

SPECIFICUL MIJLOACELOR EXPRESIVE ALE DANSULUI SPORTIV MODERN

PECULIARITIES OF EXPRESSIVE MEANS OF THE MODERN SPORTS DANCE

ELEONORA VARNACOVA,

lector universitar, doctorandă,
Academia de Muzică, Teatru și Arte Plastice

CZU 793.322

Lucrarea dată este consacrată problemei dezvoltării expresivității în procesul studierii dansurilor sportive (programul latino-american). O atenție deosebită se acordă mijloacelor de studiere a expresivității, prin care dansatorii își exprimă atât starea exterioară cât și cea lăuntrică, morală. De asemenea, este pus în discuție subiectul dezvoltării și formării unui dansator de performanță, a unui lider care tinde să devină campion prin diverse mijloace expresive

Cuvinte-cheie: dans sportiv, mijloc expresiv, dansator, expresivitate, program latino-american, imagine/imagine artistică

This paper is dedicated to the problem of developing expressivity in the process of studying sports dances (Latin American program). Particular attention is paid to the means of studying expressiveness through which the dancers express both their external, inner and moral state. This article focuses on the subject: how expressive means develop and form a performance dancer, a leader who tends to become a champion.

Keywords: sports dance, expressive means, dancers, expressiveness, Latin American program, image/artistic image

În ultimii douăzeci de ani, în lumea întreagă, inclusiv în țara noastră, a crescut considerabil interesul față de *dansurile sportive*. Prin aceasta se explică numărul mare de studii, colective, clase cu profil de dans în care este practică coregrafia, atât în localitățile Moldovei cât și în municipiul Chișinău; numărul mare de translări de la diverse concursuri internaționale de *dans sportiv*.

Aceasta nu este întâmplător, dat fiind eleganța *dansului sportiv*, care întrunește frumusețea muzicii și a mișcării, care dintotdeauna atrăgea atenția oamenilor. Ce poate fi mai frumos decât perechile de *dansatori* de pe ring îmbrăcați în fracuri și rochii de gală, muzica copleșitoare, fețele luminate ale *dansatorilor*? Deseori, chiar la cele mai prestigioase concursuri, spectatorii urmăresc partea exterioară, pitorească a dansului: costumele elegante, siluetele bronzate și mlădioase, realizarea tehnică strictă a figurilor de dans. Spectatorii aud muzica ritmică, sunt atrași de atmosfera de competitivitate. Aceasta, însă, este doar rezultatul unei activități îndelungate, dobândită prin șlefuirea tehnicii de dans, prin lecții de zi cu zi, printr-o muncă asiduă atât a *dansatorilor* cât și a pedagogilor-antrenori. Pentru a atinge rezultatele dorite, nu este suficientă doar o pregătire fizică și tehnică, ci este nevoie și de cunoașterea artei de a interpreta diferite roluri, plasticitatea manierelor și a mișcărilor.

În ultimul timp, dansul de bal este numit tot mai des *dans sportiv*, deoarece acest gen coregrafic întrunește în sine sportul și arta, prezentând spectatorului armonia siluetei puternice și frumoase ale bărbaților și ale femeilor, care armonizează cu ritmul și melodia, prezentând toată diversitatea nuanțelor de emoții, dramă, *expresivitate* și individualitatea personală a fiecăruia dintre parteneri. Aname această racordare produce cel mai puternic efect asupra spectatorului. *Dansul sportiv* îi influențează la fel de puternic și pe *dansatori*, deoarece este necesară antrenarea corpului, a imaginației, a percepției muzicii; trebuie antrenată arta transformărilor. *Dansatorul* trebuie să simtă stilul, caracterul muzicii, a dansului și a propriei *imagini* în dans. Toate aceste elemente schimbă în mod radical nu doar exteriorul, dar și sufletul dansatorului, îmbogățindu-l. Munca enormă depusă își găsește exprimarea în *dansul sportiv*, fiind trecută prin sufletul *dansatorilor*, prin perceperea lumii și a locului lor în ea [1, p. 1-240].

