można poradzić sobie z ułożeniem palców.

## Zabawa

Smyczek to drzewo eukaliptusowe, a ręka to koala. Zwierzątko jest głodne i chce zerwać na obiad trochę liści. Powoli wchodzi na górę. Palce na smyczku tak samo przesuwają się w górę. Przez cały czas dotykają prętu smyczka tak, jak koala przytula się do drzewa, aby się ochłodzić. Na wierzchołku eukaliptusa koala zjada swoją dużą porcję liści. Po takim posiłku robi się śpiący, więc w dół schodzi jeszcze wolniej i ostrożniej.



Smyczek to most, po którym wesoły pajęczek chce przejść suchą nogą na drugą stronę. Pajęczek idzie tak, jak koala wcześniej, przesuwając powoli każdą nogę. Gdy orientuje się, że most jest z jednej strony cięższy i może się zerwać, wraca do miejsca, z którego wyruszył.



Kontynuujemy wzmacnianie palców lewej ręki, grając na skrzypcach w pozycji gitary. Na początku utwory nie powinny być grane z nut. W opanowaniu pamięciowym uczniom pomagają kolory. Palcowanie pizzicato może być dowolne. Trudniejszą wersją może być przypisanie do każdej struny innego palca. Granie pizzicato może być łatwiejsze, jeśli przesuniemy lewą rękę w górę szyjki, gdzie struny są bardziej oddalone od gryfu.

## Wyszły w pole kurki trzy

Mel. francuska

Uczeń

Wy - szły w po - le kur - ki trzy i gę - sie - go so - bie szły.

Nauczyciel

U.

Pierw - sza przo - dem, w śro - dku dru - ga, trze - cia z ty - łu ocz - kiem mru - ga.

N.

U.

I tak so - bie kur - ki trzy raz, dwa! Raz, dwa! W po - le szły

N.

# Rolnik sam w dolinie

Mel. tradycyjna

Uczeń

Rol - nik sam w do - li - nie. Rol - nik sam w do - li - nie.

Nauczyciel

U.

5

Hej - że dzie - ci, hej - że ha! Rol - nik sam w do - li - nie.

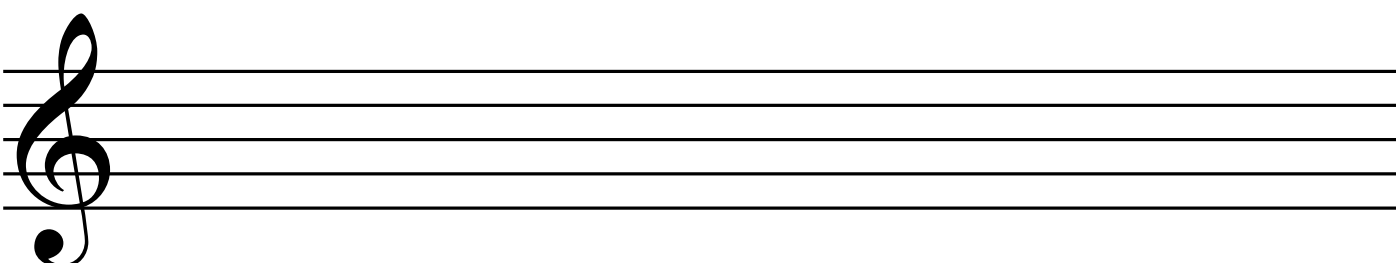
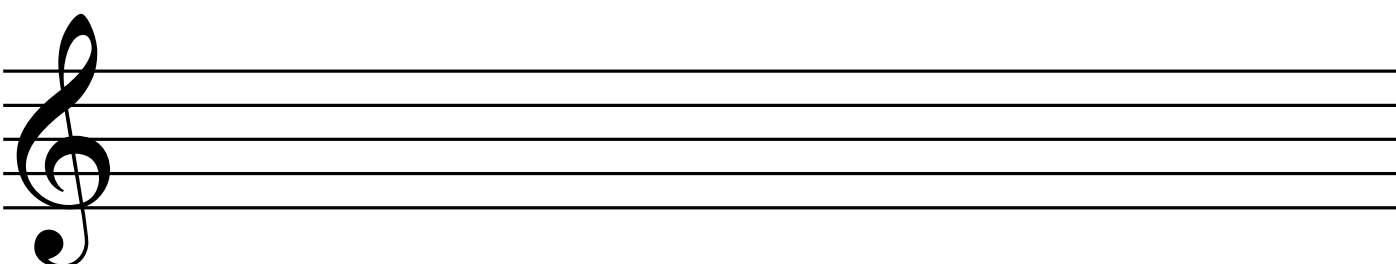
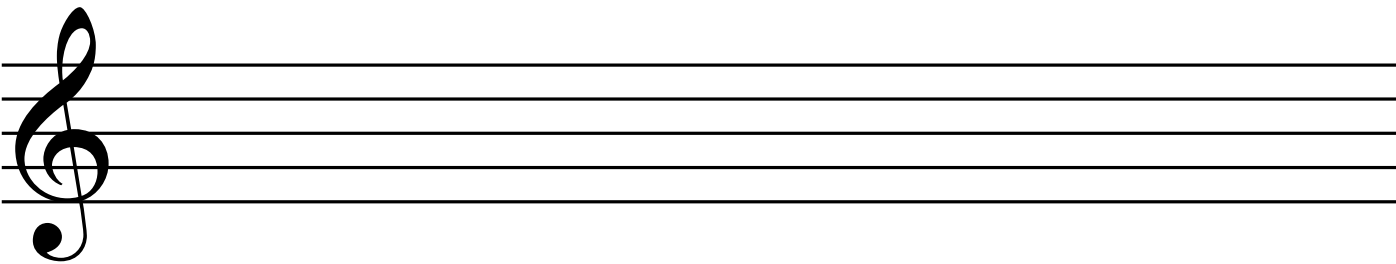
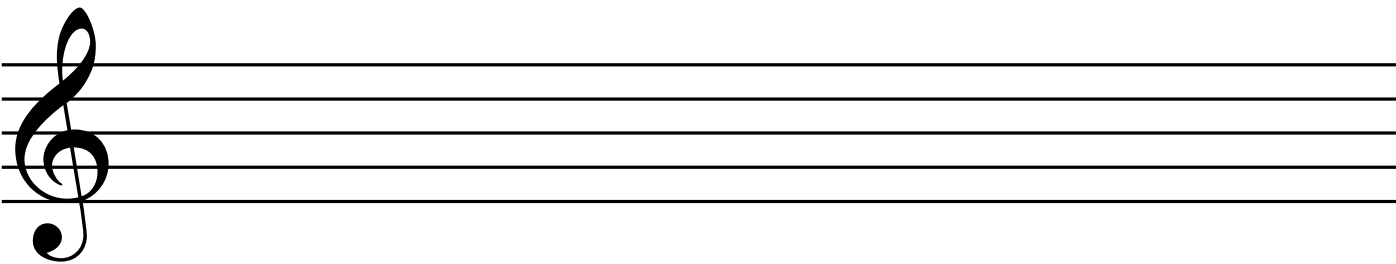
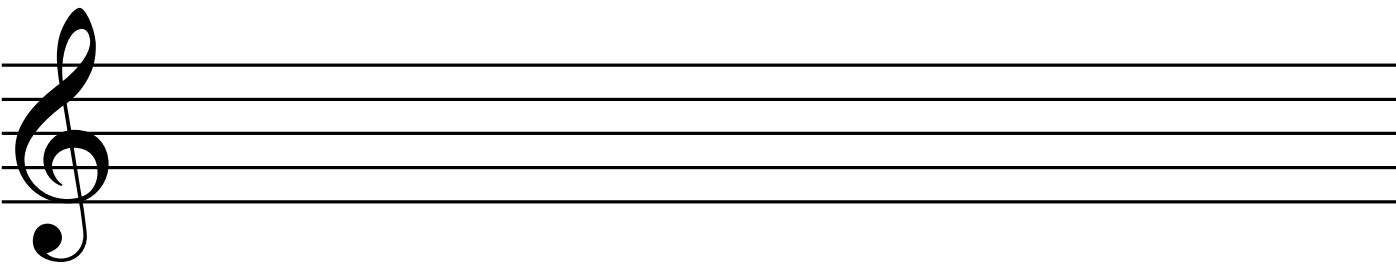
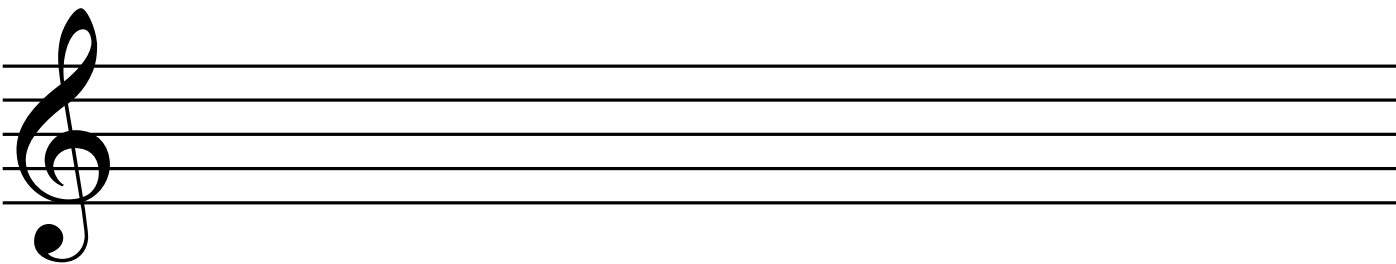
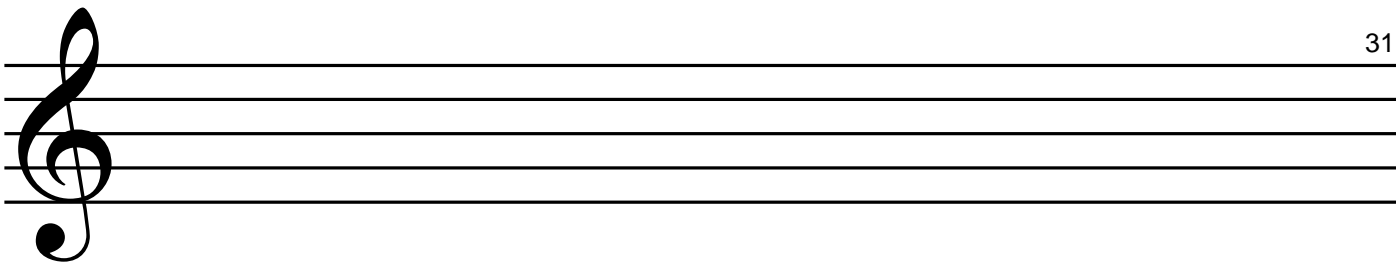
N.

Czy smyczek ma taką samą wagę z obu stron? Sprawdź środek ciężkości smyczka.



## Co już wiem i umiem

1. Znam nazwy palców używane do prawej ręki.
2. Wiem, w jaki sposób układać palce na smyczku i które palce są najważniejsze w trzymaniu smyczka.
3. Swobodnie gram pizzicato lewą ręką, używając przynajmniej 3 palców.



## Lekcja 5

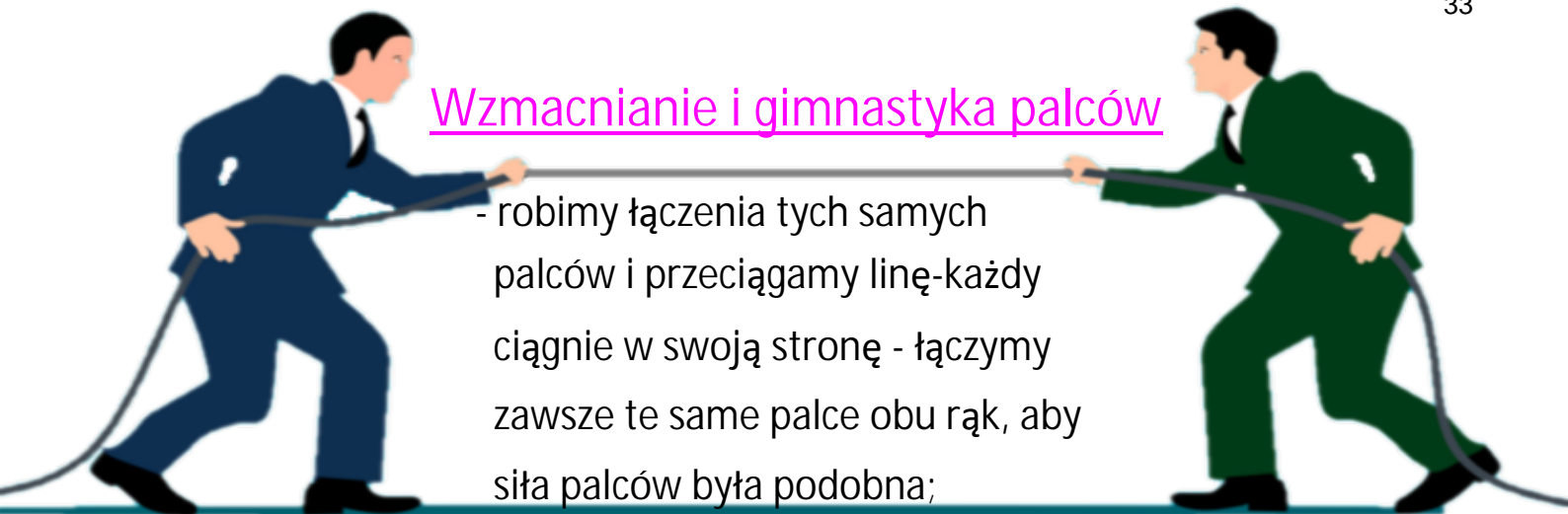
### Rozwijanie elastyczności palców i niezależności rąk. Ruchy asymetryczne. Granie pizzicato prawą ręką.

#### Zabawy na koordynację i niezależność rąk

- ręce kładziemy na biurku - jedną ręką rysujemy małe kółko, a drugą stukamy w miejscu; to samo robimy po zamianie rąk;
- jedną ręką robimy kółeczka, a drugą stukamy w miejscu, tym razem jednak ręce kładziemy na brzuchu i na głowie;
- ręce kładziemy na kolanach - na jedno uderzenie jednej ręki druga stuka 2 razy - powtarzamy tak kilkanaście razy, po jakimś czasie zmieniając ręce co parę powtórzeń lub zmieniając ręce po każdym powtórzeniu;
- ćwiczymy naraz obiema rękami, powtarzając kilkanaście razy, na początku wolno, a potem coraz szybciej: prawa ręka zmienia się tylko w dół i w górę, a lewa w dół, na biodra, na ramię i w górę - ćwiczenie można powtórzyć, zamieniając ręce;
- rzucamy piłeczką (mieszczącą się w ręce ucznia) z ręki do ręki, przerzucając ją poziomo; na początku ręce są w miarę blisko siebie, a gdy ćwiczenie robi się coraz łatwiejsze, powoli zwiększamy odległości pomiędzy nimi;
- łapanie piłeczki jedną ręką;
- łapanie piłeczki jedną ręką podczas gdy druga dotyka np. głowy, ucha lub kolana;
- trzymając ręce w górze, przesuwamy prawą ręką, jakbyśmy grali smyczkiem, a lewą przesuwamy wzdłuż szyjki skrzypiec - długość ruchów, kierunki, możemy zmieniać - im bardziej różnorodnie, tym lepiej.



## Wzmacnianie i gimnastyka palców



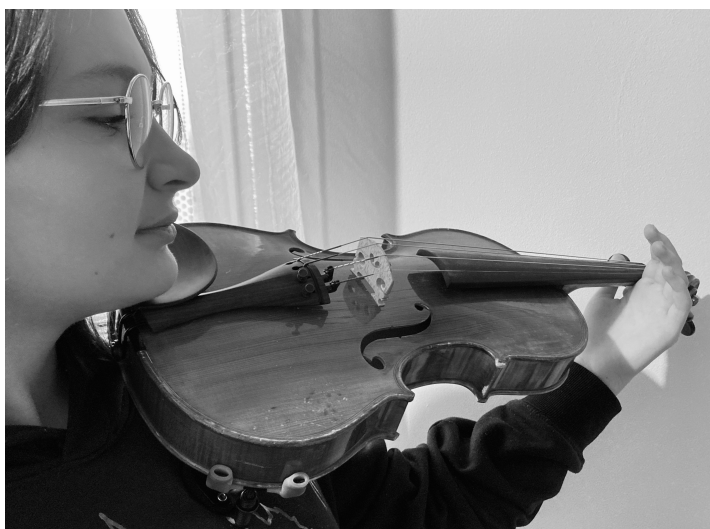
- robimy łączenia tych samych palców i przeciągamy linę-każdy ciągnie w swoją stronę - łączymy zawsze te same palce obu rąk, aby siła palców była podobna;

- ćwiczenie można wykonać prawą i lewą ręką: kładziemy rękę na biurku tak, aby nadgarstek również leżał swobodnie i podnosząc zaokrąglone palce, stukamy osobno każdym z nich, angażując jedynie mięśnie palców - bez spinania barku i ramienia;
- trzymając rękę tak, jak w poprzednim ćwiczeniu, ślizgamy się zaokrąglonym palcem aż do wyprostowania - ćwiczymy w ten sposób wszystkie paluszki ;
- kładziemy rękę na biurku i angażując tylko mięśnie palców - łączymy palce w pary i rozłączamy;
- chodzimy ręką po stole jak pająk, podnosząc i przestawiając kolejne palce, możemy chodzić do przodu, do tyłu, a także w bok
- miękką piłeczkę mieszczącą się w dłoni, ściskamy każdym palcem osobno, pamiętając, aby po każdym ruchu palca rozluźnić całą rękę;
- naciskanie każdym palcem w kciuk - zacząć w wolnym tempie, stopniowo przyspieszając, można dodać ćwiczenie do drugiej ręki.

Ćwiczenia bez instrumentu pozwolą na odkrycie ewentualnych skłonności do usztywnień, bądź też przybierania nieodpowiedniej postawy podczas grania. Wzmocnią niezależność rąk i koordynację ruchową. Ćwiczenia powinno się wykonywać kilka razy w tygodniu niezależnie od ćwiczenia na instrumencie.

Znając zasady poprawnego trzymania skrzypiec, próbujemy grać pizzicato prawą ręką.

Lewą rękę trzymamy na pudle z prawej strony, a kciuk opieramy z boku o gryf tak, aby wszystkie palce „wisiały” nad strunami. Pizzicato gramy palcem wskazującym nad gryfem. Nie szarpiemy strun w miejscu, gdzie trzeba grać smyczkiem.



Gdy swobodnie opanujemy już granie pizzicato prawą ręką, możemy chwycić skrzypce we właściwym miejscu, czyli na początku szyjki skrzypiec pomiędzy kciukiem i palcem wskazującym.

# Kółko graniaste

Piosenka dziecięca

Uczeń

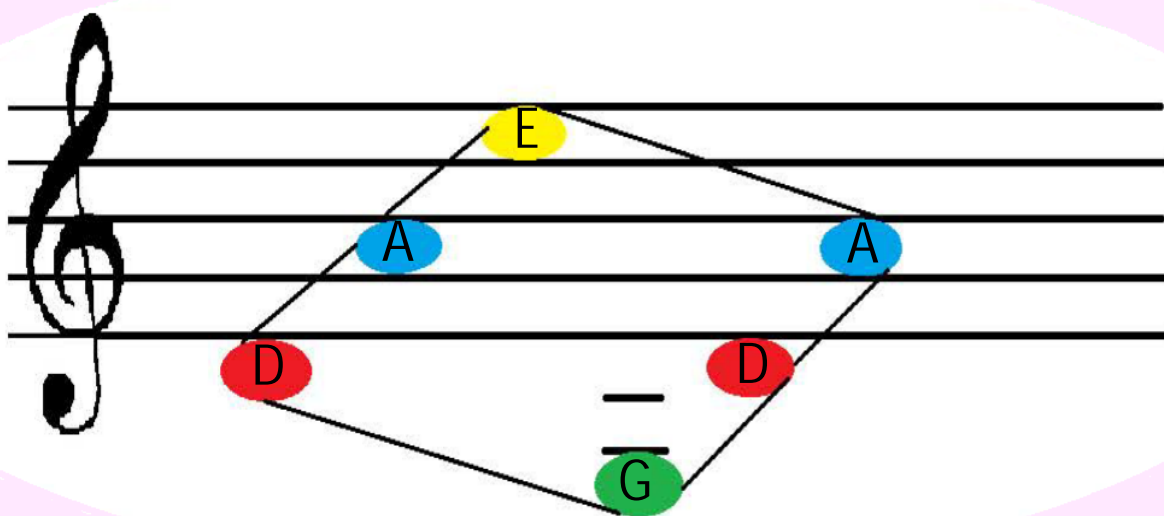
Nauczyciel

U.

