

ГЛОССАРИЙ по «Танцу MODERN»

Абстракция - применительно к танцу это слово относится к хореографии, не имеющей повествовательного характера. Другими словами, абстрактный танец не рассказывает истории и не связан с символическим содержанием или какими-либо ассоциациями с чувствами, идеями или другими элементами, кроме самого движения. Танец можно считать абстрактным, если он рассматривается в рамках чистого движения и / или его компонентов (таких как пространство, время, тело и т. д.)

Accumulation - Накопление: это слово ввела американский хореограф Триша Браун в 1970-х годах. Она использовала его для названия пьесы, и он описывал постепенный и повторяющийся способ построения жестов хореографии. Поскольку работы Триши Браун так широко известны, это слово распространилось среди танцевального сообщества, и сегодня оно используется, чтобы говорить о ее способе создания хореографии как метода композиции.

Alignment - Выравнивание: размещение костей таким образом, чтобы повысить физиологическую эффективность и здоровье. В зависимости от танцевального жанра расклад может варьироваться в зависимости от его конкретных эстетических целей. Прочтите определения «Правильное выравнивание», «Размещение тела» или «Стойка» ниже, чтобы расширить их.

Actuation (аттукция) - Движение связанное с разворотом нагруженных стоп в аут-позицию.

Adduction (аддукция) - Движение противоположное аттукция.

A LA SECONDE [а ля сегонд] - положение, при котором исполнитель располагается en face, а "рабочая" нога открыта в сторону на 90° .

ALLONGE, ARRONDIE [алянже, аронди] - положение округленной или удлиненной руки.

ARABESQUE [арабеск] - поза классического танца, при которой нога отводится назад "носком в пол" на 45°, 60° или на 90°, положение торса, рук и головы зависит от формы арабеска.

ARCH [арч] - арка, прогиб торса назад.

ASSEMBLE [асамбле] - прыжок с одной ноги на две выполняется с отведением ноги в заданном направлении и собиранием ног во время прыжка вместе.

ATTITUDE [аттитюд] - положение ноги, оторванной от пола и немного согнутой в колене.

BATTEMENT AVELOPPE [батман авлоппе] - противоположное battement developpe движение, "рабочая" нога из открытого положения через passe опускается в заданную позицию.

BATTEMENT DE VELOPPE [батман девлоппе] - вынимание ноги вперед, назад или в сторону скольжением "рабочей" ноги по опорной.

BATTEMENT FONDU [батман фондю] - движение, состоящее из одновременного сгибания коленей, в конце которого "рабочая" нога приходит в положение sur le cou-de-pied спереди или сзади опорной ноги, а затем следует одновременное вытягивание коленей и "рабочая" нога открывается вперед, в сторону или назад. В модерн-джаз танце используется также форма fondu из урока народно-сценического танца.

BATTEMENT FRAPPE [батман фраппе] - движение, состоящее из быстрого, энергичного сгибания и разгибания ноги, стопа приводится в положение sur le cou-de-pied в момент сгибания и открывается носком в пол или на высоту 45° в момент разгибания вперед, в сторону или назад.

BATTEMENT RELEVE LENT [батман релеве лян] - плавный подъем ноги через скольжение по полу на 90° вперед, в сторону или назад. Движения классического танца, заимствованные модерн-джаз танцем, очень часто видоизменяются. Особенно это касается выворотного и параллельного положения. В связи с этим в словаре дается терминология классического балета без изменений (см. Все о балете//Составитель Е.Я. Суриц. М., 1966, Энциклопедия "Балет". М., 1981 и др.), а изменение положений зависит от контекста урока. Зачастую происходит терминологическое наложение английской и французской терминологии, например, temps leve аналогичен hop, battement tendu аналогичен brack, kick соответствует grand battement developpe и т.д. В этом случае необходимо использовать движение в зависимости от конкретного упражнения.

BATTEMENT RETIRE [батман ретире] - перенос через скольжение "рабочей" ноги, через passe из V позиции вперед в V позицию сзади.

BATTEMENT TENDU [батман тандю] - движение ноги, которая скользящим движением отводится на носок вперед, назад или в сторону. В модерн-джаз танце выполняется так же по параллельным позициям.

BATTEMENT TENDU JETE [батман тандю жете] - отличается от battement tendu активным выбрасыванием ноги в воздух на высоту.

Beat: - Бит: ритм - это базовая единица измерения времени как в хореографическом, так и в музыкальном языках. Это импульс, который повторяется повторно с определенной частотой. Когда мы танцуем, мы считаем удары... например, пять, шесть, семь, восемь! (Спорим, вы знаете это...). Пять, шесть, семь, восемь - последние четыре такта хореографической фразы из восьми долей.

Body - Боди (корпус, тело), Применяется к туловищу, когда верхняя часть туловища и колени согнуты.

Body placement: - Размещение тела: это выражение, которое мы используем в танце, чтобы говорить о том, как мы несем свое тело (самих себя), включая расположение и выравнивание больших костей (например, таза или позвоночника), конечностей и головы, а также микроорганизации мышц, которые отвечают за их расположение. Обычно каждый танцевальный жанр или стиль имеет свое собственное расположение тела, которое облегчает его техническое исполнение и составляет особый стиль.

BODY ROLL [боди ролл] - группа наклонов торса, связанная с поочередным перемещением центра корпуса в боковой или фронтальной плоскости (синоним "волна").

BOUNCE[баунс] - трамплинное покачивание вверх-вниз, в основном происходит либо за счет сгибания и разгибания коленей, либо пульсирующими наклонами торса.