Deoarece dansurile de bal sunt considerate gen sportiv, pentru această activitate sportivă se or-

ganizează competiții. Competițiile la *dans sportiv* se organizează pe 3 secțiuni: *europeană (Standard)*, *latino-americană (Latin)* și *zece dansuri*. În secțiunea *europeană* se dansează: vals lent, tango, vals vienez, slow fox și quick step. Din secțiunea *latino-americană* fac parte: samba, cha-cha-cha, rumba, paso doble și jive. În *zece dansuri* intră dansurile din secțiunea *europeană (Standard)* și cea *latino-americană (Latin)*.

Vom descrie succint dansurile din secțiunea *latino-americană*.

Samba este un dans brazilian. Muzica are un ritm caracteristic, creat de sunetele tobelor și ale maracazelor.

Cha-cha-cha este un stil muzical și un dans cubanez, care a găsit o largă răspândire în țările latino-americane din bazinul Caraibelor și în comunitățile latino-americane din SUA cu un număr mare de originari din aceste țări.

Rumba este, la fel, un dans cubanez, în doi, de origine africană. Caracteristica distinctivă a rumbei sunt mișcărilor line ale dansului. Cea mai cunoscută în lume melodie pentru rumba, devenită în scurt timp clasică, este considerată faimoasa „Guantanamera” a compozitorului Joseito Fernandez. Inițial, rumba era un dans de nuntă. Rumba, dintre toate dansurile de bal, transmite cel mai adânc conținut emotiv. Unii consideră că „rumba este dansul dragostei”.

Paso doble este un dans spaniol. Parțial, *paso doble* a fost creat prin imitarea mișcărilor pe care le face toreadorul pe arena coridei (lupta cu taurii). Partenerul îl imită pe toreador, iar partenera joacă rolul mantiei, uneori – rolul celui de-al doilea toreador și, foarte rar, al taurului, omorât printr-o lovitură de pumnal. Particularitatea definitorie a *paso doble* este poziția corpului cu pieptul ridicat accentuat, umerii mari și lăsați în jos, capul bine fixat, în unele cazuri capul se mișcă înainte și în jos. Această poziție a corpului corespunde caracterului mișcărilor pe care le face matadorul. Este unicul dans în care, pentru o accentuare suplimentară, se folosesc bătăile cu călcâiul pe parchet.

Jive-ul este un dans de origine afro-americană care a apărut în SUA la începutul sec. XX. *Jive-ul* este o variantă a dansului swing cu mișcări repezi și libere. *Jive-ul* contemporan se deosebește esențial de swing după maniera sa, deși în el deseori se întâlnesc aceleași figuri și mișcări.

În *programul* de studiere a dansurilor *latino-americane* un rol important îl joacă *mijloacele de redare a expresivității*. *Expresivitatea* sau efectul exprimării constă în redarea stării lăuntrice prin exterioritate [2, p. 839].

Mijloacele de bază prin care este redată *expresivitatea* dansului sunt:

- compoziția dansului care include în sine desenul spațial, mișcărilor de dans și poziția (pozele) partenerilor;
- dinamismul, tempoul și ritmul;
- artistismul;
- costumele.

Să analizăm mai detaliat aceste componente ale mijloacelor de redare a expresivității dansului.

Compoziția și desenul spațial

Desenul dansului reprezintă poziționarea și mișcărilor perechilor de *dansatori* pe scenă.

Diferite poziționări și schimbarea acestora exercită asupra spectatorului o anumită influență psihologică, iar sarcina pedagogului-antrenor constă în a atrage o atenție sporită asupra perechii de *dansatori* din partea spectatorilor și a arbitrilor. Dintre *dansurile latino-americane* doar samba și *paso doble* au linii stabilite de mișcări de dans. În celelalte dansuri, perechile dansează, în general, într-un singur loc, deși, și în aceste dansuri, poate avea loc mișcarea *dansatorilor* pe ring cu reîntoarcerea sau nu la locul inițial. Momentul veridic de transmitere al *imaginii* și al caracterului în *dansul sportiv* este, în felul său, complicat și interesant. Partea interesantă constă în aceea că, de fapt, nu există un anumit scenariu, un text clar al partidei de dans, o descriere pas cu pas a desfășurării logice a evenimentului. Compoziția *dansului sportiv* nu are o linie de subiect determinată, însă conține un anumit subtext – legătura dintre un bărbat și o femeie. Antrenorul care creează compoziția pentru perechea de *dansa-*

