

Памяти П. В. Чеботарева

**Развитие исполнительской музыкальности
через биомеханику постуральных воздействий и восприятий
в европейской и латиноамериканской программах
(РИМ – система)**

Вадим Шумов

Содержание

Об историческом периоде формирования школы	3
Об образовательном проекте ФТСАРР по базовым фигурам:	7
- танца Венский вальс	8
- танца Медленный вальс	8
- танца Танго	10
- танца Медленный фокстрот	11
- танца Квикстеп	13
- танца Румба	15
- танца Самба	16
- танца Ча-ча-ча	17
- танца Пасодобль	19
- танца Джайв	20
О фундаментальных принципах формирования системы развития исполнительской музыкальности (РИМ – системы)	23
- о развитии понимания философии танца через отношение к науке	25
- немного о терминологии	27
- немного о теории музыки	27
- о поглощении и высвобождении энергии	29
- о роли геометрии в постральной статике и динамике	29
- о дифференциальном подходе к исполнительской музыкальности	30
- о теории биомеханики ритмической интерпретации	36
- о теории формирования музыкально-биомеханической гармонии	39
От аутентичности в понимании основ к современной исполнительской интерпретации музыкального сопровождения:	45
- в танце Венский вальс	51
- в танце Медленный вальс	53
- в танце Танго	55
- в танце Медленный фокстрот	57
- в танце Квикстеп	60
- в танце Румба	62
- в танце Самба	69
- в танце Ча-ча-ча	71
- в танце Пасодобль	72
- в танце Джайв	74
Основные понятия, формирующие РИМ – систему	75
О примерных вариациях для практической наработки навыков использования постральной биомеханической гармонии	77
Приложение № 1. Вариация для танца Медленный вальс	81
Приложение № 2. Вариация для танца Танго	82
Приложение № 3. Вариация для танца Венский вальс	83
Приложение № 4. Вариация для танца Медленный фокстрот	84
Приложение № 5. Вариация для танца Квикстеп	85
Приложение № 6. Вариация для танца Самба	86
Приложение № 7. Вариация для танца Ча-ча-ча	87
Приложение № 8. Вариация для танца Румба	88
Приложение № 9. Вариация для танца Пасодобль	89
Приложение № 10. Вариация для танца Джайв	90

Об историческом периоде формирования школы

Согласно данным из различных литературных источников впервые собрать танцоров разных стран для совместного парного конкурсного танцевания удалось известному хореографу Камилле де Ринал, которая в 1909 году провела в Париже чемпионат мира по четырем бальным танцам (Boston Waltz, Tur Key Trot, One Step, Tango). Позже по инициативе издательского дома “Dancing Times”, основанного в 1894 году в Англии, начиная с 1920 года было создано несколько неформальных конференций, итогом которых в 1922 году стал проведенный в Лондоне Камиллой де Ринал, чемпионат мира по новым четырем танцам (One Step, Foxtrot, Waltz, Tango). Первыми чемпионами тогда стали Виктор Сильвестр и Филлис Кларк, использовавшие новомодные первые закрытые позиции ступней (шестые позиции).

В 1921 году на северо-западе Англии в курортном городе Блэкпул был проведен первый международный танцевальный фестиваль, ставший ежегодным знаковым событием для конкурсных исполнителей бального танца. В рамках этого фестиваля в 1948 году был проведен первый международный конгресс учителей бального танца.

В этом же году появилось первое авторитетное пособие для учителей конкурсных Европейских бальных танцев – книга “Ballroom Dancing” Алекса Мура, члена и экзаменатора Имперского общества учителей танцев (ISTD – было образовано в 1904 году).

В Советском Союзе к этому времени сформировалась своя особая, удивительная в своей неподражаемой гармонии, исключительная школа классического танца, опиравшаяся на авторитетное понимание «Основ классического танца» Агриппины Яковлевны Вагановой, создавшей свой учебник с одноименным названием и изданным в 1934 году (позднее переизданным в 1939 и 1948 с авторскими дополнениями).

Достижения классической школы танца во многом определили дальнейшие пути формирования своей особой идеологически выдержанной репертуарной стратегии развития бальных танцев. В 1949 году прошла конференция, посвященная развитию советского бального танца, а в 1950 году Всесоюзным домом народного творчества им. Н. К. Крупской (далее – ЦДНТ) были организованы специальные семинары по бальному танцу. Более 30 танцев вошли в репертуар рекомендуемых к исполнению бальных танцев, созданных на базе народного творчества с соблюдением лучших традиций старинного бального танца.

В этот период, благодаря государственной поддержке зарождается удивительный симбиоз классической школы, исторического бального танца и народного творчества. Создаются бальные танцы на основе фольклорных самобытных элементов народных танцев. Однако, стремление молодежи исполнять танцы под популярную музыку заставляло комсомольских, профсоюзных работников, методистов домов культуры и творчества заботиться о совершенствовании репертуарного списка бальных танцев. Если еще в 1953 году в книге «Танцы» издательства ЦК ВЛКСМ «Молодая гвардия» предлагалось танцевать Вальс через третью позицию, то уже в 1954 году в книге «Бальные танцы» издательства г. Риги репертуарный список, рекомендованный ЦДНТ для школ и кружков бальных танцев, был расширен новыми (танцуемыми через шестую позицию) бальными танцами – Медленным вальсом, Медленным фокстротом, Фокстротом и Танго. Эти изменения удивительным образом совпали с проведением в 1953 году в центральном концертном зале Англии – “Royal Albert Hall” – первого и ежегодного танцевального турнира International Championships.

Первый конкурс по бальным танцам в СССР прошел в рамках культурной программы Всемирного фестиваля молодежи и студентов 1957 года. В показательных выступлениях на этом конкурсе приняли участие чемпионы Европы того времени по европейской программе Гарри и Дорин Смит-Хэмпшир.

(Значительно позже, уже в 2000 году в г. Томск была издана книга Г. Смит-Хэмпшира «Венский вальс. Как воспитать чемпиона»).

Параллельно в этом же 1957 году в Германии был создан и начал свое планомерное направленное поступательное движение в сторону спорта Международный совет танцоров-любителей (ICAD – International Council of Amateur Dancers, позже преобразованный в IDSF, а затем в WDSF).

Годом позже, в 1958 году в Колонном зале Дома союзов ЦДНТ для директоров Домов культуры, методистов, комсомольских и профсоюзных работников был организован обучающий семинар, на котором по инициативе Дегтяренко А. Т. был продемонстрирован обновленный показательный репертуар бальных танцев.

Попытаемся представить тот исторический период, когда сформировалась наиболее прогрессивная для европейского понимания техника исполнения латиноамериканских танцев, изложенная Волтером Лэйердом (Walter Laird, Fellow & Examiner IDTA) в 1961 году после двадцатилетнего периода увлечения латиноамериканскими танцами.

Именно тогда сформировалось терминологическое понимание принципов исполнения основных фигур, отличающееся от отраженного в учебных пособиях того времени первой английской организации, объединившей учителей танцев – ISTD. Позднее, только в 1972 году, Волтером Лэйердом был проведен технический анализ ритма, появилось понятие дробного ритма, ритмической интерпретации, баунса и ритма «1,2,3» в Самбе, были описаны все принятые основные позиции, введены понятия физического и шейпинг-ведения, чековый и задержанный ход вперед, а также ход вперед в повороте, а в табличное изложение исполнения фигур были введено понятие - «Используемое действие». Позднее, в 1977 году, в разделе описания терминологии было введено понятие – «Латинский кросс». Все эти понятия и некоторые дополнения к ним до сих пор

актуализируются для применения в любительской медальной системе исполнения латиноамериканских танцев.

В системе спортивных танцев в рамках международной организации IDSF, позже WDSF была предпринята попытка нового, более спортивного литературного описания основных фигур, что внесло разночтение не только в терминологический базис, но и в характер и вариативность применения основных действий в описываемых фигурах.

Некоторую сумятицу внесло трактование исполнительской музыкальности, нашедшее отражение в учебных пособиях WDSF в разделах, посвященных музыке. Это и специфичное отражение сути Шаффл тайминга (Shuffle Timing) и проведенное научное изучение тайминга (Scientific research on Timing), что позволило сформировать, по сути, верные, но по форме специфично изложенные выводы, что во многом еще и усугубило и без того очень разнящееся понимание исполнительской музыкальности, вместо, вероятно прогнозируемого, улучшения практического понимания сущностных аспектов музыкальности, отраженных в теории музыкальной гармонии и структуры дансантажной музыки.

Именно по этой причине благие намерения прогрессивной части специалистов, привнесших в Правила вида спорта «танцевальный спорт» возможность исполнения всех вариантов фигур, указанных в выше приведенных литературных источниках, привели к порождению неожиданного тренда на пренебрежение исполнительской музыкальностью подавляющим большинством спортсменов.

В результате, так сложилось, что современную ситуацию в области исполнительской музыкальности наиболее общими словами можно охарактеризовывать лишь следующим образом:

- с одной стороны, мы имеем специалистов, определяющих исполнительскую музыкальность только по попаданию в основные удары с учетом заранее установленного, но не всегда согласующегося с реальным

музыкальным сопровождением тайминга, отраженного в учебных пособиях ISTD, и в более прогрессивной форме в пособиях IDTA;

- с другой стороны – специалистов, основывающихся в своих оценках исполнительской музыкальности на специфичном ее трактовании в учебных пособиях WDSF;

- и всех остальных специалистов, которых можно отнести к двум диаметрально противоположным группам: либо вообще не понимающих, что такое музыкальность, либо понимающих исполнительскую музыкальность, но вынужденных оставаться в меньшинстве, из-за не достаточно обоснованных и разнящихся по сути ее трактований, в разной степени соответствующих действительному пониманию исполнительской музыкальности.

Образовательным комитетом ФТСАРР, начиная с даты его формирования и до сегодняшнего момента постоянно проводилась работа по формированию прогрессивного взгляда на разумную вариативность использования бейсика с целью планомерного совершенствования техники и исполнительской музыкальности, нашедшей свое отражение в Образовательных проектах ФТСАРР и решениях комитета вплоть до опубликования Декларации о развитии исполнительской музыкальности (РИМ – системы).

Об образовательном проекте ФТСАРР по базовым фигурам

В 2023 году Всероссийской федерацией танцевального спорта, брейкинга и акробатического рок-н-ролла (ФТСАРР) совместно с Фондом поддержки физической культуры и спорта «СТАНЬ ЧЕМПИОНОМ» был осуществлен образовательный проект – видеоуроки по демонстрации основных фигур «Basic» по виду спорта «танцевальный спорт».

Проект был реализован при участии Президента ФТСАРР Ерастовой Надежды Викторовны, Исполкома ФТСАРР, Исполнительного директора ФТСАРР Пермякова Вадима Евгеньевича, Заместителя председателя

Образовательного комитета ФТСАРР Чеботарева Петра Владимировича при моем содействии в качестве куратора проекта.

Результатом проекта стали – подготовленные объединенным коллективом обучающие видеоуроки по виду спорта «танцевальный спорт» с описанием и демонстрацией спортсменами – членами спортивной сборной команды Российской Федерации по танцевальному спорту основных фигур программы «Basic», соединений, связок и учебных вариаций танцев европейской и латиноамериканской программ.

В съемке видеоуроков приняли участие ведущие педагоги и спортсмены ФТСАРР, что и отражено в приведенных ниже комментариях:

По базовым фигурам танца Венский вальс

Комментарии составлены совместно с лектором Татьяной Деминой для демонстрации нижеследующих фигур ассистентами Власовым Кириллом - Полуниной Кристиной в соответствии с таймингом видеолекции:

00:10 Вступительная часть к танцу Венский вальс
03:38 Левый поворот
06:26 Правый поворот
08:18 Перемена вперед с ПН — из правого поворота в левый
08:46 Перемена вперед с ЛН — из левого поворота в правый
09:19 Перемена назад с ЛН — из правого поворота в левый
09:47 Перемена назад с ПН — из левого поворота в правый
15:09 Левый флекерл
16:38 Правый флекерл
18:38 Чек из левого флекерла в правый флекерл
19:40 Соединение №1. Левый поворот – контра чек – правый флекерл – правый поворот
20:14 Соединение №2. Левый поворот – левый флекерл - контра чек – правый флекерл – правый поворот.

По базовым фигурам танца Медленный вальс

Комментарии составлены совместно с лектором Ириной Соломатиной для демонстрации нижеследующих фигур ассистентами Решетниковым Иваном - Хариновой Елизаветой в соответствии с таймингом видеолекции:

00:10 Вступительная часть к танцу Медленный вальс
00:46 Особенности позиции партнера
02:36 Особенности позиции партнерши
03:44 Позиции в паре
07:04 Закрытая перемена с правой ноги
07:42 Закрытая перемена с правой ноги с поступательным шассе вправо
08:06 Закрытая перемена с левой ноги
08:30 Соединение. 4–6 левого поворота - закрытая перемена с левой ноги - натуральный поворот
08:53 Правый поворот
09:44 Левый поворот
10:00 Виск
11:29 Левый поворот и Виск
12:20 Шассе из ПП
13:18 Спин поворот
13:32 Поворотный лок влево
13:49 Соединение. Правый поворот – поворотный лок влево
14:14 Спин поворот с меньшей степенью поворота
14:51 Левое кортэ
15:18 Соединение. Правый спин поворот с меньшей степенью поворота - левое кортэ
15:43 Перемена хэзитэйшн
16:37 Соединение. Перемена хэзитэйшн - виск
17:10 Закрытый телемарк
17:27 Соединение. Закрытый телемарк - перемена хэзитэйшн
17:48 Открытый телемарк
18:03 Соединение. Кросс хэзитэйшн - открытый телемарк
18:43 Крыло
18:50 Закрытое крыло
19:11 Плетение в ритме вальса
19:26 Соединение. 1–3 левого поворота - плетение в ритме вальса - перемена хэзитэйшн
20:00 Виск назад
20:57 Бегущий спин поворот
21:13 Наружная перемена
21:35 Соединение. Правый бегущий спин поворот - наружная перемена
21:56 Лок стэп назад
22:11 Поворотный лок вправо
22:22 Соединение. Правый спин поворот - поворотный лок вправо
22:43 Открытый импетус поворот
24:15 Закрытый импетус поворот
24:57 Плетение из ПП
25:13 Соединение. 1–3 правого поворота - открытый импетус поворот - плетение из ПП
25:48 Наружный спин
26:06 Соединение. Наружный спин - правый поворот
26:36 Наружный спин с меньшей степенью поворота
26:50 Левый пивот
27:02 Дрэг хэзитэйшн
27:12 Двойной левый спин

- 27:30 Соединение. Наружный спин с меньшей степенью поворота - левый пивот - двойной левый спин
- 27:58 Поступательное шассе влево
- 28:36 Левый фоллэвэй и слип пивот
- 29:15 Левый фоллэвэй и слип пивот с таймингом 1, 2 и 3
- 29:47 Быстрый правый спин поворот
- 30:44 Быстрый открытый левый
- 31:00 Соединение. Поступательное шассе влево - быстрый открытый левый
- 31:25 Баунс фоллэвэй с плетение окончанием
- 32:07 Бегущее плетение из ПП
- 32:54 Изогнутый тройной шаг
- 33:15 Открытый правый поворот
- 34:32 Правый фоллэвэй поворот
- 36:50 Фоллэвэй виск
- 37:25 Бегущее окончание
- 38:00 Бегущее кросс шассе
- 38:38 Наружный свивл
- 39:04 Изогнутое перо в перо назад
- 39:44 Изогнутое перо из ПП
- 40:22 Адажио. Соединение фигур для отработки баланса, взаимодействия в паре и музыкальности.

По базовым фигурам танца Танго

Комментарии составлены совместно с лектором Петром Чеботарёвым для демонстрации нижеследующих фигур ассистентами Варфоломеевым Иваном - Машаровой Яной в соответствии с таймингом видеолекции:

- 00:10 О Европейской программе танцев
- 04:07 О балансе и тоне в танце Танго
- 10:20 Особенности позиций в паре
- 21:17 О движении головы в танго
- 23:10 Музыкальные особенности исполнения танго
- 28:57 Об общем настрое спортсменов перед исполнением танца танго
- 31:07 Изоляция, ПДК и ППДК
- 31:35 Закрытый променад
- 33:24 Основной левый поворот
- 34:26 Поступательный боковой шаг
- 35:29 Поступательное звено
- 37:07 Открытое окончание
- 37:22 Открытый променад
- 38:50 Открытый левый поворот, партнерша – сбоку (с закрытым окончанием)
- 39:13 Открытый левый поворот, партнерша – сбоку (с открытым окончанием)
- 41:24 Открытый левый поворот, партнерша – в линию (с открытым окончанием)
- 44:11 Левый поворот на поступательном боковом шаге
- 44:54 О танцевальном спорте

47:24 Рок на ЛН
47:42 Рок на ПН
47:50 Базовый и современный вариант - под музыку
48:34 Правый рок поворот
49:00 Правый променадный поворот в рок поворот
49:29 Кортэ назад
50:42 Правый твист поворот
51:45 О сущностном понимании основных фигур. ПДК
55:03 Основной левый поворот
57:45 Типичные окончания основных фигур
(закрытое окончание, открытое окончание, тэп в ПП, ин-аут)
59:40 Наружный свивл влево
59:49 Наружный свивл вправо
59:58 Наружные свивлы влево и вправо под музыку
1:00:31 Наружный свивл в повороте влево
1:00:57 Открытый тэлемарк
1:01:17 Закрытый тэлемарк
1:01:39 Левый фоллэвэй и слип пивот
(помимо счета МББМ возможны и другие варианты: ББМи, МиББ, МБиМ, МББи, ББББ)
1:02:05 Файв стэп в повороте влево
(помимо счета МиББМ возможны и другие варианты: ББМиМ, БББМ)
1:02:31 Левый пивот
(варианты счета: М, Б, «и»)
1:02:38 Файв стэп
(помимо счета МиББМ возможны и другие варианты: ББМиМ, БББМ)
1:03:02 Фо стэп
(помимо счета ББББ возможен и другой вариант: ББиМ)
1:03:26 Перемена фо стэп
(помимо счета ББиМ возможен и другой вариант: ББББ)
1:03:49 Фоллэвэй фо стэп
1:04:11 Виск
1:04:34 Виск назад
1:04:56 Браш тэп
1:05:21 О променадной позиции (ПП). Поступательное звено, тэп в ПП, действие в ПП)
1:13:15 Варианты Фо стэп
1:14:40 Открытый променад назад
1:15:48 Правый променадный поворот
1:16:21 Правый променадный поворот в рок поворот
1:17:01 Променадное звено
1:17:43 Фоллэвэй променад
1:18:12 Чейс
1:18:43 Наружный спин
1:19:42 Наружный спин с меньшей степенью поворота
1:20:15 Крыло
1:20:44 Проходящий правый поворот
1:21:20 Соединение фигуры твист поворот из закрытой позиции с фигурой корте назад
1:21:41 Адажио. Тренировочная вариация для отработки основ танца под музыкальное сопровождение, воспроизводимое в замедленном темпе.