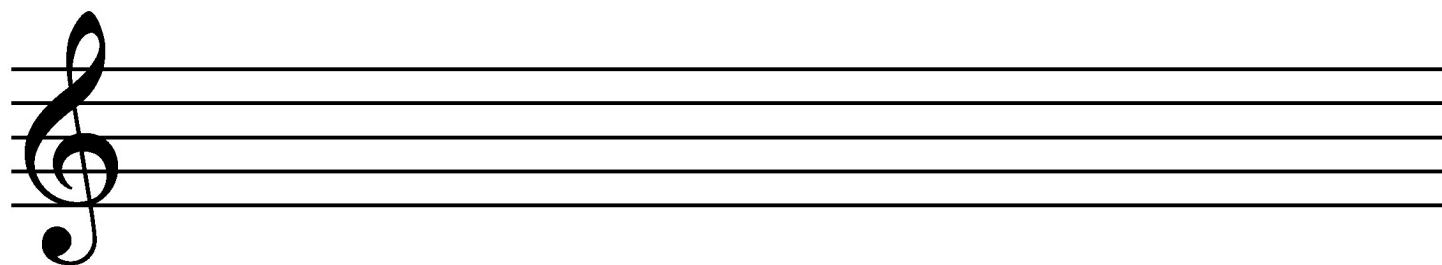
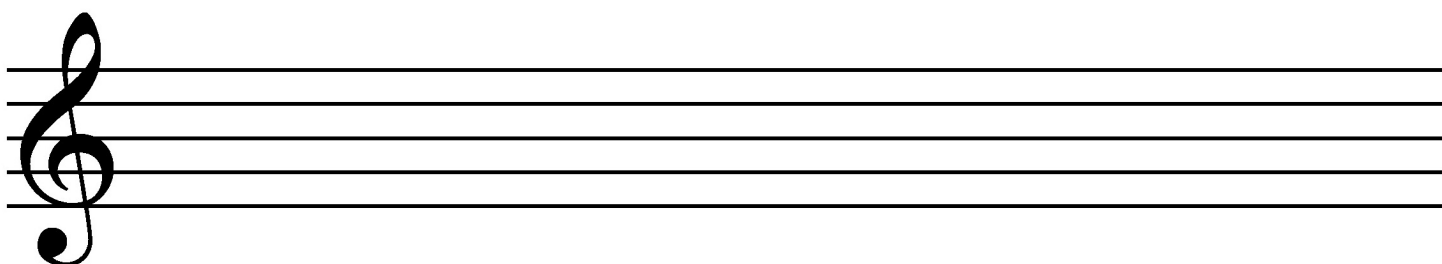
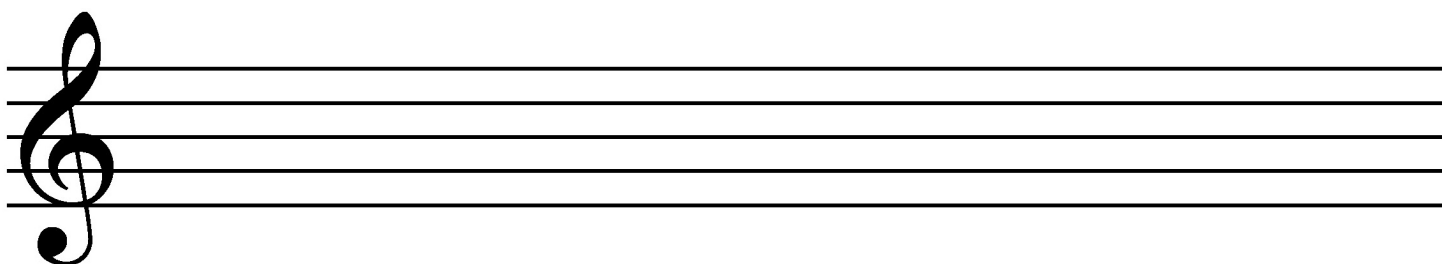
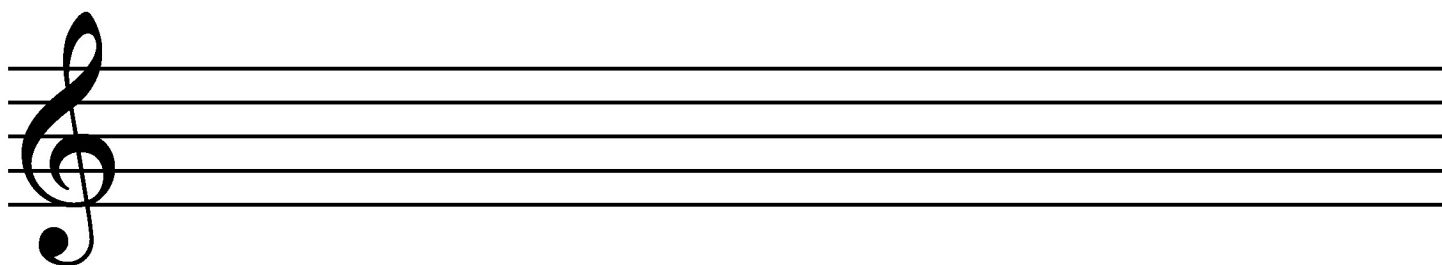
N.

Kół - ko gra - nias - te czte - ro kan - cias - te kół - ko nam się

po - ła - ma - ło czte - ry gro - sze kosz - to - wa - ło a my wszys - cy bęc!

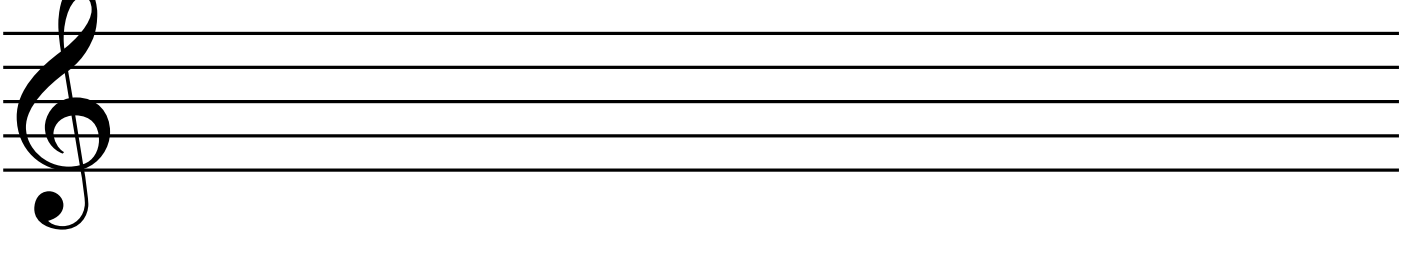
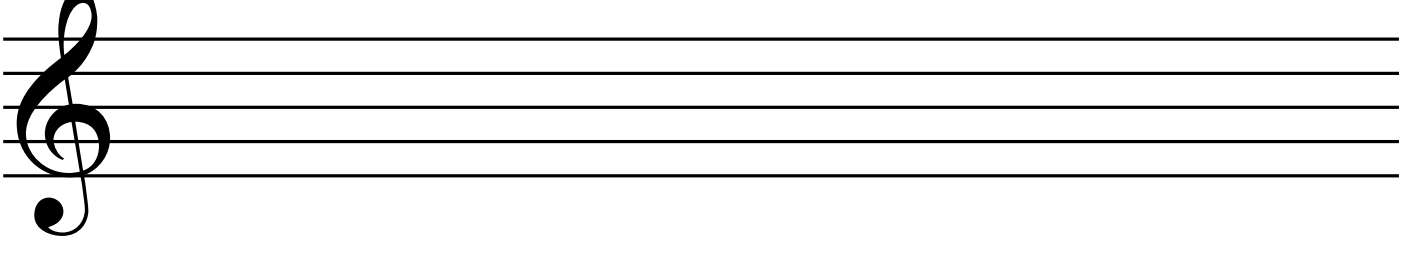
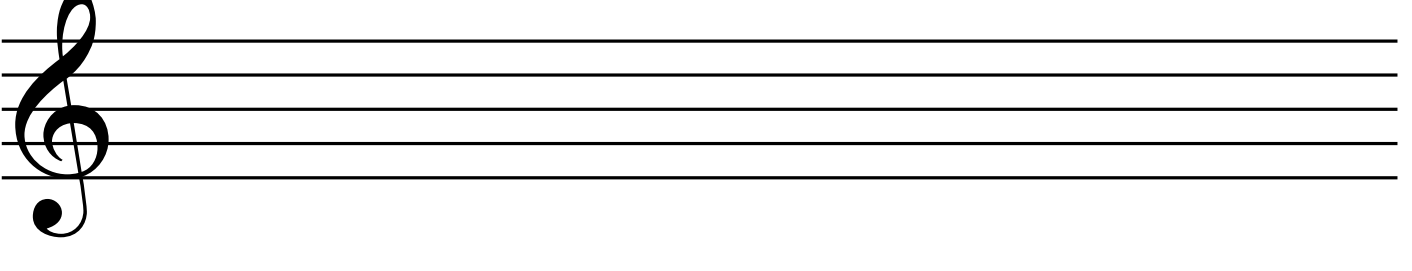
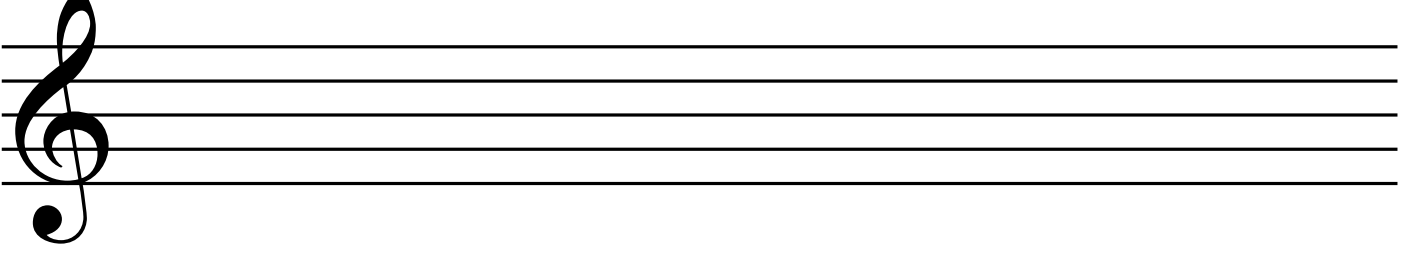
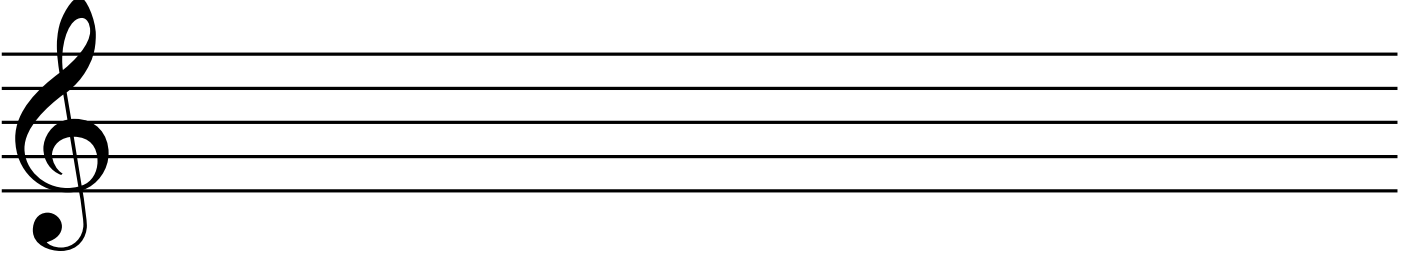
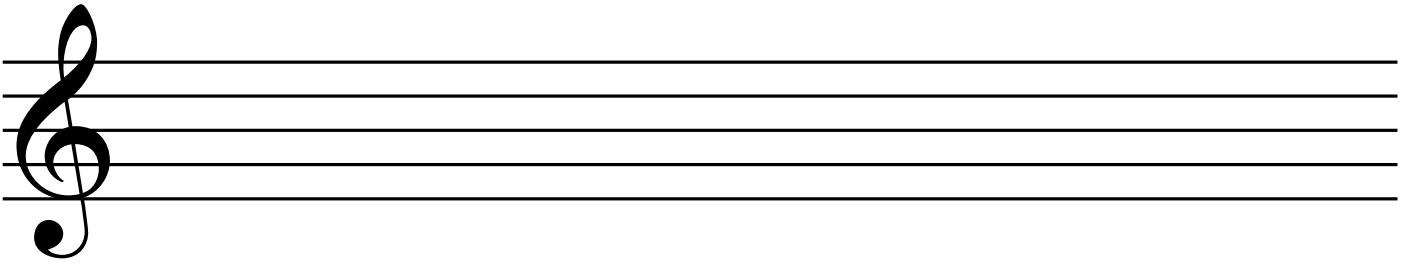
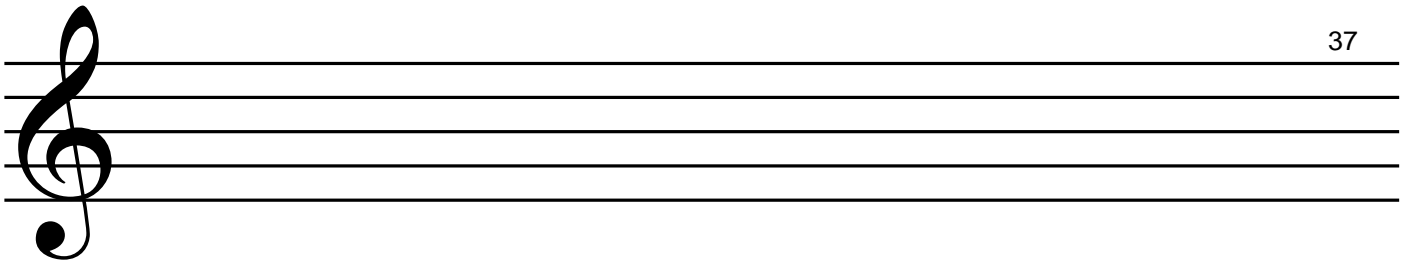


Napisz na pięciolinii którąś z wybranych piosenek.



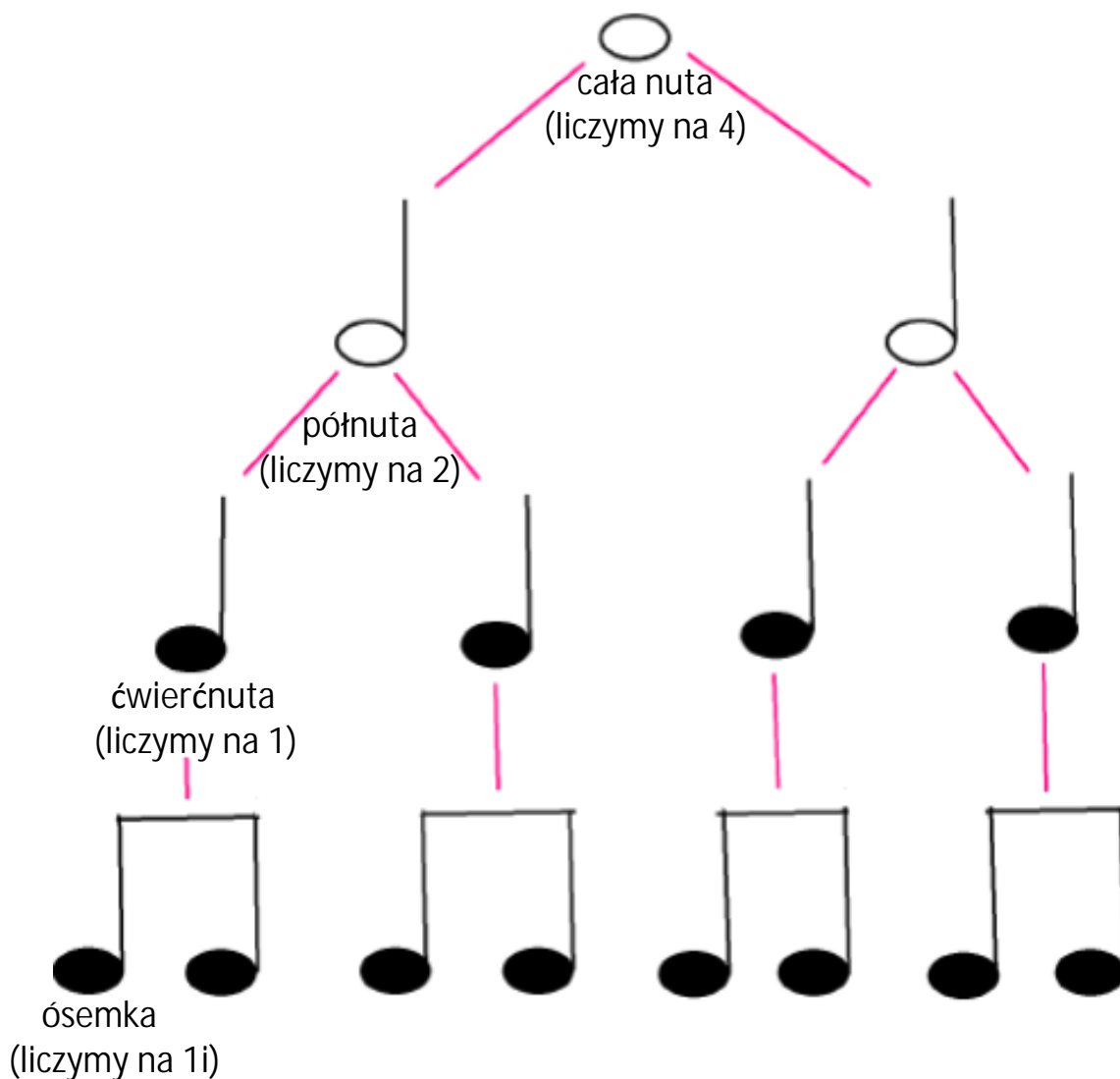
### *Co już wiem i umiem*

1. Wiem jak ćwiczyć niezależność rąk.
2. Umiem ćwiczyć wzmocnienie palców.
3. Wiem jak grać pizzicato prawą ręką.



## Lekcja 6

Poznanie wartości rytmicznych. Uczenie się zapisu nutowego. Granie pizzicato z nut.




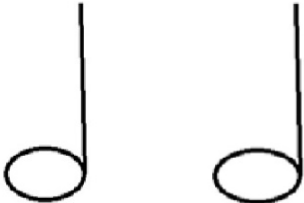




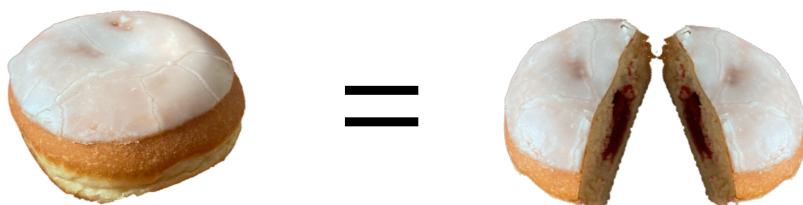
Mam zabawę ze skrzypcami,  
gram na strunach ćwierćnutami.  
Pizzicato gram bez smyczka,  
tak wesoło brzmi muzyczka.

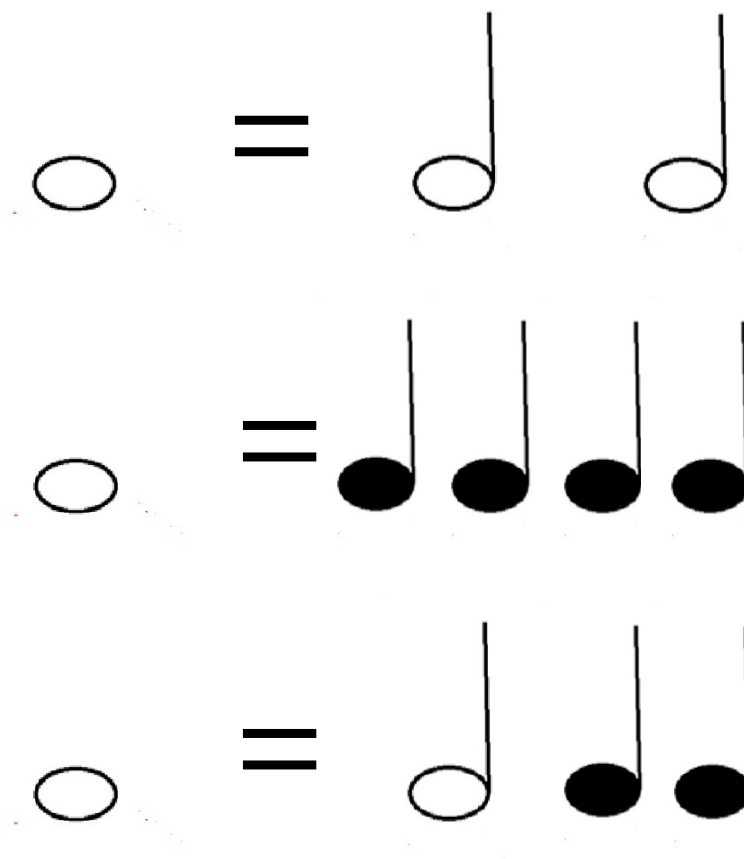
Gram na skrzypcach półnutami.  
Już nie lubię ćwierćnutami,  
bo półnuty puste nuty  
są wolniejsze niż ćwierćnuty.

