

И. В. Клецко

ТЕХНИКА ДЖАЗ-ТАНЦА

Учебно-методическое пособие
Направление подготовки 53.03.01
«Музыкальное искусство эстрады»

Министерство культуры Российской Федерации
Санкт-Петербургский государственный институт культуры
Факультет музыкального искусства эстрады
Кафедра эстрадно-джазового исполнительства

И. В. Клецко

Техника джаз-танца

Учебно-методическое пособие
Направление подготовки 53.03.01
«Музыкальное искусство эстрады»

Санкт-Петербург
2023

УДК 793.322(07)

ББК 85.325.7р30

К48

Учебно-методическое пособие издается по решению Редакционно-издательского совета Санкт-Петербургского государственного института культуры

Утверждено на заседании Учебно-методического совета Санкт-Петербургского государственного института культуры в качестве учебно-методического пособия. Протокол № 3 от 13.01.2022

Рецензенты:

Т. С. Ворохов, кандидат искусствоведения, доцент кафедры театрального искусства Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена, Санкт-Петербург

В. В. Молзинский, доктор исторических наук, профессор, профессор кафедры музыковедения и музыкально-прикладного искусства Санкт-Петербургского государственного института культуры

Клецко, Ирина Владимировна

К48 Техника джаз-танца : учебно-методическое пособие / И. В. Клецко ; М-во культуры РФ, С.-Петерб. гос. ин-т культуры, фак. музыкального иск-ва эстрады, каф. каф. эстрадно-джазового исполнительства. – Санкт-Петербург : СПбГИК, 2023. – 36 с.

ISBN 978-5-94708-372-9

Учебно-методическое пособие «Техника джаз-танца» предназначено для обучающихся по направлению подготовки 53.03.01 «Музыкальное искусство эстрады», направление подготовки «Мюзикл-шоу программы».

Учебно-методическое пособие нацелено на последовательное введение в технику джаз-танца; на формирование у обучающихся представления о технических принципах исполнения базовых движений, положениях корпуса и позиций ног в джазовом танце. Данное пособие включает в себя подробное описание техники выполнения упражнений составляющих полноценный танцевальный урок.

УДК 793.322(07)

ББК 85.325.7р30

ISBN 978-5-94708-372-9

© И. В. Клецко, 2023

© Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский государственный институт культуры», 2023
© Оформление ФГБОУ ВО СПбГИК, 2023

Оглавление

Введение	4
Глава 1. Теоретические основы джаз-танца	6
1.1. История джаз-танца	6
1.2. Школы джазового танца	8
1.3. Технические принципы джаз-танца	11
1.4. Основные движения, положения и позиции джаз-танца Позиции рук	13
Глава 2. Введение в практику джаз-танца.	18
2.1. Урок, состоящий из комбинаций для отработки техники джаз-танца	18
2.2. Импровизация в танце	26
2.3. Растяжка	29
Заключение	34
Список использованной литературы.....	35
Список рекомендуемой литературы.....	35

Введение

Джаз-танец – современное сценическое направление танца, начавшее свое становление параллельно с развитием джазовой музыки, но продолжившее развиваться своим собственным путем. Истоки джаз-танца связаны с африканской культурой, и в течение долгого времени это направление ассоциировалось с не-серьезными развлекательными представлениями афроамериканцев в «театре менестрелей». Минстрел-шоу – это уникальное развлекательное представление, популярное в Америке в 1840–1910 годы. Считается, что происхождение этого стиля начинается с продажи лекарственных снадобий: со знахарем были помощники в повозке, развлекавшие людей. Программа строилась на обычаях и песнях чернокожих рабов, привезенных из Африки, и состояла из трех отделений. В первом акте были песни, диалоги и эстрадные номера. Во втором – сентиментальные баллады, комические зарисовки и «импровизированные речи» в исполнении комедийного артиста с зонтиком и саквояжем в роли реквизита. Третье отделение представляет большой интерес, называемое «переполох», иначе говоря – музыкально-танцевальный финал. Именно танцы, используемые в финале театра менестрелей, считаются прародителем стиля джаз-танца. В 1910–1920-е годы произошел скачек популярности этого стиля танца: он попал на экраны кинотеатров благодаря возросшему спросу на музыкальные фильмы, и на сцену Бродвея в качестве обязательного хореографического сопровождения нового театрального жанра, названного мюзиклом. Именно на Бродвее джаз получил наибольшее развитие: Джек Коул, Джером Роббинс, Боб Фосс, – каждый из них привнесил что-то новое в направление, добавляя ему больше красок, эмоций, стиля. Джаз-танец стал неотъемлемой частью мюзикла наравне с вокалом и актерским мастерством. Из простого развлекательного действия он превратился в средство раскрытия драматургии спектакля.

В наше время джаз-танец сформировался как полноценное самостоятельное направление. Современный джазовый танец – это синтез импульсивности, агрессивных ритмов, энергии, эмоциональности. В танце есть элементы рэпа, брейк-данса, хип-хопа. Джаз-танец сейчас успешно сочетает в себе традиционные направления и современные. Он представляет собой оригинальный симбиоз самобытных афроамериканских традиций, классического балета, современных танцевальных направлений и этнического танца. В технике джаз – танца используются причудливые позы, трудные отличительные переводы рук, асимметричные ломаные движения, необычные танцевальные фигуры, визитную карточку джаза – изоляцию, что делает эту технику очень сложной для танцора. Уникальное музыкальное сопровождение раскрывается и передается посред-

ством языка тела. В этом направлении танца представлен органичный синтез хореографии и эмоциональные переживания души.

В основе джазового танца лежит балет. Выворотные позиции классического танца сосуществуют с параллельными. Округлость рук, характерная для классики, сочетается с прямыми позициями. Существуют различные школы, базовые движения и технические принципы, о которых пойдет речь в данном методическом пособии.

Главная цель пособия – помочь обучающимся освоить теоретические названия и технику исполнения основных позиций и движений джазового танца и практически научиться выполнять данные элементы. Одна из основных целей – продемонстрировать возможность сочетания элементов (таких как позиции рук, ног, корпуса) с помощью технических принципов в полноценные движения.

Данное пособие имеет практико-ориентированный характер, рассчитано на развитие у студентов специальных навыков профессионального мастерства.

Задачи учебно-методического пособия: выработать навыки работы с основными движениями хореографического стиля – джазового танца. Знание и возможность применения данного материала необходимо как для исполнительской деятельности, так и для возможной в дальнейшем педагогической.

Глава 1. Теоретические основы джаз-танца

1.1. История джаз-танца

В результате смешения разных танцевальных направлений и классического балета появилось абсолютно новое под названием «джаз», которое заняло свое особое место. Считается, что джаз-танец берет свое начало у африканских народов, а свое развитие он получил уже в Америке, сочетая в себе негритянский фольклор и разные танцевальные элементы других этнических групп. В то же время, «джаз» относится к категории «современный танец». Джаз-танец гармонично вписался в мюзикл, и внес свой существенный вклад в его развитие. На 30–40-е года приходится пик эволюции мюзикла: выразительные средства хореографии становятся еще разнообразнее, а тематика выступлений затрагивает разные сферы жизни [1].

Менестрели послужили источником вдохновения для создания мюзикла, и сформировался афро-джаз. В основу лег негритянский фольклор, который и послужил отправной точкой для создания отдельного танцевального направления.

От менестрель-шоу, водевилей к Бродвею и Гарлему джаз-танец превратился в самостоятельную танцевальную технику. На протяжении долгого времени это хореографическое направление не признавалось танцем, но сейчас сложно представить мюзикл без оригинального и самобытного джаз-танца. В течении 30 лет он превратился в еще одно современное танцевальное направление, и занял прочную позицию. Джаз-танец нашел себе применение и в бытовом танце, в музыкальном театре и кино, а также в хореографических спектаклях. Формируясь и развиваясь под влиянием других танцевальных направлений, джазовый танец вбирал в себя лучшие достижения классического и народного танцев, а также других хореографических школ [7].

Танец занял особое место в мюзикле, и претерпевал множество изменений. Если вначале ведущую позицию занимало вокальное исполнение, то в дальнейшем хореография вышла на один уровень по значимости с вокалом. Формирования жанра мюзикла тесно связан с процессом формирования джаз-танца.

«Танец в мюзикле – это почти все» [18]. Совершенно справедливо, что пластику и хореографию считают основным элементом в мюзикле, которые и делают в свою очередь этот жанр уникальным, ярким и запоминающимся, благодаря использованию хореографических средств выразительности.

Цель постановки мюзикла заключается в первичности хореографически-визуального решения пространства. У мюзикла существует своя структура, по-

строенная следующим образом: вокальные номера, в которых заложен сюжет, содержание, решенная хореографически-пластическим построением сценического пространства, и сам текст артистов [10].

С точки зрения постановки, мюзикл обязан демонстрировать насыщенность действий, зрелищность и яркость, с использованием разнообразных и сложных технически декораций, роскошными и дорогими костюмами, а также с большим количеством сценических решений, воплощающих задумку режиссера. Важная роль отведена музыкальным и хореографическим сценам, которые должны дополнять и добавлять динамику номеру.

Пластика и хореография становятся наряду с пением значительными компонентами в системе выразительных средства мюзикла. В практике постановки мюзиклов балетмейстер-хореограф фактически является вторым по значимости постановщиком. Таким образом, современным музыкальным театром выдвигаются особые требования к профессионализму артиста мюзикла, который должен быть синтетичным, то есть объединять разного рода профессиональные умения, быть взаимозаменяемым, а для этого необходимо иметь высокий уровень вокального, хореографического и актерского мастерства.

