**Современная хореография**

Современная хореография представляет собой танцевальное искусство во всех его разновидностях, от балета и до современного танца, более просто – это разработка или «сочинение» танца с помощью определенных движений. Балет считается высшей ступенью современной хореографии, поскольку воспринимается как сценическое театральное представление, танец же считают особенным видом искусства, в котором эффект создания образа достигается благодаря особым движениям тела. С последним можно поспорить, поскольку современная хореография очень часто также является целым представлением, а не просто набором плавных движений.

***Для чего люди учатся танцевать? Танец – это не только профессия, это просто гибкость и грация, это красивая походка и осанка, это стройная фигура и уверенность в своих силах на любой вечеринке, это новые ощущения, танец – это здоровье***

**Современное хореографическое искусство**

Современная хореография – это искусство танца, которое окончательно сформировалось на западе в 20-е годы XX века. Оно включает в себя множество современных танцевальных направлений, которые всячески дополняют друг друга. Это и хип-хоп, и джаз, и фанк, и хаус.
Зарождаться современная хореография начала на рубеже XIX и XX веков, как ответ на «балетную застенчивость» и «угрюмую ограниченность». Формирование происходило на основе танцев модерн и постмодерн, которые родились в Америке и Западной Европе. Приверженцы современного танца, не стесняясь, выражают на сцене свои чувства и эмоции, говорят посредством танца о любви, смерти, страданиях и радости.
Философией современной хореографии является формирование индивидуальных хореографических черт для каждого танцовщика, для этого и используется симбиоз различных танцевальных направлений. Этому направлению свойственно постоянное исследование различных движений и их комбинаций, усиленное знаниями о человеческом теле и приправленное философией танца.
Большую роль в развитии свободного танца внесла Айседора Дункан, многие именно ей приписывают то, что современный танец получил развитие и распространение в мире. Ее личной философией был танец, который в первую очередь выражал личность, был неповторимым и индивидуальным, и, одновременно с этим, являлся инструментом самопознания. Она реформировала все искусство танца, привнеся в него не отточенность балетных движений, но пластику поз, музыку, костюм, в том качестве и количестве, которых просто не бывает в классическом балете. Гармоничное слияние всех этих компонентов и рождало танец великой Дункан, которой восхищался весь мир.

 ***Современная хореография (балет) для детей - это физическая нагрузка, развитие слуха (музыкального и художественного), а также чувства ритма, формирование красивой осанки тела, укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие выносливости, формирование самоорганизации и общение на достойном  эстетическом уровне.***

На уроках хореографии детей учат выполнять изящные движения рук, ног и корпуса, разрабатывая гибкость тела. Достигается это с помощью растяжек, в том числе у станка и на специальных ковриках. Самые способные дети могут научиться искусству бальных танцев и в будущем заниматься ими на профессиональном уровне.

Возрастной предел приема на балет - это 16 лет, поэтому у подростков есть возможность научиться танцевальным движениям и укрепить свое физическое здоровье. Профессиональные танцоры обычно вырастают из тех, кто с раннего детства занимается хореографией.

 Хореография представляет для организма большую нагрузку, поэтому показана гиперактивным детям, особенно, если они имеют склонность к танцам. Такое качество проявляется уже в раннем возрасте.

Чтобы заниматься этим видом искусства необходимо иметь терпение, упорство. Если все это будет, тогда занятия балетом принесут здоровье и эстетическое наслаждение.

**В современном мире существует огромное количество разных направлений и стилей танца. Каждый из них, в свою очередь, ветвится еще на многие техники исполнения. При таком богатстве выбора каждый найдет танец «по душе».**

**Брейк данс**
Зародился в США в середине XX в. Один из самых зрелищных танцев. Имеет два основных направления: верхний и нижний брейк. Последний требует от танцора высокого уровня подготовки, т.к. включает различные акробатические трюки, вроде вращения на голове, оборотов и прыжков на руках, вращения ног вокруг собственного тел и т.д.

Верхний брейк требует хорошо развитой пластики.

**R’n’B**
Весьма популярный на Западе танец. Сочетает в себе элементы хип-хопа, джаза, фанка. Специфические движения танца производят впечатление развязности танцора.

**Хип-хоп**
Энергичный и зажигательный танец. Активно развивающийся стиль, имеет множество техник исполнения и разновидностей. В хип-хопе широко приветствуется импровизация. В целом танец должен отражать индивидуальность танцора.

**Латина**
Игривый, задорный и очень сексуальный танец. Он впитал в себя лучшие качества латиноамериканских и бальных танцев. Адаптирован к современной поп-культуре и горячо любим молодежью.

**Клубный танец**
Появился в результате смешения множества стилей. Универсальный танец для клубов, вечеринок и дискотек. Он позволяет двигаться под любую зажигательную музыку. Предполагает импровизацию.

**Танец живота**
Специалисты до сих пор не могут решить, откуда пришел танец живота. Ясно одно, он укрепляет мышцы спины и живота, служит для профилактики различных заболеваний и целлюлита.

Таковы самые популярные виды современных танцев. Список постоянно расширяется, т.к. появляются новые стили, направления, техники исполнения. Танец становится неотъемлемой частью жизни людей, поэтому все чаще служит для отражения личности танцующего.

**Что дает хореография подростку?**

**Физическое здоровье:** профилактика вегето-сосудистой дистонии, обмороков и других негативных тенденций в здоровье подростка (активная системная физическая нагрузка), завершение формирования красивой танцевальной фигуры (осанка и мышечный корсет) и коррекции физических особенностей подростка в период активного роста и перестройки организма.
При систематических занятиях в возрасте 12-15 лет осанка, фигура и физическое здоровье сохраняются на всю жизнь.

**Творческое и интеллектуальное развитие:** уже формируется круг друзей по интересам, появляются «закадычные друзья», с которым он проводит время и вне занятий. Выступая на сцене, подросток становится «большим артистом» в глазах одноклассников и школьных учителей, учится не бояться чужого мнения, выступать перед зрителями, общаться с людьми и адекватно оценивать себя.

**Помощь в учебе в школе**: развитие творческого потенциала подростка (сюжетные композиции, требующие актерского мастерства и фантазии) помогает в гуманитарных предметах. А умение анализировать (логика танца) и наличие пространственного мышления – в точных науках.