Zagraj wyliczanki pizzicato,  
najpierw ćwierćnutami, a  
potem półnutami.

Grafikę wartości rytmicznych można zobrazować jeszcze prościej:

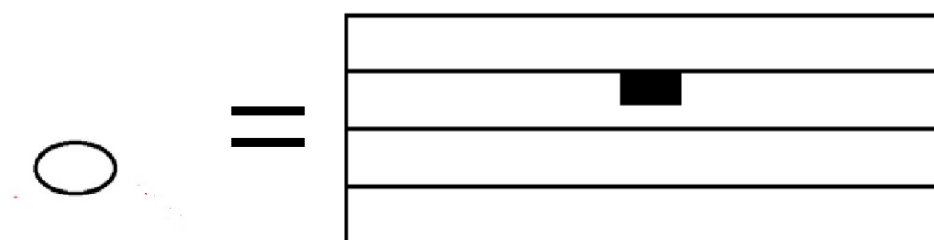
	całego pączka zjesz w 20 minut	←	cała nuta	
	pół pączka zjesz w 10 minut	←	półnuta	
	ćwierć pączka zjesz w 5 minut	←	ćwierćnuta	





Konkretne wartości rytmiczne odpowiadają konkretnym pauzom:

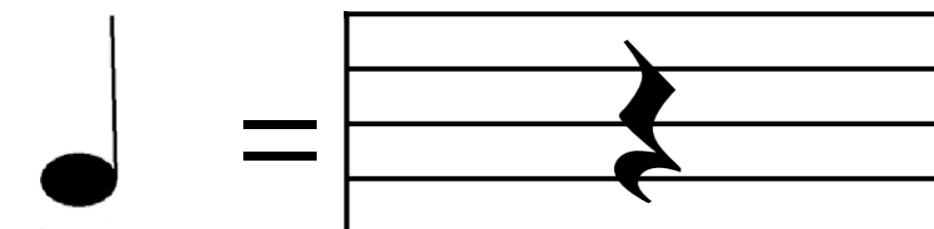
pauza całnutowa



pauza półnutowa



pauza ćwierćnutowa



Na początku każdego utworu po kluczu wiolinowym napisane jest metrum. Dolna cyfra mówi nam, jakimi wartościami rytmicznymi liczymy, a górna cyfra do ilu liczymy tymi wartościami.

The image shows three musical staves in treble clef, each with a time signature and a sequence of notes. Arrows point from text labels to the time signatures.

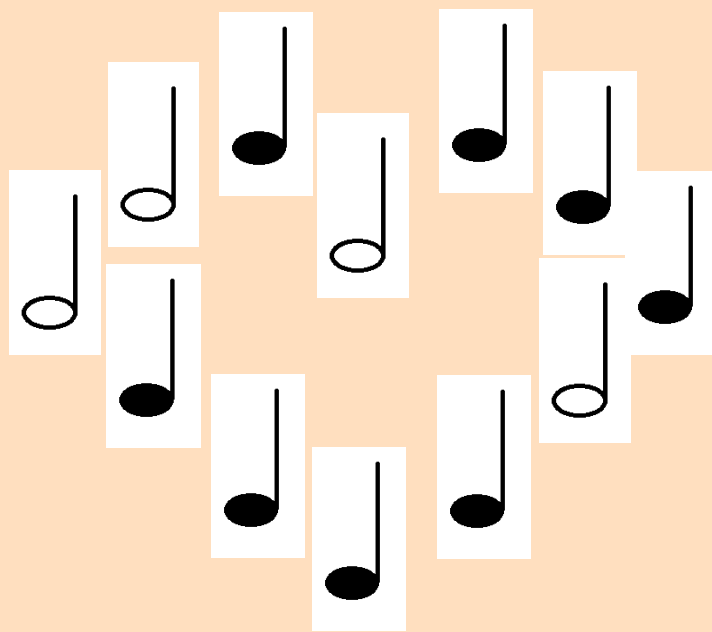
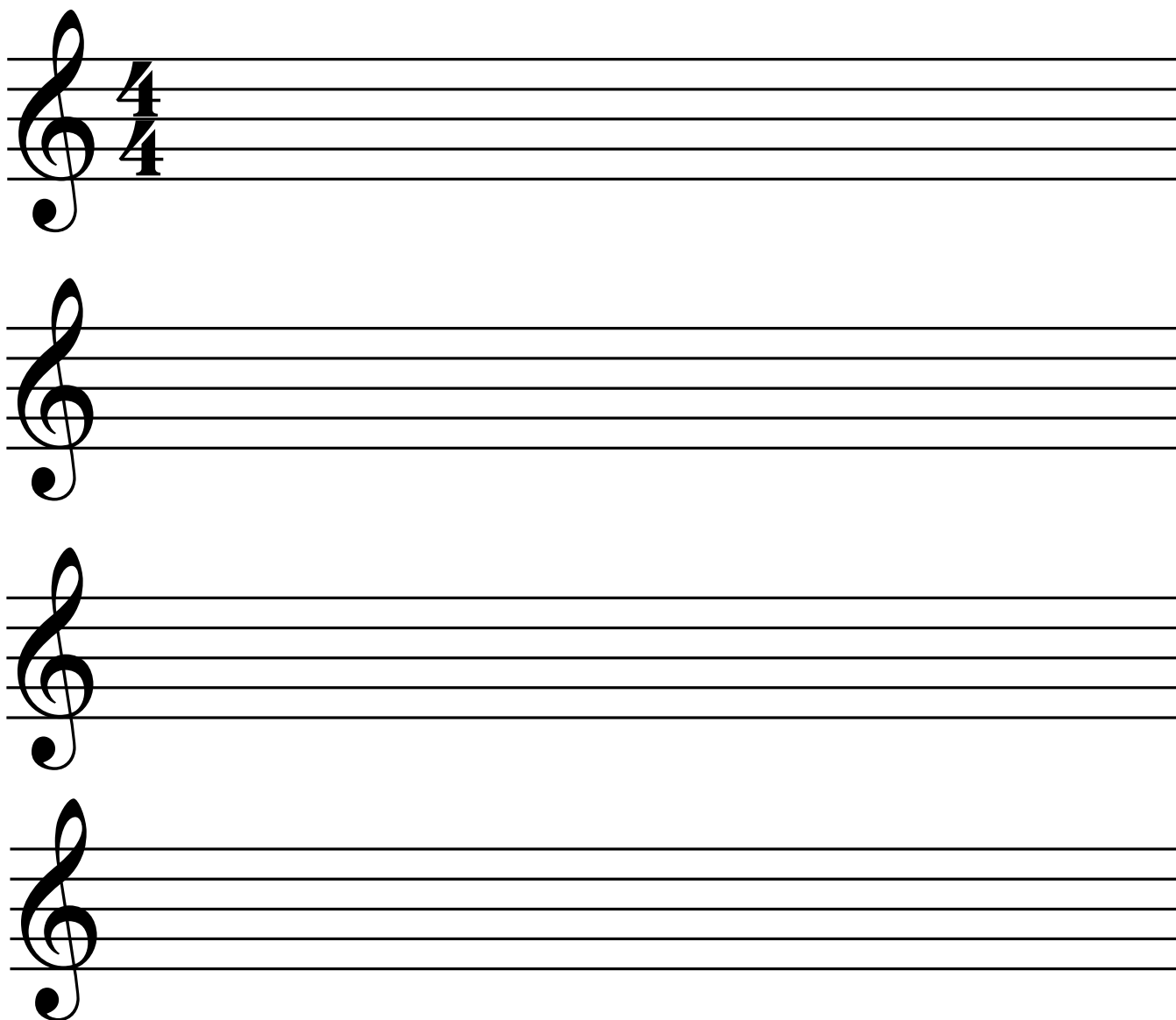
- Staff 1:** Time signature 4/4. The top '4' is labeled "liczymy do 4" (we count to 4). The bottom '4' is labeled "liczymy ćwierćnutami" (we count in quarters). The notes are: quarter, quarter, quarter, quarter, half, quarter, quarter, quarter.
- Staff 2:** Time signature 2/4. The top '2' is labeled "liczymy do 2" (we count to 2). The bottom '4' is labeled "liczymy ćwierćnutami" (we count in quarters). The notes are: quarter, quarter, quarter, quarter, half, quarter, quarter, quarter.
- Staff 3:** Time signature 3/4. The top '3' is labeled "liczymy do 3" (we count to 3). The bottom '4' is labeled "liczymy ćwierćnutami" (we count in quarters). The notes are: quarter, quarter, quarter, quarter, half, quarter, quarter, quarter.

Wyklaskaj przedstawiony fragment razem z liczeniem na głos.

The image shows two musical staves in treble clef, continuing the sequence of notes from the previous staves.

- Staff 4:** Time signature 2/4. Notes: quarter, quarter, quarter, quarter, half, quarter, quarter, quarter.
- Staff 5:** Time signature 3/4. Notes: quarter, quarter, quarter, quarter, half, quarter, quarter, quarter.

Nuty spadły z pięciolinii!! Pomóż im trafić z powrotem na swoje miejsce, układając z nich 4 takty różnorodnie rytmicznie. Możesz utrudnić sobie zadanie, komponując dodatkowe 4 takty z uwzględnieniem ósemek i pauz.



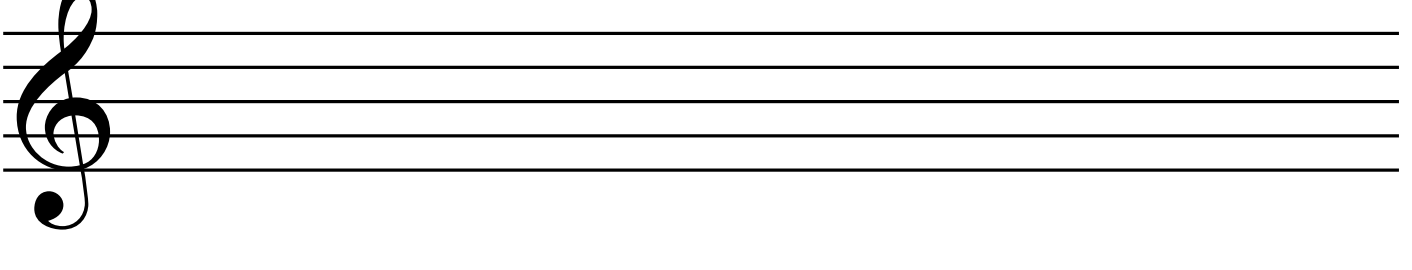
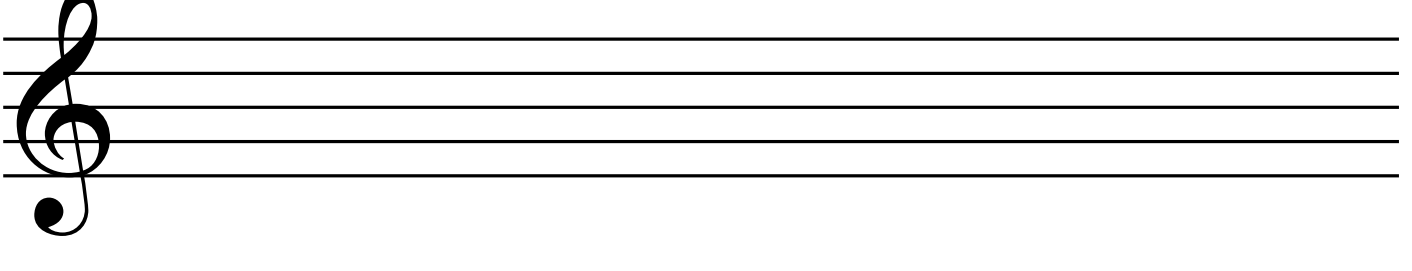
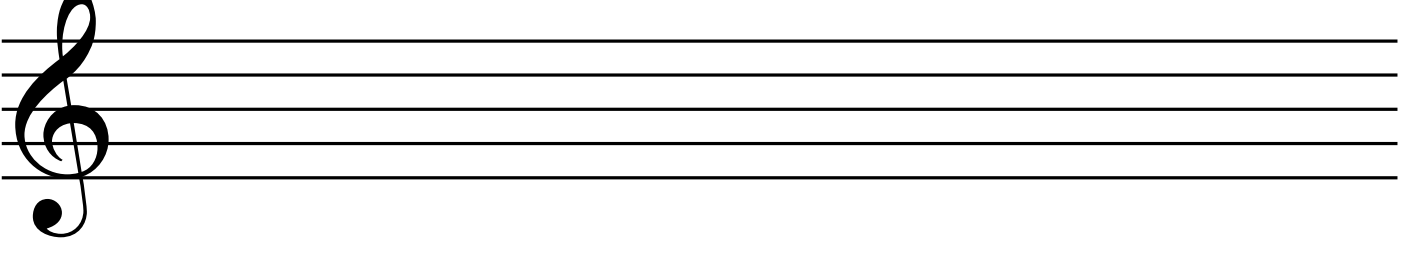
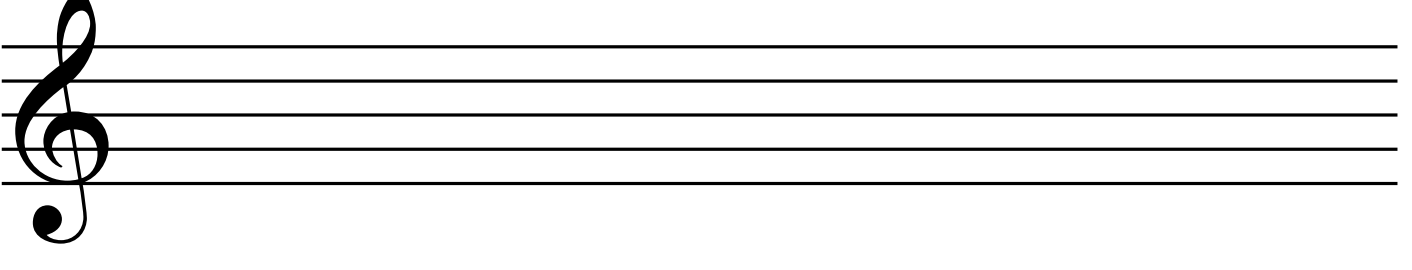
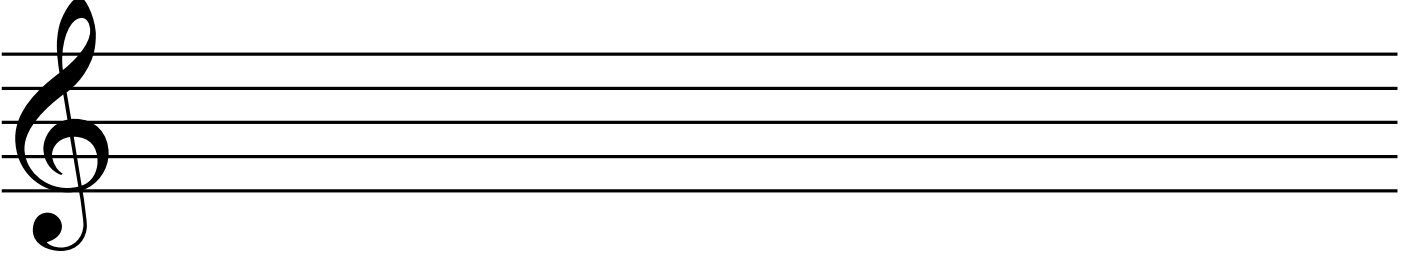
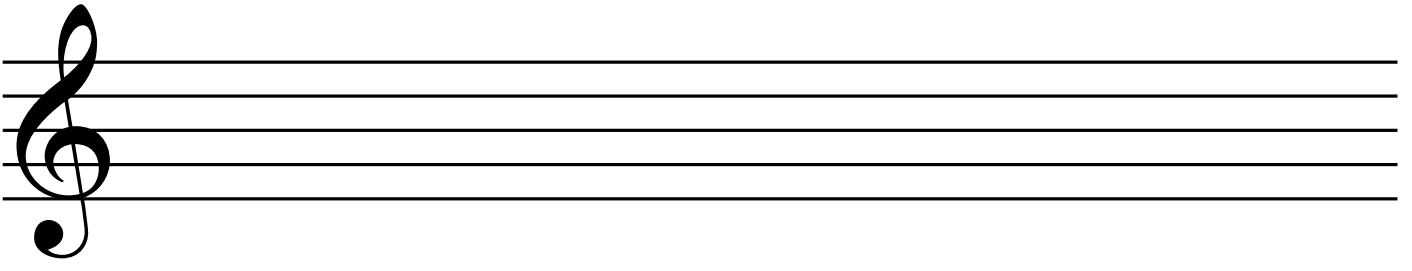
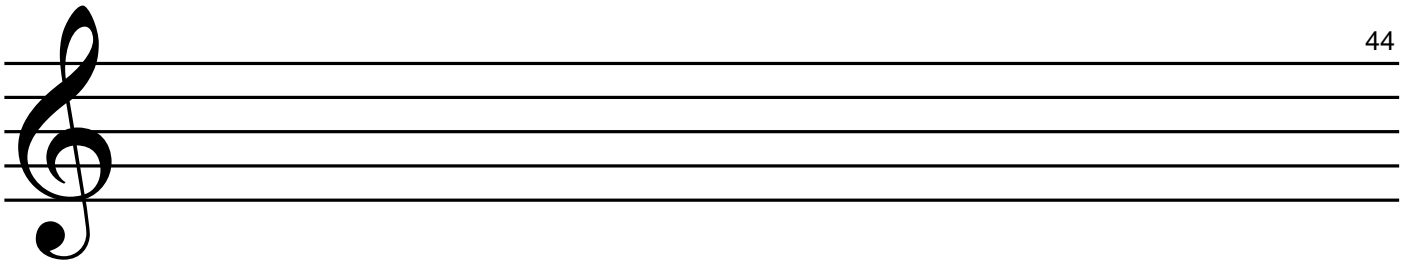
Znając już poszczególne wartości rytmiczne, warto poćwiczyć granie pizzicato z nut. Gramy znane nam już piosenki, aby skupić się na nutach i płynnie je odczytywać:

- stoimy twarzą do pulpitu bez skręcania nóg i bioder ;
- ślimak skrzypiec skierowany jest lekko w lewo, oddalony od pulpitu, a cała sylwetka wraz z instrumentem znajduje się przed pulpitem (ślimak nie chowa się za pulpitem) ;
- pulpit ustawiony w ten sposób, aby nuty były na wysokości oczu, aby nie podnosić ani nie opuszczać skrzypiec przy odczytywaniu zapisu nutowego.



### *Co już wiem i umiem*

1. Znam wartości nut od całej nuty do ósemek.
2. Wiem, na ile liczyć poszczególne wartości rytmiczne.
3. Znam zasady poprawnej postawy przy graniu z nut.



## Lekcja 7

### Granie smyczkiem (arco).

Wydobycie ładnego dźwięku na skrzypcach, zależy w dużej mierze od właściwego prowadzenia smyczka. Należy go prowadzić równoległe do podstawka. Kiedy gramy bliżej gryfu pociągnięcia smyczka powinny być szybsze, a bliżej gryfu wolniejsze (granie tylko w wysokich pozycjach).

Zanim zaczniemy grać smyczkiem na strunach, możemy wypróbować pierwsze prowadzenie smyczka na swoim ramieniu.



Trzymając smyczek w prawidłowy sposób, kładziemy na lewym ramieniu materiałową chusteczkę i wykonujemy krótkie, równe pociągnięcia w środku smyczka. Sprawdzamy też co chwilę, czy prawe ramię nie jest uniesione. Przy prowadzeniu smyczka powinno się zginać swobodnie rękę w łokciu oraz nadgarstku.

Sympatyczny miś koala usiadł dziewczynce na ramieniu, aby pomóc jej w prawidłowym prowadzeniu smyczka.

Bardzo często zdarza się, że unosimy ramię przy pociągnięciach smyczka w górę. Pomocny może być wtedy jeden z rodziców, który położy rękę na ramieniu dziecka. W ten sposób można ćwiczyć, grając krótkimi pociągnięciami w środku smyczka w rytm śpiewanej piosenki.