Актер должен обладать природным чувством ритма, врожденной музыкальностью, ярким характером, и осознавать музыку как продолжение речи. Пластическая выразительность также является уникальным средством передачи мысли, эмоции, характера персонаже, и таким же естественным и самостоятельным, как диалог или вокальное исполнение.

На основе анализа литературных источников, были сформулированы следующие обязательные хореографические требования, которые предъявляет специальность артиста мюзикла к исполнителю: наличие хороших хореографических и сценических данных, яркая творческая индивидуальность; свободное владение стилевыми особенностями различных видов танцевальных направлений (Джаз-танец, танец-модерн, основы классического и народно-характерного танца, степ-танец, хип-хоп, уличные танцевальные направления); способность исполнять хореографические партии из мюзиклов Золотого века, современного мюзикла, как сольно, так и в составе ансамбля [11].

В процессе профессиональной подготовки артист мюзикла должен приобрести высокий уровень вокально-технических навыков, который проявляется в синхронизации пения и танца, и становится основой для создания высокохудожественного сценического образа. Тогда уже стоит говорить о «пении всем телом» и органичном существовании в драматическом пространстве сцены.

Современный музыкальный театр предъявляет высокие требования к молодым артистам мюзикла. Актер мюзикла обязан сочетать и грамотно использовать эти умения и применять полученные навыки на практике. При этом вокал, пластика, танец, актерское мастерство должны находиться у артиста на достаточно высоком профессиональном уровне [7].

И даже рассматривая джазовый танец не в контексте мюзикла, стоит отметить, что к танцорам также предъявляются высокие требования к мастерству исполнителя, к его профессиональным навыкам и умениям.

Контрольные вопросы

1. Какие танцевальные стили включает в себя джаз-танец?
2. Какие профессиональные требования предъявляются к артисту мюзикла?
3. Какими стилями танца должен владеть артист мюзикла?
4. Особенность исполнения хореографии в мюзикле?

1.2. Школы джазового танца

Существует огромное сходство между принципами джазового танца и принципами джазового вокального искусства. Основные принципы: импровизация, полиритмия, полицентризм (последние два похожи на музыкальную полифонию). В джазовом танце можно выделить следующих критерии: ритм; синкопирование и изолированные движения [14].

Большое количество джазовых стилей основываются на различных хореографических школах. И в зависимости от характера и особенностей исполнения джазового танца можно выделить восемь разных видов.

Classical – включает в себя элементы классического танца. Свою популярность классический джаз получил благодаря своему создателю – Мэтту Мэтоксу. Классический джаз-танец опирается на следующие лидирующие принципы: импровизацию, полиритмию и полицентрию. Если импровизация встречается во многих танцевальных стилях, то полиритмия и полицентризм подразумевают под собой движение разных частей тела, являющиеся характерной особенностью джаз-танца. В роли ведущей части тела может выступать голова, плечо, колено, и в основном посредством импульса движение продолжается.

В основе полицентрии лежит техника изолированного движения. Тело подчиняется ритму музыкального инструмента.

Blues – изначально исполнялся под блюзовую музыку, но со временем стали использовать различные музыкальные направления под определенный темп.

Джазовый танец блюз завораживает своей акробатикой, пластичностью, и эмоциональным окрасом, в котором передается трагичность и история африканских народов. Блюз по сравнению с другими направлениями попроще, и легче подается изучению. Он медленный, спокойный и очень стильный. Чаще всего используется на различных танцевальных мероприятиях, а также предпочитается молодоженами при выборе свадебного танца.

Lyrical – гармоничное и уникальное сочетание техники классического балета и современного джаза. Особенность направления огромное количество движений на единицу темпа. Выполняется очень мягко, создавая ощущение отсутствия какого-либо напряжения. Все движения растягиваются независимо от их сложности.

Hot – высокие шаги и движения, полные выразительности и возбуждающие фантазию являются отличительной чертой данного стиля. Исполняется под быстрый музыкальный ритм. Свою популярность этот стиль снискал на телеви-

дении и в музыкальных театрах. Появился во времена Первой Мировой Войны в Новом Орлеане.

Сначала термин Hot был синонимом джазовой сольной импровизации, появившейся в ходе развития техники солирования в 20-х годах прошлого столетия.

Данный термин стал вскоре ассоциироваться с техническим исполнением джазового хореографического материала, с использованием хотирования или хот-интонации, совершенно отличной от других танцевальных стилей: сочетание уникальных способов ритмизации и специфических интонационных особенностей.

Broadway (театральный) – бродвейский джаз возник в 20-е годы XX века, и по праву стал одним из самых зрелищных и популярных видов современной хореографии. Именно в то время он стал изучаться и преподаваться на более профессиональном уровне. Джаз-танец не имеет никакого отношения к музыкальному направлению джаза. Свою известность танцевальная техника джаза приобрела в знаменитом музыкальном театре, названный в честь одноименной улицы. Мюзикл очень полюбился американцам и подарил им настоящей праздник и феерию, и со временем превратился в отдельное театральное искусство. Танец являлся элементом наряду с вокалом, что придавало мюзиклу свою отличительную особенность и индивидуальность. Благодаря богатому литературному материалу, бродвейский джаз стал таким популярным.

Нараставшая известность и востребованность у зрителей требовали от постановщиков новаторских идей, сложную хореографию, передававшую особую энергичность и эмоциональность. Бродвейский джаз сформировался из элементов спектакля, мюзикла и современных танцевальных стилей.

У африканских народов любое событие в жизни сопровождается эмоциональным танцем. В их исполнении, танец подразумевает определенный ритм, под который рождается танцевальная импровизация, не только со стороны солиста, но и со стороны всей толпы.

Импровизационный характер уже заложен в природе африканского танца. Это актерская игра, раскрывающая индивидуальность исполнителя, а потом уже танцевальные движения. Зрелищность является главной задачей джаз-танца.

Afro – это традиционный африканский танец с элементами джаза. Характерная особенность данного направления широкий спектр движений корпуса, плеч, бедер и головы под этническую музыку.

Модерн-джаз – симбиоз джазовой хореографии и модерна. Отличается своей энергичностью и выразительностью, а также очень хорошо развивает и улучшает координацию движения. В модерне наблюдаются четкие линии, наполненные движения, и контролируемое дыхание, которое синхронизируется в танце с вокалом [19].

Техника джаз-модерна встречается и в других современных танцах. Джаз-модерн находит свое применение в постановках мировых шоу популярных западных звезд.

Тело танцора качественно изменяется в процессе обучения джаз-модерну. Улучшается гибкость и выносливость, развивается пластичность и гибкость. Также значительно повышается уровень профессиональных компетенций исполнителя: музыкальность, чувство ритма, правильное дыхание, постановка корпуса, координация движений и способность владения своим телом [16].

Rock-n-roll

Rock – ритмичный стиль джаза, в котором раскрывается легкость и свобода движений танцора, с характерной индивидуальностью исполнителя с добавлением специальных хореографических эффектов, заимствованных из спортивно-го танца Линди Хопа.

Акробатический рок-н-ролл исполняется под ритмичную музыку (частотой 48–52 удара в минуту). Танцевальная программа в акробатическом рок-н-ролле отличается сочетанием характерных движений ногами и исполнением акробатических или полу-акробатических элементов. Танцевальный рисунок акробатического рок-н-ролла основан на, так называемом, «основном конкурсном ходе»: характерных бросках ног за пол такта «5–6» – это kik – ball change и один такт «1–2–3–4» – это kick – step kick – step музыки (kick – ball change – kick – step – kick – step). Акробатические элементы украшают хореографию и жестко регламентированы, исходя от сложности программы и классом выступления.

Основное отличие рок-н-ролла – это исполнение танца как основного элемента композиции. При этом, в танце гармонично сочетаются акробатика и энергичная хореография, но в то же время отсутствуют балансовые элементы. Стойки и равновесия используются в рок-н-ролле очень редко. Выступают танцоры на жестком полу, и это значительно повышает ответственность спортсменов за качество исполняемых трюков и элементов.

Jazz funk – Бобби Ньюберри, Брайан Фридман и Кевин Махер показали всему миру завораживающий и энергичный микс хип-хопа, джаза и вакинга. Джаз-фанк соединяет тело и разум. Как правило, обычно он начинается с спокойных, легких движений, а затем танцплощадка взрывается серией ярких, интенсивных прыжков и пируэтов. Это не просто танец, а замысловатый сюжет со своей историей.

Street jazz – родиной стрит джаза является США, где он зародился на улицах страны. Точное время неизвестно, но считается, что примерно с середины прошлого века он начал свое существование.

В Street Jazz представлено смешение нескольких стилей. Изначально это был лишь уличный танец, получивший свое продолжение в клубах, а позже обособился в отдельное танцевальное направление, которое преподавалось в профессиональных школах. Именно происхождение танца позволяет исполнителям с помощью танца делиться чувствами и эмоциями, а также выполняет коммуникативную функцию. Это позволило каждому танцору вносить свои коррективы в становление и развития стрит джаза. Музыкальное сопровождения для этого стиля может быть и под классические джазовые композиции, и под современные: Хип-Хоп, Фанк, Поп.

Большое влияние на развитие джазового танца оказали следующие личности:

Джек Кул – основатель джазовой техники. Являлся вдохновителем для Мэтт Маттокса, Боба Фосса, Джерома Роббинса, Гвена Вердона и многих других хореографов.

Боб Фосс – знаменитый джазовый хореограф, создавший новую форму джаз-танца под влиянием исполнительства Фреда Астера и стилей бурлеск и водеvil. Отличается сочетанием мелкой техникой с крупными движениями.

