

Учреждение образования  
«Белорусский государственный университет культуры и искусств»

Факультет белорусской традиционной культуры и современного искусства

Кафедра хореографии

СОГЛАСОВАНО  
Заведующий кафедрой  
С.В. Гутковская

\_\_\_\_\_ 2019 г.

СОГЛАСОВАНО  
Декан факультета  
А.В.Сурба

\_\_\_\_\_ 2019 г.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС  
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

**ДЖАЗ ТАНЕЦ**

для специальности

1-17 02 01 Хореографическое искусство (по направлениям),  
направления специальности

1-17 02 01 10 Хореографическое искусство (современный танец)

Составители:

Михайлов Н.М., Каминский М.В.

Рассмотрено и утверждено  
на заседании Совета университета 22 ноября 2018 г.  
протокол № 3

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>СОДЕРЖАНИЕ</b> .....	<b>2</b>
<b>1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА</b> .....	<b>3</b>
<b>2. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ</b> .....	<b>5</b>
2.1 Тематика лекционных занятий.....	5
2.2 Конспект лекций.....	5
<b>3. ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ</b> .....	<b>42</b>
3.1 Тематика практических (лабораторных) занятий .....	43
3.2 Задания и методические рекомендации к практическим занятиям.....	46
3.3 Тематика индивидуальных занятий.....	71
<b>4. РАЗДЕЛ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ</b> .....	<b>73</b>
4.1 Перечень вопросов к экзамену (зачету) .....	73
4.2 Перечень теоретических вопросов для проведения экзамена.....	73
4.3 Критерии оценки результатов учебной деятельности студентов .....	75
4.4 Задания для контролируемой самостоятельной работы.....	77
<b>5. ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b> .....	<b>79</b>
5.1 Учебная (типовая) программа.....	79
5.2 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	102
5.3 ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ .....	104

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Концептуальная основа УМК отражает современные достижения в исследовании природы создания, наполнения и передачи посредством движения информации в контексте тела-объекта, без сохранения тесной связи с традициями классического, народного, эстрадного хореографического образования. УМК «Джаз танец» ориентирован на развитие личности обучающегося хореографа на основе усвоения универсальных учебных действий, включающих в себя навыки и практику исполнительской деятельности, обширные знания и платформа к созданию хореографических композиций, умения передавать накопленный материал с максимальной эффективностью результата.

Методологической основой нового комплекса является системно-деятельностный подход. В этой связи практические задания к занятиям направлены на включение студентов в учебно-сценическую, экспериментально-исследовательскую, лабораторно-перформативную деятельность и выстроены в систему, позволяющую строить процесс обучения как двусторонний:

- обучение как средство формирования универсальных учебных действий и личностных качеств, студентов будущих исполнителей, исследователей, хореографов, педагогов;
- обучение как цель - получение знаний в соответствии с компетенциями и требованиями к результатам освоения основной образовательной программы.

УМК обеспечивает доступность знаний и эффективное усвоение программного материала, развитие личностных качеств студента, как исполнителя, перформера, исследователя, хореографа с учетом направления специальности. При наличии множественных практических заданий, особое место в УМК «Джаз танец» уделяется формированию духовно-нравственных ценностей автора пространственного, сценического произведения, исследователя, знакомству с хореографическим наследием. В УМК включены задания для самостоятельной, парной и групповой работы, проектно-исследовательской деятельности, а также материалы, которые можно использовать во внеаудиторной работе.

Основной целью УМК «Джаз танец» является предоставление учебных материалов для всестороннего освоения учебной дисциплины. В результате у

студентов должны быть сформированы навыки исследования, создания и исполнения перформативной, танцевальной лексики как формы психофизического взаимодействия со зрителем, партнером, учеником в рамках невербального хореографического диалога, отраженного в разработанном постановочном, импровизационном, экспериментальном опыте.

Основными задачами УМК «Джаз танец» являются:

- сократить время на поиск малодоступной практико-ориентированной литературы,
- предусмотреть возможность ошибки в анализе аналогичных, но неверных версий заданных аудио-, видео-материалов,
- предоставить оригинальные учебные материалы в полном объеме, без сокращений, которые искажают алгоритм выполнения исследования или целевые установки эксперимента.

## 2. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

### 2.1 Тематика лекционных занятий

1. Педагогическая и творческая деятельность Марты Грэм.
2. Методология и теоретические аспекты техники;
3. Педагогическая и творческая деятельность Лестера Хортона.  
Теоретические аспекты техники.
4. Мэтта Маттокса, Элвина Эйли.
5. Методология и теоретические аспекты техники Бобба Фосси.
6. Методология и теоретические аспекты джазовых техник.
7. Системный анализ хореографического произведения по Р. Лабану.
8. Методология и теоретические аспекты пластического языка гага О. Нахарина

### 2.2 Конспект лекций

#### Лекция 1. Педагогическая и творческая деятельность Марты Грэм

Марта Грэм (Martha Graham) родилась 11 мая 1894 года в Америке. Она прожила долгую, насыщенную жизнь и ушла из жизни в возрасте 96 лет, в 1991 году. Многие историки сравнивали ее вклад в искусство 20 века с тем, что сделали для него Пикассо, Нижинский или Стравинский. Если в Европе победоносно шествовали «Русские сезоны» Дягилева, то в Америке этими «Русскими сезонами» была она. Бывает, что хореограф – довольно плохой исполнитель, а композитор – не в силах сыграть в полную мощь свое сочинение, но в случае Грэм все было не так: помимо своего постановочного таланта, она радовала не одно поколение своим исполнительским талантом, исполняя главные женские роли в своих балетах. Жгучая брюнетка с ярко накрашенными губами и густо подведенными глазами – Марта Грэм вплоть до самой старости сохраняла свою возвышенную красоту, и оторвать глаз от ее героинь было невозможно.

В танец Марта Грэм пришла довольно поздно, ей было около 20 лет – это тот возраст, когда карьера классической балерины уже набирает обороты. Но классический балет не привлекал ее, она считала этот мир полным условностей и запретов. Ей был интересен более свободный, настоящий танец. Когда ей было 17 лет, она увидела выступление дивы нового танца в Америке – Рут Сен-Дени. Но только спустя 5 лет она поступила в школу Сен-Дени «Денишоун», где, вопреки ожиданиям, совершенно не имела

успеха. Довольно пухлая, небольшого роста, к тому же брюнетка, что было далеко от идеала той эпохи, да еще и без опыта в хореографии, Марта Грэм так и не смогла выбиться в любимицы Сен-Дени. Педагоги ждали от нее лиричности, но это было совершенно не про нее, а вот муж Сен-Дени, Тед Шоун, сумел разглядеть в неординарной брюнетке искру, харизму и мощную энергию, чего ему, как хореографу, так не хватало. И он придумывает для нее танец «*Xochitl*», где позволяет ей продемонстрировать свою «экзотическую личность и свирепость черной пантеры».

Становится совершенно очевидным, что двум личностям такого масштаба в одной труппе слишком тесно, тем более, что Рут Сен-Дени и сама нескромно себя называла, и осталась в истории как «первая леди американского танца-модерн». Единственной танцовщицей, которую она признавала (но все же ставила на второе место после себя) была Айседора Дункан. Но, так как Дункан, в основном, была понята и принята в Европе и даже в далекой России, то никакой конкуренции Сен-Дени она составить не могла. А Марта Грэм могла и составила.

В 1926 году Марта создает свою собственную труппу – Martha Graham Center of Contemporary Dance, которая вплоть до 1938 года состояла только из женщин. Грэм размышляет о роли женщины в социуме, в жизни мужчины, в судьбе своей страны. Она вообще была патриоткой: столько постановок на исторические темы из жизни простых американских людей не ставил никто – ни до, ни после нее. Например, ее «Граница» рассказывает о женщине, охраняющей свой кров. А «Еретичка» рассказывает о борьбе женщины с нетолерантностью и закрытостью масс.

Но самой известной работой того периода являлся «Плач» 1930 года, который вдохновил многих артистов, от хореографов до фотографов, на создание своего прочтения образа танцовщицы. В ней сама Грэм – как застывшая скульптура, пытающаяся вылезти из своей кожи, из своей роли женщины, которую навязывает ей общество. Она практически не танцует, а просто двигается, сидя на скамейке, но взгляд оторвать невозможно. Этот образ настолько яркий, что стал ее своеобразной визитной карточкой.

Постепенно «женские» темы стали себя исчерпывать, а повторяться в искусстве – это подписать себе смертный приговор, особенно в Америке, где ты должен быть всегда на виду, иначе про тебя молниеносно быстро забудут. И она предпринимает вполне закономерный шаг: в 1938 году она берет в свою труппу двух мужчин. Оба сыграют огромную роль: Эрик

Хоукинс станет ее мужем, а Мерс Каннингем станет самым главным нарушителем и разрушителем устоев, привычного и красивого.

Каннингем и по сей день – единственный и неповторимый, как бы банально это ни звучало, и неприятный ему опыт работы у Грэм дал ему необходимый толчок к своему искусству, которое так на нее не похоже. Как бы то ни было, с приходом двух высоких, прекрасно сложенных красивых мужчин, Грэм обогатила свой репертуар новыми сюжетами. В известной постановке Грэм «Appalachianspring», можно найти «танцующего» Каннингема, танцующего не найдете, он там весь спектакль стоит как истукан, но стоит красиво. Может, то, что он в труппе Грэм был на вторых ролях после Хоукинса, и сподвигло его на уход из труппы, но будем благодарны Грэм: не разозли она его, не знали бы мы, на что способен этот талантливый хореограф.

В «Appalachianspring» героиня Грэм – молодая боязливая жена, переехавшая со своим мужем в новый дом, который им вместе придется и строить. Тут и надежды, и опасения, и защита своей территории, и любопытство, но главное – что героиня Грэм тут очень человечная и живая. Для Грэм нетипичны слабые героини. Она всегда искала персонажей, которые близки ей по духу, и которые было бы интересно сыграть на сцене. Свое вдохновение она нашла в древнегреческой мифологии: ее Медея («Cave of the heart»), Иокаста («Night journey»), Ариадна («Errand to the maze»), Клитемнестра («Clytemnestra»), Федра («Phaedra»), или Гекуба («Cortege of eagles») подчеркнули уникальность ее таланта и остроту ее ума. Практически все эти героини в значительных текстах древнегреческих авторов были второстепенными персонажами: никто не задумывался о том, какова была трагедия матери Эдипа, как Иокасте пришлось жить с осознанием всего того ужаса, что она натворила, и того, что жизнь потом натворила с ней – ее чувства Софоклу не важны. Но Грэм выводит этих героинь на первый план. Она рассказывает их историю: историю матерей, похоронивших своих детей, совершивших ужасные поступки, жен, пожертвовавших всем ради любви. В 73 году она рассказывает историю Гекубы, той самой Гекубы, матери Париса и Гектора, которые пали при взятии Трои. Она словно воздает дань уважения этим сильным женщинам, которые в литературных произведениях всегда оставались в тени героев-мужчин, но испытания, которые выпали на их долю и которые им пришлось вынести, порой требовали большего мужества.

Она создала свою собственную танцевальную технику, которая носит ее имя, и является по сей день основополагающей в танце-модерн. Без «техники Марты Грэм» не вырастает ни один профессиональный танцовщик. Она была первой, кто попытался структурировать движения в некую систему, что до нее не сделали ни Дункан, ни Сен-Дени. Основу ее техники, «**contraction-release**» – «сжатие и расслабление», танцовщики пытаются постичь годами.

Ее труппа – Martha Graham Dance Company – существует до сих пор, и не просто «доживает на угасающей славе великой Марты», а продолжает усердно работать и имеет огромный успех. Почти все ее основные постановки до сих пор стоят в репертуаре, а все старые и неактивные – зафиксированы и не потеряны. Про нее продолжают писать книги, хотя с того момента, как ее не стало, прошло уже более 20 лет, и что самое удивительное – книги эти не про ее бурную личную жизнь и скверный характер, а про новые попытки интерпретировать ее творчество и вклад в мировое искусство.

Марта Грэм первая показала Америке, что неклассический танец может быть интеллектуальным, она расширила горизонты танца, она была единственной, кому удалось успешно совместить в своей жизни исполнительскую, постановочную и педагогическую деятельность.

## Лекция 2. Методология и теоретические аспекты техники

Техника Марты Грэм являлась очень смелой и не была ограничена общепринятыми традициями и стереотипами. Она начиналась с собственного красивого тела Грэм и экстраординарных движений, которые она исполняла. Эта техника танца была и является возможностью найти путь самовыражения через движение тела в танце, облик которого во многом составляет дыхание. М. Грэм нашла ответ на собственные вопросы, открыв новые движенческие возможности тела. Она проложила путь для создания собственной манеры танца, используя сжатие и расширение. Любое движение должно быть мотивировано внутренней жизнью танцора. Марта говорила, что когда внутренняя жизнь не развита, развивается «бесплодие», а недостаток мотивации приведет к бессмысленности движения, бессмысленное движение – к упадку. Это совершенно новый подход к физике движения, подчиненного дыханию и анатомическим изменениям при



дыхательном процессе. М. Грэм обнажила механизм движения – усилие и расслабление, тщательно скрываемые в классическом танце. Это стало важнейшими элементами ее техники, ее концепцией движения. Она говорила, что движение нужно не изобретать, а обнаруживать в себе. Марта Грэм использовала всевозможные способы пробуждения воображения, включая в уроки работу над сотней образов животных. Марта учила в свободной манере, полностью сконцентрировавшись на предмете. Каждый год в классы добавлялись новые движения.

М. Грэм как и все новаторы, подходила к изобретению движений, по-своему, философски. Её, в первую очередь, интересовала эмоциональная составляющая танца. Каждое движение она проживала, и этому же учила танцовщиков в своей труппе. Она учила наблюдать, созерцать и чувствовать все, что происходит снаружи и внутри танцовщика. Главной отправной точкой были чувства исполнителя. Подобный подход имеет место быть и по сей день, ведь раскрепостить танцовщика, заставить его чувствовать танец - является одной из самых важных и сложнейших задач. Танцовщик не всегда может выделиться одной лишь идеальной техникой. Ведь если отталкиваться от техники, то всегда есть куда расти, есть кому подражать. Чувства же всегда индивидуальны и присущи в своём проявлении лишь конкретному человеку.

В 40-е гг. в труппу стали приходить танцоры с классической хореографической подготовкой. М. Грэм, учитывая и используя классический танец, создала свою систему соотношения классического танца и собственной техники. Она была заинтересована в использовании классического танца для развития своей техники, объединив движения из классики с движениями, созданными ею.

На протяжении всей жизни Грэм, ее техника постоянно росла, расширялась и изменялась. Участники труппы помогали М. Грэм в создании и проведении классов и экспериментов, называя ее студию «храмом тазовых истин». Софи Маслова и Гертруда Шурр, будучи в компании Грэм, сделали практическое описание урока и создали подробную программу обучения. На практике эта программа имеет 4 уровня обучения и занимает около трех лет. Программа включает, помимо изучения техники Грэм, изучение музыки, композицию, обучающие семинары и выступления.

В технике Грэм класс начинается в партере. Далее следовали упражнения, стоя на коленях, упражнения со сгибанием коленей, которые

перерастали в серию движений для того, чтобы подняться с пола. Движения корпуса и рук выполнялись в положении стоя с использованием различных уровней. Далее в композиции урока использовались различные шаги, бег и прыжки по диагоналям класса и по кругу. Были введены новые образцы счета: замедленная четверть, двойной счет для ударного движения или счет третями для лирических движений. Изменение акцента и счета, смешение ритмов и неровная размерность стали привычными для танца модерн. Образцы 10 или 5 счетов тоже стали обычными. Танцоры должны были танцевать босиком. «Они должны прийти в класс и подготовить свои тела к работе. Школа – это дисциплинированное место, потому что там есть только одна свобода – это дисциплина», – говорила М. Грэм. «Я предпочитаю обучать своих студентов, начиная с возраста девяти лет. Я необъективна к наличию предшествующей тренировки и предпочла бы, чтобы это был балет. Есть вещи, которые должны быть знакомы: пятая позиция, например, далее – *pile*, использование различных поз тела, но только упорядоченных», говорила Марта Грэм.

### Лекция 3. Педагогическая и творческая деятельность Лестера Хортона.

#### Теоретические аспекты техники.

Лестер Ираделл Хортон родился в Индианаполисе, штат Индиана 23 января 1906 года. Его родителями были Ираделл и Поллианна Хортон. Его интерес к танцам был стимулирован его увлечением культурой американских индейцев после просмотра племенных танцев в «Шоу Дикого Запада». Он изучал индейцев Ирокезов и Красной реки, а также племена Пенобскот и Оджибва. Он изучал балет в течение двух лет с местным учителем в Индианаполисе, в это время он также брал уроки в художественном Институте Херрона и работал в малом театре Индианаполиса.

Выступление компании Denishawn оказало большое влияние на него. Хортон прибыл в Калифорнию в 1929 году, чтобы участвовать в постановке «Песня Гайаваты» Клары Бейтс, основанной на поэме Лонгфелло, в Аргус Боул, естественном амфитеатре в Игл-Роке. Он остался работать с скульптором Кэтлин Штуберг, с которой оставался близок всю свою жизнь. Они изготавливали восковые фигуры и изображали лица Хортона на витринных манекенах. Он предпочел работать в Калифорнии, а не в Нью-Йорке, который в то время считался центром современного танца.

В 1931 году Хортон создал свою первую сольную концертную хореографию «Военный танец Кутенай». В том же году его пригласили исполнить этот танец вместе с новой хореографией «Voodoo Ceremonial» на Олимпийских играх в Лос-Анджелесе. Его успеху можно прибавить приглашение выступить в Paramount Theatre. В 1932 году Лестер Хортон создал свою собственную танцевальную компанию под названием Lester Horton Dancers. Эта компания превратилась в то, что было не долгоизвестно как Lester Horton California Ballets (1934), а затем и Horton Dance Group (1934), просуществовавшая до начала 1944 года. После короткого перерыва Хортон создал Театр танца Лос-Анджелеса со своей давней ведущей танцовщицей Беллой Левицки; их партнерство закончилось, когда Левицки ушла в 1950 году. Последняя компания Хортона просуществовала до 1960 года под руководством Фрэнка Энга.

Чтобы финансировать свою школу и различные танцевальные коллективы, Хортон поставил ряд голливудских мюзиклов, начиная с Moonlight in Havana (1942), фильмов, таких как «Марин-Монтес», «Белый дикарь» (1943), были постановками компании Universal, которые не могли соперничать с бюджетной экстравагантностью MGM или Fox; самым заметным был «Призрак оперы» Артура Любина (1943). Танцоры Хортона также часто работали в клубах, в том числе Folies Bergère в Нью-Йорке и в театре и ресторане Earl Carroll в Лос-Анджелесе. Самые известные работы Хортона, которые он назвал «хореодрамами», - «Саломея» (которая создавалась Хортоном почти два десятилетия) и «Влюбленные».

Театр танца Лос-Анджелеса только один раз появился в Нью-Йорке, в последний год жизни Хортона. В то время Хортон сильно пил и был эмоционально и физически болен. По возвращении в Лос-Анджелес он переехал в дом на Малхолланд-драйв, где его посещали его родители и друзья.

Хортон умер от сердечного приступа у себя дома 2 ноября 1953 года. Элвин Айли ненадолго возглавил компанию после смерти Хортона, но в конечном итоге переехал в Нью-Йорк, где с 1969 года техника Хортона стала частью программного обучения студентов в Американском центре танца Элвина Эйли.

С момента смерти Хортона его танцевальная техника и хореография стали широко известны и практиковались. Наследие Хортона сохранилось через [www.lhdt.org](http://www.lhdt.org) Lester Horton Dance Theatre Foundation, Inc., который

посвящен сохранению и продвижению вкладов Хортона в качестве танцовщика, хореографа и педагога. Кроме того, различные танцевальные компании, такие как Joyce Trisler Danscompany, сосредоточены на технике Хортона, а также Американский театр танца и школа Элвина Эйли.

Техника Хортона – это базовая современная танцевальная техника модерн танца, известная эффективностью упражнений для силы, растяжения и укрепления человеческого тела. Цель Хортона состояла в том, чтобы создать технику танца, которая была анатомически обусловлена, и использовала максимально широкий диапазон движения, с акцентом на большие, полные движения, сделанные на музыкальные фразы разной длины и динамики.

Хортон пытался создать танцевальную технику, основанную исключительно на упражнениях, созданных с помощью знания анатомии человека; метод, который исправит физические недостатки и подготовит исполнителя для любого типа танцев, которые тот, возможно, захочет исследовать; техника, имеющая все основные движения, которые управляют действиями тела, в сочетании со знанием происхождения движения и эстетическим чувством.

Базовый лексический модуль включает в себя: flat backs, primitive squat, descent and ascent, lateral stretches, release swings, leg swings and deep lunges. Акцентируется внимание на формы (положения, позы), которые используются во время класса в технике Хортона: the T positions, stagposition, cross lunge and cross balance. Техника Хортона создавалась через исследования возможностей качественного растягивания и укрепления различных областей тела. Многие упражнения базового лексического модуля, фокусируются на ахилловом сухожилии, мышцах живота и движениях, которые удлиняют позвоночник и связки подколенного сухожилия. Простые комбинации движений, включая вращения и прыжки, прививают музыкальность и динамику. Акцент на качество исполнения подчеркивается в самом начале обучения.

#### Лекция 4. Методология и теоретические аспекты техник Мэтта Маттокса, Элвина Эйли.

Маттокс родился в Тулсе, штат Оклахома, США и был протеже легендарного хореографа джазового танца Джека Коула, с которым он работал на Бродвее.

*Джек Коул* является основоположником концепции современного танцевального шоу, известной как «театральный джазовый танец». Он создал сплав джаза, этнического танца и классического балета, который является доминирующим стилем в современных мюзиклах, кинофильмах, телевизионных рекламных роликах и музыкальных клипах. Американский критик и искусствовед Мартин Готфрид назвал Коула самым влиятельным и известным хореографом Голливуда в послевоенный период. При этом его известность носила специфический характер: он был совершенно не знаком широкой публике, но среди коллег и профессионалов был легендой.

Коул сломал вертикально ориентированное тело классического европейского танца и создал эклектичный, но зрелищный и сексуальный стиль, сочетающий азиатские, африканские, латиноамериканские влияния, а также заимствования из комедии дель арте и даже из итальянского театра марионеток. Как режиссер, он стер границу между драматическим действием и танцем, существовавшую в те времена. Персонажи Коула могут вести диалог, танцуя, причем каждое движение будет подчеркивать ту или иную реплику. В тех кино номерах, где он не контролировал камеру и монтаж, мы, как минимум, видим его фирменный, графический рисунок танца с простыми, как правило, черно-белыми костюмами исполнителей и не отягощенным декорациями фоном - обычно желтого или красного цвета. Но в номерах, над которыми ему удавалось получить полный контроль, можно найти концептуальные визуальные решения и - нередко - сильный сатирический подтекст.

Парадигма бродвейского и голливудского мюзикла была изменена Коулом навсегда, равно как и представления о сексуальности в танце. Он воспитал целую обойму великих бродвейских звезд, многократных обладательниц премий «Тони», таких как Гвен Вердон, Чита Ривера и Кэрол Хэйни. Его последователи, в первую очередь Майкл Кидд и Боб Фосс, развили и творчески переработали его идеи, создав один из самых сложных и зрелищных видов эртертейнмента - бродвейский джазовый танец.<sup>1</sup>

*Мэтт Маттокс* – танцовщик-педагог-хореограф, который сильно повлиял на развитие джазового танца в Америке и Европе. Маттокс родился в 1921 году, получил хорошую классическую подготовку, прежде чем стать ведущим танцором в Голливуде с 1946 по 1953 год. В качестве танцора его главные достижения в кино включают в себя «Семь невест для семи

---

<sup>1</sup> Комм Д. *Бродвей - Голливуд. Джек Коул* (рус.). [Искусство кино](#), журнал (28.09.2013).

