

2024.

# SITIENIŅI

## Latviešu dejas

Deja 8 pāriem  
Baibas Šteinas horeogrāfija un apraksts  
Georga Dovgjallo mūzika

Dejas iecere radusies, ietekmējoties no populārās latviešu pāru dejas "Plaukstiņpolka". Tā domāta pirmskolas un jaunākā skolas vecuma dejotājiem, izpildāma pāros. Nedaudz pārveidojot 3.gājiena otrās puses darbību, to var izpildīt neierobežots pāru skaits. Apraksts dots 8 pāriem.

Dejas raksturs - dzīvespriecīgs, drastisks, īpaši jāpievērš uzmanība partneru attiecībām - saskatīšanās, galvas pagriezieni un tamlīdzīgi. Dejojāji tērpjas latviešu bērnu tautas tērpos.

Dejas sākuma stāvoklis - dejotāji stāv kulisēs visgarām skatuves sānu malām, rokas brīvi nolaistas.

### Ievads

Ievada mūzikas I daļa /glissando 2x/

Glissandi 1 x - Dejojāji vieglā skrējiena solī izskrien uz skatuves, virzoties uz centru, saskrienot cieši plecu pie pleca, tad sadod rokas dārziņā, paceļ tās virs galvas. Vienlaicīgi paceļas VI kāju pozīcijā puspirkstos, stāvokli uz mirkli nofiksē.

Glissando 2 x - Dejojāji, neatlaižot sadotās rokas, ar skrējiena soli atkāpjas, veidojot plašu dārziņu.

### Ievads

Ievada mūzikas II daļa (2 taktis)

Dejojāji aplī izpilda trīs kāju piesitienus (labā, kreisā labā), vienlaicīgi pagriežoties ar skatu pret blakus stāvošo partneri (zēni – pa labi, meitas- pa kreisi). Šā pagriezienu laikā dejotāji ar lielu vēzienu, ceļot savas rokas uz augšu, ieliek tās savos sānos (2.zīmējums).

### Pirmais gājiens

Mūzikas I daļa (1.-8.t.x2)

Mūzikas II daļa (1.-8.t.)

Mūzikas IIA daļa (1.-8.t.)

Mūzikas I daļa (1.-8.t.x2)

1.takts - dejotāji 2 reizes sasit plaukstas sev priekšā krūšu augstumā ar skatu viens pret otru.

2.takts - dejotāji vienu reizi sasit atvērtas plaukstas ar partneri, turot tās krūšu augstumā, vienlaicīgi viegli iesēžoties ceļos (kājas VI pozīcijā), pagriežot galvas un viegli noliecot augumu uz āru no apļa centru (pret skatītājiem).

3.takts - dejotāji atkārtoti 1.takts darbību.

4.takts - dejotāji atkārtoti 2.takts darbību, šoreiz pagriežot galvu un noliecot augumu uz apļa centru.

5.takts - atkārtoti 1.takts darbību.

6.takts - dejotāji sasit divas reizes atvērtas plaukstas ar pretim stāvošo partneri, ceļos nepietupjas, skats vienam pret otru.

7.-8.takts - dejotāji ar trim kāju piesitieniem (labā, kreisā, labā), griežoties uz apļa centru (zēni – pa kreisi, meitas – pa labi), pagriežas par 180 grādiem, nonākot ar skatu pret blakus stāvošo partneri. Vienlaicīgi rokas ar lielu vēzienu augstu ceļot tiek ieliktas sānos.

#### Mūzikas I daļa (1.-8.t.)

Dejotāji izpilda 1.-6.takts darbību ar mainīto partneri (3.zīmējums).

7.-8.t. - dejotāji izpilda 3 kāju piesitienus (labā, kreisā, labā), pagriežoties ar skatu uz apļa centru, vienlaicīgi ar lielu vēzienu rokas tiek sadotas, veidojot plašu dārziņu.

#### Mūzikas II daļa (1.-8.t.)

1.-6.t. – dejotāji, sākot ar labo kāju, ar 12 palēciena soļiem virzās dārziņā dejas ceļa virzienā, galva nedaudz pavērsta uz labo pusi.

7.-8.t.- dejotāji ar 3 kāju piesitieniem (labā, kreisā, labā), neatlaižot sadotās rokas, pagriežas ar skatu pret dejas ceļu.

#### Mūzikas IIA daļa (1.-8.t.)

1.-6.t. – dejotāji, sākot ar labo kāju, izpilda 12 palēciena soļus, virzoties dārziņā pretēji dejas ceļa virzienam, galvas pavērstas pa kreisi.

