



**UNIVERSITATEA PEDAGOGICĂ DE STAT**

**„ION CREANGĂ”**

**Facultatea Științe ale Educației și Informatică**

**Catedra Pedagogie Preșcolară, Educație Fizică și Dans**

**Program de studiu: Dans popular și clasic, ciclul I**

**DANSUL POPULAR**

**„MĂRUNȚICA”**

**Instrucțiuni metodice**

**Autori: Benchei Ion**

**Țurcanu Daniela**

**Maestru de concert: Andronic Vladislav**

**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: Benchechi Ion

Coautor: Țurcanu Daniela

Recenzenți: Garștea N, dr., conf univ.

Popa P., maestru în arte

## **CUPRINS:**

1. Istoria dansului folcloric „Mărunțica”
2. Descrierea pașilor
3. Desenul dansului
4. Strigături
5. Costumul popular
6. Muzica

## **„Mărunțica”**

Dansul „Mărunțica” este un joc folcloric din nordul Moldovei, cules din satul Pelinia, r. Drochia. Am preluat acest dans de la doamna Parea Liuba – consăteancă și iubitoare de folclorul și obiceiurile moldovenești.

Dansul scoate în evidență personalitatea femeii, tandrețea cu care ea dansează și mândria femeilor din satul Pelinia. Pașii mărunți și săltăreți ai dansului, demonstrează caracterul genului feminin ca fiind mereu calculată, răbdătoare, grijulie, înțeleaptă. Aceasta, explică faptul că femeia ar fi simbolul nădejii (încrederii) și alinării.

„Mărunțica” se dansează în perechi: băiat și fată. Dansul are doi pași de bază care conturează personalitatea femeii. Poziția mâinilor – brațe încrucișate în spate.

Pe parcursul dansului, băiatul rotește fata și se rotește împreună cu ea, ceea ce înseamnă că el este mândru de femeia pe care o are alături, prezentând-o tuturor prin joc. Însă, aceste rotații sunt bine coordonate de băiat, iar fata este condusă în dans de acesta, dând de înțeles că femeia cu care dansează fie îi este pe plac, fie ei formează un cuplu.

Măsura muzicală este de 9/16. Tipul muzical este ostropăț. Tipul coregrafic – polcă șchiopată. Melodia are 2 părți muzicale.

Costumul popular trebuie să conțină fustă voluminoasă, în așa fel încât aceasta să-i acopere picioarele băiatului în dans.

## Descrierea mișcărilor:

### 1 mișcare

Pas săltăreț executat în pereche cu piciorul drept spre dreapta:

- „1” - Piciorul stâng se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul drept.
- „2” - Apoi invers, piciorul drept se ridică la 25°, echilibrul trecând pe piciorul stâng.
- „3” - Piciorul stâng se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul drept.
- „4” - Se execută o bătaie cu piciorul stâng, greutatea corpului rămânând pe piciorul drept.

Pas săltăreț executat în pereche cu piciorul stâng spre stânga:

- „1” - Piciorul drept se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul stâng.
- „2” - Apoi invers, piciorul stâng se ridică la 25°, echilibrul trecând pe piciorul drept.
- „3” - Piciorul drept se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul stâng.
- „4” - Se execută o bătaie cu piciorul drept, greutatea corpului rămânând pe piciorul stâng.

Pas săltăreț în pereche executat în rotire cu piciorul drept spre dreapta:

- „1” - Piciorul stâng se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul drept.
- „2” - Apoi invers, piciorul drept se ridică la 25°, echilibrul trecând pe piciorul stâng.
- „3” - Piciorul stâng se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul drept.
- „4” - Se execută o bătaie cu piciorul stâng, greutatea corpului rămânând pe piciorul drept.

