

この踊りはポーリヤンカを振り付けた Sergei Temoff により振りつけられたもので、1958 年のアメリカ フォークダンス・キャンプにおいて紹介された。

曲はロシアのポピュラー音楽「月は輝く (Shining moon)」を使用。

音楽 2/4 拍子 前奏 32 呼問

隊形 ダブル・サークル 男子円内・女子円外で女子と離れて向かい合う。女子は右手にスカーフを持つ。

踊り方

0. イントロ

両足を揃えて立ち、両手は握って腰に取り音楽に合わせて軽く体をゆすって待つ (ct1 ~ 32)

. 拍手と後退、拍手と前進

1) 男女とも左足に体重を乗せ、右足をわずかに右斜め前に出し、膝を軽く曲げ伸ばししながら、ボールを床に着けたまま奇数カウントの時にヒール・スタンプを 4 回行う。同時に体前で拍手を 4 回行う (ct1 ~ 8)。

2) 互いに右足からスキップ 8 回で男子円内・女子円外へ後退する (ct1 ~ 8)。
この時両手を胸前から横に広げてポーズする。

3) 離れて 1) を行う (ct1 ~ 8)

4) 両手を横に広げ、肘から軽く曲げて、ポルカ・ステップ 2 回でパートナーに近づき (ct1 ~ 4) 高く飛びこむようにしてスタンプを 3 回行うが、両手は胸の前から下に突き下ろすようにして (ct5 ~ 7) 最後は上半身をそらしてポーズ (ct8)

. ハンガリアン・ターン・ポジションで CW、CCW 回転

1) ハンガリアン・ターン・ポジション《右手はパートナーの左腰・左手は左斜め上に伸ばす》に組み、ジャンプ・ホップ 8 回で CW に回転する (ct1 ~ 8)

2) 左腰接近の逆のハンガリアン・ターン・ポジションになり、1) を CCW 回転を行い、最後ポジションを解き離れる (ct1 ~ 16)



* ジャンプ・ホップ《CW 回転の場合》:

右足ボールで小さくホップしながら、わずかに遅れて左足をタップして
すぐにアップ (ct1,ト) 右足でホップ (ct2)

実際の踊りではジャンプ・ホップを 7 回行ったあと (ct1,ト ~ 14,ト) 最後に両足でジャンプして (ct15)
右足をアップしながら方向転換する (ct16)

. ムーン・ステップ前進、男子膝立て女子が CCW 回転

1) 男子が円心を背にしてパートナーと向かい合い、男女とも両手を掌上向きにし、肩の高さで両横に広げてポーズをとり、男子左足・女子右足より LOD ヘムーン・ステップ 4 回で進む (ct1 ~ 16)

* ムーン・ステップ:

男子左足・女子右足爪先を少し上げて LOD ヘムーン・ステップ、同時に両膝を軽く曲げて沈む (ct1) 両膝を伸ばす (ct2) 《この動作は、逆 LOD 側の足に体重が乗っている》、同様に LOD 側の足をステップするが、爪先は立てないでその足に体重を乗せてデップする (ct3) 次にその足の膝を伸ばしながら、男子左回り・女子右回りに 1/2 回転して背中合わせになる (ct4)

以上を反対足から同様に行い、男子右回り・女子左回り 1/2 回転して再びパートナーと向かい合う (ct5 ~ 8)。以上を繰り返す (ct9 ~ 16)



2) 男子は左膝を床に着け、右足膝を立てる。

男子右手・女子左手を連手し、女子右手ハンカチを持って横に伸ばし、

ドライブ・ステップ 8 回で男子の回りを CCW に 2 回転する (ct1 ~ 16)

* ドライブ・ステップ:

左足を前にステップ (ct1) 右足で床を滑らせるようにして左回りに円を描き、左足に揃える (ct2)
これを繰り返す。

. パ・デ・バ 前進、エルボ・ターン

- 1) バルソビアナ・ポジションに組み、男女とも右足から右斜め前・左斜め前とパ・デ・バ 8回で LOD へ進む (ct1,ト~16,ト)

*パ・デ・バ :

