

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ**

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**(ДГТУ)**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**

к рабочей программе дисциплины

# «Джазовый танец»

для студентов направления

51.03.02 Народная художественная культура профиль

«Руководство хореографическим коллективом» (заочная форма обучения)

Ростов-на-Дону 2022г.

# ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.

**Для проведения текущего контроля на 1 и 2 курсах предусмотрены следующие задания:**

# Задания для оценивания результатов обучения в виде знаний

Вопросы к зачёту.

1. Основные движения джазового экзерсиса на середине.
2. Основные упражнения и джазовые движения у станка.
3. Шаги и кроссы в джазовом танце.
4. Основные прыжки в джазовом танце.
5. Вращения в джазовом танце.
6. Принципы построения рисунков в джазовом танце.
7. Основное положение корпуса и центра тяжести в джазовом танце.
8. Основные позиции рук в джазовом танце.
9. Основные позиций ног в джазовом танце.
10. Понятие изоляции.
11. Понятие уровней.
12. Принципы импульса и управления.
13. Принцип координации 2-центров.
14. Методика и виды падений в джазовом танце.
15. Использование в танце позы коллапса.
16. Активное передвижение исполнителя в пространстве не только по горизонтали, но и по вертикали.
17. Изолированные движения различных частей тела.
18. Использование ритмически сложных и синкопированных движений.
19. Полиритмия джазового танца.
20. Комбинирование и взаимопроникновение музыки и танца.
21. Индивидуальные импровизации в общем танце.

# Вопросы к экзамену

1. Изучение основных движений экзерсиса на середине. Изучение основных упражнений и движений у станка.
2. Шаги, кроссы, прыжки и вращения в джазовом танце.
3. Основное положение корпуса и центра тяжести, позиций рук и разновидности положений рук, основные позиций ног в джазовом танце.
4. Понятие изоляции. Изолированные движения различных частей тела.
5. Понятие уровней.
6. Принципы импульса и управления.
7. Принцип координации 2-центров (бицентрия) в параллель, в оппозицию.
8. Принцип координации 3-х центров (трицентрия) в параллель, в оппозицию.
9. Принцип координации 2-х и 3-х центров в передвижении. Принцип координации более трех центров.
10. Методика и виды падений.
11. Активное передвижение исполнителя в пространстве не только по горизонтали, но и по вертикали.
12. Полиритмия танца.
13. Комбинирование и взаимопроникновение музыки и танца.
14. Индивидуальные импровизации в общем танце.
15. Методика и виды прыжков в джазовом танце.
16. Техника исполнения поворотов.
17. Техника исполнения поворотов на различных уровнях.
18. Использование элементарных акробатических элементов («колесо», стойки и т.д.) в джазовой постановке.
19. Понятие центра. Центр и периферия. Понятие центральной оси тела.
20. Взаимодействие с гравитацией. Использование веса тела при движении, использование силы инерции.
21. Органичное движение во взаимодействии с полом.
22. Понятие параллельных позиций. Изучение параллельных позиций (параллельная, II параллельная позиция, IV параллельная позиция).
23. Работа позвоночника в джазовом танце.
24. Техника исполнения Contraction.
25. Техника исполнения Release.
26. Техника исполнения Relax (принцип расслабления).
27. Контактная импровизация.

Среди множества форм воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем учат понимать и создавать прекрасное. Развивается образное мышление и фантазия. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений, формирует художественное «я» человека. Сегодня популярность современного танца растет бешеными темпами. Танцевальные течения разветвляются и синтезируются. Данная методическая разработка ориентирована на одно из самых сложных направлений современного танца: джаз-танец.

Джаз-танец из-за своего названия автоматически ассоциируется с

джазовой музыкой и какследствие с чем-то не особо и современным. Верно наполовину. Джаз-танец имеет те же корни, что и джазовая музыка – это смесь европейской и африканской культур. Отсюда характерные его особенности: эффектные четкие позы, вращения, повороты и прыжки, свободные движения всех частей тела и всех конечностей (в противоположность балету, где свободны только ноги, а корпус остается

«застывшим»), ритмичность и эмоциональность.

Корни этого направления следует искать в танцевальной культуре афро- американцев. Импровизация, заложенная в самой природе афро-джаза, получает в джазе свое логическое продолжение и достигает определенного витка исторического развития.

