

allegro слугують для відпрацювання техніки виконання стрибків, для засвоєння принципу роботи м'язів під час відштовхування та приземлення. Опрацювання рухів групи adagio призначено для розвитку танцювального кроку, міцності м'язів ніг та корпусу.

Вправи, які виконуються лежачи на м'ячі передньою поверхнею стегна з нахилом тіла під кутом 45°, коли ноги спираються в стіну, розвивають гнучкість, пластичність, силу м'язів корпусу. Виконання різних форм Port de bras у такому положенні допомагає засвоєнню позицій рук, опануванню поз класичного танцю, розвитку координації та пластичної виразності. Під час виконання port de bras важливу роль виконують грудино-ключично-соскоподібний м'яз шиї, дельтоподібний м'яз плеча, м'язи рук, прямий м'яз живота, трапецевидні, ромбовидні м'язи спини, клубово-поперековий та сідничні м'язи.

Вправи, що виконуються сидючи на фітнесболі у вертикальному положенні, розвивають знаходження балансу й рівноваги тіла за рахунок збереження постійно підтягнутого та зібраного корпусу. При виконанні рухів групи battements по виворотним I, V позиціям розвивається виворотність в колінному та гомілково-стопному суглобах, укріплюються м'язи спини, стопи та передньої поверхні стегна, прищеплюється вміння рівно тримати таз відносно підлоги (зберігати «квадрат»).

Вправи, що виконуються стоячи на підлозі на опорній нозі, поклавши стопу робочої ноги на м'яч виворотно вперед, вбік та назад, формують навички виконання різноманітних хореографічних елементів та сприяють розвитку стійкості, уміння стабілізувати опорну і робочу ногу в тазостегновому суглобі, правильно натягувати підйом стопи, зберігати точний напрямок. Виконання plie в такому положенні сприяє розвитку виворотності ніг, розтягненню м'язів передньої, внутрішньої поверхні стегна та підколінних зв'язок. Ефективним є вивчення оберту fouette та інших складних за технікою виконання рухів з використанням фітнесболу.

Наведені приклади не вичерпують можливості РВТ, а тільки знайомлять з основними з них.

Отже, ми проаналізували основні комплекси вправ методу Progressing Ballet Technique та їх можливості для прискорення формування навичок виконання елементів класичного танцю і розвитку фізичних даних. Цей метод вбачається дуже перспективним для подальшої розробки та використання у процесі виховання виконавців класичного танцю.

Л. П. Дегтяр

БАЛЕТ «РОМЕО І ДЖУЛЬЄТТА» В ІНТЕРПРЕТАЦІЇ НАЧО ДУАТО

Хуан Ігнасіо Дуато Барсія (Juan Ignacio Duato Barcia), або Начо Дуато – відомий іспанський танцівник, хореограф, театральний художник. Народився Начо Дуато 8 січня 1957 р. в іспанській Валенсії. З дитинства любляв музику і танець, батькам не подобались його захоплення й прагнення стати танцівником. Вони бажали для сина іншої кар'єри. Однак Начо вирішив прислухатися до свого покликання і вступив до відомої лондонської балетної школи («Балет Рамбер»). У 18 років він продовжив навчання в Брюсселі в школі «Мудрая» під керівництвом Моріса Бежара. Далі проходив практику в нью-йоркському

балетному театрі Алвіна Ейлі. Свій перший контракт Начо Дуато підписав у 1980 р. в Стокгольмі з трупною «Кульберг-балет». У 1981 р. відомий хореограф Іржі Киліан запросив його до Нідерландського театру танцю (NDT). Свою першу нагороду («Золотий приз танцю») як танцівник він отримав у 1987 р. в Амстердамському міському театрі. Згодом, завдяки своїй обдарованості, Начо Дуато почав працювати як хореограф. Його перший балет «Огороджений сад» на музику композитора Марії дель Мар Бонет мав великий успіх і приніс славу своєму творцю. У 1988 р. Начо Дуато разом з Іржі Киліаном і Хансом ван Маненом стає постійним хореографом Нідерландського театру танцю. У 1990 р. він очолив Національний театр танцю Іспанії. У 2011 р. хореограф обійняв посаду художнього керівника балетної трупи Михайлівського театру в Петербурзі.

На посту головного хореографа Михайлівського театру Начо Дуато створив багато цікавих постановок. Особливе місце серед них посідає балет «Ромео і Джульєтта» за трагедією В. Шекспіра на музику С. Прокоф'єва. Сам хореограф вважав музику цього композитора найкращою партитурою за всю історію балету. Балет «Ромео і Джульєтта» мав багато авторських редакцій. Леонід Лавровський, Олег Віноградов, Кеннет Макміллан в різні часи втілювали на сцені вічні ідеї твору В. Шекспіра.

Балет «Ромео і Джульєтта» в постановці Начо Дуато відрізняють емоційність, стрімкість, чуттєвість. Оригінальне бачення іспанського хореографа полягає в об'єднанні духа епохи ренесансу і неповторної гармонії музики та історії, яке відображається в кожному па артистів балету. Начо Дуато перший представив на сцені майже нескорочену версію шекспірівської драми.

Постановка іспанського хореографа неймовірно музикальна. Партитура С. Прокоф'єва складна для постановки на балетній сцені, але Начо Дуато, слідуючи за орнаментом музики, створив особливий хореографічний текст, суттю якого є гармонійне підпорядкування танцювальних па мелодії та ритму всього музикального твору. Не заперечуючи класичні пози, хореограф додає нові рухи, які ускладнюють танець, але водночас вони додають експресії та виразності балету. Кожен музичний звук у постановці Начо Дуато наповнюється танцем. Елементи драми *del arte*, які використовує хореограф, допомагають розкрити світ метушливого, повного таємниць міста, де розгортаються події. Масові сцени на вулицях Верони стали одними з видатних досягнень Начо Дуато в цьому балеті. Артисти танцюють босоніж, розкуто, стрімко. Таке пластичне рішення асоціюється зі швидкою італійською мовою, наповненою емоційними жестами. Особливу увагу привертає образ Джульєтти. Він захоплює своєю емоційністю, виразністю кожної пози і кожного па. Танець й музика розкривають драму її кохання та смерті.

У цьому спектаклі Начо Дуато гармонійно об'єднує елементи класичної і сучасної хореографії. Завдяки цьому в спектаклі створюється особлива безперервна хореографічна лінія. Усе це дозволяє хореографові створювати унікальні постановки, які посідають особливе місце в сучасному хореографічному мистецтві.