

Муниципальное автономное учреждение  
дополнительного образования  
города Нижневартовска  
«Детская школа искусств №2»

«Одобрено»  
методическим советом  
МАУДО г. Нижневартовска «ДШИ №2»  
протокол № 2  
от 03.09.2015

**Методические рекомендации**  
**«Ирландский танец как средство развития творческих способностей**  
**детей»**

Нижневартовск  
2015

Разработчик:

Глушкова Наталья Викторовна, преподаватель хореографических дисциплин МАУДО г. Нижневартовска «ДШИ №2»

Рецензент:

Стребкова Алена Николаевна, преподаватель хореографических дисциплин МАУДО г. Нижневартовска «ДШИ №2»

Материал посвящен специфическим чертам и особенностям ирландского танца и содержит методические рекомендации преподавателям хореографических отделений детских школ искусств по его изучению обучающимися в рамках дополнительной общеразвивающей программы «Хореографическое искусство»

## Содержание

Введение

1. Основная часть

1.1. Теоретические и практические действия

1.2. Целевая аудитория

1.3. Этапы подготовки к изучению ирландского танца

1.4. Ирландский танец на практике

Заключение

Список использованной литературы и ресурсов

## Введение

Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития.

Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребёнка, формирует его художественное «я». Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор оказывают положительное воздействие на здоровье детей. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию обучающиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру. Развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства.

Под влиянием средств массовой информации, рекламы и западных субкультур подрастающее поколение ориентирует свои взгляды. Поэтому в данный период жизни необходимо продолжать процесс ознакомления, просвещения и приобщения в сферу национальной культуры средствами национального искусства. В данном случае может послужить, как инструмент культуры, искусство народного танца.

Народный танец – коллективное художественное творчество народа, вобравшее в себя его многовековой жизненный опыт и знания. Народный танец многообразно отражает жизнь человека, раскрывает его духовную красоту и богатство. Эстетические идеалы, заложенные в нем, оказали благотворное влияние на многие поколения людей.

Предлагаемая методическая разработка нацелена на формирование «культуры творческой личности», предполагает развитие в ребенке природных задатков, творческого потенциала и специальных способностей, позволяющих ему самореализоваться в различных видах творческой деятельности в рамках учебного предмета «народно-сценический танец».

*Актуальность* методической разработки – это помощь преподавателю в определении методов всестороннего интеллектуального развития личности ребенка, формирования культурных, духовно-нравственных и эстетических ценностей, его неповторимой индивидуальности, развитии исполнительских способностей, передача навыков концертных выступлений, направлена на гуманизацию воспитательно-образовательной работы с детьми.

*Новизна* - в изучении, переработке и использовании материала ирландского народного танца, который не является традиционным в системе обучения народно-сценическому танцу в рамках учебных программ детских школ искусств.

*Цель:* создание условий для гармоничного развития обучающихся посредством приобщения к народной культуре через изучение ирландского танцевального искусства.

Предлагаемая методическая разработка основана на собственном педагогическом опыте автора – преподавателя хореографического отделения Детской школы искусств №2 города Нижневартовска и может быть использована в системе дополнительного образования детей.

## **1. Основная часть**

### **1.1 Теоретические и практические действия**

Содержание материала предполагает развитие в ребенке природных задатков, творческого потенциала и специальных способностей, позволяющих ему самореализоваться в различных видах творческой деятельности, в частности исполнении танцев разной национальности.

Для успешного достижения цели необходимо выстроить образовательный процесс таким образом, чтобы дополнительные знания, навыки и умения обучающиеся получали в результате творческой деятельности.

Именно в творческой деятельности дети стремятся найти пути к самосовершенствованию, к самоуважению и любви к окружающему их миру людей, способы и средства самопознания и самореализации.

Творчество является неотъемлемой частью человеческой жизни: оно формирует личность, влияет на развитие деятельности, развивает мышление, активизирует интеллектуальную деятельность, формирует общую духовную культуру личности, закладывает основы ценностных ориентаций человека. Значимость приобщения подрастающего поколения к миру творчества подчеркивали Б.Г. Ананьев, Л.С. Ветлугина, Л.С. Выготский.

При развитии личности в процессе обучения важно учитывать не только формирование черт креативности, но и нравственные установки, и ценностные ориентации. Известно, что когда целью образования становится единственная задача – высокая успеваемость детей, тогда часто нравственное развитие отстает от умственного. Это выражается в жестокости к сверстникам и взрослым, грубости и неуправляемости в поведении. В этом случае у обучающихся не сформировано социально-ценностное отношение к человеку, к труду, к национальной культуре, к обществу в целом.

Приобщать обучающихся к ценностям народного танца нужно потому, что в танце воплощение не просто прошлого, но и древнейшие и всегда необходимые свойства и способности человеческой души, потому что без знания национальной культуры невозможно гармоничное развитие личности.

Народный танец является тем средством, с помощью которого дети могут нравственно формировать свою личность, внутреннюю культуру, внутренний духовный мир. С помощью народного танца они могут успешно приобщаться к культуре общения и поведения, познавать национальные традиции.

## 1.2. Целевая аудитория

Предлагаемый возраст к знакомству с ирландским танцем - средний школьный возраст (9-12 лет). В этот период характерны черты развития многих сторон личности: эмоциональность, чувствительность к оценке окружающих, повышенная тревожность, критичность. Возрастает интерес к исследовательской деятельности и экспериментированию, желание казаться взрослым. Формируется самосознание и самооценка, но при этом замедляется реакция, появляется способность к рефлексии, ребятам требуется подсказка иллюстративная и эмоциональная. Танец для них является излюбленной формой общения. Он полностью совмещает упражнение и коммуникацию. Танец развивает память, слух, реакцию, физические данные, фантазию и воображение. В этот период большое удовольствие обучающимся доставляет сам процесс работы над сложными элементами и желание повысить свою технику исполнения и пополнить багаж знаний. В данном возрасте у обучающихся уже имеются начальные знания в области народного танца, сформирован суставно-мышечный аппарат, который необходим для изучения техники ирландского танца.

## 1.3. Этапы подготовки к изучению ирландского танца

### *1 этап*

Важным фактором перед показом элементов танца любой национальности является **рассказ** об объекте изучения. Начинать изучение народного танца необходимо со знакомства с особенностями той национальности, которая будет изучаться, в чем отличие движений танцев того или иного народа и чем это обусловлено.