7.-8.t. - dejotāji ar 3 kāju piesitieniem pagriežas ar skatu uz apļa centru, vienlaicīgi rokas ceļot augstu virz galvas un tad ar lielu vēzienu tiek ieliktas sānos.

### **Otrais gājiens**

Mūzikas I daļa (1.-8.t.x2)

Mūzikas IIA daļa (1.-8.t.)

Mūzikas III daļa (1.-8.t.)

#### Mūzikas I daļa (1.-8.t.)

1.t. - dejotāji divas reizes sasit savas plaukstas krūšu augstumā, skats uz centru.

2.t. - dejotāji, izvēršot rokas ar atvērtām plaukstām sānis, sasit tās ar blakus stāvošiem dejotājiem, viegli pietupjoties ceļos (kājas VI pozīcijā), pagriež skatu un noliec augumu pret savu partneri.

3.t. - atkārtoti 1.takts darbību.

4.t. - atkārtoti 2.takts darbību, noliecoties ar augumu un saskatoties ar citu blakus stāvošo partneri.

5.t.- dejotāji atkārtoti 1.takts darbību.

6.t.- divas reizes sasit rokas sānis ar atvērtām plaukstām ar blakus stāvošiem partneriem, ceļos neietupjas, skats uz centru.

7.-8.t. - dejotāji ar trīs kāju piesitieniem (labā, kreisā, labā) pagriežas pa labi, veicot apgriezīgu par 180 grādiem, un nonāk ar skatu uz apļa ārpusi. Vienlaicīgi, rokas augstu ceļot ar lielu vēzienu, tās tiek ieliktas sānos (4.zīmējums).

### Mūzikas I daļa (1.-8.t.)

1.-6.t. - atkārtoti iepriekš aprakstīto darbību, stāvot ar muguru pret apla centru.

7.-8.t. – trīs kāju piesitieni (labā, kreisā, labā), vienlaicīgi pagriežoties pa labi, veicot 180 grādu apgriezību un nonākot ar skatu uz apla centru. Rokas ar lielu vēzienu tiek sadotas dārziņā (5.zīmējums).

### Mūzikas IIA daļa (1.-8.t.)

1.-6.t. - dejotāji ar 12 palēciena soļiem, sākot ar labo kāju, virzās dārziņā dejas ceļa virzienā, skats pāri labajam plecam.

7.-8.t. - dejotāji izpilda trīs kāju piesitienus (labā, kreisā, labā), veicot pagriezību – zēni pagriežas ar skatu pret apla centru, meitas - griežoties pa labi - pagriežas ar skatu uz apla ārpusi. Vienlaicīgi rokas ar vēzienu tiek ieliktas sānos.

### Mūzikas III daļa (1.-8.t.)

1.-4.t. – dejotāji, sākot ar labo kāju, izpilda 8 palēciena soļus virzoties – zēni virzās uz apla centru, meitas – uz āru no centra.

5.-6.t. – dejotāji, griežoties pa labi, maina virzienu un dejo četrus palēciena soļus pretējā virzienā (partneri viens otram pretīm) kā 6. zīmējumā.

7.-8.t. - pāru dejotāji, nonākuši viens otram pretī, izpilda 3 kāju piesitienus, ar vieglu galvas noliecību saskatās. Rokas sānos.

### **Trešais gājieni**

Mūzikas I daļa (1.-8.t.x2)

Mūzikas IIA daļa (1.-8.t.x2)

### Mūzikas I daļa (1.-8.t.)

1.-8.t - dejotāji izpilda Pirmā gājiena darbības, stāvot viens pret otru (zēni ar muguru pret centru, meitas – ar seju uz centru). 2.taktī, iesēžoties ceļos, noliec augumus un pavērš skatu pa dejas ceļu, 4.taktī - augumus un galvu vērš pret dejas ceļu, 7.-8.taktī - 3 kāju piesitienus laikā - rokas ar lielu vēzienu tiek ieliktas sānos (7.zīmējums).

### Mūzikas I daļa (1.-8.t.)

1.-6.t. - atkārtoti šā gājiena 1.-6.takts darbības.

7.-8.t. - dejotāji, izpildot trīs kāju piesitienus, ar lielu vēzienu sadot rokas krustiskajā satvērienā un nostājas ar skatu dejas ceļa virzienā.

### Mūzikas IIA daļa (1.-8.t.)

1.-6.t.- dejotāji, sākot ar labo kāju, rokas sadodot krustiskajā satvērienā, pa pāriem dejo 12 palēciena soļus dejas ceļa virzienā.

7.-8.t. – dejotāji, izpildot trīs kāju piesitienus (labā, kreisā, labā), neatlaižot krustiski sadotās rokas, pagriežas ar skatu pretēji dejas ceļa virzienam (pagriezienu laikā dejotāji pagriežas ar skatu viens pret otru).

