

БЕЛЛИДЕНС: УРОК ХОРЕОГРАФИИ

Статья принадлежит Деспине Розалес (Despina Rosales), директрисе «Dreaming of Jeannie Bellydance Academy» (Сидней, Австралия) и взята с www.dreamingofjeannie.com.au в обмен на эту вводную «рекламную» информацию.



Despina Rosales

Вам потребуется:

Музыкальное произведение – для начала короткое.

Ручка и бумага.

Музыкальный центр с качественной функцией перемотки.

11 шагов:

Слушаем

Танцуем

Пишем

Тренируемся

Тренируемся

Редактируем

Тренируемся

Редактируем

Тренируемся

Тренируемся

Тренируемся

Занятие 1 (1-3 часа)



Слушайте музыку и записывайте все, что приходит в голову во время прослушивания.

Подмечайте настроение музыки – меняется ли оно на протяжении песни, или остается одним и тем же?

Подмечайте барабанные ритмы и мелодию.

Какая это музыка? Арабская? Турецкая? Греческая? Ответ даст вам подсказку, как под нее танцевать.

Можете ли вы использовать цимбалы, платок, трость, меч или тамбурин под эту музыку?

Проиграйте первые несколько секунд музыки и потанцуйте под нее.



Делайте то, что она велит вам делать – каково ваше первое побуждение, когда вы ее слышите? Если такой инстинктивной реакции нет, прослушайте еще раз. Если до сих пор не получается, оставьте пустое место – и запомните, что его нужно будет заполнить позже. Честно спросите себя: в самом ли деле мои движения идут **ВМЕСТЕ** с музыкой? Согласуются ли они со скоростью и настроением? Вы делаете шимми адекватно или же под ровную музыку, которая с шимми не сочетается? Вы делаете медленные движения под быструю музыку или наоборот? Легко ли руки переходят от одного движения к другому? Легко ли меняется положение тела? Резкие перемены положений тела и рук могут отрицательно сказаться на выверенности вашей хореографии. Но, если они идут вместе с музыкой, вы способны сделать их мягче, плавнее – для этого надо тренироваться. Думайте как, думайте, что – главное, думайте.

И немедленно записывайте. Иначе забудете, и потом будет очень неприятно.

Не забывайте записывать и названия движений, то, что делают руки и ноги, то, сколько всего вы делаете и за сколько повторений (если это последовательность движений).

Отмотайте к началу, танцуйте теперь немного точнее и, не делая паузы, переходите к следующему музыкальному фрагменту песни.

Отмотайте к началу, станцуйте два фрагмента в точности так, как это записали, и, не делая паузы, переходите к третьему.

Продвигайтесь в таком духе до конца песни.

Когда песня выполнена (это обычно занимает час или два), отрепетируйте ее полных шесть раз (полчаса – час).



Имейте в виду:

Не надо делать за одну песню все движения, которым вы когда-либо научились: на первый раз хватит пяти-шести (число зависит от музыки и ее сложности).

Музыка обычно повторяет сама себя – и все в порядке, если вы тоже себя повторяете под эту музыку. На самом деле это даже полезно для танца: это придает цельности и формы. Когда вы пишете эссе, то сначала создаете вступление, потом основную часть, потом – заключение. Так и в музыке. Так и танцуйте. Конечно, в горячах нет возможности вспомнить, что именно вы сделали десятью секундами раньше, когда музыка была такой же (особенно если вы импровизируете под незнакомую композицию), но вместо того, чтобы считать повторяющиеся движения вредными, считайте наоборот. Хотя, если вы пританцевали к тому, что делаете два движения за всю песню, это неправильно. Нужно и разнообразие. В общем, если вы знаете мелодию, определенно стоит придать танцу законченный вид – при помощи «повторяющегося разнообразия».

Каждое отдельное движение должно быть следствием предыдущего: бесконечные повторы движений рук и внезапные резкие изменения их позиций могут испортить танец, впрочем, как и скачки с одного движения на другое на «нижнем ярусе», однако проблемы с руками гораздо заметней. С руками и мастерства достичь намного сложнее: вот почему именно они отделяют великих танцовщиц от посредственных.



Огромное влияние на танец имеют стиль и «хорошее поведение». Стиль – это кисти, руки и осанка. Поведение – это осанка и уверенность. Вместе стиль и «хорошее поведение» придают танцу элегантности, а преуспеть в них можно за счет тренировок, опыта и сознательных попыток улучшить свое танцевание, критически на него смотря.

Занятие 2 – Следующий День (1 –2 часа)

Репетируйте вашу песню шесть раз, с заметками в руке. Проведите редакторскую правку хореографии, если нужно.

Занятие 3 – Несколько Дней Спустя (1 час)

Репетируйте вашу песню шесть раз, с заметками в руке. Проведите редакторскую правку хореографии, если нужно. Постарайтесь сделать это через три дня после второго занятия.

Занятие 4 – Неделю Спустя (1.5 часа)

Репетируйте вашу песню три раза, с заметками в руке.

Репетируйте вашу песню шесть раз, без заметок.

Занятие 5 – Неделю Спустя (1 час)

Репетируйте вашу песню шесть раз, без заметок.

Повторяйте все это каждую неделю до тех пор, пока не выучите танец назубок и сзади наперед.



Если есть желание, попросите другую более опытную танцовщицу или своего учителя взглянуть на то, чему вы научились. Требуйте конструктивной критики. Спросите их, что бы они сделали иначе, чем вы. Это не для того, чтобы изменить постановку, а для вашего интереса. Всегда очень интересно посмотреть другую интерпретацию одной и той же музыки.

То, что я описала – процесс долгий. Но пусть это вас не пугает – чем больше вы сделаете постановок под музыку, тем проще будет учиться и тем быстрее все получится.

Как насчет того, чтобы предложить конкретную музыку, с которой новичкам можно начать?

Одна читательница недавно попросила, чтобы я давала примеры музыки для новичков. Я подумала над этим и решила, что идея хорошая. Но вы заметите, что, несмотря на «хорошесть» идеи, в этой статье мало конкретных примеров музыки.

Это объясняется вот как: после того, как я хорошо подумала, я решила, что конкретные примеры окажут моим читательницам весьма плохую услугу.

Беллиденс: урок хореографии

Автор: Administrator
12.12.2012 17:19 -



Беллиденс: урок хореографии