

## ГЛОССАРИЙ

### Методика руководства цирковым коллективом

**Акробатика** -и; ж. [от греч. *akrobateo* — поднимаюсь вверх]. - Вид циркового искусства, состоящий в исполнении сложных (обычно групповых) гимнастических трюков (пирамид, сальто и т.п.)

**Мостик** – приспособление для прыжков.

**Трамплин** – пружинящая наклонная доска для увеличения высоты прыжка.

**Наскок** – выполняется обычно на мостик или на трамплин с одной ноги на обе.

**Темповой подскок** (подскок) – делается на маховой ноге (полусогнутая толчковая поднимается вперед) перед выполнением с разбега переворотов, рондата, колеса, наскока на мостик, махового сальто и других элементов.

**Рондат** – переворот вперед с поворотом на 180\* на обе ноги.

**Колесо** – переворот влево (вправо).

**Колесо вперед** – переворот вперед с поочередной опорой руками и ногами без фазы полета. **Колесо вперед прыжком** – с полетом до постановки рук.

**Переворот** – переворот вперед через стойку на руках на обе ноги с фазой полета после точка руками. **Переворот на одну** – то же на одну ногу. **Переворот через одну** – то же, опираясь на одну руку.

**Переворот назад** (фляк) – переворот назад прогнувшись с опорой на руки с фазой полета до опоры на руки и после толчка руками. Разновидности переворота назад: на одну, с поворотом, через одну руку.

**Сальто** – вращательное движение тела прыжком с полным переворачиванием без промежуточной опоры. Сальто выполняется вперед, назад и в сторону; в группировке, согнувшись, прогнувшись.

**Полпируэта** – сальто прогнувшись с поворотом на 180\* во второй фазе. **Полпируэта вперед** выполняется согнувшись.

**Пируэт** – сальто с прямым положением тела с поворотом на 360\*.

**Полтора пируэта** – то же, но с поворотом на 540\* (далее двойной пируэт, два с половиной и т.д.).

**Двойное сальто** – сальто с двойным вращением в воздухе; выполняется вперед, назад, в сторону (двойное переднее, двойное заднее, двойное боковое). Способы вращения: в группировке, согнувшись, прогнувшись. Та же терминология применяется для тройных сальто.

**Двойные сальто** с комбинированным вращением записываются следующим образом: двойное, пируэт-заднее; двойное сальто прогнувшись с пируэтом в первом и т.д.

**Стойка** — вертикальное положение тела ногами вверх. Различают стойки: на лопатках, на голове, на руках; в последнем случае стойка может быть узкой (кисти на половину ширины плеч), широкой (когда кисти максимально разведены), сомкнутой (кисти рядом), на одной (правой или левой) руке. Способы выхода в стойки принято кратко обозначать так: силой (руки сгибаются в локтевых суставах, ноги — в тазобедренных); перекатом (вращательным движением с последовательной опорой); махом (правой или левой ногой); согнувшись (руки-прямые, тело сгибается в тазобедренных суставах); прогнувшись (руки сгибаются, а тело держится прогнутым); прогнувшись прямыми руками (выполняется через горизонтальный упор); прыжком (на руки); переворотом назад и др.

**В парных и групповых** упражнениях применяются аналогичные термины, но указывается исходное и конечное положение каждого исполнителя (какой частью верхний акробат опирается на ту или иную часть тела нижнего). Например, вход с бедра, вход сзади или стойка на плечах в кистях нижнего (лежащего) партнера, стойка на коленях нижнего и др. При выполнении упражнений с партнером применяются следующие **хваты**: захват, обратный хват, лицевой хват, обхват, прямой хват.

**Бег** — передвижение шагами, в каждом из которых имеется фаза полета. В художественной гимнастике различают следующие виды бега (указаны отличия от одноименных видов шага — см. **Шаг: мягкий** — с безопорной фазой и более эластично; *перекатный* — с безопорной фазой и более эластично; *пружинный* — состоит из ряда подскоков с поочередными толчками ног; в фазе полета тело выпрямлено, ноги прямые, носки оттянуты; *острый* — выполняется менее резко, свободная нога выносится вперед быстрым коротким движением и не касается пола носком; *высокий* — маховое движение бедра при сгибании ноги вперед и фаза полета.