братьев», «Джентльмены, предпочитают блондинок», и «Грузовик с оркестром». Некоторые из его партнеров: Джуди Гарланд, Мэрилин Монро, Гвен Вердон и Джейн Рассел.

Именно семилетнее сотрудничество с Коулом позволило вырасти Мэтту из начинающего танцовщика до профессионального джазового танцора/актера/хореографа.

В биографии Мэтта есть хореографические фильмы и мюзиклы, но он больше всего известен как хореограф для телевизионных проектов 1950-х и 1960-х годов, в частности «The Bell Telephone Hour». Стиль движения Мэтта Маттокса – эклектичная форма, которая опирается на стиль Коула, модерн танец, этнические техники, фламенко, степ и собственные исследования Маттокса в балете. Он основан на личном убеждении Маттокса, что все формы танца основаны как на стимулировании (inspiration) так и на внутренней выразительности (expression). Мэтт обозначил свою потребность в полной свободе выражения, назвав свой стиль «фристайл».

Однако его достижения как педагога джазового танца значительно больше, поскольку Маттокс создал систему упражнений для обучения джазовых танцоров на начальной стадии танцевального джазового образования. Несмотря на то, что он не был единственным преподавателем, очевидно, что его метод обучения был самым сложным и наиболее четко интегрированным в концепции изоляции и полиритмичной основы джазового танца.

После четырнадцати лет успешной работы на различных сценах в Нью-Йорке, Маттокс переехал в Лондон и так же успешно проявил себя в английском джаз танце. Там он создал концертную танцевальную компанию «Jazzart», которую он в конце концов привез в Париж в 1975 году. Его техника хорошо известна и пользуется большим уважением во всей Европе.

Мэтт Mattox Freestyle Jazz Dance Technique – замысловатый, испытывающий исполнительские способности метод обучения движению, призванный дать исполнителю полное мастерство и контроль над танцевальными движениями. Маттокс использовал свою превосходную подготовку в классической технике и понимание стиля движения Джека Коула, чтобы разработать классную технику, основанную на балетном экзерсисе и упражнениях на изоляцию тела, которые были очень influentialными в обучении театральных танцоров в Нью-Йорке и Америке в период 1955-1970 гг. Европе и Скандинавии с 1970 года. Класс ментально и физически сложный, и требует развитие фокуса и концентрации, а также

свободы и расслабления в движении. Маттокс скончался в Перпиньяне, Франция, в феврале 2013 года в возрасте 91 года.

*Элвин Эйли* учился в школе Джорджа Вашингтона Карвера, затем поступил в школу Томаса Джефферсона. Он пел спиричуэлс в хоре, писал стихи и преуспевал в изучении иностранных языков. Несмотря на то, что он регулярно посещал спектакли «Линкольн-театра» и театра «Орфей», он не задумывался о танцах, пока в 1949 году его школьная подруга Кармен Де Лавалейд не привела его в студию Лестера Хортон. Уроки Хортон оказали большое влияние на Эйли, именно они заложили основы его танцевальной техник.

Первые два года Эйли скрывал от матери, что занимается танцами. В то же время, перспектива стать профессиональным танцовщиком не привлекала юношу: он учил романские языки в различных калифорнийских университетах, а также изучал творчество Джеймса Болдуина, Лэнгстона Хьюза и Карсон Маккалерс. В 1951 году ради продолжения учёбы он переехал в Сан-Франциско, где познакомился с Маргарит Джонсон. Создав дуэт «Ал и Рита», они вместе выступали в ночном клубе. Эйли также подрабатывал официантом и танцевал в клубе *New Orleans Champagne Supper Club*. В конце концов, он вернулся в Калифорнию и продолжил обучение в студии Хортон.

Начиная с 1953 года Эйли всё своё время посвящал занятиям у Хортон. Как и другие студийцы, кроме классического и современного танцев он изучал живопись, театр и музыку, осваивал создание декораций и костюмов. Войдя в состав труппы Хортон, он дебютировал в его постановке *Revue Le Bal Caribe*. В этот период он также снялся в нескольких голливудских фильмах.

В 1953 году Лестер Хортон неожиданно скончался и труппа осталась без художественного руководителя. Контракты требовали новых постановок, и, в отсутствие других желающих, место учителя занял Эйли. Несмотря на молодость и недостаток опыта (до этого он успел поставить всего один учебный танец), он приступил к постановке спектаклей, разработке декораций и костюмов, подбору танцовщиков и даже выступил режиссёром одного из шоу. Свою первую постановку, демонстрировавшую физическую силу Джеймса Труитта и красоту и актёрские способности Кармен Де Лавалейд, Эйли посвятил своему учителю.

В Нью-Йорке 1950-х Эйли не мог найти ничего подобного технике Хортон. Стиль Дорис Хамфри и Хосе Лимона его не устраивал, хореографию Марты Грэммон посчитал «странной и жеманной». Не найдя себе подходящей труппы, Эйли решил работать самостоятельно. В 1958 году он создал собственную танцевальную труппу – Театр танца Алвина Эйли, первое выступление которой состоялось 30 марта 1958 года.

В том же году он дебютировал в «Блюз-сюите». Еще одной из его ранних работ был спектакль «Откровение», который черпал вдохновение в афро-американской музыке его молодости. Блюз, духовные и евангельские песни сообщали об этом танцевальном пьесе. Согласно веб-сайту Американского танцевального театра Элвина Эйли, «Откровения» пришли из «кровавых воспоминаний» Эйли о его детстве в сельском Техасе и баптистской церкви.

Всё творчество Алвина Эйли проникнуто особым вниманием к культуре чёрного населения США. Его постановки отличаются эмоциональной насыщенностью и глубокая человечность. С огромным темпераментом, редкой убедительностью он рассказывает о наивной вере, о мечтах и радостях, о страданиях и долготерпении чёрного человека в Америке.

В своих работах хореограф активно использовал негритянский фольклор, джаз, спиричуэлс и госпел. Стремясь к целостному эффекту, он уделял пристальное внимание костюмам, освещению, гриму, эмоциональной выразительности исполнителей, нередко использовал декорации и различный реквизит для достижения нужного театрального эффекта.

Среди его ранних работ выделяется поставленная на блюзовую музыку «Блюзовая сюита» (1958), успех которой предопределил стиль хореографа.

Наиболее значимой и известной работой Эйли является балет «Откровения» (1960), который изначально задумывался как продолжение исследования негритянского музыкального и культурного наследия, начатого в «Блюзовой сюите». В 1969 году Эйли был приглашён в Американский театр балета для постановки балета «Река» на музыку Дюка Эллингтона. В 1971 году Эйли поставил танцевальное соло «Плач», посвятив его своей матери и всем чернокожим женщинам.

Всего для своей труппы Эйли поставил 79 танцевальных произведений.

В 1988 году Элвин Айли был удостоен награды Центра Кеннеди за его вклад в развитие национального американского искусство. Эйли умер в возрасте 58 лет 1 декабря 1989 года в больнице Ленокс-Хилл в Нью-Йорке. В



то время The New York Times сообщала, что он страдал от «терминальной кровопотери, редкого заболевания, которое поражает костный мозг и эритроциты». Позднее выяснилось, что Айли умер от СПИДа.

Несмотря на его безвременную смерть, Айли продолжает оставаться важной фигурой в искусстве через созданные им балеты и организации, которые он основал. Танцоры с Американским танцевальным театром Элвина Эйли выступали более чем для 20 миллионов человек по всему миру, и многие другие видели их работу через многочисленные телевизионные передачи.

#### Лекция 5. Методология и теоретические аспекты техники Бобба Фосси.

Боб (Роберт Луис) Фосси (1927-1987) уникален в танцевальном мире. Он стал брендом. Техника Фосси – это чистая история Америки: сочетание водевилей, стриптиза, волшебных шоу, ночных клубов, фильмов и бродвейских мюзиклов, основанных на социальном танце. С раннего детства Фосси знаком с бурлескными и ночными клубами, его стиль очень личный, в нем можно найти отсылки к творческому почерку Астера, Келли и Коула, он подпитывался бесконечным очарованием женщин, которые воспламенили его свободу выражения чувственного танца. Его отличительный стиль и танцевальная лексика совершенствовались с каждым шоу, пока он не присоединился к ряду лучших режиссеров-хореографов на бродвейской сцене.

Его стилизованная работа «от бедра», «шляпа-над-одним глазом» отличается своей экономичностью (сила одного жестов), юмором и не музыкальными ритмическими паузами (часто наряду с движением, он позволял танцорам разговаривать, писать и насмехаться над аудиторией или перед камерой). Все его танцы строятся от жестко контролируемого напряжения до широкого выражения свободы посредством танца. У Фосси все контрастирует: от быстрого до медленного, от маленького до большого, от сдержанного до взрывного. Он милый и пошлый, широкий и нежный, грубый и провокационный.

Ричард Кисланд в «A History of Show Dancing» пишет: «Идиома Фоссе носит явно городской вид, построенный на основе спирально вращающегося тела. Постоянная работа таза, волнообразные плечи, отклонения назад, изоляция тазобедренного сустава и повернутые внутрь ноги, служат экономии

движения, описывают суть этой идиомы. Здесь мало места для воздушных движений. Все это земное, физическое, акцентированное и сексуальное».

Маленький Бобби Фосси начинал счастливым танцующим пареньком в Чикаго, он кое-где брал уроки танца, однако его главным обучением стало впитывание всего, что он видел в кино и на живых представлениях в театрах и клубах Чикаго и окрестностей: «И когда я возвращался домой, я пытался повторить то, что я видел. Я не мог просить хореографа научить меня различным па, поэтому я стал делать собственные па» («Steam Heat» Боб Фосси).

Родившись в семье со старшими сестрой и тремя братьями, Фосси «не мог играть в бейсбол или другие спортивные виды, поэтому, чтобы привлечь внимание, стал танцевать» («Steam Heat» Боб Фосси). При поддержке родителей, которые любили балльные танцы, и всегда позволяли детям устраивать представления дома, в 13 лет он со своим одноклассником Чарльзом Грассом, создал дуэт «The Riff Brothers», они давали представления в чикагских театрах, ночных клубах, мюзик-холлах. В возрасте 15 он создал свой первый номер для ночного клуба (линия танцовщиц с веерами из перьев исполняет его в «That Old Magic») После окончания обучения в школе в 1945, Боб в качестве срочнотанцующего военно-морского флота США, служил в отделе по связям с сектором развлечений 18 месяцев, где выступал, режиссировал и ставил шоу, которые катались по миру. Как только вернулся в Чикаго, демобилизовавшись, Боб Фосси направился в Нью Йорк.

На кастинге к туру шоу «Call Me Mister» он встретил Мари Эн Найлз (1933-1987), талантливую, комическую танцовщицу, любимую в театральном сообществе, которая стала первой его первой женой. В качестве танцевального дуэта «Fosse and Niles» они появлялись на Бродвее, в престижных ночных клубах, на многих главных телевизионных музыкальных шоу. Женившись в 1947 году, они появились в злополучном бродвейском мюзикле «Dance Me a Song», где Боб встретил и был ослеплен Джоан МакКраккен (1917-1961), его следующей женой.

МакКраккен была умной, харизматичной и талантливой танцевальной актрисой, открывшей себя в «Oklahoma» Агнес де Миль, она стала проводником Боба в системном обучении и танцевальных тренировках, в то же время, вводя его в работы де Миль, Жоржа Баланчина и Жерома Роббинса. Так же Джоан настояла на обучении актерской игре у Дж. Ай. Билла в Neighborhood Playhouse со Стемфордом Мейснером и в комплексных

классах в American Theater Wing, где преподавались актерская игра, дикция, вокал, классический танец и танец модерн с Хосе Лимоном и Анной Соколовой.

В кино Фосси появился в 1953, замеченный скаутом кинокомпании MGM. Полагая, что он сможет следовать своему идолу Фреду Астеру, в кино Бобби видел себя «легкой танцующей звездой». Его называли «pretty» в молодости, хотя в кино его образ не был женоподобным. Его вокал высок и слегка сладковат, но когда он танцевал, это все вместе было мужественным образом. Он был не так элегантен, как Астер, не был «из рабочего класса», как Джин Келли и не был так заразительно смешон, как Дональд О'Коннор. В фильме «Kiss Me Kate» главный хореограф картины Гермес Пан позволил Фосси поставить свою сцену в номере «From this Moment On» с партнером Кэрол Хани, представив зрителю первый проблеск хореографии Фосси.

При поддержке Жерома Роббинса, являвшимся со-режиссером проекта и гарантом качества, Фосси получил возможность поставить свой первый мюзикл на сцене: «The Rajama Game» (1954). «Сотрудничество с Роббинсом, как отмечал позднее Фосси, несколько часов наблюдения за ним, научило меня большему, чем весь мой предыдущий опыт... Я считаю, что это был поворотный момент в карьере хореографа. Я понял идею и теперь я видел, что я мог сделать, и что необходимо было сделать, и как этого добиться, и обо всем, это было нечто ценное, что оставалось со мной до конца моей карьеры» («Steam Heat» Боб Фосси).

Самым ярким номером шоу был номер «Steam Heat», исполненный тремя лучшими джазовыми танцорами своего времени: Хани, Базом Миллером и Питером Дженаро. Критик Стив Барнс в своей колонке в New York Post писал: «Это были своего рода механические движения, которые раньше мы не встречали и это было манерно, полный контроль танцоров, полный контроль сценарного пространства, практически полный контроль музыки. Он способен объединять все эти части воедино. Манерность стала искусством». Трио фигур без четкой гендерной принадлежности, в узких черных костюмах (с подкасанными штанинами, а-ля Джин Келли), черных котелках и белых перчатках, хлопали и воспроизводили звуки голосом, двигаясь синхронно. Этот номер принес Фосси его первую премию Тони в категории хореография.

Далее его пригласили поставить хореографию в мюзикле «Damn Yankees» (1955), который свел Бобби с его главной музой и следующей

женой, Гвен Вердон (1925-2000). Эта ярко рыжая легенда американского музыкального театра, непревзойденный пример стиля Джека Коула, которой пришлось время помочь сформировать Фосси стиль собственный, позднее описанный Энн Рейнкинг: «Он элегантный и очень фанковый одновременно. Он хрупкий и так же очень жесткий. Он невесомый. Он чувственный и очень остроумный, это те качества, которые Боб так любил в Гвен... Он говорил, что она была очень чувствена, однако в ее глазах всегда был озорной блеск и готовность подмигнуть».

Вердон принесла ему наивысший успех на сцене, участвуя в мюзиклах, на нее поставленных. Она обучала и ассистировала ему и, в конечном счете, она была с ним в момент его второго и последнего сердечного приступа на улице в Вашингтоне 23 сентября 1987.

В кино версии «Damn Yankees» в 1958, Фосси появился в одном из своих самых известных номеров «Who's Got the Pain» – дуэт с Гвен, вдохновленный стилизованным мамбо Джека Коула. Он продолжал ставить успешные номера для Вердон: «New Girlin Town» (1957), «Redhead» (1959, премия Тони), «Sweet Charity» (1966, премия Тони). Помимо культовых произведений, которые он создал для Гвен («If My Friends Could See Me Now», «I'm a Brass Band»), были номера «Hey, Big Spender» и «The Rich Man's Frug», которые буквально состоят из лексического языка танцевального словаря Фосси. В «Hey, Big Spender» нарушено традиционное сценическое пространство, танцоры появляются из глубины темной сцены, располагаясь вдоль опущенной к оркестровой яме штанкеты, лицом к аудитории, в позах напоминающих зомби, с завернутыми внутрь коленями и стопами, с руками и лицами, как у «сломанных кукол», разрушив четвертую стену, заглядывая прямо в глаза аудитории. Другой «шоу-стоппер» (номер, который останавливал шоу аплодисментами), "The Rich Man's Frug", был просто ловким, резким и сатирическим номером, вскрывающим атмосферу жизнерадостных, но манерно уставших обитателей дискотек шестидесятих годов.

С накоплением опыта в режиссуре и актерской игре, Боб стал нанимать танцоров, которые могли играть и обладали индивидуальностью в танце, образе и физикальности, используя различные индивидуальности, создает скорее группы характеров, а не «танцевальный хор». В начале репетиции он предлагал танцорам незатейливый социальный танец определенного периода и просил их использовать свой любимый реквизит, выбирая из боа, веера,

шляпы, трости или любого другого, что помогало бы подчеркнуть их индивидуальность. Марджери Беддоу в своей книге вспоминала о его методах придать танцовщице подтекст: «он говорил такие вещи, как «теперь чувствую себя толстой девушкой, танцующей эти движения» или «эта поза имеет то же чувство, будто красотка позирует в знаменитом календаре» или «теперь ты девушка в мелодраме, умоляющая спастись». У каждого движения была мысль: «Вы не можете быть хорошим танцором, если вы плохой актер. Иначе это походит на анимированные обои». Позже, Фосси часто повторял цитату, написанную в офисе своего педагога по актерскому мастерству Стэнфорда (Сэнди) Мейснера: «Не просто говори что-то, просто будь там». И я понял, что не большое движение, деталь, часто воздействуют сильнее, чем активный танец». (Bob Fosse – A&E Biography).

В 1962 Фосси в числе нового поколения режиссеров-хореографов: Жерома Роббинса, Говера Чемпиона, Майкла Беннета, Томи Тюна, создали классическую форму бродвейского мюзикла, объединив танец, партии, сценографию и свет. Теперь на сцене стали доступны некоторые художественные приемы кино, такие как переходы между сценами через перекрестное затухание, растворение и даже крупный план. На следующий уровень в качестве режиссера Фосси вышел с картиной «Sweet Charity» в 1969, а следующий его фильм «Cabaret» принес Оскара за лучшую режиссуру, продолжая совмещать с бродвейскими сценарными мюзиклами: концептуальный мюзикл «Pippin» (1972), музыкальный водевиль «Chicago», новые музыкальные шоу «Dancin» и «Big Deal». Фильмы «Lenny» (1974), «All That Jazz» (1979), «Star'80». Он оставил после себя личную иллюстрацию стиля Фоссе, сыграв эпизодическую роль в фильме Стэнли Донена «The Little Prince» (1974), и заглянул в его жизнь и демонов с автобиографической «All That Jazz» в 1979 году. На телевидении Фосси не работал с 60х, однако после успеха Лайзы Минелли в его работах в кино, он в качестве со-автора, со-продюсера, хореографа и режиссера создал телевизионную концертную версию «LizawithaZ».

Стремясь иметь больший контроль над своими проектами, начиная с «Pippin» (1972), Фосси задумывает и пишет шоу сам. Он взял простой литературный сюжет, совместил это с мягкой рок-партитурой и представил шоу как «концептуальный мюзикл». Во вступительном номере, «Magic To Do», перед публикой предстает группа «демонических игроков-неудачников», появляющихся на сцене в виде парящих голов и кистей на

фоне светлого занавеса, погруженные в дым, представляют историю. В этом шоу поочередно сменяли друг друга «магическое шоу», «шоу менестрелей» и «готическое шоу чудес», «игроки» появлялись и исчезали из темноты, взбираясь вверх по конструкциям стен на авансцене, размахивали огнем и поддразнивали главного героя представления – зрителя. Это шоу было посвящено последней музе Фосси, Эн Ренкинг, которая была в составе и привнесла в представление балетные тренировки и свои длинные ноги от ушей, добавив масштабность, тонкость, текучесть и точность в палитре движений стиля Фосси.

Боб Фосс всегда опережал свое время. Все еще вдохновляясь работами из шоу-бизнеса прошлого (девушки Басби Беркли с веерами, окружающие умирающего человека на больничной койке в «All That Jazz», военный совет, изображенный как шоу менестреля в «Pippin»); он постоянно раздвигал границы, чтобы его работа, представленная сегодня, казалась свежей. Когда фильм «Cabaret» только вышел на экраны, критики отмечали в нем скорую редактуру и переходы в сценах подобные на переходы в рамках реального сценарного пространства, приемы, которые стали образцом для современных кинематографических мюзиклов, таких как «Moulin Rouge» (2001) Боя Лермана и «Chicago» (2002) Роба Маршала. В 1979 «All That Jazz» был принят лишь как попытка Фосси скопировать автобиографическую «8 ½» Федерико Феллини, в то время как первая сцена «On Brodway» была отмечена как «бешеная съемка и музыкальным клипом». Эротизм в сцене «Air-Otica» привел цензурных критиков в бешенство, в то время как современные youtube зрители называют ее: «самый красивый танец, когда-либо созданный». И сатирическому мюзиклу «Chicago», основанному на пьесе о двух убийцах, ставших известными и знаменитыми, после которого зрители уходили из театра с отвращением, а газетные критики его называли «отвратительным» и «аморальным», потребовалось три десятилетия прежде чем зрительское восприятие отвратительного, в форме звезды реалити-шоу, позволило принять эту историю.

Стиль Фосси был систематизирован, насыщен, он поддерживается семьей (его вдова Гвен Вердон и дочь Николь), бывшими помощниками (Чет Уокер, Кэтрин Доби, Грасиэла Даниэль) и его последней музой (Эн Ренкинг). Работа в стиле Фосси подробно описывалась в выпусках «Dance Magazine» и «Dance Spirit» для начинающих танцоров из круга своих читателей. Хотя Боб Фосси совмещал в своей работе множество стилей – степ (tap), степ в мягкой

обуви (soft-shoe), народный (ethnic), характерный (character), бальный (ballroom) и классический – движение должно быть усечено, силуэты резко обрезаны белыми перчатками, шляпами, одеты в черное, эти части композиции делали стиль Фосси ощутимым. Его работа по-прежнему упоминается и «сэмплируется» в современных музыкальных клипах, фильмах и рекламных роликах. На телевизионных шоу, таких как «So You Think You Can Dance» танцы ставятся и представляются как «Fosse/Jazz», на танцевальных классах по всему миру «Fossestyle» преподают бывшие танцоры Фосса, его ассистенты, и просто фанаты.

## Лекция 6. Методология и теоретические аспекты джазовых техник.

Джазовый танец – это собирательный термин, который может относиться к нескольким смежным стилям танца, связанным через общие корни, таким как: степ, балет, джазовая музыка и афро-американские ритмы и танцы.

Разновидности джазового танца отражают разнообразие американской культуры. Джазовый танец отражает социальную историю американского народа, отражающую этнические влияния, исторические события и культурные изменения. На джазовый танец большое влияние оказал социальный танец и популярная музыка. Но, как и многое «из Америки», история джазового танца начинается где-то в другом месте.

Истоки джазовой музыки и танца встречаются в ритмах и движениях, привезенных в Америку африканскими рабами. Стиль африканского танца - приземленный: низкий, колени согнуты, пульсирующие движения тела подчеркнуты изоляцией тела и ладонями рук. Будучи рабами, доставляемыми в Америку по принуждению, начиная с 17 века, африканцы из многих культур были отрезаны от своих семей, языков и племенных традиций. Результатом стало смешивание африканских культур, которые создали новую культуру, как с африканскими, так и с европейскими элементами. Закон о рабстве 1740 года запрещал рабам играть на африканских барабанах или заниматься африканскими танцами, но это не подавило их желания цепляться за эти малые части своей культурной самобытности. Ритмы и движения африканского танца: топание ног и постукивание, хлопки ладонями и ритмические вокальные звуки были сотканными в то, что мы теперь называем джазом.

В 19-м веке, белые американцы решили, что им нравится музыка и танцы создаваемая рабами. В представлениях (minstrel show)<sup>2</sup>, белые артисты пародировали концепции рабской жизни и популяризировали африканский стиль танца и музыки. С белыми танцорами в качестве звездных исполнителей минстрель-шоу и водевилей черным танцорам было трудно получить место в составе танцевальной труппы. Из-за этого многие черные исполнители мигрировали в Европу, где они представили новые формы джазовой музыки и джазового танца. В Европе эти талантливые и инновационные исполнители были более тепло приняты, чем в Америке. Минстрель шоу эволюционировало и в конечном итоге впиталось в музыкальную комедию 20-го века.