tori se conduce de anumite criterii: șirul de figuri consecutive trebuie să corespundă nivelului și clasei *dansatorilor*; se acordă atenție și corespunderii pregătirii fizice și tehnice a perechii cu nivelul de dificultate al realizării figurilor de dans; se pune accent pe momentele de stil, de interpretare muzicală în dependență de nivelul *dansatorilor*. Urmează antrenarea zilnică pentru a ieși, într-un final, pe ringul de dans. În *dansul sportiv*, compoziția nu presupune o descriere clară a consecutivității acțiunilor și, s-ar părea, nu-l poate ajuta pe *dansator* în crearea *imaginii* scenice.

Totodată, lipsa unui subiect stabilit poate fi considerată o prioritate a *dansului sportiv*. Excluderea unor limite și condiții impuse deschid în fața *dansatorului* perspective nemărginite pentru creație și improvizare. Pentru crearea unei *imaginii artistice* în dans, este necesară o pătrundere în relațiile interumane, în frământările și bucuriile lor.

Mișcările de dans și pozițiile

Unul dintre obiectivele principale în procesul de predare a *dansurilor sportive* constă în pregătirea fizică și tehnică a *dansatorilor*. Studiul continuă prin exersarea expresiei estetice și a prezentării caracterului individual al fiecărui dans. Mișcările armonioase ale perechilor sunt rezultatul multor antrenamente și al participărilor la concursuri. Pentru realizarea unor poziții dificile în timpul dansului, partenerii au nevoie de un nivel înalt de rezistență și putere fizică. De aceea, pe lângă orele de coregrafie, *dansatorii* frecventează cluburile fitness pentru a-și menține corpul într-o stare ideală, practică gimnastica pentru antrenarea unor grupuri anumite de mușchi. Totul se face cu un singur scop – a realiza o mișcare dificilă într-un mod foarte sigur, ușor și grațios pentru a atrage atenția nu doar a spectatorilor, dar și a arbitrilor. Din acest motiv, un *dansator* adevărat, iscusit, rațional, sentimental își șlefuieste corpul prin exerciții de gimnastică, antrenamente fizice, studiază alte genuri de dans și sport, studiază arta de actor și regizor, arta de creare a *imaginii*, analizează muzica, psihologia relațiilor, sexualitatea și emotivitatea, manifestarea lor în *expresivitatea artist*

Dinamismul, tempoul și ritmul

Muzica joacă un rol important în formarea artei coregrafice, deoarece ea participă în crearea *imaginii artistice*, transmise prin dans. Din acest motiv, selectarea repertoriului muzical necesită o atenție deosebită. Doar o muzică „de calitate” ajută în direcționarea corectă, ea „sugerează” utilizarea unor sau altor mișcări, influențează calitatea interpretării și a întruchipării *imaginii* în dans. Dansul încearcă să direcționeze forma și conținutul sunetului muzical spre *imaginea* mișcărilor, spre tempourile, desenele ritmice, intonațiile caracteristice ambelor genuri de artă. *Expresivitatea* mișcărilor de dans, realizate pe o anumită melodie, trezește emoții pozitive, îi face pe spectatori să trăiască aceleași emoții, să participe imaginar la competiție. O caracteristică specifică a artei coregrafice constă în legătura organică a dansului și a muzicii, în corelarea *mijloacelor expresive* plastice și muzicale. „Armonia” sau legătura *imaginii* plastice și a celei muzicale, în mare măsură, determină valoarea artistică, conținutul, frumusețea compoziției, forța de influență asupra spectatorului. Muzica determină tempoul, ritmica și caracteristicile dinamice ale dansului.

Tempoul este viteza mișcării (lent, moderat, rapid).