Pas săltăreț în pereche executat în rotire cu piciorul stâng spre stânga:

- „1” - Piciorul drept se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul stâng.
  - „2” - Apoi invers, piciorul stâng se ridică la 25°, echilibrul trecând pe piciorul drept.
  - „3” - Piciorul drept se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul stâng.
  - „4” - Se execută o bătaie cu piciorul drept, greutatea corpului rămânând pe piciorul stâng (*pentru fete*).
- „4” - Greutatea corpului trece de pe piciorul stâng pe drept, iar piciorul stâng se ridică la 25° (*pentru băieți*).

### 2 mișcare

*Prima parte a mișcării se execută în perechi cu poziția mâinilor de dans în doi, în așa fel încât prin pasul executat băiatul și fata să se schimbe cu locurile.*

Pas săltăreț executat în pereche cu piciorul drept spre dreapta *pentru fete*:

- „1” - Piciorul stâng se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul drept.
- „2” - Apoi invers, piciorul drept se ridică la 25°, echilibrul trecând pe piciorul stâng.
- „3” - Piciorul stâng se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul drept.
- „4” - Se execută o bătaie cu piciorul stâng, greutatea corpului rămânând pe piciorul drept.

Pas săltăreț executat în pereche cu piciorul stâng spre stânga pentru băieți:

- „1” - Piciorul drept se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul stâng.
- „2” - Apoi invers, piciorul stâng se ridică la 25°, echilibrul trecând pe piciorul drept.
- „3” - Piciorul drept se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul stâng.
- „4” - Se execută o bătaie cu piciorul drept, greutatea corpului rămânând pe piciorul stâng.

Pas săltăreț executat în pereche cu piciorul stâng spre stânga pentru fete:

- „1” - Piciorul drept se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul stâng.
- „2” - Apoi invers, piciorul stâng se ridică la 25°, echilibrul trecând pe piciorul drept.
- „3” - Piciorul drept se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul stâng.
- „4” - Se execută o bătaie cu piciorul drept, greutatea corpului rămânând pe piciorul stâng.

Pas săltăreț executat în pereche cu piciorul drept spre dreapta pentru băieți:

- „1” - Piciorul stâng se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul drept.
- „2” - Apoi invers, piciorul drept se ridică la 25°, echilibrul trecând pe piciorul stâng.
- „3” - Piciorul stâng se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul drept.
- „4” - Se execută o bătaie cu piciorul stâng, greutatea corpului rămânând pe piciorul drept.

Pas săltăreț executat în pereche cu piciorul drept spre dreapta pentru fete:

- „1” - Piciorul stâng se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul drept.
- „2” - Apoi invers, piciorul drept se ridică la 25°, echilibrul trecând pe piciorul stâng.
- „3” - Piciorul stâng se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul drept.
- „4” - Se execută o bătaie cu piciorul stâng, greutatea corpului rămânând pe piciorul drept.

Pas săltăreț executat în pereche cu piciorul stâng spre stânga pentru băieți:

- „1” - Piciorul drept se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul stâng.
- „2” - Apoi invers, piciorul stâng se ridică la 25°, echilibrul trecând pe piciorul drept.
- „3” - Piciorul drept se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul stâng.
- „4” - Se execută o bătaie cu piciorul drept, greutatea corpului rămânând pe piciorul stâng.

Pas săltăreț executat în pereche cu piciorul stâng spre stânga pentru fete:

- „1” - Piciorul drept se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul stâng.
- „2” - Apoi invers, piciorul stâng se ridică la 25°, echilibrul trecând pe piciorul drept.
- „3” - Piciorul drept se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul stâng.
- „4” - Se execută o bătaie cu piciorul drept, greutatea corpului rămânând pe piciorul stâng.

Pas săltăreț executat în pereche cu piciorul drept spre dreapta pentru băieți:

- „1” - Piciorul stâng se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul drept.
- „2” - Apoi invers, piciorul drept se ridică la 25°, echilibrul trecând pe piciorul stâng.
- „3” - Piciorul stâng se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul drept.
- „4” - Se execută o bătaie cu piciorul stâng, greutatea corpului rămânând pe piciorul drept.