В конце 1920-х годов джаз-музыка Dixieland с быстрым ритмичным темпом распространилась из Нового Орлеана в Чикаго и Нью-Йорк. На развитие джазового танца напрямую повлиял этот музыкальный жанр. В 1923 году был представлен чарльстон и американцы быстро его приняли. В чарльстоне танцоры впервые использовали изоляцию тела в социальных танцах, хлопанье ладонями и отчеканивание ритма ногами это все было прямой ссылкой на африканское происхождение. Это была также эпоха Билла Робинсона, черного степ танцовщика, который достиг мировой славы благодаря чистым и ясным ритмам ног. Ранние формы степ танца эволюционировали от ирландского джиги, который включал ограничение движений верхней части тела. По мере того как движения танца степ стали более свободными, легкость стиля Робинсона повлияла на будущее танца степ, изменив расположение рабочей поверхности ступней от полной стопы, до подушечки ступни. Билла Робинсона видели на Бродвее, в голливудских фильмах, и в шоу, с которыми он гастролировал по стране.

Во время депрессии 1930-х годов, люди участвовали в танцевальных конкурсах в надежде выиграть денежный приз. Звучание джазовой музыки начало меняться из-за «симфонического джаза» Пола Уайтмена. Он привнес полную оркестровку в свою музыку и сделал синкопу<sup>3</sup> частью каждой песни, которую он играл. Музыка черных американских групп Дюка Эллингтона и

---

<sup>2</sup> Минстрель шоу - популярное представление с песнями, танцами и комичными диалогами весьма стилизованных персонажей: черных рабов, исполняемых белыми актерами загримированных под черных. Оно развивалось в США в начале и середине 19 века. Большая часть была в водевилях, где загримированные белые исполнили песни и танцы черных для восхищенной белой аудитории.

<sup>3</sup> Синкопирование делает акцент или ударение на слабую долю. Это добавляет неожиданности и непосредственности джазовому танцу.



Луиса Армстронга породила музыку свинг. «Эра свинга» также называлась «Эра Биг-Бэнда», породила известные танцы, такие как линди-хоп и буги-вуги. В 1920'е, Фред Астер был важной частью мюзиклов на Бродвее, но в 1933 году, когда мюзиклы стали популярны в Голливуде, он стал ведущим человеком для кино-мюзиклов. Астер создал уникальный танцевальный стиль, который привнес элегантность в образ танцовщика. Он смешивал воздушные движения балета с резкостью джазовых движений и был первым танцором в то время, который танцевал каждую музыкальную ноту так, что ритмический рисунок музыки отражался в танцевальных шагах.

Когда только социальный танец достиг высоты своей популярности, Вторая мировая война положила ей конец. Отсутствие посещаемости, а также замысловатые ритмические образцы современной джазовой музыки, которые были слишком сложными для социальных танцев, привели к закрытию танцевальных залов и бальных залов. С окончанием существования как социального танца, джазовый танец начал развиваться как форма профессионального танца. В 1940-е годы на джазовый танец находился под влиянием балета и модерн танца. Смешивая классическую технику балета с естественным телесным выражением модерн танца, джаз танец впитывал и развивал усложненные требования к качествам артиста. В отличие от раннего джазового танца, который исполнялся талантливыми артистами без формальной подготовки, современный джазовый танец исполняли профессионалы, имеющие опыт в классическом и модерн танце.

Именно в это время человек, который позже стал известен как «Отец театрального джазового танца», Джек Коул, был занят разработкой своей техники. Джек Коул изучал модерн, классический и этнический танец, был студент в Denishawn и сделал хореографическую работу на сцене ночного клуба. В 1940-х годах был серьезный спрос на группы обученных танцоров в кино, и Джек Коул был тем, кто начал развивать этих обученных джазовых танцоров для голливудских мюзиклов. Кроме того, в это время Джин Келли начал делать свой образ танцора в голливудских мюзиклах. Его влияние на джаз было в его индивидуальности, энергичном танцевальном стиле, сочетающим спортивные, гимнастические качества с джазом и степом.

В течение 1950-х годов рок-н-ролльная музыка, которую уже много лет играли черные музыканты на данный момент, стала популярной среди подростков, и поэтому для этого типа музыки были созданы новые виды социальных танцев. В течение этого десятилетия влияние латино-

американская музыка и танцы обогатили джазовый танец, как это было видно на примере знаменитой, поворотной «West Side Story», поставленной Джеромом Роббинсом. Именно в это время Мэтт Мэттокс, который был танцором стиля Джека Коула во многих голливудских мюзиклах, начал развивать свое собственную технику и исполнительский стиль. Он был еще одним танцовщиком, который изучал балет, модерн и степ. Мэтт Мэттокс продолжал преподавать танцы в Нью-Йорке много лет, прежде чем переехать в Европу в 1970-х годах и развивать свою школу и стиль, основываясь на том, что он называет «Freestyle», хотя многие люди по-прежнему называют его преподавателем джазового танца и хореографом.

С 1960-х годов появился твист, столь же легкий для исполнения, ночное увлечение, которое вернуло взрослых на танцпол социальных танцев. В этот момент мотаун<sup>4</sup> стал новым горячим музыкальным увлечением. Он вышел из Детройта, и музыкальные группы представляли хореографические номера, в основном выполненные Чарльзом «Чолли» Аткинсом. Эта идея, когда ведущий певец был освещен впереди, тогда как певцы бэк-исполнители совершали хореографические ходы, была новой и приписывается г-ну Аткинсу, который был приглашен в Мотаун, чтобы работать с этими группами и дать им единообразный образ на сцене. Его работы можно увидеть в группах компании Motown, таких как The Supremes, Smokey Robinson и Miracles, и The Temptations. На танцполе в клубах, как и сегодня, люди копировали те танцевальные шаги, которые делали исполнители, которые, в свою очередь, популяризировали этот стиль танца. Он проходил в 70-х, 80-х и 90-х годах в таких группах, как En Vogue, The Jacksons, Back street Boys, N'Sync, и по-прежнему силен сегодня во всех хореографических постановках вокала, где вы видите, где у солиста есть поддерживающие его танцоры.

В 1960-е годы, возникло два имени среди рядов профессиональных хореографов джаз танца: Луиджи и ГасДжордано. Луиджи разработал свою технику начав реабилитацию травмы, полученной в результате автокатастрофы, что оставила его парализованным на правую сторону. Врачи утверждали, что он никогда не будет ходить, но он продолжал выполнять

---

<sup>4</sup>Мотаун - музыка выпущенная или напоминающая записи звукозаписывающей компании Tamla Motown. Первая звукозаписывающая компания в США принадлежащая черным, Tamla Motown была основана в Детройте в 1959 году Берри Горди и имеет важное значение в популяризации соул-музыки, продюсированию музыкантов, таких как The Supremes, Stevie Wonder и Marvin Gaye.

операции, физическую терапию и собственное исследование развития тела, основанное на танцевальных упражнениях, и, в конечном итоге, смог не только снова ходить, но и танцевать и учить. Техника, которую он разработал, находится под влиянием балета и очень лирична. Его техника требует, чтобы тело проявлялось максимально полно, чтобы была развита сила, с необходимыми для этого контроля мышцами, но все же она выглядит красиво. Стиль Гуса Джордано классический, но сильно зависит от естественных и более свободных движений тела модерн танца. Его техника учит изоляционным движениям, подчеркивая голову и туловище и создавая воздушность и выглядит элегантно. Йога включена в технику Джордано как средство расслабления.

В 1970-х годах Боб Фосси стал главным именем джазового танца. Он выступал на Бродвее и в фильмах, но его истинный успех был в качестве хореографа. Его работа включает фильмы «All That Jazz» и «Sweet Charity», бродвейский хит «Dancin» и телевизионную версию «Liza With Z», среди многих других известных произведений. Он поставил мюзикл «Chicago» в 1975 году. Стиль Фосси был уникальным, он был очень креативным и часто включал странные движения, он был мягкий, эротический и интенсивный. Он был феноменом одного человека, стиль которого продолжали отмечать на Бродвейской сцене и в Голливуде в течение 1980-х годов.

В 70-х также видно влияние Джона Траволта, который способствовал популярности образу танцовщика. Однако, другое важное влияние на джаз танец пришло не от личности, а из места. Из гетто в окрестностях Нью-Йорка появился феномен танца, называемый брейк-дансом. Брейкдансинг это собирательный термин для описания всех форм современного уличного танца: брейкинг (breaking, специфические движения на или около пола); фристайл (freestyle, гимнастические элементы и акробатические подьёмы); электрик буги (electricboogie, текучие движения из одной части тела в другую); поппинг (popping, каждое движение стокатто) флоатинг (floating, шаги на подобие лунной походке, с ощущением скольжения по полу). Эти танцевальные стили могут отсылать к культурам Мали, Гамбии и Сенегала из западной Африки. Брейк данс возник не как развлечение, а как соревнование, позволяющее подниматься внутри дворовых компаний, как альтернатива войнам банд. В 80-х брейк дансинг вырвался из гетто в мейнстрим американского танцевального искусства. В этот же период джазовый танец еще больше расширил горизонты, сочетая танцевальные занятия с фитнес

подготовкой, чтобы сделать упражнения более увлекательными и дружескими. Результатом стал новый гибрид: аэробных танцевальных классов.

Самым выдающимся именем в музыкальном театре 1980-х годов был Эндрю Ллойд Уэббер, который провозглашает смещение фокуса бродвейского мюзикла из Америки на лондонскую сцену. Его музыкальные хиты: «Иисус Христос Суперзвезда», «Призрак оперы» и самый яркий мюзикл 1980-х годов «Кошки», с хореографией Джиллиан Линн. Джазовый танец в 1980-х годах получил огромный стимул к развитию от популярных фильмов десятилетия: «Fame» (1980), Flashdance (1983), Footloose (1984), «Staying Alive» (1983), «Breaking» (1984), «Dirty Dancing» (1987). Посещение танцевальных джазовых классов возросло, люди хотели подражать этой новой киношной танцевальной форме.

В 1980-х годах также появилось MTV, новый источник информации для танца и профессиональных танцоров. Когда MTV начал вещание в 1981 году, музыкальные видеоклипы сочетали в себе энергичный джаз, балет, уличный танец и социальный танец в поразительных и инновационных вариациях. Некоторые крупные хореографы этого периода были Майкл Петерс, Джеффри Хорнадей, Лестер Уилсон, Тони Базиль, Паула Абдул, Мадонна и Джанет Джексон. Высшей видеозвездой 1980-х годов, конечно же, был Майкл Джексон. Майкл Джексон оказал большое влияние на направление джазового танца со своими индивидуальными танцевальными шагами, его видеороликами, образом и хореографией, большую часть из которой сделал Майкл Петерс или Джексон и Петерс в команде.

Два других имени, которые можно добавить в список профессиональных преподавателей, оказавших влияние на развитие джазового танца, – Фрэнк Хэтчетт и Джо Тремейн. Артисты, студенты и преподаватели танцев со всего мира приезжают учиться вместе с Фрэнком Хэтчеттом. Фрэнк постоянно гастролирует по стране, проводя мастер-классы, и демонстрирует выступления в качестве специального гостя. Кроме того, Фрэнк является одним из признанных учителей-мастеров ежегодного Всемирного конгресса джазового танца. Стиль Фрэнка Хэткетта – это сочетание силы, фанка и индивидуальных интерпретаций с акцентом на продаже вашей работы. Связанный исключительно с Фрэнком Хэтчеттом, его уникальной энергией и духом, стиль стали называть VOP. Джо Тремейн начал обучение в Нью-Йорке в 1960-е и позднее появлялся во многих

телевизионных программах и разнообразных шоу. Его стиль обучения сопоставим с его исполнительским стилем на паркете: «все успеть до минуты», быстрый, кричащий и фанковый. Разнообразие приемов, которые он принес из Нью-Йорка, также является частью его уникального стиля, который многие называют «джаз Западного побережья» или «L. A. Джаз». Этот стиль управляется текущими музыкальными тенденциями, ритмичными и джазовыми. Он также направил свой энтузиазм на танцы в другом направлении, создав свои собственные танцевальные концерты и конкурсы.

В мире джазового танца 1990-х годов в учебных центрах звучали уличные танцы, уличный фанк и хип-хоп. Уличный танец – это внутренний городской танец, который берет прямо с уличных углов с участием исполнителей, использующих «бум-боксы» в качестве их аккомпанемента. Танцоры Fly Girls, в начале 1990-х годов участвовавшие в шоу «In Living Color», дали возможность многим взглянуть на уличный танец в прайм тайм. Хореограф Роза Перес развивала этот стиль джаза, который объединяет уличные движения с техникой классического и джазового танцев. Уличные танцы можно считать собирательным танцевальным термином, который включает фанк (funk), поппинг (popping), брейкданс (breakdancing) и хип-хоп (hiphop). Хип хоп танец делается под музыку хип хопа. Стиль танца использует все тело, включая сложную работу ногами, изоляцию тела, брейкданс и гимнастические движения. Хип-хоп – это стиль одежды, мироощущение, танец и музыка.

Джазовый танец в новом столетии продолжает как возвращаться к классическим формам как для вдохновения, так и для продвижения новых танцевальных представлений. В кино, джазовый танец, хип-хоп и балет слились в кассовом успехе «Center Stage». В некотором смысле «Center Stage» напоминает «Flash dance» в сюжетной линии, а также в том, что танец получил потрясающий импульс популярности, а танцоры снова осознали важность обучения в обширных разновидностях танцевальных стилей. Нынешний мир представлений в стиле джазового танца стремится к более широкому спектру исполнительских платформ, включая кабаре и лаунж-шоу, развлечения в круизных судах и гастрольные танцевальные компании. Концертные шоу с музыкальными суперзвездами представляют танцоров как неотъемлемую часть их концертного выступления. Джазовый танец, и в частности музыкальная комедия, стали основной темой рынка развлечений. Музыкальные видеоролики, крупные телевизионные постановки, такие как

гала-презентации наград, и индустриальные (рекламные бизнес шоу), все еще заметно используют джазовый танец. История джазового танца развивалась в ногу с музыкой и настроениями каждого десятилетия. Афро-американская культура оказала огромное влияние на развитие джазового танца. Например, Чарльстон, Линди-Хоп, Джиттербуг, Плам, Ватуси, Брейк-данс и Хип-хоп выросли из насыщенного, свободного духовного наследия и танцевального наследия Африки. Сегодня джазовый танец признан уникальным американским вкладом в танцевальное искусство.

#### Лекция 7. Системный анализ хореографического произведения по Р. Лабану.

Анализ движения Лабана (Laban Movement Analysis) - теоретическая и экспериментальная система наблюдения, описания, предписания, исполнения и интерпретации движения человека.

LMA предоставляет богатый обзор возможностей перемещения. Эти базовые элементы могут использоваться для создания движения или для описания движения. Они обеспечивают проникновение в понимание движения и развитие эффективности и выразительности движения. Каждый человек объединяет эти факторы движения своим уникальным способом и организует их для создания фраз и отношений, которые раскрывают личный, художественный или культурный стиль.

В основе LMA лежит признание того, что движение – это психофизический процесс, внешнее выражение внутреннего намерения.

Анализ движения Лабана был разработан Рудольфом Лабаном (1879-1958). Лабан был ученым, учителем, художником, общественным деятелем, провидцем и создателем. В сочетании с вкладами Ирмгард Бартенъефф (1890-1981), LMA/BF работает, является живой системой, которая продолжает развиваться.

Основные категории:

Тело, Усилия, Форма Тела, Пространство (с контекстом, который также рассматривает фразы и более крупные темы.)

Некоторые основные темы: Преодоление полярностей

Внутренняя / Внешняя

Рациональная / Экспрессивная

Изменчивая / Постоянная

Напряжение / Восстановление

Часть / Целое

Напоминающее / Аналитическое

Индивидуальная / Групповая

Простая / Сложная

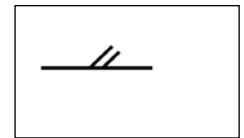
**Форма Тела** - это положения и формирование этих положений. Форма Тела - мост между Телом и Пространством.

Базовые Формы (неподвижные формы):



Источники потока Формы: рост и уменьшение внутренней кинесферы (создается от архитектуры тела). Источники потока формы связаны с дыханием, которое питает рост и сокращение торса.

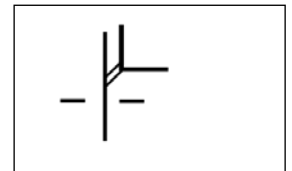
- Основное: рост/сокращение;
- Вертикальное направление: удлинение / укорачивание;
- Горизонтальное направление: расширение/сужение;
- Сагитальное: оттопыривание/вжатие;



«Движение происходит в пространстве и создает в нем формы. Но также есть внутреннее пространство, а дыхание – это внутренний образ жизни. Тело сжимается и растет с каждым вздохом. Внутренние изменения дыхания могут поддерживаться звуком. Поза не создается мышцами, а целым путем, которым вы дышите» (Ирмгард Бартенъефф)

Качества Формы: Описывает «по отношению» к чему тело меняет форму. Базой Качеств Формы является открытие / закрытие (что также является основным, для Формы Тела). Этот процесс связан с чем-то (процесс роста/сокращения «по отношению» к чему-либо), тогда как Пространство ориентировано на преодоление расстояния.

- Вертикальное направление: подъем/опускание;
- Горизонтальное направление: распространение / отгораживание;
- Сагитальное направление: продвижение/отступление;



Способы изменения Формы: описывает изменение формы, которое либо мотивировано собой, либо окружающей средой. Способы изменения формы касаются создания отношений.



Поток Формы. Все обо мне. Изменение формы, которое самомотивировано.

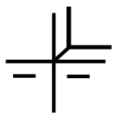


Направленный. Изменение формы, которое мотивируется окружающей средой – через мосты или подключение к окружающей среде. Может быть Arc-like (обычно перемещается из одного сустава по дуге) или Spoke-like (обычно разворачивается из нескольких суставов по прямой линии).



Врезной. Изменение формы, которая является мотивированной средой, окружающей средой. Он является совместно созданным, адаптивным, трехмерным способом, использует функцию вращения. Какдвигающийся человек, так и окружающая среда (пространство, другой человек и т. д.) изменяются во врезном перемещении.

**Усилия:**



Усилия можно охарактеризовать как динамику, качественное использование энергии, текстуры, цвета, эмоции, внутреннего состояние и т. д. Существует постоянное (Поток) чувство себя (Вес) по отношению к окружающей среде (Пространство) и времени (Время).

Усилия являются функциональными и выразительными средствами. Усилие – категория качества, не количества. Иногда базовый функционал усилия скрыт внутри (например: упираясь в вес мы позволяем верхней части тела быть легкой). Однако, обычно мы больше озабочены выразительными аспектами Усилия.

Факторы движения: Поток, Вес, Время, Пространство.

Каждый коэффициент движения является континуумом между полярностями, которые являются Усилиями: Элемент / Качество.

Фактор	Элемент (Indulging, потворствующий)	Элемент (Condensing, конденсирующийся)	Обозначение основного мотива (Здесь показан только фактор)
Поток (FLOW), как фактор – это непрерывность, постоянство, прогрессия, эмоции, участие.	Свободный поток (FREEFLOW):излияние чувств, позволяющее внутреннему вырываться наружу, а внешнему внутрь, не	Ограниченный поток (BoundFlow): содержащийся, контролируемый, сохраняющий внутреннее внутри и	



	поддающееся контролю, то, что невозможно остановить, открытое сердце, текучесть и т. д.	внешнее снаружи, способный остановиться в любой момент, жесткий, ограниченный, ясный и т. д.	
Вес(WEIGHT), как фактор, касается чувства, намерения, чувства собственного веса, ориентированного на себя (меня, меня самого, мою физичность), наличие, отношение к земле/гравитации.	Легкость(LIGHT) (активный вес): Нежный, хрупкий, преодолевающий вес, плавучий, приподнятый и т. д.	Напряжение (STRONG) (активный вес): сильный, устойчивый на земле, неподвижный и т. д.	
	Безвольный (LIMP) (Пассивный вес): Отдаю свой вес.	Тяжелый (Heavy) (пассивный вес): Полная концентрация.	
	Ощущение веса (WEIGHT SENSING) (может быть с окончанием как в легкий и напряженный): состояние между активным и пассивным весом. Вы расслабляетесь и высвобождаетесь в свой вес, чтобы почувствовать его. Использует различные потоки.		
Время(TIME), как фактор, касается интуиции, принятия решений, связанных с моментом, теперь против не сейчас, зная правильный момент действовать, реинвестировать в данный момент.	Непрерывный (Sustained): томительный, затягивающий момент, роскошный, медленный, адажио, продолжительный, неторопливый, «еще не сейчас», и т. д.	Внезапный или быстрый (Sudden or Quick): Срочный, мгновенный, стакато, быстрый, поспешный, уплотняющий момент, искровой, будто: «сейчас... сейчас... СЕЙЧАС!»	
Пространство(Space) как фактор, это мышление, внимание, интеллект и идеи; восприятие - использование моих чувств, окружающая среда: все внешнее.	Непрямой (Indirect): многофокусный, переполненный, круговой, сканирующий, принимая все внутрь, экспансивный, учитывающий все возможности и т. д.	Прямой (Direct): Однонаправленный, отточенный, прикованный к, линейный, прямой, подобно лазерному лучу, однофокусный, с точкой в конце, - впечатление: «ВОТ ОНО», «ВОТ ТАК».	

Усилием может быть один Элемент или конфигурации из 2 (States), 3 (Drivers) или 4 (full Effort) Факторы.

## Тело

Основы Бартеньеффа:



«Основы Бартеньеффа – это подход к базовой тренировке тела, который связан с моделированием связей в организме в соответствии с принципами эффективного функционирования движения в контексте, который поощряет личное выражение и полное психофизическое участие» (Peggy Hackney, Making Connections).



**Цель:** Живое взаимодействие между внутренними связями и внешней выразительностью.

Irmgard Bartenieff (1890 - 1981): «Что действительно важно в человеческом движении?»

1. Изменение (Change);
2. Взаимоотношения (Relationship);
3. Моделирование связей внутри тела (Patterning Body Connections);

Модели общей телесной коммуникации:

Модель	Функциональные концепции	Образы / возможности выразительности
Дыхание 	Клеточное и легочное дыхание, легкость в движении, поддержка формы тела при изменении формы всего тела (источники потока формы), заземление, мобильность, стабильность, ритм и т. д.	Океанские волны, чувство единого как целого, сопереживание, мягкость, текучесть, единство, забота о себе, «хорош достаточно, каков есть» и т. д.
Центр-периферия 	Опора на ядро, подключение всех конечностей к центру, чистота движения в конечностях, связь от ядра к окружающему пространству, взаимосвязь внутри всего тела, установки кинетических систем и т. д.	Звезда (символ) или медуза (организм), питающее центр, свои основные убеждения обращенные в окружающее, отношения меня к другим, моя опора при движении на краю и т. д.
Голова-Хвост 	Динамическое линейное выравнивание, сочленения позвоночника, изменения уровня, осанка, вертикальная тотальность и т. д.	Игривый, нежесткий, гибкий, исследующий возможности, живое чувство себя, змее или рыбоподобный и т. д.
Верхний-нижний 	Передвижение веса, уступка и нажим чтобы вытянуть и потянуть, заземление, доступ к пространству, передвижение в нижнем,	Тяжелая работа, выносливость, взаимосвязь между землей и небом, работа с собственным весом, достижение целей, взаимодействие с

	соединение с движением в верхнем, лопаточно-плечевой ритм, ритм тазобедренного сустава и т. д.	окружающим и т. д.
Целое-половина 	Независимое движение левой-правой стороны тела, развитие мозга, подвижность / устойчивость, укрепление позвоночника, поддержка вращений и перекаатов «ствол» и т. д.	Ощущение ящерица/верблюд, один из двух или «односторонний», ощущение опорной стороны мобильности, роботизированный, зомби подобный, милитаристский, простой, проясняющий и т. д.
Вертикально-горизонтально 	Создает осознание 3D, возможность вращательных движений, спирали, диагонали сквозь туловище, самое сложное из всех моделей и т. д.	Сальса или латина, прорезание пространства, расходящиеся диагонали, спирали вниз, реализация полного потенциала движения и т. д.