**Вис** — положение на снаряде, при котором плечи находятся ниже точек хвата.

**Волна** — целостное движение с последовательным выведением вперед и назад звеньев тела снизу вверх; может выполняться рукой (руками).

**Вскок** — прыжок на снаряд с указанием положения, в которое он выполняется.

**Вход** — из упора (в том числе стоя) переход с поворотом кругом в упор на ручках коня.

**Выкрут** — переход из виса спереди в вис сзади или наоборот, выполняемый вращением в плечевых суставах.

**Выход** — из упора на ручках (в том числе стоя, хватом за ручки) переход с поворотом кругом в упор на теле и ручке.

**Группировка** — положение согнувшись с захватом согнутых ног; разновидности: *Г. сидя, Г. лежа, Г. в приседе, широкая Г.*

**Движение Пружинное** — выполняется из и. п. руки в стороны: руки сгибаются во всех звеньях с напряжением, как бы сжимая пружину; аналогично руки разгибаются; целостное пружинное движение выполняется с дополнительным сгибанием ног и туловища до приседа.

**Кач** — колебательное движение гимнаста вместе со снарядом.

**Круг** — а) движение руками (рукой) по окружности на 360°; б) движение ногами (ногой) по окружности на 360° путем перемахов над снарядом или полом.

**Кувырок** — вращательное движение тела с последовательным касанием опоры и переворачиванием через голову.

**Курбет\*** — прыжок с рук на ноги.

**Мах** — движение колебательного характера телом или конечностями в одном направлении; разновидности махового движения: *размахивание* — несколько махов, выполняемых попеременно в противоположных направлениях; *взмах* — быстрое движение ногой (ногами) в одном направлении с возвращением в и. п.; *отмах* — махом переход из упора в вис или более низкий упор; *переммах* — движение ногой или ногами над полом или снарядом.

**Мост** — максимально прогнутое положение тела с опорой ногами (ногой) и поднятыми вверх руками (рукой).

**Жонглирование** - жанр циркового искусства, в котором артист демонстрирует умение подбрасывать и ловить предметы в определенной последовательности и в установленном ритме. Жонглирование часто соединяется с балансированием, эквилибристикой, акробатикой, клоунадой.

**Антипод (От греч. *Anti* - против + *Podos* – нога)** - вид жонглирования, исполняемый артистом в лежачем с поднятыми вверх ногами, которыми он

подбрасывает и ловит различные предметы, балансирует их, крутит шаговыми движениями и вращает в горизонтальном положении.

**Антиподист** - цирковой и эстрадный исполнитель. Антиподист, лежа на спине на специальном приспособлении (на тринке) поддерживает и подбрасывает различные предметы: бочонок, ящик, шары и др.

**Булава (От лат. Bulla - металлический шарик)** - предмет в виде тяжелой круглой головки на рукояти, предназначенный для гимнастических упражнений или служащий реквизитом жонглера.

**Жонглер (От лат. Jocolator – остряк)** - цирковой артист, демонстрирующий умение подбрасывать и ловить предметы в определенной последовательности и в установленном ритме.

Различают:

- жонглеров в партере, которые работают с мячами, палочками, булавами, кольцами и другими предметами;
- жонглеров на лошади, на проволоке, трапеции, велосипеде, лестнице;
- силовых жонглеров; а также
- антиподистов.

**Каскад (От фр. Cascade - небольшой водопад)** - в жонглировании - прием перебрасывания предметов из одной руки в другую по фиксированной траектории. Предметы, перелетая один за другим, образуют в воздухе каскад.

**Крафт-жонглер - Силовой жонглер** - атлет, жонглирующий тяжестями: гириями, ядрами и другими предметами.

**Тринка - Антиподная подушка** - специальное устройство, на которой артист лежит с поднятыми ногами при исполнении номеров антипода, икарских игр, балансировании перша или лестницы на ногах.