BRUCH [браш] - скольжение или мазок всей стопой по полу перед открытием ноги в воздух или при закрытии в позицию.

Bump - Толчок таза вперед.

Canon: - Канон: танцоры используют это слово в том же значении, что и музыканты. Он определяет композиционную структуру, в которой один и тот же хореографический фрагмент исполняется несколькими танцорами, которые распределяют его во времени (обычно с регулярными интервалами). Рудольф Лабан выделил четыре основных типа канонов, используемых в

танце: обычный канон (танцоры начинают и заканчивают один за другим), начальный канон (ступенчато только начало фрагмента), конечный канон (только конец фрагмента является ступенчатым). ступенчатый), одновременный канон.

Clarity of line: - Четкость линии: слово «линия» чаще всего используется артистами балета. Это идеальная форма, которая создается телом во время танца, особенно в определенных позах, таких как арабески или между ног и рук. Четкость или качество линии - это степень точности, с которой форма, достигнутая танцором, приближается к этому идеалу.

Collapse - Коллапс — позиция корпуса (разрушение, изнеможение) позиция Коллапса означает, что верхняя часть корпуса до талии вместе с головой более или менее наклонены вперед, колени также согнуты, таз может свободно выступать назад.

Coordination - Если одновременно изолируются и активизируются несколько центров. Это является вершиной африканской эстетики танца, т.к. посредством ее из отдельных изолированных движений возникает новый образ движения.

Contemporary Dance: - Современный танец: искусство, рабочим материалом которого является движение людей. Он не имеет фиксированных или устоявшихся моделей движения, а скорее находится в постоянном поиске новых форм и динамики. Поэтому его танцоры используют для обучения различные современные и классические танцевальные техники. Он создает представления или шоу на традиционных и нетрадиционных сценах (например, в театрах или в общественных и частных местах), часто поддерживает диалог с другими эстетическими языками, такими как аудиовизуальные технологии, визуальное или изобразительное искусство, освещение, архитектура, музыка, цирк и другие.

CONTRACTION [контракш] - сжатие, уменьшение объема корпуса и округление позвоночника, начинается в центре таза, постепенно захватывая весь позвоночник, исполняется на выдохе.

Corporeality: (or corporeity) - Телесность: (или телесность) это термин, используемый в основном исследователями танцев. Его введение приписывают французскому философу Мишелю Бернару. Он заменяет слово «тело», мотивируя это тем, что это более широкая концепция, которая понимает тело как воображаемую и податливую материю, чувствительную

сеть с постоянным пульсом, неотделимую от индивидуальной и коллективной истории.

CORKSCREW TURN [корскру повороты] – «штопорные» повороты, при которых исполнитель повышает или понижает уровень вращения.

Correct alignment: - Правильное выравнивание: размещение тела (в основном, костей и мышц) таким образом, чтобы они были физиологически правильными. Это означает, что при движении в таком положении танцор не причинит себе вреда и, как следствие, будет более эффективно расходовать энергию. Например, при падении с прыжка колени должны указывать в одном направлении с ногами. Чем лучше выравнивание, тем безопаснее прыжок. Прочтите определение «размещения тела» выше, чтобы расширить его.

COUPE [купе] - быстрая подмена одной ноги другой, служащая толчком для прыжка или другого движения.

Counterpoint: - Контрапункт: это музыкальный термин, используемый также для обозначения танца. В отношении музыки он выражает гармоническую взаимозависимость или взаимосвязь между двумя мелодическими линиями, ритм и контур которых различны. Говоря о танце, он выражает то же самое, но в хореографических терминах: два (или более) хореографических фрагмента с различным использованием пространства, времени или тела исполняются вместе и составляют часть хореографического единства.

CURVE [кёф] - изгиб верхней части позвоночника (до "солнечного сплетения") вперед или в сторону.

DEEP BODY BEND [диип боди бэнд] - наклон торсом вперед ниже 90°, сохраняя прямую линию торса и рук.

DE GAGE [дегаже] - перенос тяжести корпуса с одной ноги на другую по второй позиции (вправо, влево) и по четвертой позиции ног (вперед, назад), может исполняться как с demi-plie, так и на вытянутых ногах.

DEMI-PLIE [деми-плие] - полуприседание, при котором пятки не отрываются от пола.

DEMIROND [деми ронд] - полукруг носком ноги по полу вперед и в сторону, или назад и в сторону.

DROP [дроп] - падение расслабленного торса вперед или в сторону.

Dynamic (s): - Динамический: когда используется в качестве танцевального термина, он выражает способ выполнения формы движения. С точки зрения теории усилий Рудольфа Лабана, было бы четыре основных фактора, составляющих динамику движения: пространство (прямое или косвенное), время (устойчивое или внезапное), вес (легкий или сильный) и поток (свободный или свободный). связаны). Комбинация этих 8 возможных способов выполнения любого движения создаст вариации в его динамике. Лаван назвал 8 основных действий, которые могут возникнуть в результате этих комбинаций, чтобы показать пример разницы между динамикой: удары кулаком, плавание, надавливание, взмахи, скольжение, рубящий удар, прикосновение и отжим. Вне теории Лавана, динамика также будет относиться к качествам движения, связанным с выразительными, эмоциональными или другими физическими компонентами.

ECARTE [экарте] - поза классического танца (*a la seconde*), развернутая по диагонали вперед или назад, корпус чуть отклонен от поднятой ноги.

