

Ходы и проходки в русском танце



Сегодня мы продолжаем тему русского народного танца. И на повестке дня ходы и проходки русского народного танца. В русских танцах имеется значительное количество танцевальных ходов: простых, дробных, с подскоками и т. д. Некоторые из них широко распространены, другие характерны только для той или иной области.

Ход № 1. Простой бытовой шаг

Исходное положение ног: 6-я позиция, носки чуть разведены.

Шаги исполняются вперед, свободно и не напряженно. Нога опускается на всю ступню иногда с носка, иногда с каблука; в женском танце шаги иногда выполняются на низких полупальцах. Темп хода может быть медленный и быстрый, с шагом на каждую четверть или восьмую такта.

В зависимости от характера танца ход может принимать различные оттенки. Шаги могут быть широкие, как бы стелющиеся по земле, тогда ход принимает лирический характер, придает танцу плавность и певучесть. Шаги могут быть частые, мелкие, но в то же время ровные и спокойные: девушка двигается легкой походкой, незаметно переступая ногами, тогда как корпус почти неподвижен. Шаги могут быть четкие, крепкие, с сильным ударом всей ступней об пол; такими шагами обычно двигается юноша, иногда девушка, горделиво подтянув корпус, приподняв голову, задорно поглядывая вокруг.



Ход №2. Переменный ход на всю ступню

Все три шага переменного хода выполняются одинаково, на всю ступню, переступая, а не скользя.

После трех шагов исполнитель чуть задерживается на месте, затем продолжает ход с другой ноги.

Исходное положение ног: 6-я позиция, носки чуть разведены.

Музыкальный размер: 2/4.

(раз)	Шаг	правой	ногой	вперед	на	всю	ступню,
(и)	Шаг	левой	ногой	вперед	на	всю	ступню,
(два)	Шаг	правой	ногой	вперед	на	всю	ступню,
(и)							Пауза.

Ход продолжается с левой ноги. Корпус свободен или подтянут, голова прямая или слегка приподнята. Руки могут находиться в исходной позиции, во 2-й позиции, в положении № 1 и т. д. Этот ход выполняется также назад, шагами на низких полупальцах.

Ход № 3. Переменный ход — то на всю ступню, то на полупальцы в русском танце

Исполнитель делает шаг с каблука на всю ступню, подставляет другую ногу на низкие полупальцы к середине стопы опорной ноги, затем делает третий шаг опять на всю ступню.

Исходное положение ног: 6-я позиция, носки чуть разведены.

Музыкальный размер: 2/4.

(раз) Шаг правой ногой вперед с каблука на всю ступню, колено свободно,

(и) Левая нога подставляется на низкие полупальцы к середине стопы правой ноги, колено слегка присогнуто и направлено вперед,

(два) Шаг правой ногой вперед с ударом на всю ступню, акцентируя движение.

Левая нога остается сзади на полупальцах,

(и) Пауза.

Ход продолжается с левой ноги.

Ход № 4 (мужской), Переменный ход с первым шагом на каблук

Исполнитель делает широкий шаг вперед на каблук, подставляет другую ногу сзади на полупальцы, затем делает третий шаг на всю ступню.

Исходное положение ног: 6-я позиция, носки чуть разведены.

Музыкальный размер: 2/4.

(раз) Широкий шаг правой ногой вперед на каблук, колено вытянуто, носок поднят вверх,

(и) Левая нога подставляется на низкие полупальцы сзади к пятке правой ноги, колено присогнуто и направлено вперед,

(два) Шаг правой ногой вперед, с ударом на всю ступню. Левая нога поднимается невысоко вперед, вытянутая в колене, свободная в подъеме,

(и) Пауза.

Движение продолжается с левой ноги.

Во время хода корпус слегка поворачивается на счет «раз» каждого такта, направляя вперед плечо, противоположное ноге, делающей шаг на каблук.

Для этого хода характерно движение рук № 7, т. е. попеременное приподнимание рук: одной вперед, другой назад. Когда исполнитель делает шаг правой ногой на каблук, корпус поворачивается левым плечом вперед, левая рука, сгибаясь в локте, поднимается вперед до уровня талии, правая отводится назад.

Ход № 5. Переменный ход с проскальзывающим ударом по 1-й позиции

Все три шага переменного хода выполняются вперед, на всю ступню. После третьего шага исполнитель слегка приседает на опорной ноге и делает другой ногой проскальзывающий удар по полу по 1-й позиции, вынося ногу невысоко вперед.

Исходное положение ног: 1-я позиция.

Музыкальный размер: 2/4.

(раз) Шаг правой ногой вперед на всю ступню,

(и) Шаг левой ногой вперед на всю ступню,

(два) Шаг правой ногой вперед на всю ступню. Левая нога отделяется от пола, присогнутая в колене.