Луиджи – танцор, создавший специальную технику разогрева (джазовый экзерсис, призванный подготовить тело для танца) после того, как он стал парализован в автомобильной аварии.

Джером Роббинс – хореограф многих известных мюзиклов: Питер Пэн, Король и я, Скрипач на крыше, Смешная девчонка и Вестсайдская история. Он также основал балетную труппу Ballet USA.

Контрольные вопросы

1. Перечислите стили джазовой хореографии.
2. В чем отличие Jazz Funk от Street Jazz?
3. Откуда произошел джаз?
4. Кто считается отцом-основателем джазовой техники?
5. Перечислите трех других знаменитых джазистов. Чем они знамениты?

1.3. Технические принципы джаз-танца

Поза коллапса

Это специфический способ держать тело без напряжения и вытяжения наверх. Тело свободно и расслабленно, его изгибы должны быть несколько утрированы, колени согнуты, корпус и голова чуть наклонены вперед. Позвоночник мягкий и расслабленный. В этом положении очень важно добиться достаточной свободы позвоночника, чтобы иметь возможность совершать изолированные движения различных его частей. Но в то же время тело должно быть достаточно собранным, чтобы движения не выглядели вяло, а были энергичны. Умение распределять напряжение в позвоночнике называется релаксацией. Распределение напряжения и расслабление – основные составляющие техники джазового танца.

Изоляция и полицентрия

Тело делится на отдельные части – центры. Рассмотрим тело сверху вниз: начинаем с головы и шеи, следом за ними идет плечевой пояс, грудная клетка также является самостоятельным центром, пелвис, иначе говоря тазобедренная часть, куда входят бедра, сам тазобедренный сустав, ну и, конечно, руки и ноги. 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). Полицентрия является основополагающим принципом танце-

вальной техники. Однако для того, чтобы перевести его в реальную видимость танца, существует технический прием, который называется изоляцией и подразумевает, что каждая часть тела, любая отдельно взятая из описанных выше центров, двигается независимо от другой части. Изоляция – это основной технический прием, с которого начинается обучение джаз-танцу, и является его «визитной карточкой».

Полиритмия

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. Современная музыка, стоит отметить, что далеко не только джазовая, в основном очень сложна по своей ритмической структуре. Особую сложность у исполнителя вызывают нечетные размеры, такие как $3/4$, $5/4$ и так далее. Это требует внимательного отношения к развитию ритмического восприятия у танцоров. Для развития ритмического слуха и памяти разработаны упражнения на хлопки, выстукивания определенного заданного ритма.

Мультипликация

Это понятие, так же, как и полиритмия, тесно связано с ритмом. Оно означает, что единое движение раскладывается на составные части, фазируется или, иначе, мультиплицируется. Однако количественное увеличение танцевальных акцентов не должно приводить к увеличению музыкального такта. Говоря иными словами, в четырехдольном такте делается несколько акцентов в промежутках между основными долями такта. Мультиплицированные движения могут быть неодинаковыми по времени и нерегулярными. Они могут занимать весь такт, но могут и только какую-либо его часть. Но все же движения, используемые приемом, обязательно должны сочетаться с музыкальным сопровождением.

Координация

Координация осуществляется двумя способами: импульсом, при котором два или несколько центров приводятся в одновременное движение, либо применяется принцип управления, т. е. центры включаются в движение последовательно. Движения двух и более центров могут быть исполнены в одном направлении, и тогда мы говорим о параллелизме, но могут двигаться и в противоположенных, и тогда мы говорим об оппозиции. Этот принцип является развивающим продолжением изоляционного, то есть, для качественного исполнения, необходимо сперва углубленно заняться изучением изоляции.

Contraction и release

Эти два термина связаны с положением корпуса, рук и ног. Contraction – сжатие, сокращение, то есть относительное уменьшение объема тела. Противоположное понятие, называемое release, означает расширение, когда тело расширяется в пространстве, по сути – это движение является обратным по отношению к contraction, что позволяет использовать их в паре. Contraction исполняется на выдохе, а release на вдохе. Взаимосвязь дыхания и движения приводит к естественности, придает динамическую окраску движениям. Во время contraction происходит как бы аккумуляция внутренней энергии, которая затем выплески-

вается во время release или какого-либо другого движения, следующего за contraction [17].

Уровни

Джаз-танец активно использует передвижение танцора не только по горизонтали, но и по вертикали. Расположение исполнителя на полу (в партере) употребляется достаточно часто. Уровнем называется расположение тела танцора относительно земли. Основные виды уровней: стоя, сидя, стоя на четвереньках, сидя на корточках, стоя на коленях, а также лежа.

Кроме того, существуют так называемые акробатические уровни (элементы): шпагаты (поперечный и продольный), «мост», стойка на руках, стойка на лопатках («березка»). Существуют и более сложные элементы, перечислим их отдельно.

Переворот вперед/назад – этот элемент делается через стойку на руках с сильным махом ноги с промежуточным положением в мосте на одной ноге или на двух. Можно исполнять с прыжка.

Рондат – один из самых основных элементов в акробатике. Элемент выполняется через стойку на руках с поворотом на 180 градусов с последующим соединением ног. Начинается изучение элемента с колеса.

Колесо – упрощенная версия рондата, но более сложная версия стойки на руках. Однако существуют и колеса на локтях, на грудной клетке, с партнером (тоже несколько вариаций) [14].

Контрольные вопросы

1. Перечислите основные технические принципы джаз-танца.
2. Что такое поза коллапса?
3. Техника исполнения позы коллапса.
4. Что такое полицентризм?
5. Что такое изоляция?
6. Что такое мультипликация?
7. Какими способами осуществляется координация?
8. Техника исполнения contraction.
9. Техника исполнения release.
10. Перечислите основные виды уровней.
11. Перечислите основные акробатические элементы.

1.4. Основные движения, положения и позиции джаз-танца

Позиции рук

Нейтральное, или подготовительное положение, аналогичное подготовительному положению классического танца. Руки расположены вдоль торса, локти и кисти могут быть округлены или вытянуты. Расстояние между средними паль-

пами обеих рук измеряется парой сантиметров в случае, если это более классический вариант подготовительной позиции рук [8].

Press-position. Джазовый вариант подготовительного положения. Локти согнуты, ладони лежат впереди на тазовых косточках.

Первая позиция. Руки перед торсом на уровне «солнечного сплетения» (в округленном или вытянутом положении). Кисти могут быть направлены вниз, в сторону, друг к другу. Если согнуть руки в локтях, оставив расстояние размером с кулак – лишь «для воздуха» – между солнечным сплетением и ладонями, получим джазовый вариант первой позиции.

Вторая позиция. Позиция, аналогичная позиции классического танца (руки раскрыты в сторону на уровне плеча), положение локтя и кисти может варьироваться. В отличие от классического танца, в джазе вторая позиция может быть с руками абсолютно по сторонам, тогда как в классике обязательно должны краем глаза наблюдаться кисти рук.

Третья позиция. Руки над головой. Они могут быть округлены и аналогичны третьей позиции классического балета, но могут быть так же и вытянуты в локтях и напряжены. Ладони в таком случае могут быть развернуты на зрителя или обращены друг к другу.

Jerk position. Это специфическая позиция модерн-джаз танца. Руки согнуты в локтях, пальцы сжаты в кулак либо выпрямлены, предплечья параллельны полу и располагаются на уровне диафрагмы с боков от корпуса.

Положения рук

V-position может быть как внизу, между подготовительной и второй позицией, так и впереди, между первой и второй позициями.

Jazz hand – пальцы напряжены и широко расставлены, несколько напоминают лапки у лягушек.

А-Б-В-положения. Эти положения часто используются в единой комбинации. А-положение характеризуется локтями наружу, ладони около груди (иногда это положение называют второй закрытой позицией), Б – локти опущены вниз, ладони около плеч. В – положение аналогично третьей позиции: локти вытянуты, затем руки раскрываются во вторую позицию. Это основная схема, которая имеет множество вариантов и часто используется для развития координации у танцоров.

L – position характеризуется тем, что одна рука находится в положении В, или в третьей позиции, ладонь на зрителя, а вторая – во второй позиции ладонью вниз.

Позиции ног

В настоящем пособии использованы позиции ног системы Джордано.

Первая позиция. Имеет три варианта: параллельное положение – стопы стоят параллельно друг другу (фактически это – шестая позиция, изучаемая всеми в детстве в рамках общего курса хореографии); аут-позиция аналогична первой

позиции классического балета: пятки вместе, носки врозь по прямой линии; а так же ин позиция – носки вовнутрь и соединены, пятки наружу.

Вторая позиция. Также имеет три положения: параллельное положение – стопы параллельны и между ними расстояние, равное одной стопе; аут-позиция аналогична второй позиции классического балета, когда стопы выворотной развернуты и находятся по одной линии; ин позиция – носки повернуты вовнутрь, но не соприкасаются, пятки наружу.

Третья позиция. Имеет только один вариант, который аналогичен классическому: стопы развернуты в выворотное положение, пятка впереди стоящей ноги находится в середине стопы сзади стоящей ноги.

Четвертая позиция имеет два варианта: аут-позиция – аналогична классическому балету, которая получается из пятой посредством выворотного движения *tendu* вперед и постановкой пятки передней ноги параллельно опорной; параллельное положение – стопы стоят на одной линии одна перед другой, расстояние между ними равно длине одной стопы.

Пятая позиция. Также имеет два варианта: аут-позиция – аналогична классическому балету носок против пятки и пятка против носка; параллельное положение – стопы параллельны и находятся рядом, одна стопа чуть впереди другой (примерно на половину ступни).