**Grając smyczkiem w dół, oznaczamy go nad nutą symbolem** 

-pociągnięcie smyczka w dół oznacza, że otwieramy rękę w łokciu i gramy smyczkiem w stronę podłogi

**Grając smyczkiem w górę, oznaczamy go nad nutą symbolem** 

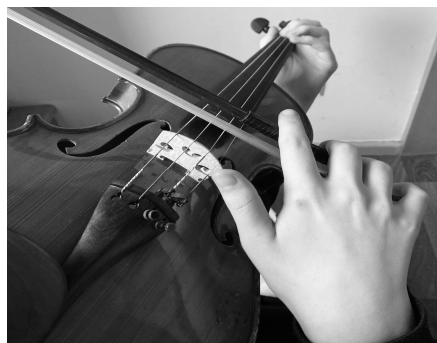
-pociągnięcie smyczka w górę oznacza, że zamykamy rękę w łokciu i gramy smyczkiem w stronę sufitu

## Zabawy na swobodne trzymanie smyczka

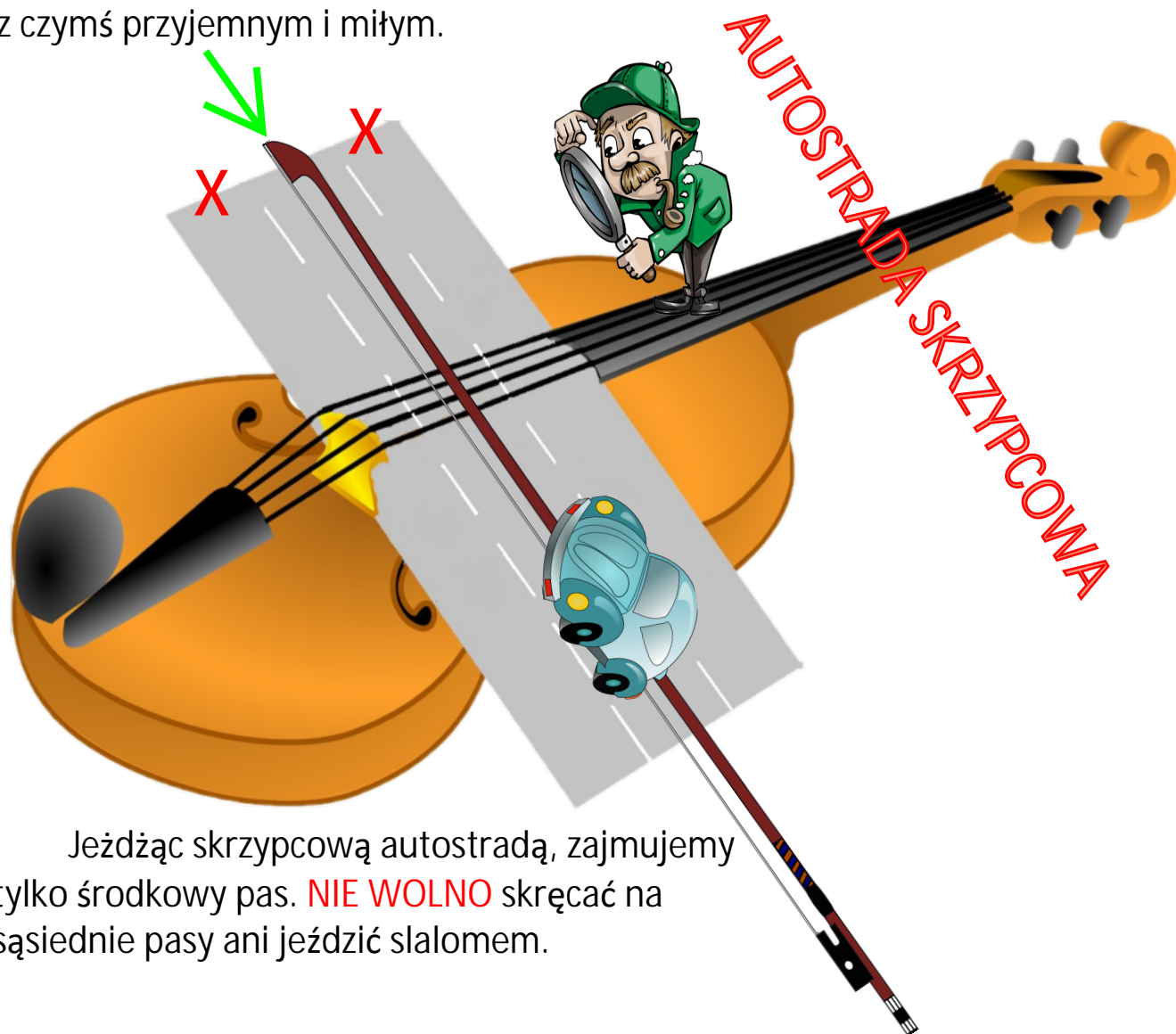
1. Bierzemy małą piłkę, mieszczącą się w ręce i chwytamy ją całą dłonią. Palce formują się podobnie do tego, jak powinny wyglądać na smyczku. Trzymając piłeczkę bardzo lekko (na granicy wypadnięcia), przede wszystkim kciukiem i palcem środkowym, robimy delikatne wymachy ręki, tak aby wyczuć płynny ruch nadgarstka. Na początku, aby było łatwiej, możemy wykonywać te ruchy z piłeczką zwróconą w górę, a potem, gdy będzie to prostsze, odwrócić rękę. Aby ćwiczenie wykonać poprawnie, powinno się je powtórzyć kilkanaście razy. Na początku nawet dobrze, aby piłeczka wypadła. Będzie to znak, że staramy się trzymać ją bez ściskania palców.
2. Trzymamy smyczek i podnosimy kolejno palce na rozkaz - palce to uczniowie, którzy mają wstać z krzesła. Któremu z nich będzie najtrudniej wstać? Na końcu próbujemy utrzymać smyczek tylko kciukiem i małym palcem.



3. Bierzemy skrzypce i kładziemy smyczek na strunach przy żabce. Trzymając poprawnie smyczek, staramy się zdjąć kciuk z pręta smyczka i przytrzymujemy go na strunach czterema górnymi palcami.



Starając się wydobyć z instrumentu jak najpiękniejsze dźwięki, pobawmy się w detektywa i sprawdźmy, które dźwięki zagrane były prostym smyczkiem. Czy nie było za dużo szurania, przydźwięków i zgrzytania? Spróbujemy wysłyszeć różnice pomiędzy ładnym, a brzydkim dźwiękiem, tak aby kształtować w sobie wrażliwość dźwiękową i aby ładny dźwięk kojarzył nam się od razu z czymś przyjemnym i miłym.

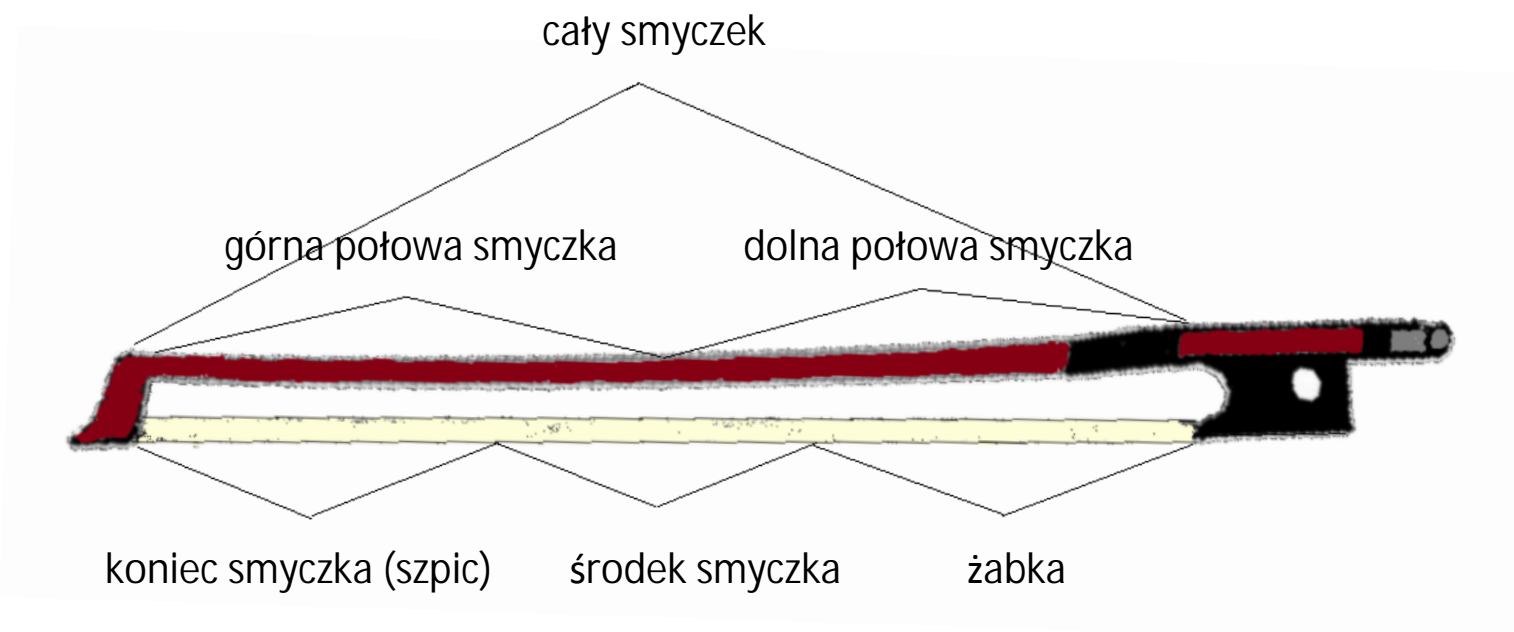


Jeżdżąc skrzypcową autostradą, zajmujemy tylko środkowy pas. **NIE WOLNO** skręcać na sąsiednie pasy ani jeździć slalomem.



Aby wyczuć, po jakim torze porusza się prawa ręka, możemy złapać smyczek w górze lewą ręką, a prawą ręką przesuwać po pręcie smyczka, nie zmieniając jego układu. Gdyby sposób ten okazał się na początku za trudny, pomocny może być rodzic, który będzie trzymał smyczek przy żabce. Początkowo ćwiczymy na strunach D i A, a potem także na E i G.

## PODZIAŁ SMYCZKA

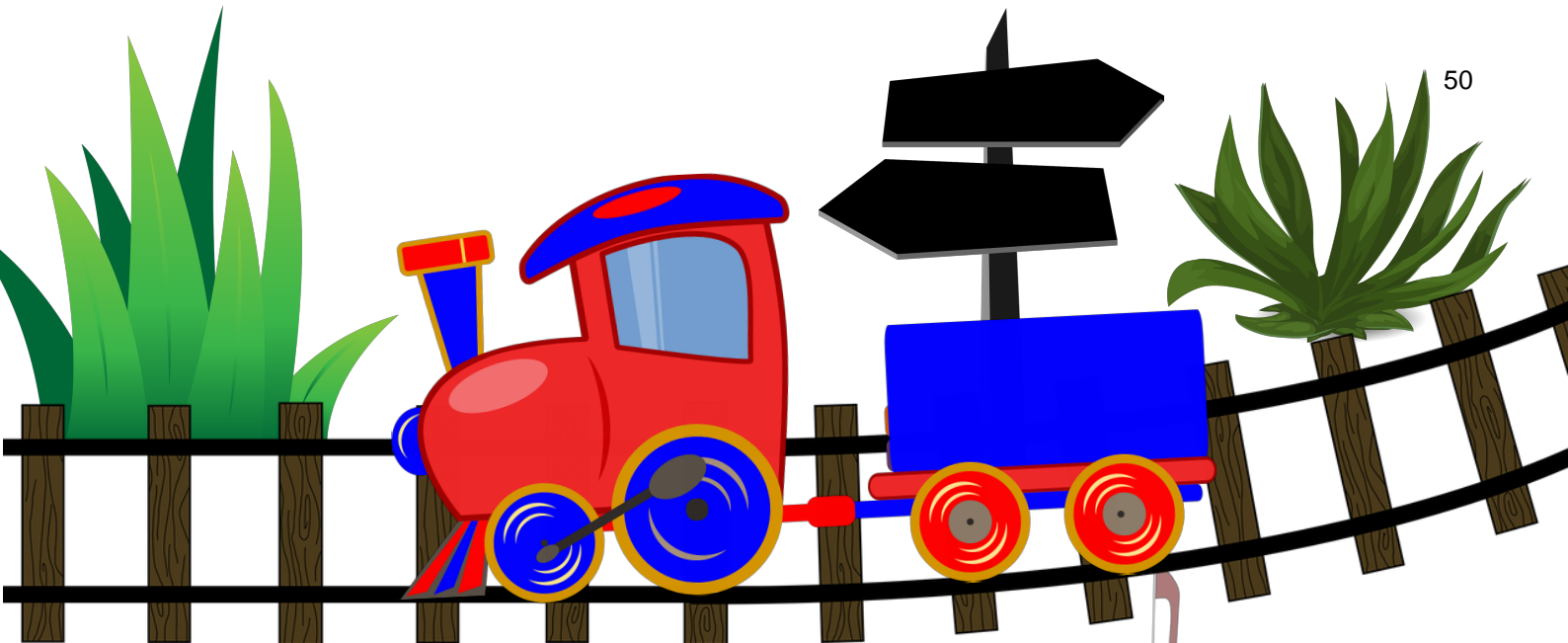


Przy podziale smyczka początkowo używamy zazwyczaj sześć wyżej wymienionych określeń. Wszystko zależy od długości wartości rytmicznych - całą nutę zagramy całym smyczkiem, a ósemki już tylko mniejszą częścią smyczka.

Stawiając smyczek na strunie musimy sprawdzić, czy nie podnosimy łokcia za wysoko, lub nie opuszczamy za nisko. Pozycja ustawienia łokcia na każdej strunie jest inna. W sprawdzeniu pomoże nam swobodnie opuszczone ramię i prawidłowo ustawiona dłoń na smyczku, gdzie nadgarstek nie załamuje się. W środku smyczka nadgarstek i łokieć znajdują się na jednej wysokości.

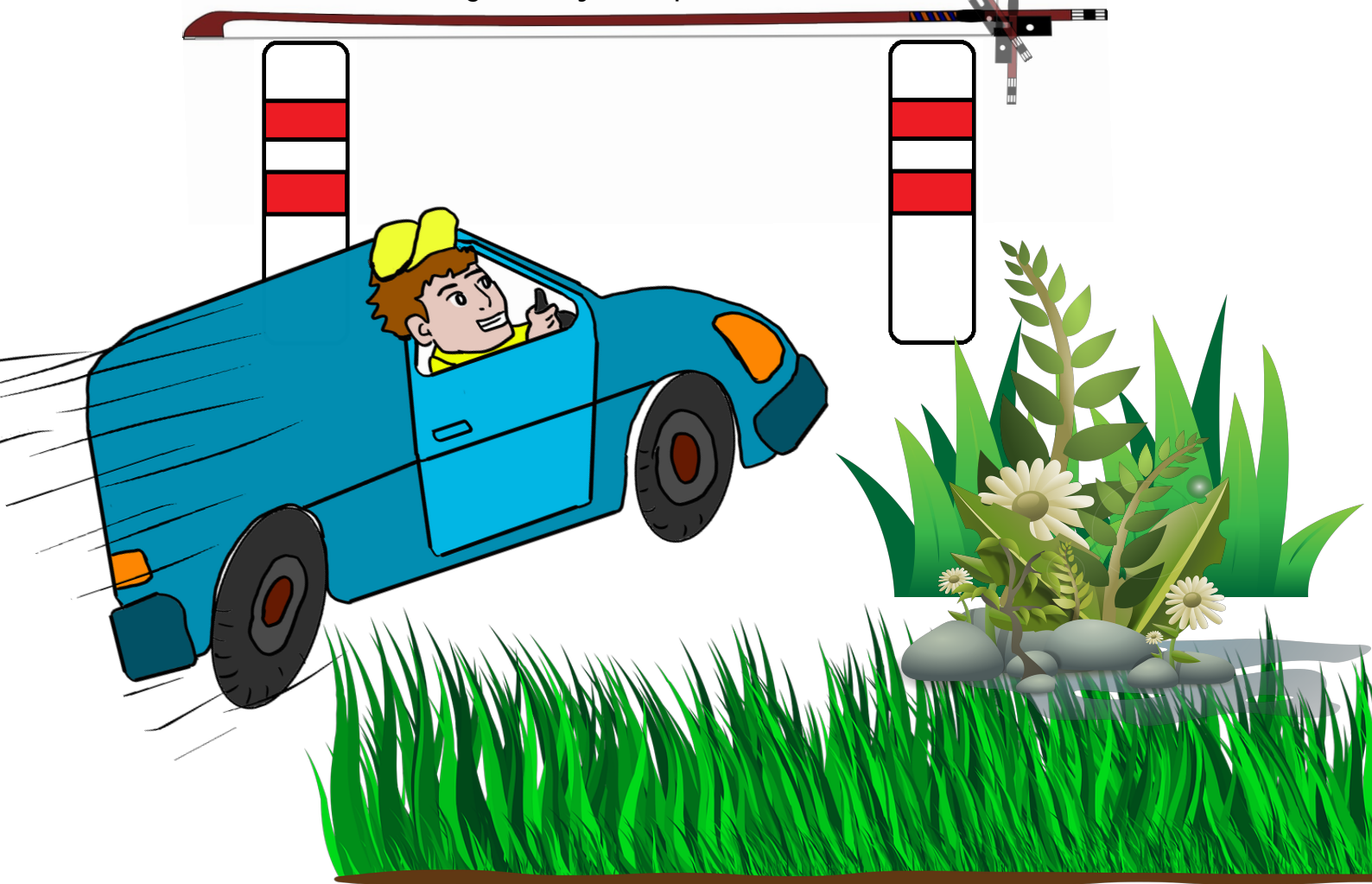
Na którym zdjęciu dziewczynka ma prawidłowe ułożenie prawego łokcia i kotek nie spadnie jej z przedramienia?





## Szlaban

Ćwiczymy prawidłowe ułożenie palców na smyczku otwierając i zamykając szlaban. Trzymając smyczek poziomo naciskamy małym palcem i podnosimy smyczek do pionu. Kciuk i mały palec wyprostowują się. Gdy przejedzie pociąg zadbajmy o to, aby opuszczając szlaban znowu zaokrąglić wszystkie palce.



# Kiedy szczęście cię rozpiera

pios. dziecięca

Uczeń

Kiedy szczęście cię roz-pie-ra gło-śno klaszcz. Kie-dy szczęście cię roz-pie-ra gło-śno klaszcz Kie-dy

Nauczyciel

5

U.

szczę-ście cię roz-pie-ra i gdy smu-tek nie dos-kwie-ra. Kie-dy szczę-ście cię roz pie-ra gło-śno klaszcz.

N.

Detailed description: This is a musical score for a children's song. It features two systems of staves. The first system has a vocal line for 'Uczeń' (Student) and a piano accompaniment line for 'Nauczyciel' (Teacher). The second system has a vocal line for 'U.' (Uczeń) and a piano accompaniment line for 'N.' (Nauczyciel). The music is in G major (one sharp) and 4/4 time. The lyrics are written below the notes. Some notes in the student's part are highlighted in red and blue. A measure number '5' is written above the start of the second system.

# Koła autobusu kręcą się

pios. dziecięca

Uczeń

Ko - ła au - to - bu - su krę - cą się krę - cą się krę - cą się

Nauczyciel

9

U.

ko - ła au - to - bu - su krę - cą się przez ca - ły dzień

N.

Detailed description: This is a musical score for a children's song. It features two systems of staves. The first system has a vocal line for 'Uczeń' (Student) and a piano accompaniment line for 'Nauczyciel' (Teacher). The second system has a vocal line for 'U.' (Uczeń) and a piano accompaniment line for 'N.' (Nauczyciel). The music is in G major (one sharp) and 2/4 time. The lyrics are written below the notes. Some notes in the student's part are highlighted in red and blue. A measure number '9' is written above the start of the second system.