(и) Полуприседание на всей ступне правой ноги. Левая нога, согнутая в колене, с проскальзывающим ударом всей ступней проводится через 1-ю позицию и поднимается невысоко вперед, разгибаясь в колене.

Ход продолжается с другой ноги.

Темп не быстрый.

Проскальзывающий удар всей ступни может выполняться или сильно, после чего нога резко (но не высоко) поднимается вперед, или легко, шаркающим мазком по полу.

Ход № 6. Сценический переменный ход

Два шага переменного хода выполняются на полупальцы, третий на всю ступню. На третьем шаге исполнитель слегка приседает на опорной ноге, поднимая невысоко вперед другую ногу, вытянутую в колене.

Исходное положение ног: 1-я позиция.

Музыкальный размер: 2/4.

(затакт и) Исполнитель, слегка приседая на всей ступне левой ноги, поднимает невысоко вперед правую ногу, вытянутую в колене и подъеме.
(раз) Шаг правой ногой вперед на полупальцы, колено свободно.
(и) Шаг левой ногой вперед на полупальцы, колено свободно,
(два) Шаг правой ногой вперед на всю ступню, слегка приседая. Левая нога поднимается невысоко вперед, вытянутая в колене и подъеме,
(и) Пауза.

Движение продолжается с другой ноги.

Когда ход выполняется с правой ноги, корпус слегка наклоняется и поворачивается вправо, когда с левой ноги — корпус поворачивается влево. Во время этого хода руки обычно выполняют движение № 2 (3-го вида) или движение № 3, поочередно раскрываясь во 2-ю позицию и возвращаясь сбоку на талию.

Этот же ход может выполняться не на полупальцах, а на всей ступне: с каждым шагом нога опускается с носка на всю ступню. Ход на полупальцах выполняется или в медленном темпе, плавно, спокойно, или в более быстром темпе, весело, жизнерадостно. Ход на всю ступню выполняется в медленном темпе.

Сценический переменный ход выполняется назад.

В этом случае все три шага выполняются назад: два — на полупальцы, третий — на всю ступню.

Исполнитель на третьем шаге слегка приседает, поднимая свободную ногу невысоко вперед.

Исходное положение ног: 1-я позиция. Музыкальный размер: 2/4.

затакт и Исполнитель, слегка приседая на всей ступне левой ноги, поднимает невысоко вперед правую ногу, свободную в колене, с вытянутым подъемом. Корпус слегка направлен левым плечом вперед, голова приподнята и повернута к к левому плечу.

(раз) Шаг правой ногой назад на низкие полупальцы, колено свободно,

(и) Шаг левой ногой назад на низкие полупальцы, колено свободно.

(два) Шаг правой ногой назад на всю ступню, слегка приседая. Левая нога поднимается невысоко вперед, свободная в колене, с вытянутым подъемом.

Корпус переводится правым плечом вперед, голова поворачивается к правому плечу,

(и) Пауза.

Ход выполняется в медленном и быстром темпе.

Ход №7. Девичий плавный ход с одной ноги (воронежский ход)

Исполнительница делает шаг вперед на всю ступню, затем подставляет другую ногу к опорной ноге на полупальцы.

Исходное положение ног: 6-я позиция.

Музыкальный размер: 2/4.

(раз) Шаг правой ногой вперед на всю ступню, колено свободно.

(и) Левая нога подставляется на полупальцы или к середине стопы, или к носку правой ноги, колено присогнуто и направлено вперед.

(два) Повторение движения на счет «раз»,

(и) Повторение движения на счет «раз-и».

Движение выполняется все время с одной ноги (или с правой, или с левой). Во время этого хода руки то плавно поднимаются в стороны, как бы взмахивая крыльями, то опускаются, то переводятся из стороны в сторону, то кладутся сбоку на талию.

Этим ходом девушка может двигаться по прямой или по кругу.

Ход № 8. Шаркающий ход

Во время шаркающего хода нога, выполняющая шаг, не отделяется от пола, а проскальзывает вперед, шаркая по полу всей ступней. С каждым шагом исполнитель слегка приседает, после шага слегка выпрямляется. Ход выполняется на присогнутых коленях, как бы пружиня.

Исходное положение ног: 6-я позиция.

Музыкальный размер: 2/4.

(раз) Шаркающий шаг правой ногой вперед, проскальзывая на всей ступне и слегка приседая. Пятка левой ноги отделяется от пола; колено присогнуто.

(и) Правая нога слегка выпрямляется в колене,

(два) Шаркающий шаг левой ногой вперед, как на счет «раз». Пятка правой ноги отделяется от пола, (и) Левая нога слегка выпрямляется в колене. Шаркающий ход можно выполнять иначе: на «затакт» и на счет «раз-и» проскальзывать вперед не всей ступней, а каблукком, на счет «раз» и «два»—опускаться с каблукка на всю ступню, слегка приседая.