По базовым фигурам танца Медленный фокстрот

Комментарии составлены совместно с лектором Александром Лебедевым для демонстрации нижеследующих фигур ассистентами Никитиным Евгением - Милютиной Анастасией в соответствии с таймингом видеолекции:

- 00:18 Вступительная часть к танцу Медленный фокстрот
- 02:32 Представление спортсменов
- 04:07 Перо шаг
- 04:52 Левый поворот
- 05:44 Тройной шаг
- 06:26 Правый поворот
- 07:09 Каблучный пулл – окончание
- 07:39 Соединение фигур. Перо шаг - левый поворот - тройной шаг
- 08:27 Закрытый импульс поворот
- 09:08 Перо окончание
- 09:48 Перо из променадной позиции
- 10:26 Левая волна
- 11:17 Плетение
- 11:55 Основное плетение, продолженное основное плетение
- 12:45 Смена направления
- 13:17 Натуральное плетение
- 13:49 Правое плетение, включая вариант продолженное правое плетение
- 14:08 Закрытый тэлемарк
- 14:44 Открытый тэлемарк
- 15:24 Проходящий правый поворот из ПП
- 15:58 Наружный свивл
- 16:39 Открытый импульс поворот
- 17:20 Плетение из ПП
- 18:12 Вариант продолженное плетение из ПП
- 18:37 Топ спин
- 19:15 Правый тэлемарк
- 19:47 Ховер перо
- 20:27 Ховер тэлемарк
- 21:08 Быстрое правое плетение из ПП
- 21:50 Быстрый открытый левый поворот
- 22:35 Левый пивот
- 23:05 Ховер кросс
- 23:53 Правый твист поворот
- 25:01 Изогнутое перо
- 25:12 Перо назад
- 26:01 Изогнутое перо из ПП
- 26:47 Левый фоллэвэй и слип пивот
- 27:41 Баунс фоллэвэй с плетение окончанием
- 28:40 Правый зигзаг из ПП
- 29:14 Продолженная левая волна
- 30:05 Адажио. Тренировочная вариация

- 32:29 Изогнутый тройной шаг
- 33:00 Двойной левый спин
- 33:30 Правый ховер тэлемарк
- 34:05 Наружный спин
- 34:48 Наружный спин с меньшей степенью поворота
- 35:10 Наружная перемена
- 35:21 Поступательное шоссе вправо
- 35:53 Бегущее окончание
- 36:08 Ховер кортэ
- 36:50 Виск
- 37:00 Виск назад
- 37:13 Крыло
- 37:25 Импровизация. Демонстрационный пример образовательной практики при введении ограничений по фигурам. Используется в работе с теоретически подготовленными спортсменами для формирования устойчивого когнитивного консонанса с музыкой, выбранной случайным образом для сопровождения импровизации.

По базовым фигурам танца Квикстеп

Комментарии составлены совместно с лектором Евгением Казмирчуком для демонстрации нижеследующих фигур ассистентами Романюком Егором - Пташинской Анастасией в соответствии с таймингом видеолекции:

- 00:10 Вступительная часть к танцу Квикстеп
- 00:38 Технические действия
- 01:23 Вращения
- 01:50 Наклоны
- 02:22 Свинг
- 03:22 Форма и ее изменения
- 03:43 Четвертной поворот вправо
- 04:14 Поступательное шассе
- 06:19 Правый поворот на углу зала
- 06:53 Правый пивот поворот
- 08:22 Правый поворот с хэзитэйшн
- 08:50 Поступательное шассе вправо
- 09:50 Правый спин поворот
- 10:35 Левый пивот
- 10:46 Закрытый тэлемарк
- 12:04 Правый бегущий поворот
- 13:08 Двойной левый спин
- 13:40 Кросс свивл
- 14:11 Фиштэйл
- 15:18 Лок стэп вперед
- 15:42 Бегущее кросс шассе
- 17:04 Лок стэп назад
- 17:24 Бегущее окончание

- 18:11 Проходящий правый поворот из ПП
19:22 Левый поворот
19:52 Четыре быстрых бегущих
20:58 Типпл шассе вправо
21:26 Типпл шассе влево
21:52 Быстрый открытый левый поворот
22:58 Правый поворот, лок стэп назад, бегущее окончание
23:34 Ви 6
24:17 Кросс шассе
24:44 Типси
25:39 Наружная перемена
25:55 Соединение фигур. Наружная перемена - бегущее кросс шассе (необходимо корректное согласование музыкального трека с видео 26:21)
26:38 Закрытый импетус поворот
27:03 Зигзаг
27:22 Зигзаг, лок стэп назад, бегущее окончание
28:07 Смена направления
29:02 Виск
29:20 Виск назад
29:35 Крыло
29:52 Крыло из ПП
30:14 Соединение фигур. Закрытый импетус поворот - четвертной поворот влево – виск - крыло из ПП - поступательное шассе вправо
31:06 Наружный спин с меньшей степенью поворота
31:30 Наружный спин
32:00 Поворотный лок вправо
32:22 Плетение из ПП
33:01 Соединение фигур. Наружный спин с меньшей степенью поворота - поворотный лок вправо - плетение из ПП
34:02 Дрэг хэзитэйшн
34:25 Открытый тэлемарк
34:55 Левый фоллэвэй и слип пивот
35:30 Соединение фигур. Левый фоллэвэй и слип пивот - открытый тэлемарк
35:49 Правый фоллэвэй поворот
36:10 Шесть быстрых бегущих
36:22 Соединение. 1–4 Ви 6 - шесть быстрых бегущих
37:08 Открытый импетус поворот
37:27 Ховер кортэ
38:02 Изогнутое перо
38:30 Изогнутое перо из ПП
38:46 Изогнутое перо в перо назад
39:15 Румба кросс
39:30 Бегущий спин поворот
39:48 Адажио. Вариация для проработки работы стоп, взаимодействия и музыкальности
41:48 Импровизация. Демонстрационный пример образовательной практики при снятых ограничениях по фигурам. Используется в работе с теоретически подготовленными спортсменами для формирования устойчивого когнитивного консонанса с музыкой, выбранной случайным образом для сопровождения импровизации.

По базовым фигурам танца Румба

Комментарии составлены совместно с лектором Ильей Даниловым для демонстрации нижеследующих фигур ассистентами Чжен Олегом - Агеевой Алиной в соответствии с таймингом видеолекции:

- 00:10 Вступительная часть к танцу Румба
- 05:30 Основное движение в закрытой позиции
- 06:21 Основное движение в открытой позиции
- 07:13 Альтернативное основное движение
- 08:37 Кукарача
- 10:23 Чек из открытой контр ПП и открытой ПП (Нью-Йорк)
- 13:41 Поворот на месте влево или вправо
- 15:38 Поворот-переключатель влево или вправо
- 16:31 Поворот под рукой вправо или влево
- 18:37 Плечо к плечу
- 20:48 Рука к руке
- 22:50 Поступательные шаги назад или вперед
- 24:01 Поступательные шаги вперед или назад в правой боковой позиции или в левой боковой позиции
- 26:38 Поступательные шаги вперед в теневой позиции (Кики вокс)
- 31:14 Шаги в сторону и кукарача
- 32:18 Кубинские роки
- 34:04 Веер
- 35:13 Развитие фигуры веер
- 36:02 Алемана
- 38:04 Хоккейная клюшка
- 40:58 Правый волчок
- 43:56 Раскрытие вправо и влево
- 46:22 Раскрытие вправо
- 47:01 Закрытый хип твист
- 49:04 Левый волчок
- 49:58 Раскрытие из левого волчка
- 51:24 Открытый хип твист
- 52:08 Фоллэвэй (Аида)
- 56:00 Спираль
- 57:42 Локон
- 58:34 Хабанера-ритм
- 59:46 Роуп Спин (Роуп Спиннинг)
- 1:02:49 Усложненный хип твист
- 1:03:32 Непрерывный хип твист
- 1:04:52 Непрерывный хип твист по кругу
- 1:06:26 Три алеманы
- 1:08:12 Три тройки
- 1:09:40 Скользящие дверцы
- 1:11:10 Усложненные скользящие дверцы
- 1:14:04 Фенсинг

- 1:16:57 Ранэвэй алемана (Бегущая алемана)
- 1:18:19 Синкопированный открытый хип твист
- 1:20:50 Свивлы
- 1:23:01 Основное движение с большей степенью поворота
- 1:24:15 Адажио. Тренировочная вариация для отработки основ танца под музыкальное сопровождение в замедленном темпе.

По базовым фигурам танца Самба

Комментарии составлены совместно с лектором Натальей Почаевой для демонстрации нижеследующих фигур ассистентами Елфимовым Максимом - Чуриковой Евгенией в соответствии с таймингом видеолекции:

- 00:10 Вступительная часть к танцу Самба
- 15.55–16.12 вырезать этот кусок (не используем), так как текст повторяется дважды
- 16.30 перед показом должно быть озвучено название «Закрытая позиция». Оно отсутствует. Его необходимо найти. В крайнем случае добавить текст: «Закрытая позиция»
- 20.26 Должно быть озвучено название «Открытая променадная позиция». Необходимо было его найти или добавить текст «Открытая променадная позиция»
- 24:30 Основное движение с правой ноги
- 25:18 Основное движение с левой ноги
- 25:46 Поступательное основное движение
- 26:16 Основное движение в сторону
- 26:35 Наружное основное движение
- 27:06 Ритм баунс
- 28:08 Самба виск вправо и влево
- 29:40 Вольта поворот партнерши на месте вправо или влево
- 30:39 Променадный самба ход
- 31:44 Самба ход в сторону
- 32:33 Самба ход на месте
- 34:21 Ботафого в продвижении вперед
- 25:10 Ботафого в продвижении назад
- 26:48 Теневые ботафого
- 37:18 Променадная ботафого
- 38:49 Вольта в продвижении вправо или влево в закрытой позиции
- 40:05 Вольта в продвижении вправо или влево
- 41:28 Сольный вольта поворот на месте
- 43:27 Непрерывный сольный вольта поворот на месте влево или вправо
- 44:10 Непрерывный вольта поворот на месте вправо или влево
- 46:33 Левый поворот
- 48:16 Корта джака
- 50:17 Закрытые роки на правую и левую ногу
- 52:10 Открытые роки вправо и влево
- 53:16 Роки назад на ПН и ЛН
- 54:08 Коса
- 56:14 Раскручивание

58:47 Аргентинские кроссы
1:00:49 Спиральный поворот партнерши на трех шагах
1:03:44 Самба локи в открытой обратной променадной и променадной позиции
1:05:06 Самба шассе в сторону
1:06:27 Сольная вольта по кругу в повороте вправо или влево
1:07:11 Дропшт вольта
1:09:06 Вольта в продвижении в теневой позиции (Этот фрагмент записи лучше было поставить за нижеследующим и выставить корректный тайминг его начала)
1:09:28 Методы смены ног (Этот фрагмент записи надо было поставить перед предыдущим и выставить корректный тайминг его начала – 1:09:06 с учетом вставки текста на 1.12.46 - «Еще один вариант смены ног»)
1:14:07 Вольта по кругу в теневой позиции
1:15:03 Корта джака в теневой позиции
1:16:42 Контра ботафого
1:17:47 Вольта по кругу вправо или влево
1:19:43 Правый ролл
1:20:19 Левый ролл
1:21:16 Бег из променада в обратный променад
1:23:41 Крузадо шаги в теневой позиции
1:24:13 Крузадо локи в теневой позиции
1.25.31 убрать голос лектора за кадром (пение)
1:25:42 Непрерывные крузадо локи
1:27:35 Кариока ранс
1.28.53 необходимо было добавить текст: «В открытой променадной позиции»
1.28.57 необходимо было добавить текст: «На открытую обратную променадную позицию»
1:30:19 Адажио. Соединение фигур для отработки баланса, взаимодействия в паре и музыкальности.

По базовым фигурам танца Ча-ча-ча

Комментарии составлены совместно с лектором Ларисой Давыдовой для демонстрации нижеследующих фигур ассистентами Долгушиным Алексеем - Пятахиной Ксенией в соответствии с таймингом видеолекции:

00:15 Вступительная часть к танцу Ча-ча-ча
01:38 Работа рук
02:36 Работа стопы. Перенос веса
03:47 Постановка корпуса в паре
04:46 Шассе вправо и влево
04:59 Лок вперед и назад.
05:20 Компактное шассе
05:30 Ронд шассе
05:38 Хип твист шассе
05:47 Слип клоус шассе
05:55 Сплит кьюбэн брэйк шассе
06:05 Бегущее/Меренге шассе.

06:23 Тайм стэп шассе
06:36 Ранэвэй шассе
06:46 Разновидности шагов
09:05 Позиции корпуса
11:53 Движения бедер
13:08 Ведение
15:46 Тайм стэп
17:25 Основное движение в закрытой позиции
18:58 Основное движение в открытой позиции
20:19 Веер
21:22 Хоккейная клюшка
22:56 Поворот на месте влево.
24:04 Поворот на месте вправо.
25:13 Поворот-переключатель влево или вправо
25:48 Поворот под рукой влево.
26:39 Поворот под рукой вправо.
27:29 Чек из открытой контр ПП
28:23 Чек из открытой ПП (Нью-Йорк)
29:21 Плечо к плечу
30:00 Рука к руке
31:01 Три ча-ча-ча
33:10 Шаги в сторону (влево или вправо)
34:22 Туда и обратно
35:00 Правый волчок
37:12 Раскрытие вправо
37:42 Закрытый хип твист
39:03 Алемана
42:36 Открытый хип твист
43:59 Кросс бейсик
46:11 Левый волчок
46:55 Раскрытие из левого волчка
47:57 Локон
49:59 Спираль
51:50 Роуп спиннинг
53:19 Аида
54:40 Кубинский брэйк в открытой позиции;
55:30 Кубинский брэйк в открытой контр ПП;
56:26 Дробный кубинский брэйк в открытой контр ПП;
57:24 Дробный кубинский брэйк из открытой контр ПП и открытой ПП;
58:19 Закрытый хип твист
1:02:22 Турецкое полотенце
1:03: 42 Ритм «гуапача»
1:05:15 Закрытый хип твист со спиральным окончанием
1:06:41 Чейс
1:07:39 Открытый хип твист со спиральным окончанием
1:09:10 Возлюбленная
1:10:15 Следуй за мной
1:11:26 Синкопированный открытый хип твист

1:12:34 Непрерывный хип твист по кругу
1:13:46 Лок-окончание с большей степенью поворота
1:14:40 Непрерывный лок с большей степенью поворота
1:15:32 Свивл из лока с большей степенью поворота
1:16:17 Свивл хип твист
1:17:01 Свивлы
1:17:39 Шаги и виски
1:18:23 Методы смены ног
1:21:12 Отсутствуют титры: учебно-тренировочная вариация
1:21:12 Учебно-тренировочная вариация для отработки основ танца под музыкальное сопровождение в замедленном темпе
1:22:48 Пропущено объяснение последних фигур учебно-тренировочной вариации (Алемана (окончание Б) и Непрерывный хип твист по кругу)!!! А дальше сразу идет корректное исполнение пол музыки всех фигур вариации.

По базовым фигурам танца Пасодобль

Комментарии составлены совместно с лектором Александром Сладковым для демонстрации указанных фигур ассистентами Родыгиным Александром - Чиненковой Александрой в соответствии с таймингом видеолекции:

00:10 Вступительная часть к танцу Пасодобль
00:49 Историческая справка
03:08 Музыкальный размер, темп, счет
03:55 Постановка корпуса
05:09 Особенности шагов
10:11 Подъемы и спуски
12:45 Латинский крест
13:08 Спиральный кросс
13:28 Каблучный поворот
14:00 О шаге аппэль
14:57 Позиции в паре
18:33 Взаимодействие
19:11 Аппэль
20:18 Синкопированный аппэль
20:45 На месте
22:34 Основное движение
23:18 Шассе вправо
24:10 Шассе влево
25:11 Шассе влево, законченное в ПП
25:57 Шассе вправо и влево с подъемом и без подъема
28:09 Атака
29:06 Перемещение (включая атаку и слип атаку)
30:50 Дрэг
31:39 Променадная приставка
33:03 Променадное звено

34:28 Променад
35:16 Фоллэвэй виск (Экар)
36:39 Восемь
37:31 Разъединение
38:15 Разъединение в фоллэвэй виск
39:14 Разъединение с обходом партнерши вокруг партнера (движение типа "плащ")
40:23 Фоллэвэй - окончание к разъединению
41:16 Шестнадцать
42:52 Твист поворот
43:50 Променад в контр променад
45:14 Большой круг
46:57 Открытый тэлемарк
47:47 Ла пасс
49:00 Бандерильи
50:11 Синкопированное разъединение
51:15 Левый фоллэвэй
52:40 Испанская линия
53:43 Фламенко тэпс
54:57 Фарол
56.25 Фарол включая фрэголину
59:04 Твисты
01:00:16 Шассе плащ
01:01:11 Вращения в продвижении из ПП
01:02:42 Вращения в продвижении из контр ПП
01:05:50 Удар пикой
01:06:27 Синкопированный удар пикой
01:07:17 Двойной удар пикой
01:07:59 Методы смены ног
01:08:01 Задержка на один удар
01:08:26 Синкопированное движение на месте
01:08:51 Синкопированное шассе
01:09:26 Вариация с ЛН
01:10:07 Удар пикой со сменой ЛН на ПН
01:10:51 Удар пикой со сменой ПН на ЛН
01:11:31 Альтернативные методы выхода в ПП
01:13:50 Адажио. Тренировочные вариации для отработки основ танца под музыкальное сопровождение в замедленном темпе.

По базовым фигурам танца Джайв

Комментарии составлены совместно с лектором Еленой Колобовой для демонстрации нижеследующих фигур ассистентами Усовым Владимиром - Слободчик Марией в соответствии с таймингом видеолекции:

0:19 Вступительная часть к танцу Джайв

01:26 Джайв шассе

03:59 Альтернативные движения
04:12 Один шаг, счет «М»
04:42 Тэп - Стэп, счет «ББ»
05:10 Флик-приставка, счет «ББ»
05:26 Флик-шаг или шаг-флик
05:53 Три альтернативных шассе в джайве
06:02 Джайв ронд шоссе
06:16 Варианты Вольта кросс шассе
06:24 Первый вариант
06:37 Второй вариант
06:55 Бегущее шассе
Далее надо было исправить титры на:
07:19 LIVE ROCK
 ДЖАЙВ РОК (РОК ДЖАЙВА)
07:19 Джайв рок (Рок джайва)
07:55 Основное движение на месте
08:33 Основное движение в позиции фоллэвэй
09:20 Смена мест справа налево
11:33 Смена мест слева направо
Далее надо было исправить титры на:
12:19 OVERTURNED CHANGE OF PLACE LEFT TO RIGHT
 ПЕРЕКРУЧЕННАЯ СМЕНА МЕСТ СЛЕВА НАПРАВО
12:19 Перекрученная смена мест слева направо
13:35 Смена мест слева направо с действием брэйк Лейерда
14:52 Смена рук за спиной
16:29 Звено
17:49 Фоллэвэй троуэвэй
20:40 Простой спин
21:45 Соединение. Перекрученный фоллэвэй троуэвэй - простой спин
22:40 Американский спин
23:41 Стоп энд гоу
25:03 Кели вип
25:57 Группа из четырех фигур, в основе которых лежит вращательное движение в паре
26:22 Хлыст
26:47 Двойной хлыст
27:04 Троуэвэй хлыст
27:33 Двойной хлыст троуэвэй
27:59 Соединение. Первый-пятый шаг фигуры звено - фигура хлыст
28:40 Соединение. Кели вип - двойной хлыст троуэвэй
29:22 Носок-каблук свивлы (медленные)
30:08 Носок-каблук свивлы (быстрые)
30:23 Соединение фигур. Смена мест слева на право - носок каблук свивлы (медленные) - носок каблук свивлы (быстрые) - брейк джайва
31:24 Променадный ход (медленный)
32:24 Променадный ход (быстрый)
33:13 Соединение фигур. Променадные шаги (медленные) - променадные шаги (быстрые без рока) - перекрученный фоллэвэй троуэвэй - простой спин
34:43 Испанские руки

36:19 Левый хлыст
37:39 Мельница
39:13 Шаги цыплёнка
Далее можно было не использовать повтор учебной вариации
40:05 Учебная вариация
40:16 Перекрученная смена мест слева направо
40:24 Простой спин
40:28 Смена мест слева направо
40:35 Носок-каблук свивлы (медленные и быстрые)
40:51 Третий-восьмой шаг перекрученного фоллэвэй троуэвэй
40:59 Двойной кросс хлыст
41:10 Променадный ход (быстрый)
41:18 Третий-восьмой шаг перекрученного фоллэвэй троуэвэй
41:27 Шаги цыплёнка
41:43 Первый-пятый шаг фигуры звено
41:50 Хлыст троуэвэй
41:56 Смена мест слева направо
42:03 Мельница
43:11 Муч
44:45 Раскручивание
46:10 Удар бедром
47:16 Удар бедром (второй вариант)
47:43 Майами спешал
49:00 Флики в брэйк
50:21 Крадущиеся шаги, флики и брэйк
51:44 Катапульта
53:23 Чаггин
54:44 Шоулдэ спин
56:07 Шугэ пуш
57:10 Учебная вариация
57:21 Перекрученная смена мест слева направо
57:28 Простой спин
57:34 Смена мест слева направо
57:41 Носок-каблук свивлы (медленные и быстрые)
57:57 Третий-восьмой шаг перекрученного фоллэвэй троуэвэй
58:05 Двойной кросс хлыст
58:15 Променадный ход (быстрый)
58:23 Третий-восьмой шаг перекрученного фоллэвэй троуэвэй
58:31 Шаги цыплёнка
58:48 Первый-пятый шаг фигуры звено
58:55 Троуэвэй хлыст
59:00 Смена мест слева направо (берясь за две руки на втором шассе)
59:08 Ветряная мельница

С приведенными выше видеолекциями образовательного проекта по базовым фигурам можно ознакомиться на сайте ФТСАРР в разделе Образование.