Развитие, не являясь линейным процессом, а происходит в повторяющихся волнами, причем каждая содержит элементы всех остальных. Поскольку каждый предыдущий этап лежит в основе каждого последующего этапа, любое незавершенное развитие или пропуски любой стадии приводит к проблемам восприятия / движения. Возвращаясь к этим основным моделям, мы можем пересмотреть наши реакции и установить более эффективные пути внутри сети нервной системы, содействующих нашему движению.

Другие общие вопросы о теле: где начинается движение? Как движение путешествует по моему телу? Где оно из моего тела выходит? Куда направлено мое движение в пространстве? Что сдерживается, что активно, что ведет, что инициирует и т. д.? Какие связи есть в теле?

Последовательность действий частей тела: описывает, как движение распространяется по телу.

- Одновременный (Simultaneous): все активные части тела движутся сразу.
- Последовательный (Successive): смежные части тела двигаются один за другим.
- Последующий (Sequential): не смежные части тела движутся один за другим.

## Пространство (Space)

«Определенное движение с определенным следом всегда связано с внутренними событиями, таким как чувства, реакции, волевые решения и другие эмоциональные импульсы». (Rudolf Laban, Choreutics)




Общие категории пространства: формы следа (trace forms), зоны уровней (level zones), пространство предельного достижения (reach space), кинесфера (Kinesphere), проводящие пути (pathways), личное пространство (personal space), межличностное пространство (inter personal space), общее пространство (general space), метод кинесферы (Approach to Kinesphere).



Кинесфера (Kinesphere): 3-мерный объем пространства, доступ к которому я могу получить без смещения моего веса.

(Психологическая Кинсфера (Psychological Kinesphere): пространство, которое я могу использовать).

Метод кинесферы: как моя кинесфера раскрывается сквозь пространственное напряжение:

		
Центральный: концентрирует энергию и раскрывает кинесферу, расходясь радиусами и возвращаясь в центр.	Периферийный: концентрирует энергию и раскрывает кинесферу, открывает край кинсферы, сохраняя ощущение расстояния между центром и краем.	Поперечный: концентрирует энергию и раскрывает кинесферу путем сокращения или расширения сквозь кинесферу между центром и краем.

### **Пространственная матрица и пересечения осей.**

Пространственное натяжение (Spatial Pull): невидимая линия свойственной силы (потенциальная энергия), которая может быть обнаружена в движении. (Кристаллические формы, такие как икосаэдр<sup>5</sup> (Icosahedron), обеспечивают направления для пространственного натяжения.).

<sup>5</sup> **Правильный икосаэдр** (от др.-греч. ἰκωσά «двадцать»; ἔδρον «сиденье», «основание») – правильный выпуклый многогранник, двадцатигранник, одно из Платоновых тел. Каждая из 20 граней представляет собой равносторонний треугольник. Число ребер равно 30, число вершин – 12. Икосаэдр имеет 59 звездчатых форм.

Направления (Directions): Лучи, которые расходятся радиусами из центра в пространство.

Измерения (Dimension): каждое измерение имеет 2 направления. Каждое направление имеет одно пространственное натяжение.

Три основных измерения – *вертикальное, сагиттальное и горизонтальное*. Точка соединения этих трех измерений создает пересечение осей (Cross of Axis). (Движение измерения происходит сквозь центр или с помощью центрального метода кинесферы).

Плоскости (Planes): Содержит 2 измерения, необходимых для определения плоской поверхности, которую можно рассекать по диаметру: каждый диаметр имеет 2 направления. Каждое направление имеет 2 неравных пространственных натяжения. (Периферийный метод кинесферы проявляется при переходе от края одного измерения к другому).

Три вида плоскостей – вертикальные, сагиттальные и горизонтальные. По отношению к икосаэдру, эти плоскости принимают прямоугольную форму, а это означает, что в вертикальная плоскость больше вверх/вниз, нежели вправо/влево. Таким образом, направления, проходящие через диаметры, содержат 2 **неравных** пространственных растяжения.

	Вертикальные (Vertical)	Сагиттальные (Sagittal)	Горизонтальные (Horizontal)
Измерения (Dimensions)			
Плоскости (Planes)			

Диагональ: имеет два направления. Каждое направление имеет 3 равных пространственных натяжения.

Поперечные витки спирали: изменение в 3 неравных пространственных натяжениях.

\* Фокусировка в одном направлении полностью мобилизует. Чтобы контролировать мобильность, используйте контр-натяжение в противоположном направлении.

## Создание фразы, фразировка (Phrasing).

Фразы: Воспринимаемые единицы движения, которые в некотором смысле выразительны. Они начинаются и заканчиваются, пока они содержат сквозную линию. (Peggy Hackney, Making Connections)

• (подготовка / намерение) → Инициация → Основное действие (напряжение) → течение сквозь (переход)

То, как мы «читаем» как фразу, или строим фразу, исходит из всех аспектов эндоскопической хирургии позвоночника (BESS). «Чувство правильного представления» того, из чего состоит наше личное значение-создание о понятии концепции «создания фразы» (Phrasing) строится из воспринимаемого:

1. Создание фразы тела (Body): Иницирование – продолжение, одновременное / последовательное / последующее и т. д.
2. Создание фразы усилий (Effort): детальные конкретные формы усилий, обобщенные фразы (например, от потворствования к конденсации) и т. д.
3. Создание фразы формы тела (Shape): особые техники и качества, общие открытия / закрытия и т. д.
4. Создание фразы пространства (Space): спиральный виток, оси, размер кинесферы, плоскости и т. д.
5. Создание фразы действия (Action): Последовательность действий.

Изучение создания фразы – это изучение динамики моделей. Взаимодействие между элементами движения и последовательностью является основой напряжений и волнений в создании фразы.

Создание фраз всегда что-то означает и часто отражает личные ценности. Работа с фразировкой во всей ее полноте сложна.

## Лекция 8. Методология и теоретические аспекты пластического языка Гага О. Нахарина

Гага (Gaga) – это исследование движения, разработанное Охадом Нахарином на протяжении многих лет, параллельно его работе в качестве хореографа и художественного руководителя танцевальной компании «Батшева». Гага возникла из-за необходимости Нахарина общаться со своими танцорами и его любопытства в продолжающемся исследовании движения.

Занятия Гага (Gaga) основаны на глубоком прослушивании тела и физических ощущениях. Инструкции развернуты для повышения

осведомленности и дальнейшего усиления ощущений, и вместо того, чтобы переходить от одной подсказки к другой, информация накладывается на слои, создавая мультисенсорный, физически сложный опыт. Хотя многие инструкции наполнены богатыми изображениями, исследование Гага (Gaga) является фундаментально физическим, настаивая на конкретном процессе воплощения. Внутреннее наполнение этого совместного исследования носит импровизационный характер, исследования способствуют глубокому личному контакту каждого участника с Гага (Gaga).

Гага (Gaga) обеспечивает основу для осознания и укрепления тела и повышения гибкости, выносливости, ловкости и навыков, включая координацию и эффективность, одновременно стимулируя чувства и воображение. Классы предлагают тренировку, которая исследует форму, скорость и усилие при перемещении дополнительных спектров между мягкими и плотными текстурами, деликатностью и взрывной силой, а также преуменьшением и преувеличением. Участники пробуждают онемевшие области, повышают свою осведомленность о двигательных привычках, повышают эффективность внутри многослойных задач движения, и им рекомендуется подключать наслаждение в моменты усилий. Исследование Гаги (Gaga) находится в непрерывном процессе эволюции, и классы меняются и развиваются соответственно.

У Гага (Gaga) есть два курса: «Gaga / people» и «Gaga / dancers».

Gaga ставит многоуровневые задачи.

Мы осознаем связь между усилием и удовольствием, мы осознаем расстояние между нашими частями тела, знаем о трении между плотью и костями, ощущаем вес наших частей тела, до тех пор, пока нашу форму не формирует сила тяжести. Мы знаем о том, где мы испытываем излишнюю напряженность, мы отпускаем ее только для того, чтобы привести жизнь и эффективное движение туда, где мы ее отпустили. Мы увеличиваем объем прослушивания нашего тела, принимаем во внимание небольшие жесты, мы измеряем и играем с текстурой нашей плоти и кожи, мы можем быть глупыми, мы можем смеяться над собой. Мы соединяемся с чувством «уйма времени», особенно когда мы двигаемся быстро, мы учимся любить наш пот, мы открываем нашу страсть к движению и соединяем его с усилиями, мы обнаруживаем как животное, которое в нас есть, так и силу нашего воображения. Мы «тело строители с мягким позвоночником».

Мы учимся ценить сдержанное высказывание и преувеличение, мы становимся более деликатными, и мы осознаем важность потока энергии и информации через наш организм во всех направлениях. Мы учимся эффективно применять нашу силу и учимся использовать «другие» силы.

Мы обнаруживаем преимущество мягкой плоти и чувствительных рук, мы учимся ощущать грув, даже когда нет музыки.

Мы знаем людей в комнате, и мы понимаем, что мы не находимся в центре всего этого. Мы больше осознаем нашу форму, так как никогда не смотрим на себя в зеркало; нет зеркал. Мы соединяемся с ощущением бесконечности возможностей. Мягкость постоянна, пока мы станем готовы сорваться.

Мы изучаем многомерное движение, наслаждаемся ощущением жжения в наших мышцах, мы осознаем нашу взрывную силу и иногда используем ее. Мы меняем привычки движения, обнаруживая новые, мы можем быть спокойными и настороженными.

Мы становимся доступными» Охад Нахарин.

Занятия Gaga/people открыты для людей в возрасте от 16 лет, независимо от их предыдущего опыта в танцах или движении. Никакой предыдущий опыт танца не требуется.

Занятия Gaga/people продолжаются один час и преподаются танцорами, которые тесно сотрудничали с Охадом Нахарином. Учителя направляют участников, используя ряд вызывающих воспоминания инструкций, которые строятся один поверх другого. Вместо того, чтобы копировать определенное движение, каждый участник класса активно исследует эти инструкции, открывая, как он или она может интерпретировать информацию и выполнять задачу телом. Занятия Gaga/people предлагают творческую основу для участников, соединение их тела и воображения, рост их физической осведомленности, улучшение гибкости и выносливости и предлагает испытать удовольствие от движения в приветливой, принимающей атмосфере.

Занятия Gaga/dancers основаны на тех же принципах, что и классы Gaga/people, но также используют конкретный словарь и навыки, которые являются неотъемлемой частью знаний танцора. Наслаивание знакомых движений с заданиями Гага(Gaga) являет танцорам свежие проблемы, и в течение класса учителя побуждают танцоров постигать незнакомые положения и способы передвижения. Gaga/dancers углубляет понимание



танцорами физических ощущений, расширяет их палитру доступных вариантов движения, улучшает их способность понижать частоту своей энергии и включать свою взрывную силу, обогащает качество их движения широким спектром текстур.

РЕПОЗИТОРИЙ БГУКИ

### 3. ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

На практических занятиях формируются знания форм и способов создания движений согласно танцевальных техник модерн и джаз танца, отрабатываются навыки исполнения танцевальных комбинаций в конкретных танцевальных техниках модерн и джаз танца. В данном учебно-методическом комплексе предложены к изучению техники: Марты Грэм, Лестера Хортона, модерн джаза, контемпорари, распределенные соответственно четырем годам обучения на специальности хореографическое искусство (современный танец). Композиционное построение занятий, методические приемы обучения модерн и джаз танца может варьироваться от конкретного преподавателя, однако список представленных тем, заданий, форм промежуточного контроля охватывает спектр исследуемых приемов движения в дисциплине джаз танец. В процессе освоения лексического модуля, изучаются приемы и методы решения технических, образных, пластических, тренажных задач по подготовке артиста, исполнителя, перформера, воспитываются умения целенаправленного использования исполнительских навыков при подготовке хореографических композиций.

Отдельное место на практических занятиях занимает ознакомление с методикой

- репетиционной работы танцевального коллектива,
- отработки этюдов с использованием конкретных техник модерн и джаз танца,
- эмоционального наполнения хореографических этюдов,
- кинестетического, вербального, художественного решения лексического модуля,
- закрепления навыков сценической, пространственной ориентации.

Основные задачи теоретических обоснований на практических занятиях – ознакомление с историей развития, теорией и практической физикой танцевальной техники, с методикой пластического воспитания современного танцора; формы расширения и обогащения диапазона творческого мышления студента-хореографа; методика выполнения технических элементов и упражнений.

### 3.1 Тематика практических (лабораторных) занятий

#### 1 курс, 1 семестр

1. Модерн танец (техника Марты Грэм) как одно из направлений современной хореографии;
2. Принципы построения движений в технике Марты Грэм (партер);
3. Принципы работы позвоночника. Виды усилий;
4. Позиции ног, стоп в партере;
5. Позиции и положения кисти и рук;
6. Contraction;
7. Arch;
8. Twists и spirals;
9. Release;

#### 1 курс, 2 семестр

1. Композиция урока модерн танца (техника Марты Грэм);
2. Drops, diagonals;
3. Принципы построения движений в технике Марты Грэм (экзерсис);
4. Формы plie, battement tendu, rond de jambe par terre в технике Марты Грэм;
5. Формы battement fondu, adagio в технике Марты Грэм;
6. Координация движений рук, ног, позвоночника. Понятие «движения от спины», вертикальной параллели;
7. Управляемые падения, работа с весом;
8. Перемещения в кросс

#### 2 курс, 3 семестр

1. Модерн танец (техника Лестера Хортона), как одно из направлений обучения современной хореографии;
2. Принципы построения движений модерн танца (техника Лестера Хортона);
3. Squat and deep descent series;

4. Flatback series,
5. lateral stretches;
6. Release swing series;
7. Lateral T studies, deep forward lunges;
8. Позиции и положения кисти, и рук

2 курс, 4 семестр

1. Композиция урока модерн танца (техника Лестера Хортона);
2. Leg swing series, stag position;
3. Комплексы балансов и падений (balances, falls);
4. Hinges series, tables balance;
5. Соссух balance series;
6. Figure four studies;
7. Движение по горизонтали – кросс. Прыжки. Вращения;
8. Создание танцевальных комбинаций;

3 курс, 5 семестр

1. Джаз танец (техника Мата Маттокса), как одно из направлений современной хореографии.
2. Принципы построения движений джаз танца (техника Мата Маттокса)
3. Позиции и положения рук и ног в джаз танце.
4. Понятие центра оси массы.
5. Изоляция. Комплексы на отдельные центры. Волны, girple.
6. Координация. Комплексы на два и более центров.
7. Roll up, roll down. Уровни, скручивания.
8. Swings, drops, shakes, shimmy.

3 курс, 6 семестр

1. Композиция урока модернджаз танца;
2. Формы plie, battement tendu в модерн джаз танце;
3. Формы rond de jambe par terre, adagio в технике модерн джаза;
4. Комплексы батманов, tilt, jackknife, fankick;

5. Кросс. Основные шаги: flat step, step ball change; Slides, hip falls;
6. Основные вращения: на passé, degage, pencil. Статичные, динамичные;
7. Создание танцевальных комбинаций;

4 курс, 7 семестр

1. Композиция урока в технике исследования движения (movement research);
2. Практическое обоснование анализа движения по Р. Лабану;
3. Системный анализ хореографического произведения по Р. Лабану;
4. Определение, формы и качества усилий;
5. Определение, плоскости и теория направления усилий;
6. Построение движенческой фразы;
7. Практика исследования движения;
8. Создание танцевальных комбинаций;

4 курс, семестр

1. Композиция урока пластического языка гага (gaga) Охада Нахарина;
2. Принципы построения движений в гага;
3. Использование элементов движенческой структуры классического экзерсиса в классе по гага-танцоры (gaga-dancers);
4. Образность и элементы психологических установок в контексте непрерывного движения пластического языка гага;
5. Методические особенности композиции класса по гага-люди (gaga-people);
6. Подготовка к сдаче государственного экзамена;

### **1. Модерн танец (техника Марты Грэм) как одно из направлений современной хореографии;**

Модерн танец как техника, как пластический язык стал складываться в танце Марты Грэм, конечно, надо признать, что сама Марта училась в школе совсем не классической хореографии, и, соответственно, школа Рут Сент-Дени и Теда Шона была модерновой (не классической). Однако, ввиду масштаба влияния, бесспорно, движение «в технике» Грэм стало базой целого поколения хореографов.

Модерн танец связывают прежде всего с поиском средств выразительности «не классическим» способом, в отрицание классического способа построения движения, зачастую заикливаясь на этом. Среди хореографов, проявивших себя влиянием на развитие исследования движения так же Хосе Лимон, Жоан Скиннер, Лестер Хортон.

Ключевым аспектом в исследовании движения Грэм был импульс усилия внутрь. Несмотря на то, что в целом язык движения Грэм использует всю длину тела и конечностей, руки самой Марты были очень длинные и красивые, она пользовалась этим, придав рукам отличный от классической школы спектр задач; главное ее усилие было направленно внутрь. Она изменила отношение к центру. Она не опиралась на таз, не пыталась быть выше и легче. Ее движение начиналось из таза и в таз возвращалась.

### **2. Принципы построения движений в технике Марты Грэм (партер);**

Таз находится на полу. Таз – это точка опоры тела. Позвоночник стремится к линии вертикально вверх из макушки. Суставы свободные, кости конечностей со-направлены. Рабочее пространство движения полусфера.

### **3. Принципы работы позвоночника. Виды усилий;**

Позвоночник имеет два вида усилия: release и contraction. Это два противоположных усилия. Contraction это коллапс, release это взрыв. Их сверх замедленные версии.

Следующие виды – спирали и твисты. Это усилие вращения: при спирали в одном направлении от центра, при твисте – в нескольких.

Усилие arch, скорее уже движение, это движение позвоночника из вертикали назад с удержанием головы как направление усилия.

#### **4. Позииции ног, стоп в партере;**

В технике Марты Грэм все начинается в партере. Основой всех позиций ног является таз, все строится от него. Так же колени могут быть согнуты (bend), либо вытянуты (straight). Стопы – вытянуты (point) или сокращены (flax);

Frog позиция – таз вертикально на полу на седалищных костях; пальцы ног соприкасаются с полом и друг другом, пятки стремятся вверх от пола; коленные суставы расслаблены, разведены в разные стороны; тазобедренный сустав расслаблен; ощущение веса ноги, падающей на пол;

Первая позиция – таз вертикально на полу на седалищных костях; ноги вытянуты параллельно вперед; колени вытянуты, лежат на полу; пятки в воздухе над полом;

Вторая позиция – таз вертикально на полу на седалищных костях; ноги вытянуты стороны таким образом, чтобы вся задняя часть бедра, колено и икроножная лежали ровно на полу, при том, что колено направлено вертикально; пятки в воздухе над полом;

Третья позиция – таз вертикально на полу на седалищных костях; ноги согнуты в форме треугольника; колени на полу; одна стопа пальцами в сгибе колена, другая перед коленом point;

Четвертая позиция – таз на полу; ноги открыты вперед и назад; внутренняя часть бедра ноги, открытой назад, лежит на полу, колено 90', стопа point; колено ноги, вытянутой вперед, согнуто на 90' и слегка приподнято, подушечка полупальцев касается пол, пятка в воздухе;

#### **5. Позииции и положения кисти и рук;**

Руки в технике Марты Грэм, при работе в партере направлены от центра, они не двигаются изолированно, сами по себе, они продолжение выдоха, импульса движения от центра. Позииции рук могут быть параллельны (направления вниз, вперед, вверх) с прямыми или согнутыми локтями (1я, 3я, закрытая египетская позииции); открытыми в стороны (2я, V-позииция, curve и открытая египетская позииции);

В кисти есть два положения: cup позиция (кисть в форме чашки, как будто зачерпываем ладошкой воду) и flat hand (просто ровно открытая ладонь);

От запястного сустава кисть имеет положение flax ( $90^\circ$  к предплечью) и point ( $180^\circ$  в запястье);

## **6. Contraction;**

Движение contraction так или иначе присутствует в технике Марты Грэм всегда, даже если его нет. По сути, оно перевернуло осознание тела танцора. Идея в том, что копчик является началом усилия в пол, позволяя тазу и поясничному отделу позвоночника вытягиваться в изгиб. Движение contraction исполняется на выдохе. Стоит отметить, что contraction это усилие, создающее форму тела, важно не позволять гравитации через расслабленные мышцы формировать изгиб (сброс) позвоночника.

Практика contraction это начало изучения техники Марты Грэм, как в классическом танце все начинается с плие. Contraction проучивается в медленном темпе с некоторым количеством повторений. Постепенно темп стоит увеличивать. Следить за направлением выдоха. В комбинациях сочетается с arch, bounce, colaps, diagonal.

## **7. Arch;**

Движение arch обратно движению contraction в том контексте, что копчик и таз, упираясь в пол не позволяют поясничному отделу уходить в изгиб, а оставаясь вертикально, создают основу для отклонения головы, шейного и грудного отделов позвоночника в диагональ вверх-назад. Движение arch исполняется на выдохе. Arch проучивается в медленном темпе с некоторым количеством повторений. Постепенно темп стоит увеличивать. Следить за направлением выдоха. В комбинациях сочетается с contraction, bounce, colaps, diagonal.

## **8. Twists и spirals;**

Определение twists и spirals. Движения twist и spiral отличаются от arch и contraction плоскостью. В то время как последние два существуют в стреловидной (плоскость колеса), то первые – в плоскости двери (плоскость вращения). Отличие twist от spiral в том, что spiral исходит из первичного усилия в плоскость стола (пол) противоположному по направлению, а twist



строится на реакции от этого усилия однонаправленно. Движения проучиваются в медленном темпе с некоторым количеством повторений. Постепенно темп стоит увеличивать. В комбинациях сочетается с contraction, arch, bounce, colaps, diagonal.

## **9. Release;**

Особенность release в технике Грэм в том, что это движение выполняется на вдох. Release является ключевым звеном между движениями. Это момент смены направления распределения первичного усилия. Отдельно не проучивается, так как включен в остальные движения дыханием.

*1 курс, 2 семестр*

## **1. Композиция урока модерн танца (техника Марты Грэм);**

Класс в технике М. Грэм разделён на два уровня. Базовый и профессиональный. Первый и второй имеют партерную часть. Эта часть урока ключевая. При условии практического изучения техники два учебных семестра (в контексте данной программы так и есть), стоит максимум времени уделить партеру. Структурно это часть состоит из практического изучения последовательно (согласно темам) сменяющих друг друга учебных комбинаций с развитием к более сложным качествам исполнения движений, увеличением длины движения. Базовый уровень может ограничиться партерной частью. При профессиональном уровне изучения необходимо иметь цель выводить технику на сцену, иметь сертифицированных преподавателей, уважать авторские права. На этом уровне движение изучается и в верхнем уровне. Структурно класс делется на движения строящиеся исходя из экзерсиса классической техники, но наполненные принципами техники движения М. Грэм. Заключительной частью урока является освоение сложных технических элементов: вращений и прыжков.

## **2. Drops, diagonals;**

Обратные друг другу движения в контексте дыхания. Важно понимать и практически исследовать направление движения diagonal как противоположное первичному усилию в пол на выдохе. При этом, исследуя движение drop на вдохе, нужно понимать направление движения из первичного усилия, а не позволять гравитации через расслабление мышц

формировать его. Движения проучиваются в медленном темпе с некоторым количеством повторений. Постепенно темп стоит увеличивать. В комбинациях сочетается с *contraction, arch, spiral, bounce, colaps*.

### **3. Принципы построения движений в технике Марты Грэм (экзерсис);**

Принцип строения движения в технике Марты Грэм обратный принятому в классической хореографии. У Грэм четко обозначено понятие центра, собственно центр оси Грэм сместила, по сравнению с классической танцевальной техникой. Грэм настаивает на ощущении таза центром. В этом чувстве нет джазовой полицентрии с акцентом на таз, здесь таз начинает движение торса, подобно первым движениям эмбриона в утробе. Усилия позвоночника это и есть движение, а конечности и голова, скорее, средства пластической выразительности. Понятие вертикали, прямых линий, больших поз, высоких ног и длинных рук, как средство выразительности в сочетании с манерными, очень драматичными позами. Сжатие и растяжение как продолжение дыхания. Прямые направления вытягивания и сжатий.

