1 курс			теория	практика	контроль
	19.03	Танцы Прибалтийских республик. Эстонский танец. Литовский танец. Латвийский танец		2	
11	23.03	Танцы Прибалтийских республик. Эстонский танец. Литовский танец. Латвийский танец		2	
	26.03	Танцы Прибалтийских республик. Эстонский танец. Литовский танец. Латвийский танец		2	
12	30.03	Танцы Прибалтийских республик. Эстонский танец. Литовский танец. Латвийский танец		2	
	2.04	Танцы Прибалтийских республик. Эстонский танец. Литовский танец. Латвийский танец		2	
13	6.04	Танцы Прибалтийских республик. Эстонский танец. Литовский танец. Латвийский танец		2	
	9.04	Танцы Прибалтийских республик. Эстонский танец. Литовский танец. Латвийский танец			2

19,03 ,23 03 Танцы Прибалтийских республик Эстонский танец.

Эстонская танцевальная культура богата своими древними обрядами, ряженьем в Рождество, круговыми степными парно-массовыми хороводами, игровыми импровизированными плясками – «каргусами», где индивидуальное мастерство, самостоятельность действий и полная независимость исполнителей выходят на первый план.

Эстонский праздник танца

Танец с палками, веселая кадриль, энергичная «Йоксу-полька» с подскоками, поворотами и легким бегом вошли в танцевальный быт эстонского народа гораздо позже всех остальных форм народной традиции. Национальному характеру эстонского народа свойственна степенность и собранность. Переступания с ноги на ногу, вытаптывания, соединения рук, наклоны и поклоны танцоров - все это традиционные элементы старинных крестьянских обрядов. Грациозность пластики эстонской хореографии заключена в плавных переходах танцоров с одного места на другое, спокойных уравновешенных шагах кавалеров, когда они двигались по кругу, переходили на змейку, расходились в разные стороны и разбивались на две длинные шеренги, брали дам за руку и приглашали к танцу.

Первые упоминания о танцах относятся к 13 в. Со временем танец обрел четкую форму, для которой характерны благородство манеры исполнения, отсутствие высоких прыжков, перепляса. Эстонский танец, как правило, массовый, строится по кругу (парный характерен для 2-й половины 19 в.). Танцы принято делить на обрядовые, подражательные (имитирующие различные повадки и движения животных и др.), акробатические и бытовые. Элементы обрядовых сохранились в "Кихну ратае", "Муху каннанеэр", "Тарга рехеалуне" и др.; среди подражательных — Харакатантс" ("Танец сороки"), "Карутантс" ("Танец медведя"), а также "Кингсепа полька" ("Полька сапожника") и др.; акробатических почти не осталось ("Пулгатантс", "Кандали"). С 18 в. эстонский танец вобрал элементы народных танцев соседних стран. Около 1820г. популярным становится вальс, который преобразовался в народный "Лабаяла вальс", с особой манерой исполнения поворота на всей ступне. Спокойный эстонский танец « Ямая- лабаялг» исполняется парами. Само название танца происходит от эстонского слова «лабаялг» — что с эстонского языка переводится как «ступня», а «Ямая» — это