Effort: - Усилие: усилие - это слово, введенное Рудольфом Лабаном. По его словам, это мысленный импульс, из которого происходит движение. Его составляют четыре фактора движения: ПРОСТРАНСТВО (прямое или не прямое), ВЕС (сильный или легкий), ВРЕМЯ (внезапное или постоянное) и ПОТОК (связанный и свободный). Динамика движения является результатом сочетания этих факторов и качества его усилия.

Effort actions: - Действия усилия: Рудольф Лаван заявил, что различные комбинации качеств усилия создают восемь основных способов движения, называемых основными действиями: нажимать, щелкать, выжимать, наносить удары, наносить удары, скользить, наносить удары и парить.

Effort economy: - Экономия усилий: хотя усилие - это слово, связанное с теорией движения Рудольфа Лабана в танцевальном сообществе, оно также используется в другом значении, когда говорят об «экономии усилий» в технических терминах. Это способ передвижения, при котором расход энергии оптимизируется за счет использования только необходимых частей тела и расслабления остальных.

Effort qualities: - Качества усилия: элементы отдельных усилий или их комбинации (прямые, не прямые, сильные, легкие, внезапные, устойчивые, связанные, свободные).

EMBOITE [амбуате] - последовательные переходы с ноги на ногу на полупальцах, пальцах и с прыжком. Прыжки emboite - поочередное выбрасывание согнутых в коленях ног вперед или на 45°.

EN DEDANS [ан дедан] - направление движения или поворота к себе, вовнутрь.

EN DEHORS [ан деор] - направление движения или поворота от себя или наружу.

FLAT BACK [флэт бэк] - наклон торса вперед, в сторону (на 90°), назад с прямой спиной, без изгиба торса.

FLEX [флекс] - сокращенная стопа, кисть или колени.

FLIK [флик] - мазок стопой по полу к опорной ноге.

Flow (free, bound or continuous): - Поток (свободный, связанный или непрерывный): один из четырех основных факторов, определяющих динамику движения, согласно теории усилий Рудольфа Лабана. Когда поток свободный, у танцора не будет большого контроля, чтобы немедленно остановить движение (например, рука деревенского рабочего, когда бросает и разбрасывает семена риса или когда танцор делает большое джете). Когда поток ограничен, танцор может в любой момент остановиться (обычно при медленном движении или при выполнении движений, требующих контроля, например, пируэта). Поток также обычно называют непрерывным, что означает, что поток или импульс движения не прекращаются.

Form: - Форма: это слово, которое чаще всего используется для обозначения движения (танца) с абстрактной точки зрения. «Форма» движения, также называемая «формой», будет включать занимаемое ею пространство, время, использование тела и такие элементы, которые не выражают другого содержания, кроме самого движения. В этом смысле форму можно понимать в противоположность содержанию, качествам, динамике или любой выразительной и коммуникативной особенностью, составляющей движение.

FOUETTE [фуэтте] - прием поворота, при котором тело исполнителя поворачивается к зафиксированной в определенном положении ноге (на полу или в воздухе).

FROG-POSITION [фрог-позишн] - позиция сидя, при которой согнутые в коленях ноги касаются друг друга стопами, колени должны быть максимально раскрыты в стороны.

Gesture: - Жест: на языке лабана (система анализа и записи движений) слово «жест» используется для обозначения движений, которые не связаны с переносом веса всего тела в пространстве. Жест будет отличаться от переноса веса (например, поднятие руки будет жестом, а шаг вперед - переносом веса). Некоторые люди также используют это слово, чтобы говорить о движениях тела или конечностей, которые выражают или подчеркивают идеи, чувства или отношения, в отличие от того, что могло бы быть движением, рассматриваемым только абстрактно.

Grounded: - Заземленный: говорится о танцоре, который обладает хорошим чувством гравитации, то есть эффективно использует вес своего тела.

GLISSADE [глиссад] - партерный скользящий прыжок без отрыва от пола с продвижением вправо-влево или вперед-назад.

GRAND BATTEMENT [гран батман] - бросок ноги на 90° и выше вперед, назад или в сторону.

GRAND JETE [гран жете] - прыжок с одной ноги на другую с продвижением вперед, назад или в сторону. Ноги раскрываются максимально и принимают в воздухе положение "шпагат".

GRAND PLIE [гран плие] - полное приседание.

High level: - Высокий уровень: это танцевальный термин, взятый из раздела пространства Рудольфа Лабана. Он используется, чтобы говорить о движениях, выполняемых в таких положениях, как стояние, ходьба на цыпочках или прыжки.

HIGH RELEASE [хай релиз] - высокое расширение, движение, состоящее из подъема грудной клетки с небольшим перегибом назад.

HINGE [хинч] - положение танцора, при котором прямой, без изгибов торс отклоняется назад на максимальное расстояние, колени согнуты, стопы на полупальцах.

HIP LIFT [хип лифт] - подъем бедра вверх.

HOP [хоп] - шаг-подскок, "рабочая" нога обычно в положении "у колена".

Improvisation: - Импровизация: это танцевальное действие без предварительного определения движения; танцор не знает, что будет исполнять, но движется спонтанно и свободно, в отличие от сложного танца, когда танцор запоминает хореографию. Помимо танцевальной

импровизации, которая является полностью бесплатной, существуют типы импровизации, в которых используются руководящие принципы, определяющие некоторые особенности танца (например, его структуру, жанр, продолжительность, динамику и т. Д.). Примеры руководящих принципов танцевальной импровизации: следование музыке, определенным образом занимающее пространство, двигательные качества, хореографические фразы, исполняемые в соответствии с выбранными правилами, и т. д.

Impulse - Изолированный центр вовлекает в движение другой центр. Сначала движется один центр и только затем приводится в движение другой центр. Вариант координации.