Отдельные части ноги – стопа, голеностоп – могут двигаться изолированно. Стопа может натягиваться (такое положение называется *point*) и сокращаться (положение *flex*).

Движения ног

Prance. Это движение служит для развития подвижности стопы и состоит из быстрой смены следующих положений:

Исходное положение – первая аут-позиция.

Поднимаем вверх пятку правой ноги, стопа получается на полупальце, колена в это время логично сгибаются.

Отрываем стопу от пола на высоту 10–15 градусов, вытягиваем стопу в положение *point*.

Возвращаем стопу в предыдущее положение – полупалец.

Принимаем исходное положение.

Повторяем это движения, начиная первого пункта, с левой ноги.

Kick (переводится это движение как «пиннок»). Движение, напоминающее *grand battement developpe* классического танца. Обычно исполняется по четвертой параллельной позиции: «рабочая» нога отводится назад на полупальцы, оба колена сгибаются; резко выпрямляя опорное колено через параллельное *passe*, делается резкий бросок вперед «рабочей» ногой. Аналогично исполняется *kick* в сторону.

Для разогрева тазобедренного сустава очень часто используется свинговое раскачивание ногой, согнутой в положении *attitude* вперед-назад или же из стороны в сторону.

Attitude бывает также как классическим, так и джазовым. Классическое движение выглядит как поднятая согнутая в колене нога назад или вперед выворотом, тогда как джазовый attitude выполняется аналогично, но невыворотом.

Наклоны корпуса

Flat back (переводится с английского как «плоская спина»), или table top (поверхность стола) – это наклон, при котором спина, голова и руки составляют одну прямую линию параллельно полу. Бедра должны быть расположены точно над стопами.

Deep body bend – это глубокий наклон вперед, ниже, чем на 90 градусов. При этом наклоне спина, голова и руки находятся также на одной прямой линии, но торс наклоняется как можно ниже, и если исполнять этот наклон по второй параллельной позиции ног, то голова и плечи исполнителя должны находиться практически между коленей.

Side stretch является наклоном в сторону, при котором грудная клетка изгибается. Руки могут находиться в третьей позиции или же, при наклоне вправо, правая рука – в подготовительном положении, а левая рука – в третьей позиции.

Изгибы корпуса

Curve (в переводе с английского означает «волна»). Характеризуется изгибом верхней части позвоночника вперед или в сторону. Начинается от головы и исполняется до точки, расположенной в «солнечном сплетении». Поясница в этом движении участия не принимает. Основное требование – исполнение «через верх», то есть первоначально вытянуть позвоночник вверх, а затем исполнить изгиб вперед или в сторону.

Arch – арка. Легкий прогиб торса назад под лопатками. Начинается от макушки.

Twist корпуса. Это движение начинается с закручивания плеч, за которыми поворачивается весь корпус, что изменяет плоскость расположения корпуса.

Roll down и roll up:

Roll down представляет собой постепенное, начиная от головы, закручивание торса вниз, причем все позвонки, один за другим, должны быть включены в это движение. Roll up – обратное движение, подъем и раскручивание позвоночника в исходное положение. Основное внимание при исполнении этих движений нужно обращать на последовательное распространение напряжения от головы вниз по всем позвонкам, одновременно наклоняя корпус вниз.

Body roll (волна) – несколько центров последовательно включаются в движение по принципу управления, один за другим. Например: надо представить, что перед исполнителем на расстоянии 10–15 см находится стена, которой он касается поочередно коленями, пелвисом (тазовым отделом), грудью, плечами и в заключение – головой. Это фронтальная волна. Аналогично можно исполнить

волну назад и в боковой плоскости. Возможно, исполнить волну, перенося вес тела с одной ноги на другую по второй параллельной позиции. При такой волне через воображаемую вертикальную ось перемещается сначала колено, затем таз, грудная клетка, плечи, голова.

Контрольные вопросы

1. Перечислите и дайте характеристику основным позициям рук.
2. Перечислите и дайте характеристику основным позициям ног.
3. Перечислите и дайте характеристику движениям ног.
4. Перечислите и дайте характеристику наклонам корпуса.
5. Перечислите и дайте характеристику изгибам корпуса.

Глава 2. Введение в практику джаз-танца

2.1. Урок, состоящий из комбинаций для отработки техники джаз-танца

Plie

Исходное положение: ноги в первой аут позиции. Руки кладем на пресе-позицию;

На счет один делаем demi plie на правой ноге, правая рука движется по одноименной ноге по направлению к колену;

На счет два делаем demi plie на левой ноге, левая рука движется по одноименной ноге по направлению к колену;

На счет три и четыре вырастаем, руки через стороны поднимаются во вторую позицию, тыльной стороной ладони вверх;

На счет пять и шесть делаем demi plie, руки собираются в первую позицию, а корпус приводим в положение curve вперед;

На счета семь и восемь вырастаем, корпус выпрямляется, руки приходят обратно во вторую позицию;

Новый такт.

На счета один, два, три, четыре делаем grand plie и возвращение в исходное положение, руки через стороны опускаются до классической подготовительной позиции, затем через первую позицию поднимаются в третью;

На счета пять и шесть делаем releve по первой позиции, руки раскрываются в V-position над головой, корпус приводим в положение arch;

На счет семь принимаем исходное положение, руки опускаем во вторую позицию;

На счет восемь делаем battement tendu в сторону правой ногой и переносим на нее вес, таким образом делая переход во вторую позицию;

В новом такте начинаем движение plie по второй позиции.

На счет один, два, три и четыре делаем demi plie по второй позиции и вырастание;

На счет пять и шесть – demi plie по второй позиции, руки собираются в первую позицию, корпус приходит в положение curve вперед;

На счет семь и восемь вырастаем, корпус выпрямляется, руки приходят во вторую позицию;

На счет один, два, три, четыре делаем grand plie по второй позиции и вырастание, руки через стороны опускаются до подготовительной позиции, затем через вторую позицию поднимаются в третью;

На счеты пять и шесть – *releve* по второй позиции, руки раскрываются в V-position над головой, корпус приходит в положение *arch*;

На счет семь возвращаем корпус в прямое положение, ноги вытянуты во второй позиции, руки раскрываем во вторую позицию;

На счет восемь делаем *battement tendu* в сторону правой ногой и переход в пятую позицию через выворотное задвигание рабочей стопы к опорной;

В новом такте делаем *plié* уже по пятой позиции.

На счеты один, два, три, четыре делаем медленно *demi plié* по пятой позиции и вырастание;

На счет пять и шесть – снова *demi plié* по пятой позиции, руки собираются в первую позицию, корпус приходит в положение *surge* вперед;

На счет семь и восемь вырастаем, корпус выпрямляется, руки приходят во вторую позицию;

Со следующей восьмеркой переходим к *grand plié* по пятой позиции.

На счет один, два, три, четыре делаем *grand plié* по пятой позиции и вырастание, руки через стороны опускаются до классической подготовительной позиции, затем через первую позицию поднимаются в третью;

На счет пять и шесть делаем *releve* по пятой позиции, руки раскрываются в V-position над головой, корпус приходит в положение *arch*;

На счет семь и восемь возвращаем корпус в положение прямо, ноги, вытянутые в коленях, в пятой позиции, руки во второй позиции;

В следующем такте усложним изучаемый элемент.

На счет один, два, три, четыре делаем *grand plié* в повороте за правым плечом и вырастание в пятую позицию, левая нога изначально спереди, руки делают *rog de bras* в процессе поворота, смена положений на каждый счет: А-Б-В-П позиция;

На счет пять и шесть – *demi plié* и одновременное *releve* на двух ногах, корпус в положении *arch*, руки двигаются за локтями к корпусу, в локте рука согнута на 90 градусов, ладони смотрят вверх;

На счет семь и восемь вытягиваем колени и ставим пятки, руки приходят во вторую позицию;

Повторим элемент в другую сторону.

На счет один, два, три, четыре делаем *grand plié* в повороте за левым плечом и вырастание в пятую позицию, правая нога изначально спереди, руки делают *rog de bras* в процессе поворота, смена положений на каждый счет: А-Б-В-П позиция;

На счет пять и шесть – *demi plié* и одновременное *releve* на двух ногах, корпус в положении *arch*, руки двигаются за локтями к корпусу, в локте рука согнута на 90 градусов, ладони смотрят вверх;

На счет семь вытягиваем колени и ставим пятки, руки приходят во вторую позицию;

На счет восемь делаем *battement tendu* в сторону правой ногой и закрываем ногу в первую позицию, а руки – на пресс-позицию.

Battement tendu и battement tendu jete

Исходное положение: ноги в первой параллельной позиции, руки вытянуты вдоль корпуса.