О фундаментальных принципах формирования системы развития исполнительской музыкальности (РИМ – системы)

Прежде чем перейти к рассмотрению основных преимуществ РИМ-системы на примере табличного описания исполняемых действий кратко разберем фундаментальные принципы, на которых базируется эта система:

- 1) Все исполняемые характерные танцевальные действия построены на чередовании воздействий и восприятий. Воздействие со стороны партнера сопровождается восприятием со стороны партнерши или наоборот – воздействие со стороны партнерши сопровождается восприятием со стороны партнера. Иное противоречит принципу исполнительской парности и приводит к нарушениям взаимодействия в паре;
- 2) Воздействия (ВЗ) и восприятия (ВС) носят диалектический развивающий поструральное пространство пары характер;
- 3) Воздействием является высвобождение внутренней энергии одного спортсмена с целью направленной ее передачи другому через биомеханический ключ (область взаимодействия) для осуществления соответствующей ведению односвязной пластической деформации;
- 4) Опираясь на прикладное значение доказательства теоремы Пуанкаре-Перельмана о гомеоморфности трехмерной сфере односвязных многообразий без края и биомеханическое подобие понятия тонкой структуры (описание сути механизма приведено ниже) можно утверждать, что помимо свойств реверсивности (РВ) и натуральности (НТ) в исполнении фигур целесообразно использовать естественную ощутимость влияния векторной физической величины – биомеханического момента (по аналогии с орбитальным (связанным с воздействием иницирующего) и спиновым (собственным моментом воспринимающего)) для достоверного отражения характера направленных деформаций внешних границ пары;

- 5) Исходя из постуральных основ биомеханической гармонии, разработанной в рамках РИМ – системы, и основ теории разрешений от неустоя к устоя, характеризующих функциональные проявления музыкальной гармонии, принципиально важно (помимо работы стопы) учитывать кварта-квинтовую взаимосвязь движений внутри пары с контролем подолевых постуральных разрешений в биомеханическую приму (функции движения суставов стопы), терцию – функции движения третьего крупного сустава (тазобедренного) от левой стопы (ЛТ) и от правой стопы (ПТ), а также квинту – функции движения левого плечевого сустава (ЛК) и движения правого плечевого сустава (ПК);
- 6) Потактовое проявление легкого и тяжелого времени во взаимосвязи с процессами музыкального и гравитационного тяготения в исполнительской музыкальности является решающим фактором в составлении конкурсной хореографии танца, что, например в танце Румба, выражается в усилении влияния преобладающей перкуссионной акцентированности на четвертой доле, демонстрируя увеличение визуальной вовлеченности в гравитационную составляющую исполняемого на первой доле свинга таза с последующим усилением ощущения гравитации на слабой второй доле, с женской клаузулой (завершением) обусловленным характерным для применяемого в этом танце музыкального размера с метрическим выделением относительно сильной третьей доли.

Что же касается всего объема используемой терминологии, то её теоретически обоснованная визуализация при обобщенном понимании сути существенно упрощает процесс передачи информации в простейшей разговорной форме как при общении один на один, так и в формате семинара или лекции посредством простейшей демонстрации действий с ориентацией на уровень теоретической и практической подготовки целевой аудитории, так как танец – это хотя и технико-музыкальное, но также и эмоционально-образное и тактильно

осязаемое, подразумевающее латентность отклика через осознано воспроизводимый биомеханический внутриварный гистерезис, обоюдосыраженное взаимодействие в паре, связанное с тонкостями биомеханического музыкального отражения основного и остинатного ритма (например – ритма клавесина), порождающего особое исполнительское дыхание.

Учитывая опыт описания техники исполнения базовых фигур, представленный в различных литературных источниках, нашедших отражение в приложениях к Правилам вида спорта «танцевальный спорт», можно, ознакомившись с приведенными ниже табличными формами изложения изменений в технике исполнения некоторых основных фигур танцев, понять насколько обширные перспективы развития технико-музыкального исполнения этих фигур (равно как и всех остальных фигур европейской и латиноамериканской программ) способна обеспечить РИМ – система.

О развитии понимания философии танца через отношение к науке

Занимаясь некоторое время назад параллельно с танцевальным спортом вопросами прикладной математики и физики, а именно гидродинамикой и теплообменом в области взаимодействия импактной струи (мой первый печатный труд), затем вопросами термодинамики (руководитель моей работы стал лауреатом Ленинской премии), параллельно (для меня всегда было важно получать знания из первых рук) получая нужное в работе образование в различных образовательных и научных учреждениях в области философии, теории музыки, методов решения уравнений математической физики, спектрального анализа, физики атома, физической и коллоидной химии, способствуя реализации интересных для меня и требующих научного прорыва комплексных задач (всего 11 научных трудов). А затем, благодаря росту увлеченности в занятиях танцами вместе со своей супругой и партнершей в танцах (после осознанного перехода из любительского танцевания в ранг

танцоров-профессионалов) предпочел продолжить совершенствовать свой дотошный подход к получению исчерпывающего образования (дополнительного образования по технике и методике преподавания европейских и латиноамериканских танцев, а также методике преподавания классической хореографии).

Занимаясь уже почти тридцать лет вопросами образования в области танцевального спорта изначально самостоятельно – по поручению президиума Союза танцевального спорта Московской области, а затем совместно с Петром Владимировичем Чеботарёвым в различных любительских и профессиональных организациях, постоянно – от правил до федеральных стандартов и затем программ обучения, совместно с коллегами принимал участие в совершенствовании методической базы вида спорта «танцевальный спорт».

Основной задачей этого периода образовательной работы было и остается по сей день идея введения в техническую базу всей мощи использования фундаментальных знаний, предназначенных для осуществления подготовки тренеров к работе с хореографией, спортсменов к соревнованиям, а судей к оценке исполнительского мастерства непосредственно на соревнованиях, реализуя на практике принципы биомеханического совершенствования технико-музыкального мастерства в европейских и латиноамериканских танцах.

Благодаря отдельным наработкам в частном понимании общего совместно с тренерами клуба Светланой Талолиной и Ольгой Шумовой при работе с учениками в разное время удавалось воспитывать финалистов, призеров и победителей соревнований разного уровня вплоть до первенств, кубков и чемпионатов не только России, а также открытых международных турниров и чемпионатов Италии, Англии, Нидерландов, Швеции и Дании, что в своей основе базировалось на приобретенном ранее опыте теоретических и практических изысканий в различных сферах научной деятельности под руководством и в соавторстве с выдающимися профессионалами своего дела.

Немного о терминологии

В работе используются термины не свойственные для употребления в общении между специалистами в области танцевального спорта, хотя подразумевается наличие неких начальных компетенций, полученных в рамках общего гуманитарного и технического образования в области основ: философии, музыки, хореографии, математики, химии, физики и биомеханики - с тем, чтобы без особого напряжения сопоставить ряд несложных для понимания терминов, применяемых в вышеуказанных сферах знаний.

Сопоставление терминов из разных сфер необходимо, так как ни одна из этих сфер не обладает всем комплексом теоретических и практических наработок, необходимых для создания фундаментальной теории совершенного технико-музыкального исполнения европейских и латиноамериканских танцев в соответствии с корректно заданными, соответствующими Правилам вида спорта «танцевальный спорт», характерными требованиями к музыкальному сопровождению.

Немного о теории музыки

В основе музыкального исполнительства современной танцевальной музыки заложена равномерная темперация в построении хроматической гаммы, включающей двенадцать звуков, располагающихся через полутоны для осуществления восходящих и нисходящих мелодических движений.

Для создания эмоциональной окраски мелодии и придания ей определенного характера ступени расположили через целые диатонические (др. греч. διά – через, τόνοϛ – целый интервал) интервалы, которые в восходящем движении располагаются по квинтам фа-до-соль-ре-ля-ми-си, а при нисходящем в обратную сторону по квартам.

Важно, что именно тетрахорды, а точнее нисходящее мелодическое исполнение каждой ступени в тетрахорде (др. греч. τετρά- четыре, χορδή – струна)

сформировало четырехступенные звукоряды в рамках кварты (лат. quarta – четвертый) - гармоничном сочетании двух звуков, расположенных с интервалом в два с половиной тона.

Сочетая восходящее движение от нижней тоники в мажорной и минорной гаммах с нисходящим движением от верхней тоники в рамках двух тетраордов, мы получаем мелодическое действие, сужающее октаву в тон с целью создания музыкальной интерпретации высвобождения потенциальной энергии для превращения ее в кинетическую энергию воспринимаемого на слух движения.

Именно этот процесс, смоделированный в топологическом смысле как выворачивание наружу того, что сформировано внутри, и стал доступен для визуализации благодаря разработке системы развития исполнительской музыкальности (РИМ – системы).

Поступая обратным образом, то есть сочетая восходящее движение от квинты в мажорной и минорной гаммах с нисходящим движением от кварты в рамках двух тетраордов, мы получаем мелодическое действие, расширяющее интервал величиной в тон через музыкально выраженную интерпретацию вбирания высвобожденной кинетической энергии, превращая ее обратно в потенциальную энергию нового состояния (интервала в октаву).

В топологическом смысле подобный музыкальному, но уже биомеханический процесс приводит к односвязным деформациям, образующим новое многообразие с однозначной биекцией того, что было внутри в то, что сформировалось снаружи, что также возможно визуализировать благодаря разработке РИМ – системы.

Способность к восприятию этих процессов на слух каждый может проверить на себе через использование в мажорной и минорной гаммах восходящих и нисходящих мелодических движений сужающихся до тона и расширяющихся до октавы по тетраордам, демонстрируя таким образом, формирование энергетических потоков в мажорной гамме через верхний и

нижний ионийские тетрахорды с малой секундой вверху, а в минорной гамме через нижний дорийский с малой секундой посередине и фригийский с малой секундой внизу.

О поглощении и высвобождении энергии

Для подтверждения природной сущности затрагиваемых РИМ - системой процессов можно воспользоваться практикой изучения поведения атомов – наименьших частей любого химического элемента, проявляющих его свойства.

Процессы высвобождения и поглощения чистой, без массы, энергии фотона - элементарной частицы света, атомами любых химических элементов изучаются в атомной физике, где также используется понятие тонкой структуры, которое описывает расщепление уровней энергии атомов (разделение энергетических уровней электрона на подуровни), характеризующееся особенностями взаимодействия между орбитальным (связанным с ядром) и спиновым (собственным) магнитными моментами электрона. Для анализа музыкальности в исполнении танца важен сам факт существования таких процессов в природе.

О роли геометрии в поструральной статике и динамике

То, что происходит внутри и вокруг нас познается и анализируется человечеством из покон веков, превращая все, что стало доступным для понимания, в свод научных знаний (совокупность наук) для совершенствования материальной и духовной составляющих частного и общего человеческого бытия (биологической жизнедеятельности и ментальной сущности в отношении с окружающей средой).

Одна из таких наук – геометрия, где первая часть слова (гео-) от древнегреческого - земля, а вторая (-метрия) – мерение, то есть изучение, по сути, любых пространственных структур и отношений между ними как внутри, так и снаружи с учетом касаний, прилеганий и преобразований.

Все, имеющиеся на данный момент в танцевальном спорте литературные источники, описывающие фигуры, пространственные построения и технику перехода из позиции в позицию основаны на аксиоматическом (построенном на аксиомах принадлежности, порядка, движения, непрерывности и параллельности) подходе Евклидовой геометрии (сохранении пространственных соотношений при переходе из позиции в позицию) с учетом аффинных (сохраняющих определенным образом заданные обоюдные пространственные соотношения) преобразований в Евклидовом трехмерном пространстве.

В настоящее время наблюдается бурный рост биомеханических не постуральных (не связанных с осанкой) преобразований в партиях партнеров и партнерш, приводящих к нарушениям базовых принципов взаимодействия в паре и работы стоп, что свидетельствует о необходимости совершенствования подхода к технике исполнения танцевальных фигур.

Закономерным процессом, восстанавливающим основополагающие характеристики технического мастерства в работе стопы во взаимосвязи с корректными корпусными деформациями, нацеленными на взаимодействие в паре с целью создания биомеханической гармонии с музыкальным сопровождением, характерным для каждого из десяти танцев, является переход к рассмотрению постуральной статики и динамики через призму геометрии Лобачевского в плане гиперболического (меняющегося внутри тайминга взаимодействия с опорой) и Римановой геометрией в плане дифференциального подхода (через скорость и амплитуду изменения пространственных характеристик формы – деформируемого в соответствии с музыкой пространства пары) к перераспределению энергетических потоков воздействий и восприятий.

О дифференциальном подходе к исполнительской музыкальности

На сегодняшний день, опора на сформировавшийся 30-и летний опыт исследования влияния фундаментальных принципов на исполнительскую

музыкальность, дает возможность утверждать, что практика применения РИМ – системы позволит существенно усовершенствовать биомеханику подолевого исполнения воздействий и восприятий, подразумевающих музыкальное использование гендерных основ базового кубинского движения (Cuban motion) в румбе при условии усвоения спортсменами сути гармонической взаимосвязи движения нижней части корпуса (с учетом практики наработок в применении биомеханики отражения мелодизма нижних дорийского или ионийского тетрахордов) в координации с движением верхней части корпуса (согласно мелодическому построению верхних фригийского или ионийского тетрахордов), с целью наработки биомеханического понимания через проведение экзерсиса:

- как путем практического освоения мелодического движения в мажорных подолевых воздействиях и восприятиях:

Нижний Ионийский восходящий тетрахорд	C4-D-E-F
Верхний Ионийский нисходящий тетрахорд	C5-H-A-G
Верхний Ионийский восходящий тетрахорд	G-A-H-C5
Нижний Ионийский нисходящий тетрахорд	F-E-D-C4

- так и путем практического освоения мелодического движения в минорных подолевых воздействиях и восприятиях:

Нижний Дорийский восходящий тетрахорд	A3-H-C-D
Верхний Фригийский нисходящий тетрахорд	A4-G-F-E
Верхний Фригийский восходящий тетрахорд	E-F-G-A4
Нижний Дорийский нисходящий тетрахорд	D-C-H-A3

Анализируя эволюционно наработанные характерные движения нижней и верхней частей тела, волей-неволей начинаешь сопоставлять все, что уже наработано с тем, что преподносит нам сама природа (хотя бы в плане строения

простейшего атома водорода), поражаясь тому насколько наши знания и навыки еще так далеки от того, чтобы биомеханически в гармонии с дансатной музыкой отразить достоверность образа спортивного исполнения хотя бы одного танца (например танца румба). Высвобождение и поглощение энергии взаимодействия каждым спортсменом можно охарактеризовать (важно правильно образно представить) процессами, происходящими внутри атома (между ядром и электронным облаком), в смоделированном сегменте постурального пространства условно односвязного многообразия, в рамках которого они создают между собой взаимосвязь, позволяющую высвобождать и поглощать чистую энергию звуковых волн (в нашем случае музыки), моделируя подобие квантовых уровней, с ощущением биомеханического подобия расщепления тонкой структуры, которое позволяет через биомеханику движения тела танцовщика наладить волновое восприятие движения музыки с последующей визуализацией процесса через генерацию движений отдельных частей тела.

Последние рассуждения особенно важны для успешной реализации процессов вживления (явление доверительной наивности (податливости) в системе Станиславского) в образ аутентичной атмосферы, например того же танца румба (в части наследия специфики исполнения гендерной составляющей действий *guaguancò rumba cubano*).

Именно такие, постепенно усваиваемые и постоянно нарабатываемые в рамках тренировочного процесса биомеханические движения каждого из спортсменов, при формировании условно односвязных многообразий, способствующие созданию биомеханического гистерезиса (заложенного природой латентного противоположно направленного отклика внутри-парного взаимодействия), направлены на кардинальное улучшение визуализации музыкальности при исполнении фигур как в подолевой, так и в потактовой взаимосвязи – в рамках музыкальной фразы (двутакта) с учетом легкого и тяжелого времени.

Кроме того, введением биомеханического ключа (области направленной передачи внутреннего содержания одной части формы как основы для формирования внешних деформационных проявлений другой ее части) с целью разбора подолевого внутри-парного взаимодействия, связывая его с биомеханикой тела, РИМ - система значительно опережает все современные взгляды на теорию и практику танца, формируя новый взгляд на исполнение базовых фигур, а через условно односвязные деформации и любых даже еще не созданных фигур (многообразий).

Задаваясь вопросом: зачем нужны все эти сложности, когда есть литература по технике исполнения основных фигур всех десяти танцев необходимо понять главное – опираясь на доказательство Григория Перельмана гипотезы Анри Пуанкаре о гомеоморфности трехмерной сфере односвязных многообразий без края стало возможным корректно и доказательно рассмотреть механику внутри-парных взаимодействий через призму знаний, накопленных фундаментальной и прикладной наукой, имеющей отношение к волновым процессам, а это взаимосвязь с теорией музыки, и отношение к биомеханическим процессам, что обусловлено созданием уже в ближайшей перспективе осознанного контроля над перераспределением энергетических потоков в ограниченных топологической односвязностью многообразиях (условно односвязных постуральных позициях спортсменов), образуемых в процессе деформационных преобразований, составляющих суть характерных для каждого танца хореографических решений.