На протяжении нескольких лет, проживая в Нижневартовске и наблюдая за деятельностью творческих коллективов города, я пыталась найти почву для собственного творчества. Вместе со своими воспитанниками

мы посещали концерты и конкурсы, проводимые в городе. И меня всегда интересовала реакция детей на выступления других коллективов. Мотивом для начала работы послужило желание создать оригинальный концертный номер, который бы привлек внимание детей не только к народному танцу, но и культуре другого далекого от нас народа. Информация собиралась по «крупичкам», как в литературе, так и в сети Интернет.

Что мы сегодня знаем, это то, что Ирландия – одна из тех стран, которые славятся своей несравненно богатой танцевальной культурой. Мировой интерес к ирландским танцам последних 10-20 лет обусловлен появлением красочных ирландских шоу, наполненных действием и драматизмом, энергетикой и экспрессией, с древних времен входящими в лучшие традиции исполнения танца. В общей сложности к ирландской культуре приобщилось уже более 6.5 миллионов человек, посетивших около двух тысяч шоу ирландского танца. В России широкое признание получило шоу мирового масштаба «Riverdance». (см. Приложение 1)

Чтобы приблизиться к пониманию танцевальной культуры Ирландии и ответить на вопрос, отчего ирландский танец воплотился именно в той форме, в которой он существует в наши дни, совершим небольшой экскурс в летопись государства Ирландского. Возможно, история традиционного ирландского танца должна исчисляться со времени возникновения кельтских народов - галлов (Gaels), которые основали собственное государство уже в 5 веке до н.э. Эти народы были распространены по всей Западной Европе, включая Францию, Северную Испанию и Британские Острова, а к третьему столетию нашей эры галлы добрались и до Ирландии. Разделяя общий язык (гэльский) и общую любовь к феодальному обособлению, они создали маленькие королевства (150 из которых как раз и находились в Ирландии). Позднее римские и германские народы победили галлов на большей части территории Европы, за исключением Ирландии – там гэльская культура сохранилась в первозданном виде. И только Святой Патрик в пятом столетии объявил земли Ирландии христианскими. И хотя о танцах этого времени

известно очень немногое, некоторые предметы искусства и ремесла, прошедшие через века (например, костюм), могут нам кое-что рассказать, но об этом позднее. А пока о тех трудностях, которые возникли на пути становления культуры ирландского танца. Из-за угнетения культуры страны зеленых холмов, начавшегося в XVIII веке, национальные ирландские танцы долгое время исполнялись только под покровом строгой тайны, о чем свидетельствует поговорка того времени: «Танцор пляшет, покуда не вернется в деревню». Более того, народные танцы резко осуждались христианской церковью. Священники называли их «безумными» и «приносящими несчастья». Некоторые историки даже считают, что характерное неподвижное положение рук на поясе появилось в ирландском танце как раз после того, как церковь объявила движения рук в ирландских танцах непристойными. По мере того, как Англия завоевывала прилегающие земли, соседствующие с ней народы подвергались жестокому давлению: известно (и было известно уже английским правителям того времени), что для уничтожения нации, прежде необходимо уничтожить ее культуру. Период жестоких репрессий продолжался более сотни лет, частично объясняя тайну посвящения в учителя ирландских степ-танцев. Угнетения то затихали, то вспыхивали с новой силой, но танцевать Ирландия не переставала. В одной из сохранившихся летописей, например, упоминается о том, что в священный праздник Воскресенья «на каждом поле играла скрипка, и были танцы, пока они (танцоры) не покрылись все пеной»; и еще: «молодежь танцевала, пока коровы не пришли домой». Но Церковь всегда делала попытки осудить танцы: «В танце - замеченное безумие и горе». Групповые увеселительные пляски ирландцев напоминали священнослужителям языческие обряды.

Говоря о стилях ирландских танцев, в первую очередь следует иметь в виду, что не характер исполнения, не набор фигур определяют то или иное название танца и его стиль, а музыкальный размер. Конечно, кроме

музыкального размера, каждый танец имеет свои индивидуальные движения. Их около сорока.

Групповые и индивидуальные ирландские танцы при сходных базовых движениях ирландских танцев требуют совершенно разных навыков от танцора. Групповой танец немного проще, но в нем сложны перестроения: нелегко запомнить рисунки, последовательность и направление движений. А в сольном танце трудно исполнять мелкие шаги, которым нет числа. (см. Приложение 2)

Популярность ирландских танцев в России можно объяснить тем, что ирландцы и русские близки по духу — и тем и другим свойственны веселый нрав, эмоциональность и при этом целеустремленность в достижении своих целей. Сами ирландцы утверждают, что у России очень большие возможности и яркое будущее в плане развития индустрии танца. За последние год-полтора за границей начали говорить, что России стали побаиваться: уж очень возрос уровень подготовленности и мастерства российских танцоров на мировых чемпионатах.

### ***2 этап***

Однако, следуя народной мудрости «лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать», **показ** движений является самым действенным приемом для подачи материала. Но не всегда показ педагога может точно и эмоционально наполнено отобразить характер народности. И это не страшно, для более полного представления о танце можно использовать видеозаписи профессиональных коллективов. Причем просмотр должен проходить с обсуждением наиболее важных моментов, необходимых в дальнейшей работе над новым номером. Такой творческий подход позволяет будущим исполнителям проникнуться духом того народа, чей танец он изучает, и способствует созданию своего индивидуального образа на сцене.

### ***3 этап***

Особое внимание также уделяется созданию костюма для танца. Костюмы танцовщиц ирландского танца – не просто составляющая

выступления, а целое произведение искусства: всевозможные оттенки цветов радуги, потрясающие кельтские орнаменты и узоры, уникальный крой и силуэт. Женское платье танцовщицы ирландских танцев представляет собой платье А-образной формы с очень жесткой юбкой выше колена. Раньше длина строго регламентировалась правилами вплоть до нескольких сантиметров. Сейчас платья заметно убавили в длине. Волосы танцовщиц завиты, однако в последнее время все чаще используют парики, а прическу украшает диадема или изящная корона цвета платья. Традиционными считаются цвета белые, красные, оранжевые, желтые, зеленые, синие и бирюзовые – практически все из спектра радуги. (см. Приложение 3)

Процесс создания сценических костюмов - это огромный труд. Начиная от изучения литературы и разработки эскизов, заканчивая шнурками на балетках. Очень важно, когда костюмер полностью понимает замысел постановщика и находится непосредственно в процессе создания номера. Тогда на сцене всегда присутствует триединство музыки, танца и костюма. К созданию костюма к ирландскому танцу можно привлекать преподавателей изобразительного и декоративно-прикладного искусства, тем самым осуществляя связь с другими отделениями школы искусств. Специалисты – художники, поработав над многообразием кельтских орнаментов, изготовят лекала для перенесения их на ткань. (см. Приложение 4)

#### ***4 этап***

Следующим важным этапом является выбор музыки. Среди многообразия ирландской музыки необходимо найти именно ту, которая бы соответствовала выбранному стилю исполнения ирландского танца. В основном ирландская музыка представлена в песенном жанре, что не совсем соответствует требованиям для постановки танца. Нужна музыка, которая развивалась бы по законам драматургии, чтоб не превратить танец в иллюстрацию песни. Из собственного опыта можно сказать, что наиболее подходящая композиция для работы с детьми - «В minor-Leahy» из альбома «new Scots music» группы Brave Hearts.