右足を右斜め前にリープ (ct1) 左足を右足の少し前にステップ《右足前に交差しないこと》(ctト)
更に右足を前にステップ (ct2) リープ・ラン・ランと行う。
以上を左足より左斜め前に行う。

- 2) パートナーと右肘をかけ合い、左手は肩の高さで横に伸ばし、その場をウォーク 8 歩で CW に回転する (ct1~8) 向きを変えて左肘をかけ合って同様 8 歩で CCW に回転する (ct9~16)

. 右まわり・左まわり、プッシュ・ステップで側進

- 1) ポジションを解き、男女とも LOD 向きのサイド・バイ・サイドに並んで、右足より 3 歩で円外方向へ右回り 1 回転 (ct1~3) LOD を向いたまま左足を右足の前でトーン・ポイント《この時同時に拍手を行う》。

* 男子は前の FIG で逆 LOD を向いているので、最初の回転は 1 回転半となる。

- 2) 1) を左足より CCW 回転に行う (ct5~8)

- 3) 1) ~ 2) を繰り返す (ct9~16)

- 4) 再び男子が円心に背を向けて離れて向かい合い以下の動作を行う。

【男子】

両手を肩の高さで横に伸ばし、逆 LOD へプッシュ・ステップ 12 回で側進し (ct1~12) 続いて左足から 2 歩進んで (ct13,14) 左足を右足にスタンプ・クローズして向かい合い (ct15) 休む (ct16)

【女子】

左へ《逆 LOD 》へプッシュ・ステップ 4 回で進み、4 回目に左足を軸に右に半回転して円外向きになる (ct1~4) 次に円外を向いたまま右《逆 LOD 》へプッシュ・ステップ 4 回で進み、4 回目に右足を軸に再び右に半回転してパートナーを向く (ct5~8) もう一度左へ行って円外向きになり (ct9~12) 右足から 3 歩で右回り半回転してパートナーを向き (ct13~15) 休む (ct16)

女子の手は、進む方向の手は斜め上に伸ばし、反対手は腰に取る。向きが変わるとたびに手を入れ替わる。

*プッシュ・ステップ《右へ進む場合》 :

左足に重心を乗せた状態から、ボールで強く左横へ押し出すようにし《プッシュ》、同時に右へ移動しながら右足に重心を移す。左足を右足にクローズして重心を左足に移す。以上の動作を 1 呼間で行う。

. 後退・前進、CW 回転

- 1) 男女とも右足からスキップ 4 回で後退して離れ《この時両手は胸前から徐々に横に開くように伸ばす》 (ct1~4) 次にポルカ・ステップ 2 回で近づきながら両手を閉じるようにして、

最後に左手同士を上で取り合い、右手は相手の左腰に置く (ct5~8)

- 2) ウォーク 6 歩で CW に 2 回転し (ct9~14) 更に 2 歩踏みながら女子が連手の下で右に 1 回転半してスケーターズ・ポジションになる (ct15,16)

- 3) スケーターズ・ポジションのまま、スキップ 12 回で CW 《男子前進・女子後退》に 2 回転 (ct1~12) 続いて右手連手を離し、左手連手の下で女子が右回りに 1 回転しながら、4 歩で男子円内・女子円外に離れて向かい合う (ct13~16)



. 男子ソロ《プリシャドカ》

- 1) 男子は両膝を接して、膝を開いてしゃがみ両手は胸前で腕組みする (ct1,2) 反動をきかせて立ち上がり右足に体重を乗せ、同時に左足は膝を伸ばして横に、爪先を上に向けてヒール・タッチする《この時右手は真っ直ぐ上に伸ばし、左手は掌上向きで肩の高さで横に伸ばす》 (ct3,4)



- 2) 左足を右足に掛けるようにして、右足軸にピボットで 1 回転して左足に体重を乗せ (ct5,6) 右足スタンプ (ct7) ポーズ (ct8)

- 3) 1) ~ 2) を繰り返す (ct9~16)

- 4) 次に回転しないプリシャドカ《 1) の動作》を、左・右と行い (ct1~8) 両手を胸前で組んで左足からスキップ 6 回で後退しながら円内方向へ CCW に円を描いて 1 回転し (ct9~14) 再びパートナーを向