Ritmul constă în consecutivitatea organizată a sunetelor de aceeași durată sau durată diferită.

Fiecărui dans din secțiunea *latino-americană* îi corespunde un anumit ritm și tempou:

- *Samba* – 50-52 de tacturi pe minut (măsura 2/4).
- *Cha-cha-cha* – măsura muzicală 4/4, tempoul – 30-32 tacturi pe minut.
- *Rumba* – măsura muzicală 4/4, tempoul – 25-27 tacturi pe minut.
- *Paso doble* – măsura muzicală 4/4, tempoul – 60-62 tacturi pe minut.
- *Jive* – măsura muzicală 4/4, tempoul – 42-44 tacturi pe minut.

Deși aceste *dansuri* fac parte din aceeași secțiune, ele sunt absolut diferite după caracterul mișcărilor și al muzicii. Sunt diferite tempoul și ritmul. Fiecare dans are numărul său de tacturi. Dinamismul dansului depinde de structura compoziției, a coregrafiei și de posibilitățile perechii de dansatori. Pentru a sublinia muzicalitatea fiecărui dans, perechea de *dansatori* poate accelera mișcările, adăugând

sincope, sau poate încetini mișcarea, subliniind grația și eleganța, pentru a atrage atenția arbitrilor și a spectatorilor.

Artistismul

Pentru a obține rezultate foarte bune la competiții, sportivii utilizează frecvent *mijloacele expresive* ale coregrafiei. Un loc important îl joacă artistismul, care este și un criteriu de apreciere a *dansatorilor*. Artistismul este un element de bază al dansului și prezintă culmea profesionalismului în interpretare. În timpul dansului, sportivul îl simte nu doar pe partener sau unele nuanțe muzicale, ci și reacția publicului la comportamentul lor, susținută prin aplauze.

Ce este artistismul? După părerea noastră, artistismul este:

- vocație artistică, capacități artistice deosebite;
- creație de înaltă clasă, măiestrie, virtuozitate într-o activitate anume;
- o eleganță deosebită a manierelor, grațiozitate în mișcări [3, p. 234].

Arta interpretativă a *dansatorului* constă nu doar în măiestria tehnică, dar și în transmiterea corectă a *imaginii*, a ideii dansului, în *expresivitatea* și artistismul dansului. Cum pot fi atinse strălucirea și *expresivitatea* dansului? Chiar și în cazul unei bune interpretări tehnice, perechile, de regulă, dansează mișcările pe care nu le trec prin sufletul lor. Dacă la o interpretare tehnică foarte bună fața nu exprimă starea sufletească a omului, nu transmite nuanțele frământărilor emoționale – avem în față un robot tehnic, și nu o persoană vie. Fața nu trebuie să se transforme în mască, ea trebuie să exprime nuanțele emoționale ale *dansatorului*. În timpul dansului pentru redarea *expresivității* sunt folosite mâinile, corpul, înclinarea și întoarcerea capului. Deseori, la lecții, coregrafii acordă foarte mult timp învățării mișcării picioarelor. Acest lucru este explicabil: mișcarea picioarelor este unul dintre elementele de bază ale dansului, lor le revine o parte considerabilă a încărcăturii fizice. Dar, totodată, nu trebuie să uităm de corp, mâini, cap și față.

Dacă am considera corpul omului o orchestră, iar părțile corpului – instrumente muzicale, apoi, cu cât mai multe instrumente sunt implicate cu atât mai bogat, mai colorat, mai frumos este dansul. Este foarte important să putem urmări *expresivitatea* feței, să dansăm nu mișcările, ci sentimentele noastre, trăirile, starea emotivă.

Un alt mijloc de dezvoltare a artistismului este improvizarea.

În coregrafie improvizarea este numită și „dans la prezent”, „coregrafie instantanee”, adică un dans liber, cu mișcări nestingherite, așa cum sugerează muzica și propria fantezie. Deseori, antrenorul-pedagog se confruntă cu încheștarea musculară, timiditatea interpreților și doar prin intermediul unor exerciții, studii, jocuri are loc descătușarea, se obține libertatea lăuntrică și încrederea în sine. Totodată, trebuie să urmărim atent ca mișcările *dansatorilor* să fie în ritmul muzicii.

