

Port de bras

Здравствуйте, дети!

Сегодня на занятии:

1. Выясним, что такое port de bras.
2. Получите домашнее задание, которое нужно будет выполнить самостоятельно.

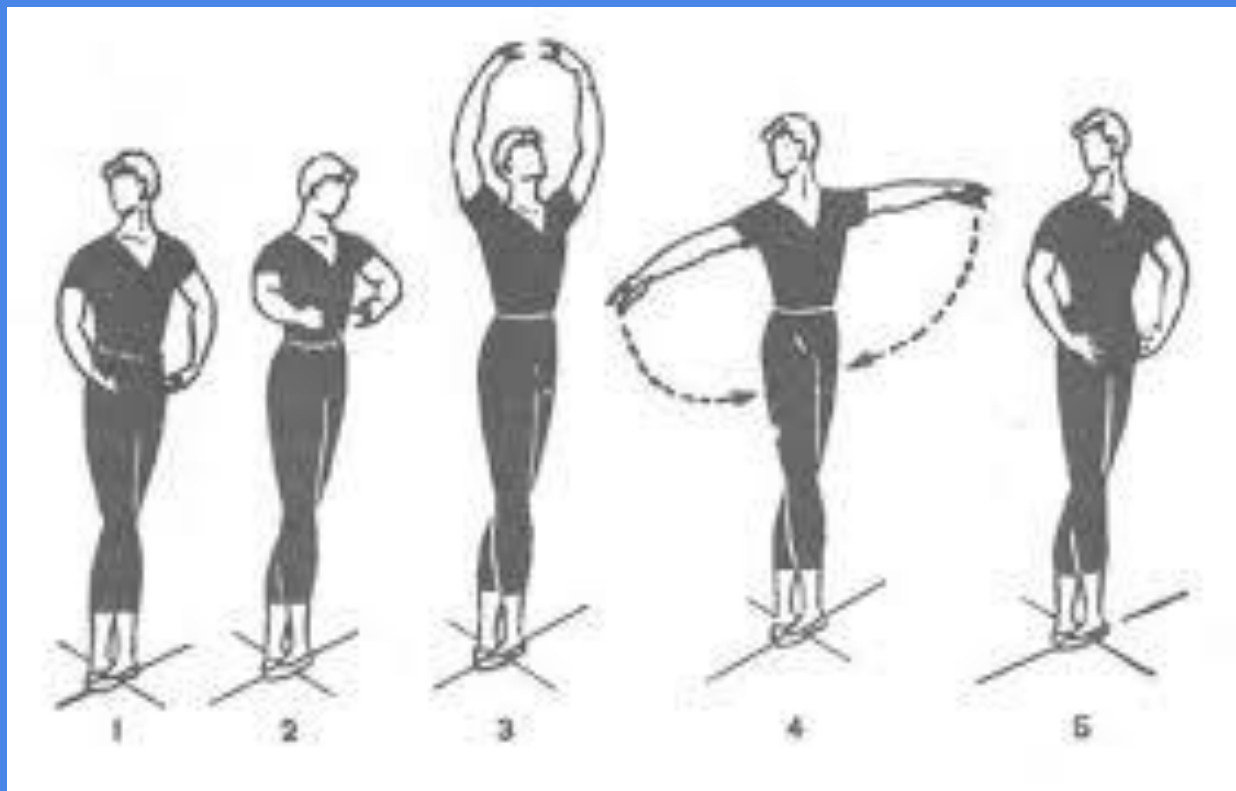
Port de bras - это...

Французское словосочетание **port de bras** (port - порт, гавань, убежище; porter - носить; bras - рука). Смысл, который вкладывается в port de bras в балетном мире - это движение рук в комбинации с другими частями тела артиста балета.

Балетный термин «port de bras» обозначает определенную систему движения рук в балетном танце. **Port de bras** предполагает прохождение рук через основные балетные позиции, в определенном образно-геометрическом стиле (закруглённом - arondi, удлинённом - allongé) и в комбинации с поворотами, наклонами головы и корпуса танцора. **Port de bras** является, с одной стороны, важным элементом балетной техники, с другой стороны, основой в "науке рук" и полем для художественных изысканий балетмейстеров-постановщиков в области балета.