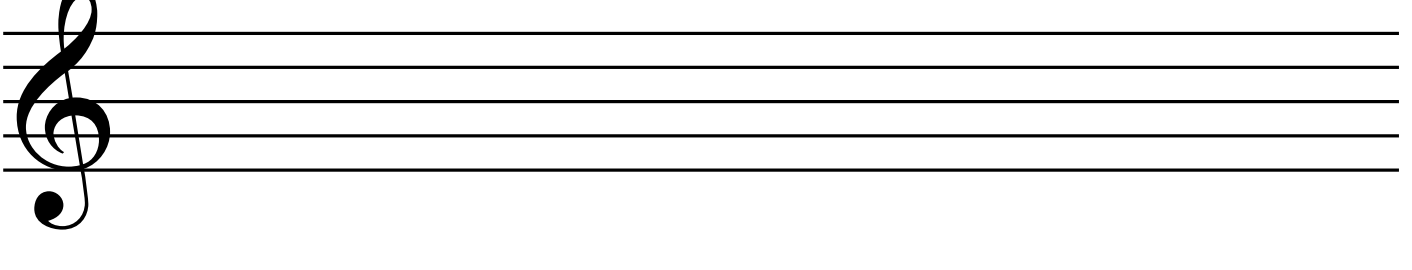
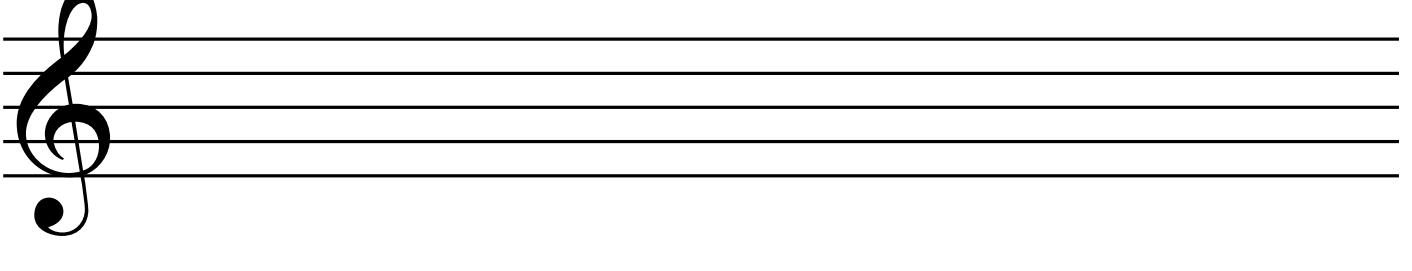
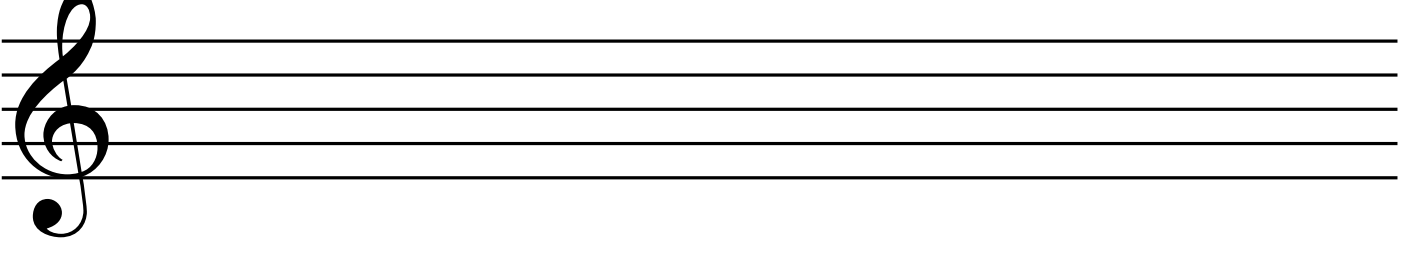
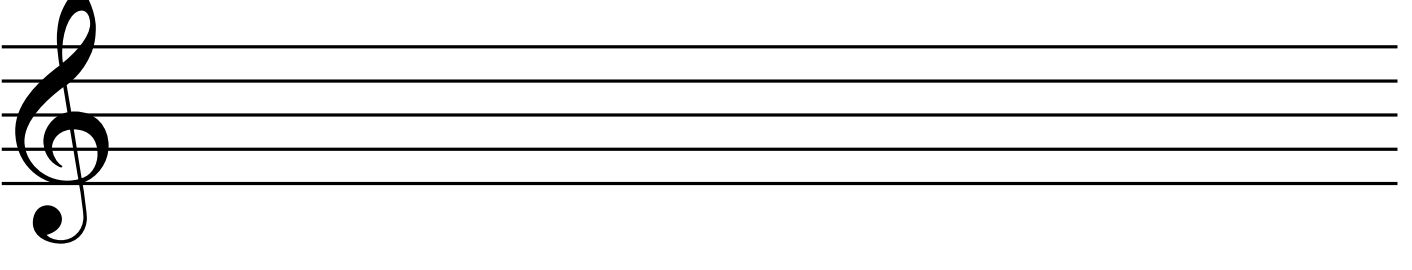
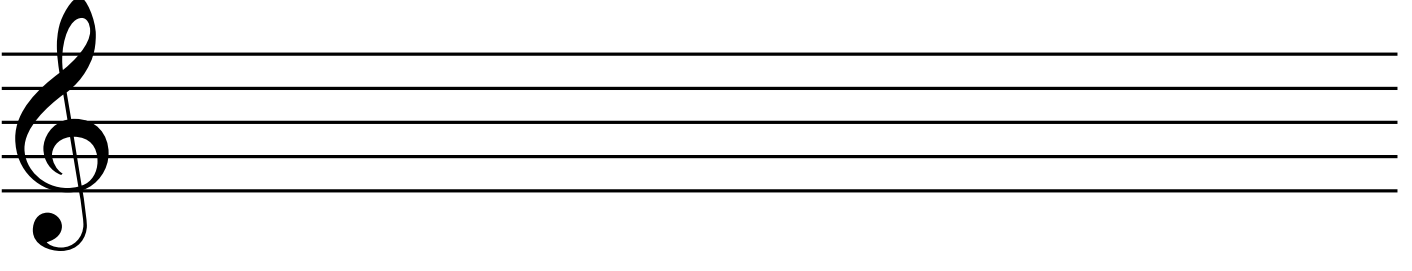
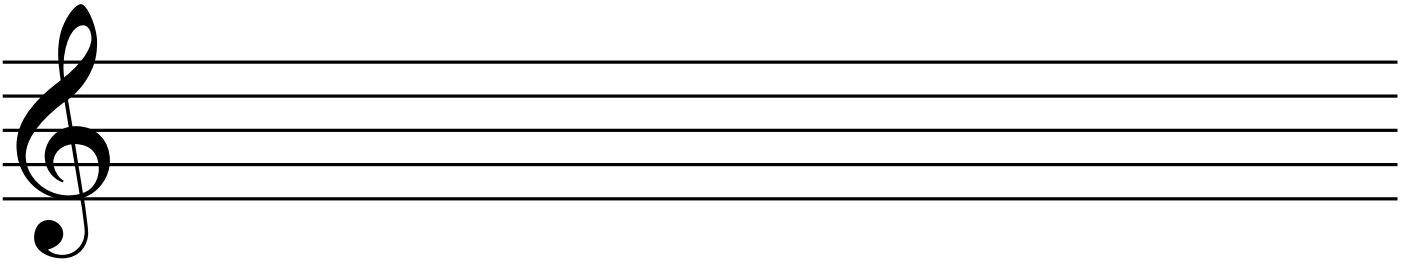
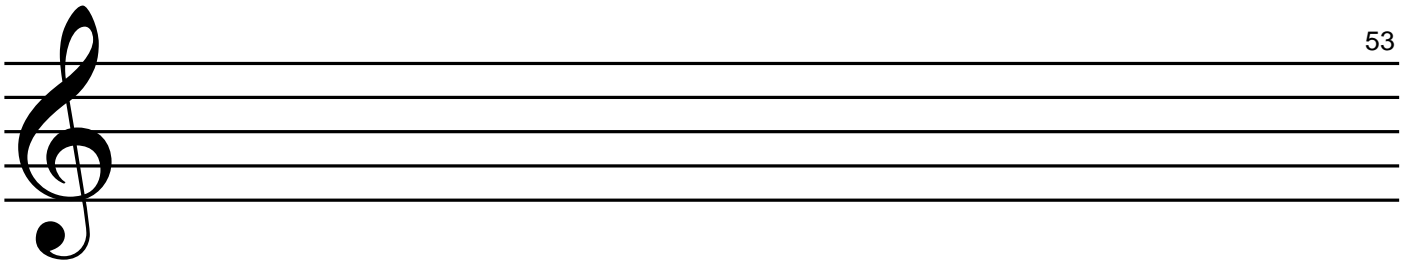
## Ćwiczenie koordynacyjno -rytmiczno - relaksujące

Z lekcji poprzedniej przypominamy sobie wyliczanki skrzypcowe. Gramy tylko na jednej wybranej strunie w środku smyczka. W trakcie grania spacerujemy po pokoju w rytmie ćwierćnut. Na znak **STOP** przerywamy i sprawdzamy, czy układ prawej ręki i łokieć jest taki sam, jaki był na początku grania. Ćwiczenie możemy dowolnie modyfikować - zmieniać tempo grania oraz wartości rytmiczne w graniu i chodzeniu.



### *Co już wiem i umiem*

1. Wiem, co to znaczy grać *arco*.
2. Umiem grać równe nuty w środku smyczka.
3. Umiem prowadzić smyczek równolegle do podstawka.



## Lekcja 8

I pozycja - ustawienie 1. palca na gryfie. Zapis nutowy.

ustawienie 1. palca w I pozycji  
na wszystkich strunach



Obraz autorstwa studio4rt na Freepik

### Ustawienie 1. palca na strunach

Ustawienie palców na strunach można zacząć znowu od trzymania skrzypiec w pozycji gitary. Zaokrąglony palec stawiamy na strunach na opuszkach. Przy podnoszeniu nie prostujemy palca w stawach. Opuszki palców przez cały czas są skierowane na gryf.

Trzymając skrzypce pod brodą, robimy ćwiczenie przeskakiwania 1. palcem po kolei na wszystkich strunach. Odbijamy się palcem od strun sprężysto, jakbyśmy skakali na trampolinie. Przy odbijaniu się pamiętamy, aby nie prostować palca. Przy zmianie struny z E na G, powinno się wyczuć lekki ruch łokcia pod skrzypce. Dłoń aż do łokcia tworzy wahadełko, które dostosowujemy do każdej struny, aby nie naciągać nadgarstka. Nadgarstek powinien być prosty przy graniu na każdej strunie, a cała dłoń widoczna z prawej strony gryfu.

Na którym zdjęciu dziewczynka prawidłowo ułożyła lewą rękę na gryfie?



## Ćwiczenie

Stawiamy 1. palec na strunie A i przesuwamy go razem z kciukiem w górę, wzdłuż struny, do momentu, aż dłoń dotknie pudła rezonansowego. Wtedy wracamy do I pozycji. Powtarzamy to kilka razy na różnych strunach, pilnując, aby nie zmieniać ułożenia palca i dłoni. Gdyby ćwiczenie było skomplikowane, z pomocą może nam przyjść króliczek i zabawa w nie-chowanego.

### Zabawa w nie-chowanego

Rysujemy małego króliczka na kości śródrečia przy 1. palcu. Przy postawieniu 1. palca na strunie, króliczek spogląda ciekawie tuż nad gryfem. Zabieramy królika na krótką przejażdżkę w górę struny. Pilnujemy go, aby nie schował się pod szyjkę, bo inaczej nic nie będzie widział. Na końcu, aby zabawa była ciekawsza, gramy ćwiczenie arco.



Ćwiczenie z przesuwaniami palców jest ważne dla prawidłowego ułożenia całej ręki. Przesuwając palec po strunie, sprawdzamy jego siłę nacisku. Ze względu na to, że 1. palec jest najbliżej gryfu, siła nacisku powinna być najmniejsza ze wszystkich. Zarówno 1. palec jak i kciuk powinny lekko dotykać szyjki. Im wolniej i płynniej uda się przesuwać palec, tym lepiej. Można też spróbować przesuwać 1. palec bez trzymania kciuka lub przesuwać palec po samej strunie, bez dociskania do gryfu. Ćwiczenie to wzmacnia także opuszki palców.

Kontynuujemy ćwiczenie grania w środku smyczka 1. palcem na zmianę z pustą struną, wymyślając proste rymowanki. Pilnujemy prostej postawy, trzymania skrzypiec, ułożenia prawego łokcia i prawidłowego stawiania 1. palca bez ściskania szyjki.

Wszystkie nuty grane pierwszym palcem na strunach położone są na linii.

### ZABAWA *Naśladuj mnie*

Uczeń powtarza melodię zagrąną przez nauczyciela na pustych strunach, nie patrząc na jego instrument. Jeśli zagadki wydają się proste, dołączamy także dźwięki grane pierwszym palcem.

# Stary niedźwiedź

mel. ludowa

Uczeń

Nauczyciel

U.

N.

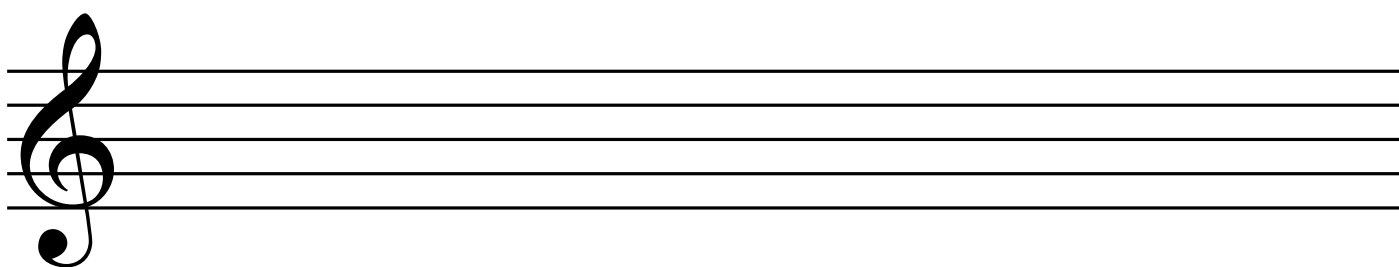
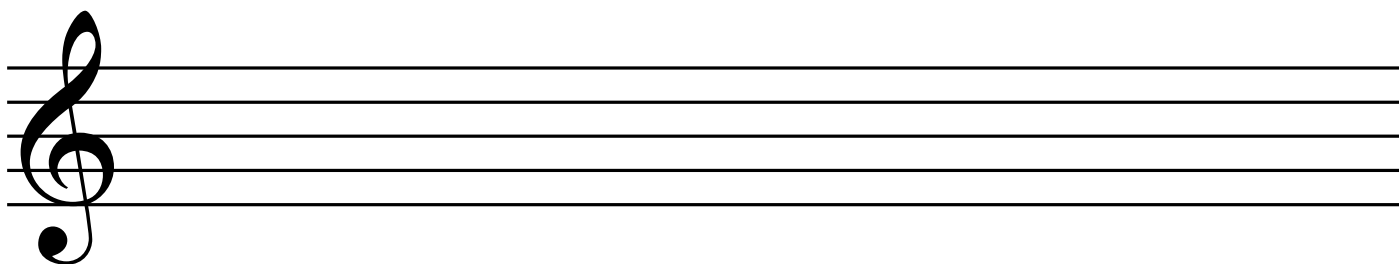
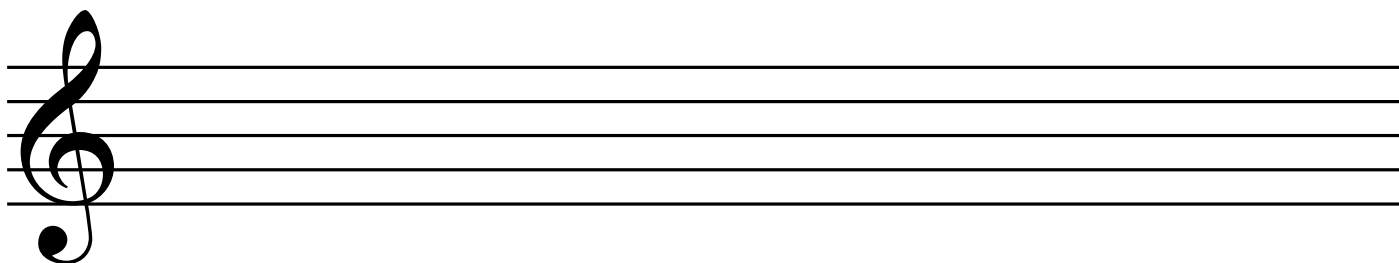
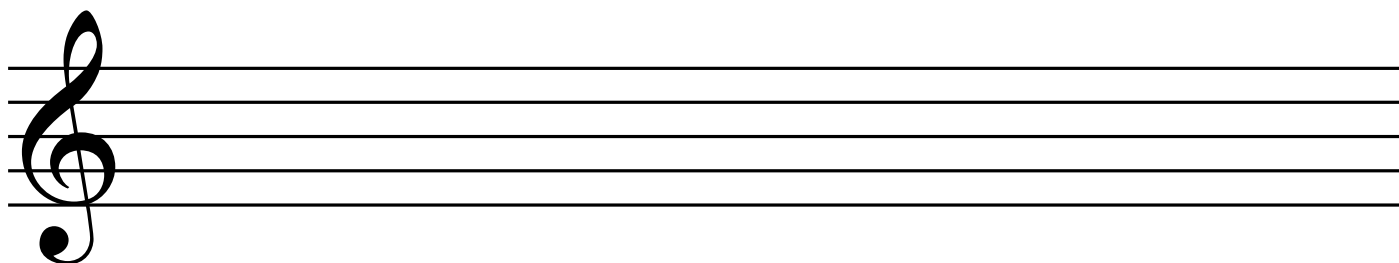
U.

N.

The image displays a musical score for the song 'Stary niedźwiedź' (The Old Bear). The score is written in G major (one sharp) and 4/4 time. It is divided into three systems. The first system features two staves: 'Uczeń' (Student) and 'Nauczyciel' (Teacher). The 'Uczeń' part begins with four red quarter notes (G4, A4, B4, C5), followed by two more red quarter notes (D5, E5), a red half note (F#5), and then four blue quarter notes (G4, A4, B4, C5), ending with two blue half notes (D5, E5). The 'Nauczyciel' part starts with a quarter rest, followed by a quarter note (G4), a quarter note (A4), a quarter note (B4), a quarter note (C5), a half note (D5), a half note (E5), a quarter rest, a quarter note (G4), a quarter note (A4), a quarter note (B4), a quarter note (C5), and finally a half note (D5) and a half note (E5). The second system, starting at measure 6, has 'U.' and 'N.' staves. The 'U.' part has a blue quarter note (G4), a blue quarter rest, four red quarter notes (A4, B4, C5, D5), a blue quarter note (E5), four blue quarter notes (G4, A4, B4, C5), a blue quarter note (D5), and four red quarter notes (E5, F#5, G4, A4). The 'N.' part has a quarter rest, a quarter note (G4), a quarter note (A4), a quarter note (B4), a half note (C5), a quarter note (D5), a quarter note (E5), a quarter note (G4), a quarter note (A4), a quarter note (B4), a quarter note (C5), a quarter note (D5), a quarter note (E5), a quarter note (G4), a quarter note (A4), a quarter note (B4), and a quarter note (C5). The third system, starting at measure 12, also has 'U.' and 'N.' staves. The 'U.' part has a red quarter note (G4), a red quarter note (A4), a blue quarter note (B4), a blue quarter rest, four red quarter notes (C5, D5, E5, F#5), a red quarter note (G4), a red quarter note (A4), a red quarter note (B4), a red quarter note (C5), a red quarter note (D5), a red quarter note (E5), and a red quarter rest. The 'N.' part has a quarter note (G4), a quarter note (A4), a quarter note (B4), a quarter rest, a quarter note (C5), a quarter note (D5), a quarter note (E5), a quarter note (G4), a quarter note (A4), a quarter note (B4), a quarter note (C5), a quarter note (D5), a quarter note (E5), and a quarter rest.