Inversion: - Инверсия: одна из стратегий, используемых в композиционном методе, вариациях лейтмотива. Инвертировать лейтмотив означало бы выполнить его от конца к началу движения, как перемотку видеокассеты. Например, если лейтмотив - шаг вперед, применение инверсии преобразует его в шаг назад.

JACK KNIFE [джэк найф] - положение корпуса, при котором торс наклоняется вперед, спина прямая, опора на руки, колени вытянуты, ноги во второй параллельной позиции, пятки не отрываются от пола.

JELLY ROLL [джелли ролл] - движение пелвисом, состоящее из мелкого сокращения мышц с одновременным небольшим поворотом пелвиса вправо-влево (синоним - шейк пелвиса).

JERK-POSITION [джерк-позишн] - позиция рук, при которой локти сгибаются и немного отводятся назад, за грудную клетку, предплечья располагаются параллельно полу.

JUMP [джамп] - прыжок на двух ногах.

KICK [кик] - бросок ноги вперед или в сторону на 45° или 90° через вынимание приемом developpe.

Kinesthesia: - Кинестезия: «шестое чувство», согласно Рудольфу Лабану, это способность воспринимать или осознавать свое положение, движение и тело (включая мышцы, кости, внутренности, кожу...) чувствительным образом.

Kinsphere: (or kinesphere) - Кинсфера: (или кинесфера) воображаемое пространство, окружающее человеческое тело. Он имеет сферическую

форму, а его размер определяется максимальным пространством, достигаемым конечностями в любом возможном направлении.

LAY OUT [лэй аут] - положение, при котором нога, открытая на 90° в сторону или назад, и торс составляют одну прямую линию.

LEAP [лиип] - прыжок с одной ноги на другую с продвижением вперед или в сторону.

Legato: - Легато: это слово заимствовано из музыкального языка, но оно используется в танце с тем же значением. Он выражает качество движения, при котором поток не прекращается, но ощущение всегда непрерывно и плавно.

Levels: - Уровни: это слово используется для обозначения одного из аспектов разделения пространства, введенного Рудольфом Лабаном. Лаван установил три основных уровня, как для живописного пространства, так и для движения в кинесферическом пространстве. Чтобы узнать об определениях высокого, среднего и низкого уровня сценического пространства, прочтите соответствующие определения на этой же странице. В кинесфере уровни сочетаются с 9 основными направлениями и относятся к ориентации, в которой выполняется движение. Это отличается от уровней в живописном пространстве, которые относятся к конкретному пространству, занимаемому телом.

LOCOMOTOR [локомотор] - круговое движение согнутых в локтях рук вдоль торса.

LOW BACK [лоу бэк] - округление позвоночника в пояснично-грудном отделе.

Low level: - Низкий уровень: это выражение взято из разделения пространства Рудольфа Лабана. Он используется, чтобы говорить о движениях, выполняемых в таких положениях, как лежа, или движениях, таких как съеживание и перекачивание по полу.

Lunge: - Выпад: это слово пришло из языка аэробики и используется некоторыми танцорами для обозначения движения, в котором вы переносите вес вперед и кладете его половину (или больше) на одну ногу, которая продвигается вперед и сгибается; задняя нога может оставаться вытянутой или тоже сгибаться. Это похоже на переход в широкую четвертую позицию (как мы называем это в танце) с параллельными ногами или поворотом. Некоторые классические танцоры называют это «томбе».

Lyrical (dance): - Лирический (танец): стиль современного танца, модерн или джаз, возникший в результате слияния одного из этих трех типов танца с балетом и поп-музыкой (в основном). Он сочетает в себе простую хореографическую лексику с технически сложными движениями в выразительном стиле, который повторяет тексты песен и часто интерпретируется в формате короткого соло.

Middle level: - Средний уровень: это выражение взято из деления пространства Рудольфом Лабаном. Он используется, чтобы говорить о движениях, таких как ползание на четырех ногах или выполняемых из положений, например, стоя на коленях или сидя.

Minimization: - Минимизация: одна из стратегий, используемых в композиционном методе, вариациях лейтмотива. Сведение к минимуму лейтмотива означало бы уменьшение его размеров, в основном с точки зрения занимаемого им пространства. Например, если лейтмотивом является шаг вперед, применение минимизации преобразует его в различные меньшие возможности того же шага.

Mirroring: - Зеркальное отображение: метод упражнений, который может использоваться танцорами, но чаще всего используется актерами или на поле подготовки к драме. Он состоит из телесной активности для двоих, в которой один человек движется, а другой следует за ним, как если бы он был зеркалом. Эта стратегия используется для развития концентрации, общения, сотрудничества и творческих навыков.

Modern Dance: - Современный танец: современный танец можно рассматривать как синоним современного танца, поскольку в некоторых случаях они имеют эстетические или идеологические характеристики. Хотя это танцевальный термин, обычно используемый для обозначения танцевального направления, зародившегося в конце XIX века и просуществовавшего примерно до 1950-х годов. Его домами были Германия (и соседние страны) и США. Некоторые из его самых известных фигур - Айседора Дункан, Рудольф Лабан, Мэри Вигман и Марта Грэм.

Motif: - Мотив: это слово, которое чаще всего используется в речи танцевальной композиции. Он относится к небольшой хореографической единице (жесту, движению или фразе), которая является основным ориентиром, на основе которого строится и создается более крупная хореография (или танцевальная пьеса).

