



**UNIVERSITATEA PEDAGOGICĂ DE STAT
“ION CREANGĂ” DIN CHIȘINĂU**

**Facultatea Științe ale Educației și Informatică
Catedra Pedagogie Preșcolară, Educație Fizică și Dans
Program de studii Dans popular și clasic**

Dans scenic-popular
Polca Filandeză

Instrucțiuni metodice

**Autori: Benchechi Ion
Balaban Vasile**

Chișinău – 2021

Aprobat la ședința catedrei Pedagogie Preșcolară, Educație Fizică și Dans
Proces verbal nr. 2 din 26.10.2021

Aprobat la ședința Consiliului facultății Științe ale Educației și Informatică
Proces verbal nr. 1 din 27.10.2021

Autor: Benchei Ion

Coautor: Balaban Vasile

Recenzenți: Garștea N, dr., conf univ.

Popa P., maestru în arte

CUPRINS

ISTORIA DANSULUI	4
DESENUL ȘI DESCRIEREA DANSULUI	5
COSTUMUL SPECIFIC POPORULUI FINLANDEZ	9
MUZICA	11
BIBLIOGRAFIE	13

ISTORIA DANSULUI

Istoria poporului finlandez datează din al doilea mileniu î.Hr. Cu toate acestea, primele confirmări scrise apar mult mai târziu - la începutul secolului al doilea, când autorii vechi Tacitus și Ptolemeu spun despre popor.





Majoritatea dansurilor populare din Finlanda sunt un amestec de dansuri vechi și de dansuri de bal. O astfel de amprentă, mai degrabă, a părăsit istoria politică a țării. Din secolul al XII-lea, țara a fost confiscată pentru prima dată de Suedia, iar în secolul al XIX-lea a devenit parte a Imperiului Rus. Ca urmare, regiunile occidentale au absorbit cultura europeană, iar estul – rus.





Dansurile folclorice din Finlanda sunt complet independente de acompaniamentul muzical. Dansatorii se concentrează nu pe atractivitatea corpului uman, ci pe începutul fizic al dansului, puterea.




Polka finlandeză este cea mai energică în execuție, cu salturi ușoare și transformări. Dansatorii s-ar putea mișca într-o linie dreaptă, zig-zag sau să se oprească sau să se rotească în jur. Dansul este încă popular astăzi, mai ales în timpul nunțiilor. Aceasta poate fi dansată într-un grup de dansatori sau duet. Dansatorii efectuează salturi, chiar și unele elemente acrobatice, mișcări de rotație pe cerc în pereche, rostogoliri peste cap, etc.


În plus, finlandezii au analogii de dansuri rotunde. Printre acestea se numără "Piiritanhut", "Kisat" și "Piirileikki". Ele se deosebesc de alte dansuri printr-o varietate de figuri circulare.

DESENUL ȘI DESCRIEREA DANSULUI

<p>1.</p> 	<p>Prima mișcare: Ținându-se de mâini față în față, băiatul și fata cad vertical de pe un picior pe altul în plie, repetându-se de 2 ori.</p>
<p>2.</p> 	<p>A doua mișcare: Se ridică pe semi degete cad în plie, apoi ridică piciorul activ la passe și îl deschid prin aruncare la 90°, de 2 ori după care urmează 3 flic-fleacuri și întoarcerea inversă la 180 grade , repetându-se această mișcare de 2 ori.</p>
<p>3.</p> 	<p>A treia mișcare: Față în față, ținându-se de mâini în plie se deschide piciorul activ la 60 grade , pășind pe piciorul activ, fata în spre băiat cu piciorul drept , iar băiatul în spate cu piciorul stâng , efectuând ambii rotire în plie . Aceasta se repetă de 2 ori.</p>
<p>4.</p> 	<p>A patra mișcare: La o distanță de minim un metru, față în față , la băiat se ridică piciorul stâng la passé iar la fată invers ,adică piciorul drept și pășim unul spre altul un pas și ne întoarcem iarăși față în față și terminând mișcarea la băiat cu piciorul drept iar la fată cu piciorul stâng și anume ridicând piciorul la passé și lovind moale cu călcâiul în podea. Toată această mișcare se execută prin întoarcere și cu mâinile încrucișate cot la cot. Acesta se repetă de patru ori.</p>