*În partea a doua a mișcării, fetele se mișcă cu pasul de bază în jurul băieților, iar mâinile sunt drepte în jos pe lângă corp. Băieții execută pasul de bază pe loc, iar mâinile sunt în poziția a VII-a (la spate).*

Pas săltăreț executat de fete cu piciorul drept în deplasare:

- „1” - Piciorul stâng se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul drept.
- „2” - Apoi invers, piciorul drept se ridică la 25°, echilibrul trecând pe piciorul stâng.
- „3” - Piciorul stâng se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul drept.
- „4” – Se execută o bătaie cu piciorul stâng, greutatea corpului rămânând pe piciorul drept.

Pas săltăreț executat de băieți cu piciorul stâng pe loc:

- „1” - Piciorul drept se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul stâng.
- „2” - Apoi invers, piciorul stâng se ridică la 25°, echilibrul trecând pe piciorul drept.
- „3” - Piciorul drept se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul stâng.
- „4” - Se execută o bătaie cu piciorul drept, greutatea corpului rămânând pe piciorul stâng.

Pas săltăreț executat de fete cu piciorul stâng în deplasare:

- „1” - Piciorul drept se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul stâng.
- „2” - Apoi invers, piciorul stâng se ridică la 25°, echilibrul trecând pe piciorul drept.
- „3” - Piciorul drept se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul stâng.
- „4” - Se execută o bătaie cu piciorul drept, greutatea corpului rămânând pe piciorul stâng.

Pas săltăreț executat de băieți cu piciorul drept pe loc:

- „1” - Piciorul stâng se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul drept.
- „2” - Apoi invers, piciorul drept se ridică la 25°, echilibrul trecând pe piciorul stâng.
- „3” - Piciorul stâng se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul drept.
- „4” – Se execută o bătaie cu piciorul stâng, greutatea corpului rămânând pe piciorul drept.

Pas săltăreț executat de fete cu piciorul drept în deplasare:

- „1” - Piciorul stâng se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul drept.
- „2” - Apoi invers, piciorul drept se ridică la 25°, echilibrul trecând pe piciorul stâng.
- „3” - Piciorul stâng se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul drept.
- „4” – Se execută o bătaie cu piciorul stâng, greutatea corpului rămânând pe piciorul drept.

Pas săltăreț executat de băieți cu piciorul stâng pe loc:

- „1” - Piciorul drept se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul stâng.
- „2” - Apoi invers, piciorul stâng se ridică la 25°, echilibrul trecând pe piciorul drept.
- „3” - Piciorul drept se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul stâng.
- „4” - Se execută o bătaie cu piciorul drept, greutatea corpului rămânând pe piciorul stâng.

Pas săltăreț executat de fete cu piciorul stâng în deplasare:

- „1” - Piciorul drept se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul stâng.
- „2” - Apoi invers, piciorul stâng se ridică la 25°, echilibrul trecând pe piciorul drept.
- „3” - Piciorul drept se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul stâng.
- „4” - Se execută o bătaie cu piciorul drept, greutatea corpului rămânând pe piciorul stâng.

Pas săltăreț executat de băieți cu piciorul drept pe loc:

- „1” - Piciorul stâng se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul drept.
- „2” - Apoi invers, piciorul drept se ridică la 25°, echilibrul trecând pe piciorul stâng.
- „3” - Piciorul stâng se ridică la 25°, iar echilibrul trece pe piciorul drept.
- „4” - Greutatea corpului trece de pe piciorul stâng pe drept, iar piciorul stâng se ridică la 25°.