## 1.4. Ирландский танец на практике

Основные задачи, которые ставит перед собой преподаватель:

обучающие: обучать основам исполнительской техники, точной передаче характера танца и манере исполнения, гибкому коллективному мышлению и умению работать в ансамбле;

развивающие: развивать танцевальные, творческие и артистические способности детей, воображение и умение креативно мыслить, приобщать к зарубежной культуре, развивать и формировать эстетические хореографические вкусы, расширять кругозор обучающихся;

воспитательные: воспитывать человечность, доброжелательность, внимательность и толерантность к окружающим, чувство взаимопомощи и поддержки, умение вести себя в различных ситуациях уважительно и корректно; воспитывать коллективную творческую и исполнительскую дисциплину, культуру сценического поведения, волевые качества;

просветительские и социокультурные: предоставлять возможность для самореализации и самораскрытия индивидуальных способностей обучающихся, подготовить исполнительские кадры, а также зрителей и ценителей с развитым эстетическим вкусом.

Ирландский танец исполняется на полупальцах (танцор приподнимает пятки и стоит на пальцах ног), верхняя часть туловища неподвижна, руки всегда опущены. Основной акцент делается на быстрой работе ног. Нужно научиться выписывать ажурные узоры ногами.

В плане физической нагрузки движения ирландских танцев – занятие тяжелое. Но при этом уроки должны быть построены таким образом, чтобы нагрузка эта распределялась равномерно: «от простого к сложному». Занятие проводится по схеме 40-10-40. Схема занятий такова:

**1 часть** – разминка (5 – 10 минут)

- проучивание основных элементов танца (10 минут)

- разучивание комбинаций (20 минут)

**2 часть** – отдых (10 минут)

**3 часть** – составление композиционных перестроений и разучивание номера, работа над эмоциональным исполнением (40 минут)

Занятие начинается с 5-10 минутной разминки на основные группы мышц, затем отрабатываются танцевальные элементы. В основном нагрузка приходится на нижнюю часть ног: икроножные мышцы, ступни. Однако в качестве «побочного» эффекта поразительным образом накачивается пресс и улучшается осанка. Верхняя часть тела не движется: не крутится голова, плечи ровно, руки - по швам. В ирландском танце руки не используются - танцор стремится показать мастерство танцевания ногами, полное изящества движений. Шаги выполняются с точностью и еще раз точностью, но в то же время очень легко, без особого усилия, что дается, как и везде, постоянными репетициями.

Для начала можно освоить две основные техники исполнения ирландского танца – «мягкую» и степовую. Но, как показывает практика, предпочтение лучше отдать «мягкой» технике исполнения ирландского танца на полупальцах, т.к. она более доступна и приемлема.

После каждого выступления (особенно после премьеры номера на сцене) необходимо просматривать видео с концерта или конкурса. Просмотры всегда проходят в обсуждении и оценивании как преподавателем, так и обучающимися по следующим критериям:

«отлично» - качественное исполнение движений и комбинаций, умение работать в ансамбле, эмоциональность;

«хорошо» - качественное исполнения, умение работать в ансамбле, недостаточная эмоциональность;

«удовлетворительно» - погрешности в исполнении движений танца, нарушение рисунка танца, недостаточная эмоциональность;

«плохо» - грубые ошибки в исполнении движений и комбинаций, неумение работать в ансамбле с другими исполнителями, неэмоциональное исполнение номера.

Затем исполнителям необходимо проанализировать свои ошибки и наметить пути исправления. Сами дети делятся впечатлениями от увиденного, потому что ощущения после исполнения номера и после просмотра со стороны всегда разные. Одно дело находиться в эйфории движений и музыки на сцене и совсем другое наблюдать за своим исполнением как зритель и оценивать качество исполнения в ансамбле. Полезно мнение со стороны родных, знакомых или друзей, которые посещали концерты. После участия в конкурсе с исполнителями необходимо делиться мнением жюри, которое выносится за «круглым столом». Конечно, положительные отзывы всегда более приятны, но и противоположное мнение немало важно. Оно дает стимул к дальнейшему росту и совершенствованию. Поэтому в коллективе высказываются любые мнения и ценится каждое из них. Именно в такие моменты и происходит самооценка и самоанализ у каждого из участников коллектива.

## **Заключение**

Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, и реализации его творческих возможностей. Танец как результат совместного творчества, как показатель своих возможностей и таланта и есть то, на что в целом и нацелен данный проект. Когда каждый исполнитель является полноправным участником данного проекта, тогда наивысшей наградой для всех становится представление полученного результата на суд зрителя. И для каждого участника важна именно его роль в этом процессе.

Данная методическая разработка поможет преподавателю хореографических дисциплин наметить пути дальнейшего роста и развития коллектива, сплотить детский коллектив и помочь раскрыться и реализоваться творческим способностям каждого участника ансамбля. В процессе работы обучающиеся приобретут целый комплекс хореографических умений, способностей и навыков, обогатят свой внутренний мир. Будет отмечен рост самооценки, уверенности в себе, проявятся личностные качества. Дети, занимающиеся в коллективе, будут вести себя очень сплоченно, много общаются между собой, поддерживают и помогают друг другу, это дружный, жизнерадостный коллектив.

Высокие достижения в выполнении поставленных задач в творческой деятельности придадут обучающимся уверенность, осознание своей значимости от личного вклада в создаваемый творческий продукт и усиливают эмоциональную увлечённость. А также дети приобретают радость от общения, творческое удовлетворение, гордость за выполнение ответственного задания и укрепление дружественного микроклимата в коллективе.

Номер «Ирландский танец» стал результатом работы по рассматриваемой теме и впервые был представлен на конкурсе и результат был отмечен членами жюри: диплом лауреата II степени Зонального этапа Международного фестиваля-конкурса детского и юношеского художественного творчества «Открытая Европа» Нижневартовск – Москва в номинации «Народный танец» (ансамбли) и Диплом лауреата III степени Международного детского и юношеского конкурса-фестиваля «Сибирь зажигает звезды» в номинации «Народный танец (ансамбли)» в городе Тюмень. Благодаря новизне и оригинальности номера его не могли не заметить, поэтому коллектив пригласили для участия в городских мероприятиях и для выступления в районных мероприятиях.