<p>5.</p> 	<p>Băiatul se așază pe genunchiul stâng privind spre fată și îi întinde mâinile de la brâu prin prima poziție a brațelor spre ea. Iar fata privind spre băiat cu corpul puțin înclinat spre el și cu mâinile la brâu, după care pășește de pe un picior pe altul pe la spatele băiatului și ajunge în partea dorsală a partenerului , partenerul la rândul sau se întoarce și el pe celălalt genunchi . Aceasta mișcare se repetă de 4 ori .</p>
<p>6.</p> 	<p>Fată în față la ambii se ridică piciorul drept la passé după care urmează o lovitură cu călcâiul in podea , în acest timp la băiat mâinile se află pe talia fetei, iar la fată mâinile pe umerii la băiat și astfel ambii din plié băiatul ținând strâns fata de talie o ridică în sus și bruscă cădere jos a fetei se așază iar băiatul sărind peste fată.</p>
<p>7.</p> 	<p>Băiatul cu fața la spatele fetei ,mâinile partenerului pe talia fetei iar mâinile fetei pe se țin strâns de mâinile băiatului , și urmează mișcarea precedentă, piciorul drept se ridică la passé cât la fată atât și la băiat o lovitură mica cu călcâiul în podea și după care urmează ridicarea fetei cu ambele picioare drept întinse mai sus de 90grade și cazând pe mâini după acest moment băiatul trece peste ea făcând câțiva pași.</p>
<p>8.</p> 	<p>Băiatul și fata stau pe poziția liberă a-6 a picioarelor, după care fata sare cât mai sus, în acest moment băiatul trebuie să prindă fata de la genunchi și să o țină cât mai strâns, iar mâna stângă a fetei să se fie pe umărul băiatului, după 2 timpi musacali privesc brusca unul spre altul, după brusca privirea la public și o rotație la 360 grade la stânga.</p>

<p>9.</p> 	<p>Fata se așază cu genunchii pe ambii genunchi ai băiatului , față în față ,mâinile băiatului sunt pe talia fetei iar mâinile fetei pe umeri la băiat , la și ei se cuprind și se sărută pe obraz ,de 4 ori .</p>
<p>10.</p> 	<p>Din poziția precedent băiatul ridică fata pe cap ,fata trebuie să fie poziționată direct de la mijlocul corpului , în așa fel să fie un echilibru, fata ținând mâinile pe umerii băiatului stând într-o poziție dreaptă . La și băiatul începe să se rotească , după doua rotații brațele fetei se deschid în poziția a-2 , și se mai reperată încă doua rotații și coborâm fata jos în fața băiatului .</p>
<p>11.</p> 	<p>Din mișcarea precedent, fata stând cu fața la băiat în poziția a-6 a picioarelor sare sus cu picioarele îndoite pe genunchi la băiat , băiatul trebuie să stea în plie în poziția a-2a la picioare tot în acest moment băiatul tine fata de talie și o duce de pe un genunchi pe altul. Apoi băiatul ia fata în brațe, fata trebuie să fie cât mai dreaptă , iar băiatul sa o țină în așa fel ca sa fie un echilibru , ca să nu fie incidente. După , băiatul cu fata în brațe execută o rotație, tot în acest moment picioarele la băiat sunt la nivelul umerilor , și se așază în plie , punând fata pe genunchi în poziție culcată pe vertical, după poziționarea fetei se execută o rotație peste cap cu fata pe genunchi(băiatul trebuie să fie cât mai prudent de atent la executarea acestei mișcări, cu un braț să țină fata iar altul să-l pună pe podea, desigur și fata trebuie să ajute puțin , ca în caz de pierderea echilibrului să pună și ea mâinile pe podea).</p>

