DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series14.2026.35.21
УДК 376.016:793.322.071.2(73)

Шютів Михайло Андрійович,
заслужений працівник культури України,
доцент кафедри мистецьких дисциплін,
Комунальний заклад вищої освіти «Академія культури і мистецтв»
Закарпатської обласної ради
https://orcid.org/0000-0003-4853-8507
uzh.academyca@uica.education
Хижун Оксана Борисівна,
викладач кафедри мистецьких дисциплін,
Комунальний заклад вищої освіти «Академія культури і мистецтв»
Закарпатської обласної ради
https://orcid.org/0009-0004-3954-6171
uzh.academyca@uica.education
Качук Артур Іванович,
викладач кафедри мистецьких дисциплін,
Комунальний заклад вищої освіти «Академія культури і мистецтв»
Закарпатської обласної ради
https://orcid.org/0000-0003-1633-9327
uzh.academyca@uica.education

ПЕДАГОГІЧНІ МЕТОДИ ФОРМУВАННЯ ЕКСПРЕСИВНОСТІ ТА ДРАМАТУРГІЇ РУХУ В АСПЕКТІ ВИКОНАВСЬКОЇ ТЕХНІКИ ХОСЕ ЛІМОНА

Дослідження присвячене аналізу та систематизації педагогічних методів, спрямованих на розвиток експресивності та драматургії руху у виконавців, що базуються на фундаментальних принципах виконавської хореографічної техніки Хосе Лімона. Звернення до його творчості обумовлено тим, що цей танцівник став однією з ключових фігур модерн-танцю XX століття, запропонувавши нову модель виконавської техніки. У сучасному хореографічному мистецтві зростає потреба у формуванні індивідуального виконавського стилю артистів, які отримають здатність володіти як технічними виконавськими навичками, так і вмінням наповнювати пластичний рух глибоким змістом, емоціями та наративною цілісністю. Лімон зосередив увагу на природності пластичного руху, драматизмі внутрішніх імпульсів та відвертій емоційній виразності. Автори зазначають, що техніка танцівника відрізняється акцентом на використання ваги, прийомів падіння, принципів відновлення дихання і балансу тіла танцівника у органічному зв'язку між фізичним рухом і внутрішнім переживанням артиста. Саме в каскаді (комбінації) стрибків найбільшою мірою реалізується як потенційна, так і кінетична енергія тіла виконавця. Енергія рухів тіла служить основним засобом вираження почуттів і емоцій на сцені. У цьому і полягає принципова відмінність виконавської техніки Хосе Лімона від канонічної техніки класичного балету. Зазначено, що методична концепція Лімона, яку він назвав «тіло як оркестр», розглядає людське тіло як інструмент й знаряддя. Відповідно створюється унікальний педагогічний інструментарій для формування професійної майстерності хореографа – виконавця. Саме тому техніка Хосе Лімона сьогодні широко використовується у навчальних програмах з модерн-джаз танцю та у підготовці виконавців, які прагнуть поєднувати технічну віртуозність із психологічною глибиною.

Ключові слова: *виконавська техніка Хосе Лімона, модерн-джаз танець, драматургія руху, експресивність виконання хореографічних рухів, хореографічна майстерність*

Актуальність проблеми. Актуальність теми дослідження зумовлена потребою сучасних танцівників опановувати засоби емоційно-образного виконання, що дозволяють створювати переконливі художні хореографічні образи у сценічному просторі перформативного мистецтва. Хосе Лімон – одна з ключових фігур модерн-танцю XX століття, яка запропонувала нову модель формування виконавської техніки: не лише технічно підготовленого танцівника, а глибоко мислячої сценічної особистості.

Аналіз останніх досліджень і публікацій свідчить, що на відміну від техніки Марти Грем або Хампрі, Лімон зосередив увагу на природності пластичного руху, драматизмі внутрішніх імпульсів та відвертій емоційній виразності. Саме тому його техніка сьогодні широко використовується у навчальних програмах з модерн-джаз танцю та у підготовці виконавців, які прагнуть поєднувати технічну віртуозність із психологічною глибиною.

Мета статті – проаналізувати особливості експресивності руху у техніці Хосе Лімона та визначити, як драматургія руху формує сценічну мову та виконавський стиль. *Завдання дослідження:* визначити основні засади виконавської техніки Хосе Лімона та їх драматургічну функцію; описати принципи емоційного розкриття пластичного руху; роаналізувати роль простору, ваги тіла і дихання у створенні експресивності.

Мистецтвознавці відзначають, що Хосе Лімон входить до числа кращих артистів «третього покоління» у розвитку американського танцю XX ст. Водночас мексиканські корені його творчості майже не досліджені. Необхідний цілісний і багатоаспектний підхід до творчості Хосе Лімона, заснований на розумінні того, що дослідження життєвого досвіду хореографа дасть цінну інформацію про стилістичну еволюцію творчої концепції і танцювальних інновацій майстра.

