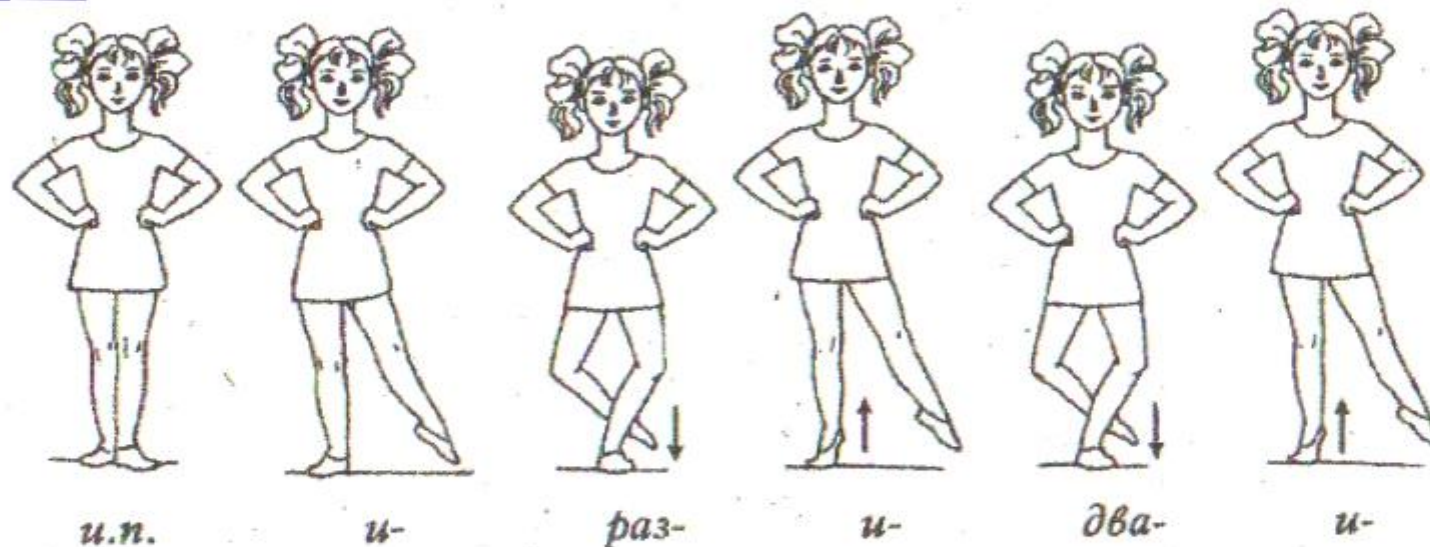


«ПРИПЛАДАНИЕ»

Неторопливость, мягкость, покой, лиричность



Основан на приставном шаге; выполняется с полуприседанием на первом (наступающем) шаге и «вырастающем» на втором (приставном) шаге с одновременным подъемом на полупальцы (или без него). Чаще выполняется с продвижением в сторону, но можно двигаться также вперед, назад, в повороте вокруг себя. При этом руку можно раскрыть в сторону движения или поднять, округленную в локте и запястье, над головой (вторая рука – «на пояс»); корпус прямой; взгляд направлен на раскрытую руку.



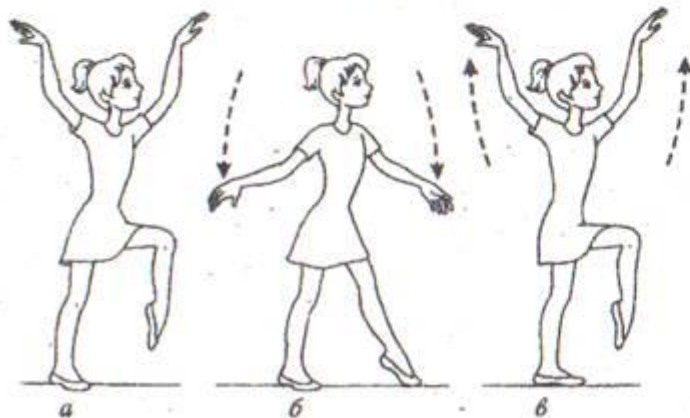
ВИДЫ ШАГА



«БОДРЫЙ ШАГ»

*Бодрость, приподнятое настроение,
праздничность*

Исполняется бодро, у детей иногда с небольшим подъемом колена (в «прямом» положении). При этом корпус прямой, плечи расправлены, подбородок приподнят; движение рук четкое и скоординировано с движением ног.