### **4. Формы *plié, battement tendu, rond de jambe par terre* в технике Марты Грэм;**

Предложения по новому прочтению знакомых движений, включенных в категорийный лист классической танцевальной техники, как метод преподавания собственной пластики.

В уроке классического танца *plié* выполняется как отдельное упражнение. В русской балетной школе, как правило, это первая учебная комбинация, с которой начинается экзерсис как у палки, так и на середине зала. Приседания выполняются на всей стопе по несколько раз в I, II, IV и V выворотных позициях в координации с плавным движением рук и головы (*portdebras*).

Грэм обращает внимание на то, что в *plié* таз может двигаться сагиттально. Она не придерживается строго выворотных позиций ног, поскольку тазу нужно пространство. Она считает *plié* и *contraction, arch, drops, spirales, shifts*. У Грэм *плие* – не сгибание ног, а опора для вращения (сагиттального и только назад) таза.

Батман (фр. *battement* – взмах, удар от гл. *battre* – махать, взмахивать, ударять, отбивать такт) – движение классического танца, представляющее из

себя какое-либо отведение, приведение или сгибание одной, работающей ноги стоя на всей стопе или на полупальцах (пальцах) другой, опорной – вытянутой или согнутой в колене, а также с одновременным выполнением приседания, подъёма на полупальцы (пальцы) либо опускания на всю стопу.

Батман – общее наименование для всей группы движений; конкретизация достигается при помощи добавления прилагательного (*tendu* – вытянутый, *piqué* – колющий, *fondu* – тающий, *grand* – большой, *petit* – маленький и т. д.)

Battementtendu у Грэм так же является базой для движения таза и позвоночника: contraction, arch, drops, spirales, shifts.

Rondde jambe par terre – круговые движения ноги по полу в направлениях endehors и endedans.

Направления endehors и endedans не присутствуют в технике Марты Грэм, есть понятия право и лево. Начертание кругов на полу, геометрически идеальных, для выхода, в результате, на fouetté, не стоит как задача у Грэм. Движения ног по кругу сохраняют чувство работающего таза.

## 5. Формы battementfondu, adagio в технике Марты Грэм;

Батман – общее наименование для всей группы движений; конкретизация достигается при помощи добавления прилагательного (*tendu* – вытянутый, *piqué* – колющий, *fondu* – тающий, *grand* – большой, *petit* – маленький и т. д.)

Грэм также использует «тающее» упражнение для развития силы ног танцора. Отличительной исполнительской чертой является чувство таза как источника движения торса при характерных contraction, arch, drops, spirales, shifts. Акценты движения на крайние точки вытягивания и сжатия.

Battement relevéent, – плавное поднимание работающей ноги, вытянутой в колене, на максимальную высоту (90° и выше) в каком-либо направлении. Battement développés – вытягивание ноги через passe. Элементы *adagio*.

Грэм широко использует tilt – положение вытянутой ноги по диагонали вверх, при латерально наклоненном от ноги тазом и торсом. Использует как выворотные, так и параллельные позиции ног при подъемах и вытягиваниях ног в различных направлениях.

## **6. Координация движений рук, ног, позвоночника. Понятие «движения от спины», вертикальной параллели;**

Надо признать, что техника Марты Грэм крайне патетична, даматична, ей характерны многозначительные позы и жесты. Эта техника создана для сцены. Однако, выдержать на сцене ее способен не каждый зритель, поэтому программа не предполагает сценарные формы техники, ограничиваясь учебно-тренировочными упражнениями. При формировании координации с учетом принципов Грэм, нужно учитывать, что основой движения тела является процесс колапса или контракшн, центром является таз, а конечности и голова – средства художественной выразительности. Руки длинные, очень длинные, резкие и четкие. Ноги длинные. Марта исходила из собственных телесных параметров, поэтому координировать прежде всего следует максимальную амплитуду. Следует помнить, что дыхание определяет чередование контракшн-релиз.

Понятие «движения от спины» раскрывает подход Грэм к созданию движения. Как правило, в классической технике движение формируется относительно точки восприятия, на пространственном акценте поверхности тела видимой из этой точки. Грэм первой стала строить движение из таза, позвоночника независимо от точки восприятия движения, собственно с Марты Грэм, с ее учебных практик в профессии, тело начало менять точку восприятия движения. Под вертикальными параллелями в контексте техники принимаем отношение к спирали головки бедра (выворотности). Когда мы говорим об естественности строения движения, мы имеем в виду отказ от каноничной открытости бедра классической техники. Таким образом естественность движения (не образа) строится через вертикальную параллельность закрытых позиций и позвоночника в саггитальной плоскости.

## **7. Управляемые падения, работа с весом;**

Использование пола в качестве партнера, танцоры обучаемые в технике Грэм начинают на базовом уровне. Приверженность к переосмыслению сценарного пространства, позволило Грэм использовать движения вниз так же ярко, как и стремление вверх (еще один канон классической техники). Партерная часть класса дает возможность изучения работы тела и его частей с полом, утвердиться в опоре, как следствие использовать пол наиболее эффективно приземляясь. В технике Грэм не принято визуализировать легкость тела, однако и до экспериментов floorwork

еще далеко. При всей декламируемой анти классичности техники, надо признать, что движения Марты Грэм, в значительной мере условности, так же переходят из позы в позу.

## **8. Перемещения в кросс;**

Пересечение пространства из стороны в сторону относительно точки восприятия называют – кросс. В технике Марты Грэм активно используется этот способ пересечения зала, в отличие от диагоналей и круга, предпочитаемых в классической технике. Shifts – шаги со сменой направления, где акцентом является ускоряющееся скольжение шагающей ноги. Комплексы tilts с вытягиваниями ноги на различные углы, с удержаниями и вращениями. Комплексы динамичных вращений, прыжков так же исполняются в кросс.

*2 курс, 3 семестр*

### **1. Модерн танец (техника Лестера Хортона), как одно из направлений обучения современной хореографии;**

Техника Лестера Хортона не является сценической формой движения, возможно потому что свою главную постановку делал Лестер 20 лет. Тем не менее, во многом благодаря Элвину Эйли, его способ построения движения не был забыт, продолжает совершенствоваться. Наибольшее влияние техника Лестера Хортона оказала на джаз танец, однако принципы построения движения в ней коррелируются со способами движения в техниках Грэм и Лимона, поэтому принято соотносить ее с модерн хореографией.

### **2. Принципы построения движений модерн танца (техника Лестера Хортона);**

Основание, на котором строится движения в технике Хортона - анатомия. Естественные параллельные позиции и положения ног, рук, корпуса. Хортон первым активно начал использовать латеральную плоскость корпусом. В классической технике в латеральной плоскости двигаются руки и ноги, при том, что ноги выворотны. Свинг, как принцип, так же является основным, но не ключевым, как у Лимона.

### **3. Squat and deep descent series;**

Squat and deep descent series – это аналог plie, но только во второй параллельной позиции. Squat descent это половина deep descent. При исполнении важно упираться пятками в пол, не поднимать их. Комбинируется с roll up, roll down, drops, flatbacks, swings, bounces и т.д.

### **4. Flatback series;**

Ключевое движение, определяющее. Исполняется в саггитальной плоскости. Ноги во второй параллельной позиции. Усилие стопами в пол поворачивает таз в саггитальной плоскости вперед, вытягивая позвоночник в том же направлении до плоскости стола. Комбинируется с squat descent, releve, diagonal, roll up, roll down и т.д.

### **5. Lateral stretches;**

Движение идентичное flatback, только в латеральной плоскости. Ноги во второй широкой выворотной позиции. Усилие стопами в пол поворачивает таз в латеральной плоскости, вытягивая позвоночник в том же направлении, до параллели полу. Комбинируется с разностями ритмов, с flatbacks, horizontal swing, release swing, plie, releve, drops и т. д.

### **6. Release swing series;**

Серия свинговых движений. Слово release в данной серии означает корпус в свободном падении. Амплитуда движения в латеральной плоскости. Три формы окончания движения: flatback, lateral, switch. Комбинируется с ronds, lateral T, вращениями.

### **7. Lateral T studies, deep forward lunges;**

Lateral T studies это bounce движение в ногах, release wing корпусом в саггитальной плоскости, свинговое в руках с выходом корпуса в латеральную диагональ и горизонталь. Комбинируется с разностями ритмов, с ronds, латеральными вращениями.

### **8. Позиции и положения кисти, и рук;**

Лестер Хортон в своей технике не был привязан к каким-то конкретным положениям и позициям рук. Он выделял направления. Направления рук вперед, в стороны, вверх, вниз. Кисти просто вытянуты,

без жесткости. Руки ровные, прямые, без мягкости и округлости, суставы либо вытянуты, либо согнуты в прямые углы, либо вариации делений прямого угла.

*2 курс, 4 семестр*

### **1. Композиция урока модерн танца (техника Лестера Хортона);**

Композиция класса в технике Лестера Хортона представляет собой серии *studies* (упражнения направленные на обучение основным формам движения, осознания их направлений и плоскостей), *fortifications* (упражнения на укрепление тела в целом и отдельных его частей), *balances* (серии упражнений на устойчивость), серий динамичных и статичных вращений, прыжков и танцевальных комбинаций.

### **9. Leg swing series, stag position;**

Свинговое движение ног. Широкое использование свинга в качестве основного способа движения максимально исследовано в технике Хосе Лимона, творческая и педагогическая деятельность которого предшествовала наработкам Хортона. Суть пластического свинга абсолютно физична. Свинг по Лабану это одно из качеств усилия. Подобно маятнику, нога (в движении *legswingseries*) из тазобедренного сустава двигается в саггитальной и латеральной плоскостях, при неподвижных костях таза. Балансовое усилие в опорной ноге. Комбинируется с изменением угла коленного сустава (положения *bend straight*), изменением и чередованием плоскостей (саггитальной и латеральной), входом в *rondi tilt*.

Положение *stag* это схожее по качеству положению *attitude* в классической технике, однако отличное от последнего усилиями. Так, корпус в спирали, противоположной ноге, стремящейся стопой вверх при колене, направленном вниз. Из *stag* позиции принято начинать свинги ног.

### **10. Hinges series, tables balance;**

*Hinge* – это сгибание и разгибание коленного сустава при ровном тазобедренном суставе, позвоночнике и открытых в сторону руках. Балансовое усилие в полупальцы. Комбинируется с *flatbacks, slides*.

Положение tables, исполняется ногами. Балансовое усилие в опорную ногу, рабочая нога спирально внутрь, вместе с тазовыми костями поднимается по диагонали вверх-вперед. Комбинируются

#### **11. Комплексы балансов и падений (balances, falls);**

Balance studies схожа с формой adagio в классической технике, однако фокус внимания исполнителя концентрируется на опорной ноге, спираль рабочей ноги имеет варианты как outtake и in направления, отсутствие спирали: parallel. Подъемы ноги как приемом через passe, так и прямым коленным суставом, при чем само passe (при parallel и outspirales) так же может подниматься без вытягивания коленного сустава.

Комплексы падений и Лестера Хортона в сагитальной плоскости при направлении назад основаны на движении hinge. В латеральной плоскости – lateral T.

#### **12. Серия балансов (balance series);**

Серия движений fortifications. Балансовое усилие в тазовые кости и копчик (сосух). Одновременный подъем корпуса и ног с вариациями разных углов сгиба коленного, плечевого суставов. Как правило строится по нарастанию вовлечения количества работающих суставов и по убыванию при достижении максимально возможного количества.

#### **13. Figure four studies;**

Положение passeв классической технике очень важно с точки зрения распределения усилия и баланса. Хортон также уделяет массу внимания положению figurefour. Различие с классическим passeв точке соприкосновения двигающейся ноги и опорной. В положении figurefour стопа двигающейся ноги выходит за колено опорной спереди, тогда как в классической технике стопа упирется пальцами в колено. Комбинируется с falls, swings и т.д.

#### **14. Движение по горизонтали - кросс. Прыжки. Вращения;**

Особенностью вращений в технике Лестера Хортона является активное использование латеральной плоскости. Собственно, термин латеральные вращения берет своё начало именно в этой технике. Суть такого вращения в смещении, наклоне корпуса, ног и рук в латеральную плоскость,



при вертикальной оси вращения опоры. Весь спектр динамичных вращений в кросс, с изменениями уровней, направлений. Комплексы статичных вращений.

Формы прыжков допускают параллельные и аут спирали бедра.

### **15. Создание танцевальных комбинаций;**

Техника Лестера Хортон не является танцевальной. Однако преподаватель, при помощи своего умения и двигательных навыков лексического модуля данной техники, способен внедрить основные принципы построения движения в конкретную танцевальную фразу.

*3 курс, 5 семестр*

#### **1. Джаз танец (техника Мата Маттокса), как одно из направлений современной хореографии.**

Джаз танец является основным источником развития коммерческой поп хореографии, хип хоп направлений, балльных танцев. Это самый популярный этнический танец в мире. Влияние этносов Африки после их появления на других материках и континентах огромно. Джаз навсегда изменил музыку, то же самое он проделал и с хореографией. Современную хореографию невозможно представить без джаз танца. Однако, исследование форм джаз танца сфера эстрадного отделения, поэтому в данном комплексе предложена программа обучения одной формы – модерн джаз – синтезированной техники пластического языка Матта Маттокса.

#### **2. Принципы построения движений джаз танца (техника Мата Маттокса)**

Основа техники Маттокса – быстрые, сильные ноги. Движение строится из ног, стопы свободны от точных позиций. Изоляция – другой принцип построения движения. Под изоляцией мы понимаем движение кости или костей в одном конкретном суставе. Полицентричное движение означает присутствие движения в нескольких суставах. Направления движений и костей – прямые, что не мешает и не противоречит амплитуде движений в состоянии коллапса.

#### **3. Позиции и положения рук и ног в джаз танце.**

Джазовому танцу характерны следующие положения и позиции рук.

Позиции.

Первая позиция: направление плеч (первая кость руки) в стороны, ключица изолирована, крайние точки локти, предплечья параллельны полу, кисти сходятся в противоположных направлениях вправо-влево. Частной формой первой позиции является press-позиция с направлениями плеч по диагонали вниз;

Вторая позиция: направление плеч (первая кость руки) в стороны, ключица изолирована, крайние точки кисти, предплечья параллельны полу, кисти расходятся в противоположных направлениях вправо-влево. Частными формами второй позиции является V-положения с направлениями по диагонали вверх-в сторону, вниз-в сторону;

Третья позиция: направление плеч (первая кость руки) разнится, одно в сторону, другое вперед, ключица изолирована, крайние точки кисти, предплечья параллельны полу, кисти расходятся в перпендикулярных направлениях передней полусферы в сторону-вперед. Частными формами третьей позиции является L-положения с направлениями вверх-в сторону, вниз-в сторону;

Четвертая позиция: направление плеч (первая кость руки) разнится, одно вниз, другое вверх, ключица изолирована, крайние точки кисти, предплечья параллельны друг другу, кисти расходятся в противоположных направлениях передней полусферы вверх-вниз;

Пятая позиция: направление плеч (первая кость руки) идентичны – вверх, ключица изолирована, крайние точки кисти, предплечья параллельны друг другу, кисти стремятся в одном направлении передней полусферы вверх;

Шестая позиция: направление плеч (первая кость руки) в стороны, ключица изолирована, крайняя точка одной руки локоть, другой – кисть, предплечья параллельны полу, кисти стремятся в одном направлении вправо или влево;

Седьмая позиция: направление плеч (первая кость руки) разнится, одно в сторону, другое вперед, ключица изолирована, крайние точки кисти, одно предплечье параллельно полу, другое перпендикулярно, кисти расходятся в перпендикулярных направлениях передней полусферы в сторону и вверх;

Восьмая позиция: направление плеч (первая кость руки) идентичны – вперед, ключица изолирована, крайние точки направления плеч локти, предплечий – кисти, предплечья параллельны друг другу и полу в направлении вперед, кисти стремятся в одном направлении вверх;

Pressпозиция: Частная форма первой позиции с направлениями плеч по диагонали вниз, предплечий – перпендикулярно плечам по диагонали вниз в направлении сходящихся кистей;

Положения.

L-положение: частная форма третьей позиции, направление плеч (первая кость руки) разнится, одно в сторону, другое вверх, ключица изолирована, крайние точки кисти, одно предплечье параллельно полу, другое – перпендикулярно, кисти расходятся в перпендикулярных направлениях передней полусферы в сторону-вверх;

V-положение: частная форма второй позиции, направление плеч (первая кость руки) разнится, одно по диагонали вверх-вправо, другое по диагонали вверх-влево, ключица изолирована, крайние точки кисти, предплечья продолжают линию плеча, кисти расходятся в перпендикулярных направлениях верхней полусферы в по диагонали вверх, но перед собой;

Джазовому танцу характерны следующие положения и позиции ног.

Позиции.

Первая позиция: пятки расположены плотно друг к другу. Направления стоп варьируется от максимально противоположных (out) к параллельным (parallel);

Вторая позиция: пятки расположены по направлению от вертикально вниз под тазобедренным суставом до максимально расходящихся по диагонали вниз. Направления стоп варьируется от максимально противоположных (out) к параллельным (parallel) и сходящимся внутрь (in);

Четвертая позиция: направление бёдер вперед и вниз, крайние точки колени. Направление голеней вниз (от бедра вперед) и назад (от бедра вниз). Стопы параллельны одна full (от бедра вперед), другая halfpoint (от бедра вниз).

#### **4. Понятие центра оси массы.**

По́за колла́пса. В физике колла́пс – катастрофически быстрое сжатие крупной звезды после исчерпания её внутренних источников ядерной энергии. Понятие пластической позы колла́пса коррелирует с физическим. Центр оси массы в джазе стремится в полость большого таза.

### **5. Изоляция. Комплексы на отдельные центры. Волны, ripple.**

Изоля́ция (от фр. *isolation* – отделение, разобщение) - это телесное условие, при котором двигается одна конкретная кость или одна конкретная часть тела. Движение остальных костей и частей тела отсутствует. Изоляция характерна для всех стилей джаз танца.

Комплексы изоляции – это комбинации сочетания возможных движений. В зависимости от типа сустава, они бывают: сгибанием, разгибанием, вытягиванием, сжатием, наклоном, смещением, спиралью.

Волна – это последовательное движение сообщающихся костей. Пластические волны могут возникать как из центра оси массы, так и от крайних суставов конечностей: межфаланговых. Волны могут проходить сквозь все тело, могут изолироваться в отдельных его частях.

Ripple (от англ. Рябь, пульсация), частный случай волны возникающей из полости большого таза.

### **6. Координация. Комплексы на два и более центров.**

Координация (от лат. *Coordinatio* – взаимо-упорядочение) – процессы согласования активности мышц тела, направленные на успешное выполнение двигательной задачи. Характерной особенностью джаз танца является независимое движение отдельных частей тела.

Комплексы координации – это комбинации сочетания возможных движений разными частями тела. В зависимости от части тела, они бывают: симметричными, асимметричными, противоположными, последовательными, независимыми. Координация проучивается и в темповой, частотной разности.

### **7. Roll up, roll down. Уровни, скручивания.**

Roll (от англ. катить, свёртывать) up и down – это сворачивание (down) и разворачивание (up) позвоночника по вертикали в вверх и вниз. Используется в джаз танце повсеместно как разогревочный элемент, так и

лексических модулях. Понятия при downэто направления сворачивания (down) и разворачивания (up).

Уровни это положение центра оси массы по вертикали относительно высоты от пола. Уровни различают по точке опоры:

- нижний (опора таз на полу),
- средний (опора колени на полу),
- верхний (опора стопы на полу),
- прыжок (без опоры в пол);

Уровни используются как средство деления пространства, увеличения вариативности движения.

Скручивания это разнонаправленные спирали. Согласно полицентричной модели движения из одного центра может создаваться две спирали в противоположных направлениях. На это принципе основан танец твист (twist).

### **8. Swings, drops, shakes, shimmy.**

Swings (свинги) - это группа движений, основным качеством усилия в которых является свинг (swing), движение качания, направление движения по окружности, где рабочий сустав(ы) это центр круга. Свинги используют при движении рук, ног, торса, отдельных костей, группы костей.

Drops (дропы) - это группа движений, основным качеством усилия в которых является импакт (impact), движение ускорения, направление движения вниз. Дроп используют при движении рук, ног, торса, отдельных костей, группы костей.

Shakes (шейки) - это группа движений, основным качеством усилия в которых является пульсация (pulse), движение циклического усилия, направление движения не принципиально, амплитуда движения близка к усилию, мала. Шкала вариативности shakesбазируется на темпе, частоте цикличности (пульсации). Шейки используют при движении ключицы, грудной клетки, таза.

Shimmy (шимми) - частный случай shakes-ключицей. Основные направления вперед-назад, как правило, противоположные одной кости от другой.

## **1. Композиция урока модернджаз танца;**

Хотя Матт Маттокс и называл свой стиль преподавания как freejazz, однако в контексте развития джаз танца, его стиль точнее всего описывает понятие модерн джаз.

Композиция занятия модерн джаз танца строится на принципе усложнения движения в структуре циклических, из урока в урок, групп упражнений. Структура групп следующая:

- *Изоляция*. В рамках данной группы упражнений исследуются основные направления, амплитуда и ритм движения одной кости или группы костей одной из частей тела (шея, ключицы, плечи, предплечья, кисти, поясница (отдельно грудная клетка и таз), бедра, голени, стопы);

- *Координация*. В рамках данной группы упражнений исследуются основные направления, амплитуда и ритм движения нескольких костей или нескольких частей тела (шея, ключицы, плечи, предплечья, кисти, поясница (отдельно грудная клетка и таз), бедра, голени, стопы);

- *Экзерсис*. Группа танцевальных упражнений, где так или иначе задействованы все части тела. В рамках экзерсиса выделяют упражнения: plie; battement tendu; rond de jambe per terre (en l'air); adagio; battements. Возможно использование палки.

- *Кросс*. Группа упражнений, как танцевальных, так и циклических, основным направлением которых является прямая. Как правило, используют горизонтальную плоскость зала, перемещаясь от стены к стене. В число упражнений входят: steps, battements, jazzy ballet turns, jumps;

- *Танцевальные этюды*. Последовательность движений модерн джаз танца, связанных сюжетно, безсюжетно, музыкально, ритмически (без мелодической линии), манерно (соответственно определенному стилю исполнения, образу), импровизационно (free-jazz);

## **2. Формы plie, battement tendu в модерн джаз танце;**

Формы развития *сгибательной и разгибательной способности ног с изменением уровня таза по вертикали* в различной амплитуде и темпе движения, направлении усилия, коррелируют с формами plie классической исполнительской техники. Характерными чертами исполнения движения в технике модерн джаз танца является использование принципов построения движений джаз танца, позиции и положения рук джаз танца, позы коллапса, изоляции, rolls, swings, waves, ripples, contractions, releases, drops, shakes.

Возможно использование палки. Музыкальный размер варьируется, как правило, используют музыкальные композиции стилей gospel, blues, soul;

Формы развития *разгибания и сгибания костей ног в голеностопном суставе*, в направлении точек окружности (вперед, в сторону, назад), где тазобедренный сустав центр, нога радиус, при отсутствии движения таза. Разность амплитуды и темпа движения, направлении усилия, коррелируют с формами battement tendu классической исполнительской техники. Характерными чертами исполнения в технике модерн джаз танца является использование принципов построения движений джаз танца, позиции и положения рук джаз танца, позы коллапса, изоляции, swings, waves, ripples, contractions, releases, drops, shakes, jazzturns. Возможно использование палки. Музыкальный размер варьируется, как правило, используют музыкальные композиции стилей R'n'B, afro, swing;

### **3. Формы rond de jambe par terre, adagio в технике модерн джаза;**

Формы развития *подвижности и силы бедра в тазобедренном суставе при фиксированных коленном и голеностопном суставах*, в направлении точек окружности (по направлению окружности), где тазобедренный сустав вершина конуса<sup>6</sup>, нога - образующая конуса, при отсутствии движения таза. Разность амплитуды и темпа движения, направлении усилия, коррелируют с формами rond de jambe par terre классической исполнительской техники. Характерными чертами исполнения в технике модерн джаз танца является использование принципов построения движений джаз танца, позиции и положения рук джаз танца, позы коллапса, изоляции, swings, waves, ripples, contractions, releases, drops, jazz-turns. Возможно использование палки. Музыкальный размер варьируется, как правило, используют музыкальные композиции стилей gospel, lyrical jazz, soul;

Формы развития подвижности и силы бедра в тазобедренном суставе при *фиксированных и не фиксированных коленном и голеностопном суставах, в направлении точек шара (вперед, в сторону, назад, по направлению плоскости шара)*, где тазобедренный сустав центр, нога радиус, при отсутствии движения таза. Разность амплитуды и темпа

---

<sup>6</sup> Конус - геометрическое тело, образуемое вращением прямоугольного треугольника вокруг катета.