**Antipodism - антиподизм**, жанр "антипод". Искусство жонглировать ногами.

**Above the head - над головой.** Трюки исполняются с поднятыми над головой руками.

**Asynchronous throws** - броски вразбивку, асинхронные броски.

**Back-cross** - крест. Бросок из-за спины в противоположную руку.

**Ball spinning** - вращение мяча на пальце, на другой части тела, например, на носу или на другом предмете.

**Ball spitting** - жонглирование шариками для пинг-понга при помощи рта.

**Baton twirler, pole spinning** - вращение палки пальцами, вокруг них или вокруг других частей тела.

**Bean bag** - мягкий мячик для жонглирования, с насыпанными в него горохом, рисом или пластиковыми гранулами. Наиболее подходящие мячики для начинающих жонглеров.

**Behind the back catch** - предмет ловится за спиной.

**Blindfold juggling** - «слепое» жонглирование, жонглирование с завязанными глазами.

**Body bounce** - жонглирование с отскоком мяча от частей тела: головы, локтя и т.д.

**Body catch** - поимка мяча не ладонью, а под подбородок, тыльной стороной руки и т.д.

**Body roll** - катание мяча по телу

**Body throws** - броски реквизита под ноги или за спиной

**Boston Mess** - Бостонское месиво

**Bounce juggling, lift/forced bouncing** – жонглирование на отскок,

**Lift bouncing** – мячики подбрасываются вверх, падают на пол и отскакивают от него.

**Forced bouncing** – мячики с усилием бросаются в пол.

**Bounce-chairing** – разновидность жонглирования на отскок, когда жонглер сидит на стуле, а его партнер двигает стул в различных направлениях. Автор данного жонглирования – Йенс Прилоп.

**Cascade** – каскад - вероятно, самый труднопереводимый термин жонглирования, по-русски он называется база, стандарт или раз. два. три, а в англо-, немецко- и французскоязычной терминологии он звучит как каскад. Но по-русски каскадом называется трюк, который по-английски называется shower или Dusche по-немецки.

**Catch** – «фиксация», термин означает, что предмет пойман.

**Chiqué** – намеренный «завал» трюка для создания напряжения у зрителей, чтобы привлечь внимание к сложности трюка.

**Chop, drumming** – дровосек. Трюк, исполняемый булавами, очень напоминающий рубку дров. Drumming – его разновидность, когда булавами ударяют по барабанообразному предмету.

**Cigar-box** – «кирпич». Реквизит для жонглирования в виде параллелепипеда.

**Clawing** – жонглирование с обращенными вниз ладонями.

**Coker** – Кокер, 36-дюймовый моноцикл.

**Combat juggling** – **жонглерская битва**. Игра. Несколько жонглеров начинают одновременно жонглировать. Цель – заставить других жонглеров уронить предметы, не роняя их самому. Выигрывает тот, кто останется последним не растеряв реквизит.

**Contact juggling** - контактное жонглирование

**Duplex** - **дуплекс**, бросок одной рукой одновременно двух предметов

**Drop** – потеря (реквизита)

**Flash** – **флэш**. Бросок всех предметов так, что на какое-то время обе руки остаются свободными. В этот момент можно сделать хлопок руками или пируэт.

**Flat** – бросок булавы без оборота.

**Footbag**– мяч для жонглирования ногами.

**Fountain** - фонтан

**Half shower** - international Juggling Association – международная ассоциация жонглеров, основана в 1947 году.

**JIGGLING** – комбинация жонглирования и танца.

**Joggling** – бег с одновременным жонглированием.

**Jug-cycling** – жонглирование на моноцикле.

**Juggler's tennis** - **жонглерский теннис**

**Kick-up** – **кик-ап**. Подъем упавшего реквизита ногой.

**Multiplex** - **мультиплекс**, бросок одной рукой одновременно несколько предметов.

**Reverse cascade** - венец, полукаскад

**Synchronous throws** - броски парами, синхронные броски

**Siteswap notation** - жонглерская нотация "сайтсвоп"

**Snake** – змейка

**Triplex - триплекс**, бросок одной рукой одновременно трех предметов

**Эквилибристика** (лат. *Aequilibris* - находящийся в равновесии).

**Цирковой жанр**, в основе которого демонстрация искусства сохранения равновесия в различных условиях, усложненных применением специального реквизита и снарядов.

**Баланс** – франц. – весы. Сохранение равновесия. Балансировать можно как своё тело, так и разные предметы.

**Балансир** - (франц. *balancier* - качать, уравнивать) длинный шест в руках канатоходца, с помощью которого он сохраняет равновесие на канате.