Функционально разобравшись в биомеханических процессах разрешений между устойчивыми и тяготеющими к устою интервалами в дальнейшем ни тренеров, ни спортсменов, ни судей уже не будет волновать то, когда физики разберутся с тонкостями взаимодействия электронного облака с собственным магнитным полем атома, так как практика использования наработанных принципов внутрипарных взаимодействий уже сформирует фактический вектор развития вида спорта «танцевальный спорт» с углубленным пониманием техники

исполнения танца посредством разбора влияния кварта-квинтовых переходов на процессы деформации условно односвязных многообразий уже в новом прогрессивном варианте изложения происходящего как внутри, так и снаружи.

Кинестетика (личностные особенности восприятия посредством анализа тактильных ощущений) процессов внутри парного взаимодействия позволит не только разобраться в семантике фундаментальных основ взаимодействия в паре, но и создаст возможность для наиболее корректного (значительно точнее, чем это предусмотрено литературными источниками, указанными в Правилах вида спорта «танцевальный спорт») подхода к практической визуализации интервальной взаимосвязи музыкальной гармонии с учетом всего опыта приобретения знаний, использованных при разработке РИМ-системы.

Практика применения естественным образом формирующихся сил реакции от опоры позволит сформировать биомеханические особенности проявления сущностных сторон философии танца, активируя самореализацию воссоединения сознания с телом в философском понимании диалектического развития европейской и латиноамериканской формы парного исполнительского отражения дансатной музыки через использование основного закона диалектики, заключающегося в единстве и борьбе двух, определяющих суть выразительности эстетически взаимодействующих противоположностей.

В истории классического танца есть выдающийся пример реализации на практике хореографического подобия основного топологического принципа - явления неразрывности с образом, исполненного ученицей А. Я. Вагановой - Галиной Улановой в партии Жизель балета Адольфа Адана, в которой она продемонстрировала полное превосходство техники русского балета над любой другой, что окончательно после гастролей в октябре 1956 года Англии, в лондонском оперном театре Ковент-Гарден в роли Джульетты (из балета Сергея Прокофьева «Ромео и Джульетта») утвердило признание школы, (учрежденной императрицей Анной 4 мая 1738 года при Зимнем дворце Санкт-Петербурга, а

ныне располагающейся на улице Зодчего Росси) с 1957 года именуемой в честь Агриппины Яковлевны Вагановой, и сейчас называемой Академией русского балета, (возглавляемой ныне исполняющим обязанности ректора Николаем Цискаридзе и первым проректором, художественным руководителем Жанной Аюповой с 2013 года).

Именно эту идею философии особой подачи корпусных движений в стилистике парного исполнения с характерной для каждого конкретного танца музыкальной гармонией и темпоритмической интерпретацией (с учетом особенностей пластической деформации условно односвязных многообразий через особым образом организованные функциональные проявления в биомеханической приме, терции и квинте) и подразумевает – развитие исполнительского мастерства (РИМ – системы) на основе привлечения знаний, накопленных в смежных областях науки, искусства и спортивной биомеханики.

В упрощенном виде условно односвязное взаимодействие между спортсменами напоминает известную в природе форму ковалентной химической связи, образующуюся перекрытием валентных электронных облаков, что и является отражением фундаментальности принципа выстраивания односвязных многообразий, которые во взаимосвязи с музыкальной гармонией должны оптимизироваться по форме с неизбежностью в соблюдении фундаментальных законов (сохранения энергии, равенства действий и противодействий, гравитации и так далее), позволяя выработать требования к базовой постуральной позиции в танце, от которой должны формироваться: кварта-квинтовые взаимосвязи; корректные, продиктованные перераспределяющими внутреннюю энергию действиями (аналогами потоков Риччи), сопровождающими переходы от спин спортсменов в позиции рук и наоборот из насыщенных для себя арронди (от фр. *arrondi* – округленные) в направленные от себя аллонже (от фр. *allonge* – продлевающие действие); подолевые, объединенные общим таймингом воздействия в контактные зоны и окружающее пространство.

И конечно же, сравнительное объяснение процессов, которые описывает РИМ-система, с помощью терминологии из смежных сфер знаний – это всего лишь жизненная необходимость, так как терминологии, применяемой в литературных источниках, представленных в Правилах вида спорта «танцевальный спорт», на сегодняшний момент уже явно не достаточно для описания всей гаммы биомеханических процессов исполнительского мастерства, необходимых для визуализации технико-музыкальной взаимосвязи парного танцевания с характерным для каждого танца (не только приводимым в качестве примера, но и любым другим аналогичным, с учетом эволюционных процессов, происходящих в танцевальном спорте) музыкальным сопровождением.

О теории биомеханики ритмической интерпретации

Теория биомеханики ритмической интерпретации музыкального материала языком спортивного танца наряду с теорией музыкально-биомеханической гармонии исполнения танцев является основой системного подхода к развитию исполнительской музыкальности (РИМ-системы). Интерпретация музыкального материала через (установленное в соответствии с музыкальным размером количество долей определенной длительности, выступающее как аналогия слогаобразующим гласным в силлабическом стихосложении) подоловое таймирование в работе стопы - является первой ступенью в отражении основы технической грамотности в следовании метрическому темпоритму, заложенному в каждом конкретном танце.

Следующей ступенью биомеханической ритмической интерпретации музыкального материала, нашедшей широкое распространение в учебной литературе, выступает особый прием исполнительского сдваивания смежных долей в начале такта для подчеркивания путем удвоения подоловой длительности - тайминга работы стопы для хореографической интерпретации музыкально-

метрического акцентирования через усиление длительности на сильной доле каждого такта. Этой практике есть соответствующее эволюционно-историческое объяснение через другой (в сравнении с уже приведенным выше) раздел просодии (др. греч. *προσῳδία* - ударение, напевание) - раздел стиховедения, также системно разбирающий особенности, но уже метрического стихосложения по заранее установленной чередованности длительности звучания долгих и кратких слогаобразований (подобно медленно «slow» и быстро «quick» в танцевании).

Именно с этой ступенью практической реализации биомеханической ритмической интерпретации музыкального материала связано большинство, обусловленных переходом на современную модель технического исполнительства, музыкально-ритмических ошибок исполнения как европейских, так и латиноамериканских танцев. Например, в Медленном фокстроте целых две доли должен исполняться первый медленный шаг, что вполне приемлемо для старой школы (Old school) исполнения фокстрота, когда для исполнения этого шага просто медленно выносилась соответствующая нога, и абсолютно неприемлемо, когда эта же нога в современной интерпретации базового тайминга обе доли работает в одном положении на паркете якобы помогая телу «долго базово по-фокстротному входить в свинг».

Предложенный новаторами современного технического исполнительства драйв-экшн частично сглаживает проблему входа в исполнение свинга на первом медленном шаге, но создает другую проблему, связанную с характером межтактового исполнения свинга в фокстроте, создавая мужские оттенки модальности там, где это не предусмотрено корректным силлабо-тоническим подходом наиболее развитого раздела стиховедения – просодии, то есть характерной для фокстрота так называемой женской рифмы окончания – *κλάυζυλος* (лат. *clausula* - заключение, окончание) с исполнительским удлинением на предпоследней третьей доле такта. Казалось бы, безнадежную ситуацию спасает применение межтактовой синкопы совместно с триольным Шаффл-

таймингом на четвертой доле такта в Медленном фокстроте или на третьей доле такта в Медленном вальсе. В последнем случае особое влияние на музыкальность исполнения свинговых фигур Медленного вальса оказывает еще и женская рифма окончания с выделением слабой второй доли с последующей поддерживающей достигнутой форму компрессией на последней части третьей доли с целью демонстрации особого свингового характера танца.

В танцах как латиноамериканской, так и европейской программ многое зависит от понимания биомеханического груза (небольшого разнонаправленного смещения в биомеханической прима и терции по отношению к стандартному метрическому акцентированию), что в связке с контролем качества квартально-квинтовых переходов на базе гештальт технологий (целостного восприятия исполнения конкурсного танца в рамках квадратного периода), играет ключевую роль в системе развития исполнительской музыкальности (РИМ – системе).

Так, например, использование затакта, шаффл-тайминга и груза при исполнении фигур, подразумевающих двудольное движение на первом шаге, существенно улучшает характер свинга, создавая энерго-оптимальные траектории движения рамы (в контексте использования биофизической сексты) в виде обратной циклоиды, что революционно улучшает технику фокстрота.

Также биомеханика исполнения межтактовой синкопы в фигуре - Бег из променада в контрпроменада в самбе (см. ниже), дает существенное улучшение характера ховера в начале такта и растяжение между биомеханической терцией и квартой с точным перкуссионным выделением акцента на второй доле такта.

Важно учитывать, что биомеханическое отражение любых ритмических структур без понимания принципов воздействия и восприятия будет выглядеть нарочито искусственно в силу нарушения взаимной биекции между пространствами спортсменов, приводящей к разрыву умышленно создаваемой условной односвязности при исполнении фигур различной степени сложности, а следовательно и к потере непрерывности в корпусном таймировании, что

недопустимо в ритмической интерпретации музыкального материала языком спортивного танца (см. выше).

О теории формирования музыкально-биомеханической гармонии

Теория формирования музыкально-биомеханической гармонии при исполнении танцев существенно дополняет теорию ритмической интерпретации музыкального материала языком спортивного танца, усиливая основу системного подхода к развитию исполнительской музыкальности (РИМ-системы).

Интервальная система, принятая для анализа соотношений между звуками в музыкальной теории, хорошо согласуется с биомеханической интервальной системой движения спортсменов в танце. Интервалы, построенные от прима до септими, с учетом тональной сущности музыкального произведения, полностью взаимоувязываются с постуральными (связанными с функциональным развитием характерной осанки) интервалами костно-мышечной системы спортсмена от стоп до головы и ладоней.

Работа, совершаемая мышцами для направленного движения крупных суставов спортсмена в танцевальном спорте, дает возможность сформировать особую музыкально-биомеханическую гармонию, согласующуюся с музыкальным сопровождением. Те или иные движения суставов спортсмена по отношению к опоре (устою) позволяют создавать контролируемые корпусные перемещения, согласующиеся с работой стоп, прописанной в учебной литературе, приведенной в Правилах вида спорта «танцевальный спорт».

К примеру, биомеханическая прима формируется направленной работой:

- **плюснефаланговых суставов**, отвечающих за таймирование приема части массы тела в начале шага за счет контролируемого опускания свода стопы, и таймирование увода части веса тела за счет завершающего подъема свода стопы;
- **суставов предплюневых костей**, отвечающих за повороты стопы внутрь, при своем закрытии (мужская партия исполнения пивота назад, женская партия

опорной ноги при исполнении спираль-поворота) и наружу, при своем открытии (прием части массы тела при исполнении базового шага в латиноамериканской программе, вспомогательное действие в свободной (освобождающейся от части массы тела) ноге в том же спираль-повороте);

- **голеностопного сустава**, отвечающего за нисходящее разрешение биомеханического секундного интервала в биомеханическую приму при сгибании, и за восходящее разрешение в биомеханическую терцию при его разгибании;

- **подтаранного сустава**, отвечающего за приводящее взаимодействие стопы с паркетом при приходе на нее и отводящее при уходе с нее при исполнении фигур европейской программы и, наоборот, за отводящее взаимодействие – при восходящем разрешении биомеханического секундного интервала в биомеханическую терцию на воздействии и восприятии взаимодействий между спортсменами в паре при исполнении латиноамериканской программы.

Биомеханическая секунда выполняет важнейшую роль направленной работы для обеспечения нисходящего разрешения в биомеханическую приму при сгибании **коленного сустава** и, наоборот, при его разгибании для обеспечения восходящего разрешения в биомеханическую терцию.

Биомеханическая терция отвечает за формирование сущностных сторон взаимодействий характеризующих каждый из десяти танцев европейской и латиноамериканской программ. Сложнокоординационная работа правого и левого **тазобедренных суставов** обеспечивает направленное движение правого и левого **вертела** во взаимодействии с правой и левой **подвздошными костями**, соединенными малоподвижными **крестцово-подвздошными суставами**.

Биомеханическая кварта отвечает за чистоту гармонической взаимосвязи с музыкальным сопровождением как внутри одного спортсмена, так и между спортсменами в паре с передачей информации в окружающее пространство, вовлекая зрителя в суть происходящего во время танца. Работа каждого из

позвонков **грудного и поясничного отделов позвоночника** направлена на создание напряжений и разрешений в биомеханическую квинту вверх и терцию вниз без разрыва с биомеханической примой в составе тетраорда.

Биомеханическая квинта проявляет себя как крайне устойчивый чистый интервал, отдаваемый во взаимодействие с биомеханической квартой партнера по паре через сложно-суставную работу **грудноключичного, плечелопаточного, акромеонплечеключичного сочленений**.

Биомеханическая секста (**локтевой сустав**) уникальна по своей функциональности благодаря высокой амплитуде напряжений и неминуемых разрешений в собственные биомеханические квинту или далее по руке через септиму (**запястье**) в пространство, выстраивая взаимосвязь с биомеханической системой партнерши, либо наоборот – партнера. Собственная постуральная биомеханическая секста - **шейный отдел позвоночника**, отвечает за взаимосвязь с постуральной септимой – головой, выстраивающей через функции органов чувств и головного мозга каждого из спортсменов взаимосвязь с внешним миром.

Львиную долю функциональной (связи с устоем) осязательности добавляет биомеханическая септима, которая от **запястий** через **кисти рук** контролирует передачу внутривидных интервальных разрешений, определяющих индивидуальные для каждого танца тактильные межпостуральные взаимодействия через характерные для европейской и латиноамериканской программы соединения между мужской правой и женской левой руками.

Особый мелодизм нижнего и верхнего тетраордов в гамме (посекундное восходящее или нисходящее мелодическое движение в рамках чистой кварты от устоя либо к устою) можно использовать для наработки выразительности и завершенности в процессе биомеханических деформаций условно односвязных многообразий. Семантика (глубинный смысл) создания условно односвязных (определяемых так с учетом однородности и неразрывности внутреннего пространства в паре) многообразий (перестроений и развитий базовой формы

внутри танцевальных фигур) взаимоувязана с однозначностью многогранного (соотносящегося с окружающим пространством) образа, а также с характером и качеством технико-музыкального взаимодействия спортсменов в паре.

Подобно тесситурам (диапазнам) мужских и женских голосов в вокальных партиях музыкальных произведений парное хореографическое исполнение характерных для танцевального спорта фигур гармонично согласуется между партиями спортсменов. Музыкальная гамма (восходяще-нисходящая последовательность нот в рамках октавы, выстроенной по тетраордам) подобно молекуле ДНК (дезоксирибонуклеиновая кислота – макромолекула, отвечающая за реализацию генетической программы функционального развития организма) выстраивает определенную последовательность характерных для танцевального спорта постуральных действий, направленных на развитие технико-музыкального совершенства в рамках европейской и(или) латиноамериканской программы.

Благодаря равномерной темперации (12-ступенная соразмерность звуковысотной системы в рамках октавы) ладово-гармоничная система (7-ступенная взаимообусловленность устойчивых и неустойчивых звуков между собой) позволяет установить музыкально-эстетическую взаимосвязь как внутри одного спортсмена, так и внутри танцевальной пары. Если для солиста можно говорить об относительно однозначном развитии собственной музыкально-биомеханической гармонии во взаимосвязи с музыкальным сопровождением, то для танцевальной пары необходима установка взаимосвязи биомеханических тесситур (индивидуальных диапазонов действий) мужской и женской части пластической деформации условно односвязных многообразий, характерных для технико-музыкального исполнения каждого конкретного танца.

Основную связующую роль в выстраивании индивидуальной для конкретного танца музыкально эстетической взаимосвязи в рамках той или иной позиции играют мужской и женский танцевальные ключи, функционально

увязанные по аналогии с басовым ключом (фа малой октавы) для баса, баритона и тенора в мужском вокале и скрипичным ключом (соль первой октавы) для контральто (альта), меццо-сопрано и сопрано в женском вокале.

Для описания мужской партии в исполнении каждой фигуры в учебной литературе используется отдельная таблица, также, как и в клавире музыкального произведения для игры на фортепиано при описании партии левой руки используется **отдельный нотоносец с басовым ключом**, аналогично, как и отдельная таблица в учебной литературе для описания женской партии в исполнении той же фигуры или **отдельный нотоносец со скрипичным ключом** для партии правой руки того же музыкального произведения в клавире.

Восходящая и нисходящая музыкальные гаммы содержат 6-тоновую прогрессию 8-ступенного звукоряда (октавы), разделяющуюся надвое тритоном, обладающим энгармонизмом (совпадением по высоте разных по написанию звуков). В данном случае, для 7-ступенного звукоряда, например, первой октавы, — это фа-диез при восхождении и соль-бемоль при нисхождении. При танцевании в паре именно **биомеханический тритон указывает на положение музыкально-биомеханического ключа**, на который должны ориентироваться спортсмены при исполнении своих хореографических партий в той или иной позиции танцев европейской или латиноамериканской программы. Таким образом, именно совершенные (чисто звучащие и выразительно биомеханически отражаемые) интервалы: чистая кварта и чистая квинта в первую очередь определяют качество взаимодействия в паре, а равноудаленные от кварты – секста (при восходящем движении от нижней тоники) и от квинты – терция (при нисходящем движении от верхней тоники) будут играть роль несовершенных (имеющих мажорное или минорное наклонение) интервалов, создавая незавершенные (влияющие на развитие образа пары) оттенки настроения спортсменов в процессе передачи информации через воздействие и восприятие.

Таким образом, при исполнении в закрытой позиции **Самба виска влево (Samba Whisk to Left)** в мужской партии при воспроизведении биомеханической секунды на первом и третьем шагах принципиально использование воспринимающего действия через биомеханическую кварту, а в женской – воздействующего действия через биомеханическую квинту, а не наоборот. В то же время при исполнении первого шага из закрытой позиции **Бега в променад и контрпроменад (Promenade to Counter Promenade Runs)** при воспроизведении биомеханической терции в мужской партии принципиально использование воздействующего действия через биомеханическую квинту, а в женской – воспринимающего действия через биомеханическую кварту.

Важно понимать, что общепринятые названия фигур на кириллице и латинице могут по-разному восприниматься с точки зрения особенностей семантики используемого языка. Таким образом, в латиноамериканских танцах все закрытые (CLOSED) позиции следует воспринимать не буквально как закрытые (по аналогии с европейской программой), а как близко сформированные (CLOSE), что позволяет им (позициям) «ДЫШАТЬ» в рамках квинта-квартного перехода между мужской и женской партией.

При исполнении **Правого поворота (Natural Turn)** и **Левого поворота (Reverse Turn)** в танце Медленный вальс, воздействие и восприятие в парнях спортсменов в области кварта-квинтового перехода оказывают ключевое влияние на движение пары как с точки зрения взаимодействия и техники исполнения фигур, так и с точки зрения понимания сути отражения **легкого и тяжелого времени** (метрической функции тактов, распределенной в квадратном периоде, устанавливающей смысловую насыщенность хореографической фразы). Все возникающие напряжения в процессе исполнения как этих, так и других фигур должны разрешаться по законам музыкальной гармонии в соответствии с естественным (NATURAL) и обратным (REVERSE) проявлением взаимодействия между спортсменами в паре с учетом обыгрывания смыслового воздействия

ритма на мотивационную функциональность значимых изменений в характере движений спортсменов через восприятие **downbeat** (удара вниз) и **upbeat** (удара вверх) перкуSSIONной группы инструментов.

От аутентичности в понимании основ к современной исполнительской интерпретации музыкального сопровождения

Проведем сравнительный анализ основных моментов предлагаемого взгляда на вектор развития исполнительской музыкальности танцев европейской и латиноамериканской программ через призму понимания сущностных основ уже пройденного векового этапа формирования техники бального танца (через пошаговое исполнение характерных для каждого танца фигур) и фундаментальный взгляд на технико-музыкальное исполнение фигур, отражённых в литературных источниках, с опорой на теорию музыки.