Четкость линий, законченность движений, не отрицающие при этом плавность перетекания поз из одной в другую. Причудливость и в некоторой степени "космизм" хореографических решений отражают музыкальный замысел- вслед за музыкой, тело чутко повторяет ее прихотливый рисунок. Много внимания в танце уделяется поиску баланса и использованию тела для создания формы в пространстве.

Также важными принципами джаз-танца особенно его разновидности блюз-джаз танца-являются некоторая хаотичность движений, замысловатость переводов рук, подчеркивающие интенсивный ритм музыки.

В наше время джаз-танец, конечно, преобразился. В нем подчас

слышатся жесткие ритмы, эмоциональный напор, даже некоторая агрессия.

Многие люди думают, что джаз только для старшего поколения, музыка, под которую можно расслабляться, обедать или засыпать, музыка easy listening (легкого прослушивания). На самом деле джаз-танец может исполняться под быстро-темповые, иногда даже агрессивные ритмы Swing/Bebop, Afro Cuban, Brazilian, Latin, Funky Jazz.

Важнейшая особенность джаз-танца - импровизация. Она помогает танцору отражать те изменения, которые происходят в окружающем мире (эстетические и социальные). Отличительные особенности джаз-танца -это также чувственность, эмоциональность. Душа в джаз-танце живет вместе с телом, в одном ритме, настрое...

Блюз-Джаз - медленный, чувственный и эмоциональный танец, исполняемый под блюзовую музыку. В блюз-джаз танце могут выражаться одиночество грусть, тоска, страдание, гнев и радость также, как и любовь, страсть- любые переживания из всего спектра человеческих чувств и эмоций. Экспрессия- очень важный фактор в джаз-танце. Музыка выражается через драматические грандиозные движения.

Современный джаз-танец предлагает неограниченные возможности, требуя от исполнителей творчества и индивидуальности. Кто-то хочет развлекаться, кто- то стремится передавать таинственные, непостижимые жизненные перипетии, третьих увлекает чистое движение, композиция, ритм.

Техника и стиль каждого артиста зависят от уровня его подготовки. Сегодня мы находим много вариации в стилях. Одних привлекает примитивная африканская техника, другие соединяют модерн с этническим танцем, третьи используют tap-dance.

Чтобы отличиться в джаз-танце, танцор должен заниматься и классической балетной техникой, позволяющей отлично контролировать свое тело, придать силу мышцам, улучшить aplombe (равновесие), а также исполнять резкие и четкие движения, присущие джаз-танцу.

## Техника изоляции

Среди технических принципов джаз-танца идея изоляции является главной. Без нееджаз-танца не может быть. Полностью освободить свое тело, сделать его инструментом танца артист в джаз-танце сможет тогда, когда освоит технику изоляции.

В африканском танце тело как бы состоит из отдельных частей-центров: это голова и шея, плечевой пояс, грудная клетка, пелвис (тазобедренная часть), руки и ноги. Поскольку рукии ноги состоят из отдельных сочленений: в руке

- кисть, предплечье, в ноге - стопа и голеностоп, то эти части центров, которые называются ареалами, могут также изолироваться и выполнять движения независимо от других центров. Эти центры могут пространственно и ритмически независимо двигаться, именно это и создает полицентрию движения. Каждая часть тела, или каждый центр, имеет свое собственное поле напряжения и свой собственный центр движения, В своем движении изолированные центры могут сочетаться друг с другом (координироваться).

В джаз-танце существует понятие, на первый взгляд, противоречащее

изоляции, когда один центр активизирует другой центр, как бы управляет им, но при управлении заметен временной разрыв между движениями. Первоначально начинает движение один центр, затем через определенный промежуток времени - другой, третий и т. д. При активизации центра мы затрачиваем определенное мышечное усилие, которое и называется импульсом.

## Contraction and release

Другим важным фактором является осознание необходимости напряжения- расслабления (contraction-release). Без этого танцор не может работать в манере изоляции. Напряжение и расслабление сосуществуют. Если одна часть тела расслаблена, то напряжение удерживается остальными частями тела.