Motif development: - Разработка мотива: это процедура метода танцевальной композиции, заключающаяся в преобразовании основного хореографического мотива для создания большего или целого танцевального произведения. Вариации мотива выполняются с помощью таких стратегий, как повторение, инверсия, ритмические модификации, усиление, минимизация, орнамент, деконструкция и все мыслимые композиционные инструменты.

Movement image: - Образ движения: восприятие движения с ментальной и кинестетической точки зрения (т. е. Из воображения танцора и внутреннего восприятия его / его тела и движения).

Multiplication - Это явление параллельной техники изоляции. Как при помощи изоляции корпус распадается на свои центры, так и при мультипликации «целостное простое движение» распадается на несколько движений. Мультиплицированный шаг (стэп) называется дубль. Если вводятся два движения, то это триплет. Возможно и дальнейшее увеличение.

Musicality: - Музыкальность: способность воспринимать музыку и интегрировать ее в исполнение танца.

New Dance: - новый танец - это название европейской тенденции современного танца. Классифицируется историками в период с 1980-х по 1990-е годы. Некоторые из его французских деятелей: Д. Багуэ, О. Дюбок, Ж. Галлота, Д. Ларье, М. Марин, А. Прельжокаж, К. Сапорта....

Opposition: - Противостояние: это слово в основном используется во время технических тренировок. Противостояние движения одной части тела другой служит танцору по-разному. Противоположность облегчает расширение терки, поддержание положения, равновесия или контроля веса. Например, при поднятии руки плечо должно опускаться. Направление их движений создает противостояние (вверх и вниз одновременно), чтобы поддерживать правильное положение верхней части туловища (если не требуется другое конкретное размещение туловища).

Opposition и parallelisms - Различные центры могут двигаться в одном направлении, т.е. параллельно, как и в разном – оппозиционно.

Parasite tension: - Паразитарное напряжение: это выражение используется в основном танцорами, практикующими техники с элементами «соматической тенденции». Он выражает активность мышцы или группы мышц, которая не является необходимой для выполнения движения.

PAS BALANCE [па балансе] - па, состоящее из комбинации *tombe* и *pas de bourree*. Исполняется с продвижением из стороны в сторону, реже - вперед-назад.

PAS CHASSE [па шассе] - вспомогательный прыжок с продвижением во всех направлениях, при исполнении которого одна нога "догоняет" другую в высшей точке прыжка.

PAS DE BOURREE [па де бурре] - танцевальный вспомогательный шаг, состоящий из чередования переступаний с одной ноги на другую с окончанием на *demi-plie*. Синоним *step pas de bourree*. В модерн-джаз танце во время *pas de bourree* положение *sur le cou-de-pied* не фиксируется.

PAS DE CHAT [па де ша] - прыжок, имитирующий прыжок кошки. Согнутые в коленях ноги отбрасываются назад.

PAS FAILLJ [па файли] - связующий шаг, состоящий из проведения свободной ноги через проходящее *demi plie* по I позиции вперед или назад, затем на ногу передается тяжесть корпуса с некоторым отклонением от вертикальной оси.

PASSE [пассе] - проходящее движение, которое является связующим при переводе ноги из одного положения в другое, может исполняться по первой позиции на полу (*passer par terre*), либо на 45° или 90°.

Percussive: - Ударный: когда речь идет о движении, слово «ударный» используется для обозначения нарушенного и атакованного качества, которое противопоставляется плавному или непрерывному качеству. Ударное движение не связано или отделяется от своих соседей паузой и обычно имеет небольшой акцент в конце исполнения. Иногда к танцу применяются эквивалентные музыкальные термины. Ударные движения будут иметь качество «стаккато» и будут противостоять «легато» или качеству плавности.

Phrase: - Фраза: короткий хореографический фрагмент, в котором есть намерение и ощущение начала и конца. Фразы обычно строятся по ритмическим образцам (например, популярной танцевальной фразе из восьми долей), но они также могут быть определены просто посредством их движений или динамики.

PIQUE [пике] - легкий укол кончиками пальцев "рабочей" ноги об пол и подъем ноги на заданную высоту.

PIROUTTE [пируэт] - вращение исполнителя на одной ноге en dehors или en dedans, вторая нога в положении sur le cou-de-pied. Это слово из лексикона балета, но оно используется и современными танцорами в том же значении. Это относится к полному повороту на одной ноге с согнутой другой ногой до точки, где ступня достигает колена (в параллельном положении или с классическим поворотом).

PLIE RELEVE [плие релеве] - положение ног на полупальцах с согнутыми коленями.

POINT [пойнт] - вытянутое положение стопы.

Postmodern Dance: - Постмодернистский танец: название, данное тенденции современного танца, которая возникла между 1960-ми и 1970-ми годами в Нью-Йорке (США). Созданный группой художников, работавших в церкви Джадсона, он защищал эстетическую ценность движения каждого и повседневного.

PRANCE [прайс] - движение для развития подвижности стопы, состоящее из быстрой смены положения "на полупальцах" и point.

Projection: - Проекция: когда речь идет об исполнении танца, имеется в виду навык телесного выражения и общения.

PREPARATION [препарасьон] - подготовительное движение, выполняемое перед началом упражнения.

PRESS-POSITION [пресс-позишн] - позиция рук, при которой согнутые в локтях руки ладонями касаются бедер спереди или сбоку.

Quality of movement: (movement quality) - Качество движения: (качество движения) особый способ выполнения формы движения, касающийся его динамического, эмоционального или выразительного содержания. Пример: действие ласки отличается по своему качеству от действия скольжения, даже если форма движения может выглядеть так же.

Relax - Необходимое для изоляции соотношение напряжения и расслабления в отдельных центрах.