движения, направлении усилия, коррелируют с формами *adagio* классической исполнительской техники. Характерными чертами исполнения в технике модерн джаз танца является использование принципов построения движений джаз танца, позиции и положения рук джаз танца, позы коллапса, изоляции, *tilts, tables, lateral directions, swings, waves, ripples, contractions, releases, drops, jazzturns*. Возможно использование палки. Существует два приёма разгибания костей ноги в нужном направлении (по аналогии с классической исполнительской техникой): *relevelent* (когда с началом движения коленный сустав разогнут) и *develope* (когда с началом движения коленный сустав сгибается). Формы движения ноги между точками шара Музыкальный размер варьируется, как правило, используют музыкальные композиции стилей *gospel, lyricaljazz, soul*.

#### **4. Комплексы батманов, *tilt, jackknife, fankick*;**

Формы развития *темпа* подвижности и силы бедра в тазобедренном суставе при фиксированных и не фиксированных коленном и голеностопном суставах, в направлении точек шара (вперед, в сторону, назад), где тазобедренный сустав центр, нога радиус, при отсутствии движения таза. Разность амплитуды и темпа движения, направлении усилия, коррелируют с формами *grand battementjete* классической исполнительской техники. Характерными чертами исполнения в технике модерн джаз танца является использование принципов построения движений джаз танца, позиции и положения рук джаз танца, позы коллапса, изоляции, *swings, waves, ripples, contractions, releases, drops, shakes, jazzturns*. Возможно использование палки. Приём *relevelent* соответствует всем стилям джаз танца, приём *develope* - скорее особенность бродвейского джаза. Музыкальный размер варьируется, как правило, используют музыкальные композиции стилей *gospel, lyricaljazz, soul*.

*Tilt* - форма *battemets*, движение в положение латеральной диагонали.

*Jackknife*-форма *battemets*, движение в направлении точки поверхности шара приёмом *develope*.

*Fankick* - форма *battements*, круговое движение по направлению вертикальной, диагональной окружности поверхности шара, подобно движению лопасти вентилятора.



## **5. Кросс. Основные шаги: flat step, step ball change, slides, hip falls;**

Flatstep - базовый шаг джаз танца. Flat, в данном случае, означает плоский, ощущение плоской подошвы стопы. Шаг на плоскую стопу. Направления вперед, назад. Частота шага может коррелировать с вращением опоры. Различают положения стопы parallel, in.

Step ball change - частный случай чередования положений стопы в flat step: parallel-in-parallel-parallel-in-parallel... Направления вперед, назад. Допустимо использование вращений (как динамичных, так и статичных), слайдов, прыжков.

Slides - любые формы скольжений. Как правило, slide выполняется из flatstep в сторону (от корпуса, но в любом направлении) со скольжением толкающей ноги.

Hip falls - латеральный и сагитальный наклоны корпуса в противоположном шагу направлении, рабочая нога движется приемом devolope, fall (падение) в латераль в момент положения passe. Различают параллельные hipfall (направление шага вперед-назад) и аут hipfall (направление шага вправо-влево).

## **6. Основные вращения: на passé, degage, pencil. Статичные, динамичные;**

Вращения, как средство пластической выразительности, широко используются в джаз танце. Базовые виды вращений на полупальце одной ноги, имея направления en dehors и en dedans, отличаются положением не осевой ноги:

- passé - не осевая нога сгибается в колене, согнутая стопа касается колена осевой ноги. Различают параллельные и аут passé.

- degage - не осевая нога разогнута вперед, стопа поинт или флекс, высота над полом равна высоте полупальца осевой ноги.

- pencil - не осевая нога разогнута вниз, пятки ног касаются, стопа не осевой ноги в положении флекс.

## **7. Создание танцевальных комбинаций;**

Танцевальные комбинации - законченные пластические фразы в технике джаз танца. Составляются педагогом в соответствии с уровнем технических возможностей студентов, жанрового сегмента танцевальной

джазовой музыки. Допускается проучивание отрывков известных джазовых номеров.

*4 курс, 7 семестр*

### **1. Композиция урока в технике исследования движения (movement research);**

Композиционно занятие в технике исследования движения состоит из общих или индивидуальных разогревочных упражнений.

Основная часть урока состоит из практического выполнения студентами исследовательской задачи:

- практическое обоснование анализа движения по Р. Лабану;
- системный анализ хореографической фразы;
- исследование форм и качеств усилий;
- плоскости и направления усилий;
- построение пластической (движенческой фразы);
- практика исследования движения;

Кроме того, могут изучаться движения различных состояний, механизмы телесного принятия решений, различий шаблонов и т.д.

Заключительной частью занятия является обсуждение.

### **2. Практическое обоснование анализа движения по Р. Лабану.**

Целями исследовательской задачи является фокусировка студента на телесности, физических законах существования движения, определение основных категорий в контексте себя как объекта исследования.

Работа с пространством, практическое определение и фиксация кинесферы. Построение пространственной матрицы. Анализ реакций внутри тела, практика моделей общей телесной коммуникации их чередованием: дыхание, центр-периферия, голова-хвост, верхний-нижний, целое-половина.

### **3. Системный анализ хореографического произведения по Р. Лабану;**

Определение категорий используемого пространства:

- общее пространство произведения;
- зоны уровней;
- пространство предельного движения;

- формы следа движения;
- пути движения;
- межличностные пространства;
- кинесферы;
- тела;

Считывание авторского (либо стилового) изменения формы тела. Определение и функция обликов тел. Определение источников потока изменения формы тела. Определение качеств формы движения, способов изменения формы.

Анализ отношений:

- тело;
- тело-окружающая среда;
- тело-другое тело;

Анализ и определение фраз: подготовка/намерение → инициация → основное действие → переход.

Анализ личного в фразе.

#### **4. Определение, формы и качества усилий;**

Практика ощущения усилия как динамику, качественное использование энергии, текстуры, цвета, эмоции, внутреннего состояния.

Практическая работа с факторами усилий:

- поток – непрерывность, постоянство;
- вес – намерение, ориентация на себя, свою физичность;
- время – интуиция, принятие решений, ощущение момента;
- пространство – мышление, идеи, окружающая среда;

Работа с качествами усилий:

- импульс;
- импакт;
- свинг;
- взмах;
- акцент;
- пауза;
- отскок;
- вибрация;

#### **5. Определение, плоскости и теория направления усилий;**

Практика определения пространственного натяжения. Формирование кристаллических форм направлений пространственного натяжения.

Практическое исследование направлений и измерений, пересечения осей. Практика работы в трех измерениях: саггитальном, латеральном и спиральном.

Практика работы с определением и изменением направления усилия. Работа с поверхностью тела, касающейся, притягивающей, отталкивающей пол.

## **6. Построение движенческой фразы;**

Практические задачи по исследованию множества вариантов направлений усилия и противоположным им направлениям движения. Прием разделения длины последовательной передачи усилия костями, исследование множества вариантов направлений, при условии движения структурированных частей тела.

Практическое исследование наличия и необходимости связи: намерение-инициация-действие-переход; как во всем цикле, так и в связях отдельных компонентов.

Исследование возможностей совершенствования фразы приемами эмоционально-чувственных контрастов, изменения контроля усилий, вариантов изменения времени движения.

## **7. Практика исследования движения;**

Формы определения понятий «танец» и «не танец». Исследование практик танца и не танца. Определение практического функционала категорий: тело, пространство, время, отношения в контексте форм танца и не танца. Задачи импровизационного присутствия и отсутствия движения.

## **8. Создание танцевальных комбинаций;**

Формы вариантов изменения, совершенствования пластических фраз педагога. Работа с пластическим текстом в контексте постоянного изменения момента усилия, пространственных направлений, новых отношений, состояний и др.

## **1. Композиция урока пластического языка гага (gaga) Охада Нахарина**

Занятие пластическим языком гага имеет продолжительность 1 час непрерывного движения. Фокус осознания и движения перемещается от сустава к суставу последовательно, как правило, от шеи к стопам. При проработке следующего сустава, фокус осознания возвращается к предыдущим и прорабатывает их координацию, совместное движение нескольких суставов. Деление времени наполнения занятия строится на длительности периодов фокуса осознания и проработки движения, как изолированного, так и координационного.

На протяжении занятия варьируется темп движения посредством качества импакт, ускоряясь к финалу проработки как изолированных суставов, так и во время координации нескольких.

Ритмическое деление времени проработки движения индивидуально, однако к финалу педагог объединяет все движения в увеличении ускорения темпа и амплитуды, начиная обратный отсчет от десяти к нулю, при котором нуль – направленное вытягивание суставов с отсутствием движения в других направлениях, со сбросом усилия по окончании.

Активно используется пространство, как внешнее, так и внутреннее. Изменение направления усилия внутри тела и амплитуды движения в окружающем пространстве.

## **2. Принципы построения движений в гага**

Основной принцип движения пластического языка гага это первичность ощущений. По Нахарину, даже реально не двигаясь, мы можем почувствовать движение. Сочетание чувства движения и реального движения основа пластического языка гага. При условии, что эмоциональную окраску чувства движения создаёт исполнитель, в языке гага преподаватель ставит задачу соединять ощущение счастья, радости с чувством движения и с движением.

## **3. Использование элементов движенческой структуры классического экзерсиса в классе по гага-танцоры (gaga-dancers)**

При непрерывном последовательном движении от сустава к суставу, при работе ног, в языке гага используют элементы движенческой структуры

классического экзерсиса: plié по всем позициям, но со свободным корпусом; battement tendu и jete, rond de jambe par terre, приёмы adagio, grandjetes.

#### **4. Образность и элементы психологических установок в контексте непрерывного движения пластического языка гага;**

Психологические установки на ощущение радости и легкости движения обязательны для преподавания пластического языка гага. Образы мягкого тела, горячих мышц, жжения в теле. Важным элементом является кожа. Как внешняя оболочка тела, кожа может как сжиматься, так и растягиваться, создавая образ стремящегося наружу внутреннего. Так же применимы образы стихий: воды, земли, ветра и огня. Каждая из стихий имеет варианты состояний.

#### **5. Методические особенности композиции класса по гага-люди (gaga-people);**

При преподавании пластического языка гага, различают две формы интенсивности: gaga-dancers и gaga-people. В форме gaga-people нет цели профессионального совершенствования, есть цель чувства собственного тела и движения, его принятие и исследование. Практика gaga-people включает в себя элементы классического экзерсиса, не работает с амплитудой движения ног. При этом речь не идет об упрощении движений или о меньшей эмоциональной включенности. Пластический язык гага это не набор обязательных движений, это способ ощущения себя как тела.

#### **6. Подготовка к сдаче государственного экзамена;**

На данном этапе обучения под подготовкой государственного экзамена подразумевается окончательная верстка финальной работы. Как правило форма экзамена практический показ, однако на специализации «Современный танец» она может быть синтезированной. Исследования в современной хореографии могут привести к таким формам работ, как перформанс, хаппенинг, видеоданс, спектакль и т.д. Единственной формой экзамена, не допустимой в контексте современной хореографии является концерт.

### 3.3 Тематика индивидуальных занятий

Методическая карта дисциплины «Джаз танец» предусматривает \_\_ часов индивидуальных занятий с педагогом. Индивидуальные занятия направлены на углубленное изучение теоретического и практического материала, выявление и развитие индивидуальной пластической выразительности, на раскрытие личного творческого мышления студента.

#### **Тематика индивидуальных занятий:**

##### 1 семестр

1. Анализ движения в технике Марты Грэм.
2. Принципы создания движения в технике Марты Грэм.
3. Просмотр и анализ творческого наследия Марты Грэм.

##### 2 семестр

1. Создание учебных комбинаций в технике Марты Грэм.
2. Дискуссия по книге «Память крови. Автобиография» Марты Грэм.
3. Подготовка реферата на тему «Влияние творчества Марты Грэм на развитие современного хореографического искусства».

##### 3 семестр

1. Исследования движения в технике Лестера Хортона.
2. Принципы создания движения в технике Лестера Хортона.
3. Просмотр и анализ спектакля «Откровения» Элвина Эйли.

##### 4 семестр.

1. Создание учебных комбинаций в технике Лестера Хортона.
2. Создание танцевальной комбинации с элементами лексического модуля техники Лестера Хортона.
3. Подготовка реферата на тему «Влияние педагогической системы Лестера Хортона на развитие современного хореографического

искусства».

#### 5 семестр

1. Анализ движения в технике классического джаза.
2. Принципы построения движения в техниках джаз танца.
3. Просмотр и анализ спектаклей классических джазовых бродвейских мюзиклов.

#### 6 семестр

1. Создание учебных комбинаций в технике Матта Маттокса.
2. Подготовка реферата на тему творчества Джека Коула.
3. Подготовка реферата на темы творчества Жерома Роббинса и Боба Фосса.

#### 7 семестр

1. Создание проекта исследования качеств усилия.
2. Разработка индивидуального проекта исследования движения.
3. Подготовка реферата на тему анализа движения по Р. Лабану.

#### 8 семестр

1. Подготовка проекта пластического высказывания в контексте итога обучения.



## 4. РАЗДЕЛ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

### 4.1 Перечень вопросов к экзамену (зачету)

#### Требования к зачету

Зачет проводится по завершению \_ и \_ семестров. Форма зачета – практический показ лексических элементов в технике изучаемой модерн, джаз и контемпорари хореографии, исследования движения, а также учебных комбинаций и хореографических композиций, созданных на материале изучаемых форм движения.

#### Требования к экзамену

Экзамен по дисциплине «Джаз танец» проводится в два этапа: практический показ и теоретический опрос. Показ состоит из демонстрации студентами изученного материала и проводится по завершению практических часов. Теоретический опрос осуществляется по расписанию экзаменационной сессии.

### 4.2 Перечень теоретических вопросов для проведения экзамена

#### *1 курс*

1. История развития техники танца модерн.
2. Развитие танца модерн в контексте хореографического искусства Республики Беларусь.
3. Особенности техники Марты Грэм.
4. Периоды творчества Марты Грэм.
5. Позиции и положения в технике Марты Грэм.
6. Методика исполнения и преподавания contracton.
7. Методика исполнения и преподавания arch.
8. Методика исполнения и преподавания spiral.
9. Методика исполнения и преподавания tilt.
10. Композиция урока в технике Марты Грэм.
11. Принципы работы с полом в технике Марты Грэм.
12. Особенности экзерсиса на середине зала в технике Марты Грэм.
13. Драма и эмоциональное наполнение движения в технике Марты Грэм.
14. Особенности работы с музыкой и строения пластической фразы в технике Марты Грэм.

## *2 курс*

1. История развития техники танца модерн.
2. Развитие танца модерн в контексте хореографического искусства Республики Беларусь.
3. Особенности техники Лестера Хортона.
4. Периоды творчества Лестера Хортона.
5. Позиции и положения в технике Лестера Хортона.
6. Методика исполнения и преподавания flatbacks.
7. Методика исполнения и преподавания lateralstudies.
8. Методика исполнения и преподавания balancestudies.
9. Методика исполнения и преподавания swings.
10. Композиция урока в технике Лестера Хортона.
11. Особенности экзерсиса на середине зала в технике Лестера Хортона.
12. Особенности работы с музыкой и строения пластической фразы в технике Лестера Хортона.

## *3 курс*

1. История развития техники джаз танца.
2. Развитие джаз танца в контексте хореографического искусства Республики Беларусь.
3. Особенности различных техник джаз танца.
4. Позиции и положения в технике Матта Маттокса.
5. Принципы построения движений в джаз танце.
6. Композиция урока джаз танца в технике Маттаматтокса.
7. Изоляция. Методика исполнения и преподавания в джаз танце.
8. Координация. Методика исполнения и преподавания в джаз танце.
9. Методика исполнения и преподавания движений: rollup, rolldown, drops, swings.
10. Особенности экзерсиса на середине зала в технике Матта Маттокса, методика исполнения и преподавания упражнений из техники классического танца.
11. Методика исполнения и преподавания шагов: flat step, step ball change; Slides, hip falls.
12. Методика исполнения и преподавания вращений в джаз танце.

13. Особенности работы с музыкой и строения пластической фразы в технике джаз танца.

#### *4 курс*

1. История развития техники танца контемпорари.
2. Анализ движения по Рудольфу Лабану.
3. Системный анализ хореографического произведения по Р. Лабану.
4. Определение качества усилий.
5. Определение, плоскости и теория направлений усилий.
6. Теория пластической фразы.
7. Композиция занятия по исследованию движения (лаборатория).
8. Композиция занятия пластического языка гага Охада Нахарина.
9. Принципы построения движения в языке гага.
10. Особенности использования упражнений техники классического танца в языке гага.
11. Методика использования психологических установок в языке гага.

#### 4.3 Критерии оценки результатов учебной деятельности студентов

Критерии оценки результатов учебной деятельности студентов разработаны с учетом многолетней практики проведения зачетно-экзаменационных сессий по общепрофессиональным и специальным учебным дисциплинам.

**10 баллов (превосходно)** - ставится в исключительных случаях, когда студент демонстрирует высокий уровень знаний теории и методики преподавания модерн и джаз танца; показывает превосходные технические навыки исполнения; дает полные ответы на все поставленные вопросы; владеет методикой организации и проведения учебных занятий по модерн и джаз танцу; грамотно использует специальную терминологию; демонстрирует широкую эрудицию в области модерн и джаз танцев; умеет правильно работать с методической литературой.

**9 баллов (отлично)** - ставится, когда студент демонстрирует высокий уровень знаний теории и методики преподавания модерн и джаз танца; показывает отличные технические навыки исполнения; дает полные ответы на все поставленные вопросы; владеет методикой организации и проведения учебных занятий по модерн и джаз танцу и использует специальную терминологию; демонстрирует широкую эрудицию в области модерн и джаз

танцев; хорошо знает методическую литературу по современному танцу и умеет работать с ней.

**8 баллов (почти отлично)** - ставится, когда студент демонстрирует хороший уровень знаний теории и методики преподавания модерн и джаз танца; показывает отличные технические навыки исполнения; хорошо освоил методику организации и проведения учебных занятий по модерн и джаз танцу; владеет специальной терминологией; знает тенденции развития современного танца; умеет работать с методической литературой.

**7 баллов (очень хорошо)** - ставится, когда студент демонстрирует хороший уровень знаний теории и методики преподавания модерн и джаз танца; показывает хорошие технические навыки исполнения; в достаточной мере владеет методикой организации и проведения учебных занятий по модерн и джаз танцу; знает и использует специальную терминологию; умеет работать с методической литературой, но слабо ориентируется в тенденциях развития современного танца.

**6 баллов (хорошо)** - ставится, когда студент демонстрирует средний уровень знаний теории и методики преподавания модерн и джаз танца; показывает хорошие технические навыки исполнения; проявляет умения в организации и проведении учебных занятий по модерн и джаз танцу, но неуверенно пользуется специальной терминологией; умеет работать с методической литературой, но слабо ориентируется в тенденциях развития современного танца.

**5 баллов (почти хорошо)** - ставится, когда студент демонстрирует средний уровень знаний теории и методики преподавания модерн и джаз танца, но навыки и умения в организации и проведении учебных занятий недостаточно хорошо сформированы; допускает неточности в исполнении, а также в использовании специальной терминологии; ориентируется в тенденциях развития современного танца, но методическую литературу знает в недостаточном объеме.

**4 балла (вполне удовлетворительно)** - ставится, когда студент демонстрирует посредственный уровень знаний теории и методики преподавания модерн и джаз танца; проявляет недостаточно сформированные умения и навыки организации и проведении учебных занятий по модерн и джаз танцу; знает основную методическую литературу, но плохо пользуется специальной терминологией.

**3 балла (удовлетворительно)** - ставится, когда студент демонстрирует низкий уровень знаний теории и методики преподавания модерн и джаз танца; плохо владеет методикой организации и проведения учебных занятий по модерн и джаз танцу; ограниченно использует специальную терминологию, не ориентируется в тенденциях развития современного танца и плохо знает методическую литературу.

**2-1 балла (неудовлетворительно)** - выставляется, когда у студента отсутствуют знания по теории и методике преподавания модерн и джаз танцу.

#### 4.4 Задания для контролируемой самостоятельной работы

##### **Примерный список тем для самостоятельной работы**

Самостоятельная работа студента направлена на овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по контемпорари данс, обогащение опыта творческой исследовательской деятельности, формирование умений использовать справочную и специальную литературу, углубление теоретических знаний, формирование самостоятельности мышления, ответственности, инициативности и организованности, актуализацию способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации.

1 курс

1. Доклад на тему: «Богатство и многообразие современной танцевальной культуры».
2. Просмотр видеоматериалов с записями балетов труппы Марты Грэм.
3. Доклад на тему: «Жанровое разнообразие современного хореографического искусства».
4. Доклад на тему: «Мюзикл как один из жанров джазовой хореографии».
5. Доклад на тему: «Творчество балетмейстера Боба Фосса».
6. Подготовить конспект на тему: «Характеристика форм представлений мюзикл, спектакль».

## 2 курс

1. Доклад на тему: «Характеристика балета, как одного из жанров современной хореографии».
2. Просмотр видеоматериалов спектакля «Откровения» Элвина Эйли.
3. Просмотр видеоматериалов записей балетов хореографов Мэтта Маттокса, Гуса Джордано.
4. Доклад на тему: «Стилистические особенности европейского джаз танца».
5. Доклад на тему: «Деятельность балетмейстера Жерома Роббинсона».
6. Подготовить конспект на тему: «Сравнительный анализ американского и европейского джаз танца».

## 3 курс

1. Просмотр видеоматериалов бродвейских мюзиклов.
2. Просмотр видеоматериалов советских мюзиклов.
3. Просмотр видеоматериалов спектаклей Белорусского театра музыкальной комедии.
4. Доклад на тему: «Творчество ведущих российских балетмейстеров в области модерн хореографии».
5. Поиск трюковых элементов и вращений в технике джаз танца.
6. Доклад на тему: «Характеристика джаз танца в Беларуси».

## 4 курс

1. Доклад на тему «Характеристика спектаклей танцевальной труппы при молодежном театре эстрады».
2. Просмотр видеоматериалов спектаклей любительских коллективов Республики Беларусь.
3. Поиск методической литературы по модерн хореографии.
4. План-конспект «Особенности построения уроков по модерн танцу».
5. Доклад на тему «Развитие джаз танца вне сценической практики, социальные танцы».

## 5. ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 5.1 Учебная программа

#### ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная дисциплина «Джаз танец» является основной частью профессионального обучения будущих специалистов в области современного танца и тесно связана с такими учебными дисциплинами, как «Классический танец», «Искусство балетмейстера», «Характерный танец», «Мастерство актера», «Сценическое оформление танца и костюм», «История и теория хореографического искусства».

*Основной целью* изучения учебной дисциплины является формирование у студентов теоретических знаний и практических умений в области исполнительской и репетиционной работы в современной хореографии.

*Задачи учебной дисциплины:*

- развитие и усовершенствование исполнительских навыков артиста современного танца;
- свободное владение разными техниками современной хореографии, знание их отличий;
- развитие у студентов артистичности;
- изучение методики построения и проведения урока современного танца, принципов подбора музыкального оформления урока;
- изучение специфики работы в коллективах современной хореографии разных направлений (модерн хореографии, джаз хореографии, в контемпорари хореографии, в коллективах, исполняющих концертные миниатюры и др.).