	<p>Finalul : Din mișcarea precedent se ridică fata cu băiatul de jos și fata face o jumate de rotație ca să fie cu fața la băiat . Băiatul cuprinde cu brațele fata de tale iar brațele fetei pe umeri la băiat , și în acest mod efectuând rotații se deplasează pe cerc , făcând un cerc deplin , ajungând la locul de unde sau pornit se opresc , fata din fața băiatului se duce spre dreapta partenerului , și făcând ambii în același moment închinarea spre public.</p>

COSTUMUL SPECIFIC POPORULUI FINLANDEZ

Originalitatea poporului finlandez este exprimată în costume tradiționale, care se disting prin stratificarea unică și fiecare detaliu este îmbrăcat într-un mod special.

În general, costumul finlandez modern nu a fost popular până acum. Aceasta este o copie a rochiei ceremoniologice din secolele XVIII-XIX. În antichitate, el vorbea despre apartenența proprietarului său la clasa superioară. Și attire tradiționale sunt împărțite în două grupe: vest și karelian. Costumele pentru bărbați nu diferă foarte mult, spre deosebire de rochiile femeilor.+

Veniții finlandezii purtau șorțuri cu dungi verticale, bluza interceptată, fustă dungată, șosete albe și pantofi negri. Dacă se dorește, costumul poate fi completat cu o jachetă de lână și un capac. Acest stil astăzi este numit Mouhijarvi.



Costumul național karelian include o fustă pliată, o bluză, o șorț, un sutien de kirtla, o fulare, ciorapi și cizme. Paleta de culori a țesăturilor a variat. Acestea pot fi albastru, negru, alb, roșu sau indigo. Proprietarii costumului au subliniat bogăția familiei, folosind dantele și broderiile.

Finlanda este o țară care nu are climatul cel mai favorabil, astfel că crearea de îmbrăcăminte caldă este înrădăcinată în istoria îndepărtată. Din timpuri străvechi, finlandezii sunt pasionați de vâscos. Ele creează pălării, eșarfe, mănuși, mănuși, șosete, ciorapi și pulovere. Și în această lucrare oamenii au reușit. Împerecherea artistică este caracteristică artelor decorative și aplicate ale finlandezilor.

MUZICA

Polca finlandeză
D-dur

Handwritten musical score for a piece titled "Polca finlandeză" in D major (D-dur). The score is written on 11 staves. The first staff contains the title and key signature. The second staff begins the melody. The third staff has a first ending bracket. The fourth staff continues the melody. The fifth staff has a 4-measure rest. The sixth staff continues the melody. The seventh staff has a 4-measure rest. The eighth staff continues the melody. The ninth staff has a 4-measure rest. The tenth staff continues the melody. The eleventh staff has a 4-measure rest.

F-dur

D-dur

BIBLIOGRAFIE

1. Vasilescu, T. Tita, S. Folclor coregrafic românesc – tipărit sub egida Consiliului Culturii, București, 1972
2. Pandolfi, V. Istoria teatrului universal- Ed. Meridiane, București 1971
3. Popa P. Jocul vetrelor străbune. Chișinău, Ed. Grafema Libris SRL, 2005
4. Захаров Р. Работа балетмейстера с исполнителями. – М., 1967.
5. Каримова Р. Ферганский танец. – Ташкент, 1973.
6. Каримова Р. Хорезмский танец. – Ташкент, 1975.
7. Клармунт А., Альбайсин Ф. Искусство танца Фламенко. – М.: Искусство, 1986.
8. Малый В. Народные танцы Карелии. – Петрозаводск: Карелия, 1978.
9. Народно-сценический танец: Метод. разработка для хореографических отделений ДМШ и ДШИ. – М., 1987.