На счет один делаем battement tendu правой ногой вперед, левая рука поднимается вперед на уровень плеча, правая – во вторую позицию, обе руки вытянуты, ладони смотрят в пол;

На счет два – нога и руки возвращаются в исходное положение;

На счет три делаем battement tendu правой ногой в сторону, правая рука поднимается вперед на уровень плеча, левая – во вторую позицию, обе руки вытянуты, ладони смотрят в пол;

На счет четыре – нога и руки возвращаются в исходное положение;

На счет пять делаем battement tendu правой ногой назад, левая рука поднимается вперед на уровень плеча, правая – во вторую позицию, обе руки вытянуты, ладони смотрят в пол;

На счет шесть – нога и руки возвращаются в исходное положение;

На счет семь делаем battement tendu правой ногой в сторону, правая рука поднимается вперед на уровень плеча, левая – во вторую позицию, обе руки вытянуты, ладони смотрят в пол;

На счет восемь – нога и руки возвращаются в исходное положение;

На счет один делаем battement tendu левой ногой вперед, правая рука поднимается вперед на уровень плеча, левая – во вторую позицию, обе руки вытянуты, ладони смотрят в пол;

На счет два – нога и руки возвращаются в исходное положение;

На счет три делаем battement tendu левой ногой в сторону, левая рука поднимается вперед на уровень плеча, правая – во вторую позицию, обе руки вытянуты, ладони смотрят в пол;

На счет четыре – нога и руки возвращаются в исходное положение;

На счет пять делаем battement tendu левой ногой назад, правая рука поднимается вперед на уровень плеча, левая – во вторую позицию, обе руки вытянуты, ладони смотрят в пол;

На счет шесть – нога и руки возвращаются в исходное положение;

На счет семь делаем battement tendu левой ногой в сторону, левая рука поднимается вперед на уровень плеча, правая – во вторую позицию, обе руки вытянуты, ладони смотрят в пол;

На счет восемь – нога и руки возвращаются в исходное положение;

На счет один делаем battement tendu правой ногой вперед, руки поднимаются в положение А;

На счет два – нога закрывается, руки переходят в положение Б;

На счет три делаем battement tendu правой ногой в сторону, руки принимают положение В;

На счет четыре – нога закрывается, раскрываются во вторую позицию;

На счет пять делаем battement tendu правой ногой назад, руки поднимаются в положение А;

На счет шесть – нога закрывается, руки переходят в положение Б;

На счет семь делаем *battement tendu* правой ногой в сторону, руки принимают положение В;

На счет восемь – нога закрывается, руки раскрываются во вторую позицию;

На счет один делаем *battement tendu* левой ногой вперед, руки поднимаются в положение А;

На счет два – нога закрывается, переходят в положение Б;

На счет три делаем *battement tendu* левой ногой в сторону, руки принимают положение В;

На счет четыре – нога закрывается, руки раскрываются во вторую позицию;

На счет пять делаем *battement tendu* левой ногой назад, поднимаются в положение А;

На счет шесть – нога закрывается, переходят в положение Б;

На счет семь делаем *battement tendu* левой ногой в сторону, руки принимают положение В;

На счет восемь – нога закрывается, руки раскрываются во вторую позицию;

На счет один делаем *battement tendu jete* вперед правой ногой, руки собираются на пресс-позиции через стороны;

На счет два – нога закрывается обратно в первую позицию;

На счет три делаем *battement tendu jete* назад левой ногой;

На счет четыре – нога закрывается обратно в первую позицию;

На счет пять делаем *battement tendu jete* в сторону правой ногой;

На счет шесть – нога закрывается обратно в первую позицию;

На счет семь делаем *battement tendu jete* в сторону левой ногой;

На счет восемь – нога закрывается обратно в первую позицию;

На счет один делаем *battement tendu jete* вперед левой ногой;

На счет два – нога закрывается обратно в первую позицию;

На счет три делаем *battement tendu jete* назад правой ногой;

На счет четыре – нога закрывается обратно в первую позицию;

На счет пять делаем *battement tendu jete* в сторону левой ногой;

На счет шесть – нога закрывается обратно в первую позицию;

На счет семь делаем *battement tendu jete* в сторону правой ногой;

На счет восемь – нога закрывается обратно в первую позицию;

На счет один и два делаем *pas de boitree*, правая нога начинает движение крестом назад, руки соединяются в первую позицию, затем раскрываются на последнем шаге: левая рука раскрывается вперед на уровень плеча, правая – во вторую позицию, обе руки вытянуты, ладони смотрят в пол; второй шаг делается левой ногой в сторону по одной прямой с правой ногой, если это движение делается на месте, и по диагонали, если с продвижением, а третий шаг – снова правой ногой либо на том же месте, либо со смещением в случае продвижения;

На счет три подготовка к туру: правая нога в *plie* на высоком *releve*, левая поднимается до завышенного *passee*, руки в это время приходят в первую позицию;

На счет четыре обе ноги приходят в plié по первой параллельной позиции, левая рука раскрывается вперед на уровень плеча, правая – во вторую позицию, обе руки вытянуты, ладони смотрят в пол;

На счет пять и шесть делаем джазовый тур на plié правой ноги с завышенным passé левой ногой на высоком releve через левое плечо. Руки в это время принимают первую позицию;

На счет семь и восемь делаем маленький прыжок cote, который пришел в джаз-танец из классического. Это небольшой прыжок по первой параллельной позиции, руки сбрасываются вниз и делают щелчки;

На счет один, два делаем pas de bourgee, левая нога начинает движение крестом назад, руки соединяются в первую позицию, затем раскрываются на последнем шаге: правая рука раскрывается вперед на уровень плеча, левая – во вторую позицию, обе руки вытянуты, ладони смотрят в пол; второй шаг делается правой ногой в сторону по одной прямой с левой ногой, если это движение делается на месте, и по диагонали, если с продвижением, а третий шаг – снова левой ногой либо на том же месте, либо со смещением в случае продвижения;

На счет три – подготовка к туру: левая нога в plié на высоком releve, правая поднимается до завышенного passe, руки в это время приходят в первую позицию;

На счет четыре обе ноги приходят в plié по первой параллельной позиции, правая рука раскрывается вперед на уровень плеча, левая – во вторую позицию, обе руки вытянуты, ладони смотрят в пол;

На счет пять и шесть делаем джазовый тур на plié левой ноги с завышенным passé правой ногой на высоком releve через правое плечо. Руки в это время принимают первую позицию;

На счет семь и восемь делаем маленький прыжок cote, который пришел в джаз-танец из классического. Это небольшой прыжок по первой параллельной позиции, руки сбрасываются вниз и делают щелчки.

Rond de jamp par teree

Исходное положение: ноги в первой аут позиции, руки вытянуты вдоль тела.

На счет один и два делаем battement tendu правой ногой вперед, левая рука поднимается в первую позицию;

На счет три и четыре делаем demi rond правой ногой до стороны и закрываем обратно в первую аут позицию, левая рука раскрывается во вторую позицию;

На счет пять и шесть делаем battement tendu правой ногой вперед, правая рука поднимается в первую позицию;

На счет семь и восемь делаем demi rond правой ногой до стороны и закрываем обратно в первую аут позицию, правая рука раскрывается во вторую позицию;

На целый такт делаем rond de jamp par teree правой ногой, опорная левая нога в plié, правой ведем «круг» point стопой по полу. Руки плавно опускают-

ся из второй позиции в подготовительную и из нее поднимаются через первую в третью;

На целый такт делаем *rond de jump* правой ногой в воздухе на 45 градусов, не закрывая в первую аут позицию, руки раскрываем во вторую позицию;

На счет один и два делаем свинг (раскачивание) вперед правой ногой в положении *attitude* из предыдущего движения, руки через стороны собираются в крест на уровне грудной клетки;

На счет три и четыре делаем свинг назад правой ногой в положении *attitude*, руки через стороны открываются во вторую позицию;

На счет пять и шесть – нога закрывается в первую аут позицию;

На счет семь делаем *releve* на вытянутых ногах, корпус принимает положение *curve*, руки в это время собираются в первую позицию;

На счет восемь возвращаемся в исходное положение;

На счет один и два делаем *battement tendu* левой ногой вперед, правая рука поднимается в первую позицию;

На счет три и четыре делаем *demi rond* левой ногой до стороны и закрываем обратно в первую аут позицию, правая рука раскрывается во вторую позицию;

На счет пять и шесть делаем *battement tendu* левой ногой вперед, левая рука поднимается в первую позицию;

На счет семь и восемь делаем *demi rond* левой ногой до стороны и закрываем обратно в первую аут позицию, левая рука раскрывается во вторую позицию;

На целый такт делаем *rond de jump par terre* левой ногой, опорная правая нога в *plie*, левой ведем «круг» *point* стопой по полу. Руки плавно опускаются из второй позиции в подготовительную и из нее поднимаются через первую в третью;

На целый такт делаем *rond de jump* левой ногой в воздухе на 45 градусов, не закрывая в первую аут позицию, руки раскрываем во вторую позицию;

На счет один и два делаем свинг (раскачивание) вперед левой ногой в положении *attitude* из предыдущего движения, руки через стороны собираются в крест на уровне грудной клетки;

На счет три и четыре делаем свинг назад левой ногой в положении *attitude*, руки через стороны открываются во вторую позицию;

На счет пять и шесть – нога закрывается в первую аут позицию;

На счет семь делаем *releve* на вытянутых ногах, корпус принимает положение *curve*, руки в это время собираются в первую позицию;

На счет восемь возвращаемся в исходное положение.

Grand battement

На счет один, два, три делаем *pas de boustee*: левая нога начинает движение крестом назад, руки соединяются в первую позицию, а затем раскрываются, на последнем шаге, во вторую позицию, обе руки вытянуты, ладони смотрят в пол. Второй шаг делается правой ногой в сторону по одной прямой с левой ногой, а третий шаг – снова левой ногой на том же месте;

На счет четыре делаем *grand battement* вперед правой ногой;

На счеты пять, шесть и семь делаем pas de bourree: правая нога начинает движение крестом назад, руки соединяются в первую позицию, а затем раскрываются, на последнем шаге, во вторую позицию, обе руки вытянуты, ладони смотрят в пол. Второй шаг делается левой ногой в сторону по одной прямой с правой ногой, а третий шаг – снова правой ногой на том же месте.