## Список использованной литературы и ресурсов

1. Баранов А.Б. Развитие артистизма у детей в детских хореографических коллективах. Методические рекомендации. // Дополнительное образование и воспитание, 2003, № 11

2. Баранов А.Б. Создание условий для формирования позитивного отношения к культурным ценностям в процессе обучения танцу. // Дополнительное образование и воспитание, 2005, № 10.

3. Ванслов В.В. Всестороннее развитие личности и виды искусства / В.В. Ванслов. - М.: Искусство, 1963.

4. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца: Упражнения у станка: учеб. пособие для вузов искусств и культуры / Г.П. Гусев. - М.: Гуманит. изд. центр «ВЛАДОС», 2002.

5. Дружинин В.Н. Психология общих способностей. СПб.: Питер, 2002. С.166.

6. Дубских Т.М. Народно-сценический танец как особый вид социокультурной деятельности / Т.М. Дубских. – М.: Просвещение, С.175-186.

7. Лук А.Н. Психология творчества. - М.: Наука, 1988. - с.4.

8. Петровский А.В. Личность, деятельность, коллектив. М.Наука, 1989г.

Интернет ресурсы:

Источник: iDance, автор: Галима Ахмадуллина

Фото: Школа ирландского танца Марии Сингал, Школа ирландского танца «Iridan», [www.westernwheel.com](http://www.westernwheel.com) , [www.internetimage.ca](http://www.internetimage.ca) , [www.on-y-va.co.uk](http://www.on-y-va.co.uk).

RIVERDANCE. Ансамбль Ирландского танца в Кремле.

Московской публике довелось увидеть ансамбль, пользующийся огромной популярностью и славой во многих странах. Ирландский народный танец. Музыка, пение и танец древней земли. Танец, восходящий своими истоками к древним ритуальным танцам кельтских племен, поклоняющимся Солнцу. Танец, в котором так и осталась, как дань традиции, сияние и огонь Солнца.

Мы вышли из Тьмы,  
Наш путь - от Звезд.  
Мы вышли из Тьмы,  
Чтобы стать Людьми.  
Солнце был наш Отец.  
Солнце подарило нам жизнь и радость.  
Так воспарим в танце  
И восславим Его, дарующего жизнь.  
Мы славим Его и танцуем  
В его благотворных лучах.

Эта древняя песнь - гимн Солнцу. И танец вихревой, огненный, танец кружащихся хороводов вокруг сияющих огней. Со все более стремительным, ураганным ритмом и стуком каблуков. С ритмом четким и несущимся вдаль, как вольный бег скакунов в бескрайних полях среди зеленых холмов древней земли - Ирландии.

Этот танец - гимн Солнцу, и сам- часть Солнца, отражение его тепла и сияния. Его огненная душа и пыл его чистого, обжигающего пламени.

Безудержный ритм свободолюбивого танца сменяется плавными, протяженными напевами волынки, пением при зажженных свечах под огромной луной и под шатром звездного неба.

Выступление Riverdance - это не просто блестящий по исполнению танец. Это целый спектакль - рассказ о свободолюбивом и вольном народе Ирландии. Видя эти гордые движения, слушая пылкую музыку, невольно приходит понимание - это настоящие дети Солнца, ищущие во все времена своей сложной истории свободу и волю среди зеленых просторов своей красивой земли.

Ирландия. Как страстно сражались ее воины. И вновь танец - стремительный полет воинов под бушующим кровавым небом в свете молний.

И новый танец- рассказ о Солнце среди людей. Даже скорее не рассказ, а притча, былина в сопровождении тягучей музыки волынки, о воине - герое своей земли. Порывом бури была его краткая жизнь. Он был молнией в бушующем лесу среди грозových раскатов грома.

Танец сопровождает звучание волынки. Ее музыка также напевна, как плавное течение реки. Не даром и название ансамбля Riverdance - Танец реки.

Мелодия волынки подобна порой полету или парению вольных птиц над рекой.

Но она может стать такой же сильной и страстной, такой же неукротимой, как бурная река, обрушивающая каскады воды и несущая с рокотом свои воды по камням.

Таков танец воинов, которые в гордой истории Ирландии не склоняли никогда головы, не гнулись, как посева на полях в грозовой ветер.

Таков и танец пламени - стройной танцовщицы в алом платье под перебор звенящей гитары. Стук ее каблучком - почти как звон кастаньет в испанском фламенко.

Музыка то разливается, как широкая река в полях Ирландии, то вдруг подхватит в безудержном веселье, закружит в весенних хороводах. Зазвенит пением птиц в весеннем лесу, и, перехватив дыхание, увлечет в стремительном хороводе, как Скарлет в романе "Унесенные ветром" однажды на веселой вечеринке у своих ирландских родственников

Трудна и больна история Ирландии. Многие покинули ее, в поисках счастья отправившись в Новую землю. Но традиции живут, продолжают гореть осколками солнца в сердцах всех, у кого есть частица крови этого гордого народа. Об этом тоже рассказал ирландский танец.

Ветер несет печаль воспоминаний в весенние хороводы. Пронзительная грусть вдруг зазвучит в неземной мелодии скрипки.

Спектакль Riverdance - это целый эпос, воплощенный в музыке и танце, рассказывающий об истории целого народа.

Riverdance - танец реки, также хранит традиции и также живет ими, постоянно обновляя их новыми течениями, как воды большой реки.

Стремительный, четкий ритм и высокий профессионализм, гордость полета и точность движений, фантазия в образах и следование традициям, живым как вода в реке - это все ансамбль Riverdance.

Музыка вечной реки под бескрайним шатром звездного неба.

Ирландские танцы

Ирландские танцы могут быть разделены на социальные танцы и танцы для представлений. Ирландский социальный танец может быть разделен на кейли и сет танцы. Ирландские танцы сет и кейли обычно исполняются формированиями (компаниями) пар, часто в квадратах из четырех пар. Ирландский социальный танец – это живая традиция, и изменения в специфических танцах могут быть найдены во всех слоях ирландского танцевального сообщества. Ирландский танец для представлений

традиционно упоминается как степ танец. Ирландский степ танец, популяризированный в 1994 году всемирноизвестным шоу "Riverdance", известен быстрыми движениями ног, тела и рук, которые сохраняются в значительной степени постоянными. Самые популярные степ танцы – это танцы соло, хотя много степ танцоров также выступают и конкурируют, используя традиционный сет и кейли. Соло степ танцы вообще характеризованы управляемой, но не неподвижной верхней частью тела, прямыми руками, и быстрыми, точными движениями ног. Танцевальные традиции Ирландии, вероятно, росли в близкой ассоциации с ирландской традиционной музыкой. Происходя в предхристианской Ирландии, ирландский танец позже оказался под влиянием форм танца с Континента, особенно такого танца, как Кадриль. Путешествующие танцоры преподавали танцы на всем протяжении Ирландии уже в начале 1900-ых годов.