«ВЫСОКИЙ ШАГ»

*Энергичность, грациозная сила,
подражание вышагиванию петуха*

Шаг с высоким подъемом колена (в «прямом» положении). Руки чаще всего скоординированы с движением ног; корпус прямой или чуть подается вперед; подбородок приподнят.

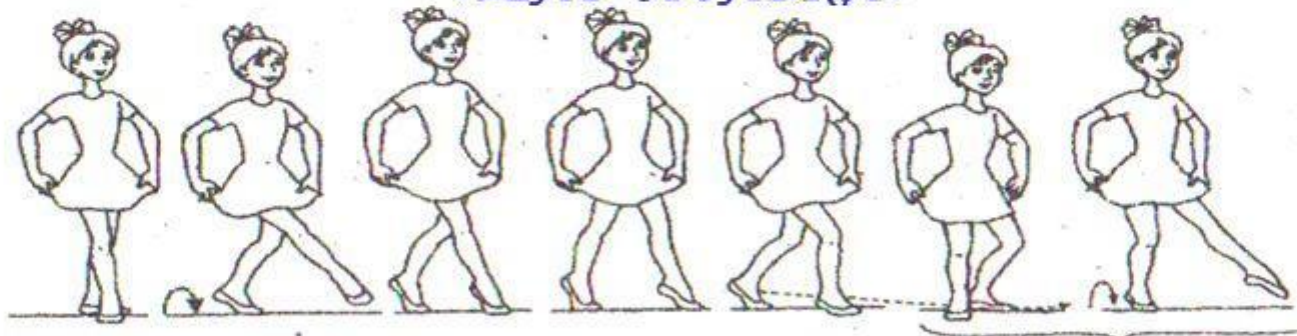
«ХОРОВОДНЫЙ ШАГ»

Лиричность, мягкость, изящество (с эффектом плавного скольжения)



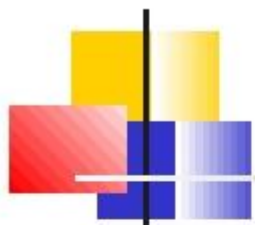
Несколько удлиненный шаг; при этом нога ставится на переднюю часть стопы, мягко (низкие полупальцы). Корпус немного выведен вперед, что сообщает движению плавную устремленность вперед.

«ШАГ ПОЛЪКИ»



и.п и- раз- и- два- и-

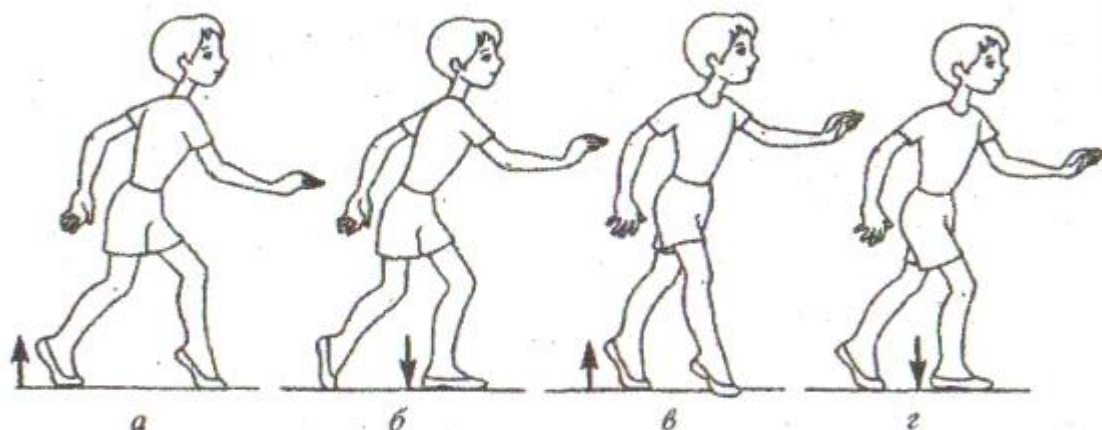
Основан на трех-шаге; слегка подпрыгнув на левой ноге, сделать три коротких шага на полупальцах (поочередно: правой-левой-правой) – с последним шагом опуститься на всю стопу (правой ноги); затем слегка подпрыгнуть на правой, одновременно левую ногу, скользнув стопой по полу, вывести вперед, невысоко «на воздух».