На счет восемь делаем grand battement вперед левой ногой;

На счет один, два и три делаем pas de bourree: левая нога начинает движение крестом назад, руки соединяются в первую позицию, а затем раскрываются, на последнем шаге, во вторую позицию, обе руки вытянуты, ладони смотрят в пол. Второй шаг делается правой ногой в сторону по одной прямой с левой ногой, а третий шаг – снова левой ногой на том же месте;

На счет четыре делаем grand battement в сторону правой ногой;

На счет пять, шесть и семь делаем pas de bourree: правая нога начинает движение крестом назад, руки соединяются в первую позицию, а затем раскрываются, на последнем шаге, во вторую позицию, обе руки вытянуты, ладони смотрят в пол. Второй шаг делается левой ногой в сторону по одной прямой с правой ногой, а третий шаг – снова правой ногой на том же месте;

На счет восемь делаем grand battement в сторону левой ногой;

На счет один, два и три делаем pas de bourree: левая нога начинает движение крестом назад, руки соединяются в первую позицию, а затем раскрываются не на последнем шаге, а уже лишь на следующий счет. Второй шаг делается правой ногой в сторону по одной прямой с левой ногой, а третий шаг – снова левой ногой на том же месте;

На счет четыре делаем grand battement назад правой ногой, руки поднимаются на уровень плеч вперед параллельно друг другу, ладони направлены друг к другу;

На счет пять, шесть и семь делаем pas de bourree: левая нога начинает движение крестом назад, руки соединяются в первую позицию, а затем раскрываются не на последнем шаге, а уже лишь на следующий счет. Второй шаг делается правой ногой в сторону по одной прямой с левой ногой, а третий шаг – снова левой ногой на том же месте;

На счет восемь делаем grand battement назад левой ногой, руки поднимаются на уровень плеч вперед параллельно друг другу, ладони направлены друг к другу;

На счет один, два и три делаем pas de bourree, pas de bourree: левая нога начинает движение крестом назад, руки соединяются в первую позицию, а затем раскрываются, на последнем шаге, во вторую позицию, обе руки вытянуты, ладони смотрят в пол. Второй шаг делается правой ногой в сторону по одной прямой с левой ногой, а третий шаг – снова левой ногой на том же месте;

На счет четыре делаем grand battement в сторону правой ногой с поджатым прыжком: опорная нога отталкивается, делает прыжок и поднимается к тазу;

На счет пять, шесть и семь делаем pas de bourree: правая нога начинает движение крестом назад, руки соединяются в первую позицию, а затем раскрываются, на последнем шаге, во вторую позицию, обе руки вытянуты, ладони

смотрят в пол. Второй шаг делается левой ногой в сторону по одной прямой с правой ногой, а третий шаг – снова правой ногой на том же месте;

На счет восемь делаем *grand battement* в сторону левой ногой с поджатым прыжком: опорная нога отталкивается, делает прыжок и поднимается к тазу.

Кросс-диагонали

Первая диагональ:

На счет один, два, три, четыре делаем два классических *tour chaine*, на шаг правой ногой в сторону – руки открываются во вторую позицию, на поворот закрываются в первую. Вытянутыми ногами делаем мелкие переступания. Держим точку по направлению движения;

На счет пять, шесть, семь и восемь делаем четыре джазовых *tour chaine*: в ногах *plie* и высокое *leve*, прием тот же – мелкие переступания. Руки закреплены в положении А. Держим точку по направлению движения.

Комбинация повторяется до конца диагонали, затем в обратную сторону с другой ноги. Позволяет не только начать различать технику классического танца от джазового, но также и тренировать чувство ритма, ведь в этом упражнении сочетаются медленные классические *tour chaine* через шаг с быстрыми подряд идущими джазовыми.

Вторая диагональ:

На счет один, два, три, четыре делаем *pas de bourtee*: правая нога начинает движение крестом назад, руки соединяются в первую позицию, затем раскрываются на последнем шаге: левая рука раскрывается вперед на уровень плеча, правая – во вторую позицию, обе руки вытянуты, ладони смотрят в пол. Второй шаг делается левой ногой в сторону по диагонали, а третий шаг – снова правой ногой со смещением вперед по диагонали;

На счет пять, шесть, семь и восемь делаем *pas de bourtee* в повороте, левая нога начинает движение крестом назад, поворот за левым плечом, руки соединяются первую позицию, затем раскрываются на последнем шаге: правая рука раскрывается вперед на уровень плеча, левая – во вторую позицию, обе руки вытянуты, ладони смотрят в пол. Второй шаг делается правой ногой в сторону по диагонали, а третий шаг – снова левой ногой со смещением.

Комбинация повторяется до конца диагонали, затем в обратную сторону с другой ноги. Позволяет тренировать координацию и ориентирование в пространстве.

Третья диагональ:

Исходное положение: лицом по направлению движения, руки вытянуты вниз параллельно телу, ноги по первой параллельной позиции.

На счет один, два делаем *kick ball change* правой ногой вперед. Движение делается таким образом: сначала делается *kick*, затем идет переступание: правая нога ставится назад по четвертой параллельной позиции на полупалец, а затем делается полноценный шаг левой ногой. Руки на пресс – позиции;

На счет три и четыре делаем *grand battement* вперед правой ногой и шаг на нее же вперед. Руки раскрыты во второй позиции, ладони направлены вниз;

На счет пять и шесть делаем kick ball change левой ногой вперед: сначала делаем kick, затем идет переступание: левая нога ставится назад по четвертой параллельной позиции на полупалец, а затем делается полноценный шаг правой ногой. Руки на пресс-позиции;

На счет семь и восемь делаем grand battement вперед левой ногой и шаг на нее же вперед. Руки раскрыты во второй позиции, ладони направлены вниз;

На счет один, два делаем grand battement вперед правой ногой и шаг на нее же вперед. Руки раскрыты во второй позиции, ладони направлены вниз;

На счет три и четыре делаем grand battement вперед левой ногой и шаг на нее же вперед, но уже с разворотом на четверть для выполнения следующего движения. Руки раскрыты во второй позиции, ладони направлены вниз;

На счет пять и шесть делаем четверть поворота за левым плечом, grand battement в сторону правой ногой и делаем шаг на нее же, но снова с разворотом на четверть для выполнения следующего движения. Руки раскрыты во второй позиции, ладони направлены вниз;

На счет семь и восемь делаем четверть поворота за левым плечом и grand battement назад левой ногой. Руки вытянуты вперед параллельно в позиции В, ладони направлены друг к другу. Корпус в положении flat back;

На счет и делаем половину поворота за левым плечом и возвращаемся в исходное положение.

Комбинация повторяется до конца диагонали, затем в обратную сторону с другой ноги. Так же развивает ориентирование в пространстве.

Контрольные вопросы

1. С помощью каких элементов можно усложнить стандартное исполнение grand plie по пятой позиции?
2. Зная основные позиции рук А-Б-В усложните исполнения комбинации battement tendu по параллельным позициям.
3. Какова методика исполнения джазового pas de bougtee?
4. Как Вы думаете, с какими элементами экзерсиса можно грамотно сочетать rond de jamb par terre? Для ответа разрешено в том числе использовать знания полученные из курса классического танца.
5. Придумайте простую комбинацию grand battement на четыре музыкальных такта (32 счета) с использованием различных уровней.

2.2. Импровизация в танце

Язык хореографии является одним из выразительных приемов режиссера, который создает на сцене художественно-пластическую конструкцию. Он превращает слова в яркое театрализованное действие, чтобы увлечь зрителя в историю, происходящую на сцене. В ходе изучения хореографической лексики, импровизации нужно уделять столько же внимания, как и традиционному танцу, задача которых заключается во взаимном дополнении и обогащении [2].

Хореографическая деятельность способствует развитию творческих способностей будущих артистов мюзикла в процессе обучения. Как раз игровой импровизационный характер данной деятельности позволяет эмоциональному и физическому раскрепощению. Творческие проявления студентов в танцевальной деятельности являются важным показателем общего развития [4, с. 210].

В процессе обучения перед педагогом стоит задача развить танцевальное воображение для того, чтобы сформировать у студентов хореографическую культуры. И одним из способов достижения этой цели выступают средства танцевальной импровизации [15, с. 195].

Хореографическая импровизация под музыкальное исполнение включает упражнения, этюды и экспромты на заданную тему или свободную тему. Содержание таких заданий, как правило, состоит из тем, близкие воображению обучающихся, сюжеты и настроения, связанные с природой, героями любимых книг, кинофильмов и т. д.

Особенностью танца является то, что художественные образы осуществляются с помощью выразительных движений артистов, без каких-либо вербальных пояснений. Можно сделать вывод, что в хореографическом искусстве воображение развивается эффективнее, чем в других видах музыкальной деятельности. В танце соединяется музыка, движение, актерская игра, костюмы, сюжет, разные эмоции. Танец выполняет физическую функцию, а также коммуникативные и психологические. Каждое движение в танце несет в себе смысл.

Л. Н. Мун определяет импровизацию, как компонент творчества, способный придать креативную направленность процессу хореографической деятельности [12, с. 122].

П. Я. Гальперин считал, что импровизация – это одновременно продукт и процесс творчества [5].

Признаки импровизационного стиля: игровое отношение; анаморфоз – искажение формы с целью выявления нового смысла и новой выразительности; монтаж; голос.

В преподавании и обучении танцу нужно делать акцент на том, чтобы: внутреннее чувство; экспериментальные методы обучения; практики; сбалансированность подходов к обучению и философии; содействие развитию творческого, художественного голоса каждого студента в танце; творческие подходы к решению задач; дисциплина; развитие творчества и воображения.

Таким образом, в системе хореографического образования возникает необходимость внедрения танцевальной импровизации, и изучения ее особенностей. Существует несколько объективных причин на это:

Во-первых, импровизация – это мощный инструмент развития креативности мышления. Она развивает личность танцовщика и служит раскрытию индивидуального творческого потенциала, а также физические, умственные, интеллектуальные способности. Импровизация является уникальной техникой повышения общего уровня танцевальности, вне зависимости от уровня мастерства и профессионализма танцовщика.