название региона. Лабаялг- ступня, потому что этот танец чем то похож на вальс , где танцующие пристукивают ногой. Во 2-й половине 19 в. часто танцевали польку (разновидности — "в три шага", "через ножку", с подскоком и др.). Конечно же, все известен эстонский танец « Йоксу-полька» многие его еще называют «Эстонская полька»- это веселый и жизнерадостный танец, который пользуется популярностью и в наши дни. Само название эстонской польки «Йоксу-полька» происходит от эстонского слова «бег».
Танцы в эстонских деревнях упоминались уже в давних деревенских хрониках как народные обрядовые пляски в Иванову ночь (ночь Ивана Купала) и конечно же, без танца не обходилась ни одна эстонская свадьба.Одним из старинных эстонских танцев, дошедших до наших дней является народный эстонский танец со сложным названием « Таргарехе-алуне»- это женский эстонский танец хорового типа. Женщины его исполняют следующим образом – они берутся за руки и выходят одна за другой правым плечом вперед- затем женщины медленно двигаются в такт музыки против часовой стрелки и смыкаются в центре лицом к лицу. Затем переступают с ноги на ногу и делают поклон – которые символизирует поклон земле.
Эстонские народные танцы часто связаны с морем, так как Эстония – морская страна Например, танец под названием «День на морском побережье». Этот танец символизирует жизнь эстонских рыбаков. В танце показывается летнее утро на эстонском побережье, где рыбаки собираются в очередной лов в море.
Еще стоит обратить внимание на эстонский мужской танец с палками, который называется «Пульга» — где танцующие используют в руках небольшие палки и двигаются с ними по кругу широкими шагами , опираясь то на одну,
то на другую пульгу-палку. Все остальные в это время подскакивают , а в это время палки скрещиваются сначала перед собой, затем за спиной, потом под поднятой ногой и над головой. В одной из фигур исполнители кладут палки на пол крест-накрест и перепрыгивают через них —как будто из клетки в клетку.

26.03, 30.03 ЛИТОВСКИЙ ТАНЕЦ

Литовские народные танцы и поныне - сельские танцы. Это, как правило, действо коллективное, то есть танцуется сразу всеми. Очень популярны круговые танцы. Из-за болотисто-островного ландшафта каждое селение жило обособленно. Может быть поэтому в каждой части Литвы жители имеют свой, отличный от других характер. Жемайтам свойственна этакая упертость, аукштайтам — легкость, дзукам — певучесть. Есть разница и в расцветках костюмов. Юбки жемайтийских женщин разделены вертикальными полосками. У Аукштейчей - юбки в клетку. Одежда Дзуков отличалась разнообразием цветов и моделей. Шарфы и ленты были непременным атрибутом их одежды. Девушки украшали головы венками или веселыми коронами с лентами.
Народные танцы — неотъемлемая часть художественного творчества литовцев. В лирических, бытовых и юмористических танцах и хороводах разносторонне проявилась одаренность народа.
Литовские народные танцы складывались столетиями. Со временем одни из них отмирали, например военные пляски «Муштинис» («Битва»), «Кирвис» («Топор»), погребальные игры, многие обрядовые пляски, другие — продолжали развиваться и создали основу для современного литовского народного хореографического искусства.

Содержание литовских народных танцев и хороводов разнообразно. Они изображают трудовые процессы: «Ругяляй» («Рожь»), «Линялис» («Ленок»), «Добилелис» («Клеверочек»), «Кальвялис» («Кузнец»), «Щяучу- кас» («Башмачник»), «Малунелис» («Мельница»). В них выражается симпатия к трудолюбивому человеку, высмеиваются лентяи и дармоеды, например, в хороводах «Катре», «Тингинелис» («Лентяй»). В танцах и хороводах широко отражаются семейный быт и отношения молодежи, поэтизируется верная любовь; старинные танцы и хороводы ярко раскрывают чувства невесты, ее трогательное расставание с девичеством, ее страх перед тяжелой жизнью в чужом доме: «Садуте», «Вайникелис» («Веночек»). Танцы л хороводы, изображающие животных и птиц: «Блездингеле» («Ласточка»), «Гайдис» («Петух»), «Ожялис» («Козлик»), «Джигунас» («Рысак»), мастерски имитируют их повадки, характер.
Литовские народные танцы преимущественно коллективные. Сольное исполнение встречается редко, а перепляс вообще неизвестен. Мужчины и женщины участвуют в танце одновременно, но имеются особые мужские и женские танцы.
Для большинства литовских народных танцев характерна симметричность рисунка и движений. Движения весьма разнообразны: известно более 30 отдельных па.
Движения танцующих легкие, мягкие, прыжки невысокие и плавные.
Народные танцы и хороводы сопровождаются песнями или инструментальной музыкой. Песенное сопровождение больше всего характерно для хороводов (особенно типа «ратяляй»). Темп литовских народных танцев нельзя назвать быстрым, хотя он и быстрее, чем у латышей, эстонцев.
Развитию народного хореографического искусства на протяжении долгих веков всячески препятствовали господствующие классы и католическая церковь.
Восстановление Советской власти в Литве создало неограниченные возможности для всестороннего развития талантов и способностей народных масс.