Эти два термина связаны с положением торса, рук и ног. Contraction - сжатие, сокращение, т.е. относительное уменьшение объема тела. Противоположное понятие - release, т. е. расширение, когда тело расширяется в пространстве.

Contraction и release тесно связаны с дыханием. Contraction исполняется на выдохе, release на вдохе. Взаимосвязь дыхания и движения приводит к естественности, придает динамическую окраску движениям. Contraction не является динамическим движением, т.е. сжатие происходит за счет сокращения мышц, а не за счет их движения. Contraction и release- это базисные понятия, заложенные в технике Грэхем, а затем заимствованные различными другими системами. Марта Грэхем утверждала, что contraction начинается в глубине таза, между берцовыми костями, а затем распространяется вверх, захватывая весь позвоночник, последней в движение приходит голова. Аналогично, снизу вверх, исполняется и release.1 Это замечание очень важно, поскольку зачастую contraction исполняют в "солнечное сплетение", что является серьезной ошибкой. К обучению contraction педагогу необходимо подходить очень внимательно.

## Область таза

Многие педагоги джаза сегодня особо подчеркивают значимость этой области, с которой связаны многие движения в джаз-танце и которая придает танцу чувственность и страстность.

Современный джаз-танец заимствовал терминологию и отдельные движения из различных танцевальных направлений. У балета он взял французскую терминологию и некоторые движения, позиции рук и ног. Модерн дал джаз-танцу величайшую свободу в раскрепощении торса и включение его в активную работу.

У степа была заимствована подчеркнутая ритмизация движений. Бальные танцы тоже оказали влияние на становление и развитие джаз-танца. Оказывают на него влияние и популярные танцы. В начале века это был чарльстон. Когда латиноамериканские танцы становились популярными, базовые шаги также заимствовались (шаги из Ча-ча-ча, Мамбы,Самбы).

Также велико влияние стилей hip-hop, r'n'b, Latin, contemporary, funky, house, free style. Появились новые движения рук, бедер, ритмические изменения.

В джаз-танце могут пересекаться различные стили- традиционный (классический джаз мюзиклов), лирический, афро и модерн, contemporary. Так большое значение в джаз-танце имеет изобретательность и импровизация, многие танцоры привносят в свой танец совершенно другие стили.

Характерная черта джаз-танца состоит в использовании человеческого тела для отстукивания ритмов музыки, как это присуще музыкальным инструментам. Изломы движений тела и гротесковые метания на пол придают джазу мощную энергетику, котораязахлестнет Вас с ног до головы.

Основные особенности джаз-танца рассматриваются с двух сторон: внешней (движенческие, формообразующие) и внутренней (психодуховные).

Внешняя сторона предполагает следующие черты: взаимосоответствие движений танцора с ритмообразующей основой; гипервыражаемая динамика напряженности тела с четкими границами переходных моментов; присутствие множества ведущих точек векторов движения; видимая смещенность главного центра движения из основных во вспомогательные; обыгрывание второго, третьего и т.д. планов музыкального сопровождения. Особенность джаз-танца -полная свобода движений всего тела танцора и отдельных частей тела, как по горизонтали, так и по вертикали. Танец джаз- это, прежде

всего, воплощение эмоций танцора, его ощущений, а не формы или идеи, как например, в модерн-танце.

Обладая уникальным для танцевальных стилей ассортиментом выразительных средств, джаз-танец остается выбором номер один для выдающихся темпераментов, парадоксальных характеров и мятущихся душ людей, которые склонны к самопознанию, расширению своего внутреннего мира и демонстрации зрителям его несметных богатств.

Основные принципы джаз-танца относятся прежде всего к технике движения. Они сложились в процессе эволюции различных систем танца. При анализе африканского фольклорного танца Кэтрин Данхэм выделила следующие технические особенности этого стиля:

## Использование в танце позы коллапса.

Речь идет о своеобразном держании тела, когда нет напряжения и вытянутости вверх. Тело свободно и расслабленно, его изгибы немного утрируются, колени согнуты, торс и голова чуть наклонены вперед. Основное отличие джаз-танца, танца-модерн и классического балета прежде всего лежит в держании позвоночника. Если в классическом балете позвоночник является осью всего тела, осью вращения и прыжка, и существует даже специальный термин "поставить спину", то в джазовом танце все диаметрально противоположно- позвоночник мягкий и расслабленный. В танце-модерн позвоночник, как и в классическом танце, является осью движения, но эта ось не всегда направлена строго вертикально, а очень часто изгибается и вращается в различных отделах. При напряжении невозможно движение отдельных центров, например пелвиса или грудной клетки, в то время как при достаточном расслаблении такие движения возможны. Основная задача педагога на первом этапе обучения- добиться достаточной свободы позвоночника, чтобы совершать движения различных его частей. Но в тоже время тело должно быть достаточно напряженным, чтобы движения были энергичны. Распределение напряжения и расслабление- основы техники джазового танца.