Во-вторых, импровизация объединяет и синтезируют различные техники современного танца.

В-третьих, танцевальная импровизация – это всегда поиск новой хореографической лексики, средство выработки индивидуальности хореографического материала, а также методом постановки композиции, танца, мюзикла.

Техника танцевальной импровизации является эффективна, и ее необходимо внедрить в учебно-педагогический процесс, что позволит существенно повлиять на повышение уровня профессионализма и мастерства будущих артистов мюзикла в процессе обучения.

Если рассматривать импровизацию в контексте хореографического искусства, то отмечается ряд особенностей. Танцор способен на самостоятельное создание танца, основываясь на своем темпераменте, характере, физических способностях, музыкальности, а также задатков. С помощью свойственных ему жестов, движений, мимике, стилю, артист демонстрирует свою уникальность и индивидуальность. В процессе импровизации, исполнитель также является ответственным за смысловую нагрузку и танцевальную лексику [5].

На основе исследований на тему техники импровизации были разработаны следующие методические рекомендации:

Активно использовать технику импровизации в работе со студентами для развития двигательного воображения с целью повышения художественно-творческого потенциала и чувственного переживания «здесь и сейчас» в воплощении сценического образа в хореографических этюдах, вокальных номеров и театральных постановок, поскольку это техника и одновременно результат использования этой техники, что является важным в подготовке будущих профессионалов в сфере музыкального театра, мюзикла и шоу-программ;

Использовать элементы импровизации, телесные практики, «работающие» на пластическую выразительность, принимать участие в творческих мастерских, и давать студентам упражнения на раскрепощенность, позволяющие отключаться от простых механических движений и включать процессы познания, самопознания и саморазвития личности артиста;

Необходимо нарабатывать профессиональную лексику движений с помощью хореографической деятельности, которая будет выступать как система сложных социально-педагогических методик, позволяющих влиять на развитие личности студента с учетом его творческих способностей, задатков, характера и темперамента, и общих специальных способностей;

Танцевальная деятельность в определенных условиях должна строиться на импровизации, и способствовать эмоциональному и физическому раскрепощению студентов в процессе развития их творческих способностей и формировании аутентичности исполнителя, а также индивидуального хореографического почерка;

Развивать креативные способности студентов в процессе учебной деятельности в вузе, способствующим творческой реализации и профессиональной востребованности в современном мире, основанном на знаниях и практическом опыте;

В процессе обучения следует большую роль отводить синтезу вокала, хореографии и актерского мастерства, т.к. посредством смешения этих дисциплин мы сможем в полной мере раскрыть индивидуальные артистические способности и профессиональные качества будущих артистов мюзикла;

Педагогические технологии на основе индивидуально-личностной ориентации педагогического процесса, опирающиеся на принципы принятия уникальности и неповторимости каждой личности и ее права на самовыражение. Сформировать уровень осознанности у студентов социальной и личной значимости учебной деятельности и ее результатов;

Следует уделять должное внимание к хореографической подготовке абитуриентов, недостаток должного внимания к актерским навыкам и одновременно к владению координацией движения; музыкальной памяти и чувству ритма; умению владеть голосовым аппаратом, что является значимым фактором в данной профессии.

Необходима работа по дополнительной мотивации студентов к использованию техник развития творческих способностей, применение техники концентрации и информированию о эффективности работы двигательного воображения, так как этот процесс предполагает не только движение, а напрямую связано с моделированием действий и их выполнении;

Для получения высоких творческих результатов необходимо не только тренировать движения физически, но импровизировать на тему движения, используя его во время постановки этюдов и театральных образов, «прогонять» методику исполнения хореографической лексики и хореографического материала мысленно в свободное от занятий время, тем самым развивая пластическую выразительность.

Необходимо развивать мотивацию студентов, подпитывая их интерес к творчеству, его креативным компонентам, в том числе включающим навыки танцевальной импровизации; способствовать овладению техник для повышения уровня креативности; способствовать воспроизведения и создания различных образов в двигательной сфере; развивать умения художественной рефлексии.

Контрольные вопросы

1. Что такое танцевальная импровизация?
2. Назовите признаки импровизационного стиля?
3. Чему способствует импровизация?
4. Назовите основные особенности импровизации?

2.3. Растяжка

Для развития гибкости танцору, наряду с обычной растяжкой (stretching) следует выполнять партнерную, уже направленную больше на развитие профессиональных качеств, нежели исключительно на укрепление здоровья.

Начинается упражнение с подвижности голеностопного сустава, а также мышц голени и стопы.

Растяжка на укрепление и разработку подъемов

Исходное положение: сидя на коленях с ровной спиной, руки опущены вдоль тела, пятки вместе.

Руками на ширине плеч упираемся в пол, поднимаем колени и переносим вес на подъемы. Стараемся максимально долго удержать данное положение. Далее передвигаем ладони за стопы, тем самым увеличивая давление на пальцы стоп. Прижимаем колени к грудной клетке. Постояв немного в таком положении, сгибаем руки в локтях, при необходимости снова передвигаем локти назад (дальше за стопы), садимся на пол, оставляя пальцы ног загнутыми. Начинаем плавно вытягивать колени, скользя пальцами ног вперед, стараясь не отрывать их от пола. В самый последний момент перед отрывом, фиксируем положение. Прodelьваем весь путь в обратном порядке и принимаем исходное положение.

Это упражнение способствует развитию подъемов. Важно следить за тем, чтобы пятки оставались прижатыми друг к другу на протяжении всего времени.

Работа стопами

Исходное положение: сидя на полу с ровной спиной, руки расставляем в стороны, максимально вытягиваем стопы и колени.

Начинаем с работы пальцами ног. Сохраняем положение колен и подъемов, стараемся максимально сократить пальцы стоп. Далее сокращаем подъемы на себя, не расслабляя пальцы. Это позволяет растянуть ахиллы и икроножные мышцы. Фиксируем положение колен и стоп, тянемся пальцами ног к пяткам. Следом вытягиваем подъемы, стараясь не расслаблять пальцы ног.

В течение всего упражнения не расслабляем колени и спину. Это способствует укреплению всех мышц ног, спины, пресса, а также эластичности связок.

Выворотность ног – это возможность тела разворачивать бедра, голени и стопы наружу. Зависит от врожденного строения суставов таза, связок колен и голени.

Амплитуда шага в стороны и вперед зависит от степени выворотности ног и подвижности тазобедренных суставов. Амплитуда шага назад зависит от подвижности позвоночного столба, силы и эластичности задней группы мышц бедра.

«Бабочка»

Исходное положение: сидя на полу с ровной спиной, руки являются опорой. Стопы стоят на полу, колени прижимаем к грудной клетке.

Начинаем с раскачиваний, имитирующих полет бабочки (колени ассоциируются с крыльшками): раскрываем колени максимально по сторонам, стопы соединяются между собой, и возвращаемся в исходное положение. Повторяем несколько раз. Далее раскрываем колени и тянем их к полу, постепенно наклоняя корпус вперед. Ладони в это время «разъезжаются» по полу. Цель – положить грудь на стопы. Фиксируем положение в его предельной точке, возвращаемся в исходное положение. Очень важно, при выполнении этого упражнения, стараться расслабить мышцы таза.

«Бабочка» позволяет развить бедренную выворотность важную для исполнения всех видов рліе.

«Выпад»

Исходное положение: делаем глубокий выпад на правой ноге. Левая нога вытянута назад, подъем натянут. Для безопасности выполнения данного упражнения, следим, чтобы Голень правой ноги была строго перпендикулярна полу. Руки соединены в замок и вытянуты вверх.

Сильно вытягиваем колено левой ноги так, чтобы оно оторвалось от пола. Задерживаемся в этом положении, максимально расслабляем паховые мышцы и опускаем бедра вниз под действие веса своего тела. Следим, чтобы остальные мышцы оставались в напряжении. Возвращаемся в исходное положение и меняем ноги.

Упражнение следует повторять не менее восьми раз с каждой ноги, каждый раз доходя до своего «предела»: физических возможностей и терпения. Необходимо проследить, чтоб вес тела был между ног.

Упражнение на растяжку нижней поверхности бедра и подколенных связок

Исходное положение: встаем на левое колено, бедро этой же ноги перпендикулярно полу. Правую ногу вытягиваем вперед в выворотном положении. Стопу правой ноги максимально сокращаем, прижимая мизинец к полу. Спину сохраняем прямой, руки вытягиваем вдоль корпуса.

Прогибаем спину и наклоняемся к передней вытянутой ноге. Стараемся живот прижать к бедру. Следим за тем, чтобы сохранялся квадрат: два плеча, два бедра. Стараемся максимально долго удерживать предельное для себя положение, затем через волну с округлившейся спиной принимаем исходное положение.

Упражнение следует повторять не менее четырех раз. И затем повторить заданную комбинацию с другой ноги.

«Полу шпагат»

Исходное положение: делаем полу шпагат с правой ноги. Бедра прижимаем к полу в ровном положении, сохраняя квадрат: два плеча, два бедра. Корпус держим прямо.

Начинаем движение правой рукой: ведем ее по кругу через верх (потолок), опускаем назад на левое бедро. Корпус разворачивается за рукой в поясничном и грудном отделе. Происходит скручивание. Максимально долго сохраняем принятое положение. Следует обратить внимание на сильное натяжение в бедрах и спине. Далее правой рукой снова делаем круг через потолок и переносим ее вперед. Одновременно с этим движение прогибаемся в спине и ложимся вперед на правое бедро. Далее стараемся оторвать левую ногу от пола, при этом следя за коленом. Должна напрягаться задняя поверхность бедра левой ноги. Снова удерживаем это положение максимально долго.