Понимание того, что (впервые сформулировано А. А. Ухтомским) физиологическое стремление к использованию доминант (именно они и будут использоваться ниже), способствует созданию впечатлений, образов и убеждений, формирующих постепенное развитие музыкального видения у спортсменов, что в свою очередь обогащает практический опыт тренеров и судей.

Практическое применение РИМ - системы с опорой на прикладное значение неразрывности деформаций для современного этапа развития вида спорта «танцевальный спорт» трудно переоценить, так как именно благодаря ее использованию можно научно-доказательно обосновать (через решение системы дифференциальных уравнений в частных производных) как саму биомеханическую сущность материализации образа по К. С. Станиславскому, так и аутентичность природной достоверности исполнительства бальных танцев:

- то, что не могли теоретически обосновать величайшие исполнители бального танца, начиная с Гарри Смита*, книга которого о технике Венского вальса была издана в России в 2000 году, приоткрыв некоторые тайнства техники

исполнения свинговых танцев для тех, кто воспринимает технику через взаимодействие и исполнительскую музыкальность;

- то, о чем многократно упоминали Билл и Бобби Ирвин** в своей системе, особенно через взаимодействие со стороны партнерши в стремлении «двигаться, но не исчезать», «быть активной, но не навязчивой», «наполнять тело музыкой и вдохновением»;

- то, на чем настаивал Волтер Лэйрд***, описывая **разрешительное ведение (Allowing Leads)**, приводящее к «дыханию» в движении со стороны партнерши, **физическое ведение (Physical Leads)**, основанное на изменении тонуса в контактируемых руках, и **шейпинг-ведение (Shaping Leads)**, позволяющее через корпусное движение и/или руки вовлечь партнершу в нужное движение;

- то, на что обращали свое внимание Майкл и Викки Барр**** при объяснении непрерывности движения по полудолям из затакта как сначала на сильную, так и затем на слабую долю в фокстроте;

- то, к чему еще в прошлом веке предлагал прислушаться Стивен Хиллер*****, рассказывая об углах атаки в голеностопе и коленном суставе в начале такта и о стремлении к музыкальности при применении корпусного темпоритма в фокстроте с нарастанием энергии в начальной стадии исполнения

*- Harry Smith & Doreen Casey – победители British Open Amateur Standard 1950, победители ежегодного European Professional Standard Championships с 1955 по 1960 годы, исполнители показательных танцев и лекторы Всемирного фестиваля молодежи и студентов 1957 года, победители World Professional Standard Championships 1961 года;

** - Bill Irvine & Bobbie Irvine – победители World Professional Standard Championships 1960, 1962, 1963 1964, 1965, 1967, 1968 годов, победители World Professional Latin Championships 1961, 1966 годов;

*** - Walter Laird & Lorraine Reynolds - победители World Professional Latin Championships 1962, 1963, 1964 годов;

**** - Michael Barr & Vicky Barr - победители World Professional Standard Championships 1981, 1982, 1983 1984, 1985 годов;

***** - Stephen Hillier & Lindsey Hillier - победители European Professional Standard Championships 1986, 1987, 1988 годов, победители World Professional Latin Championships 1986, 1987, 1988 годов.

простейших базовых фигур из затакта по схеме близкой к Q&-Q& с последующим развитием через hover близкий к S& к концу исполнения этих фигур с тем, чтобы обеспечить максимальное техническое исполнительское соответствие тайминга используемых шагов музыкальному сопровождению танца.

Все эти мысли, высказанные или опубликованные в разное время, являются отдельными гранями общей системы взаимодействий высоко гармонически организованных спортсменов, исполняющих танцы в рамках биекций условно односвязных многообразий без края гомеоморфных трехмерной сфере (базовой форме пары) в четырехмерном (с точки зрения топологии) пространстве.

Как показывает практика, в танцевальном сообществе не так много специалистов, оценивающих исполнительскую музыкальность спортсменов через призму музыкальной гармонии, согласующейся с биомеханикой ритмической интерпретации, что по всей видимости связано со сложностью преобразования воспринимаемых звуковых волновых процессов в визуализированную биомеханику оцениваемых технических действий.

Еще сложнее обучить специалистов, с целью выполнения практической работы по оценке качества взаимодействия в паре через взаимопреобразование пространств как каждого спортсмена, так и пары в целом в рамках музыкальных квадратов с учетом условной односвязности, создаваемых многообразий, реализуемых через хореографический замысел.

И, конечно же, вряд ли можно сразу сформировать приемлемое количество специалистов (тренеров и судей), понимающих прикладное значение доказательства знаменитой теоремы Пуанкаре* – Перельмана** с целью создания опережающего взгляда на развитие танцевального спорта, так как даже и среди

*- **Henri Poincaré** – французский математик, автор гипотезы о том, что всякое односвязное компактное трехмерное многообразие без края гомеоморфно трехмерной сфере;

** - **Григорий Перельман** – российский математик, доказавший гипотезу Пуанкаре, на данный момент единственную из семи задач тысячелетия;

математиков не так много научных работников, разбирающихся в сути гомеоморфности топологических преобразований односвязных многообразий без края через потоки Риччи.

Что нам все это дает, если так мал пул тех, кто это понимает?! И стоит ли всем этим заниматься, если это настолько сложно.

Мысли П. В. Чеботарёва* о том, что спортсмены, тренеры и судьи в сущности и не должны в доказательной форме понимать теорию, но обязаны демонстрировать (пропагандировать в преподавании и отстаивать в судейской работе) теоретически выверенный умный, глубокий и стильный характер танца, невзирая на исторически субъективно сформировавшуюся после окончания школы и ВУЗа недостаточно убедительную теоретическую базу (из-за отсутствия соответствующего базового образования и опыта работы хотя бы в неких каким-то образом связанных с данной проблематикой смежных областях). Как же быть?

В истории исполнения европейской программы есть яркий пример того, что даже при незначительном понимании только части, доказанной Григорием Перельманом (крайне важной для нас) одной из семи гипотез тысячелетия, даже частично согласующаяся с теорией, демонстрация основ все же позволяла создавать сильный харизматичный, убедительный для своего времени танец.

Танцовщик Лука Барикки** ранее в своем объяснении техники использовал топологически двумерную сферу (обычная сфера в Эвклидовом трехмерном пространстве), охарактеризовывая ее как бы основу для проецирования ее вращения на особое движение разных суставов как партнера, так и партнерши, создавая компрессии за счет переноса своего веса тела на рабочую ногу с последующим свинговым развитием движения в пространстве.

*- **Пётр Чеботарёв** – ведущий специалист в области танцевального спорта, известнейший в Советском Союзе исполнитель бального танца в паре с Аллой Чеботарёвой.

** - **Luca Baricchi & Loraine Baricchi (Barry)** - победители World Professional Standard Championships 1999, 2001 годов.

Двигаясь дальше по пути логических рассуждений, постепенно расширяя понимание сути односвязности основываясь на выводах, вытекающих из доказательства теоремы Пуанкаре – Перельмана, значительно проще представить (через практическое использование основных топологически определяемых особенностей математически доказанной аналогии рассматриваемого нами способа условно односвязного взаимодействия спортсменов) то, как согласуется с диалектикой развития пространственных форм пары, затрагиваемая специфика влияния характерного для каждого танца музыкального сопровождения через осознанное использование затакта, смыслового междолевого и межтактового синкопирования, Хабанера – ритма, Гуапача-тайминга, Шаффл-тайминга, пунктирного ритма и т. д., существенно влияющих на работу стоп, свей, свинг, корпусные линии и различного рода способы вращения, приводящие к закономерным и, что особенно важно - контролируемым (диалектически сформированным) деформациям базовой формы, отражающим основную идею гармонического соответствия именно этому, установленному правилами вида спорта «танцевальный спорт», музыкальному сопровождению, даже с учетом всевозможных секвенций (периодически повторяющихся друг за другом высотно-меняющихся мелодических или гармонических оборотов).

Популярная в настоящее время исполнительская модальность, якобы «смысловая» перегруженность хореографии семантически, отвечающая за отношение спортсмена к исполняемому биомеханическому действию вне зависимости от тяготения к тонике, на самом деле является демонстрацией дилетантизма по К. С. Станиславскому, хотя должна усиливать харизматичность спортсменов в демонстрации конкурсной хореографии, но, что очень важно, в действительности нарушает технику, ритмическую грамматику и гармонию взаимосвязи с музыкальным сопровождением, не говоря уже об отражении смысла визуализации мужского или женского характера окончаний фигур, связок

и так далее с учетом каденций (гармонических оборотов, завершающих квадратные периоды).

Следовательно, остается лишь один путь – связать воедино технику спортивного танца, теорию музыки, биомеханическую гармонию человека, диалектику, психоанализ, достоверность образа и выводы из доказательной базы теоремы Пуанкаре – Перельмана. Последнее представляется наиболее трудоемким, так как топология наиболее сложный раздел математики. Но, поняв самое важное применительно к танцевальному спорту, — это практическую реализацию условной односвязности в формировании многообразий без края, то есть без разрывов, создающих неопределенность (биофизическую сингулярность) в реализации достоверного образа во взаимосвязи между спортсменами, с соблюдением гомеоморфности исходной базовой форме (начальной базовой позиции в паре) – все остальное станет достаточно просто решаемой задачей.

Исходя из теории и практики применения музыкально-биомеханической интервальной системы, увязывающей практически все существующие разночтения в понимании музыкального взаимодействия между спортсменами танцевальной пары, следует обратить внимание на необходимость использования фундаментальных основ общей теории исполнения спортивного танца, существенно проясняя пути и методы преодоления проблем, вызванных особенностями интерпретаций ритмических структур наивным языком реального (природного - согласно системе К. С. Станиславского) понимания сути уже (даже математически) доказанной системы когнитивно-осмысленного парного воздействия и восприятия, что обеспечит гармонизацию взаимосвязи таймирования работы стоп с ведением, обусловленным диалектикой гендерных проявлений особого гештальт-технологичного исполнительского отображения характера каждого танца, являющегося основой парного танцевания, даже с

учетом кинетики* (изменением скорости биомеханических действий), наглядно пропагандируемой Рудом Вермэ** (Ruud Vermeij) и его учениками.

В танце Венский вальс

Важно понимать, что простейшие вращения в танце на месте являются основой развития техники различных поступательных вращений. Именно по этой исторически сложившейся традиции некорректно рассматривать музыкальное исполнение танца Венский вальс без использования таких основных фигур, как Флекерлы. Именно отработка вращений на месте в паре позволила сформировать такие важные понятия взаимодействия сторон как «правая к правой» и, только в отдельных исключительных случаях, как «левая к левой». Специфика танцевания в паре через взаимодействие сторон по принципу «правая к правой» в свою очередь сформировала технические и музыкальные особенности исполнения вращения вправо – как естественного (Natural*** – натурального), и вращения влево – как обратного (Reverse*** – реверсивного).

В европейской танцевальной традиции деление танцевальной мелодии на такты создает взаимосвязь (как бы диалог «вопрос – ответ») внутри ближайших двух тактов, создавая как бы гендерную взаимосвязь - наделяя нечетный такт сильной (мужской) настойчивостью, а четный – ответным музыкально выраженным слабым сопротивлением (женственностью).

Составление хореографии танца Венский вальс, как и любого другого танца европейской программы, должно учитывать исторически сложившиеся технические и музыкальные особенности взаимодействия спортсменов в паре.

*- **Кинетика** – раздел механики, изучающий процессы, происходящие в неравновесных системах. Не путать с кинестетикой (управление музыкальновыраженным движением спортсменов через тактильные ощущения в зонах контакта);

** - **Ruud Vermeij** – выдающийся специалист в области латиноамериканских танцев, живущий в Нидерландах.

***- Аналогичные понятия встречаются и в оригинальных названиях базовых фигур, что способствует лучшему пониманию того, когда и какое вращение следует использовать.

В отличие от **Правого поворота (Natural Turn)** исполнение шагов **1–3 Левого поворота** должно начинаться с первой доли любого слабого такта музыкального квадратного периода (восьмитакта). Исполнение шагов **1–3 Правого флекерла (Natural Fleckerl)** необходимо начинать с первой доли любого сильного такта музыкального квадратного периода (восьмитакта).

Исполнение шагов **1–3 Левого флекерла (Reverse Fleckerl)** необходимо начинать с первой доли любого слабого такта музыкального квадратного периода (восьмитакта).

Основной задачей исполнения фигуры **Контра чек (Contra Check)** является создание контрастного перехода между исполнением **Левого флекерла** и **Правого флекерла**.

Величайший русский композитор Петр Ильич Чайковский, благодаря своим незаурядным способностям к музыкальному творчеству, получившим свое раннее развитие благодаря созданной родителями особой семейной атмосфере любви к музыке, сформировал в своем творчестве особую мотивацию притягательности к музыкальной гармонии, нашедшей свое воплощение сочиненных им произведениях. Для понимания сущностной стороны отношения танцовщика к сильной доле вальса следует учитывать не только музыкальный размер этого танца, но и силлабо-тонические формы мелодических движений мотивов в партиях ведущих инструментов, что удобно проследить на примере «Вальса цветов» из второго действия двухактного балета П. И. Чайковского «Щелкунчик», написанного на либретто Мариуса Петипа и поставленного Львом Ивановым в 1892 году в Санкт-Петербурге на сцене Мариинского театра.

Для формирования понимания сути развития исполнительской музыкальности через осознание того, каким образом дансантиная музыка способна влиять на рождение самого танца, а не просто служить музыкальным сопровождением для него, балетные произведения П. И. Чайковского как нельзя лучше подходят для этого, так как именно он первый начал сочинять в полном

смысле классическую музыку, направленную на формирование танца как основу технико-музыкального биофизического совершенства. Продиктованное мотивами партий отдельных инструментов совмещение движения музыки с движением танца хорошо прослеживается в записи исполнения «Вальса цветов» ГАСО СССР под управлением дирижера Евгения Светланова. Сразу после интродукции, после минуты исполнения вальса, легко определяется силлаботонический дактиль в мотивах медных духовых инструментов, затем анапест в мотивах деревянных духовых инструментов, и только потом уравнивающий все амфибрахий в мотивах струнных инструментов.

В танце Медленный вальс

В танце - медленный вальс, благодаря аналогичному музыкальному размеру – $3/4$, позволяющему потактово менять опорную ногу на первой доле такта, помимо простого исполнения по долям получило распространение дробное исполнение длительностей по полудолям на первой доле такта (1-2 шага поворотных локов вправо и влево, 4-5 шага бегущего спин поворота), на второй доле такта (2-3 шага всех видов шассе, 2-3 шага женской партии фигуры двойной левый спин, 2-3 шага лок степов вперед и назад), или третьей доле такта (3-4 шага женской партии фигуры двойной левый спин).

В простейшем подходе к ритмической интерпретации музыкального сопровождения при исполнении фигуры - **Левый фолэвэй поворот и слип пивот (Fallaway Reverse Turn and Slip Pivot)**, в зависимости от положения такта в системе легкое – тяжелое время в рамках квадратного периода, возможны следующие варианты таймирования: 12и3, 123и, 1и23.

В подходе к ритмической интерпретации музыкального сопровождения, учитывающем влияние музыкальной гармонии на характер биомеханического отражения свинга через корректное использование интервальной системы, возникают наиболее прогрессивные темпоритмические формы развития условно

односвязных многообразий (биомеханических интерпретаций исполнения фигур), опирающихся на до сих пор еще не проработанные в учебной литературе особенности кварта-квинтовых переходов, с учетом влияния биомеханической примы, терции и сексты. Так, например, исполнение **Левого корте (Reverse Corte)** в мужской партии медленного вальса требует задержки опускания каблука в работе стопы на первом шаге из-за разнонаправленности нисходящего разрешения в приму и восходящего – в терцию, что создает переход к очень короткой работе на каблуке правой ноги лишь в момент приставки каблука левой ноги без веса с тем, чтобы завершить восходящее разрешение в терцию на носках ступней обеих ног при завершении второго шага с характерным для реверсивных фигур сдерживающим действием в биомеханической кварте.

Проблематика особого отношения к сильной доле и идея переноса акцента на слабую долю хорошо прослеживается в синкопированных ритмах и заставляет нас сосредотачиваться не только на конкретном сиюминутном мгновении в такте, но и чувствовать взаимосвязь с предыдущим и последующими тактами. Для анализа соотношений между сильными и слабыми долями хорошо подходят принципы, подробно разобранные в силлабо-тонических структурах двусложного и трехсложного стихосложения путем объединения в стихотворные стопы по определенному признаку.

Двусложные: **Хорей** / _; **Ямб** _ /; **Пиррихий** _ _; **Спондей** / /, или

Трехсложные: **Дактиль** / _ _; **Амфибрахий** _ / _; **Анапест** _ _ /.

Все эти модели стихотворных метров как раз и показывают то, как вписываются простейшие мотивы, а также монодии в структуру характерного для каждого танца музыкального метра. Легче всего это показать на примере музыкального сопровождения как Венских, так и Медленных вальсов.

Например, композиция Endy Williams «Moon River» преимущественно исполняется в модели Амфибрахий, с другой стороны, композиция Endy Williams

«I really do not want to know» - в модели Дактиль, а композиция «The wonderful world of the young» – в модели Анапест.

В танце Танго

В своей основе простейшее музыкальное исполнение базовых шагов и фигур танца Танго опирается на соблюдение метрического тайминга, что прослеживается в литературных источниках, рекомендуемых к использованию Правилами вида спорта «танцевальный спорт» и показано в материалах Образовательного проекта ФТСАРР.

Специфика позиции в паре обуславливает принципы исполнения основных шагов и действий. Шаги вперед на ЛН исполняются в ППДК, а на правую – с ведущей правой стороной и особой работой стопы. При движении назад ППДК и ведущие стороны меняются местами. Использование этого принципа заложено в технике исполнения всех фигур.

Важно понимать, что **Открытый левый поворот (Open Reverse Turn)**, **Променадное звено (Promenade Link)**, **Закрытый променад (Closed Promenade)**, а также некоторые другие фигуры исполняются только в одном тайминговом варианте и поэтому должны вписываться в хореографию максимально корректно по отношению к музыке.

Сдерживающий (противодействующий повороту влево) характер разрешения биомеханической кварты в квинту возникает при технической интерпретации стаккатированных ритмических структур, подразумевающих отсутствие свинга (намеренно формируемая мужская клаузула).

При использовании Хабанера-ритма на четырех шаговых фигурах, например **Фо степ (Four Step)**, в которых часто практикуется исполнение усложненной техники танца Танго, на что подталкивает исторически сложившийся музыкальный размер этого танца - 2/4 (счет - 1 и 2 и), длительность первого шага составит - «1и», второго - «а», третьего – «2», а четвертого – «и».

В четырехдольном размере длительности по шагам распределяется следующим образом: 12-и-3-4. Например, в соединении **Файв степ (Five Step)** – **Закрытый променад (Closed Promenade)** вместо тайминга:

QQQQS – SQQS,

при использовании усложненной техники корректное музыкальное исполнение тайминга должно быть таким:

1и-а-2-и-1и2-и-1-и-2и,

что будет выглядеть более выразительно. В четырехдольном ритме это записывается следующим образом:

12-и-3-4-123-4-1-2-34.

В литературных источниках, приведенных в Правилах вида спорта «танцевальный спорт» Хабанера-ритм для танца танго не описан.