*Активное передвижение исполнителя в пространстве как по горизонтали, так и по вертикали.*

*Изолированные движения различных частей тела.*

*Использование ритмически сложных и синкопированных движений.*

При движении 2-х центров одновременно мы говорим о бицентрии, 3-х- трицентрии,при движении всех центров- полицентрии.

**Полицентрия**- это основополагающий принцип танцевальной техники. Для того чтобы перевести его в реальную видимость танца, существует технический прием, который называется изоляцией и подразумевает, что каждая часть тела, центр, двигается независимо от другой части. Эта, на первый взгляд, простая задача достаточно сложна для начинающего танцора, так как по анатомическим особенностям нашего тела все центры тесно связаны между собой, и движение, например, головы, естественно вызывает напряжение в плечевом поясе или в грудной клетке. Однако изоляция- это основной технический прием, с которого начинается обучение джаз-танцу.

## Полиритмия танца.

В джаз-танце центры могут двигаться не только в различных пространственных направлениях, но и в различных ритмических рисунках, метрически независимых друг от друга.

Полиритмия тесно связана с музыкой. Африканские фольклорные танцы сопровождают исключительно ударные инструменты. Зачастую используется несколько инструментов, каждый из которых ведет свой собственный ритм. Современная музыка, в особенности джазовая, монометрична по своей структуре, т.е. наложения различных ритмических рисунков не происходит, однако во время импровизации того или иного инструмента на основной, базовый ритм накладывается ритм импровизации. Это приводит к появлению такого музыкального понятия, как свинг, т.е. определенной пульсации основного ритма, связанного со смещением мелодического рисунка и ритмической основы произведения. Именно это смещение невозможно зафиксировать нотными знаками, однако оно очень

влияет на танцевальное движение, которое исполняется под свинговую музыку, поэтому танцор должен чувствовать своим телом музыкальный свинг и стараться воплотить его в движении. Отсюда и появляется не только музыкальное, но и танцевальное понятие свинга. В танце это понятие означает раскачивание, моторно-ритмическое движение какой- либо части тела или всего тела целиком. Свинг в движении должен исполняться прежде всего свободным, ненапряженным корпусом или отдельной частью тела (рукой, ногой, головой, пелвисом). При этом движении главная задача- почувствовать вес тела или его части и свободно раскачиваться вверх-вниз, вперед-назад или из стороны в сторону.

Свинговые движения корпуса особенно помогают расслабить позвоночник и снять излишнее напряжение.

Примером полиритмического движения является ударник, который одновременно руками и ногами создает разнообразные ритмы и зачастую поет.

Все вышесказанное относится и к иной по жанру музыке, используемой для создания хореографического произведения. Современная музыка, не только джазовая, в основном очень сложна по ритмической структуре. Особую сложность у исполнителя вызывают нечетные размеры, которые непривычны для эстетики классического балета.

Сравнивая методы различных педагогов, совершенно четко можно выделить следующиеразделы занятия**:**

* разогрев;
* изоляция;
* упражнения для позвоночника;
* уровни;
* кросс- передвижения в пространстве;
* комбинация или импровизация

Рассмотрим основные задачи каждого раздела, методику преподавания и педагогические приемы.