2.04, 6.04 Латвийский (латышский) танец

В латышском танце немало движений, навеянных процессом сева, уборки урожая, дерганья льна, работы на мельнице. Примером подобных танцев является хотя бы «Судмалиняс» (мельница), исполняемый под песенку, рассказывающую о работе мельницы. Отразился в танце и повседневный быт латышской деревни. Около своего дома крестьянин разбивает сад, девушки копают грядки и разводят цветы. Все это нашло свое отражение в танце.
Почти в каждом групповом латышском танце имеется фигура «садик» - круг, иногда два «садика» — два концентрических круга.
В других танцах исполнители заплетают плетень, прогуливаются по просеке, вьют гирлянды, т. е. меняются местами, двигаясь по кругу в противоположных направлениях и обходя друг друга.
В танце «Гатвес-дэя» (аллея) юноши и девушки выстраиваются в две линии, перпендикулярные зрителю, а между ними проходят, как бы прогуливаясь по аллее, поочередно отдельные исполнители той и другой линии. Некоторые фигуры танцев соответствуют часто встречающимся латышским народным орнаментам, как то: солнышко, звездочка, елочка/крестик. Сообразно с этим танцующие образуют «звездочку», выстраиваются крестом, квадратом, в четыре или восемь пар и т. д. Такие

фигуры, в частности, встречаются в танце «Ачкупс», очень популярном в народе. Вот девушка, рукодельничая, сматывает нитки в клубок и своим трудолюбием привлекает к себе сердце юноши. Таков сюжет танца «Клубочек». В танце «Анджиньш» (Андрюшенька) юноша, следя за девушкой, напевает: «Танцуй, танцуй, девушка, если красиво и легко станцуешь, будешь моей невестой». В танце «Цимду парис» (пара рукавиц) девушка кокетливо поддразнивает своего возлюбленного рукавичками, которые она для него связала. Изяществом движений отличается танец «Белка», в котором девушка должна танцевать с легкостью белочки.
Некоторые танцы получили наименование по той местности, в которой они зародились. Таковы «Алсунгиетис» Алсунгского района, «Литениетис», возникший в районе-Литене, «Руцавиетис», возникший в области Руцава и очень распространенный по всей Латвии.
Латышские народные танцы делятся на парные и групповые. Парные танцуются по кругу против хода часовой стрелки. В групповых танцах исполнители также стоят парами. Чаще всего участвует в них четыре или восемь пар, в некоторых — три пары. Музыкальный размер танца: 2/4, 4/4, 3/4, 6/8.
Основные движения танца не сложны: простой шаг, бег, подскок, галоп, полька и др. Движения вальса для латышской хореографии не характерны, даже в танцах на 3/4 с поворотом исполняется не вальс, а легкий бег или шаг с подскоком. Наоборот, фигуры латышских народных танцев сложны, именно в них заключается красота танца. По характеру исполнения латышские танцы обычно спокойные, степенные, без резких движений, без контрастных, переходов или смены ритмов.

Задание к 9.04 . На основе танца из репертуара ГААНТ Игоря Моисеева «Полька «Через ножку» сочинить 2 комбинации на вращения по диагонали (женское и мужское) и записать его , а так же придумать рисунок для этого же номера на 4 пары исполнителей.
Найти, рассмотреть и письменно описать один танец Литвы или Латвии.

Задания на дни по расписанию:

1. Экзерсис у станка (не менее 8 повторов в каждом направлении при исполнении движения «крестом» (пример: battement-tendu – с работой пятки опорной ноги по 8 раз в каждом направлении).

2. Упражнения на развитие гибкости спины.

3. Упражнение на пресс.

4. Упражнения на развитие сил ног и рук.

5.Прыжки (с прямыми ногами и с «поджатыми»).

6. основные элементы русского танца, которые возможно исполнять в домашних условиях («веревочка», «моталочка», «гармошки».)

7. Девушки упражнения на устойчивость. Юноши – присядки.

По проделанным заданиям фото и видео отчеты.