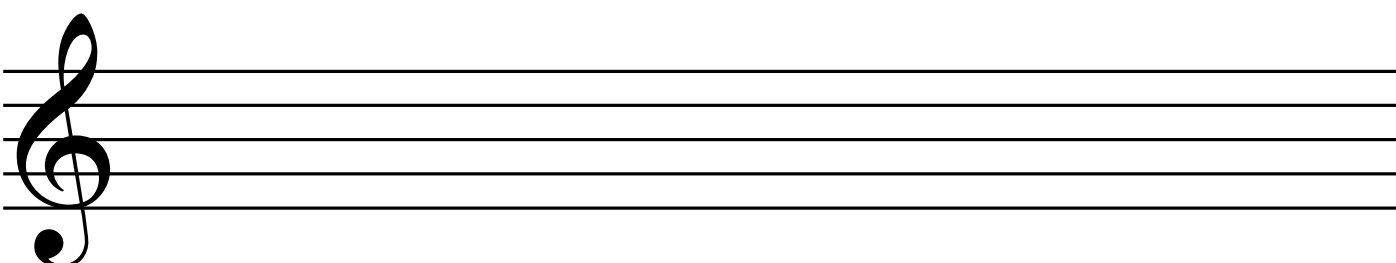
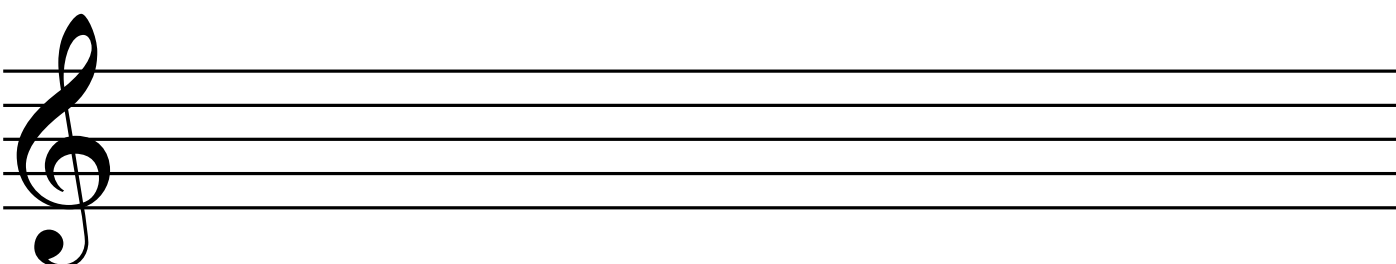
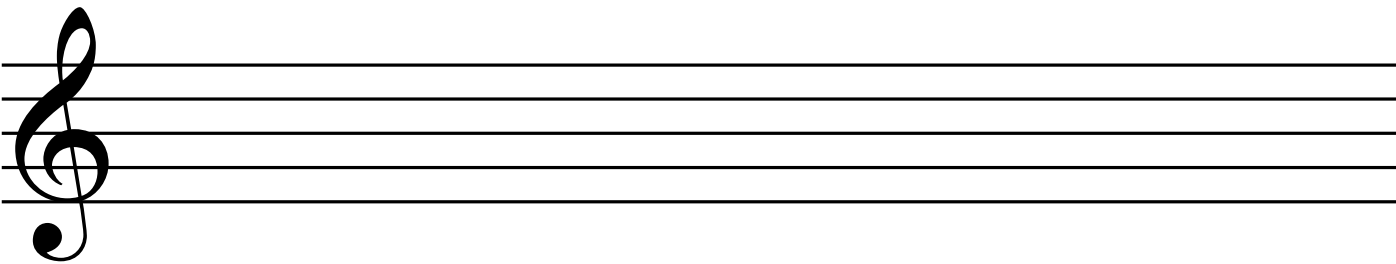
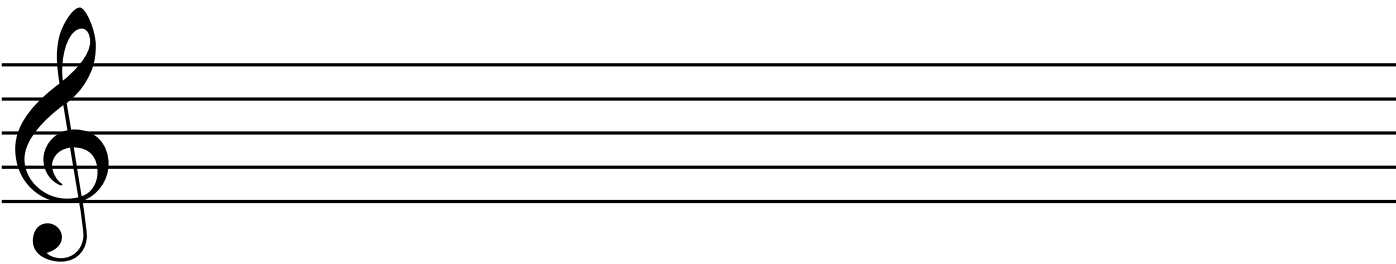
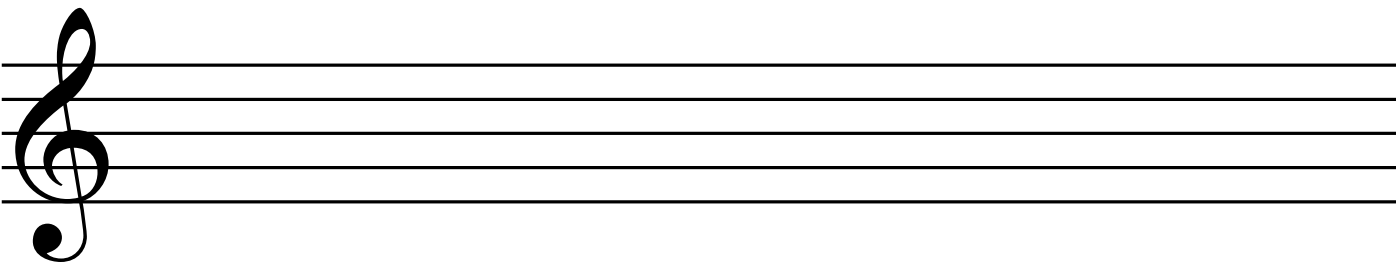
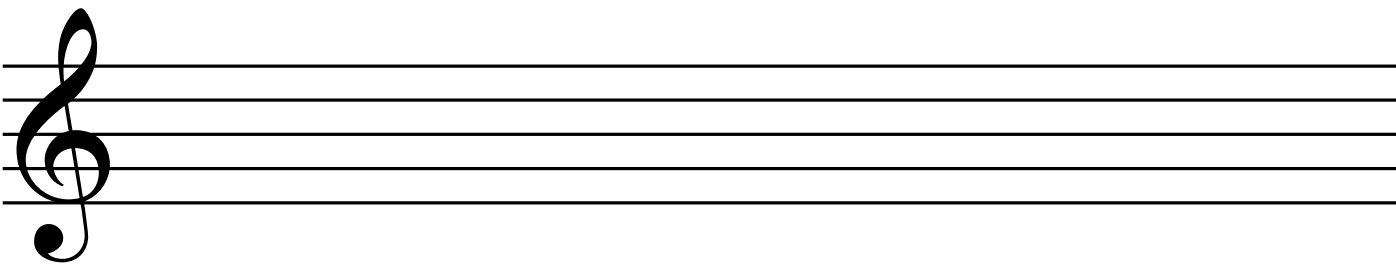
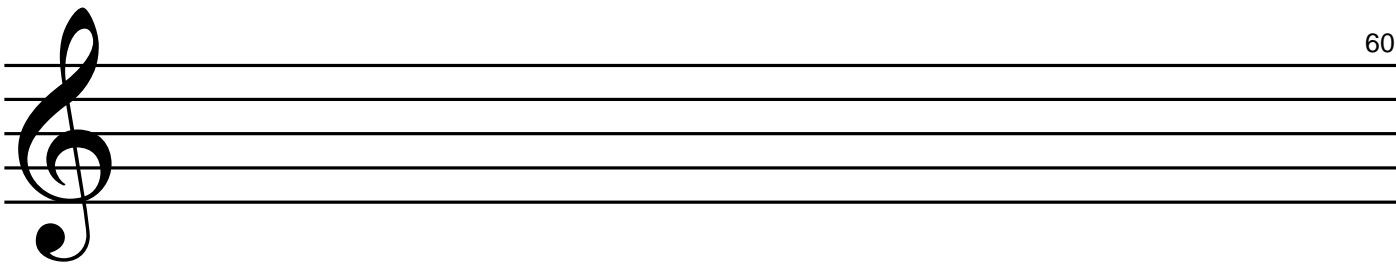


Narysuj na pięciolinii poznane nuty **A**, **E**, **H** i **Fis**. Na pustych strunach także znajdują się dźwięki A i E. Czy wiesz, gdzie będą leżały na pięciolinii?



### *Co już wiem i umiem*

1. Wiem, jak prawidłowo postawić 1. palec na każdej strunie.
2. Wiem, gdzie znajdują się nuty na pięciolinii grane 1. palcem na każdej strunie.
3. Znam nazwy dźwięków grane 1. palcem na każdej strunie.



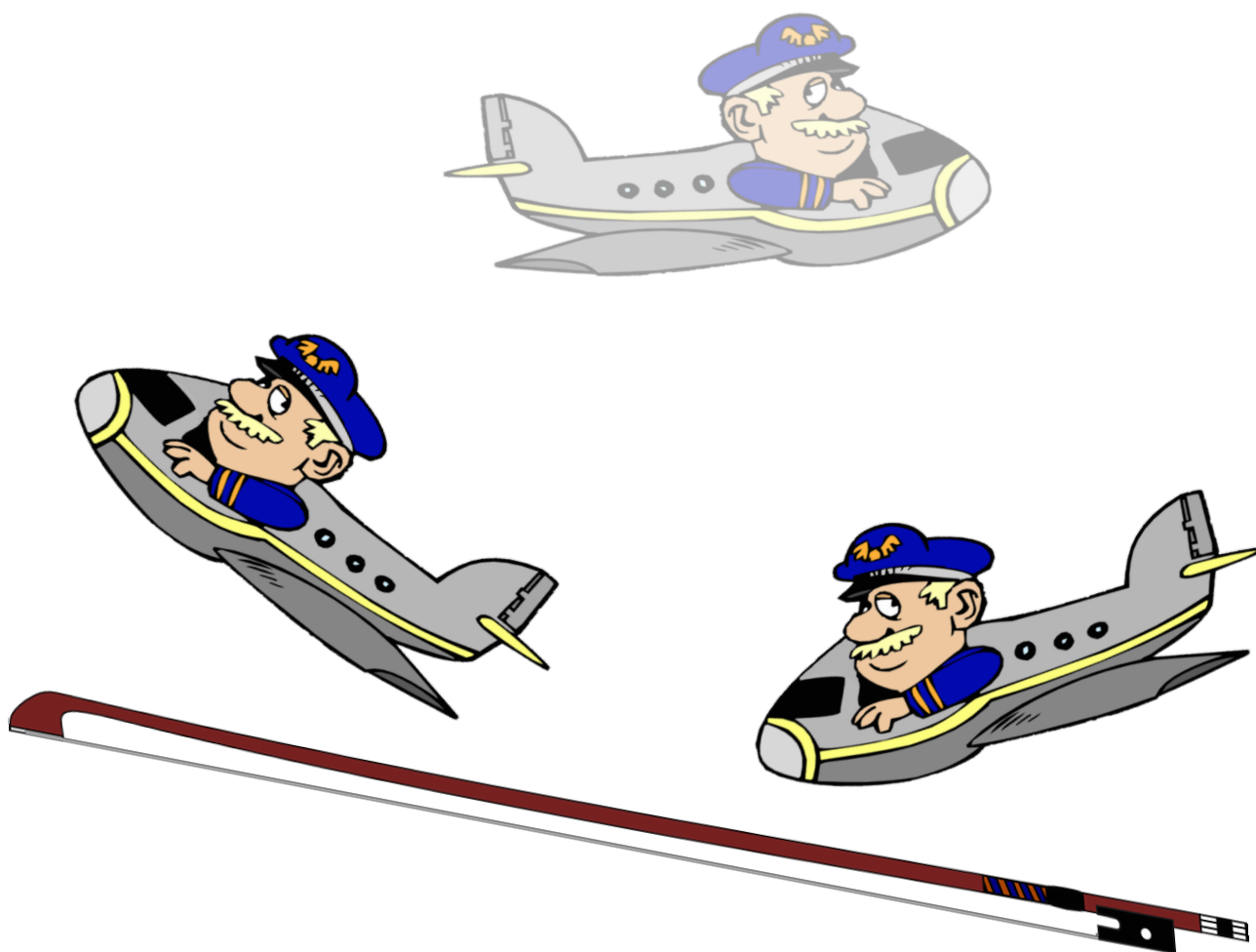
## Lekcja 9

### Podział smyczka. Płynne zmiany strun.

Z lekcji poprzednich wiemy już, w jaki sposób dzielimy smyczek oraz która część smyczka jest cięższa. Aby swobodnie grać całą długością smyczka, należy najpierw ćwiczyć osobno w dolnej oraz górnej części smyczka.

*Ćwiczenia na dolną połowę smyczka: (zaczynamy grać od żabki, w środku smyczka podnosimy go i przenosimy znowu do żabki)*

*Jesteś pilotem. Samolot kołuje nad lotniskiem. Na dany sygnał ląduje na ziemię. Musisz pilnować, aby samolot nie uderzał twardo o ziemię, tylko miękko lądował za każdym razem.*



*Ćwiczenia na górną połowę smyczka: (zaczynamy grać od środka smyczka, w końcu smyczka podnosimy go i przenosimy znowu do środka; pilnujemy, aby grać tak samo głośno jak w dolnej połowie smyczka)*

Do samolotu wsiadł Mikołaj z ogromnym workiem prezentów i samolot zrobił się dużo cięższy. W locie jeszcze tego nie można było spostrzec, ale jak lądował, musiał jeszcze bardziej uważać, aby nie uderzyć o ziemię.



Jeśli uda się zrobić poprawnie kilkadziesiąt razy ćwiczenia na obie połowy smyczka, można spróbować je połączyć i zagrać całym smyczkiem. Następnym utrudnieniem będą takie same ćwiczenia w górę smyczka.

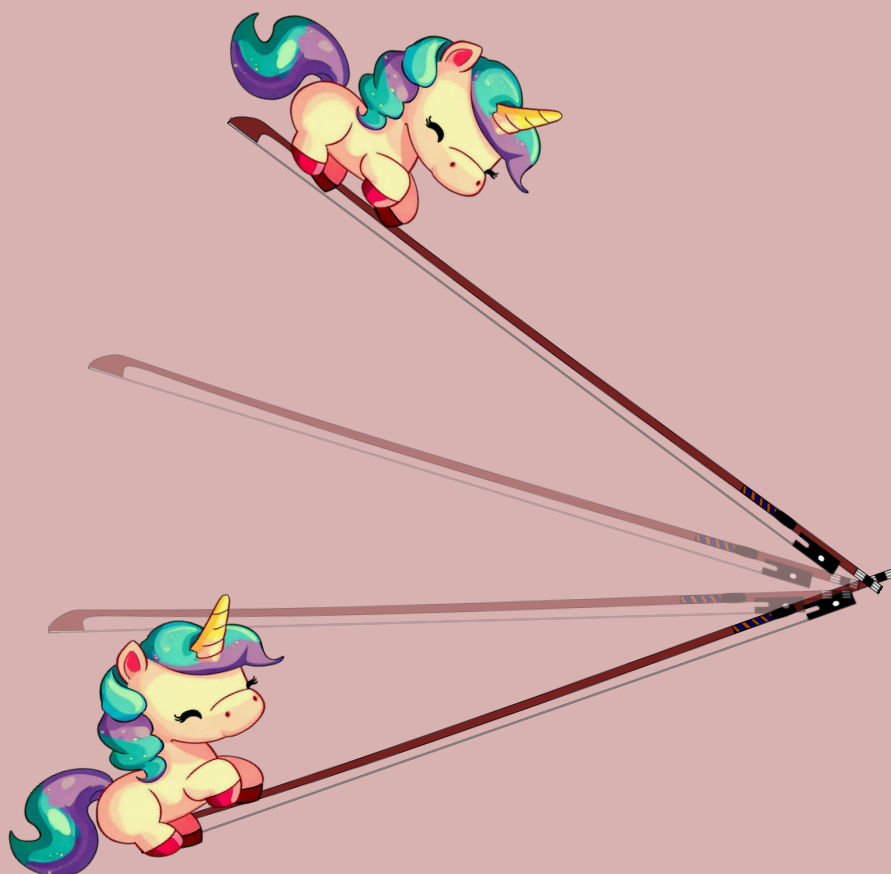
## Zadanie

Zagraj *Wyszły w pole kurki trzy*, grając przez cały czas smyczkiem w dół – najpierw w dolnej połowie, a potem w górnej, pilnując, aby zagrać tak samo głośno, jak wcześniej w dolnej połowie smyczka.

## Zabawy na huśtawce

Z lekcji 7 pamiętamy zabawy na swobodne trzymanie smyczka. Spróbujmy teraz połączyć to z ćwiczeniem na swobodne zmiany strun. Trzymając smyczek przy żabce, ustawiony na strunie E, robimy huśtawkę do struny G, przenosząc dłoń tak, aby nie zmieniać sposobu trzymania smyczka. Zmieniamy jedynie ustawienie łokcia, który w ruchu podąża za dłonią.

Na końcu smyczka usiadł jednorożec i chce się pohuścić. Spróbujmy huścić końcem smyczka bardzo powoli, tak aby jednorożec nie spadł. Przesuwamy smyczek powoli na kolejne struny wyciągając na chwilę kciuk nakażdej strunie. Może to być na odległość bardzo małą np. 1 cm. Ważne jest, aby na chwilę poczuć trzymanie smyczka jedynie czterema górnymi palcami. Gdyby to ćwiczenie okazało się łatwe, możemy pohuścić jednorożca, trzymając smyczek jedynie górnymi palcami.



Zmieniając płynnie struny w środku smyczka, do ruchu nadgarstka i palców dodajemy jeszcze szerszy ruch przedramienia. Gdy zmieniamy smyczek na niższą strunę czyli np. z E na G, łokieć i ramię podążają za dłonią. Gdy gramy w odwrotnym kierunku, pierwszy opada łokieć. Grając już na samym końcu smyczka, przy szpicu, zmianę strun wykonujemy z wyraźnym ruchem ramienia.

Ruch prawej ręki na smyczku, przy zmianie strun, można wyobrazić sobie dzięki marionetce poruszanej za pomocą sznurków przymocowanych do dłoni.



Image by macrovector on Freepik



Grając przy końcu smyczka, prawa ręka ma do pokonania największe odległości przy zmianie strun.