## Desenul dansului folcloric „ Mărunțica”



Desen 1

**Mișcarea 1**

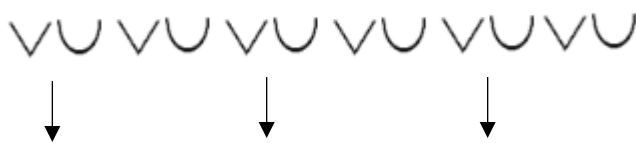
Intrarea în scenă



Desen 2

**Mișcarea 1**

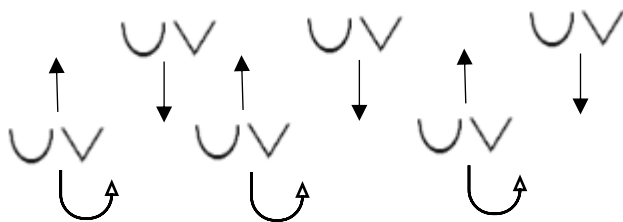
Pas executat într-o linie



Desen 3

**Mișcarea 1**

Formarea a două linii  
dintr-o linie



Desen 4

**Mișcarea 1**

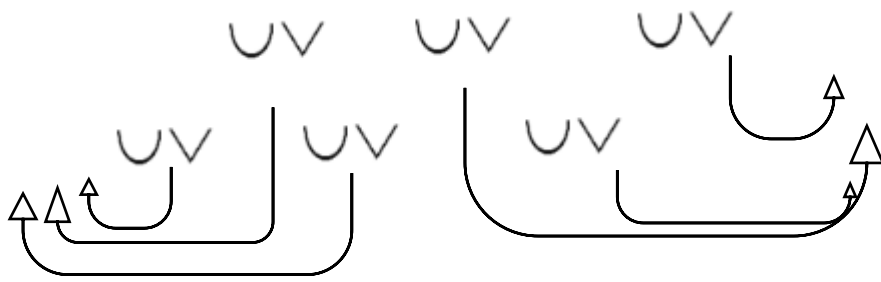
Schimbul de linii



Desen 5

**Mișcarea 2**

Pas executat în două linii



Desen 6

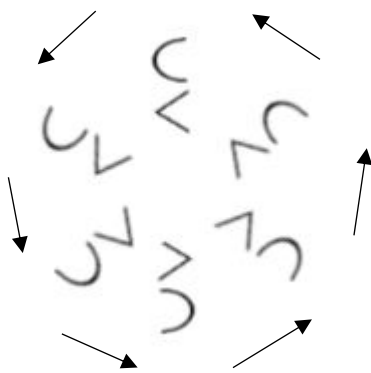
**Mișcarea 1**  
Deplasarea din două linii  
în semicerc



Desen 7

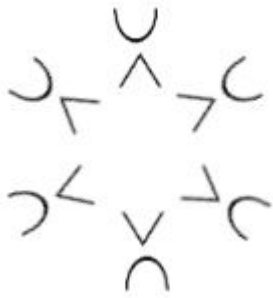


Desen 8



Desen 9

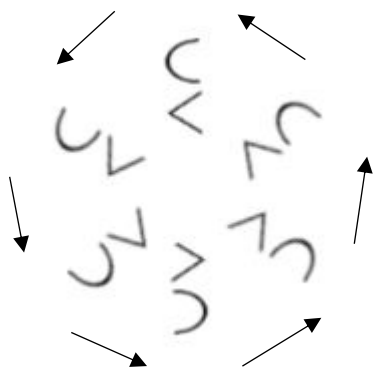
**Mișcarea 1**  
Deplasarea pe cerc



Desen 10

### Mișcarea 2

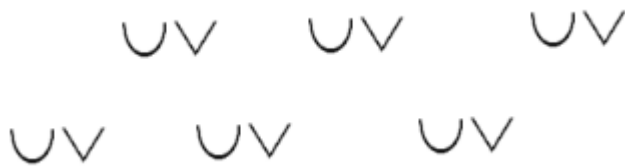
Executarea pasului în cerc, astfel încât băieții să fie cu spatele la cerc, iar fetele cu spatele în afara cercului



Desen 11

### Mișcarea 1

Deplasarea pe cerc



Desen 12

### Mișcarea 2

Pas executat în două linii



Desen 13

### Mișcarea 1

Ieșirea din scenă

## Strigături

*„Foaie verde, trei scăieți  
Mărunțica, săltăreț. ”* (strigătură pentru băieți)

*„Învârtește-mă o dată,  
Să se facă fusta roată. ”* (strigătură pentru fete)

Strigătura se repetă de câte ori este nevoie în cadrul dansului.