Упражнение повторяем не менее четырех раз. Затем выполняем заданную комбинацию с другой ноги.

В данном упражнении сочетаются растяжение и напряжение мышц, что позволяет добиться наибольшего результата.

«Крокодилчик»

Исходное положение: садимся на пол, ноги сильно вытягиваем вперед, стопы развернуты в стороны. Спина прямая, руки подняты вверх или прижаты к груди.

Ноги резко раскрываем, проходим через поперечный шпагат, и соединяем их сзади. Стараемся максимально удерживать корпус в вертикальном положении, фиксируем положение мышцами поясницы. Прodelьваем обратный путь: ноги резко раскрываем, проходим через поперечный шпагат, и соединяются спереди. Принимаем исходное положение. При необходимости помогаем себе руками.

Выполняя это упражнение, следим за натянутостью ног и стараемся бедра не отрывать от пола. Упражнение очень хорошо развивает подвижность тазобедренных суставов и растяжку на поперечный шпагат.

«Развороты на шпагате»

Исходное положение: садимся на пол, ноги сильно вытягиваем вперед, стопы развернуты в стороны. Спина прямая, руки опущены вниз.

Начинаем упражнение с того, что левая нога скользит по полу, выполняя *gond* до положения шпагата с правой ноги. Стараемся удержать бедра ровными, не смещая квадрат: два плеча, два бедра. Спина остается прямой. Далее разворачиваем ноги в тазобедренном суставе и переходим на поперечный шпагат. Снова разворачивая ноги в тазобедренном суставе, переходим на шпагат с левой ноги. Продолжаем следить за ровностью двух бедер и сохранностью квадрата. Завершаем упражнение тем, что правая нога скользит по полу, выполняя *gond* сзади вперед. Ноги соединяются спереди, мы принимаем исходное положение.

Упражнение повторяем не менее восьми раз. Затем повторяем то же самое с другой ноги. Следим за натянутостью ног и стараемся не отрывать бедра от пола.

Гибкость – показатель пластичности тела будущего артиста, она придает танцу выразительность, способствуя тем самым созданию сценического образа.

Гибкость корпуса зависит от гибкости позвоночного столба. Степень подвижности позвоночного столба определяется строением и состоянием позвоночных хрящей. Прогиб назад должен быть в области нижних грудных и верхних поясничных позвонков. Наклон корпуса вперед или вниз осуществляется благодаря растяжению межпозвоночных дисков, а также икроножных, подколенных, тазобедренных мышц и связок.

«Рыбка»

Исходное положение: ложимся на живот, ноги прижаты друг к другу и сильно вытянуты, руки согнуты около груди, локти направлены вверх, в потолок, ладони прижаты к полу около плеч.

Вытягиваем локти и поднимаем верхнюю часть корпуса максимально вверх, прогибаемся, затылком тянемся к пяткам. Ноги сохраняют исходное положение. Пытаемся оторвать руки от пола, напрягая мышцы спины. Возвращаемся в предыдущее положение и сгибаем ноги в коленях. Стараемся носочками дотя-

нуться до макушки. Постепенно возвращаемся в исходное положение, проделывая весь путь в обратном порядке.

Упражнение укрепляет мышцы спины, развивает подвижность в грудном и плечевом отделе.

«Мостик»

Исходное положение: мост.

Упражнение заключается в раскачивании: сильно сгибаем колени и опускаем бедра максимально вниз, тем самым развивая подвижность поясничного отдела. Максимально долго удерживаем такое положение, затем вытягиваем колени и переносим вес тела на руки, что позволяет развить подвижность в грудном отделе.

Контрольные вопросы

1. Какие упражнения на растяжение голеностопного сустава Вы знаете?
2. Какие упражнения на развитие выворотности Вы знаете?
3. С чем связано название упражнения «бабочка»?
4. Какие упражнения используются для развития поперечного шпагата?
5. Что связывает упражнения «рыбка» и «мостик»? Что они развивают?

Заключение

Хореография занимает все большее место в нашей современной действительности. Танец позволяет передать эмоции и чувства хореографа и исполнителя с помощью музыки и возможностей человеческого тела. Этот вид искусства все чаще появляется на экранах в качестве самостоятельных проектов, приобщая зрителя к миру прекрасного.

Современный музыкальный театр требует все новых и новых хореографических решений и предъявляет высокие требования к артистам мюзикла. Уникальность и особенность этого жанра придает джаз-танец, без которого уже сложно представить мюзикл.

Джазовый танец, несмотря на некоторое снижение интереса в последнее время к одноименному музыкальному жанру, прогрессирует и продолжает привлекать к себе все больше последователей.

Джаз-танец, невероятно сложный по технике исполнения, является настоящим высоким искусством, если исполнитель может в точности следовать законам этого стиля, выстраиваемым на протяжении почти целого столетия. Для этого необходимо знать, понимать и уметь воспроизвести практически и теоретически основные элементы, позы и движения данного стиля.

Освоив технику джаз-танца, танцор может усовершенствовать свою координацию, чувство ритма, эмоциональность и выразительность исполнения хореографии. Также техника джаз-танца является хорошей «стартовой платформой» для освоения других современных танцевальных направлений. Студент, овладевший техникой джаз-танца, может с легкостью повышать свой уровень исполнительского искусства.

Этот стиль танца требует от исполнителя прекрасной физической формы и высокого уровня подготовки. Танцору необходимо развивать свои силовые качества, гибкость и пластичность. Не стоит забывать и об эмоциональной составляющей, ведь данный стиль произошел от афроамериканцев, которые и сейчас считаются одной из самых вспыльчивых и эмоциональных наций. Они также и очень артистичны. Для развития этих составляющих танцору предлагается посещать мастер-классы по актерскому мастерству, много читать и внимательно относиться к окружающему миру.

Любой вид деятельности – это, в первую очередь, самостоятельная работа. Для достижения высоких результатов и овладения мастерства в хореографическом искусстве также необходима систематичность и регулярные тренировки, повышающие профессионализм исполнителя. Данное учебно-методическое пособие создано в целях помочь танцорам развить основные технические принципы стиля джазового танца.

Список использованной литературы

1. Александрова А., Макарова Н. Джаз-танец. Пособие для начинающих / А. Александрова, Н. Макарова – Санкт-Петербург: Лань, 2012. – 192 с.
2. Андрущенко Е. Ю. Песня и танец. – Экспериментальный мюзикл Э. Ллойда-Уэббера: тридцать лет спустя / Е. Ю. Андрущенко // Южно-Российский музыкальный альманах. – 2013. – № 1. – С. 93–98.
3. Ветлугина Н. А. Музыкальное развитие ребенка / Н. А. Ветлугина. – Москва: Аспект Пресс, 2013 – 415 с.
4. Димура И. Н., Клецко И. В. Импровизация как компонент развития двигательного воображения студентов творческих специальностей. / И. Н. Димура; И. В. Клецко – Физкультурное образование Сибири Научно-методический журнал 2 (44), 2020. – С. 33–39.
5. Диниц Е. В. Джазовые танцы / Е. В. Диниц. – Москва: АСТ, 2010. – 64 с.
6. Ежова Е. А. Хореографическая подготовка как компонент профессионального образования артиста мюзикла / Е. А. Ежова // Вестник СПбГИК. 2021. № 2 (47). – С. 133–137.
7. Есаулов И. Г. Устойчивость и координация в хореографии: учебное пособие / И. Г. Есаулов – Санкт-Петербург: Лань, Планета музыки, 2017. – 160 с.
8. Ивлева Л. Д. Джазовый танец / Л. Д. Ивлева. – Челябинск: ЧГАКИ, 2006. – 104 с.

Список рекомендуемой литературы

1. Громова Е. Н. Основы подготовки специалистов-хореографов: хореографическая педагогика: учебное пособие для вузов / Е. Н. Громова; Ю. И. Громов; Н. Л. Гавликовский; Санкт-Петербургский гуманитарный университет профсоюзов. – Санкт-Петербург: изд-во Санкт-Петербургского гуманитарного университета профсоюзов, 2006. – 632 с.
2. Компан Ш. Танцевальный словарь / Ш. Компан. – Москва: [б. и.], 2012. – 438 с.
3. Пасютинская В. М. Волшебный мир танца : книга для учащихся / В. М. Пасютинская. – Москва: Просвещение, 1985. – 223 с.
4. Меднис Н. В., Ткаченко С. Г. Введение в классический танец / Н. В. Меднис, С. Г. Ткаченко. Санкт-Петербург: Лань, Планета музыки, 2016. – 64 с.
5. Цорн А. Я. Грамматика танцевального искусства хореографии / А. Я. Цорн. Санкт-Петербург: Лань, Планета музыки, 2011. – 544 с.

Учебное издание

И. В. Клецко

Техника джаз-танца

Учебно-методическое пособие

Верстка Е. А. Соловьевой
Дизайн обложки Е. А. Соловьевой
Выпускающий редактор А. С. Шитова

Подписано в печать 06.09.2023. Формат 60×90¹/₁₆.
Усл. печ. л. 2,25. Уч.-изд. л. 2,25 Тир. 500 (1-й завод 1–50). Зак.
ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский гос. ин-т культуры»
191186, Санкт-Петербург, Дворцовая наб., 2. Тел. 8(812)318 97 16
Отпечатано с готового оригинал-макета в типографии
ООО «Первый издательско-полиграфический холдинг» (ООО Первый ИПХ)
194044, Санкт-Петербург, Б. Сампсониевский пр., д. 60, лит. У