1. **Разогрев**. Задачи раздела занятия - привести двигательный аппарат в рабочее состояние, разогреть мышцы. В отличие от классического тренажа с определенной ответственностью упражнений, в джаз-модерн танце существуют различные способы разогрева: у станка, на середине зала и в партере. По функциональным задачам можно выделить четыре группы упражнений:
   * **первая** - упражнения стрэтч - характера, т.е. растяжение, связанные со статическим напряжением мышц различных частей тела.
   * **вторая –** упражнения, связанные с наклонами и поворотами торса. Они помогают разогреть и привести в рабочее состояние позвоночник и его отделы (именно на позвоночник падает основная нагрузка в дальнейших частях урока). Эти упражнения эффективнее всего стоя или в партере.
   * **третья –** упражнения, связанные с разогревом ног. Здесь много заимствований из классического экзерсиса: plie, releve, battement tendu, battement jete и т.д.
   * **четвертая –** упражнения, связанные с расслаблением позвоночника и включает в себя упражнения свингового характера или падения (drop) торса в различных направлениях. При сочетании всех упражнений достигается необходимый разогревразличных мышц.
   * **упражнения у станка:** перегибы и наклоны торса, растяжки, demi-plie и grand-plie по параллельным и выворотным позициям, упражнения для разогрева стопы иголеностопа.
   * **разогрев на середине зала:** спирали и изгибы торса, наклоны, упражнения на напряжение и расслабление, упражнения для разогрева позвоночника, упражнения, заимствованные из занятия классического танца.
   * **в партере:** упражнения для позвоночника, упражнения стрэтч- характера, упражнения для разогрева стопы и голеностопа.

Педагог имеет возможность выбрать тот разогрев, который наиболее полно готовит тело исполнителя для дальнейших нагрузок, необходимых для выполнения дальнейших задач. Темп разогрева также может быть различен: упражнения в медленном темпе, построенные на статическом напряжении, или упражнения, выполненные в более быстром темпе.

Разогрев должен состоять из 5-6 упражнений на различные группы мышц. Возможно сочетание нескольких движений в единую комбинацию, которая обязательно исполняется с двух ног и во всех направлениях. Возможно также изменять расположение исполнителя. Например, несколько упражнений у станка сочетать с упражнениями на середине зала или упражнения на середине выполнять с изменениями уровней, т.е. несколько упражнений выполняются с положения «стоя», затем «сидя» и «лежа» или наоборот из положения

«лежа» постепенно подняться в положение «стоя». Здесь нет четких правил и законов, все зависит от уровня подготовки группы (естественно для слабо подготовленных детей требуется больше времени для разогрева).

Использование в разогреве прыжков является достаточно спорным. Многие педагоги придерживаются той точки зрения, что тело ребенка еще не готово к таким нагрузкам. Однако маленькие прыжки типа pas sauté или emboite в конце разогрева хорошо активизируют мышцы и являются своеобразной кульминацией перед следующим более спокойным разделом занятия.

1. **II. Изоляция.** Эта часть занятия более насыщена упражнениями, чем предыдущая. И если в разогреве все тело активизируется, то при изоляции происходит глубокая работа с мышцами различных частей тела.

Сначала педагогу необходимо добиться достаточной свободы позвоночника обучающихся, т.е. научить держать положение коллапса. Для этого используется несколько упражнений

на напряжение и расслабление с тем, чтобы дети более свободно распределяли напряжениена позвоночник.

**Поза коллапса –** своеобразное держание тела, когда нет напряжения и вытянутости вверх. Тело свободно расслаблено, его изгибы немного утрируются, колени согнуты, торс и голованемного наклонены вперед.

**Изоляции**, как правило, подвергаются все центры – от головы до ног. Однако возможны комбинации, когда последовательно исполняется одно движение головой, одно - грудной клеткой, одно – руками, одно – пелвисом (бедрами), одно – ногами. При исполнении подобных «цепочек» очень важно использовать принцип управления, т.е. из одного центра передавать импульс в другой.

Первоначально все движения исполняются в «чистом» виде, причем возможно исполнение двумя способами: медленное сжатие и расширение (например, медленный наклон головы вперед и максимальный наклон головы назад) или резко достичь максимального положения. Но в том и в другом случае центр, приведенный в движение, должен достигать своего крайнего возможного положения.

Второй этап обучения – соединение движений одного центра в простейшие комбинации: крест, квадрат, круг, полукруг.

Следующий этап – соединение в более сложные геометрические комбинации, ритмические структуры, соединение движений нескольких центров.

Основная задача педагога во время изучения движений изолированных центров – следить за тем, чтобы движения были действительно изолированными, чтобы во время движения одного центра не двигался другой. Эта, на первый взгляд, простая задача вызывает трудности, т.к. анатомически все центры тесно связаны.