## Mūzikas IIA daļa (1.-8.t.)

1.-6.t. – deļotāji, sākot ar labo kāju, pa pāriem krustiskajā satvērienā deļo 12 palēciena soļus, veidojot divus aplīšus. Apļos ieved 4. un 8. pāris (8.zīmējums).

7.- 8.t. – izpildot trīs kāju piesitienus, pāri nostājas aplīšos ar skatu uz centru (meita piegriežas zēnam pie labās rokas). Vienlaicīgi ar lielu vēzienu rokas tiek ieliktas sānos.

### **Ceturtais gājiens**

Mūzikas IA daļa (1.-16.t.)

Mūzikas II daļa (1.-8.t.x2)

Mūzikas IA daļa (1.-16.t.)

1.-16.t. - deļotāji, atrodies divos aplīšos, izpilda 2.gājiena 1.-16.takts darbību.

Mūzikas II daļa (1.-8.t.x2)

1.-6.t. – deļotāji, sākot ar labo kāju, izpilda 12 palēciena soļus, virzoties aplīšos deļas ceļā virzienā (9.zīmējums).

7.-8.t – deļotāji ar trīs kāju piesitieniem (labā, kreisā, labā) izveido vienu apli, t.i. 1.pāra meita un 8.pāra puisis atkāpļoties sadod rokas, un 4.pāra puisis atkāpļoties sadod rokas ar 5.pāra meitu. Pārējie deļotāji dārziņā sadotās rokas neatlaiž (10.zīmējums).

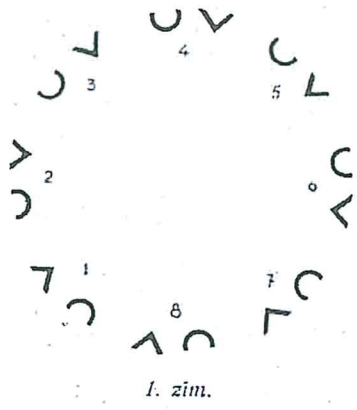
1.-6.t. - deļotāji plašā aplī, sākot ar labo kāju, deļo 12 palēciena soļus deļas ceļā virzienā.

7.-8.t. - deļotāji, atlaižot rokas, ar 3 kāju piesitieniem, griežoties pa labi, pagriežas ar skatu uz apļa ārpusi. Pēdējais piesitiens tiek īpaši akcentēts, arī ar galvas leņņu pacelšanu (11.zīmējums).

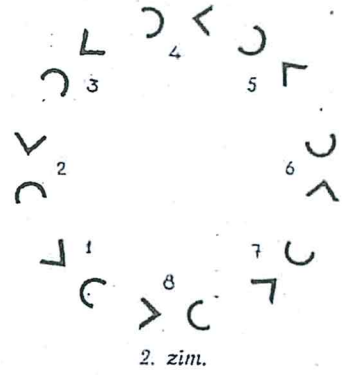
Roku kustībām var būt divi varianti:

1. vienlaicīgi ar kāju piesitieniem tiek izpildīti 2 plaukstu sasitieni (uz “trīs” rokas ar vēzienu tiek ieliktas sānos).
2. vienlaicīgi ar kāju piesitieniem veic apgriezīnu, divas reizes tiek sasistas plaukstas, uz “trīs” tās paceļ ar atvērtām, nostieptām plaukstām augstu virs galvas....SAK, MUMS TAČU IZDEVĀS!

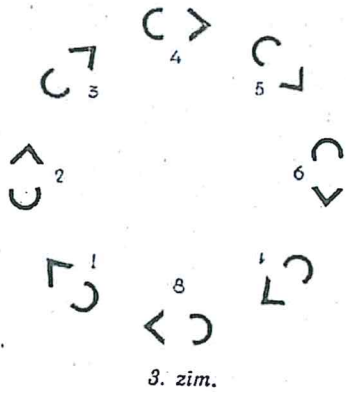
# SITIENINI



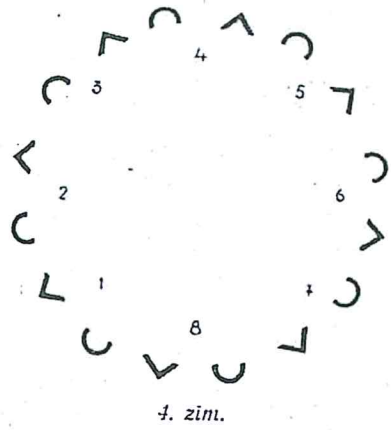
1. zim.