«МЯГКИЙ, ПРУЖИНИСТЫЙ ШАГ»

Мягкость, легкость, изящество, невесомость

Выполняется на пружинистой стопе, как бы ясь вниз – вверх: ставить а», затем,



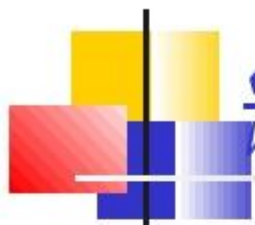
скоординированы с движением ног.



«ШАГ НА ПОЛУПАЛЬЦАХ»

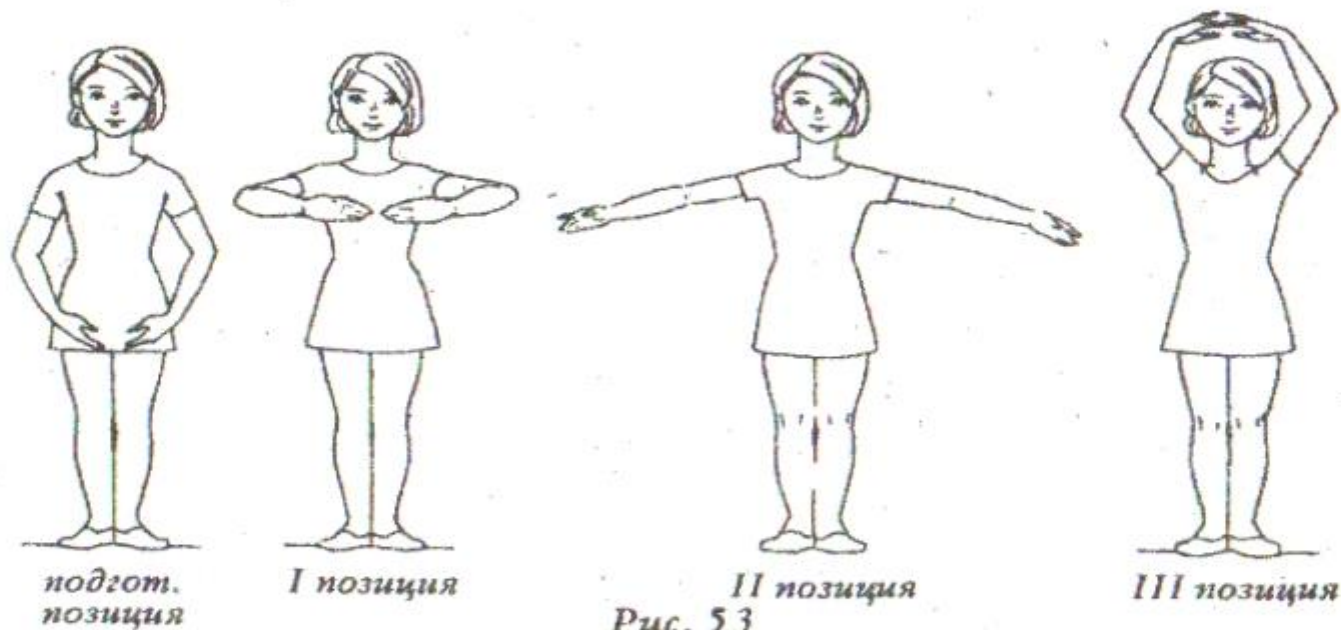
Воздушность, легкость, «приподняться над землей», подтянутость

Шаг на высоких полупальцах, на «длинных ногах (колени не напряжены); выполняется в подвижном или спокойном темпе.



«ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ПОЗИЦИИ РУК»

Изящество, гармоничность, «обученность»



Руки мягко округлены в локтях и запястьях и могут быть в разных позициях: внизу (подготовительная позиция); перед собой (первая позиция); в стороны (вторая позиция). Могут быть смешанные позиции (например, одна рука – в третьей, другая рука – во второй позиции).