В результате изучения учебной дисциплины студент должен *знать*:

- историю возникновения и развития современного танца;
- техники и направления современной хореографии;
- терминологию модерн, джаз, контемпорари танца;
- движения современного танца в подготовительной и законченной форме;
- приемы и методы изучения движений современного танца;
- методику построения и проведения урока современного танца;
- специфику работы в коллективах современного танца разных техник.

Студент должен *уметь*:

- создавать и исследовать художественный сценический образ;

- исполнять базовые движения разных стилей и техник современного танца;
- владеть разными техниками исполнения современного танца;
- адаптироваться к условиям работы в хореографических коллективах с разной стилистической направленностью;
- применять на практике аудио- и видеоматериалы.

Освоение образовательной программы по специальности 1-17 02 01 Хореографическое искусство, направлению специальности 1-17 02 01-10 Современной танец должно обеспечить формирование следующих групп компетенций.

#### **Социально-личностные компетенции.**

САК-4. Владеть навыками здорового образа жизни.

САК-5. Быть способным к критике и самокритике.

САК-6. Уметь работать в команде.

САК-11. Активно участвовать в творческих мероприятиях как местного, так и общенационального значения.

#### **Профессиональные компетенции.**

ПК-1. Исполнять хореографическую лексику разных видов танца.

ПК-2. Владеть актерским мастерством для создания художественных образов.

ПК-4. Контролировать и поддерживать на достаточном уровне собственный исполнительский хореографический уровень.

ПК-5. Взаимодействовать со специалистами смежных профилей.

ПК-13. Планировать и организовывать творческий процесс, опираясь на традиционные технологии обучения и воспитания танцовщиков, одновременно учитывать новые художественные тенденции.

ПК-14. Формировать исполнительскую, эстетическую и моральную культуру танцовщика.

В соответствии с учебным планом на изучение учебной дисциплины «Джаз танец» всего предусмотрено часов, из которых – аудиторные занятия (лекции, практические, индивидуальные занятия).

Рекомендуемые формы контроля знаний, умений и навыков студентов – зачеты и экзамены.



# СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

## Введение

Основная цель и задачи учебной дисциплины «Джаз танец». Основные формы существования современной хореографии. Требования к студенту на занятиях по современному танцу.

## Раздел I.

### Особенности модерн танца (техника Марты Грэм).

#### Основы пластической выразительности тела.

Тема 1. Модерн танец (техника Марты Грэм) как одно из направлений современной хореографии;

Модерн танец как техника, как пластический язык стал складываться в танце Марты Грэм, конечно, надо признать, что сама Марта училась в школе совсем не классической хореографии, и, соответственно, школа Рут Сент-Дени и Теда Шона была современной (не классической). Однако, ввиду масштаба влияния, бесспорно, движение «в технике» Грэм стало базой целого поколения хореографов.

Модерн танец связывают прежде всего с поиском средств выразительности «не классическим» способом, в отрицание классического способа построения движения, зачастую закливаясь на этом. Среди хореографов, проявивших себя влиянием на развитие исследования движения так же Хосе Лимон, Жоан Скиннер, Лестер Хортон.

Ключевым аспектом в исследовании движения Грэм был импульс усилия внутрь. Несмотря на то, что в целом язык движения Грэм использует всю длину тела и конечностей, руки самой Марты были очень длинные и красивые, она пользовалась этим, придав рукам отличный от классической школы спектр задач; главное ее усилие было направленно внутрь. Она изменила отношение к центру. Она не опиралась на таз, не пыталась быть выше и легче. Ее движение начиналось из таза и в таз возвращалась.

Тема 2. Принципы построения движений в технике Марты Грэм (партер).

Принципы работы позвоночника. Виды усилий

Таз находится на полу. Таз – это точка опоры тела. Позвоночник стремится к линии вертикально вверх из макушки. Суставы свободные, кости конечностей со-направлены. Рабочее пространство движения полусфера.

Позвоночник имеет два вида усилия: release и contraction. Это два противоположных усилия. Contraction это коллапс, release это взрыв. Их супер замедленные версии.

Следующие виды – спирали и твисты. Это усилие вращения: при спирали в одном направлении от центра, при твисте – в нескольких.

Усилие arch, скорее уже движение, это движение позвоночника из вертикали назад с удержанием головы как направление усилия.

### Тема 3. Позии ног, стоп в партере; кисти и рук;

В технике Марты Грэм все начинается в партере. Основой всех позиций ног является таз, все строится от него. Так же колени могут быть согнуты (bend), либо вытянуты (straight). Стопы – вытянуты (point) или сокращены (flax);

Frog позиция – таз вертикально на полу на седалищных костях; пальцы ног соприкасаются с полом и друг другом, пятки стремятся вверх от пола; коленные суставы расслаблены, разведены в разные стороны; тазобедренный сустав расслаблен; ощущение веса ноги, падающей на пол;

Первая позиция – таз вертикально на полу на седалищных костях; ноги вытянуты параллельно вперед; колени вытянуты, лежат на полу; пятки в воздухе над полом;

Вторая позиция – таз вертикально на полу на седалищных костях; ноги вытянуты стороны таким образом, чтобы вся задняя часть бедра, колено и икроножная лежали ровно на полу, при том, что колено направлено вертикально; пятки в воздухе над полом;

Третья позиция – таз вертикально на полу на седалищных костях; ноги согнуты в форме треугольника; колени на полу; одна стопа пальцами в сгибе колена, другая перед коленом point;

Четвертая позиция – таз на полу; ноги открыты вперед и назад; внутренняя часть бедра ноги, открытой назад, лежит на полу, колено 90', стопа point; колено ноги, вытянутой вперед, согнуто на 90' и слегка приподнято, подушечка полупальцев касается пол, пятка в воздухе;

Руки в технике Марты Грэм, при работе в партере направлены от центра, они не двигаются изолировано, сами по себе, они продолжение выдоха,

импульса движения от центра. Позиции рук могут быть параллельны (направления вниз, вперед, вверх) с прямыми или согнутыми локтями (1я, 3я, закрытая египетская позиции); открытыми в стороны (2я, V-позиция, curve и открытая египетская позиции);

В кисти есть два положения: cup позиция (кисть в форме чашки, как будто зачерпываем ладошкой воду) и flat hand (просто ровно открытая ладонь);

От запястного сустава кисть имеет положение flax ( $90^\circ$  к предплечью) и point ( $180^\circ$  в запястье).

#### Тема 4. Contraction, arch, twists и spiral, release, drops, diagonals

Движение contraction так или иначе присутствует в технике Марты Грэм всегда, даже если его нет. По сути, оно перевернуло осознание тела танцора. Идея в том, что копчик является началом усилия в пол, позволяя тазу и поясничному отделу позвоночника вытягиваться в изгиб. Движение contraction исполняется на выдохе. Стоит отметить, что contraction это усилие, создающее форму тела, важно не позволять гравитации через расслабленные мышцы формировать изгиб (сброс) позвоночника.

Практика contraction это начало изучения техники Марты Грэм, как в классическом танце все начинается с плие. Contraction проучивается в медленном темпе с некоторым количеством повторений. Постепенно темп стоит увеличивать. Следить за направлением выдоха. В комбинациях сочетается с arch, bounce, colaps, diagonal.

Движение arch обратно движению contraction в том контексте, что копчик и таз, упираясь в пол не позволяют поясничному отделу уходить в изгиб, а оставаясь вертикально, создают основу для отклонения головы, шейного и грудного отделов позвоночника в диагональ вверх-назад. Движение arch исполняется на выдохе. Arch проучивается в медленном темпе с некоторым количеством повторений. Постепенно темп стоит увеличивать. Следить за направлением выдоха. В комбинациях сочетается с contraction, bounce, colaps, diagonal.

Определение twists и spirals. Движения twist и spiral отличаются от arch и contraction плоскостью. В то время как последние два существуют в стреловидной (плоскость колеса), то первые – в плоскости двери (плоскость вращения). Отличие twist от spiral в том, что spiral исходит из первичного усилия в плоскость стола (пол) противоположному по направлению, а twist

строится на реакции от этого усилия однонаправленно. Движения проучиваются в медленном темпе с некоторым количеством повторений. Постепенно темп стоит увеличивать. В комбинациях сочетается с contraction, arch, bounce, colaps, diagonal.

Особенность release в технике Грэм в том, что это движение выполняется на вдох. Release является ключевым звеном между движениями. Это момент смены направления распределения первичного усилия. Отдельно не проучивается, так как включен в остальные движения дыханием.

Обратные друг другу движения в контексте дыхания. Важно понимать и практически исследовать направление движения diagonal как противоположное первичному усилию в пол на выдохе. При этом, исследуя движение drop на вдохе, нужно понимать направление движения из первичного усилия, а не позволять гравитации через расслабление мышц формировать его. Движения проучиваются в медленном темпе с некоторым количеством повторений. Постепенно темп стоит увеличивать. В комбинациях сочетается с contraction, arch, spiral, bounce, colaps.

#### Тема 5. Композиция урока модерн танца (техника Марты Грэм). Принципы построения движений в технике Марты Грэм (экзерсис)

Класс в технике М. Грэм разделен на два уровня. Базовый и профессиональный. Первый и второй имеют партерную часть. Эта часть урока ключевая. При условии практического изучения техники два учебных семестра (в контексте данной программы так и есть), стоит максимум времени уделить партеру. Структурно это часть состоит из практического изучения последовательно (согласно темам) сменяющих друг друга учебных комбинаций с развитием к более сложным качествам исполнения движений, увеличением длины движения. Базовый уровень может ограничиться партерной частью. При профессиональном уровне изучения необходимо иметь цель выводить технику на сцену, иметь сертифицированных преподавателей, уважать авторские права. На этом уровне движение изучается и в верхнем уровне. Структурно класс делится на движения строящиеся исходя из экзерсиса классической техники, но наполненные принципами техники движения М. Грэм. Заключительной частью урока является освоение сложных технических элементов: вращений и прыжков.

Принцип строения движения в технике Марты Грэм обратный принятому в классической хореографии. У Грэм четко обозначено понятие

центра, собственно центр оси Грэм сместила, по сравнению с классической танцевальной техникой. Грэм настаивает на ощущении таза центром. В этом чувстве нет джазовой полицентрии с акцентом на таз, здесь таз начинает движение торса, подобно первым движениям эмбриона в утробе. Усилия позвоночника это и есть движение, а конечности и голова, скорее, средства пластической выразительности. Понятие вертикали, прямых линий, больших поз, высоких ног и длинных рук, как средство выразительности в сочетании с манерными, очень драматичными позами. Сжатие и растяжение как продолжение дыхания. Прямые направления вытягивания и сжатий.

#### Тема 6. Формы *plie*, *battement tendu*, *rond de jambe par terre*, *battement fondu*, *adagio* в технике Марты Грэм

Предложения по новому прочтению знакомых движений, включенных в категорийный лист классической танцевальной техники, как метод преподавания собственной пластики.

В уроке классического танца *plie* выполняется как отдельное упражнение. В русской балетной школе, как правило, это первая учебная комбинация, с которой начинается экзерсис как у палки, так и на середине зала. Приседания выполняются на всей стопе по несколько раз в I, II, IV и V выворотных позициях в координации с плавным движением рук и головы (*portdebras*).

Грэм обращает внимание на то, что в *plie* таз может двигаться сагиттально. Она не придерживается строго выворотных позиций ног, поскольку тазу нужно пространство. Она сочетает *plie* и *contraction*, *arch*, *drops*, *spirales*, *shifts*. У Грэм *plie* - не сгибание ног, а опора для вращения (сагиттального и только назад) таза.

Батман (фр. *battement* – взмах, удар от гл. *battre* – махать, взмахивать, ударять, отбивать такт) – движение классического танца, представляющее из себя какое-либо отведение, приведение или сгибание одной, работающей ноги стоя на всей стопе или на полупальцах (пальцах) другой, опорной – вытянутой или согнутой в колене, а также с одновременным выполнением приседания, подъёма на полупальцы (пальцы) либо опускания на всю стопу.

Батман – общее наименование для всей группы движений; конкретизация достигается при помощи добавления прилагательного (*tendu* – вытянутый, *riqué* – колющий, *fondu* – тающий, *grand* – большой, *petit* – маленький и т. д.)

Battement tendu у Грэм так же является базой для движения таза и позвоночника: contraction, arch, drops, spirales, shifts.

Rond de jambe par terre - круговые движения ноги по полу в направлениях endehors и endedans.

Направления endehors и endedans не присутствуют в технике Марты Грэм, есть понятия право и лево. Начертание кругов на полу, геометрически идеальных, для выхода, в результате, на fouetté, не стоит как задача у Грэм. Движения ног по кругу сохраняют чувство работающего таза.

Батман – общее наименование для всей группы движений; конкретизация достигается при помощи добавления прилагательного (tendu – вытянутый, piqué – колющий, fondu – тающий, grand – большой, petit – маленький и т. д.)

Грэм также использует «тающее» упражнение для развития силы ног танцора. Отличительной исполнительской чертой является чувство таза как источника движения торса при характерных contraction, arch, drops, spirales, shifts. Акценты движения на крайние точки вытягивания и сжатия.

Battement relevé, – плавное поднятие работающей ноги, вытянутой в колене, на максимальную высоту (90° и выше) в каком-либо направлении. Battement développés – вытягивание ноги через passe. Элементы adagio.

Грэм широко использует tilt – положение вытянутой ноги по диагонали вверх, при латерально наклоненном от ноги тазом и торсом. Использует как выворотные, так и параллельные позиции ног при подъемах и вытягиваниях ног в различных направлениях.

## **Раздел II.**

### **Особенности модерн танца (техника Лестера Хортона).**

#### **Развитие пластической выразительности.**

Тема 7. Модерн танец (техника Лестера Хортона), как одно из направлений обучения современной хореографии. Принципы построения движений модерн танца;

Техника Лестера Хортона не является сценической формой движения, возможно, потому что свою главную постановку делал Лестер 20 лет. Тем не менее, во многом благодаря Элвину Эйли, его способ построения движения не был забыт, продолжает совершенствоваться. Наибольшее влияние техника

Лестера Хортона оказала на джаз танец, однако принципы построения движения в ней коррелируются со способами движения в техниках Грэм и Лимона, поэтому принято соотносить ее с модерн хореографией.

Основание, на котором строятся движения в технике Хортона - анатомия. Естественные параллельные позиции и положения ног, рук, корпуса. Хортон первым активно начал использовать латеральную плоскость корпусом. В классической технике в латеральной плоскости двигаются руки и ноги, при том, что ноги выворотны. Свинг, как принцип, так же является основным, но не ключевым, как у Лимона.

Тема 8. Squat and deep descent series, flatback series, lateral stretches, release swing series, lateral T studies, deep forward lunges;

Squat and deep descent series – это аналог plie, но только во второй параллельной позиции. Squat descent это половина deep descent. При исполнении важно упираться пятками в пол, не поднимать их. Комбинируется с roll up, roll down, drops, flatbacks, swings, bounces ит.д.

Ключевое движение, определяющее. Исполняется в саггитальной плоскости. Ноги во второй параллельной позиции. Усилие стопами в пол поворачивает таз в саггитальной плоскости вперед, вытягивая позвоночник в том же направлении до плоскости стола. Комбинируется с squat descent, releve, diagonal, roll up, roll down ит.д.

Движение идентичное flatback, только в латеральной плоскости. Ноги во второй широкой выворотной позиции. Усилие стопами в пол поворачивает таз в латеральной плоскости, вытягивая позвоночник в том же направлении, до параллели полу. Комбинируется в разности ритмов, с flatbacks, horizontal swing, release swing, plie, releve, drops ит.д.

Серия свинговых движений. Слово release в данной серии означает корпус в свободном падении. Амплитуда движения в латеральной плоскости. Три формы окончания движения: flatback, lateral, switch. Комбинируется с ronds, lateral T, вращениями.

Lateral T studies это bounce движение в ногах, release swing корпусом в саггитальной плоскости, свинговое в руках с выходом корпуса в латеральную диагональ и горизонталь. Комбинируется в разности ритмов, с ronds, латеральными вращениями.

Тема 9. Композиция урока модерн танца (техника Лестера Хортона), позиции и положения кисти, и рук;

Композиция класса в технике Лестера Хортона представляет собой серии *studies* (упражнения направленные на обучение основным формам движения, осознания их направлений и плоскостей), *fortifications* (упражнения на укрепление тела в целом и отдельных его частей), *balances* (серии упражнений на устойчивость), серий динамичных и статичных вращений, прыжков и танцевальных комбинаций.

Лестер Хортон в своей технике не был привязан к каким-то конкретным положениям и позициям рук. Он выделял направления. Направления рук вперед, в стороны, вверх, вниз. Кисти просто вытянуты, без жесткости. Руки ровные, прямые, без мягкости и округлости, суставы либо вытянуты, либо согнуты в прямые углы, либо вариации делений прямого угла.

Тема 10. *Leg swing series, stag position, hinges series, tables balance*, комплексы балансов и падений (*balances, falls*), *сoccus balance series, figure four studies*;

Свинговое движение ног. Широкое использование свинга в качестве основного способа движения максимально исследовано в технике Хосе Лимона, творческая и педагогическая деятельность которого предшествовала наработкам Хортона. Суть пластического свинга абсолютно физична. Свинг по Лабану это одно из качеств усилия. Подобно маятнику, нога (в движении *legswingseries*) из тазобедренного сустава двигается в сагиттальной и латеральной плоскостях, при неподвижных костях таза. Балансовое усилие в опорной ноге. Комбинируется с изменением угла коленного сустава (положения *bend* и *straight*), изменением и чередованием плоскостей (сагиттальной и латеральной), выходом в *rond* и *tilt*.

Положение *stag* это схожее по качеству положению *attitude* в классической технике, однако отличное от последнего усилиями. Так, корпус в спирали, противоположной ноге, стремящейся стопой вверх при колене, направленном вниз. Из *stag* позиции принято начинать свинги ногой.

*Hinge* – это сгибание и разгибание коленного сустава при ровном тазобедренном суставе, позвоночнике и открытых в сторону руках. Балансовое усилие в полупальцы. Комбинируется с *flatbacks, slides*.



Положение tables, выполняется ногами. Балансовое усилие в опорную ногу, рабочая нога спирально внутрь, вместе с тазовыми костями поднимается по диагонали вверх-вперед. Комбинируются

Balance studies схожа с формой adagio в классической технике, однако фокус внимания исполнителя концентрируется на опорной ноге, спираль рабочей ноги имеет варианты как out так и in направления, отсутствие спирали: parallel. Подъемы ноги как приёмом через passe, так и прямым коленным суставом, при чем само passe (при parallel и outspirales) так же может подниматься без вытягивания коленного сустава.

Комплексы падений и Лестера Хортон в сагиттальной плоскости при направлении назад основаны на движении hinge. В латеральной плоскости – lateral T.

Серия движений fortifications. Балансовое усилие в тазовые кости и копчик (соссух). Одновременный подъем корпуса и ног с вариациями разных углов сгиба коленного, плечевого суставов. Как правило строится по нарастанию вовлечения количества работающих суставов и по убыванию при достижении максимально возможного количества.

Положение passe в классической технике очень важно с точки зрения распределения усилия и баланса. Хортон также уделяет массу внимания положению figure four. Различие с классическим passe в точке соприкосновения двигающейся ноги и опорной. В положении figure four стопа двигающейся ноги выходит за колено опорной спереди, тогда как в классической технике стопа «упирается» пальцами в колено. Комбинируется с falls, swings и т.д.

### **Раздел III.**

#### **Особенности джаз танца (техника Мэтта Маттокса): специфика исполнительства**

Тема 11. Джаз танец, как одно из направлений современной хореографии. Принципы построения движений джаз танца. Позиции и положения рук и ног в джаз танце.

Джаз танец является основным источником развития коммерческой поп хореографии, хип хоп направлений, балльных танцев. Это самый популярный этнический танец в мире. Влияние этносов Африки после их появления на других материках и континентах огромно. Джаз навсегда

изменил музыку, то же самое он проделал и с хореографией. Современную хореографию невозможно представить без джаз танца. Однако, исследование форм джаз танца сфера эстрадного отделения, поэтому в данном комплексе предложена программа обучения одной формы – модерн джаз – синтезированной техники пластического языка Мэтта Маттокса.

Основа техники Маттокса – быстрые, сильные ноги. Движение строится из ног, стопы свободны от точных позиций. Изоляция – другой принцип построения движения. Под изоляцией мы понимаем движение кости или костей в одном конкретном суставе. Полицентричное движение означает присутствие движения в нескольких суставах. Направления движений и костей – прямые, что не мешает и не противоречит амплитуде движений в состоянии коллапса.

Джазовому танцу характерны следующие положения и позиции рук.

Позиции.

Первая позиция: направление плеч (первая кость руки) в стороны, ключица изолирована, крайние точки локти, предплечья параллельны полу, кисти сходятся в противоположных направлениях вправо-влево. Частной формой первой позиции является press-позиция с направлениями плеч по диагонали вниз;

Вторая позиция: направление плеч (первая кость руки) в стороны, ключица изолирована, крайние точки кисти, предплечья параллельны полу, кисти расходятся в противоположных направлениях вправо-влево. Частными формами второй позиции является V-положения с направлениями по диагонали вверх-в сторону, вниз-в сторону;

Третья позиция: направление плеч (первая кость руки) разнится, одно в сторону, другое вперед, ключица изолирована, крайние точки кисти, предплечья параллельны полу, кисти расходятся в перпендикулярных направлениях передней полусферы в сторону-вперед. Частными формами третьей позиции является L-положения с направлениями вверх-в сторону, вниз-в сторону;

Четвертая позиция: направление плеч (первая кость руки) разнится, одно вниз, другое вверх, ключица изолирована, крайние точки кисти, предплечья параллельны друг другу, кисти расходятся в противоположных направлениях передней полусферы вверх-вниз;

Пятая позиция: направление плеч (первая кость руки) идентичны – вверх, ключица изолирована, крайние точки кисти, предплечья параллельны друг другу, кисти стремятся в одном направлении передней полусферы вверх;

Шестая позиция: направление плеч (первая кость руки) в стороны, ключица изолирована, крайняя точка одной руки локоть, другой – кисть, предплечья параллельны полу, кисти стремятся в одном направлении вправо или влево;

Седьмая позиция: направление плеч (первая кость руки) разнится, одно в сторону, другое вперед, ключица изолирована, крайние точки кисти, одно предплечье параллельно полу, другое перпендикулярно, кисти расходятся в перпендикулярных направлениях передней полусферы в сторону и вверх;

Восьмая позиция: направление плеч (первая кость руки) идентичны – вперед, ключица изолирована, крайние точки направления плеч локти, предплечий - кисти, предплечья параллельны друг другу и полу в направлении вперед, кисти стремятся в одном направлении вверх;

Press позиция: Частная форма первой позиции с направлениями плеч по диагонали вниз, предплечий – перпендикулярно плечам по диагонали вниз в направлении сходящихся кистей;

Положения.

L-положение: частная форма третьей позиции, направление плеч (первая кость руки) разнится, одно в сторону, другое вверх, ключица изолирована, крайние точки кисти, одно предплечье параллельно полу, другое – перпендикулярно, кисти расходятся в перпендикулярных направлениях передней полусферы в сторону-вверх;

V-положение: частная форма второй позиции, направление плеч (первая кость руки) разнится, одно по диагонали вверх-вправо, другое по диагонали вверх-влево, ключица изолирована, крайние точки кисти, предплечья продолжают линию плеча, кисти расходятся в перпендикулярных направлениях верхней полусферы в по диагонали вверх, но перед собой;

Джазовому танцу характерны следующие положения и позиции ног.

Позиции.

Первая позиция: пятки расположены плотно друг к другу. Направления стоп варьируется от максимально противоположных (out) к параллельным (parallel);

Вторая позиция: пятки расположены по направлению от вертикально вниз под тазобедренным суставом до максимально расходящихся по

диагонали вниз. Направления стоп варьируется от максимально противоположных (out) к параллельным (parallel) и сходящимся внутрь (in);

Четвертая позиция: направление бёдер вперед и вниз, крайние точки колени. Направление голеней вниз (от бедра вперед) и назад (от бедра вниз). Стопы параллельны одна full (от бедра вперед), другая halfpoint (от бедра вниз).