いて左足ステップ (ct15) 右足スタンプと同時に両手をパートナーに向けて開く (ct16)。

【女子】

男子がソロを行っている間、女子は右手人差指を右ほほにあて、左手は右肘を軽く支えるようにして右手人差指でほほを軽く打ち拍子をとる。

・女子ソロ

1) ト-・ヒール・キック

右足ト-を B 方向にポイント、顔は D を向く (ct1)

同じく右足ヒールを B 方向にポイント、顔は B を向く (ct2)

次に右足を左足前にト-・ポイント、顔は B を向く (ct3)

最後に右に 1/4 向きを変えて右足を A 方向にキック、顔は A を向く (ct4)

同じ動作で右足をステップすると同時に左足を C 方向へト-・ポイント (ct5)

左回りに回転して C 方向を向き、左足ヒールを C 方向へポイント (ct6)

左足クロス・ト-・ポイント (ct7) 右に 1/4 向きを変えて B 方向へキック (ct8)

再び左足ステップと同時に右足ト-を D へポイント、顔は B を向く (ct9)

左に 1/2 向きを変えて顔を D に向けて、右足ヒールを D にポイント (ct10)

右足クロス・ト-・ポイント (ct11) 右に 1/4 向きを変え C 方向へキック (ct12)

右足をステップすると同時に左足を A 方向へト-・ポイント (ct13) 左に 1/2 向きを変えて顔を A に向けて、左足ヒールを A にポイント (ct14) 左足クロス・ト-・ポイント (ct15) 右に 1/4 向きを変えて左足を D 方向へキック (ct16)

*1 この間左手は腰に取り、右手にスカーフを持ってト-・ポイントの時に

右斜め上から左斜め下に振るようにして下げる (ct1) ヒール・ポイント

で左斜め上に持つていき、右斜め下に下ろす (ct2) クロス・ト-

ポイントで再び再び右斜め上に振り上げてから左斜め下に振りおろし

(ct3) キックと同時に右手を右斜め上に上げる (ct4)

実際には流れるように動くので、上のカウントは参考である。

*2 キックの順番は A B C D と覚えると分かりやすい。

*3 キックの向きが大きく変わる動作の時は、キックの前から向きを変え始めると踊りやすい。

2) ポルカで回転

スカーフの両端を持ち、頭前でクルクルまわしながらポルカ・ステップ 4 回でその場を CW に 1 回転し《D の向きからスタートするので、最初はパートナーに近づくように動く》(ct1~8) 更にポルカ・ステップ 4 回でパートナーと右肩すれ違いに通り過ぎて円内へ入り、円心向きの女子だけのサークルを作り、手をつなぐ (ct9~16)。

【男子】

男子は 1)~2) の女子ソロの間、両手を腰に取り右足踵を床に打ちつけて拍子をとる。

女子が右肩すれ違いで円心に入った時、女子と共に右回りして円心を向き、男子だけのサークルを外側で作って連手する。男子が外側で、男女とも円心向きのサークルになる。

・サークルを男女逆方向へまわる

1) 男子は左足から左《逆 LOD》へ、女子は右足から右《LOD》へポルカ・ステップ 4 回で前進 (ct1~8) 続いてスライド・ステップ《ギャロップ》7 回で側進し (ct9~15) 左足ステップ・ホールド (ct16,ト)

2) 1) を逆方向へ行って戻る (ct1~16)

・円心・円外へ前進後退、女子の回転

1) 男子はパートナーの後ろに立ち、女子の右肩の上で右手同士を取り合い、左手は腰に取る。

右足より円心へ小さく 3 歩前進、4 步目左足を右足にタッチしながら膝を軽く曲げてディップする (ct1~4) 円外へ大きく 3 歩後退、ディップ (ct5~8)

以上を繰り返してサークルを基の位置に戻す (ct9~16)

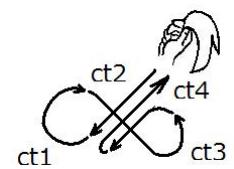
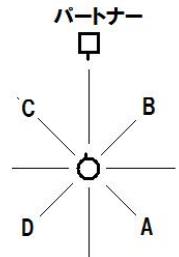
女子は 2 回目の円外後退は、タッチせずに 4 歩後退し右足に体重を乗せる。

