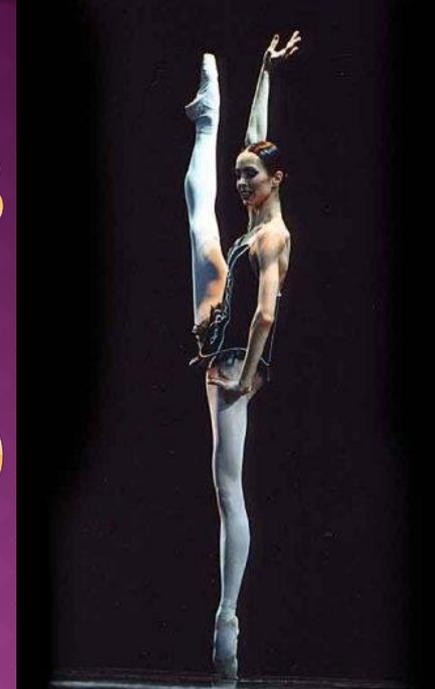




# КОМБИНАЦИЯ ИЗ ЭЛЕМЕНТОВ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА





**Здравствуйтесь, ребята!**

Сегодня мы разбираем комбинацию из элементов классического танца. Что же такое классический танец и в чем его основное отличие от других видов танца?

Классический танец занимает особое место среди других танцевальных направлений, являясь фундаментом всей хореографической подготовки. Он обладает наиболее совершенной системой обучения и тренировки воспитанников, основанной на глубоких анатомических и физиологических закономерностях.



**Классический танец** - это основное выразительное средство балета; система, основанная на тщательной разработке различных групп движений, появившаяся в конце XVI века в Италии и получившая своё дальнейшее развитие во Франции благодаря придворному балету.





- ◎ **Главная задача классического танца:** заложить фундамент для формирования всего комплекса знаний, навыков, умений, качеств, которыми должен будет обладать воспитанник.



○ **Выполнение этой задачи предполагает:**

- выработку правильной осанки на основе принятой в классическом танце постановки корпуса, ног, рук, головы;
- усвоение основных движений классического экзерсиса на основе выработки **мышечных ощущений**, обеспечивающих наиболее правильное их исполнение;
- формирование начальных навыков координации движений;
- работу над развитием природных данных.



Весь экзерсис классического танца необходим для правильной постановки корпуса, координации, устойчивости, развития мышц и двигательной памяти, укрепления суставно-мышечного аппарата. Также, упражнения классического танца позволяют устранить физические недостатки: сутулость, косолапость, некоторые виды сколиоза, кифоза и лордоза, плоскостопие, опущение шейного позвонка и мн. др.



⦿ Наша сегодняшняя комбинация будет посвящена элементам **por de bras**.

**ПОР ДЕ БРА** - это упражнение для туловища и рук. Представляет собой группу упражнений, развивающая гибкость тела, плавность и мягкость рук и координацию движений.



Здесь даны первое, второе и третье пор де бра.

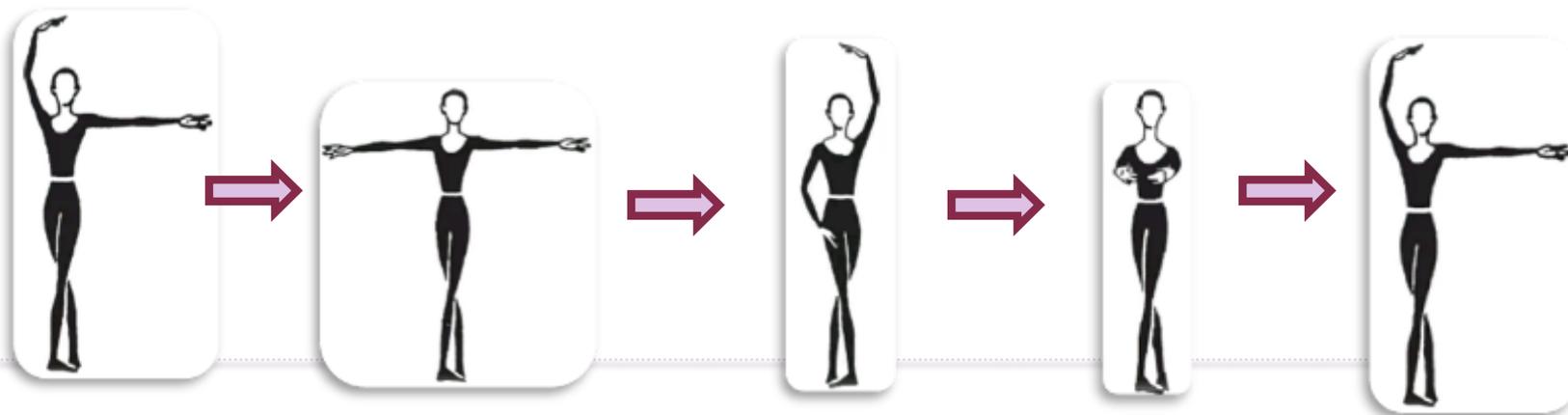
Первое и третье пор де бра выполняется на середине зала из пятой позиции в положении лицом (ан фас), второе - в полповорота (круазе, эфасе).



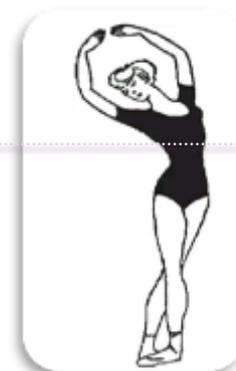
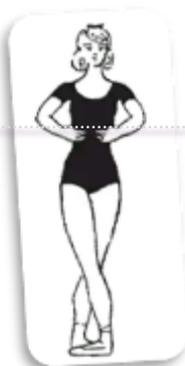
➤ *port de bras*



➤ *II port de bras*



## ➤III port de bras



## *Задание:*

Посмотрите видеоурок с комбинаций из элементов пор де бра.

Выполните, запишите на видео и пришлите руководителю на вайбер.