Кинестетика танца (управление музыкальновыраженным движением спортсменов через тактильные ощущения в зонах контакта) способствует наиболее полному отражению семантики действий (глубинному смыслу тайминговых взаимодействий в танце) при наиболее полном использовании когнитивных функций каждого из спортсменов для максимально полного вхождения в образ в характере танца.

Для создания хореографии позволяющей добиться большего исполнительского соответствия музыкальному сопровождению важно использовать такие сочетания фигур, тайминг исполнения определенных частей которых, может иметь альтернативные варианты, что всегда служило и должно служить основанием для Образовательного комитета ФТСАРР в принятии решений о допустимости использования в отдельных случаях наряду с общепринятыми вариантами также и альтернативных вариантов тайминга, что продиктовано самой природой дансантажной музыки во всем многообразии ее проявлений на соревнованиях.

В танце Медленный фокстрот

При исполнении фигуры Перо шаг (Feather Step) в рамках конкурсной хореографии важно учитывать, что эта фигура имеет различия в музыкально-презентационных характеристиках в зависимости от местоположения такта, на котором она исполняется внутри музыкальной фразы. Это замечание относится и к аналогу этой фигуры исполняемому из ПП – это **Перо из ПП (Feather Ending)**.

Медленный фокстрот имеет в своей основе блюзовые корни с 12-тактовым квадратом первые 4 такта которого опираются на тонику. Этим и обусловлено появление именно 4-тактовых «золотых вариаций», исполняемых в начале первой фразы, одна из которых – **Перо шаг - Левый поворот - Тройной шаг**. Для большей музыкальности в таких вариациях спортсменами помимо компрессии на первой доле вводящего шага применяться дополнительная компрессия на второй доле основного шага в начале каждого такта, что и является корректной музыкально-технической основой для подчеркивания значимости слабых долей внутри исполняемых фигур, превращая траекторию движения пары в подобие обратной циклоиды между вторыми долями смежных тактов.

Именно в этой структуре практической реализации биомеханической ритмической интерпретации музыкального материала возникает большинство, обусловленных переходом на современную модель технического исполнительства, музыкально-ритмических ошибок исполнения Медленного фокстрота. Например, совершенствуя понимание исполнительской музыкальности, спортсмен уже не сможет исполнять первый шаг как просто медленный в случаях, когда последний шаг предыдущего такта в исполнении фигур медленного фокстрота музыкально будет приходиться не на начало четвертой доли, что, по сути, и продиктовано особенностями биомеханической интерпретации особого свингового характера музыкальной структуры этого танца. Предложенный современный подход технического исполнительства

свинга через драйв-экшн частично сглаживает проблему входа в исполнение первого шага, но при условии, соблюдения особенностей связанных с необходимостью продолжения межтактового свинга, минуя необоснованное его обрушение там, где это не предусмотрено корректным силлабо-тоническим подходом наиболее важного для танцев раздела - просодии (певучести в стиховедении), то есть (как уже упоминалось выше) характерной для фокстрота так называемой женской рифмы окончания – клаузулы (лат. *clausula* - заключение, окончание) с исполнительским удлинением хопера на предпоследней третьей доле такта, что реализуется посредством применения биомеханической межтактовой синкопы совместно с триольным Шаффл-таймингом на четвертой доле такта Медленного фокстрота. В рассматриваемом случае особое влияние на музыкальность исполнения свинговых фигур оказывает именно женская рифма окончания с выделением третьей доли с последующей компрессией на последней части четвертой доли с целью продолженного исполнения в новую – первую долю, целью формирования корректного свинг-перехода.

В качестве примера, разность подхода к межтактовым взаимосвязям можно проиллюстрировать результатами сравнительного анализа данных, приведенных в учебной литературе Международной ассоциации учителей танцев (IDTA), и данных, полученных в результате использования межтактовой синкопы совместно с триольным Шаффл-таймингом на четвертой доле такта в исполнении **Левого поворота (Reverse Turn)** на втором и третьем тактах квадратного музыкального периода после исполнения фигуры **Шаг перо (Feather Step)** и перед исполнением фигуры **Тройной шаг (Three Step)** в рамках хореографической связки танца Медленный фокстрот европейской программы. Следует обратить внимание на особое исполнение сочетаний четвертой и первой долей, а также – первой и второй доли. Красным выделен вариант исполнения, который можно считать корректным только для танцоров медальных турниров (ISTD, IDTA).

Левый поворот (Reverse Turn)

Для партнера

Такт	Доля	Позиция ноги (стопы)		Работа стопы		Наклон	
		Говард	РИМ-система	Говард	РИМ-система	Говард	РИМ-система
1	4	ПН вперед ППДК сбоку партнерши	ПН вперед ППДК сбоку партнерши	НК	НК*	вправо	вправо
2	1	ЛН вперед	ЛН вперед	КН	КН	Б/Н	Б/Н
	2						
	3	ПН в сторону	ПН в сторону	Н	Н	влево	влево
	4	ЛН назад	ЛН назад	НК	НК*	влево	влево
3	1	ПН назад	ПН назад	НКН	НКН	Б/Н	Б/Н
	2						
	3	ЛН в сторону и немного вперед	ЛН в сторону и немного вперед	Н	Н	вправо	вправо
	4	ПН вперед ППДК сбоку партнерши	ПН вперед ППДК сбоку партнерши	НК	НК*	вправо	вправо
4	1	ЛН вперед		К		Б/Н	

Для партнерши

Такт	Доля	Позиция ноги (стопы)		Работа стопы		Наклон	
		Говард	РИМ-система	Говард	РИМ-система	Говард	РИМ-система
1	4	ЛН назад в ППДК	ЛН назад в ППДК	НК	НК*	влево	влево
2	1	ПН назад	ПН назад	НК	НК	Б/Н	Б/Н
	2						
	3	ЛН приставляется к ПН (каблучный поворот)	ЛН приставляется к ПН (каблучный поворот)	КН	КН	вправо	вправо
	4	ПН вперед	ПН вперед	НК	НК*	вправо	вправо
3	1	ЛН вперед	ЛН вперед	КН	КН	Б/Н	Б/Н
	2						
	3	ПН в сторону	ПН в сторону	НК	НК	влево	влево
	4	ЛН назад в ППДК	ЛН назад в ППДК	НК	НК*	влево	влево
4	1	ПН назад		НК		Б/Н	

*- применяется Шаффл-тайминг с межтактовым синкопированием и удерживающей форму компрессией.

При исполнении фигуры **Открытый телемарк (Open Telemark)** можно использовать как тайминг МББ, так и ББМ, что обусловлено тем, каким образом данная фигура наиболее корректно должна отразить музыкальный замысел исполняемой вариации с учетом разницы в характере используемого подъема между женской и мужской партиями и смысловой нагрузкой отдельных частей фигуры в сочетании с другими фигурами.

При исполнении фигуры **Левый пивот (Reverse Pivot)**, в зависимости от положения этой фигуры в рамках квадратного периода исполняемой хореографии Фокстрота применим любой из трех вариантов тайминга: **М, Б, и**.

При исполнении после фигуры **Наружный свивл (Outside Swivel)** фигуры **Перо из ПП (Feather Ending)**, являющейся альтернативной заменой фигуры **Перо шаг (Feather Step)**, важно корректно использовать ведение с целью придания реверсивного характера движению партнерши при сохранении натурального характера в собственном движении партнера.

При наработке исполнительской музыкальности танца **Медленный фокстрот** необходимо учитывать блюзовые корни этого танца, а значит необходимо учитывать возможность присутствия в музыкальном сопровождении особенностей 12 тактового блюзового квадрата (Т-Т-Т-Т-S-S-Т-Т-D-D-Т-Т) с тем, чтобы научиться корректированию применения компрессии и смены свей на слабых долях четырехдольной тактовой структуры. Вариантом музыкального сопровождения для проведения тренировочных мероприятий на эту тему могут служить композиции танцевальных оркестров, использующих аранжировки с включением ряда партий инструментов с середины четных квадратных периодов.

В танце Квикстеп

Квикстеп является быстрой формой исполнения фокстрота, поэтому его иногда называют Быстрым фокстротом (Quick-time Foxtrot). В танце Квикстеп так же, как и в танце Медленный фокстрот, для создания большей музыкальности на

первых четырех тактах музыкальной фразы при исполнении «золотых вариаций» спортсменами (например: Правый спин поворот, Поступательное шассе влево) может использоваться дополнительное усиление компрессии на второй доле каждого такта, что при темпе 46-52 такта в минуту будет приводить к резкому отрыву каблука от паркета на второй части медленного шага вперед. Нарботка именно этой особенности исполнения базовых фигур будет способствовать формированию последующей корректной демонстрации прыжковых элементов без отрыва стоп от паркета.

При исполнении **Бегущего правого поворота (Running Right Turn)** в рамках музыкального квадрата необходимо использовать основной тайминг **МББММММББМ**. В случае, если в вариации предусмотрено исполнение дополняющего шага с ПН в конце фигуры, необходимо использовать тайминг **МББММББМББ**, подразумевая, что дополнительный шаг будет исполнен как – Шаг ПН вперед в ППДК сбоку П (RF fwd CBMP, OP) в тайминге М.

Первый - четырехтактовый вариант тайминга, применим для формирования ПП в конце фигуры, но в этом случае ПП требует особого отношения к музыкальной реализации взаимодействия в паре (через биомеханическую внутритактовую синкопу) и корректного хореографического решения для использования соединения с последующей фигурой с учетом особенностей свинга.

При исполнении фигур: **Правый спин поворот (Natural Spin Turn)**, **Правый пивот поворот (Natural Pivot Turn)** на углу зала следует использовать меньшую степень поворота на 4 шаге (Пивот) до $3/8$ с тем, чтобы закончить движение лицом ДС по новой линии танца. В этом случае для фигуры **Правый спин поворот (Natural Spin Turn)** бейсиком предусматривается уточненное исполнение фигуры в варианте **Правый спин поворот с меньшей степенью поворота на углу зала (Underturned Natural Spin Turn at a corner)**.

При исполнении фигуры **Бегущее кросс шассе (Running Cross Chasse)** необходимо учитывать ее положение в рамках музыкального квадрата (четырёхтакта) и использовать вариант тайминга **ММББ** если окончание такта приходится на 2 шаг, а тайминг **МББМ** если окончание такта приходится на 1 или 3 шаг. Оба варианта тайминга применимы для формирования ПП в конце фигуры, но в этом случае ПП требует особого отношения к музыкальной реализации через внутритактовую синкопу биомеханического взаимодействия в паре и, как следствие - корректного хореографического решения для использования соединения с последующей фигурой с учетом усложненного характера свинга.

При исполнении фигуры **Закрытый телемарк (Closed Telemark)** следует использовать тайминг **МББ** если фигуру требуется вписать в один музыкальный такт, во всех же остальных случаях следует использовать тайминг **МММ**.

При исполнении фигуры **Левый пивот (Reverse Pivot)** в Квикстепе разрешены только два варианта тайминга: «М» или «Б».

При использовании в хореографии фигур **Правый поворот на углу зала (Natural Turn at a corner)**, **Правый пивот поворот (Natural Pivot Turn)**, **Правый спин поворот (Natural Spin Turn)** и **Правый поворот с хэзитэйшн (Natural Turn with Hesitation)** следует обратить внимание на специфику их музыкального исполнения в сочетании с последующими фигурами для обеспечения корректного отражения характерной для квикстепа гармонической структуры легкое – тяжелое время.

В танце Румба

С точки зрения корректного формирования и развития исполнительской музыкальности в танце Румба следует начинать с принципов создания поструральной близко располагающейся (около 15 см. по Лэйерду) по отношению друг к другу закрытой в руках позиции – **Близко замкнутой (Close Hold)**.

Начинать нужно с исполнения **Кукарачи (Cucarachas)**, так как именно с ее исполнения начинается знакомство с прародительницей современного спортивного танца Румба – Кубинской румбой (Rumba Cubano Guaguancò), в которой кстати присутствует чуть заметный пружинящий эффект (Ground Bounce), что в буквальном понимании – эффекте ухода посредством изоляции от исполняемого в разных направлениях давления в пол для возврата в исходное положение (в этом смысле прослеживается явный африканский след по аналогии с подобным следом у Бразильской самбы).

Диалектика развития танцевального сюжета Кубинской румбы требует от партнера совершения действий – *Vacunao /Español cubano/* (обычно с платочком в руке) в направлении партнерши (обязательно в зоне ее видимости), а от партнерши совершения противоположных по характеру, направленных в сторону партнера, препятствующих касанию платочком действий – *Tapa /Español cubano/*, с рукой, удерживающей подол юбки. Именно эти действия, по всей видимости, послужили прообразом взаимодействий в замке между левой рукой партнера и правой рукой партнерши в исполнении спортивного танца Румба.

Также, представляют особый интерес танцевальные действия партнерши, в которых она создает в соответствии с ритмомclave 2–3 действие в плечевом поясе вниз навстречу подобному действию в бедре вверх как бы энергично отстраняясь от партнера, что наполняет конкретным смыслом исполнение в танцевальном спорте подобного базового **Кубинского движения (Cuban motion)**.

Схожую ситуацию, но только в музыке, мы можем наблюдать в рассмотренной выше древнегреческой музыкальной системе схождения верхнего тетрахорда к квинте и восходящего мелодического движения нижнего тетрахорда через терцию к кварте, что согласуется с биомеханикой гармонией постурального движения верхней части тела партнерши от верхней биомеханической тоники к собственной квинте и от нижней опорной тоники через биомеханическую терцию

к биомеханической кварте партнера. И, что крайне важно для дальнейшего развития танцевального спорта, демонстрирует целесообразность использования топологических принципов односвязности и неразрывности для объяснения взаимосвязи (через выворачивание) внешнего с внутренним и наоборот.

К тому же, для тех, кто хорошо разбирается в особых свойствах формирования ковалентной связи и особенностях тонкой структуры станут понятными принципы формирования – **Близко замкнутой (Close Hold)** позиции в танце Румба. Особый интерес с этой точки зрения, в отличие от неполярной ковалентной связи как у водорода, представляют подобия полярной связи с большей притягательностью за счет электроотрицательности со стороны одного из атомов, что в переводе на хореографический язык создает усиленную контрастность в формировании образа пары, следовательно во взаимосвязи с двухмотивными метрическими структурами в рамках квадратного периода может либо усилить образ пары, либо, наоборот, безнадежно его ослабить.

Проведя весь этот анализ можно прийти к неутешительному выводу о бесполезности ряда искусственно созданных базовых фигур, так как они не только могут быть бесполезными с точки зрения вписываемости в музыкальную структуру, но и могут наносить вред образу спортивной пары из-за нарушения корректности отражения принципа сочетаемости воздействий и восприятий.

Именно с этой точки зрения и подбирались приоритетные фигуры для включения в программу Basic с тем, чтобы сами хореографы могли применить свои знания в составлении хореографии для каждой конкретной пары. Либо, просто могли воспользоваться примерной вариацией с тем, чтобы добиться максимально выразительной интерпретации в заранее продуманной Образовательным комитетом ФТСАРР хореографии.

Итак, в процессе изложения данного материала были затронуты некоторые аспекты аналитической деятельности, которая поможет полнее оценить ранее осуществленные этапы образовательной работы в области развития понимания

бейсика как основы для развития технико-музыкального совершенствования исполнительского мастерства и осознать все преимущества РИМ – системы в сравнении с ранее созданными, которые в разные годы находили применение на практике тренерами, спортсменами и судьями.

Поэтому есть смысл каждому самому сделать свой обоснованный накопленной личной практикой выбор и попробовать продолжить приведенную ниже табличную форму изложения техники исполнения **Основного движения (Basic Movement)** танца Румба.

Сравнительное табличное описание партии партнера
(по учебному пособию IDTA и основным показателям РИМ – системы)

Счет	Позиция стопы		Используемое действие		Поворот корпуса	
	Лэйерд	РИМ-система	Лэйерд	РИМ-система	Лэйерд	РИМ-система
2	ЛН вперед носок развернут наружу	ЛН вперед носок развернут наружу	Шаг-чек вперед	Шаг-чек вперед с ВС- НТ*	–	ЛК 1/8 ВЛ
и				Действие в КВ назад		КВ 1/8 ВЛ
3	ПН на месте	ПН на месте	Перенос веса на месте	Перенос веса на месте	1/8 ВЛ	–
и				ПК вперед, ВЗ-РВ		ПК 1/8 ВЛ
4	ЛН в сторону и немного назад	...	Шаг назад с поворотом
и			
1			
и			

Даже без проведения подробного сравнительного анализа партии партнера можно заметить, насколько больше движений необходимо совершить спортсмену в рамках РИМ – системы с тем, чтобы соблюдая принципы условной односвязности при стремлении сформировать биомеханическое отражение характерного музыкального сопровождения в рамках исполнения **Основного движения (Basic Movement)** танца Румба добиться ощутимого преимущества на паркете по отношению к спортсмену, исполняющему эту фигуру в рамках традиционной техники. Тоже касается и биомеханики партнерши.

Сравнительное табличное описание партии партнерши
(по учебному пособию IDTA и основным показателям РИМ – системы)

Счет	Позиция стопы		Используемое действие		Поворот корпуса	
	Лэйерд	РИМ-система	Лэйерд	РИМ-система	Лэйерд	РИМ-система
2	ПН назад	ПН назад	Шаг назад	Шаг назад	–	–
И				Приход на ногу, ВЗ-НТ		ПТ 1/8 ВП
3	ЛН на месте	ЛН на месте	Перенос веса на месте	Перенос веса на месте	1/8 ВЛ	–
И				ЛТ вперед, ВС-РВ		ЛТ 1/8 ВЛ
4	ПН в сторону и немного вперед	...	Шаг вперед с поворотом	...	1/8 ВЛ	...
И			
1			
И			

*- ВС-НТ, ВС-РВ – натуральное и реверсивное восприятия; ВЗ-НТ, ВЗ-РВ – натуральное и реверсивное воздействия; ЛН, ПН – левая или правая нога; КВ - биомеханическая кварта; ЛК, ПК – квинты от ЛН и ПН соответственно; ЛТ, ПТ – терции от ЛН и ПН соответственно; ВЛ, ВП – влево или вправо.

Справедливости ради следует отметить, что понятие РИМ – систему не просто, но важно хотя бы начать постепенно осваивать то, что можно легко представить, попытавшись сначала продолжить предложенное, а затем начав медленно наработать то, о чем было сказано выше, согласовывая все это с ранее накопленным опытом исполнения танца Румба, пробуя проследовать по пути усвоения несложных рекомендаций:

Во-первых, сначала надо уяснить, что гамма – это не просто восходящая и нисходящая поступенная последовательность звуков, в рамках октавы, что легко можно понять, изучив любой из доступных курсов сольфеджио для музыкальной школы, а это прежде всего последовательность из двух тетрахордов. Причем, восходящий нижний ограничен чистой квартой, а восходящий верхний начинается с квинты и ограничивается верхней тоникой. Именно это знание приоткрывает путь к пониманию механизмов разделения пространств в паре через музыкальное видение совершаемых взаимодействий.

Во-вторых, для того, чтобы ощутить истинную природу танцевального партнерства надо научиться доверительному общению через естественные

механизмы развивающих образ действий и противодействий, а это и философия взаимоотношенности, и система Станиславского в плане формирования достоверного образа, и, наконец, диалектика Гегеля в плане совершенствования понимания логики формирования различных фигур.

В-третьих, это обязательное понимание простейших законов физики, чтобы облегчить восприятие постуральных (через изменение осанки) принципов механики взаимодействия с полом, сути постуральных акций и реакций, видов свинга и методов использования гравитации для создания естественности в биомеханике взаимодействий друг с другом.