Х о д № 9. Боковой ход. «Припадание»

Исполнитель делает боковой шаг на всю ступню, слегка приседая, затем подставляет другую ногу на полупальцы, сзади опорной ноги. Исходное положение ног: 3-я позиция, правая нога впереди.

Музыкальный размер: 2/4.

(затакт и) Исполнитель чуть заметно приподнимается на полупальцы левой ноги, отделяя правую ногу от пола.

(раз) Боковой, слегка выворотный шаг правой ногой вправо, на всю ступню, слегка приседая.

Левая нога, сгибаясь в колене, отделяется от пола и приближает стопу сзади к правой ноге.

(и) Левая нога опускается позади правой ноги на полупальцы, присогнутая в колене. Тяжесть тела переходит на левую ногу.

Правая нога спереди отделяется от пола, колено свободно, подъем свободен,

(два) Повторение движения на счет «раз»,

(и) Повторение движения на счет «раз-и».

Движение выполняется с одной ноги: с правой ноги, с продвижением вправо или с левой ноги, с продвижением влево. Корпус прямой. Ход может выполняться медленно, плавно, спокойно или быстро, четко.

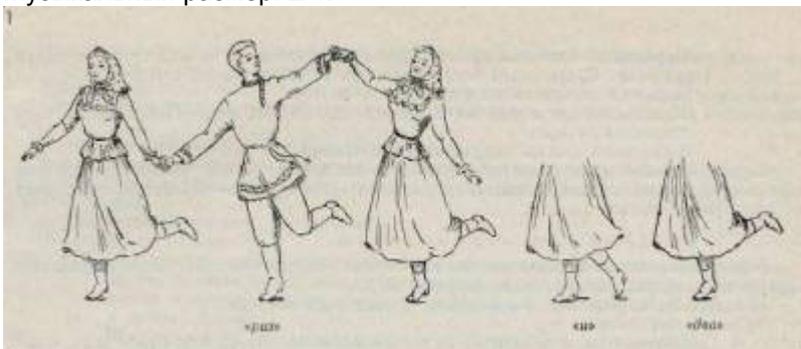
По-иному выполняется «припадание» в русском сценическом женском танце. Исполнительница делает более широкий боковой шаг, опускаясь с носка на всю ступню, сильнее приседает; другая нога выворотно поднимается сзади до уровня щиколотки опорной ноги, вытянутая в подъеме и согнутая в колене. Корпус может с каждым шагом наклоняться поочередно то на правый, то на левый бок, голова наклоняется то к правому, то к левому плечу. Этим ходом исполнительница может двигаться из стороны в сторону, а также делать повороты на месте.

Х о д № 10. Ход с подскоками и ударами носком свободной ноги позади опорной (из уральской «Ш е с т е р ы»)

Исполнитель дважды подскакивает на одной ноге, после первого подскока ударяет носком другой ноги сзади опорной.

Исходное положение ног: 6-я позиция, носки чуть разведены.

Музыкальный размер: 2/4.



(раз) Исполнитель с подскока опускается на всю ступню или на низкие полупальцы правой ноги, колено присогнуто, колено и носок направлены вперед.

Левая нога от колена резко поднимается назад, подъем вытянут,

(и) Исполнитель легко и коротко ударяет носком левой ноги об пол позади правой ноги,

(два) Исполнитель вторично подскакивает на всей ступне правой ноги. Левая нога

от колена резко отбрасывается назад,

(и) Пауза.

На счет «раз» следующего такта исполнитель перескакивает на всю ступню левой ноги и продолжает движение с другой ноги.

Движение выполняется в быстром темпе, отрывисто, четко и чеканно. Этим ходом можно двигаться по прямой, по кругу, делать переходы и т. д.

Ход №11. Ход назад из танца «Ш е с т е р а».

Сделав три беглых шага назад, исполнитель выставляет свободную ногу — вперед на каблук.

Исходное положение ног: 6-я позиция.

Музыкальный размер: 2/4.



(раз) Легкий беглый шаг правой ногой назад, на низкие полупальцы, колено свободно.

(и) Легкий беглый шаг левой ногой назад, на низкие полупальцы, колено свободно.

(два) Легкий отскок назад на всю ступню правой ноги, слегка приседая. Левая нога, отделившись от пола, задерживается впереди правой.

(и) Левая нога ставится вперед на каблук, колено свободно, носок поднят вверх. Движение продолжается с другой ноги.

Ход выполняется четко, легко, со значительным продвижением назад. Темп быстрый или средний.

Вот такие ходы существуют в русском танце. Может быть кто-то из Вас, дорогие коллеги, сможет дополнить этот список?

С уважением,

Наталья

Довбыш

Все

для

хореографов

и

танцоров

По материалам <http://piruet.info>