Тема 12. Изоляция. Комплексы на отдельные центры. Волны, ripple.

Координация. Комплексы на два и более центров.

Изоляция (от фр. isolation – отделение, разобщение) - это телесное условие, при котором двигается одна конкретная кость или одна конкретная часть тела. Движение остальных костей и частей тела отсутствует. Изоляция характерна для всех стилей джаз танца.

Комплексы изоляции – это комбинации сочетания возможных движений. В зависимости от типа сустава, они бывают: сгибанием, разгибанием, вытягиванием, сжатием, наклоном, смещением, спиралью.

Волна – это последовательное движение сообщающихся костей. Пластические волны могут возникать как из центра оси массы, так и от крайних суставов конечностей: межфаланговых. Волны могут проходить сквозь все тело, могут изолироваться в отдельных его частях.

Ripple (от англ. Рябь, пульсация), частный случай волны, возникающей из полости большого таза.

Координация (от лат. coordinatio – взаимоупорядочение) – процессы согласования активности мышц тела, направленные на успешное выполнение двигательной задачи. Характерной особенностью джаз танца является независимое движение отдельных частей тела.

Комплексы координации – это комбинации сочетания возможных движений разными частями тела. В зависимости от части тела, они бывают: симметричными, асимметричными, противоположными, последовательными, независимыми. Координация проучивается и в темповой, частотной разности.

Тема 13. Rollup, rolldown. Уровни, скручивания. Swings, drops, shakes, shimmy.

Roll (от англ. катить, свёртывать) up и down – это сворачивание (down) и разворачивание (up) позвоночника по вертикали в вверх и вниз. Используется

в джаз танце повсеместно как разогревочный элемент, так и лексических модулях. Понятия up и down это направления сворачивания (down) и разворачивания (up).

Уровни – это положение центра оси массы по вертикали относительно высоты от пола. Уровни различают по точке опоры:

- нижний (опора таз на полу),
- средний (опора колени на полу),
- верхний (опора стопы на полу),
- прыжок (без опоры в пол);

Уровни используются как средство деления пространства, увеличения вариативности движения.

Скручивания – это разнонаправленные спирали. Согласно полицентричной модели движения из одного центра может создаваться две спирали в противоположных направлениях. На это принципе основан танец твист (twist).

Swings (свинги) – это группа движений, основным качеством усилия в которых является свинг (swing), движение качания, направление движения по окружности, где рабочий сустав(ы) это центр круга. Свинги используют при движении рук, ног, торса, отдельных костей, группы костей.

Drops (дропы) – это группа движений, основным качеством усилия в которых является импакт (impact), движение ускорения, направление движения вниз. Дроп используют при движении рук, ног, торса, отдельных костей, группы костей.

Shakes (шейки) – это группа движений, основным качеством усилия в которых является пульсация (pulse), движение циклического усилия, направление движения не принципиально, амплитуда движения близка к усилию, мала. Шкала вариативности shakes базируется на темпе, частоте цикличности (пульсации). Шейки используют при движении ключицы, грудной клетки, таза.

Shimmy (шими) – частный случай shakes ключицей. Основные направления вперед-назад, как правило, противоположные одной кости от другой.

Хотя Мэтт Маттокс и называл свой стиль преподавания как freejazz, однако в контексте развития джаз танца, его стиль точнее всего описывает понятие модерн джаз.

Композиция занятия модерн джаз танца строится на принципе усложнения движения в структуре циклических, из урока в урок, групп упражнений. Структура групп следующая:

- Изоляция. В рамках данной группы упражнений исследуются основные направления, амплитуда и ритм движения одной кости или группы костей одной из частей тела (шея, ключицы, плечи, предплечья, кисти, поясница (отдельно грудная клетка и таз), бедра, голени, стопы);

- Координация. В рамках данной группы упражнений исследуются основные направления, амплитуда и ритм движения нескольких костей или нескольких частей тела (шея, ключицы, плечи, предплечья, кисти, поясница (отдельно грудная клетка и таз), бедра, голени, стопы);

- Экзерсис. Группа танцевальных упражнений, где так или иначе задействованы все части тела. В рамках экзерсиса выделяют упражнения: plie; battement tendu; rond de jambe per terre (en l're); adajio; battements. Возможно использование палки.

- Кросс. Группа упражнений, как танцевальных, так и циклических, основным направлением которых является прямая. Как правило, используют горизонтальную плоскость зала, перемещаясь от стены к стене. В число упражнений входят: steps, battements, jazz и baletturns, jumps;

- Танцевальные этюды. Последовательность движений модерн джаз танца, связанных сюжетно, бессюжетно, музыкально, ритмически (без мелодической линии), манерно (соответственно определенному стилю исполнения, образу), импровизационно (freejazz).

Тема 15. Формы plie, battement tendu, rond de jambe par terre, adajio, комплексы батманов, tilt, jackknife, fankick в модерн джаз танце

Формы развития **сгибательной и разгибательной способности ног с изменением уровня таза по вертикали** в различной амплитуде и темпе движения, направлении усилия, коррелируют с формами plie классической исполнительской техники. Характерными чертами исполнения движения в технике модерн джаз танца является использование принципов построения движений джаз танца, позиции и положения рук джаз танца, позы коллапса, изоляции, rolls, swings, waves, ripples, contractions, releases, drops, shakes.

Возможно использование палки. Музыкальный размер варьируется, как правило, используют музыкальные композиции стилей gospel, blues, soul;

Формы развития **разгибания и сгибания костей ног в голеностопном суставе**, в направлении точек окружности (вперед, в сторону, назад), где тазобедренный сустав центр, нога радиус, при отсутствии движения таза. Разность амплитуды и темпа движения, направлении усилия, коррелируют с формами *battement tendu* классической исполнительской техники. Характерными чертами исполнения в технике модерн джаз танца является использование принципов построения движений джаз танца, позиции и положения рук джаз танца, позы коллапса, изоляции, *swings, waves, ripples, contractions, releases, drops, shakes, jazz turns*. Возможно использование палки. Музыкальный размер варьируется, как правило, используют музыкальные композиции стилей R'n'B, afro, swing;

Формы развития **подвижности и силы бедра в тазобедренном суставе при фиксированных коленном и голеностопном суставах**, в направлении точек окружности (по направлению окружности), где тазобедренный сустав вершина конуса<sup>7</sup>, нога – образующая конуса, при отсутствии движения таза. Разность амплитуды и темпа движения, направлении усилия, коррелируют с формами *rond de jambe par terre* классической исполнительской техники. Характерными чертами исполнения в технике модерн джаз танца является использование принципов построения движений джаз танца, позиции и положения рук джаз танца, позы коллапса, изоляции, *swings, waves, ripples, contractions, releases, drops, jazz turns*. Возможно использование палки. Музыкальный размер варьируется, как правило, используют музыкальные композиции стилей gospel, lyrical jazz, soul.

Формы развития подвижности и силы бедра в тазобедренном суставе при **фиксированных и не фиксированных коленном и голеностопном суставах, в направлении точек шара (вперед, в сторону, назад, по направлению плоскости шара)**, где тазобедренный сустав центр, нога радиус, при отсутствии движения таза. Разность амплитуды и темпа движения, направлении усилия, коррелируют с формами *adagio* классической исполнительской техники. Характерными чертами исполнения в технике модерн джаз танца является использование принципов построения движений

---

<sup>7</sup> Конус - геометрическое тело, образуемое вращением прямоугольного треугольника вокруг катета.

джаз танца, позиции и положения рук джаз танца, позы коллапса, изоляции, tilts, tables, lateral directions, swings, waves, ripples, contractions, releases, drops, jazzturns. Возможно использование палки. Существует два приёма разгибания костей ноги в нужном направлении (по аналогии с классической исполнительской техникой): relevent (когда с началом движения коленный сустав разогнут) и devolore (когда с началом движения коленный сустав сгибается). Формы движения ноги между точками шара музыкальный размер варьируется, как правило, используют музыкальные композиции стилей gospel, lyrical jazz, soul.

Формы развития темпа подвижности и силы бедра в тазобедренном суставе при фиксированных и не фиксированных коленном и голеностопном суставах, в направлении точек шара (вперед, в сторону, назад), где тазобедренный сустав центр, нога радиус, при отсутствии движения таза. Разность амплитуды и темпа движения, направлении усилия, коррелируют с формами grand battement jete классической исполнительской техники. Характерными чертами исполнения в технике модерн джаз танца является использование принципов построения движений джаз танца, позиции и положения рук джаз танца, позы коллапса, изоляции, swings, waves, ripples, contractions, releases, drops, shakes, jazz turns. Возможно использование палки. Приём relevent соответствует всем стилям джаз танца, приём devolore – скорее особенность бродвейского джаза. Музыкальный размер варьируется, как правило, используют музыкальные композиции стилей gospel, lyrical jazz, soul.

Tilt – форма battemets, движение в положение латеральной диагонали.

Jackknife – форма battemets, движение в направлении точки поверхности шара приёмом develop.

Fankick – форма battements, круговое движение по направлению вертикальной, диагональной окружности поверхности шара, подобно движению лопасти вентилятора.

Тема 16. Кросс. Основные шаги: flat step, step ball change, slides, hip falls.

Основные вращения: на passé, degage, pencil. Статичные, динамичные;

Flatstep – базовый шаг джаз танца. Flat, в данном случае, означает плоский, ощущение плоской подошвы стопы. Шаг на плоскую стопу. Направления вперед, назад. Частота шага может коррелировать с вращением опоры. Различают положения стопы parallel, in.



Step ball change – частный случай чередования положений стопыв flat step: parallel-in-parallel-parallel-in-parllel... Направления вперед, назад. Допустимо использование вращений (как динамичных, так и статичных), слайдов, прыжков.

Slides – любые формы скольжений. Как правило, slide исполняется из flatstep в сторону (от корпуса, но в любом направлении) со скольжением толкающей ноги.

Hipfalls – латеральный и сагиттальный наклоны корпуса в противоположном шагу направлении, рабочая нога движется приёмом devolore, fall (падение) в латераль в момент положения passe. Различают параллельные hipfall (направление шага вперед-назад) и аут hipfall (направление шага вправо-влево).

Вращения, как средство пластической выразительности, широко используется в джаз танце. Базовые виды вращений на полупальце одной ноги, имея направления endehors и endedans, отличаются положением не осевой ноги:

- passe – не осевая нога сгибается в колене, согнутая стопа касается колена осевой ноги. Различают параллельные и аут passe.
- degage – не осевая нога разогнута вперед, стопа поинт или флекс, высота над полом равна высоте полупальца осевой ноги.
- pencil – не осевая нога разогнута вниз, пятки ног касаются, стопа не осевой ноги в положении флекс.

#### Раздел IV.

### **Особенности танца контемпорари (техники movement research, гага): специфика исполнительства**

Тема 17. Композиция урока в технике исследования движения (movement research), Практическое обоснование анализа движения по Р. Лабану.

Композиционно занятие в технике исследования движения состоит из общих или индивидуальных разогревочных упражнений.

Основная часть урока состоит из практического выполнения студентами исследовательской задачи:

- практическое обоснование анализа движения по Р. Лабану;
- системный анализ хореографической фразы;
- исследование форм и качеств усилий;

- плоскости и направления усилий;
- построение пластической (движенческой фразы);
- практика исследования движения;

Кроме того, могут изучаться движения различных состояний, механизмы телесного принятия решений, различий шаблонов и т.д.

Заключительной частью занятия является обсуждение.

Целями исследовательской задачи является фокусировка студента на телесности, физических законах существования движения, определение основных категорий в контексте себя как объекта исследования.

Работа с пространством, практическое определение и фиксация кинесферы. Построение пространственной матрицы. Анализ реакций внутри тела, практика моделей общей телесной коммуникации их чередованием: дыхание, центр-периферия, голова-хвост, верхний-нижний, целое-половина.

Тема 18. Системный анализ хореографического произведения по Р. Лабану.

Определение, формы и качества усилий. Определение, плоскости и теория направления усилий;

Определение категорий используемого пространства:

- общее пространство произведения;
- зоны уровней;
- пространство предельного движения;
- формы следа движения;
- пути движения;
- межличностные пространства;
- кинесферы;
- тела;

Считывание авторского (либо стилизового) изменения формы тела. Определение и функция обликов тел. Определение источников потока изменения формы тела. Определение качеств формы движения, способов изменения формы.

Анализ отношений:

- тело;
- тело-окружающая среда;
- тело-другое тело;

Анализ и определение фраз: подготовка/намерение → инициация → основное действие → переход.

Анализ личного в фразе.

Практика ощущения усилия как динамику, качественное использование энергии, текстуры, цвета, эмоции, внутреннего состояния.

Практическая работа с факторами усилий:

- поток – непрерывность, постоянство;
- вес – намерение, ориентация на себя, свою физичность;
- время – интуиция, принятие решений, ощущение момента;
- пространство – мышление, идеи, окружающая среда;

Работа с качествами усилий:

- импульс;
- импакт;
- свинг;
- взмах;
- акцент;
- пауза;
- отскок;
- вибрация;

Практика определения пространственного натяжения. Формирование кристаллических форм направлений пространственного натяжения.

Практическое исследование направлений и измерений, пересечения осей. Практика работы в трех измерениях: сагиттальном, латеральном и спиральном.

Практика работы с определением и изменением направления усилия. Работа с поверхностью тела, касающейся, притягивающей, отталкивающей пол.

Тема 19. Построение движенческой фразы. Практика исследования движения. Создание танцевальных комбинаций

Практические задачи по исследованию множества вариантов направлений усилия и противоположным им направлениям движения. Прием разделения длины последовательной передачи усилия костями, исследование множества вариантов направлений, при условии движения структурированных частей тела.

Практическое исследование наличия и необходимости связи: намерение-инициация-действие-переход; как во всем цикле, так и в связях отдельных компонентов.

Исследование возможностей совершенствования фразы приемами эмоционально-чувственных контрастов, изменения контроля усилий, вариантов изменения времени движения.

Формы определения понятий «танец» и «не танец». Исследование практик танца и не танца. Определение практического функционала категорий: тело, пространство, время, отношения в контексте форм танца и не танца. Задачи импровизационного присутствия и отсутствия движения.

Формы вариантов изменения, совершенствования пластических фраз педагога. Работа с пластическим текстом в контексте постоянного изменения момента усилия, пространственных направлений, новых отношений, состояний и др.

Тема 20. Композиция урока пластического языка гага (gaga) Охада Нахарина.

Принципы построения движений в гага;

Занятие пластическим языком гага имеет продолжительность 1 час непрерывного движения. Фокус осознания и движения перемещается от сустава к суставу последовательно, как правило, от шеи к стопам. При проработке следующего сустава, фокус осознания возвращается к предыдущим и прорабатывает их координацию, совместное движение нескольких суставов. Деление времени наполнения занятия строится на длительности периода фокуса осознания и проработки движения, как изолированного, так и координационного.

На протяжении занятия варьируется темп движения посредством качества импакт, ускоряясь к финалу проработки как изолированных суставов, так и во время координации нескольких.

Ритмическое деление времени проработки движения индивидуально, однако к финалу педагог объединяет все движения в увеличении ускорения темпа и амплитуды, начиная обратный отсчет от десяти к нулю, при котором нуль – направленное вытягивание суставов с отсутствием движения в других направлениях, со сбросом усилия по окончании.

Активно используется пространство, как внешнее, так и внутреннее. Изменение направления усилия внутри тела и амплитуды движения в окружающем пространстве.

Основной принцип движения пластического языка гага – это первичность ощущений. По Нахарину, даже реально не двигаясь, мы можем почувствовать движение. Сочетание чувства движения и реального движения

основа пластического языка гага. При условии, что эмоциональную окраску чувства движения создаёт исполнитель, в языке гага преподаватель ставит задачу соединять ощущение счастья, радости с чувством движения и с движением.

Тема 21. Использование элементов движенческой структуры классического экзерсиса в классе по гага-танцоры (gaga-dancers);

При непрерывном последовательном движении от сустава к суставу, при работе ног, в языке гага используют элементы движенческой структуры классического экзерсиса: plie по всем позициям, но со свободным корпусом; battement tendu и jete, rond de jambe par terre, приёмы adagio, grand jetes.

Психологические установки на ощущение радости и легкости движения обязательны для преподавания пластического языка гага. Образы мягкого тела, горячих мышц, жжения в теле. Важным элементом является кожа. Как внешняя оболочка тела, кожа может как сжиматься, так и растягиваться, создавая образ стремящегося наружу внутреннего. Так же применимы образы стихий: воды, земли, ветра и огня. Каждая из стихий имеет варианты состояний.

## 5.2 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы и темы	Количество аудиторных часов			Количество часов КСР	Форма контроля знаний
	лекции	практические занятия	индивидуальные занятия		
Введение	1				
<b>Раздел I. Особенности модерн танца (техника Марты Грэм). Основы пластической выразительности тела.</b>					
Тема 1. Модерн танец (техника Марты Грэм) как одно из направлений современной хореографии;	3				
Тема 2. Принципы построения движений в технике Марты Грэм (партер). Принципы работы позвоночника. Виды усилий		4	2	4	
Тема 3. Позиции ног, стоп в партере; кисти и рук;		4		4	
Тема 4. Contraction, arch, twists и spiral, release, drops, diagonals;		10		4	
Тема 5. Композиция урока модерн танца (техника Марты Грэм). Принципы построения движений в технике Марты Грэм (экзерсис);		6	2	4	
Тема 6. Формы plie, battement tendu, rond de jambe par terre, battement fondu, adagio в технике Марты Грэм;		8		4	
Всего	6	32	4	20	э
<b>Раздел II. Особенности модерн танца (техника Лестера Хортона). Развитие пластической выразительности.</b>					
Тема 7. Модерн танец (техника Лестера Хортона), как одно из направлений обучения современной хореографии. Принципы построения движений модерн танца;	2	6	5	2	
Тема 8. Squat and deep descent series, flatback series, lateral stretches, release swing series, lateral T studies, deep forward lunges;	2	14		4	
Тема 9. Композиция урока модерн танца (техника Лестера Хортона), позиции и положения кисти, и рук;	2	12	5	4	
Тема 10. Leg swing series, stag position, hinges series, tables balance, комплексы балансов и падений (balances, falls),		14		4	
Всего	6	46	10	14	з
<b>Раздел III. Особенности джаз танца (техника Мэтта Маттокса): специфика исполнительства</b>					

Тема 11. Джаз танец, как одно из направлений современной хореографии. Принципы построения движений джаз танца. Позиции и положения рук и ног в джаз танце.	2	8	4	4	
Тема 12. Изоляция. Комплексы на отдельные центры. Волны, ripple. Координация. Комплексы на два и более центров.		14		4	
Тема 13. Roll up, roll down. Уровни, скручивания. Swings, drops, shakes, shimmy.		16		4	
Тема 14. Композиция урока модерн джаз танца;	2	10	4	4	
Тема 15. Формы plie, battement tendu, rond de jambe par terre, adagio, комплексы батманов, tilt, jackknife, fankick в модерн джаз танце;		16		4	
Тема 16. Кросс. Основные шаги: flat step, step ball change, slides, hip falls. Основные вращения: на passé, degage, pencil. Статичные, динамичные;		14		4	
Всего	4	78	8	24	э
<b>Раздел IV. Особенности танца контемпорари (техники movementresearch, гага): специфика исполнительства</b>					
Тема 17. Композиция урока в технике исследования движения (movement research), Практическое обоснование анализа движения по Р. Лабану.	2	22	6	4	
Тема 18. Системный анализ хореографического произведения по Р. Лабану. Определение, формы и качества усилий. Определение, плоскости и теория направления усилий;	2	22		8	
Тема 19. Построение движенческой фразы. Практика исследования движения. Создание танцевальных комбинаций		22	6	8	
Тема 20. Композиция урока пластического языка гага (gaga) Охада Нахарина. Принципы построения движений в гага;	2	22		8	
Тема 21. Использование элементов движенческой структуры классического экзерсиса в классе по гага-танцоры (gaga-dancers);		22		4	
Всего	6	110	12	32	э

## 5.3 ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

### Литература

#### *Основная*

1. Грэм, Марта. Память крови - М: Garage, 2017. - 240 с.
2. Жак-Далькроз, Эмиль. Ритм, его воспитательное значение для жизни и искусства. Шесть лекций. СПб.: Изд. журнала «Театр и искусство», б.г.
3. Сидоров А. А. Современный танец. М.: Первина, 1923.
4. Дункан, Айседора. Танец будущего. Моя жизнь. Киев: Мистецтво, 1980.
5. Айламазян, Аида. О судьбе «музыкального движения» // Балет. № 4 (1997): 20-23.
6. Баринов, Владимир. "Москва. Танцующий век." 2000.
7. Мислер, Николетта. В начале было тело / ред. Н. Ракова. - М.: Искусство XXI век, 2011. - 448 с.
8. Карпенко В. Н., Карпенко И. А. Генезис танцевальной терминологии в современном танце // Наука искусство культура - 2017. - 1 (13). - С. 17-23.
9. Богданова Л.А. Современный российский танец в поиске культурной самоидентификации // Вестник Вятского государственного гуманитарного университета. - 2009. - № 3. - С. 84-87.
10. Чалова А.И., Овечкина И.С. Танцевальная импровизация как жанр современной хореографической культуры // В сборнике: Развитие социально-культурной сферы юга России Материалы региональной научно-практической конференции молодых учёных. - 2017. - С. 63-65.
11. Курюмова Н.В. Современный танец: от хореографического языка к феноменологии тела и обратно // Вестник Гуманитарного университета. - 2015. - № 2 (9). - С. 60-65
12. Никитин В. Ю. Современный танец или contemporary dance? // Academia: Танец. Музыка. Театр. Образование. - 2016. - № 4. - С. 77-96.



13. Е. П. Белова, А. А. Фирер. «Энциклопедия Балет» / - к печати - 2010. - М., 2011 - 2012.
14. Сарабьянов Д.В. "Стиль модерн". М. 2000.
15. Сироткина Ирина. Свободное движение и пластический танец в России. М.: Новое литературное обозрение, 2011. - 319 с.

*Дополнительная*

1. Волконский, С.М. Выразительный человек. Сценическое воспитание жеста (по Дельсарту) / С.М.Волконский. – М. :Ленанд, 2015. – 248 с.
2. Чурко, Ю.М. Линия, уходящая в бесконечность: субъективные заметки о современной хореографии / Ю.М.Чурко. – Минск: Полымя, 1999. – 224 с.
3. McDonagh D. Martha Graham, A Biography. New York: Praeger, 1973
4. Morgan B. Martha Graham: Sixteen Dances in Photographs. Dobbs Ferry: Morgan & Morgan, 1980
5. Mille A. de. Martha: The Life and Work of Martha Graham. New York: Random House, 1991
6. Tracy R. Goddess – Martha Graham's Dancers Remember. Pompton Plains: Limelight Editions, 1997
7. Freedman R. Martha Graham: A Dancer's Life. New York: Clarion Books, 1998
8. Bird D. Bird's Eye View: Dancing With Martha Graham and on Broadway Pittsburgh: Univ. of Pittsburgh Press, 2002
9. Horosko M. Martha Graham: The Evolution of Her Dance Theory and Training. Gainesville: Univ. Press of Florida, 2002
10. Eliane Seguin, "Histoire de la danse jazz", 2003, Editions CHIRON
11. Jennifer Dunning, "Alvin Ailey: a life in dance", Da Capo Press, 1998
12. A. Peter Bailey, "Revelations: the autobiography of Alvin Ailey", Carol Pub. Group,
13. Margot L. Torbert, "Teaching Dance Jazz", Margot Torbert, 2000;
14. Sabine Gehm. Knowledge in motion: perspectives of artistic and scientific research in dance, ed. Bielefeld: Transcript, 2007
15. Margrit Bischofa.o., Hrsgs. Bielefeld. Konzepte der Tanzkultur: Wissen und Wege der Tanzforschung: Transcript, 2010