În timpul dansului sunt folosite și mișcări de pantomimă. Pantomima este un gen de artă în care *imaginea artistică* se construiește cu ajutorul *expresivității* plastice a corpului omenesc. Astfel se explică apropierea pantomimei de arta dansului și, de asemenea, includerea, mai mare sau mai mică, a pantomimei în dans. În calitate de mijloc principal de *expresivitate* în pantomimă se folosesc gesturile, de aceea, uneori ea este numită arta gesturilor. Gestul este o mișcare sau un complex de mișcări care conțin o nuanță emotivă, o informație despre om, atitudinea lui față de lumea înconjurătoare. Acesta este un semnal, transmis prin mișcarea mâinilor, picioarelor, a mușchilor corpului și ai feței [1, p. 28]. În dans pantomima devine dansantă, ritmică.

Costumul

Un element expresiv indispensabil în coregrafie îl prezintă aspectul exterior al *dansatorului* și, în special, costumul de dans. Costumul de dans exprimă tendința spre o accentuare maximă a individualității perechii de *dansatori*. Costumul îl ajută pe *dansator* să scoată în evidență frumusețea și plasticitatea corpului. Un costum selectat reușit scoate în evidență avantajele și ascunde neajunsurile, fapt ce contribuie la realizarea potențialului *dansatorilor*.

Structura *expresivă* a costumului de dans este determinată de:

- construcția formei (mărimea, liniile, modelul);
- factura stofei (ușoară, grea, aspră, moale, transparentă, densă, netedă, plușată etc.);
- culoarea, nuanța stofei (acromatică, cromatică, caldă, rece, deschisă, închisă, strălucitoare, pală etc.);
- lumina, capacitatea de a arăta bine la lumină (lumina zilei, artificială, totală, parțială, multi-coloră etc.).

Pentru spectatori dansul este o satisfacție incomparabilă prin armonia, frumusețea și plasticitatea sa. El prezintă contopirea muzicii și a dragostei pasionale, iar costumele, la fel ca și *dansatorii*, sunt participanți activi ai oricărui dans. Cerințele față de exteriorul *dansatorilor* sunt severe. Costumele, de regulă, sunt scurte, foarte deschise și mulate pe corp. În același timp, trebuie să se ia în considerare aspectul estetic și utilitatea costumului, adică anumite părți ale corpului trebuie să fie acoperite, *dansatorul* trebuie să fie sigur că haina va rezista în momentul interpretării dansului.

În concluzie, subliniem că, în programul de studiere a *dansurilor latino-americeane*, dezvoltarea *expresivității* și artistismului prezintă un obiectiv major atât pentru pedagogul-antrenor cât și pentru dansatori. Obiectivul pedagogului constă în a-l ajuta pe *dansator* să se manifeste, să se dezvolte, să se realizeze. Scopul și momentul stimulator al coregrafiei contemporane trebuie să se regăsească în bucuria victoriei asupra impasibilității și a complexelor personale, asupra fricii de a-și deschide adevărata față în timpul dansului, de a-și dezgoli sufletul, și nu în bucuria de a-și umili concurenții prin victoria obținută. *Dansul sportiv* nu a reunit pur și simplu sportul și arta. El reprezintă un gen de artă ce include toată frumusețea lumii pe care oamenii o exprimă printr-un singur instrument – propriul corp: frumusețea sunetului și a ritmului, frumusețea sentimentelor, a puterii, vitezei, a încordării și a lipsei de vigoare, a culorii, sexualității, a posibilităților de elasticitate a corpului uman, dar și frumusețea armoniei tuturor acestor fațete ale *dansului sportiv*.

Referințe bibliografice

1. ЗАХАРОВ, Р. *Слово о танце*. Москва: Молодая гвардия, 1989.
2. *Словарь современного русского литературного языка*. Т. 2. Москва: Русский язык, 1991.
3. *Словарь современного русского литературного языка*. Т. 1. Москва: Русский язык, 1991.