2) 右手連手のままで、男子は右へステップ・クローズ・ステップと動いて (ct1~3) 3 歩目の右足で軽くディップ左足揃えてタッチ (ct4)

女子は左足から 3 歩で連手の下を左回り半回転して LOD へ動き、パートナーと向かい合い左足でディップ、右足タッチする。

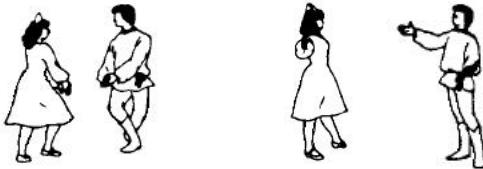
以上を向き合った位置から逆 LOD へ繰り返して、女子を右回り 1 回転させる (ct5~8)

3) 1)~2) を繰り返す (ct1~16) 最後連手を解き、離れて向かい合う。



. スタンプと回転、ヒール・トー・ジャンプ

- 1) 右足を左足前にスタンプ、同時に体前で拍手 (ct1,2) 右足を後方に戻してスタンプして両手を開いてポーズ (ct3,4) 左足を軸にピボットで左回りに1回転して (ct5,6) 右足スタンプ (ct7) 休む (ct8) 以上を繰り返す (ct9~16)



- 2) 両手腰に取り、上体をゆすりながら、右足からヒール・トー・ステップ 4回で右肩すれ違いに、男子円内・女子円外へ進み (ct1~8) 続いてジャンプ・スイング 4回行いながら左回りに自転しながら左肩すれ違いに男子円外・女子円内へ戻る (ct9~16)

4回目は最後の左足は閉じる。

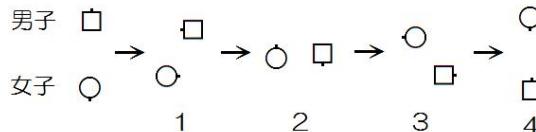
*1 ヒール・トー・ステップ :

2呼間に1歩で行うもので、ヒールでステップ (ct1) 爪先を下ろして足裏全体でステップ (ct2)

*2 ジャンプ・スイング :

両足でジャンプ (ct1) 右足ホップしながら左足を前にスイング (ct2) このスイングの時に左に1/4向きを変える。スイングする足はすべて左足。

動きは下図のようになる。



. 右・左回転と男女ソロ

- 1) 男子は右足を右へ・女子は左足を左にステップし、反対足をスイングするように持ち上げ (ct1) その足を軸足前に交差してステップ (ct2) 両足の爪先に体重を乗せ男子右回り・女子左回りに1回転し、男子左足・女子右足に体重を乗せて反対足を持ち上げるように抜く《右図》(ct3,4) その足から逆LODへ3歩あるき、4歩目をクローズ・スタンプする (ct5~8)
以上を逆足でLODへ行う (ct9~16)



- 2) 男子は の1)の回転しないプリシャド力を左・右と行う。

女子は の1)のトー・ヒール・キックを両手腰に取りパートナー向きのままで右・左と行う (ct1~8)

- 3) 右肘をかけ合い、左手は肩の高さで横に伸ばし、早いウォーク 6歩で CW に1回転し (ct9~12) 更に2歩でポジションを解いて男子はパートナーを右側にしたシングル・サークルになり全員で連手し、円心を向く (ct13~16)

. サークル左、パートナーと回転

- 1) つないだ連手を肩の高さに保ち、ランニング・ステップ 32歩で左《逆LOD》へ進む (ct1~32)

- 2) 連手を解き、パートナーとハンガリアン・ターン・ポジションに組んで、

早いウォーク 32歩で CW に回転するが最初はゆっくり、だんだん加速を

つけて早い回転でまわり、最後円外向きでオープン・ポジションになって

男子左手・女子右手を斜め上に上げ、外足を斜め前に出してポーズ (ct1~32)



- 以上 -

《留意点》

レコード資料を基に作成したが、現在踊られている踊り方と違うところがいくつかあり、それらを修正している。

図はレコード資料 (NF) を引用した。