## Zabawa w żółwia i królika

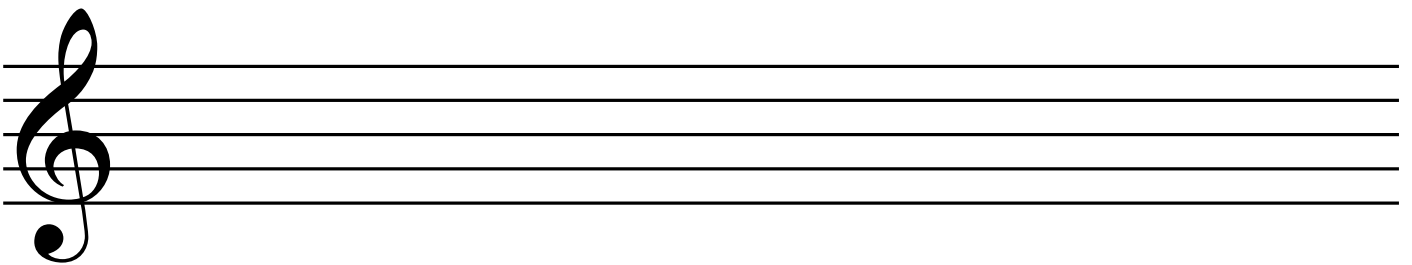
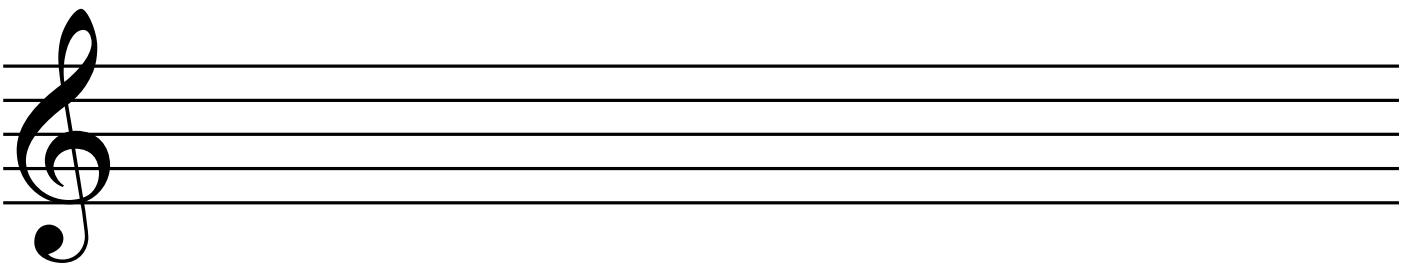
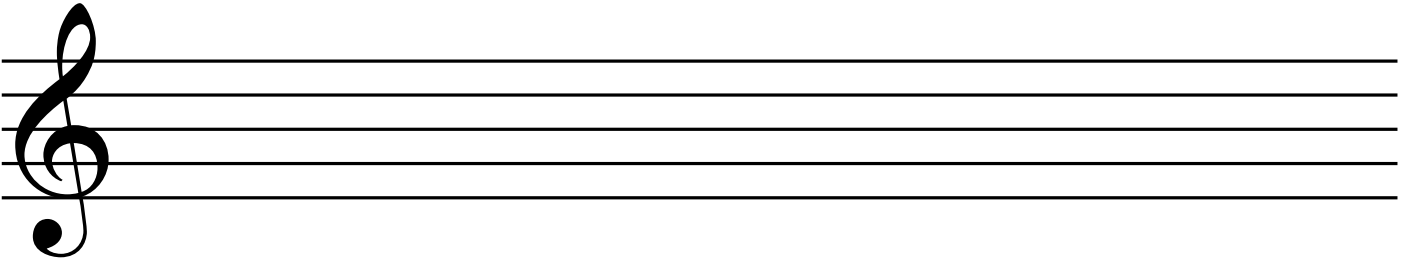
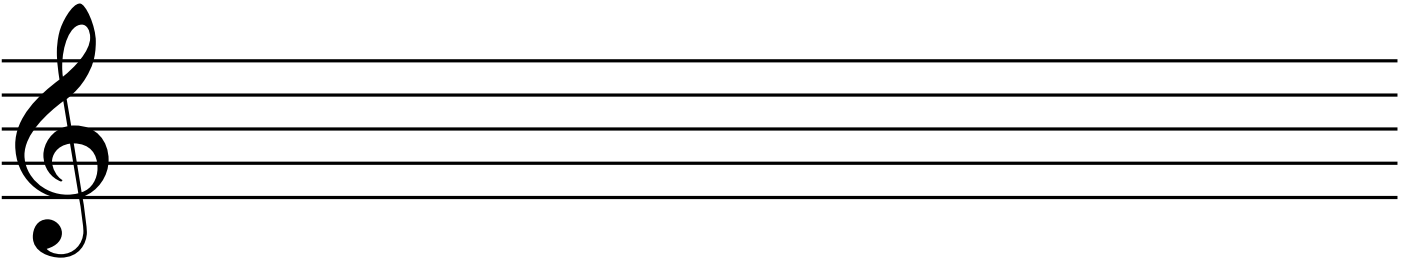
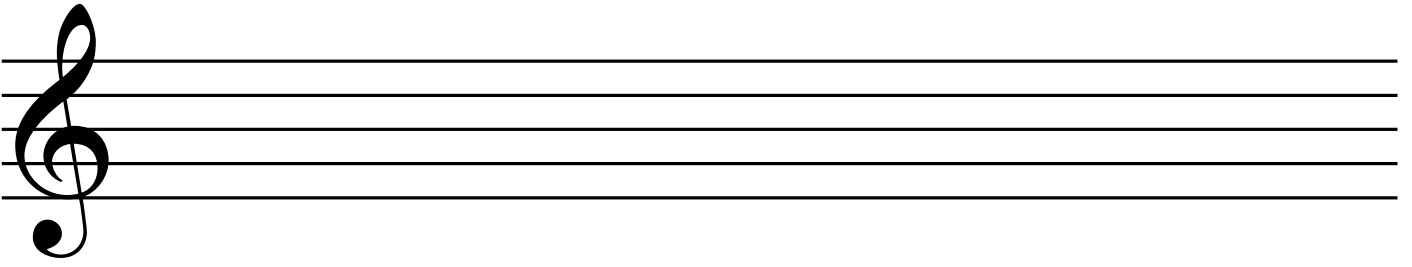
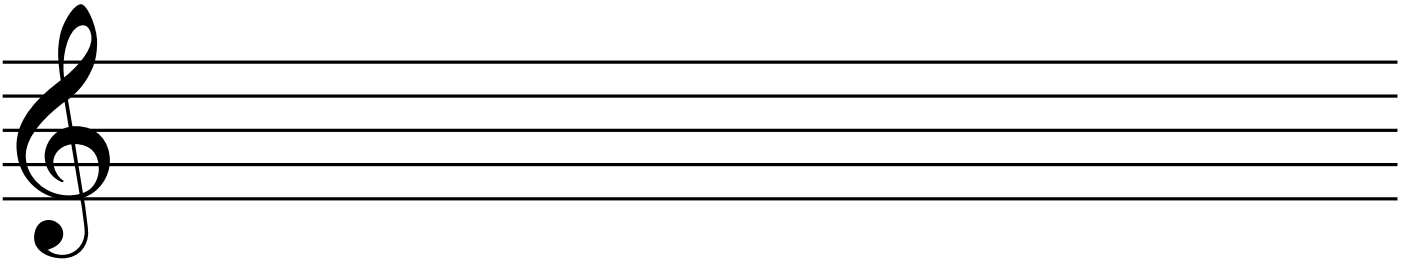
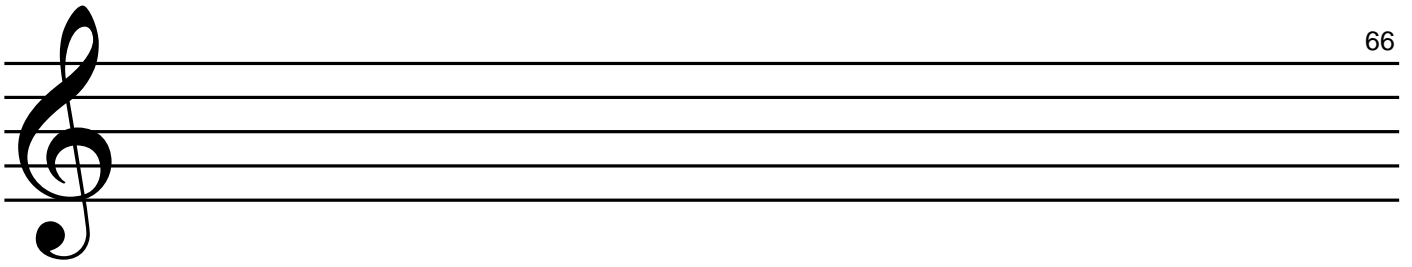
Płynnej zmiany strun w każdej części smyczka możemy nauczyć się dzięki technice przygotowawczej. Gramy na zmianę na dwóch tych samych strunach. Po zagranieniu dźwięku przestawiamy leżący smyczek na drugą strunę szybszym ruchem ręki. Wykonać to ćwiczenie pomogą nam królik i jego przyjaciel żółw.



Króliczek przeskoczył teraz na lewą rękę. W takim razie spróbujmy teraz grać naprzemiennie smyczkiem i przesuwać lewą rękę w górę gryfu, tak jak w zabawie w nie-chowanego.

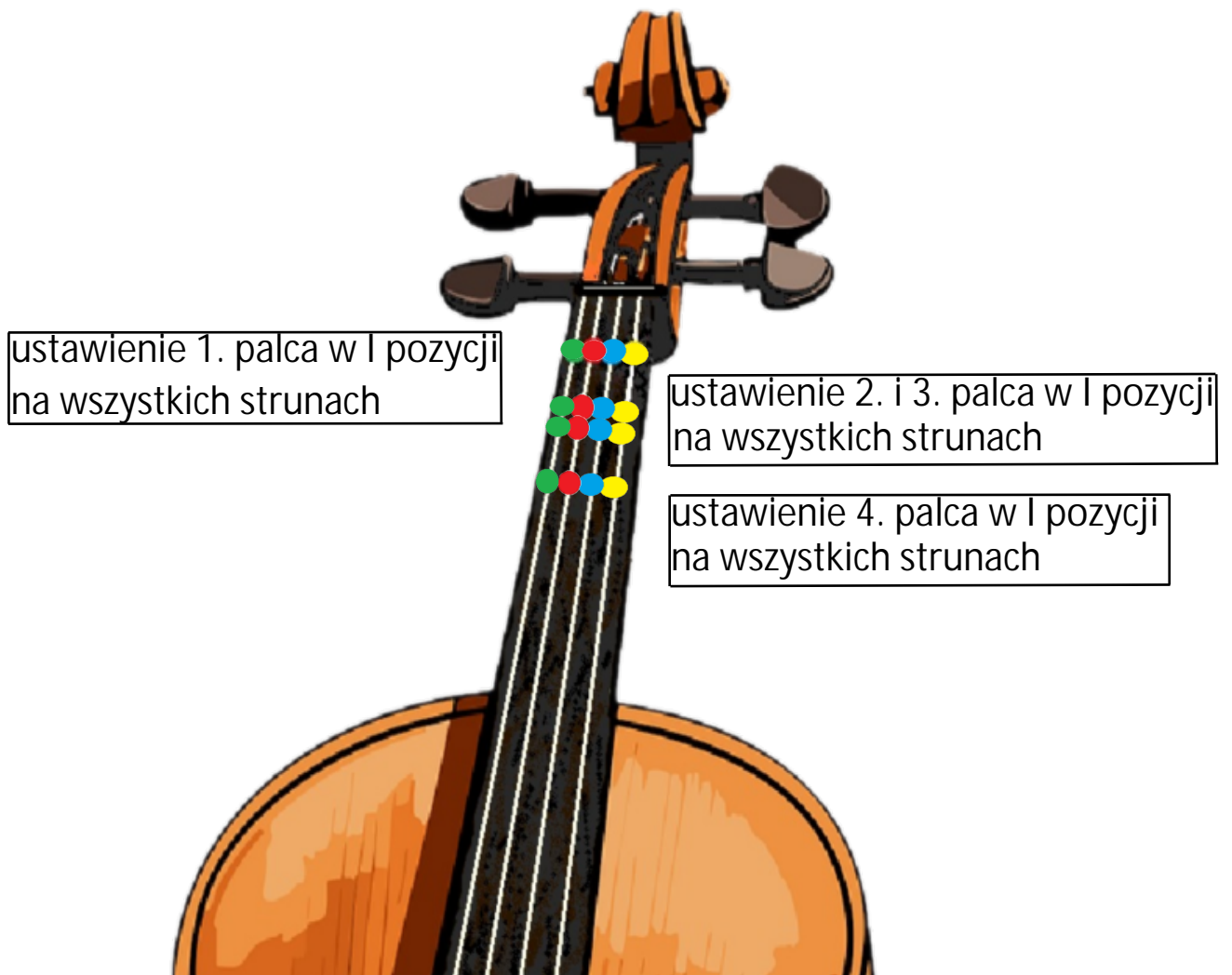
### *Co już wiem i umiem*

1. Umiem prawidłowo podzielić smyczek i grać w każdej części smyczka.
2. Wiem, jak grać z płynną zmianą strun.



# Lekcja 10

Postawienie 2., 3. i 4. palca na strunach. Zapis nutowy.



Na początku nauki gry na skrzypcach ustawiamy palce w I pozycji. Odległość między 1. i 2. palcem to **cały ton**. Pomiedzy 2. i 3. palcem **półton** i pomiedzy 3. i 4. palcem znowu **cały ton**.

Musical notation showing two rows of notes in G-clef, 4/4 time, illustrating the intervals between fingers in the first position. The notes are: G, A, H, C, D (green); D, E, Fis, G, A (red); A, H, Cis, D, E (blue); E, Fis, Gis, A, H (yellow). Finger numbers 0-4 are indicated below the notes. Slurs indicate half-tone intervals between the 2nd and 3rd fingers in the first row and between the 2nd and 3rd fingers in the second row.

- # - krzyżyk oznacza podwyższenie dźwięku o pół tonu; do nazwy literowej dodajemy wtedy końcówkę -is np. d - dis, c - cis
- ∨ - oznaczenie półtonu pomiędzy nutami; stawiamy wtedy palce obok siebie w bardzo bliskiej odległości

Wszystkie palce stawiamy na opuszkach palców tak, jak było to opisane na lekcji 8. Jeśli cały czas dokładnie ćwiczyliśmy granie pizzicato, maszerowanie po pudle rezonansowym i wzmacnianie palców, nie powinniśmy mieć kłopotów z graniem wszystkimi palcami.

## Zabawa w muzeum

Stawiamy po kolei wszystkie palce na jednej strunie, a gramy smyczkiem na sąsiednich strunach. Musimy stawiać palce w ten sposób, aby nie zahaczać o sąsiednie struny i aby puste struny bez kłopotu odzywały się.

Wyobraźmy sobie, że jesteśmy w muzeum i chodzimy po bardzo wąskich korytarzach, gdzie po obu stronach stoją bardzo cenne eksponaty np. rzeźby i wazy. Nie wolno nam niczego dotknąć, bo może spaść i rozbić się!!!



Zwiedzanie na parterze skończyło się. Teraz musimy już wejść sekretnymi przejściami do innych pomieszczeń. Spróbujmy wchodzić tak, aby nie dotknąć ściany w tych wąskich korytarzach.

Maszerujemy, stawiając każdy palec na innej strunie. Przy bieganiu w górę i w dół za każdym razem sprawdzamy sąsiednie struny, czy ładnie grają.



Stawiając palce na strunach, musimy zawsze patrzeć na całą dłoń, czy jest swobodna. Wszystkie palce powinny "wiesieć" nad strunami. Przy spięciach dłoni najczęściej 1. palec pokazuje w górę, a 4. chowa się pod szyjkę. Dbamy też o nadgarstek, aby z przedramieniem tworzył jedną linię. Gdy gramy na strunie E, najczęściej pojawiają się błędy nadgarstka, który zaczyna podierać szyjkę.

## Krasnoludki

pios. dziecięca

	1.		2.	
Uczeń				
	My je - ste - śmy Pód grzyb - ka - mi		kra - sno - lud - ki, na - sze bud - ki,	
	hop sa sa!		hop sa sa!	
	hop - sa sa!			
Nauczyciel				

### Zadanie

Jeśli udało się zagrać piosenkę *Krasnoludki* poprawnie, spróbuj zagrać ten sam utwór od dźwięku d (pusta struna) ze słuchu.

Gdyby uwydatniały się problemy z tzw. "rozplaszczaniem" palców, czyli stawianiem palców zbyt płasko, pomocne może być granie tylko 1., 2. i 4. palcem. Trzeci palec jest najbardziej elastyczny i najłatwiej postawić go w nieodpowiedni sposób. Cały układ ręki byłby wtedy źle ułożony na strunach.

## Jadą, jadą misie

Uczeń

Ja - da, ja - da mi - sie, tra la, tra la la, Przy - je - cha - ły do la - su,  
 śmie - ją im się py - sie ha ha, ha ha ha!

Nauczyciel

U.

na - ro - bi - ły ha - ła - su, przy - je - cha - ły do bo - ru, na - ro - bi - ły ru - mo - ru.

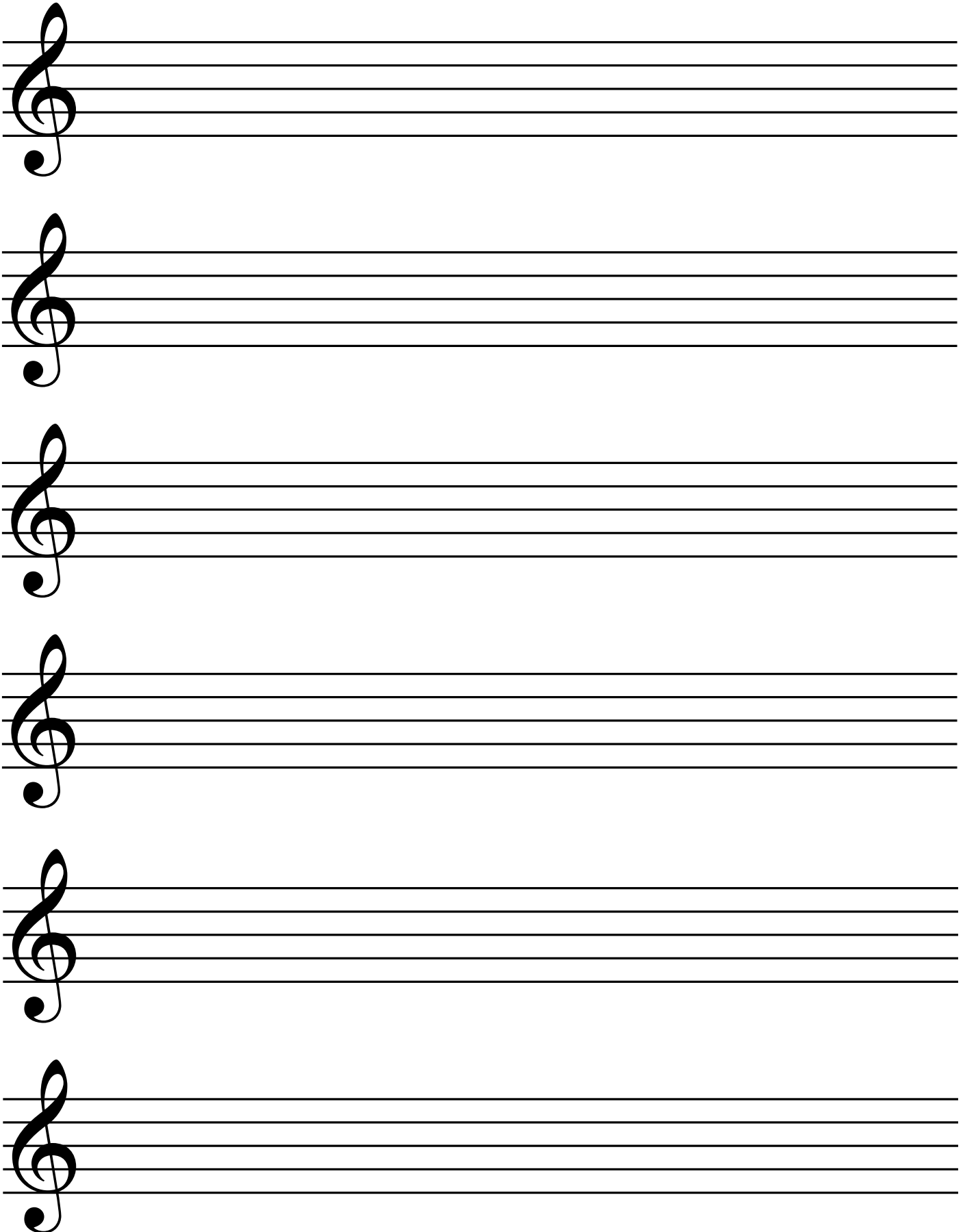
N.

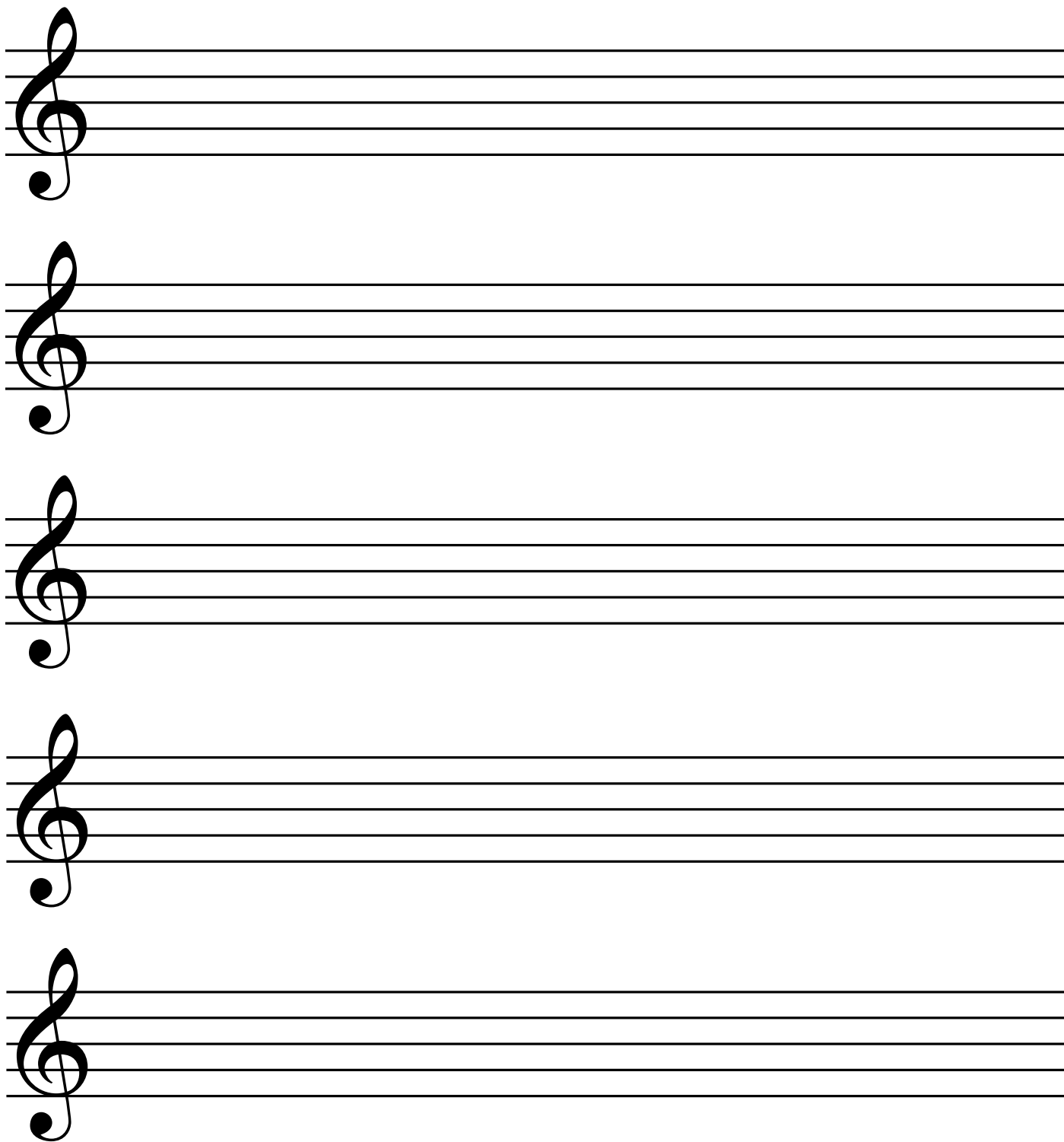
 Musical score for the song "Jadą, jadą misie". It consists of two systems. The first system has two parts: 'Uczeń' (Student) and 'Nauczyciel' (Teacher). Both parts are in G major (one sharp) and 2/4 time. The student part has red notes on a five-line staff, and the teacher part has black notes. Lyrics are written below the notes. The second system has two parts: 'U.' (Upper part) and 'N.' (Lower part). The 'U.' part has red notes, and the 'N.' part has black notes. The lyrics for this system are: 'na - ro - bi - ły ha - ła - su, przy - je - cha - ły do bo - ru, na - ro - bi - ły ru - mo - ru.' There is a small number '7' above the first note of the 'U.' part in the second system.