RELEASE [релиз] - расширение объема тела, которое происходит на вдохе.

Release: - Релиз: название метода обучения, разработанного и применяемого современными танцорами со второй половины XX века. Его основная характеристика описана в названии: танцор делает упор на снятие

мышечного напряжения, чтобы добиться наиболее эффективного расхода энергии. Это дополняется организацией позы, состоящей из «правильного выравнивания, размещения дыхания и удержания веса», которые предназначены для того, чтобы дать танцору возможность использовать гравитацию во время движения вместо мышечной силы.

RELEVE [релеве] - подъем на полупальцы.

RENVERSE [ранверсе] - резкое перегибание корпуса в основном из позы *atitute croise*, сопровождающееся *pas de bouree en tournant*.

Retrograde: - Ретроградный: помимо обычного значения этого прилагательного, это слово используется хореографами или танцорами, чтобы говорить о действии выполнения хореографии в обратном порядке, от конца к началу (как перемотка видео).

Rhythm: - Ритм: в танце это слово имеет то же значение, что и в музыке. Хотя он используется для обозначения разных вещей. Когда хореографы говорят танцорам «придерживайтесь ритма», они обычно говорят о темпе, то есть о скорости, с которой считается бит. Ритм также может быть особой формой сбора ударов вместе с определенным характером или динамикой, которые дают название типу танца (например, вальс, марш и т. Д.). В самом широком смысле ритм - это способ организации временного фактора движения, включая ритм, темп, такт, акценты и динамику. Говоря о драматургии движений, ритм также используется для обозначения эффекта, производимого в хореографическом произведении комбинацией или расположением формальных элементов, таких как длина сцен, интенсивность, время или повторяющиеся темы, для создания движения, напряжения, эмоциональной ценности. и прогресс в развитии танца.

Rises - Риз (давить)

ROLL DOWN [ролл даун] - спиральный наклон вниз-вперед, начиная от головы.

ROLL UP [ролл ап] - обратное движение, связанное с постепенным раскручиванием и выпрямлением торса в исходную позицию.

ROND DE JAMB BE PAR TERRE [рон де жамб пар терр] - круг вытянутой ногой, касаясь пальцами пола.

Rouch - Двигать, толкать.

ROVD DE JAM BE EN L 'AIR [рон де жамб анлер] - круговое движение нижней части ноги (голеностопа) при фиксированном бедре, отведенном в сторону на высоту 45° или 90°.

SAUTE [cote] - прыжок классического танца с двух ног на две ноги по I, II, IV и V позициям.

Scattering: - Рассеяние: (согласно пространственной гармонии Лабана) общая форма, уходящая от тела, а не конкретное место в пространстве.

Score: - Оценка: письменный текст, в котором записаны движения одного или нескольких танцоров. В настоящее время для написания танцевальной партитуры используются различные системы. Ниже приведены некоторые из самых популярных: лабанотация, нотация Бенеша или нотация Конте. «Оценка» может также относиться к серии руководств, разработанных хореографом, которым танцоры следуют при исполнении шоу. Это распространенный композиционный метод, используемый в основном постмодернистскими или современными хореографами.

Shape: (movement shape) - Форма: (форма движения) в отличие от качества или динамики, форма - это внешний визуальный аспект движения, который включает в себя тело и способ использования пространства и времени.

SHIMMI [шимми] - спиральное, закручивающееся движение пелвисом вправо и влево.

SIDE STRETCH [сайд стрэтч] - боковое растяжение торса, наклон торса вправо или влево.

SISSON OUVERTE [сиссон уверт] - прыжок с отлетом вперед, назад или в сторону, при приземлении одна нога остается открытой в воздухе на заданной высоте или в заданном положении.

Somatic trend: - Соматическая тенденция: термин, используемый для сбора техник движений, таких как Release, BMC, Pilates, Feldenkrais, Alexander, Cranio-Sacral Therapy, Ideokinesis или Eutony (посетите нашу страницу о танцевальных техниках, чтобы расширить их).

SOUTENU EN TQURNANT [сутеню ан турнан] - поворот на двух ногах, начинающийся с втягивания "рабочей* ноги в пятую позицию.

Space: - Пространство: для современного танца пространство является одним из основных факторов, определяющих форму движения (вместе со временем, телом и весом). Эти категории были впервые введены в теоретические

основы современного танца Рудольфом Лабаном в начале XX века и распространились по всему миру в качестве рабочих инструментов как для творческих, так и для технических целей. Лабан установил три основных различных способа понимания пространства: кинесферическое пространство, живописное пространство и исполнение прямого или косвенного пространства с точки зрения своей теории усилий.

SQUARE [сквэа] - четыре шага по квадрату: вперед-в сторону-назад-в сторону.

Stance: - Стойка: может использоваться для обозначения позы, положения или положения танцора. В зависимости от техники, в которой используется это слово, оно может включать в себя телесные, физиологические, анатомические, психические или общие проблемы отношения к тому, как танцор организует и проецирует себя.

Style: - Стил: это слово используется для обозначения того, каким образом танцор, компания или школа исполняют танцевальный жанр. Например, Дэвид Замбрано интерпретирует современный танец иначе, чем Стив Пакстон; В итальянской балетной школе стиль исполнения классического танца отличается от стиля французской балетной школы.

SUNDARI [зундари] - движение головы, заключающееся в смещении шейных позвонков вправо-влево и вперед-назад.

SURLE COU-DE-PIED [сюр ле ку-де-пье] - положение вытянутой ступни "работающей" ноги на щиколотке опорной ноги спереди или сзади.