Кейлин Рэфферти (Kaelene Rafferty) является королевой ирландского танца. Традиция степа, танцующего в Ирландии, росла с местной формы «ударного» танца, который развивался рядом с традиционной ирландской музыкой. Текущее воплощение этой традиции известно как танец sean-nos (старая манера). Самая сильная традиция танца sean-nos сохраняется в Connemara Gaeltacht на Западе Ирландии, хотя танцы sean-nos могут быть найдены по всей Ирландии. Sean-nos, что буквально означает 'старый стиль' или 'старая манера' на ирландском языке (Gaeilge), является формой соло степ танца в старинном стиле. Особенности танца sean-nos включают ударные шаги, смягченные руки и верхняя часть тела, шаги, исполненные близко к полу, самовыражение, импровизация, и акцент на соотношении между шагами и музыкой. Большинство sean-nos танцоров предпочитает танцевать под музыку одного музыканта. Мелодеон или аккордеон - популярный выбор для сопровождения танца sean-nos. Танец Sean-nos вообще является популярным танцем для представлений и шоу, и танцоры sean-nos могут быть найдены, выступая в домах, в пабах, и в кейли. Наибольший сбор танцоров sean-nos происходит в Oireachtas na Gaeilge,

ежегодный фестиваль ирландского языка и культуры (Gaeilge) и включает самые престижные соревнования в танце sean-nos и пения sean-nos. Танец Sean-nos перенес период возрождения за прошлые десять лет с увеличивающимся участием людьми всех возрастов, изучающих шаги в классах и семинарах. Танцевальные классы и сообщества sean-nos появляются за пределами Ирландии в Соединенных Штатах и Австралии.

Ирландский Танец в действительности начался с моряков. Чтобы развлечь себя, они надевали твердые ботинки и танцевали на палубах судов. Так как на суднах не было большого количества комнат, чтобы хранить что-либо кроме предметов первой необходимости и продуктов, у танцоров не было музыки вообще. Они танцевали акапелло. Танец степ в старинном стиле (традиция, связанная с, но отличная, от sean-nos) был развит в последней части 18-ого и в начале 19-ого столетий от танца путешествующих ирландских танцоров. Танцоры медленно формализовали и преобразовали и соло танцы, и социальные танцы. Современные степ танцоры в старинном стиле, могут проследить происхождение своих степов непосредственно назад к танцорам 18-ого столетия. Ирландские танцоры очистили и сформировали местные ирландские танцевальные традиции. Появились правила о неподвижной верхней части тела, рук, и размещении ног. Кроме того, танцоры были проинструктированы танцевать шаг два - один левой ногой и один - правой. Степ танцоры, танцующие в старинном стиле танцуют со свободными руками по сторонам. Они танцуют на ограниченном месте, с акцентом на создании ударного звука пальцами ног. Ирландские танцоры этого периода также ставили танцы в специфических степах для специфических мелодий в традиционной музыке, создавая наборы для танцев соло, таких как Черный дрозд и День Святого Патрика.

Социальные ирландцы, или танцы кейли, изменяются широко всюду по Ирландии и остальной части мира. Танец кейли может быть выполнен только тремя или шестнадцатью танцорами. Танцы Кейли могут также быть исполнены с неограниченным числом пар в длинной линии или может быть

исполнен в кругу ("Стены Лимерика", "Волны Тори", или "Танец Костра"). Танцы Кейли часто быстры и сложны.

Несколькими стилями определяются ирландские танцы. При этом существенно отличаются каждый стиль от другого. Отличия эти незаметны ни в элементах танца, ни в его фигурах, ни, даже, в музыке. Отличаются стили по размеру музыкального произведения и ритмике. Нельзя однозначно утверждать о том, что стили различаются между собой только музыкальным размером, потому, что у каждого стиля существуют определенные движения в танце, однако стили танца разделяют именно согласно музыкального размера. В ирландском танце существует как минимум сорок танцевальных движений. Одни движения сильно похожи на те, которые применяются и в других видах танцев, однако же, существуют и такие движения, которые применяются только в ирландских танцах. Те или иные, фиксированные и строго упорядоченные движения соответствуют каждому типу танца. Кроме всего прочего, стили отличаются друг от друга по всей структуре исполнения танца, при помощи исторического начала, а также по музыкальным размерам.

«Рил», несомненно, является самым популярным ирландским танцем. Изначально данный танец был шотландским народным танцем, а его исполнение выглядит так, как будто танцоры плетут своими ногами орнамент или узоры. Помимо всего прочего стили ирландских танцев различаются также по сложности их исполнения. Существуют две категории, которые являются основополагающими в исполнении ирландских танцев. Танцоры исполняют танец в жесткой или мягкой обуви. Исполнение танца в жесткой обуви называется степом. Здесь также существуют определенные различия и в сложности исполнения самих элементов танца. Существуют легкие стили, а также существуют и стили, которые подразумевают под собой весьма сложные комбинации движений, которые исполняются достаточно квалифицированными и опытными танцорами.

История ирландского танца

Еще в 11 веке появились первые упоминания об ирландских танцах. Описание же танцевальных па появилось лишь в середине 16 века, но оно было довольно неясным и пространным. Тогда было выделено три основных групповых ирландских танца: «круглые» танцы - выполнялись парами, которые стояли по кругу, «длинные» танцы – выполнялись танцорами, которые стояли двумя шеренгами друг напротив друга, а также танцы с мечами. Все движения выполнялись быстро и использовались приставные шаги. Некоторые танцы получили широкое распространение даже в Англии.

С расширением английской колонизации ирландская культура стала ущемляться все больше и больше. Стали запрещать даже занятия танцами и музыкой. На протяжении 150 лет ирландские танцы изучали тайно под руководством бродячих мастеров. Сельские вечеринки долгое время проводили, выставляя смущенного мальчика «на дозор», чтобы тот предупреждал танцующих о приближении полицейских.

Появлению современной школы танцев мы обязаны мастерам, которые появились в первой трети 18 века. Они бродили из деревни в деревню и обучали всех желающих простым «модным» движениям из своего репертуара, за что получали денежное вознаграждение.