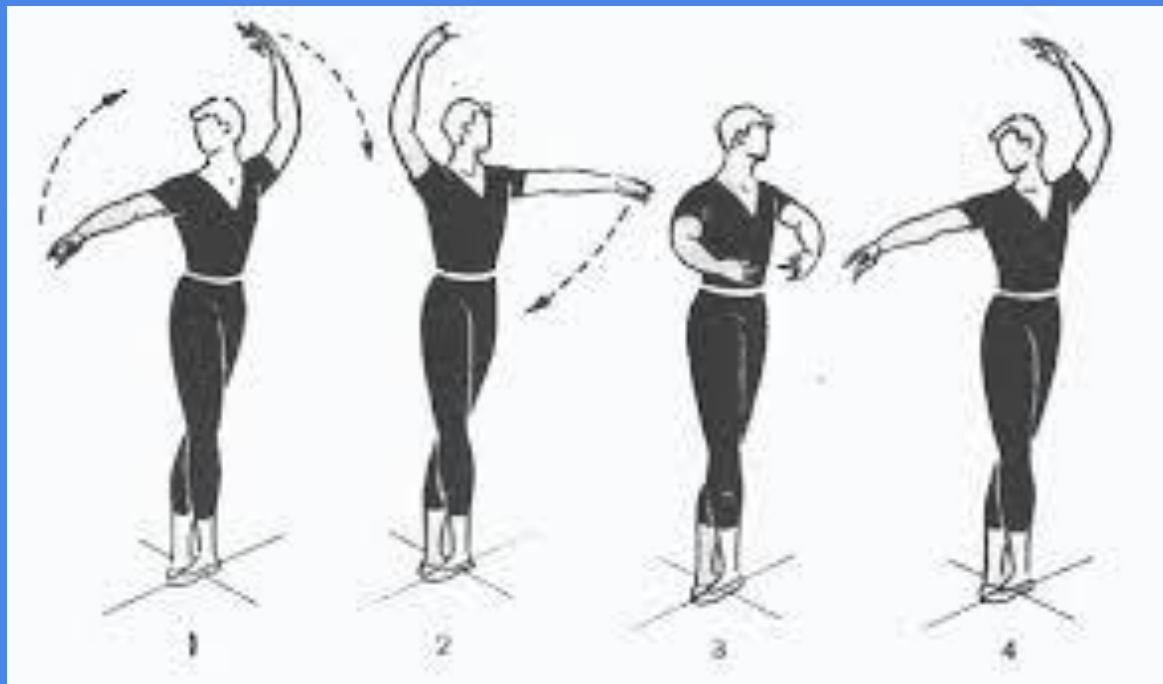
Port dt bras имеет 6 форм:

Первая
форма:



Port dt bras имеет 6 форм:

**Вторая
форма:**



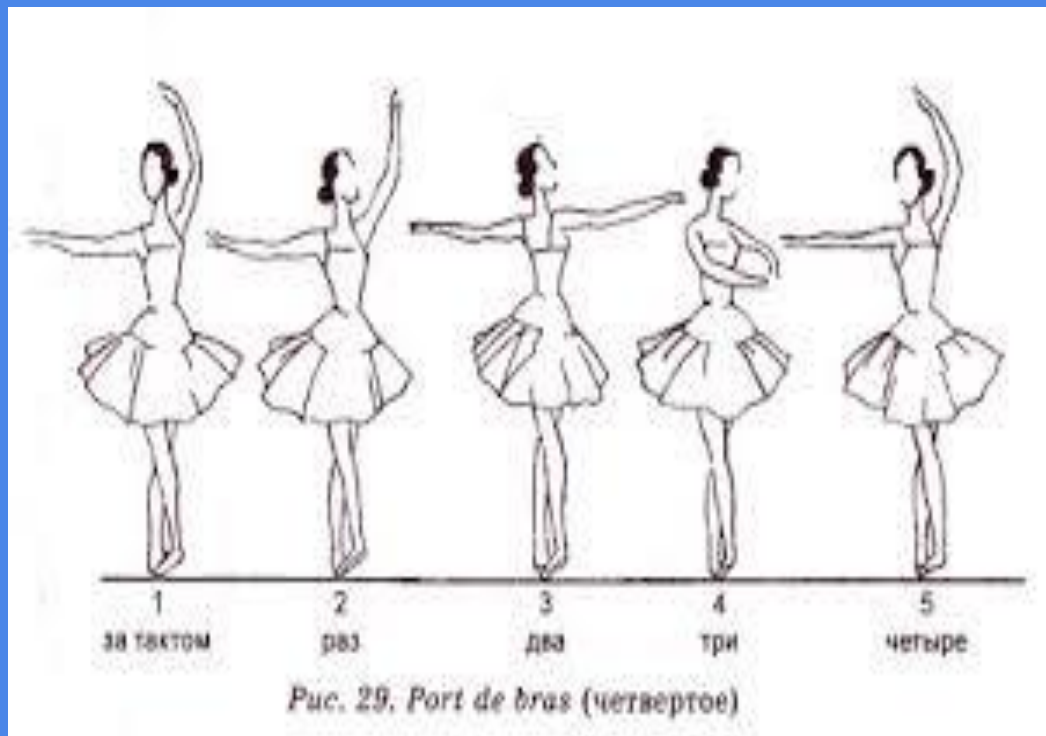
Port dt bras имеет 6 форм:

Третья
форма:



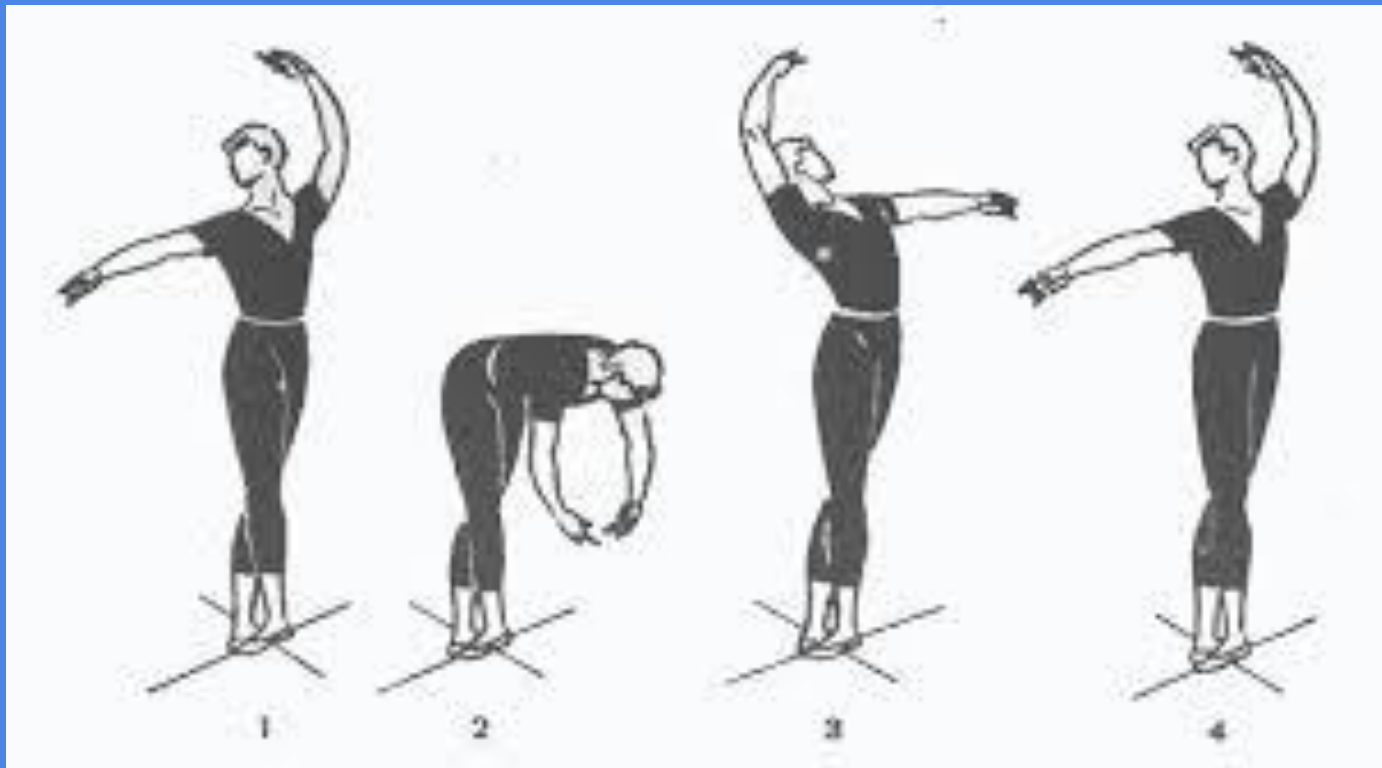
Port de bras имеет 6 форм:

Четвертая
форма:



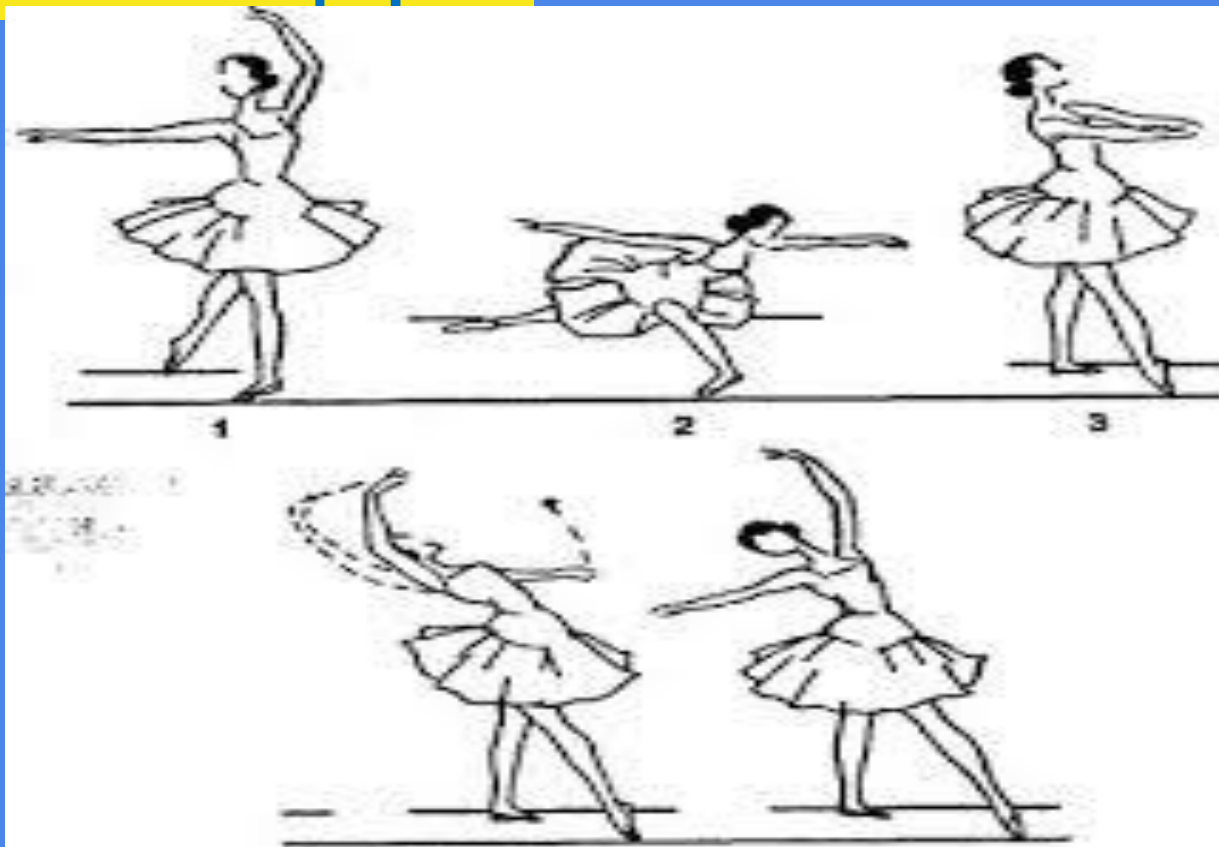
Port dt bras имеет 6 форм:

Пятая
форма:



Port dt bras имеет 6 форм:

Шестая
форма:



Домашнее задание:

1. Перед выполнением упражнений вам необходимо освободить место, чтобы не повредиться о посторонние предметы, выполнять упражнения в специализированной одежде!

2. Сделать разминку, которую мы проводим на занятии:

- Повороты головы «вправо, влево, вперед, назад, из стороны в сторону».
- Работа плеч два раза «вверх-вниз», поочередно, 4 вращения плечами назад, 4-вперед.
- Наклоны вперед, вправо, назад, влево - повторить 3 раза.

Видео выполнения упражнений отправляйте на почту igrok_98@mail.ru или viber 89964110051