Sustained: - Устойчивый: использование этого слова в танцевальной сфере обычно относится к его значению в рамках теории формы усилия Рудольфа Лабана. «Устойчивый» - это качество усилий, которое может быть применено к выполнению основного фактора «ВРЕМЯ» (см. Определение «Динамика» выше, чтобы расширить его). Один из способов понять это качество усилий - подумать, что фактор движения времени Лавана может быть реализован с интуитивной готовностью к принятию решений, внезапно или с поддержкой.

SWING[свинг] - раскачивание любой частью тела (рукой, ногой, головой, торсом) в особом джазовом ритме.

Technical skills: - Технические навыки: это способности (с точки зрения физических и физиологических знаний) точно выполнять танцевальные движения с их правильной динамикой и формой. Например, владение

вертикальным топором туловища, умение поворачивать голову при установке и правильное размещение туловища - технические навыки, используемые для поворота. Техника: это слово используется в танце для обозначения конкретных способов тренировки, подготовки или изучения танцевальных навыков. Примерами танцевальных техник являются, среди прочего, техника расслабляющего танца, балет (как метод обучения) или танцевальная техника Марты Грэм. «Техника» - это популярное название, чтобы говорить о различных типах тренировок, хотя в области танцевальных исследований считается более подходящим говорить о «практиках» или «методах», поскольку слово «техника», кажется, предполагает сокращенное представление. о том, что такое человеческое тело (например, если бы это было просто механическое существо).

Tempo: (or bpm: beats per minute) - Tempo: (или bpm: удары в минуту) это слово заимствовано из музыкального языка, но оно используется в танце с тем же значением. Он выражает частоту ударов любого ритмического рисунка в числах. Например, Tempo = 60 или Tempo = 120. Это означает, что в минуту соответственно 60 или 120 ударов (чем выше число, тем быстрее темп). Темп измеряется метрономом.

THRUST [фраст] - резкий рывок грудной клеткой или тазом вперед, в сторону или назад.

TILT [тилт] - угол, поза, при которой торс отклоняется в сторону или вперед от вертикального положения, "рабочая" нога может быть открыта в противоположном направлении на 90° и выше. Начиная из положения стоя, чтобы наклонить или наклонить верхнюю часть тела (от бедер вверх) в любом направлении. Обычно это сопровождается поднятием одной ноги очень высоко.

Time: - Время: для современного танца время является одним из основных факторов, определяющих форму движения (вместе с пространством, телом и весом). Эти категории были впервые введены в теоретические основы современного танца Рудольфом Лабаном в начале XX века и распространились по всему миру в качестве рабочих инструментов как для творческих, так и для технических целей. Лаван установил два основных способа понимания времени: как ритмический компонент (точно так же, как он работает в музыке) и как компонент усилия, и в этом случае оно будет внезапным или устойчивым.

TOMBE [томбе] - падение, перенос тяжести корпуса на открытую ногу вперед, в сторону или назад на *demi-plié*.

TOUCH - приставной шаг или шаг на полупальцы без переноса тяжести корпуса.

TOUR CHANGES [тур шене] - исполняемые на двух ногах по диагонали или по кругу на высоких полупальцах следующие один за другим полуповороты, в модерн-джаз танце могут исполняться на полной стопе и в *demi-plié*.

Triplet: - Триплет: название способа ходьбы, которое выполняется на три счета: один в *demi plié* и два и три в релеве (учитель поет его так: плие, релеве, релеве... и повтор). Его можно выполнять с разными поворотами ног, комбинациями рук, поворотами и так далее. Триплет наиболее распространен среди техник современного танца, таких как Марта Грэм, Дорис Хамфри, Хосе Лимон или даже Лестер Хортон.

Turnout: - Разворот: положение ног, при котором ступни направлены наружу. Это внешнее вращение конечности, которое выполняется всей ногой, включая бедро. Явка, также называемая по-французски «*en dehors*», использовалась и развивалась в основном в балетной технике, но также использовалась во многих других танцевальных жанрах.

Unison: - Унисон: когда группа танцоров исполняет одну и ту же хореографию в одно и то же время. Он противопоставляется другим формам группового тайминга, таким как канон, контрапункт, режим диалога и так далее. Слово также используется музыкантами в том же значении.

Variation: - Вариация: это слово в основном используется артистами балета и относится к отрывку танца солиста, который является частью более крупного балета. Это слово также используется неформально для обозначения коротких танцев или хореографии, которые являются частью танцевального класса или композиционного процесса.

Weight: - Вес: в области танцев вес является одним из основных факторов, определяющих форму движения (вместе с пространством, телом и временем). Эти категории были впервые введены в теоретические основы современного танца Рудольфом Лабаном в начале XX века и распространились по всему миру в качестве рабочих инструментов как для творческих, так и для технических целей. В системе Лавана вес можно понимать двумя разными способами: как его обычное значение, но

относящимся к гравитационному отношению человеческого тела к земле и как компонент усилия, и в этом случае он будет легким или сильным.

Warm up - танцевальный разогрев.

Womb - собирание тела в позу «зародыша».

"X": (The "X" as in the warm up technique on the floor): - «X»: («X»), как в технике разминки на полу): это положение тела, которое состоит из лёжа вверх, с вытянутыми по диагонали руками и ногами, создавая форму «X». Ее также называют «звездой» из-за ее направленной наружу формы. Это поза максимального расширения всего тела, которая противоположна противоположной форме, известной как положение плода. «X» - одна из основных позиций, с которой начинаются многие технические упражнения так называемой «вольной техники».