#### История и разновидности ирландских танцев

Ирландия, несомненно, славится неизмеримо богатой культурой танца. Мировой интерес к ирландскому стилю «подогрет» выступлениями эффектных национальных шоу. В России известны всем "Lord of the Dance" и "Riverdance".

Традиционный ирландский танец ведёт свою историю со времени возникновения государства галлов.

В двенадцатом веке, испытывая влияние культуры норманнских завоевателей, ирландцы начинают танцевать хором вокруг поющего человека. Через несколько столетий танцы стали исполняться во дворцах, а потом «пошли в народ» странствующие учителя. Они основоположники популярных сегодня видов: сольного и группового.

Был период подавления культуры Ирландии, и тогда национальные танцы, считавшиеся священниками «приносящими несчастье» и «безумными», исполнялись под покровом тайны. Даже характерное положение рук танцоров на поясе было ответом деятелям церкви, утверждавшим непристойность размахивания руками.

Новый этап запрета на исполнение ирландских танцевальных композиций, почти полсотни лет, относится к эпохе английской колонизации. Помогли сохранить эту часть культуры целого народа всё те же бродячие учителя, принимать которых в своём доме было очень почётно.

Мастера исполняли сольную партию, а групповые танцы царствовали на вечеринках, когда в центре стоял пирог для лучшего исполнителя. Хотелось бы поучаствовать на одной из таких вечеринок, поплясать вокруг праздничного стола вместе с единомышленниками. Благо, сегодня имеется множество достойных танцевальных школ, инструкторы которых с удовольствием научат вас всем премудростям и навыкам ирландских танцев, главное, захотеть.

Пожалуй, не найдется в мире страны со столь необычными народными танцами, как Ирландия. Для ирландцев танец является не просто развлечением, а особой частью их истории и культуры, которые народ чтит и передает из поколения в поколение.

Считается, что первые танцы исполнялись еще древними друидами около сорока веков назад, и имели ритуальный характер. Самый древний вид танца, который сохранился до наших дней – Sean-Nos. Он происходит от кельтов, живших на Британских островах. К началу шестнадцатого века ирландцы исполняли три основных вида танцев - Rinncse Fada Irish Heu, и Trenchmore. Исполняя Rinncse Fada танцоры становятся в две линии, лицом друг к другу, Irish Heu – это круговой танец, его корни уходят в древние времена, когда при ритуале мужчины и женщины водили хороводы вокруг майского дерева. Trenchmore – это так называемый длинный танец – то есть танец в линию.

С течением времени, под влиянием разных культур и религии, движения и характер танца менялись. Например, в семнадцатом-восемнадцатом веке, во время английской колонизации власти пытались задавить все проявления культуры ирландцев, и поэтому в течение ста пятидесяти лет ирландским танцам обучались тайно. Не нравились движения танцоров и священникам. Они считали их распутными, и, возможно, именно поэтому в этих танцах руки плотно прижаты к туловищу. Но, не смотря на все невзгоды, народные танцы не стояли на месте. Если при первых танцах танцоры выстраивались в две шеренги друг напротив друга, то Они развивались и смешивали в себе разные стили, крепили. Находили с каждым годом все больше и больше поклонников.

## Приложение 2

Это небольшой мастер-класс от одного из преподавателей московской школы Ирландских танцев. Татьяна Алдошина рассказывает нам, как новичкам можно подготовиться к первому занятию Ирландских танцев:

«Ирландские танцы – это высокие полупальцы, грациозная осанка, высокие прыжки. А теперь представьте, что Вы бегаєте стометровку на шпильках. Дамам будет проще – им и представлять не нужно, а вот мужчинам стоит попробовать – очень освежает восприятие. Представили? Вот примерно такую же нагрузку могут выдержать наши ноги без особенных неприятных последствий. Но только в одном случае: если их тренировать. Для этого мы и разувались».

Кусочек ткани мы разложим на полу, а пока будем читать всё остальное, пальцами ноги собираем его в маленький комочек – делаем из ленты гладкой ленту в складочку. Потом расправляем и повторяем снова. То одной ногой, то другой. Это упражнение замечательно укрепляет свод стопы и придает гибкость нашим пальцам.

Надоело заниматься плиссировкой? Не беда. У нас есть еще уйма способов провести время сидя и с пользой. Вытянули ноги и поднимаем носок вверх-вниз, вверх-вниз, от себя – к себе. После пары движений дадут о себе знать мышцы – кто бы мог подумать, что они там есть – передней поверхности голени (и ведь много этих мышц: передняя большеберцовая,

мышцы-разгибатели). В мирной жизни эти мышцы задействованы мало. Зато в наших танцах они очень пригодятся – это натянутый носок, чёткий удар... Поэтому от себя – к себе, от себя – к себе. Раз-два, раз-два. Не отвлекаемся.

Про счёт. Приучаемся считать по восемь. Но лучше под ирландскую музыку. Включили какую-нибудь джигу и внимательно прислушиваемся (заодно веселее будет упражнение делать, раз-два, не бездельничаем) к сильным и слабым долям. Послушайте ритмический рисунок мелодии, а ещё лучше – представьте себя барабанщиком, задающим темп: раз, два, три, четыре, пять, шесть, семь, восемь. Еще лучше послушать разные рилы и джиги, убедившись, что каждую мелодию можно «посчитать» восьмёрками.

Итак, что мы ещё можем сделать сидя за столом? Поставить ноги на пол, согнув в коленях под прямым углом. И распрямлять их будем, поднимая параллельно полу. Наши вены будут нам признательны. А заодно так мы поможем коленям и мышцам бедра.

Надоело болтать ногами? Не беда. У нас есть спина, шея и плечи. Сели ровно, подняли голову (да, читать так неудобно, придется отвлекаться). Выпрямили шею, надменно подняли подбородок, а плечи наоборот – расправили и с силой опустили (с расправленной грудью!) вниз. Получилась поза Снежной королевы, сидим, обозреваем королевство. Только вот если сделали всё правильно, то долго так просидеть не выйдет – тяжела будет корона! Выдохнули, расслабились. И повторяем.

Что можно сделать ещё, чтобы и польза, и ничего сложного? Научиться ходить. В танцах нам потребуется выворотность, в живой природе встречающаяся у африканских аборигенов (в неволе это достигается селекцией и многолетней тренировкой в балетном классе, но нам такой фанатизм не нужен, правда ведь?). Первым делом вспоминаем фильм «Служебный роман»: всё втянуть. То есть совсем всё: живот внутрь, поясницу – тоже внутрь, остальное само подберётся. Плечи расправить и опустить вниз, подбородок наоборот, поднять. Гордая осанка африканской барышни, несущей на голове половину семейного скарба. Теперь о том, как

мы идём. Разумеется, легкой походкой, но! Самое главное: носки врозь. Чтобы понять, какой угол этого «врозь» нам нужен, встанем галочкой – пятки вместе, носки разведём в стороны, чтобы между ступнями получился прямой угол. Вот этот угол и стараемся сохранять во время ходьбы. И не смотрим себе на ноги. И подбородок вверх. И плечи вниз! И хорошо бы ещё изящно и непринуждённо... А главное – в сторону репетиционного зала."