1. **Упражнения для позвоночника.** Если техника изоляции заимствована из джазового танца, то движение тела целиком, без изоляции отдельных центров – своеобразие танца- модерн. Основой этой техники служит, прежде

всего, позвоночник, поэтому главная задача педагога – развить у детей подвижность во всех его отделах.[2,с.33]

Виды движений: наклоны торса, изгибы торса, спирали,body roll («волна»), contraction, release, high release, tilt, lay out.

**Спирали** – это внутреннее движение, развивающее подвижность позвоночника в тазобедренном суставе.

**Сontraction, release, high release** – эти положения используются во многих техниках современного танца. Это не динамическое движение. Сontraction – это сжатие всех мышц иотносительное уменьшение объема тела, которое как бы аккумулирует энергию для дальнейшего движения. Движение выполняется на выдохе.

**Release** – понятие, противоположное положению contraction. Тело освобождается и немного расширяется в пространстве. Release выполняется на вдохе.

Положение **high release** – высокое расширение, т.е. положение вдоха гиперболизируется, торс приподнимается и немного прогибается назад, но голова не запрокидывается и перегиб проходит через 7-й позвонок, грудная клетка приподнимается руки в V-положении вверху.

Во время исполнения tilt (угол) позвоночник является центральной осью тела, но эта ось несколько смещается от строго вертикального положения. Т.е. корпус, сохраняя прямую линию, отклоняется вправо или влево. Tilt может исполняться и на одной ноге. Другая нога в это время может быть в положении «у колена» или быть открытой в любом из направлений. В других техниках это движение иногда называют «lay out». Суть его состоит в одновременном подъеме ноги приемом developpe или releve lent на 90º и одновременном наклоне торса в противоположном направлении. Положения tilt и lay out используются в основном в adagio, исполняются в медленном темпе и позволяют воспитать такие качества, как выворотность и шаг, устойчивость и точность позировки.

1. **Уровни.** Джаз танец достаточно широко использует движение исполнителя на полу (в партере). Основные уровни: стоя, сидя на корточках,

«на четвереньках», стоя на коленях, сидя и лежа. Задачи уровней во время занятия многообразны. Во-первых, в различных уровнях исполняются упражнения на изоляцию (особенно это эффективно в нижних уровнях, т.к. нет необходимости держать вес тела, и все центры двигаются более свободно). Во-вторых, в партере очень полезно выполнять упражнения стрэтч-характера, т.е. растяжки. В уровнях «сидя» и «лежа» достаточно

много упражнений на contraction и release, спирали и твисты торса. И, наконец, сама смена уровней, быстрый переход из одного уровня в другой – дополнительный тренаж на координацию.

1. **Кросс. (Передвижение в пространстве).** Этот раздел занятия развивает танцевальность и позволяет приобрести манеру и стиль джаз-модерн танца. Традиционных, зафиксированных шагов, прыжков и вращений немного. Каждый из педагогов волен импровизировать и варьировать, как подсказывает ему педагогическое чутье.

Виды движений: шаги, прыжки, вращения.

Шаги разделяются на четыре основные группы:

* 1. шаги примитива, 2.шаги в джазманере, 3.шаги в рок-манере,

4.шаги мюзикл-комеди-джаз манере, т.е. раннего джаза. Существуют еще и связующие шаги.

Прыжки на занятии по джаз танцу используются в сочетании с прыжками и вращениями.

Прыжки условно можно разделить на 4 группы:

1. с двух ног на две (jump),
2. с одной ноги на другую с продвижением (leap),
3. с одной ноги на туже ногу (hop),
4. с двух ног на одну.

Характерной особенностью является исполнение прыжка как с акцентом вверх, так и с акцентом вниз. Так же, как шаги, прыжки могут координироваться с другими центрами, торс может быть не вытянут вверх, как это требует классический танец, а быть наклонен и изогнут. Любой прыжок классического танца может быть педагогом трансформирован за счет иной координации или изменения направления. Как и в классическом танце, прыжки могут исполняться на месте и с передвижением в пространстве. Возможно сочетание различных по характеру прыжков в единую комбинацию.