**Балансирование на катушке** - Положения ног на специальной доске, положения тела при балансировании на катушке. Запрыгивать и спрыгивать, заходить и сходить. Жонглировать на катушке тремя предметами. «Лягушка» на катушке. Прыжок на катушке, Поворот прыжком на катушке.

**Балансирование на моноцикле** - Техника езды на моноцикле. Положения тела при езде на моноцикле. Положения рук и ног. Стоять на месте на моноцикле.

**Веер** - приспособление, помогающее балансировать канатоходцу, на тугонатянутой проволоке.

**Велофигурист** - артист цирка, исполняющий трюки на велосипедах или моноциклах.

**Велофигурист** - артист цирка, исполняющий трюки на велосипедах или моноциклах.

**Зубник** - Кованый язычок с утолщением в средней части по конфигурации полости рта, приспособленный для выполнения различных упражнений: виса в зубах, удерживания партнера, стойки ("стойка в зубнике").

**Канат** - Эквилибристический снаряд - туго натянутый трос в горизонтальном или наклонном положении. Артист, выступающий на Канате - канатоходец. Выступления на канате - вид циркового искусства, основанный на сохранении равновесия на канате в сочетании с акробатикой, эквилибристикой, гимнастикой.

**Катушки** - эквилибристический снаряд в форме цилиндра (первоначально деревянный, затем из металла, органического стекла и другие). На круглую поверхность катушки кладётся доска, стоя и раскачиваясь на которой эквилибрист удерживает равновесие.

**Купол** - (от итал. cupola— свод) — выпуклая крыша циркового здания в виде полушария с металлическим, деревянным, бетонным или брезентовым покрытием. На расстоянии не менее 1,9 м от вершины купола и на высоте 18 м от уровня манежа устраиваются колосники

**Лонжа** - (франц. longe - повод, веревка). 1. Длинный повод, на котором гоняют лошадей в период выездки, дрессировки. 2. Специальное приспособление, предохраняющее от падений, ушибов во время тренировки или выступлений, представляющее собой веревку (или трос), пропущенную через подвесной блок; один ее конец удерживает дрессировщик, другой пристегивается карабином к поясу исполнителя (одинарная лонжа). Двойная лонжа - это две веревки, пропущенные через два блока, висящих на расстоянии друг от друга. Поясная лонжа - пояс с двумя короткими веревками по бокам, удерживаемыми двумя дрессировщиками.

**Манеж** -(французский - manege), арена— круглая площадка диаметром 13 м посередине цирка, на которой даётся представление. Круглая форма и стандартный размер манежа., установленные впервые в 1807 в парижском цирке Л. и Э.

**Перш** - (франц. perche, англ. perch - шест, жердь). В цирке - снаряд для эквилибристики - длинная дюралюминевая труба с различными приспособлениями и устройствами, балансируемая артистом на лбу, на плечах, на пояском упоре и в зубнике. На вершине перша партнер (партнеры) выполняют упражнения.

**Равновесие**-состояние устойчивого положения тела в пространстве (в статическом положении или в движении)

**Реквизит** - цирковая аппаратура, приспособления, любые предметы, участвующие в исполнении цирковых номеров, а так же репетициях

**Спичак** - выход в стойку на руках силой, с прямыми ногами, при этом ноги могут быть вместе или в разножке.

**Стоялки** - Реквизит, предназначенный в основном для жанра ручной эквилибристики. Две трости, закреплённые на пьедестале, с прикрепленными сверху деревянным кубиками.

**Трюк** - (французское truc) — цирковое действие, одно из главных выразительных средств циркового искусства. В жанрах партерной акробатики, гимнастики, в конном цирке — сальто, стойки, прыжки, кабриоли, пассажи и тому подобное в их различных комбинациях.

**Форганг** - (нем. Vorhang - занавес). Занавес, отделяющий манеж от закулисной части.

**Цирковой жанр** - исторически сложившаяся совокупность цирковых номеров, характеризующихся определенными выразительными средствами и только им присущими действенными признаками.

**Цирк** - (от лат. circus, букв. - круг).

1. Вид искусства, одним из основных выразительных средств которого является трюк.
2. Здание с манежем, где даются цирковые представления.