#### Приближение и удаление

С перекрещенными руками или держась правыми руками за правую же руку партнера, партнеры продвигаются вперед (2 такта) и отступают назад, также на 2 такта. Часто это движение выполняется дважды, чтобы в результате получилась 8 тактов.

#### Отход

До этого движения, пары, или только одна пара двигаются бок о бок внутри танцевальной фигуры. Чтобы выполнить отход, партнеры разъединяются, джентльмены перемещаются против часовой стрелки, а леди по часовой стрелке, чтобы встретиться снова в определенном месте в пределах танцевальной зоны.

#### Цепочка

Это движение, при котором танцоры проходят друг мимо друга, чтобы пересечь танцевальную зону, пройти половину пути или полностью обогнуть зону. Они двигаются поочередно, сначала вправо, потом влево. Руки, легко сцепленные вместе, легко держатся приблизительно на уровне талии, хотя пуритане сказали бы, что они должны быть на уровне плеча. Эта фигура отлично смотрится для показательных танцев, но не обязательна для социального танца.

#### Хоровод

Слово, 'хоровод' является теперь общепринятым в танцевальных круговых сетах, и обозначает акт перемещения по кругу против часовой стрелки, одновременно поворачивая по часовой стрелке один полный поворот в каждых 2 последовательных тактах.

## Хоровод друг вокруг друга

Когда любые две пары танцуют против часовой стрелки, поворачиваясь по часовой стрелке как описано выше, заступая на место друг друга и возвращаясь на свое (8 тактов). Для этого движения удобнее всего держать руки скрещенными, когда пальцы мужчины и женщины сцеплены вместе, мужская правая рука выше, касается его левой руки и обе они держатся на высоте груди.

### Ведение по кругу.

Движение, обычно исполняемое всеми четырьмя парами. Партнеры держатся за руки и движутся против часовой стрелки вокруг танцевальной зоны. Все танцуют три раза вокруг зоны и возвращаются на место (8 тактов).

### Скольжение в сторону

Когда партнеры, пары или угловые танцоры меняются местами, используя шаги в сторону

Подъем и подпрыгивание  
Шаг исполняется в джиге и часто следует за шагом в сторону, как, например, в джиге «Восемь Рук». Здесь этот шаг описан как переход от шага в сторону на право. После шага в сторону налево он исполняется с противоположной ноги. В джиге «Сенокосцы» он исполняется сначала с правой ноги, затем с левой, чтобы выполнить 4 такта.

### Подъем

### Подпрыгивание

и 1 и 2 и 1 2 3 4 2 такта

П аут назад прыжок шаг шаг

Л прыжок прыжок прыжок шаг шаг

На команду 'аут' правая нога выбрасывается вперед, носок смотрит вверх и поднимается до уровня где-нибудь между лодыжкой и коленом в зависимости от энергии танцора. На команду 'назад' та же самая нога энергично ставится назад позади левой, чтобы обрести равновесие.

### Шаг в сторону

Это - пересекающийся шаг, исполняемый на счет 1 2 3 4 5 6 7-(джига) или 1234567-(рил) (2 такта). Когда танцор двигается вправо, вес будет первоначально взят на правую ногу, левая, проходящая позади правой берет вес на счет 1. На счет 2 правая нога перемещается немного вправо и снова берет вес, потом левая нога снова проходит назад и берет вес на счет 3. Эта переменная последовательность повторяется, чтобы закончиться весом на левой ноге позади правой на счете 7.

### Опускание и подпрыгивание

Этот джигговый шаг исполняется как шаг в танце «Сбор урожая». Он очень похож на подъем и подпрыгивание, главное различие состоит в том, что он начинается с прыжка на обеих ногах, и ноги при повторении не меняются.

#### Опускание

#### Прыжок

	и	1	и	2	и	1	2	3	4	2 такта
П		прыжок		аут		назад	шаг		шаг	
Л		прыжок		прыжок		прыжок		прыжок	шаг	шаг

### Тройной прыжок

Это – обычный шаг при ходьбе, используемый и в джиге, и в риле. Он использует то же самое изменение веса тела, как и при прогулочном шаге. Весь вес находится на задней ноге, и шаг осуществляется привычным способом, но есть два существенных отличия. Прежде всего, нога не стоит так твердо как при ходьбе, а немного сгибается в колене и лодыжке. Второе - то, что шагу предшествует (на счете 4 от предыдущего такта) небольшое движение, которое гарантирует, что вес перемещен, как должно быть, на заднюю ногу.