В-четвертых, необходимо начать использовать достижения математики, химии и физики, поясняя, что — это науки не только о сложении, вычитании, умножении, делении, веществах и реакциях, молекулах и атомах, нагревании и охлаждении и так далее, и тому подобное, а это прежде всего науки о природе происходящего вокруг нас, того, что мы просто не привыкли использовать в своей работе.

С учетом этих рекомендации, преступая к наработке **Основного движения (Basic Movement)**, опираясь на практику создания **Кубинского движения (Cuban motion)**, которое для партнера сопровождается инициацией мужского восприятия через грудной отдел позвоночника в сторону усиления грудного кифоза с целью реализации визуально выраженного движения плечевого пояса с использованием кварта-квинтового перехода с последующим воздействием через давление в пятку выведенной в сторону и слегка вперед ноги, что приведет к созданию ответного воспринимающего, через легкое сопротивление, выразительного действия у партнерши с параллельным (благодаря соответствующему ведению) отведением ноги в сторону и слегка назад. При этом движения бедер обоих партнеров, обусловленные гендерными проявлениями комплексно образуемых реакций от опоры в терции, сформируют особый характер, специфику и направленность выразительных деформаций,

продиктованных музыкой гармонически связанных через взаимодействие обоюдных технико-музыкальных движений в паре.

Большинство основных фигур танца Румба исполняется в рамках **двухтактового квадрата - 2,3,4.1,2,3,4.1**. Цифры 2, 3, 4 этого счета обозначают моменты начала реакций от рабочей стопы рассмотренных выше корпусных движений уже в новой, только что сформированной позиции, с целью отражения музыки в рамках соответствующей музыкальной доли двухтакта. Грани исполнительской музыкальности позволяют контролировать так называемые остинатные ритмы (содержащие многократно повторяющуюся ритмическую конструкцию), такие как **ритмы клавье 2–3** или **3–2**, которые указывают на особенности гравитационных составляющих движения партнера или партнерши. Например, при исполнении задержанных шагов или импактных корпусных действий, исполняемых в рамках стандартных позиций.

Ритм клавье (обычно - 3–2), создает особое дыхание в танце, заставляя партнера проявить настойчивость на 1-й доле первого такта, а затем легкую естественную латентность со стороны партнерши с задержанным переносом веса на 2-й доле (счет - 2и), а также при возвращении к партнеру с задержанным шагом на 4-й (счет - 4и) доле первого такта. Далее, благодаря разрешительному ведению партнера, партнерша использует уверенное технически наработанное исполнение шагов на 2-й и 3-й долях второго такта.

В фигуре **Алемана (Alemana)** использование **ритма клавье 3–2** позволяет существенно улучшить характеристики музыкального взаимодействия в паре при исполнении приставки свободной стопы к опорной со сменой веса в позиции веера, а также при исполнении шагов вперед, задержанного шага и шага вперед с последующим свивлом.

В фигуре **Хоккейная клюшка (Hockey Stick)** на втором такте партнерша проявляет свой характер, используя базовые принципы взаимодействия в исполнении шагов слева направо перед партнером на 2-й и 3-й долях второго

такта с возможным вынужденным поворотом в Спиральный кросс во второй половине 3-й доли (и или а) для последующего выхода в Открытую КПП.

Для достижения большей вязкости корпусного движения в контрасте с быстрым движением стоп на каждом шаге следует стремиться использовать последние четверти первой, второй и третьей долей такта с исполнением затактовых действий на 4, таким образом получая - 4и1иа – 2иа – 3иа – 4и...

В танце Самба

Танец Самба сопровождается большим количеством пульсаций, создаваемых перкуссионной (ударной) группой инструментов. Поэтому танце Самба свинговое таймирование выглядит несколько сложнее, т. к. в рамках двудольного базового ритма постоянно идут переключения между триолями (та-ка-та) и квартолями (ка-та-ка-та).

За ритмическое многообразие отвечает большая перкуссионная группа — это и **Пандейро** (особого вида бубен) для создания ритмических рисунков с дуолями (ка-тум) и триолями (чи-ка-тум), и **Тамбурин** (утяжеленный бубен) для более глубокого и плотного звучания на второй доле 2/4 ритма Самбы, и **Тамборим** (малый утяжеленный бубен с барабанной палочкой) для исполнения шестнадцатых с поочередными ударами по корпусу и мембране (м/16-м/16-к/16-м/16 -- м/16-м/16-к/16-м/16 или как-то иначе).

Последний ритм указан Лэйердом в своем учебнике при описании Поворотов на трех шагах (three step turn) и Бега из променада в контрпроменад (1-2-3 или 3/4-1/2-3/4). Этот же ритм может исполняться в сочетании **Тамбурина** с колокольчиками **Агого** в рамках четырехтактового музыкального квадрата, который в варианте биомеханического отражения спортсменами с затактом на счет «а» можно продемонстрировать на соединении **Бег в променад и**

контрпроменад (Promenade to Counter Promenade Runs) после Самба виска влево (Samba Whisk to Left) и перед Дропнт вольтой (Dropped Volta):

а 1 - и а - 2 и - а 1 - и а - 2 и - а 1 - и а - 2 и - а – 12;

(3/4-1/2-3/4 - 3/4-1/2-3/4 - 3/4-1/2-3/4 – 1/4 - 4/4).

В табличном варианте партии партнера и партнерши будут выглядеть следующим образом:

Для партнера

Такт	Счет	Позиция ноги (стопы)		Работа стопы		Тайминг	
		Лэйерд	С синкопой	Лэйерд	С синкопой	Лэйерд	С синкопой
8	а	ЛН на месте	ПН в сторону	П, плоско	П	1/4	3/4
	1	ПН в сторону		П		3/4	
1	и	ЛН в сторону в ПП	ЛН в сторону в ПП	П, плоско	П, плоско	2/4	2/4
	а						
	2	ЛН назад и немного в сторону	П	3/4			
	эн				ПН вперед и накрест в ПП	П, * плоско	3/4
	и	ЛН в сторону в КПП	П, плоско	2/4			
	а				ЛН вперед и накрест в КПП	П, плоско	3/4
2	1	ЛН вперед	ПН вперед	П			
	и				ЛН в сторону в ПП	П, плоско	П, плоско
	а	ПН вперед и накрест в КПП	П, плоско	П, плоско			
	2				ПН вперед	П	3/4
	эн	ЛН в сторону в ПП	П, плоско	П, плоско			
и	ЛН вперед и накрест в ПП				П, плоско	3/4	
а		ЛН в сторону	ЛН в сторону	Н			Н
3	1				ПН вперед	ПН вперед	
3	и	ЛН в сторону в ПП	ЛН в сторону в ПП	П, плоско	П, плоско	2/4	2/4
	а						
	2	ПН вперед и накрест в ПП	П, плоско	3/4			
	эн				ЛН в сторону	ЛН в сторону	Н
	и	ЛН вперед и накрест в ПП	П, плоско	П, плоско			
	а				ЛН в сторону	ЛН в сторону	Н

Для партнерши

Такт	Счет	Позиция ноги (стопы)		Работа стопы		Тайминг	
		Лэйерд	С синкопой	Лэйерд	С синкопой	Лэйерд	С синкопой
8	а	ПН на месте	ЛН в сторону	П, плоско	П	1/4	3/4
1	1	ЛН в сторону	ПН в сторону в ПП	П	П, плоско	3/4	2/4
	и	ПН в сторону в ПП		П, плоско		2/4	
	а		ЛН вперед и накрест в ПП		П, плоско	3/4	
	2	ЛН вперед и накрест в ПП	П, плоско	3/4			
	эн			ПН вперед	П	3/4	
	и	ПН вперед	П			3/4	
а	ПН вперед			П	3/4		
2	1	ПН вперед	ЛН в сторону в КПП	П	П, плоско	3/4	2/4
	и	ЛН в сторону в КПП		П, плоско		2/4	
	а		ПН вперед и накрест в КПП		П, плоско	3/4	
	2	ПН вперед и накрест в КПП	П, плоско	3/4			
	эн			ЛН назад и немного в сторону	П	3/4	
	и	ПН в сторону в ПП	П, плоско			2/4	
а	ЛН вперед и накрест в ПП			П, плоско	3/4		
3	1	ЛН назад и немного в сторону	ПН в сторону в ПП		П	П, плоско	3/4
	и	ПН в сторону в ПП		П, плоско	2/4		
	а		ЛН вперед и накрест в ПП		П, плоско	3/4	
	2	ЛН вперед и накрест в ПП	П, плоско	3/4			
	эн			ПН в сторону	Н	3/4 (2/4)	
	и	ПН в сторону	Н			- 1/4 (1/4)	
а	ПН в сторону			ПН в сторону	Н	Н	1/4

*- Красным цветом выделены моменты, вызывающие визуальную потерю ритмичности в стопах

В танце Ча-ча-ча

В оценке исполнительской музыкальности в рамках двутактового квадрата танца Ча-ча-ча, имеющего музыкальный размер 4/4 помимо основного ритма следует отталкиваться также и от остигатного ритма часто на базе инструмента

ГУИРО – Cha-Cha-Chaiya (счет: 4 и 1, либо 2 и 3). Двухтактовый музыкальный квадрат в партии этого инструмента можно записать следующим образом:

Cha-Cha-Chaiya - Cha-Cha-Chaiya - Cha-Cha-Chaiya - Chaiya - Chaiya

Оценка исполнения этого ритма на примере фигуры **Три ча-ча-ча (Three Cha-Cha-Cha's)** настраивает судью на понимание спортсменами разницы между дробным исполнением на слабых долях и полным исполнением удара на сильных долях в рамках двухтакта. С этой целью в тренировочном процессе важно разбирать влияние ролевых функций музыкальности на примере взаимодействия между спортсменами в паре на затакте, внутри такта и в конце музыкального квадрата.

Параллельно важно практиковать **Гуапача-тайминг (Wharacha – Timing)** с тем, чтобы провести параллель с задержанными шагами в Румбе, а также провести исполнительскую взаимосвязь между исполнением фигуры **Таймстеп (Timestep)** в Ча-ча-ча и фигурой **Виск (Whisk)** в Самбе.

В танце Пасодобль

Благодаря характерному для марша музыкальному размеру – $2/4$, темпу 58–60 тактов в минуту и особому драматическому характеру танца для исполнения фигур обязательной хореографии предлагаются к использованию два варианта счета: по двухтактам (1.2.3.4.) или (5.6.7.8), и музыкальным квадратам (1.2.3.4.5.6.7.8.).

Вступительная (с Minor highlight) и первая (с первым Major highlight) музыкальные части Spanish Gipsy Dance и Espana Cani построены соответственно на 36 и 52 ударах. Длительность каждого удара равна длительности музыкальной доли.

Базовые фигуры построены таким образом, чтобы исполнение каждой из них от начала до конца можно было вписать в хореографию с учетом особенностей музыкального фразирования.

Променадная приставка (Promenade Close) в зависимости от реализуемой спортсменами смысловой нагрузки, может содержать различия в общей степени поворота пары, что допустимо и отражено в литературных источниках, ссылки на которые приведены в Правилах вида спорта «танцевальный спорт».

В фигуре **Твисты (Twists)** хореографический счет фигуры выглядит таким образом:

1.2.3.4.5. и. 6.7.8. и. 9.10.11. и. 12;

хореографический счет по двутактам соответственно:

1.2.3.4. - 1.и.2.3.4.и. - 1.2.3.и.4;

счет по относительной музыкальной длительности:

1,1,1,1,1/2,1/2,1,1,1/2,1/2,1,1,1/2,1/2,1;

либо таймингу:

1.2.1.2.-ББМ-МББ-ММ-ББМ;

что также равнозначно варианту тайминга:

ММ-ММ-ББМ-МББ-ММ-ББМ.

Таким образом, мы получаем пример вписывания 15 шагов фигуры в 6 тактов музыки или 12 метрических долей, где каждая нечетная доля сильная, а каждая четная – слабая. Исходя из двутактовых построений хореографии, при условии начала исполнения фигуры с первой доли музыкальной фразы, можно утверждать, что основное акцентирование придется на 3, 8 и 13 шаги, причем 3 и 8 необходимо исполнить в тайминге «М», а 13 шаг – в тайминге «Б».

Minor highlight может делить фигуру **Испанская линия (Spanish Line)** на две части в соотношении два такта к четырем, поэтому следует обратить особое

внимание на корректность ее исполнения в сочетании с музыкальным сопровождением.

Major highlight исполняется оркестрами по-разному: на последнем такте возможно стандартное метрическое двудольное исполнение по четвертям, либо исполнение выразительного половинного акцентированного звука, созданного ударным инструментом, либо исполнение синкопы на слабой доле предыдущего такта и наконец просто выдерживанием простой половинной паузы. Все эти варианты требуют от пары понимания возможности применения ситуационной импровизации в характерной технико-презентационной манере демонстрации шагов Пасодобля.

В танце Джайв

Основополагающей особенностью джайва является исполнение шассе с использованием пунктирного ритма на первых и/или третьих музыкальных долях, в рамках которых первый шаг шассе исполняется на $1/16$ дольше, а второй на $1/16$ короче, третий шаг исполняется строго в соответствии с длительностью музыкальной доли, то есть на $1/4$, создавая хорошо известное соотношение в длительностях трех шагов шассе: $3/4 - 1/4 - 1$. Именно этот ритмический рисунок создает смещение музыкального акцента с сильных долей - 1 и 3 на метрически слабые доли - 2 и 4.

Исполнение шагов типа «меренга» и шагов типа «контра поинт» построено на принципе пунктирных ритмов, поэтому хорошо вписывается в музыкальную структуру танца Джайв.

В шагах рок используется другой принцип смещения акцента с сильной доли на слабую – это перемещение веса только рабочего бедра и частично таза на первом шаге назад (с работой стопы – подушечка, плоско) с легким сдерживанием всего остального веса в исходной позиции для создания последующего упругого акцентированного шага на месте на слабой доле музыкального такта.

В фигуре **Носок-каблук свивлы /медленные и быстрые/ (Toe Hill Swivels /Slow and Quick/)** принцип смещения акцента с сильной доли на слабую преобразуется в **Брэйк джайва (Jive Breaks)** с использованием задержанного действия на ПН партнера (ЛН партнерши) дополнительно на 3/4 доли с оставшимся коротким (1/4 доли) переходом на ЛН (используется три варианта – назад, с частичным свинговым движением ЛН к ПН или свинговым движением в приставку к ПН) и последующим переносом веса вперед на ПН (партнерша на ЛН) на полностью оттанцованной слабой доле. Музыкально-техническая реализация указанной ритмической конструкции возможна только при корректном вписывании указанной фигуры в рамки музыкального квадрата, на что настраивают именно медленные шаги **Носок-каблук свивлов**, исполненные на третьей и седьмой долях первого или третьего двутакта музыкальной фразы.

Основные понятия, формирующие РИМ – систему

Биомеханическая гармония – система интервальных соотношений между опорой и крупными суставами тела спортсмена, а также отделов позвоночника, включая основание черепа (головы), характерно проявляющая себя в процессе исполнения каждого из десяти танцев во взаимосвязи с гармонией музыкального сопровождения.

Биомеханический интервал – функциональная зависимость движения конкретного крупного сустава тела спортсмена от работы опорной стопы.

Биомеханический ключ – область тактильного (в европейской программе), либо близко сформированного внутри пары обоюдоощущаемого пространства – зоны биомеханического взаимодействия (в латиноамериканской программе).

Биомеханическое разрешение – направленный биомеханический переход от неустойчивого интервала к устойчивому.

Воздействие и восприятие – система выстраивания биомеханического диалога между спортсменами танцевальной пары (либо спортсменом, выступающим сольно, и окружающим его пространством) с целью отражения гармонии и ритмической структуры характерной для каждого танца дансатной музыки.

Квинта-квартвовый переход - процесс передачи биомеханической информации от воздействующего спортсмена воспринимающему партнеру.

Кварта-квинтовый переход – процесс получения биомеханической информации воспринимающим спортсменом от воздействующего партнера.

Клаузула – разновидность характерных подолевых тактовых окончаний, определяющих стилистику исполняемого танца.

Музыкальный акцент – метрическое выделение отдельного звука или аккорда, специальное преобладающее перкуссионное его усиление, а также выделение за счет небольшого запаздывания, удлинения или синкопирования.

Натуральность и реверсивность – биомеханическая система формирования взаимодействий в паре, вызывающих пошаговый поворот пары вправо или влево, в зависимости от корпусных действий, определенным образом направленных по отношению к биомеханическому ключу.

Подолевая компрессия – функциональное усиление давления в опорную стопу с целью развивающего удержания достигнутой формы постральной позиции, либо для формирования нового направленного движения с целью формирования предстоящей, отличающейся от предыдущей, постральной позиции.

Постуральный баланс – специфическая осанка каждого спортсмена танцевальной пары (либо спортсмена, выступающего сольно), сформированная направленной работой постральных мышц с целью осуществления условно односвязных биомеханических деформаций базовых позиций в характерной для каждого танца технико-музыкальной стилистике.

Сильная доля – первая доля любого такта.

Синкопа – смещение акцента перкуссионно либо за счет увеличения длительности с сильной доли на слабую.

Слабая доля – музыкальная доля, не несущая функцию метрической акцентированности.

Танцевальное исполнение музыкальной фразы – двутактовая система биомеханического отражения взаимодействия мотивов с учетом силлаботонических построений по отношению к соответствующей музыкальному размеру стандартной акцентированности музыкального метра, с учетом затакта, синкопирования, шаффла, свинга, грува и других музыкально-ритмических построений.

Танцевальное исполнение музыкального квадрата – четырехтактовая система биомеханического отражения гармонической взаимосвязи с характерным для каждого танца музыкальным сопровождением с учетом особенностей исполнения базовой ритмической структуры.

Танцевальное исполнение квадратного периода – восьмитактовая система организации хореографического взаимодействия в паре с учетом влияния легкого (на сильном такте) и тяжелого (на слабом такте) времени для осуществления биомеханического отражения гармонии дансантажной музыки.

Условно односвязное многообразие – характерное для каждого исполняемого танца развитие основных позиций пары (начальных постуральных форм) в соответствии с принципами непрерывности, компактности и связности.

Хореографическая фраза – хореографическое отражение музыкального квадратного периода с учетом особенностей формирования характерных потактовых окончаний (клаузул) внутри музыкальных фраз (двутаков) и возможных каденций в конце периода.

О примерных вариациях для практической наработки навыков использования постральной биомеханической гармонии

При составлении примерных вариаций для наработки навыков использования воздействий и восприятий с целью развития динамического использования пострального баланса и обеспечения характерной для каждого танца подоловой кинематики (геометрически выверенного движения идеальной пары) практически чистого исполнения фигур отраженных в литературных источниках, которые указаны в приложениях № 3 и № 4 Правил вида спорта «танцевальный спорт», а также в видео-лекциях Образовательного проекта ФТСАРР, размещенных в разделе ОБРАЗОВАНИЕ на сайте ФТСАРР.

Важно понимать, что степени поворота и особенности работы стоп на некоторых шагах, как в различных литературных источниках, так и в лекциях Образовательного проекта ФТСАРР, могут отличаться между собой, что обусловлено прежде всего разнообразием используемых взаимодействий, а также осознанным изменением тайминга в соответствии с принципами, заложенными РИМ - системой с целью достижения большей исполнительской музыкальности.