Техника танца Марты Грэм (Graham technique) — уделяется большое внимание сжатию, раскрытию, падению и восстановлению баланса (recovery). Для этой техники характерна работа с полом и использование сжатий в области брюшной полости и таза.

Техника танца Мерса Каннингэма (Cunningham technique) — основное внимание уделяется архитектуре тела в пространстве, ритму и артикуляции. Каннингэм использует идею о присущей телу «линии силы» (line of energy), которая дает телу возможность легкого, естественного движения. Большую роль играют различные спирали и изгибы позвоночника в соединении с движениями ног, заимствованными из экзерсиса классического танца.

Техника танца Хамфри-Уэйдмана (Humphrey-Weidman technique) — разработана пионерами танца модерн в США Дорис Хампри и Чарльзом Уэйдманом. В основе лежит теория и практика падения и восстановления баланса. Позвоночник расслаблен и свободен, и движение выполняется за счет падения и подъема тяжести корпуса, т.е. движение строится по синусоиде: движение – задержка в кульминационной точке (suspend) и обратный возраст(recovery).

Техника танца Хосе Лимона (Jose Limon) — на основе техники Хампри-Уэйдмана, у которых он учился, Хосе Лимон создал собственную технику, которая исследует использование силы и энергии применительно к гравитации и работе с весом в терминах падения, отдачи (rebound) и восстановления баланса. Эта техника использует движение дыхания через тело, чувство веса и «тяжелой энергии» в теле, перемещение веса между различными частями тела для создания текучего перехода из одного положения тела в другое. Техника, основанная на динамике падения и

отражения, тесно связана с дыханием, его восходящим и падающим характером, она работает с такими составляющими как гравитация, инерция веса, энергия, импульс.

Техника Лестера Хортон (Lester Horton Technique) — направлена на расширение диапазона движений и развитие выразительных возможностей любого тела, она использует комплексную систему упражнений для всех частей тела, включая даже глаза и язык.

Техника Александра (Alexander Technique) — одна из первых комплексных европейских техник работы с телом, разработанная в 1920х годах, основной упор в которой делается на формирование правильной осанки и структуры тела. Эта система послужила базой для многих других телесных техник.

Метод Фельденкрайза (Feldenkrais method) — система комплексной работы с телом: через малые движения формируются новые паттерны эффективного движения и повышается осознанность собственного тела.

Соматикс (Somatic Education) — направление в работе с телом, созданное в 1970х годах Томасом Ханной (Thomas Hanna), в основе которого лежит концепция осознанности и интеграции тела и разума. Сейчас это направление включает в себя целый комплекс дисциплин, разработанных многими авторами.

Анализ движения Рудольфа Лабана (Laban Movement Analysis) — система понимания, наблюдения, описания и нотации всех форм движения.

Основы Ирмгарда Бартеньева (Bartenieff Fundamentals) — надстройка над системой Лабана.

Body Mind Centering (BMC) — система исследования, тренировки, оздоровления и интеграции тела-ума.

Метод Пилатес (Pilates) — фитнес-система Джозефа Пилатеса, основное внимание в которой уделяется укреплению мышц, помогающих формировать осанку и сохранять баланс тела.

Йога — большинство техник современного танца так или иначе используют адаптированные принципы йоги. Йога – метод работы с собственным телом, дыханием, мышлением и сознанием, позволяющий танцовщику в процессе танца управлять своими эмоциями, достигать физического и психологического равновесия, постоянно изучать самого себя и изменения в процессе обучения.

Контактная импровизация — техника в которой сохранение партнерами физического контакта дает возможность для исследования и работы с телом и со всеми аспектами движения.

Танцевальная импровизация — техники, позволяющие танцующему выйти за рамки привычных паттернов движения, изучая возможности своего тела и создавая новые движения. Например, технологии импровизации Уильяма Форсайта (Геометрия танца) — см. интерактивный курс «William Forsythe: Improvisation Technologies»

Кинезиология (Kinesiology) — наука о движении человеческого тела.

Гиротоник и Гирокинезис (Gyrotonic and Gyrokinesis) — фитнес-система, которая использует движения из йоги, танцев, гимнастики, плавания и тай-чи с использованием специальных снарядов и оборудования. Упражнения направлены на развитие гибкости, баланса, силы мышц и подвижности суставов.

Техника MULLER уделяет много внимания дыханию, координации, энергии, неустойчивости и контролю. От студентов потребуются большая отдача в постижении музыкальности, цельности пластических фраз, им будет предоставлена возможность расширить представления о возможностях собственного тела, используя творческое воображение. Одно из самых глубоких убеждений техники MULLER состоит в том, что позитивная среда очень благоприятно воздействует на образовательный процесс. Техника была разработана Jennifer Muller, художественным директором Jennifer Muller/ The Works (NYC), и завоевала международное признание за “мощное воздействие”, “щемящее, захватывающее дух своей неподдельностью и рискованностью творения”, “кинестетику”.

Применяя принцип полярности к движению, постоянно ставя себя перед выбором между глубоким полным релизом и мощным напряжением во всем теле, достичь техничности и виртуозности движения будет не так-то сложно. Полный релиз становится источником накопления той энергии, которая как раз и необходима телу для последующего напряжения. Использование дыхания и пресса как основу любого движения позволяет свободно направлять энергию по заданной ясной траектории в теле.

Так же существует техника, основанная на идее объединения принципов техники Лимона и релиза. Техника Лимона, основанная на динамике падения и отражения, тесно связана с дыханием, его восходящим и падающим характером, она работает с такими составляющими как гравитация, инерция веса, энергия, импульс. Эта техника дает возможность достигнуть естественности, свободы и экспансивности движения.