### Приложение 3

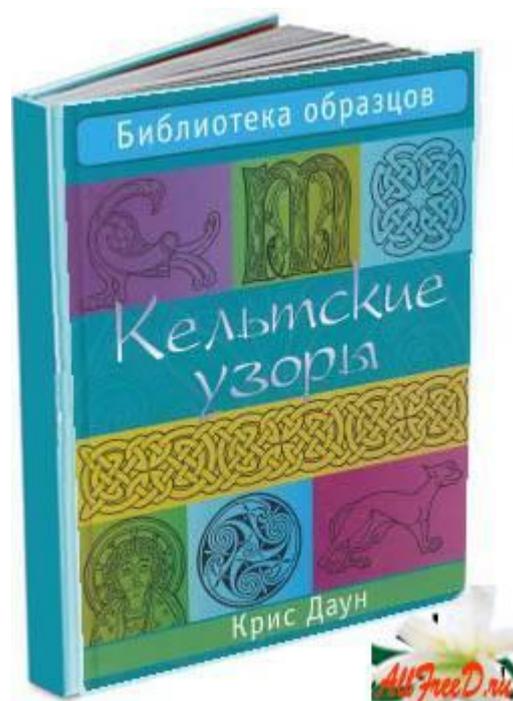




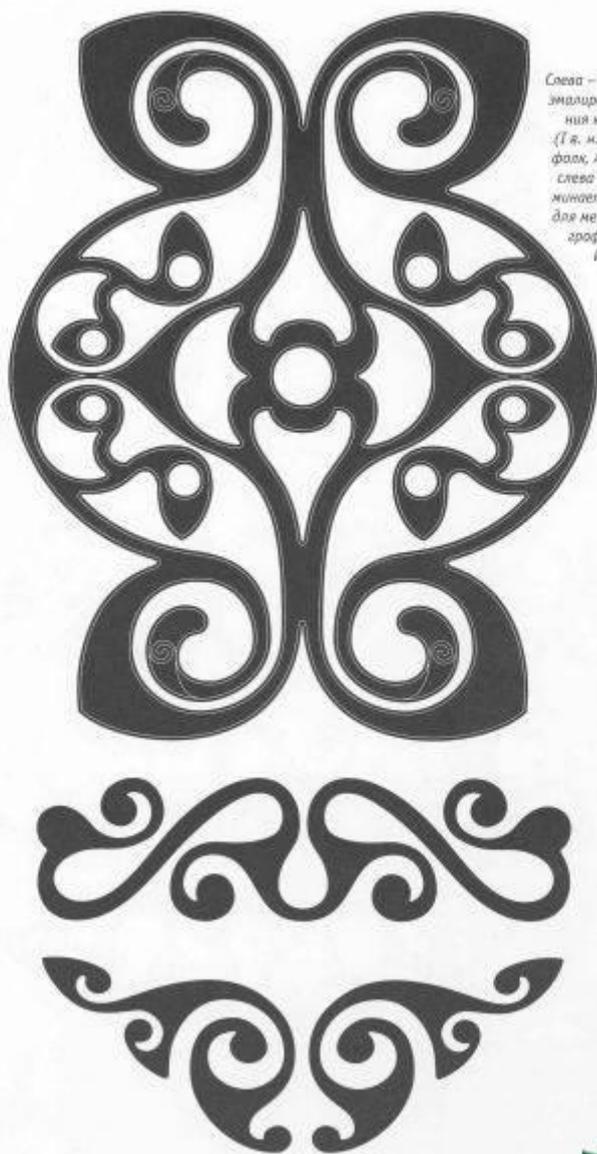




Приложение 4



В книге "Кельтские узоры. Библиотека образцов" представлена широчайшая коллекция кельтских мотивов: от простых завивающихся спиралей и четких шнуровых орнаментов из сплетенных лент до поражающих изяществом линий букв, сказочных животных, образов святых и ангелов и каскада узоров древа жизни. Вам остается только переснять кельтские узоры и воспроизвести мотив в своей работе.



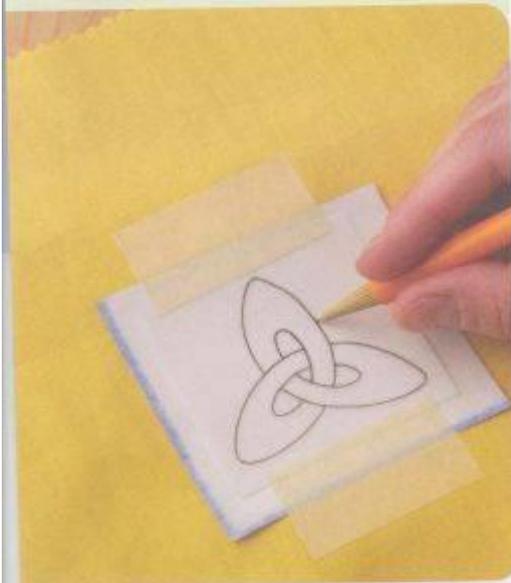
Слева – узор с бронзового эмальированного украшения конской упряжки (I в. н. э., Сентон, Норфолк, Англия). Дальний слева орнамент напоминает узор на ножках для меча (Лизнакрок, графство Антрим, Ирландия).



### перевод мотива на ткань

Этот способ применим к легкой и светлой ткани. На плотную или темную ткань лучше переносить мотив с помощью яркой лампы. Поместите узор под тканью на стол с подсветкой (как сделать его в домашних условиях, описано на с. 13). Рисунок будет просвечивать сквозь материю, и вы легко сможете его скопировать.

Чтобы перенести мотив другим способом, положите на ткань лист копировальной бумаги, которую используют в шитье, лицевой стороной вниз, как показано на фото внизу. Сверху закрепите скотчем мотив. Обведите узор острым карандашом, чтобы перенести его на ткань. Карандашные метки легко удалятся.



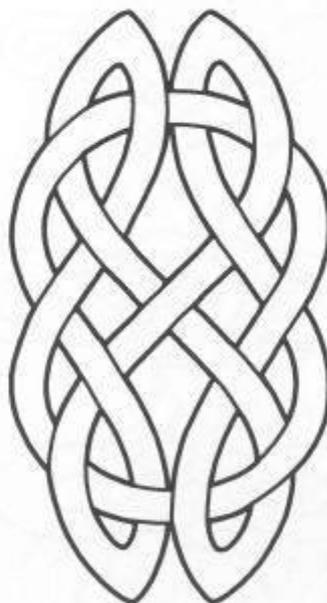
### схема для вязания

Чтобы нарисовать схему для вязания, лучше использовать специальную разлинованную бумагу (ширина петель больше высоты, а разметка такой бумаги это учитывает). Перенесите мотив на эту бумагу (как перенести мотив на бумагу, см. с. 13). Каждая клеточка соответствует одной петле. Убедитесь, что количество клеточек в рисунке соответствует вашим требованиям, так как оно определяет число петель, то есть размер изделия. Раскрасьте попадающие в деталь клеточки цветными ручками или карандашами.

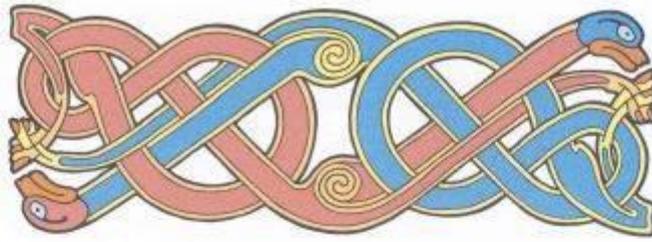
Ваша схема должна гармонировать с узором вязки. Читайте лицевые ряды слева направо, а изнаночные — справа налево. Можно вышить мотив на готовом изделии швейцарской иглой. Первый ряд в этом случае читается справа налево, а следующий — слева направо.







**Справа.** На рисунках, где в узоре сочетаются несколько зооморфных мотивов, тела разных животных окрашивали разными цветами, чтобы не путать их. Обычно фигуры объединяли в пары. Таким образом, даже для двенадцати фигур хватало всего двух цветов.



**Справа.** На этом фрагменте узора, основанного на росписи страницы из Линдисфарнского Евангелия, показано, какие в те времена использовали краски и как они сочетались друг с другом.



**Внизу.** Конечно, цветовая гамма ваших рисунков ничем не ограничена – выбор за вами.