## Costumul popular

Costumul popular pentru femei include:

- ie moldovenească - brodată în culorile galben, roșu, verde, negru;
- catrință – brodată cu dungi vertical colorate;
- încălțăminte – opinci și ciorapi de lână sau șoșonei (galoși) cu toc;
- brâu.

Costumul popular pentru bărbați include:

- cămașă bărbătească – cămașă dreaptă tip tunică;
- ițari;
- bondiță;
- brâu;
- încălțăminte - opinci cu vârful ascuțit sau cizme;
- cușme.

## BIBLIOGRAFIE

1. Bacanu G. Jocuri Populare Din Sudul Moldovei, Casa Creatiei Galati, 1969
2. Bacanu G. Jocuri Populare Din Vrancea, Centrul Creatiei Galati, 1965
3. Baci G. Dansuri, Populare Romanesti, Volume 1, Casa Creatiei Populare, 1956
4. Badea M. Folclor Coreografic Oltenesc, Centrul Creatiei Dolj, 1971
5. Balaci E., Bucsan A. Jocuri Din Transilvania De Sud, Monografie Coreografica, Brasov, Casa Creatiei Populare Brasov, 1969
6. Bazatin I. Pași de horă prin Angola: [despre ansamblul de cântece și dans Hora din Chișinău] Moldova, 1983, Nr 8. p. 35-36. 953.
7. Bazatin I. Vârsta împlinirilor: [despre ansamblul de cântece și dans Hora] Femeia Moldovei. 1975, Nr 10, p. 18-19. 954.
8. Chiseliță V. Aspecte interculturale în muzica de joc din nordul Bucovinei și Basarabia (preliminări metodologice), Arta 2001: Arte plastice. Arhitectură. Muzică. Teatru.Cinema, Chișinău., 2001, p. 69-74.
9. Chiseliță V. Factorii evoluției muzicii tradiționale de dans din Bucovina și Basarabia (I) Buletin științific al Muzeului de Etnografie și Istorie Naturală a Moldovei. Chișinău, 2005. Vol. 3 (16), p. 219-231.
10. Chiseliță V. Probleme de clasificare a muzicii de dans din Bucovina și Basarabia, Arte audiovizuale. Teatru Cinema. Muzică. Chișinău, 2005, p. 68-81. 958.
11. Chiseliță V. Unele aspecte ale influențelor occidentale în muzica tradițională de joc din Basarabia și Bucovina, Arte plastice. Arhitectură. Muzică. Teatru. Cinema, Chișinău, 2004, p. 61-71.
12. Constantinescu M. Folclor Coregrafic Din Vâlcea, Vol 1, Centrul Creatiei Vâlcea, 1980
13. Constantinescu M. Folclor Coregrafic Din Vâlcea, Vol 2, Centrul Creatiei Vâlcea, 1993
14. Curbet V. Așa-i jocul pe la noi: [culeg.] Chișinău, Literatura artistică, 1985, p. 308.
15. Curbet V. Grai și tradiții ne-au unit. Chișinău, Pontos, 2000, p.232, 961.
16. Curbet V. Portul național și dansul popular // La gura unei peșteri de comori: valori basarabene / Chișinău, 1994. p. 246-250.
17. Curbet V. Primii dansatori și cântăreți ai plaiului moldav// La gura unei peșteri de comori: valori basarabene, Chișinău, 1994, p. 34-41.
18. Dance I. Jocuri Populare Codrenesti, Centrul Creatiei Satu Mare, 1971
19. Dejeu Z. Dansuri Traditionale Din Transilvania, Clusium, 2000
20. Popa P. Jocul vetrelor străbune. Chișinău, Ed. Grafema Libris SRL, 2005







