Портерная техника как необходимый компонент в процессе обучения современному танцу.

Дьяченко Людмила Васильевна
магистратура 2 курс
Институт Музыки,
Театра и Хореографии РГПУ им. Герцена

Становление современного танца происходит в конце XIX начале XX века. К развитию данного направления причастны такие имена как: Марта Грэхэм, Рудольф фон Лабан, Хосе Лимон, Мерс Каннингхем, Дэвид Замбрано и многие другие. Они внесли большой вклад в современную хореографию, именно из трудов этих педагогов складывалось и прогрессировало это направление. Изящность, своеобразность и нестандартность данной хореографии заставляла привлекать к себе внимание людей в разные времена и у разных народов.

Подводя итоги, следует заключить, что для современного танца характерна многосторонность, универсальность и гибкость. Его можно танцевать в любой акустической среде (различные направления музыки, тишина, естественные звуки), комбинировать и объединять с другими танцевальными техниками и формами, создавая новые стили движения. Современный танец работает с природной структурой тела и поэтому безопасен и доступен начинающим. В то же время легкость и естественность движения, которую воспитывает это направление танца, позволяет профессиональным танцорам открывать для себя новые грани танца на различных уровнях, в том числе и партере.

Партерная техника «Низкого полета» (flying low), способствует налаживанию связей между центром тела и конечностями, развитию общей динамики тела, скорости, качества скольжения и падения. Занятия этой техники развивают новым экономного использования ресурсов своего тела и пространства. Со временем техника «flying low» стала в одной из самых широко используемых техник современного танца.

Партерная техника весьма травмаопасная, поэтому педагогам следует обращать внимание на грамотность исполнения. Необходимо соблюдать основные принципы, современной хореографии, опирающиеся на интеллектуальный подход к движению. Следует помнить, что ластика — современного танца, направлена на использование минимума усилий и максимума эффективности, не посредством увеличения мускульной силы, а посредством возрастающего понимания того, как тело работает.

Как упоминалось выше, партерная техника весьма травмаопасная, поэтому педагогам следует обращать внимание на грамотность исполнения и помнить следующее:

-все падения осуществляются по траектории диагонально — вниз на мягкие участки тела (бедра, икроножные мышцы и тд.), но ни в коем случае не на кости и суставы;

-тренировочная одежда обучающихся должна носить «защитный характер» и закрывать наиболее травмоопасные участки тела: колени, локти, плечевой сустав. Рекомендуются использовать наколенники и иные средства защиты тела;

-обучающиеся не должны мешать друг- другу, работая на безопасном расстоянии.

По мимо этого необходимо учитывать возрастные, а, следовательно психо- физиологические особенности обучающихся.

Электронные ресурсы:

1. Мессерер, А.М.: «Танец. Мысль. Время». [Текст]/ А.М. Мессерер — М.: Искусство, 1990. С.158.
2. Морран, Д. Последний Танцор [Текст]/ Д. М. Морран — Армада., Изд. «Альфа-книга», 2004. С. 531.
3. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец. История. Методика. Практика. [Текст]/ В.Ю. Никитин — М.: ГИТИС, 2000.
4. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец. Методика преподавания. [Текст]/. В.Ю. Никитин — М.: МГУКИ, 2003.