Вращения, как и прыжки, могут исполняться на месте и с передвижением в пространстве. Основные виды поворотов: на двух ногах, на одной ноге, повороты по кругу вокруг воображаемой оси, повороты на различных уровнях, лабильные вращения

Кроссы. Обычно используются сочетания из шагов, прыжков и вращений, которые исполняются по диагонали класса с активным продвижением вперед.

* 1. **VI. Комбинация и импровизация.** Последним, завершающим разделом урока джаз танца является комбинация. Здесь все зависит от фантазии педагога и его балетмейстерских способностей. Нет никаких рецептов построения комбинации: они могут быть на различные виды шагов, движения изолированных центров, вращений. Могут быть комбинации в партере, связанные положениями contraction и release, спиралями и твистами торса, а также с нетрадиционными передвижениями на полу типа перекатов, кувырков и т.п. Комбинации могут быть на основе движений, из модных стилей бытовой хореографии.

Однако главное требование комбинации – ее танцевальность, использование определенного рисунка движения, различных направлений и ракурсов, чередование сильных и слабых движений, т.е. использование всех средств танцевальной

выразительности, раскрывающих индивидуальность исполнителя. Обычно комбинация изучается на протяжении 3-4х занятий, шлифуется и отрабатывается.

Возможен путь, когда несколько комбинаций соединяются в единый, хореографически выстроенный номер. Естественно, на первом этапе обучения комбинации должны быть достаточно просты для усвоения, их длительность не должна превышать 32 или 64 такта, затем, совершенствуя и усложняя, педагог должен создавать развернутые комбинации, близкие к законченным, возможно, сюжетным хореографическим номерам. В них должен быть использован весь арсенал выразительных средств современного танца. Возможно, хотя это и занимает много времени, создание полифонических хореографических произведений, где каждая группа учащихся имеет свой хореографический текст.

# Построение занятия.

При подготовке занятия, необходимо разделить материал на части и определить для каждой из них время. Нет необходимости каждый раз обязательно использовать все разделы урока, возможна более детальная проработка двух, трех разделов.

Примерное распределение времени при полуторачасовом занятии:

* разогрев – 5-7 мин.
* изоляция – 20 мин.
* упражнения для развития позвоночника – 10 мин.
* уровни – 15 мин.
* кросс – 15 мин.
* комбинация и импровизация – 15 мин.

В конце каждого занятия необходимо иметь несколько минут для восстановления дыханияи несколько упражнений на расслабление.

# Музыкальное сопровождение занятия.

Подбор музыкального материала целиком зависит от задач урока и его построения. Обычно для ***разогрева*** используется музыка свингового характера размера 2/4, однако возможна и медленная музыка на 4/4, особенно при исполнении наклонов, спирали торса.

Для изоляции подходит быстрая, ритмичная музыка с четким акцентом на первую долю. Главное в музыкальном материале – простая мелодия и постоянный ритм, не усложненный модуляциями или ритмическими фигурами. Возможно использование только ударных инструментов.

В разделе **«**Упражнения для позвоночника» в основном используются музыкальные размеры 4/4 или 3/4, возможны более сложные размеры, но тогда комбинации должны быть

«неквадратными».

В разделе «Кросс. Передвижение в пространстве» выбор музыки зависит от задач и предложенных комбинаций. Шаги афро-танца желательно использовать под ударные инструменты, причем ритм музыкального сопровождения зависит от типа шага.

При изучении комбинации на начальном этапе музыкальное сопровождение должно быть простым мелодическим рисунком и устойчивым ритмом. В дальнейшем может использоваться более сложная музыка различных стилей: поп-музыка, джазовая музыка, симфо-джаз, рок-музыка, музыкальный материал из мюзиклов и музыкальных фильмов.

Спорным является вопрос о точном соответствии комбинации или упражнения зафиксированному музыкальному отрывку. Некоторые педагоги четко выстраивают упражнения, фиксируют их и каждому подбирают соответствующий музыкальный материал. Другие импровизируют в выборе упражнений в зависимости от музыкального сопровождения, которое идет по принципу «нон-стоп». И в том и в другом случае музыкальный материал должен соответствовать разделу урока, а комбинации должны выстраиваться в зависимости от целей и задач, поставленных педагогом.