Potrafisz już grać na skrzypcach wszystkimi 4 palcami.  
 Jaką piosenkę zagraasz na swoim pierwszym koncercie?



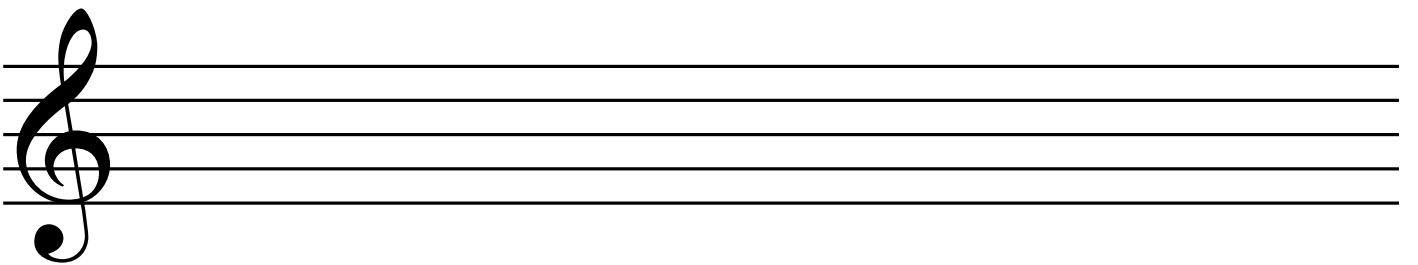
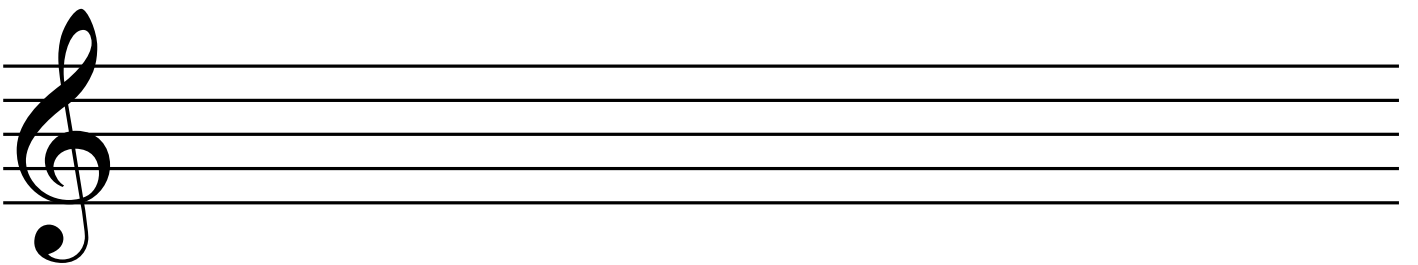
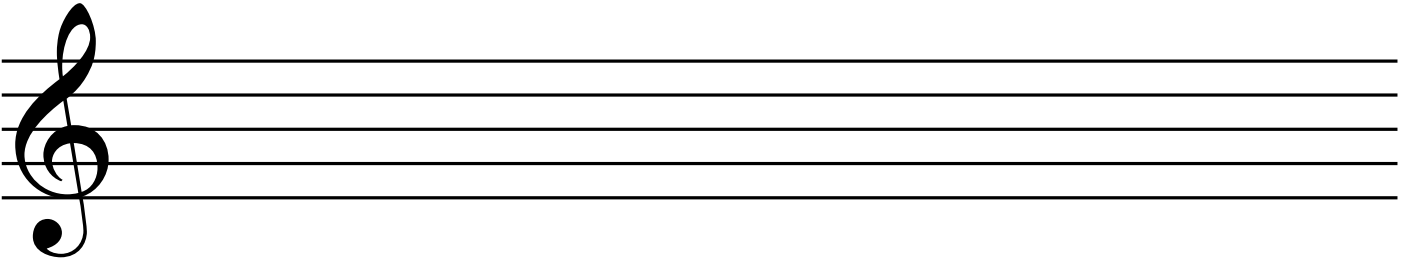
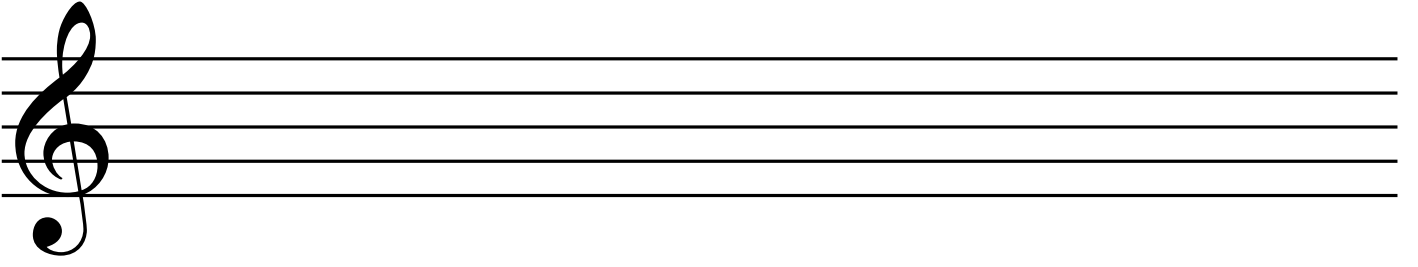
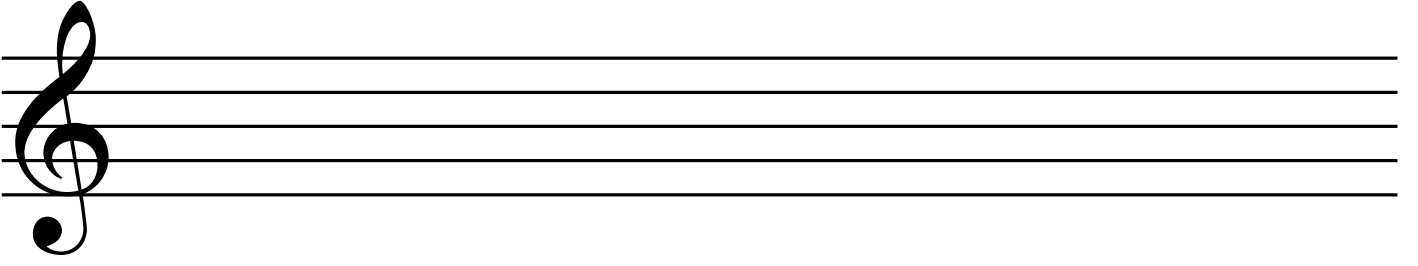
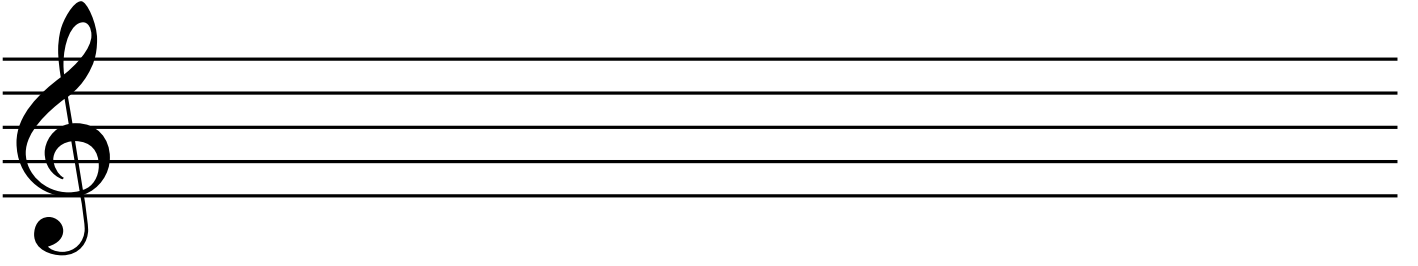
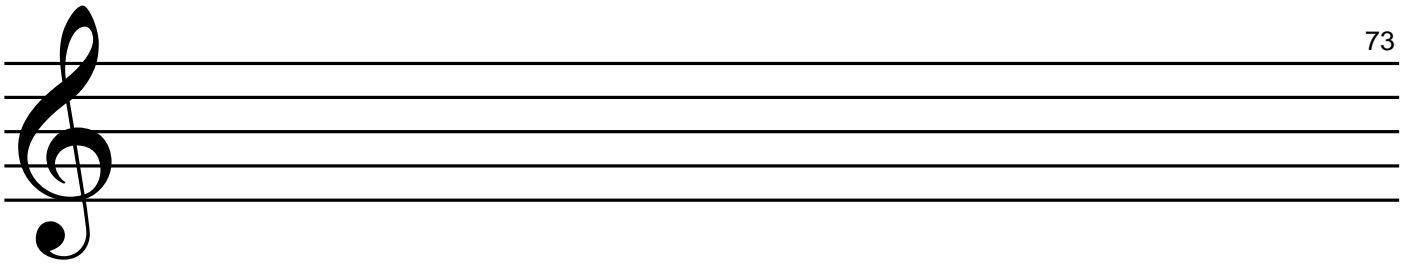
Czy potrafisz już rozpoznać i zapisać na pięciolinii wszystkie poznane nuty w I pozycji bez pomocy kolorów?





### *Co już wiem i umiem*

1. Znam zapis nutowy w I pozycji na wszystkich 4 strunach.
2. Potrafię grać wszystkimi 4 palcami.
3. Wiem, jak prawidłowo stawiać wszystkie palce na strunach.





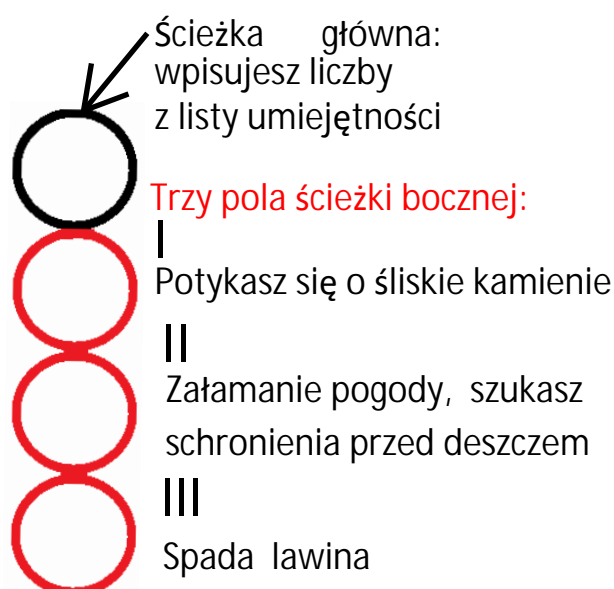
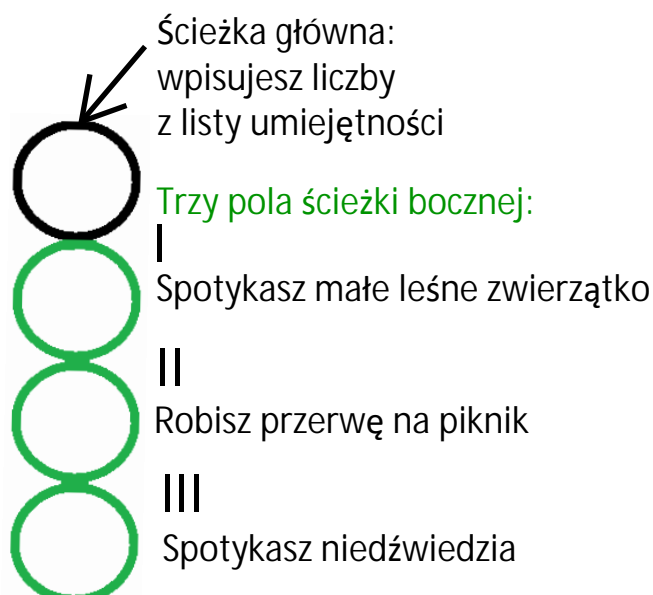






## Lista umiejętności

1. Umiem dokładnie czyścić skrzypce i dbać o ich wygląd.
2. Znam nazwy części skrzypiec i smyczka.
3. Znam nazwy i brzmienie poszczególnych strun.
4. Przyjmuję prawidłową postawę przy trzymaniu skrzypiec.
5. Potrafię grać pizzicato lewą ręką - wszystkimi palcami.
6. Potrafię wyklaskać a vista 8 taktów zawierających wartości rytmiczne od całej nuty do ósemek.
7. Potrafię prowadzić smyczek równoległe do podstawka.
8. Prawidłowo trzymam smyczek.
9. Płynnie zmieniam struny.
10. Płynnie gram z nut jednorodny rytm.
11. Płynnie gram z nut różne wartości rytmiczne.
12. Prawidłowo stawiam 1. palec na strunach.
13. Niezależnie i swobodnie stawiam 1. i 2. palec na strunach.
14. Gram z nut płynnie i z poprawną intonacją 1. i 2. palcem.
15. Mam prawidłowy podział smyczka w utworach.
16. Potrafię skoncentrować się podczas grania do ostatniej nuty.
17. Poprawnie stawiam 1., 2. i 3. lub 4. palec na strunach.
18. Gram z nut płynnie i z poprawną intonacją 1., 2. i 3. lub 4. palcem.
19. Niezależnie i swobodnie stawiam 3. i 4. palec na strunach.
20. Gram z nut płynnie i z poprawną intonacją 1., 2., 3. i 4. palcem.



# Wyszły w pole kurki trzy

79

Mel. francuska  
oprac. Bartosz Kurzawa

Uczeń

Nauczyciel

Piano

5

U.

N.

Pno.

Wy - szły w po - le kur - ki trzy \_\_\_\_\_ i gę - sie - go so - bie szły. \_\_\_\_\_

9

U.

N.

Pno.

Pierw - sza przo - dem, w śro - dku dru - ga, trze - cia z ty - łu ocz - kiem mru - ga.

13

U.

N.

I tak so - bie kur - ki trzy — raz, dwa! Raz, dwa!

Pno.

Detailed description: This system contains musical notation for measures 13 to 15. It features three staves: Soprano (U.), Alto (N.), and Piano (Pno.). The key signature has two sharps (F# and C#). The Soprano part (U.) has three measures with four quarter notes each, marked with plus signs. The Alto part (N.) has three measures with lyrics: "I tak so - bie kur - ki trzy — raz, dwa! Raz, dwa!". The Piano part (Pno.) has three measures with a melodic line in the right hand and a bass line in the left hand.

16

U.

N.

W po - le szły —

Pno.

*rit.*

Detailed description: This system contains musical notation for measures 16 to 18. It features three staves: Soprano (U.), Alto (N.), and Piano (Pno.). The key signature has two sharps (F# and C#). The Soprano part (U.) has three measures; the first has four quarter notes with plus signs above them, and the other two are empty. The Alto part (N.) has three measures with lyrics: "W po - le szły —". The Piano part (Pno.) has three measures with a melodic line in the right hand and a bass line in the left hand. The word "rit." is written above the piano staff at measure 17.

# Rolnik sam w dolinie

Mel. tradycyjna  
oprac. Bartosz Kurzawa

Uczeń

Nauczyciel

Piano

++ ++ ++ ++  
Rol-nik sam w do - li - nie. Rol-nik sam w do - li - nie.

U.

N.

Pno.

7

+ + + +  
Hej - że dzie - ci, hej - że ha! Rol - nik sam w do - li - nie

# Kółko graniaste

Piosenka dziecięca  
oprac. Bartosz Kurzawa

Uczeń

Nauczyciel

Piano

6

U.

N.

Pno.

11

U.

N.

Pno.

# Kiedy szczęście cię rozpiera

Piosenka dziecięca  
oprac. Bartosz Kurzawa

Uczeń

Nauczyciel

Piano

Ki - edy

U.

N.

Pno.

szczę-ście cię roz - pie - ra gło - śno klaszcz. Kie - dy szczę-ście cię roz - pie - ra gło - śno

5

U.  
 klaszcz  
 Kie - dy szczę - ście cię roz - pie - ra i gdy smu - tek nie dos - kwie - ra Kie - dy

N.

Pno.

5

8

U.  
 szczę - ście cię roz - pie - ra gło - śno klaszcz.

N.

Pno.

8

## Koła autobusu kręcą się

Piosenka dziecięca  
oprac. Bartosz Kurzawa

Uczeń

Nauczyciel

Piano

9

U.

N.

Pno.

18

U.

N.

Pno.

Musical score for 'Koła autobusu kręcą się'. The score is written in D major and 2/4 time. It is divided into three systems. The first system shows the introduction with staves for 'Uczeń', 'Nauczyciel', and 'Piano'. The second system starts at measure 9 and includes vocal lines (U. and N.) with lyrics and piano accompaniment. The third system starts at measure 18 and concludes the piece with vocal lines and piano accompaniment.

Ko - ła au - to - bu - su krę - cą się krę - cą się krę - cą się ko - ła au - to -

bu - su krę - cą się przez ca - ły dzień

# Stary niedźwiedź mocno śpi

Mel. ludowa

oprac. Bartosz Kurzawa

Uczeń

Nauczyciel

Piano



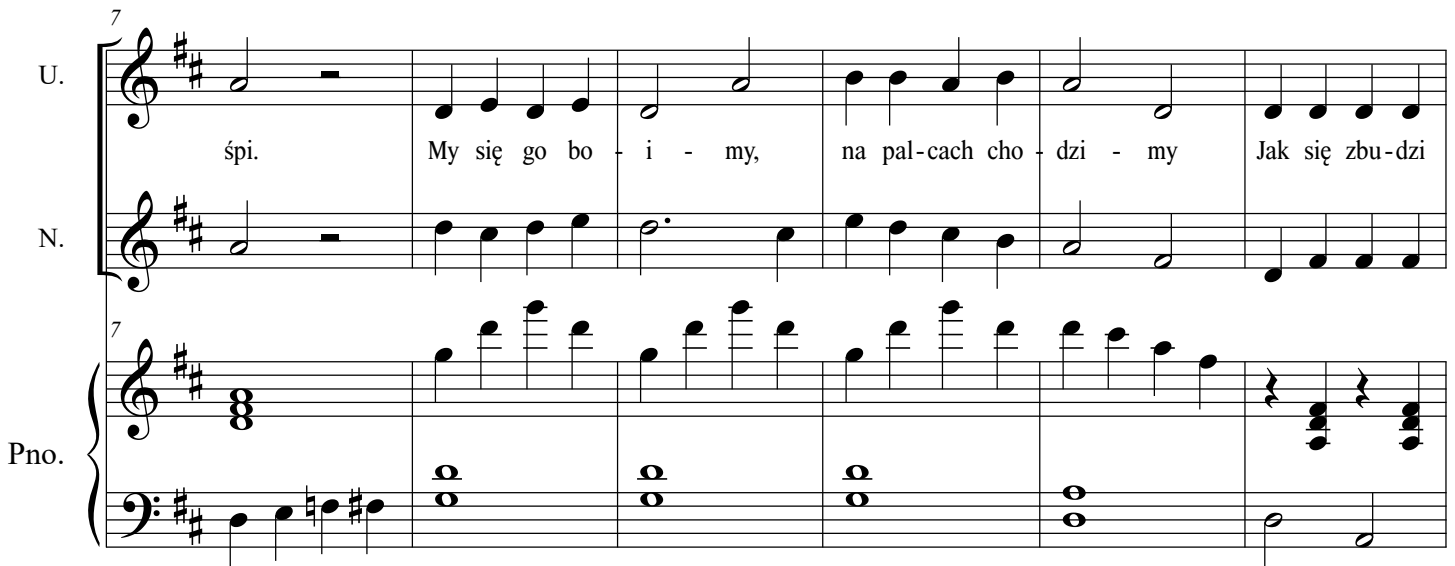
Stary niedźwiedź mocno śpi. Stary niedźwiedź mocno

7

U.

N.

Pno.



śpi. My się go bo i - my, na pal-cach cho dzi - my Jak się zbu - dzi

13

U.

N.

Pno.



to nas zje! Jak się zbu - dzi to nas zje!

# Krasnoludki

Piosenka dziecięca  
oprac. Bartosz Kurzawa

Uczeń

Nauczyciel

Piano

U.

N.

Pno.

5 1 2

My jes - te - śmy kra - sno - lud - ki, hop sa sa!  
Pod grzyb - ka - mi na - sze bud - ki, hop sa sa!

# Jadą, jadą misie

Piosenka dziecięca  
oprac. Bartosz Kurzawa

Uczeń

Nauczyciel

Piano

Ja - dą, ja - dą mi - sie,  
śmie - ją im się py - sie

U.

N.

Pno.

tra la, tra la la, Przy - je - cha - ly do la - su, na - ro - bi - ly ha - ła - su, przy - je - cha - ty  
ha ha, ha ha ha!

U.

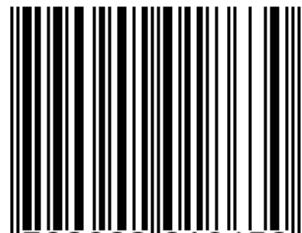
N.

Pno.

do bo - ru, na - ro - bi - ly ru - mo - ru.



ISMN 979-0-9020186-3-0



9 790902 018630 >