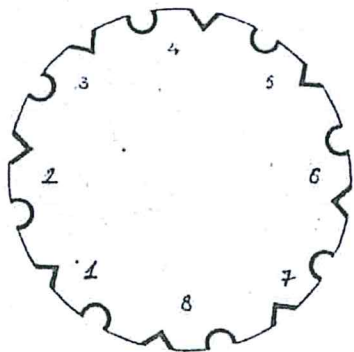
2. zim.



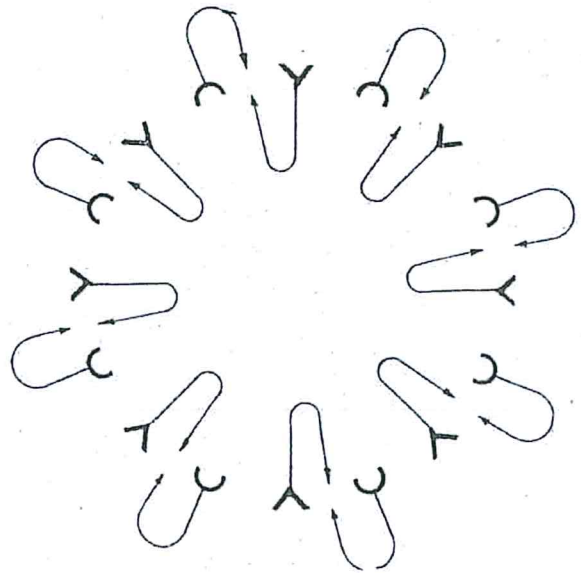
3. zim.



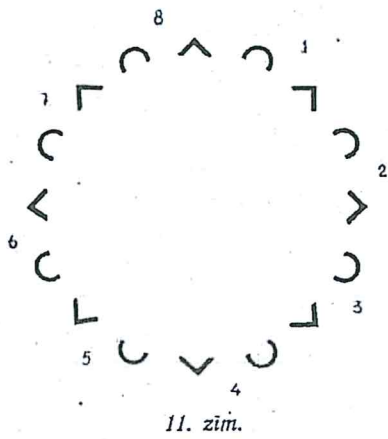
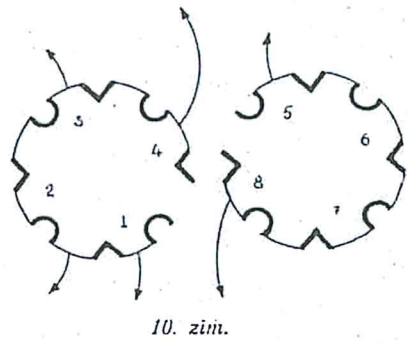
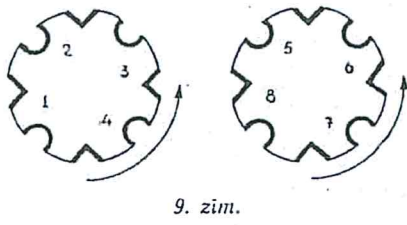
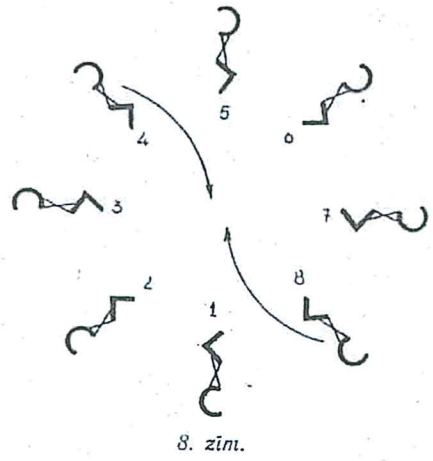
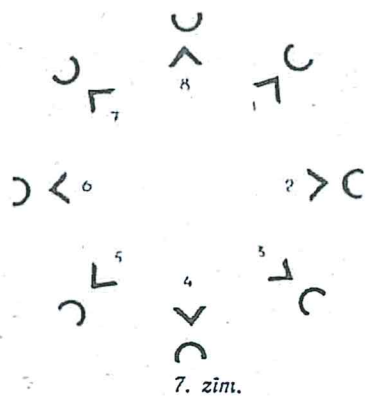
4. zim.



5. zim.



6. zim.



# SITIENINI

1(8t.2x),2(8t.),2a(8t.),1(8t.2x),2a(8.t),3(8t.),1(8t.2x),2a(8t.2x),1a(16t.),2(8t.2x)

ievads

1.

6

1. | 2.

12

2.

19

2a.

seko 1.un 2a., tad 3.

3.

seko 1.un 2a.2x

32

8<sup>va</sup> 1a.

38

(8) 1

44

2.

1. | 2.