Также необходимо учитывать, что диалектика взаимоотношений между спортсменами в паре находится в тесной взаимосвязи с природными и наработанными на тренировках биофизическими характеристиками каждого спортсмена и определяется качеством исполнения техники, созданной для отражения музыкальной гармонии через специфические для каждого танца постральные биомеханические воздействия и восприятия в рамках специально разработанных комбинаций шагов, называемых основными фигурами.

Все предлагаемые фигуры специальным способом вписаны в двутакты с тем, чтобы было легче настроить взаимодействие в паре, используя особенности технического исполнения сначала базового тайминга (приводится в таблицах), а затем музыкально усложненного в соответствии с принципами РИМ - системы с

целью повышения музыкально-презентационных характеристик исполняемой хореографии.

Для формирования основы к развитию совокупности эмоционально-психических способностей (харизмы) каждого из спортсменов в паре предлагаемая хореография базируется на наиболее характерных фигурах для каждого из танцев, подразумевая тем самым направленное погружение тренеров в процессы музыкального взаимодействия через векторное развитие когнитивных функций каждого из спортсменов тренируемой пары.

Наивно было бы предполагать, что стремление согласовать танцевальное движение с ритмом, темпом, музыкальным размером и музыкальной динамикой обеспечит качественный уровень исполнительской музыкальности, так как все это всего лишь внешние характеристики музыкальности, образующие лишь только начальные, стартовые условия для подхода к ее истинному постижению.

Действительная глубинная способность к достоверной исполнительской музыкальности формируется на постижении сущностных сторон движения музыки с опорой на мелодизм, ритмическую структуру и музыкальную гармонию.

Пластика тела должна отражать не только настроение, характер и эмоциональную сторону танца, но и особое структурно-согласованное чувство гармонии с волновой энергетической сущностью тонально выстроенных движений ведущих мотивов, создающих особый характерный для каждого танца проникающий в душу каждого истинного танцовщика - атмосферный мелодизм.

Наработка исполнительской музыкальности приведенных в приложениях вариаций должна сопровождаться постепенным поэтапным погружением в особенности формирования новых граней развитой исполнительской музыкальности с учетом гиперболического характера роста постуральных напряжений (изменений в создаваемой компрессии) в опоре, диалектического взаимодействия в точках контакта, проявлений условной односвязности при

осуществлении воздействий и восприятий, ритмической и гармонической согласованности биомеханики корпусных движений с дансанным музыкальным сопровождением в рамках легкого и тяжелого времени квадратных периодов, с учетом корректного подхода к силлабо-тоническому влиянию наиболее развитого раздела просодии (стихovedения), обращая внимание на характерную для каждого танца либо женскую клаузулу (заключение, окончание) с исполнительским удлинением на предпоследней доле такта, либо мужскую - на последней доле такта, так как именно для дансантной музыки, предназначенной для танцевания в паре, формирование доверительного диалога между спортсменами через биомеханический ключ является сущностной основой формирования достоверности технико-музыкального образа.

Только, в этом случае освоение изложенного выше материала приведет к скорому ожидаемому результату, так как сформируется то важное – фундаментальное, что и позволяет на основе всех этих знаний создавать истинный и достоверный, а не ремесленный (в понимании К. С. Станиславского) танец, который мы хотим наблюдать не только у лучших, но и у тех, кто способен стать таковым в ближайшее время.

Создавая новый танец, который своей техникой, музыкальностью, взаимодействием и хореографией будет просто обречен на настоящий, истинный успех, благодаря существенно дополняющим даже самые современные представления о парном танце – сформированными самой природой фундаментальными принципами, заложенными РИМ – системой, для реализации которых уже сейчас можно настроить практически каждого готового к этому спортсмена, создавая не просто вектор развития танцевального спорта, а международную фундаментальную школу взаимосвязи восприятия музыки с единовременной биомеханической визуализацией гармонической и мелодической сущности танца в невербальном (без устной речи) взаимодействии.

Вариация для танца Медленный вальс

Построение: лицом диагонально к стене в начале и по завершении исполнения вариации

Двухтакты	Английское название фигур	Русское название фигур	Базовый счет
1	Running Spin Turn	Бегущий спин поворот	1,2,3, 2, и,2,3
2	Outside Change	Наружная перемена	3,2,3
	Closed Wing	Закрытое крыло	4,2,3
3	Double Reverse Spin	Двойной левый спин	1,2, и,3
	Progressive Chasse to Right	Поступательное шассе вправо	2,2, и,3
4	Underturned Outside Spin	Наружный спин с меньшей степенью поворота	3,2,3
	Reverse Corte	Левое кортэ	4,2,3
5	Back Whisk	Виск назад	1,2,3
	Chasse from PP	Шассе из ПП	2,2, и,3
6	Underturned Natural Spin Turn at a corner	Правый спин поворот с меньшей степенью поворота на углу зала*	3,2,3, 4,2,3
7	Turning Lock to Right	Поворотный лок вправо	1, и,2,3
	Wing	Крыло	2,2,3
8	Fallaway Reverse and Slip Pivot	Левый фоллэвэй и слип пивот	3,2, и,3
	Closed Telemark	Закрытый телемарк	4,2,3

*- построение по завершении исполнения фигуры: спиной почти по новой линии танца.

Вариация для танца Танго

Построение: в середине стороны лицом диагонально к стене в начале и по завершении исполнения вариации

Двухтакты	Английское название фигур	Русское название фигур	Базовый тайминг
1	Tango Walk	Ход танго	ММ
	Open Reverse Turn, Lady Outside	Открытый левый поворот, партнерша - сбоку	ББМ
2	Brush Tap	Браш тэп	ББМ
	Four Step Change	Фо стэп перемена	ББиМ
3	Reverse Five Step	Файв стэп в повороте влево	ББББ
	4	Natural Twist Turn	М
Правый твист поворот			МББМ
5	Back Open Promenade	Открытый променада назад	ББ
	3-4 Back Open Promenade	3-4 Открытого променада назад	МББМ
6	Rock on LF	Рок на ЛН	ММ
	Rock on RF	Рок на ПН	ББМ
7	Back Corte	Кортэ назад	ББМ
	8	Outside Swivel to Right	МББ
М			
9	Mini Five Step	Мини файв стэп	МББ
	10	Natural Promenade Turn	ББ
Правый променадный поворот			ББМ
10	Closed Promenade	Ми	
		Закрытый променада	МББМ

Вариация для танца Венский вальс

Построение: лицом диагонально в центр в начале и по завершении исполнения вариации

Такты	Английское название фигур	Русское название фигур	Длительность в тактах
1-7	Natural Turn*	Правый поворот	7 тактов
8	RF Backward Change Step — Reverse to Natural	Перемена назад с ПН — из левого поворота в правый	1 такт
9-16	Reverse Turn commenced with 4-6 Reverse Turn	Левый поворот, начатый с шагов 4–6 Левого поворота	8 тактов
17-19	Reverse Fleckerl commenced with 4-6 Reverse Fleckerl	Левый флекерл, начатый с шагов 4–6 Левого поворота	3 такта
20	Contra Check**	Контра чек	1 такт
21-24	Natural Fleckerl	Правый флекерл	4 такта
25-32	Natural Turn	Правый поворот	8 тактов
33	RF Forward Change Step — Natural to Reverse	Перемена вперед с ПН — из правого поворота в левый	1 такт
34-39	Reverse Turn	Левый поворот	6 тактов
40	LF Forward Change Step — Reverse to Natural	Перемена вперед с ЛН — из левого поворота в правый	1 такт

* фигура Natural Turn (Правый поворот) начинает исполняться с первого музыкальной фразы;

** фигура Contra Check (Контра чек) должна исполняться по возможности ближе к центру площадки.

Вариация для танца Медленный фокстрот

Построение: лицом диагонально в центр в начале и по завершении исполнения вариации

Двухтакты	Английское название фигур	Русское название фигур	Базовый тайминг
1	Feather Step	Перо шаг *	МББ
	Reverse Turn	Левый поворот	МББ
2	Three Step	Тройной шаг	МББ
	Hover Cross	Ховер кросс	МББ ББББ
4	Bounce Fallaway with Weave Ending	Баунс фоллэвэй с плетение окончанием **	МиББ ББББ
5	1-4 Reverse Wave followed by Weave	1-4левой волны, продолженной плетением	МББ
6			МББ
7	1-12 Extended Reverse Wave	1-12 Продолженной левой волны	ББББ
8			МББ
9	Closed Impetus Turn	Закрытый импетус поворот ***	МББ
	Reverse Pivot	Левый пивот	М
10	Fallaway Reverse and Slip Pivot	Левый фоллэвэй и слип пивот	МББМ
	Reverse Wave	Левая волна	МББ
11	Natural Hover Telemark	Правый ховер телемарк	МББ
			МММ
12	Natural Hover Telemark	Правый ховер телемарк	М
	Outside Swivel	Наружный свивл	ББМББ
-	Feather Ending	Перо из III *	М

*- заменив фигуру, указанную в начале - Feather Step на Feather Ending, исполнение вариации можно продолжить, начав заново.

** - Снижение в конце второго шага и подъем в конце третьего шага;

*** - Исполняется на углу зала.

Вариация для танца Квикстеп

Построение: лицом диагонально к стене в начале и по завершении исполнения вариации

Двухтакты	Английское название фигур	Русское название фигур	Базовый тайминг
1-2	Running Right Turn	Бегущий правый поворот	МББММ-ММББМ
3	Fishtail	Фиштэйл	МББББМ
4	Underturned Natural Spin Turn at a corner	Правый спин поворот с меньшей степенью поворота на углу зала	МББММ
5	Four Quick Run	Четыре быстрых бегущих	М
6			МББББ
6	Natural Pivot Turn	Правый пивот поворот	М
7	RF fwd down LOD	Шаг ПН вперед по линии танца	МББМ
	Rumba Cross	Румба кросс	М
	5–10 Running Right Turn	5–10 Бегущего правого поворота	ММББМ
8	Natural Turn with Hesitation	Правый поворот с хэзитэйшн	МББММ
9			М
10	Quick Open Reverse Turn	Быстрый открытый левый поворот	МББ
	Progressive Chasse	Поступательное шассе	М
11	Running Cross Chasse	Бегущее кросс шассе	ББМ
			ММ
12	Tipple Chasse to Left	Типпл шассе влево	ББ
	МББМ		
13	Tipsy to Right and Tippy to Left	Типси вправо и типси влево	МББМ
	2–4 Backward Lock Step	2-4 Лок степа назад	БиББиБ
14	Closed Impetus Turn	Закрытый импетус поворот	ББМ
	Reverse Pivot	Левый пивот	МММ
15	Closed Telemark	Закрытый телемарк	М
	Forward Lock Step	Лок степ вперед	МББ
16	Natural Pivot Turn	Правый пивот поворот	М
			МББМ

Вариация для танца Самба

Построение: начинайте в закрытой позиции лицом к стене

Двухтакты	Английское название фигур	Русское название фигур	Базовый счет
1	Samba Whisk to Left	Самба виск влево	1, а,2
	Stationary Samba Walks	Самба ход на месте держась за две руки	3, а,4
2	Promenade Botafogo	Променадная ботафого	5, а,6
	Promenade Samba Walk (RLR)	Променадный самба ход держась за две руки (ПЛП)	7, а,8
3	Rolling off the Arm with Three Step Turn for Lady (LRL) after step 4	Раскручивание с поворотом на трех шагах у партнерши после шага 4	1, а,2, 3, а,4 (Шаги партнерши: ББББ 1,2,3)
4	1-3 Reverse Turn	1-3 Левого поворота	5, а,6
	Backward Rocks on RF	Рок назад на ПН	МББ
5	Plait	Коса	ММ ББМ
6	Backward Rocks on LF	Рок назад на ЛН	МББ
	Drag	Дрэг	ММ
7	Promenade to Counter Promenade Runs	Бег в променад и контрпроменад	1,2,3, 2,2,3
8	Dropped Volta	Дропшт вольта	3,2,3 а,7.8

Вариация для танца Ча-ча-ча

**Построение: начинайте и заканчивайте в открытой позиции, ЛР соединена с ПР
партнерши лицом диагонально к стене против линии танца**

Двухтакты	Английское название фигур	Русское название фигур	Базовый счет
С затакта	Cha Cha Cha Lock Forward (RLR)	Лок вперед (ПЛП)	(4, и,1) *
1	Curl Turned to Open CPP	Локон, исполнение которого закончено в КПП	2,3,4, и,1,2,3, (4, и,1)
2	Split Cuban Break from Open CPP and Open PP	Дробный кубинский брэйк из открытой КПП и открытой ПП	2, и,3,4, и,1
	Check from Open CPP	Чек из открытой КПП	2,3, (4, и,1)
3	Under Arm Turn to Right	Поворот под рукой вправо	2,3, 4, и,1
	Cross Basic Finished in Fan Position	Кросс бейсик, исполнение которого закончено в позиции веера	2,3, (4, и,1)
2,3,4, и,1			
4	Hockey Stick	Хоккейная клюшка	2,3, (4, и,1)
			2,3,4, и,1
5			и,2,3, (4, и,1)
			2,3,4, и,1,2,3, (4, и,1)
6	Follow My Leader	Следуй за мной	и,2,3,4, и,1, 2, и,3, (4, и,1)
7			
8	Open Hip Twist	Открытый хип твист	2,3,4, и,1,2,3, (4, и,1)
9	Alemana	Алемана	2,3,4, и,1,2,3, (4, и,1)
10	Check from Open CPP	Чек из открытой КПП	2,3, 4, и,1
	Check from Open PP	Чек из открытой ПП	2,3, (4, и,1)
11	Under Arm Turn to Left	Поворот под рукой влево (с окончанием в лок вперед (ПЛП) у партнерши)	2,3, 4, и,1
	Natural Top	Правый волчок	2,3, (4, и,1)
2,3,4, и,1,2,3, (4, и,1)			
12			
13	Close Hip Twist	Закрытый хип твист	2,3,4, и,1,2,3, (4, и,1)
14	Hockey Stick	Хоккейная клюшка	2,3,4, и,1,2,3, (4, и,1)

*- исполнение шагов на приведенный в скобках счет начинается на последней доле текущего двухтакта и заканчивается на первой сильной доле последующего двухтакта.

Вариация для танца Румба

Построение: начинайте и заканчивайте в открытой позиции, ЛР соединена с ПР партнерши лицом диагонально к стене против линии танца

Двухтакты	Английское название фигур	Русское название фигур	Базовый счет
С затакта	Step in Place or fwd Step	Шаг на месте или шаг вперед	(4.1) *
1	Open Hip Twist	Открытый хип твист	2,3,4.1,2,3, (4.1)
2	Alemana	Алемана	2,3,4.1,2,3, (4.1) **
3	Rope Spin	Роуп спин	2,3,4.1,2,3, (4.1)
4	Opening Out to Right and Left	Раскрытие вправо и влево	2,3,4.1,2,3, (4.1)
5	Close Hip Twist	Закрытый хип твист	2,3,4.1,2,3, (4.1) ***
6	Hockey Stick Turned to Open CPP	Хоккейная клюшка, исполнение которой закончено в открытой КПП	2,3,4.1,2,3, (4.1) ****
7	Check from Open CPP	Чек из открытой КПП	2,3,4.1
	Check from Open PP	Чек из открытой ПП	2,3, (4.1)
8	Under Arm Turn to Left	Поворот под рукой влево (с окончанием в шаг вперед между ступнями партнера)	2,3,4.1
	Natural Top	Правый волчок *****	2,3, (4.1)
9			2,3,4.1,2,3, (4.1)
10	Spiral	Спираль	2,3,4.1,2,3, (4.1)

*- исполнение шагов на приведенный счет начинается с затакта и заканчивается на первой сильной доле двухтакта.

Каждый заключительный шаг двухтакта взят в скобки;

** - Фигура заканчивается исполнением полного поворота под левой рукой партнера – Спиральный кросс;

*** - Перед исполнением первого шага назад исполняется поворот партнерши на 1/2 вправо на первой доле такта;

**** - Пятый шаг – это шаг партнерши вперед с поворотом в конце счета 3 на 3/4 влево, используя действие спиральный кросс;

***** - Партнерша исполняет шаги вперед поворачиваясь вправо. На 1, 3, 5, 7 шагах партнер использует задержанные шаги назад, Лэтин кросс. Партнерша может повернуться ВЛ под поднятой ЛР партнера во время исполнения шагов 4–5.

Вариация для танца Пасодобль

Построение: начинайте в закрытой позиции лицом к стене

Удары	Английское название фигур	Русское название фигур	Базовый счет
1-4	-	-	1.2.3.4.
5-8	Promenade Close	Променадная приставка	5.6.7.8. *
9-16	Promenade to Counter Promenade	Променад в контрпроменад	1.2.3.4. 5.6.7.8.
17-24	Huit	Восемь	1.2.3.4. 5.6.7.8.
25-32	Travelling Spins from PP	Вращения в продвижении из ПП	1.2.3.4. 5.6.7.8.
33-36 1-8	Spanish Line	Испанская линия	1.2. 1.2. ** 1.2.3.4. 5.6.7.8.
9-16	Twist Turn	Твист поворот	1.2.3.4. 5.6.7.8. ***
17-28	Travelling Spins from CPP	Вращения в продвижении из КПП	1.2.3.4. 5.6.7.8. 1.2.3.4.
29-32	Promenade Close	Променадная приставка	5.6.7.8. *
33-52	Farol	Фарол	1.2.3.4. 5.6.7.8. 1.2.3.4.**** 5.6.7.8. 1.2.(3a4)

*- Можно использовать поворот до 3/8 влево;

**- Minor highlight включает в себя первые 4 удара фигуры Испанская линия (Spanish Line);

***- Начинайте и заканчивайте в закрытой позиции лицом к стене по новой ЛТ, используя поворот на 3/4;

****- на 12-м шаге партнер ведет партнершу в Спиральный кросс. Шаги с 19 по 21 (взяты в скобки) могут выполняться партнершей в импровизационном характере.

Вариация для танца Джайв

Двухтакты	Английское название фигур	Русское название фигур	Базовый тайминг
1	Overturned Change of Place Left to Right	Перекрученная смена мест слева направо	БББаББаБ
	Simple Spin	Простой спин	ББ
2	Change of Place Left to Right	Смена мест слева направо	БББаББаБ
	3 4	Toe Hill Swivels (Slow and Quick)	Носок-каблук свивлы (медленные и быстрые)
ББМБМ			
ББББББаБ			
5	3–8 Overturned Fallaway Throwaway	3–8 Перекрученного фоллэвэя троуэвэя	БаББаБ
	1–5 Link	1–5 Звена	БББаБ
6	Double Cross Whip	Двойной кросс хлыст	БББББаБ
	Promenade Walks (Quick)	Променадный ход (быстрый)	ББ
ББББ			
7	3–8 Overturned Fallaway Throwaway	3–8 Перекрученного фоллэвэя троуэвэя	БаББаБ
8	Chicken Walks	Шаги цыпленка	ММММ
9			БаББаБББББ
10			БаББаБ
11	1–5 Link	1–5 Звена	БББаБ
	Throwaway Whip	Троуэвэй хлыст	БББаБ
12	Change of Place Left to Right	Смена мест слева направо	БББаБ
	Windmill	Ветряная мельница	БаБ
13	Spanish Arms	Испанские руки	БББаББаБББ
			БаББаБ
14	Change of Hands behind Back	Смена рук за спиной	БББаБ
			БаБ
15	Link	Звено	БББаББаБ
16	Change of Place Right to Left with Double Spin	Смена мест справа налево с двойным поворотом	БББаББаБ
	Flick Ball Change	Флик болл чейндж	БаБ