Хосе Лімон прагнув знайти в хореографії нові шляхи відображення людських емоцій, різних психологічних станів. Він відстоював думку, згідно з якою танцівник в кордонах сценічного простору не повинен протидіяти силі тяжіння, а, навпаки, намагатися взаємодіяти з нею. Виконавцю необхідно «проєктувати» вагу свого тіла таким чином, щоб чинити максимальний вплив на свідомість глядачів. Базісною основою у методиці Лімона є те, що Доріс Гамфрі називала «аркою між двома смертями» – проміжок часу від максимальної висоти одного стрибка до початку нового стрибка. Саме в каскаді (комбінації) стрибків найбільшою мірою реалізується як потенційна, так і кінетична енергія тіла виконавця. Енергія рухів тіла служить основним засобом вираження почуттів і емоцій на сцені. У цьому і полягає принципова відмінність виконавської техніки Хосе Лімона від канонічної техніки класичного балету – тіло танцюриста прагне не до легкості і невагомості, а, втілюючи силу і енергію, віддзеркалює гостроту емоційного вектору драматичних подій хореографічного твору. Методична концепція Лімона, названа ним «тіло як оркестр», базується на вченні про людське тіло як інструмент, знаряддя. Даніель Льюїс, учень Лімона і його послідовник, ключовим моментом методики Лімона вважає цілісну роботу всіх частин тіла. [8, с. 110]

У своєму педагогічному підході Хосе Лімон орієнтувався насамперед на техніку виконання рухів Гамфрі-Вейдмана. Танцювальна техніка Хосе Лімона досліджує можливості виконавця, його силу та енергію стосовно гравітації та можливості роботи з вагою тіла в пластиці падінь і рівня відновлення балансу. Ця техніка втілює ритм дихання, використовуючи масу і «важку енергію» тіла виконавця, яка переміщається від однієї частини тіла до іншої, для створення плинного переходу між різними його положеннями у просторі. Хосе Лімон говорив: «Танець може відкрити нові горизонти, може вчити, може облагороджувати. У формі, близькій до ритуалу, танець може показати і великі трагедії людства, і величезні пориви однієї людини. У його силах проголошувати гідність людської особистості, яку так часто зневажають. Ніколи мистецтво не було так необхідне людям, як у наші дні». [7, с. 43].

Тілесний імпульс, що лежить в основі танцю модерн, занадто специфічний, унікальний, прив'язаний до носія, щоб на ньому могла вирости складно організована

пластична система хореографічних дій, яка передбачає історичну перспективу, тобто готовність до інтерпретації. З моменту свого виникнення течія модерн проголосила ідею природного руху на противагу штучному механізму. Танець – модерн виходить з природних рухових можливостей виконавця з розвинутих професійних фізичних властивостей. Ймовірно, найголовнішим для танцю модерн є поняття тілесного центру – постулат про те, що всі рухи контролюються центром тіла (під ними розуміється грудний відділ хребта). Свідоме, осмислене вміння задіяти центр тіла – основа пластики, яка дає справжнє володіння технічним арсеналом руху в хореографічному мистецтві. У цьому вбачається головний сенс: енергія руху виходить з центру і повертається в центр; причому поняття руху тіла безпосередньо пов'язане з поняттям енергії. Танець модерн – це рухи без примусу, постійний пошук відповідності фізичного руху духовним якостям та естетичним, моральним категоріям. Кожна частина тіла виступає як свого роду інструмент оркестру, і артист балету повинен освоїти її правильне використання при кожному дієвому русі. А для досягнення цього було потрібно свідоме ізолювання кожної частини тіла. Освоєння техніки «ізолювання» займає тільки першу половину часу екзерсису за принципами побудови Хосе Лімона. Для Лімона дихання — один із головних ключів до експресивності виконання хореографічних рухів. Через керування диханням виконавець може посилювати або пом'якшувати драматизм руху, створювати напруження або звільнення. Зміна фаз дихання визначає не лише динаміку руху, а й емоційний колорит сценічного простору, такий як стриманість, туга, рішучість чи вибух пристрасті. Дихання стає невидимим партнером танцівника під час втілення художнього образу. [4, с. 51].

Далі Хосе Лімон давав вправи, що вимагали зміщення центру ваги тіла танцюриста, відхилення від вертикального положення.

Хореографічна вистава The Traitor («Зрадник», постановка 1954 року) стала відповіддю Лімона на атмосферу підозрілості, зради і переслідування, що панувала в США в ті роки в галузі мистецтва і розваг. В основу покладено біблійний сюжет про трагедію Іуди і його зраду. Музика Гюнтера Шуллера Symphony for Brasses – пристрасна і ніжна, протестує проти насильства і зображує трагедію Іуди, як ніби це могло відбуватися в наші дні.

Лімон черпав натхнення для свого танцю з історії зради Ісуса Іудою. Однак, здається, він розглядав образ Іуди в більш широкому контексті, як символ мук – символ, який був особливо актуальним у середині 1950-х років, коли була створена хореографія.

Пишучи про «Зрадника» в Juilliard Review на початку 1955 року, Лімон зазначив, що звинувачення і зізнання у зраді були досить поширеними «по обидва боки титанічного антагонізму того часу: чистки в комуністичному світі і полювання на революційних комуністів на Заході привели до зізнань (і заперечень) у зраді. Зізнання та самовиправдання зачарували Лімона: «Я дуже співчуваю цим нещасним людям, їхнім душевним мукам, які вони, мабуть, переживають, та тортурам, в яких вони, мабуть, живуть». Він схвально цитує коментарі критиків: «Справді символічною постаттю нашого часу є зрадник або роздвоєна людина — це Іуда».

Але в деяких аспектах біблійний Іуда не схожий на політичних зрадників 1950-х років. Як зображено в Біблії, Іуда був сумнівним, який, здається, просто продав свого лідера за гроші. Зрадники 1950-х років працювали заради того, що вони вважали вищою лояльністю, тобто вони відчували себе справжніми патріотами, які працюють на благо народу і заради кращого, ідеального способу життя; вони прагнули, ризикуючи власним життям, повалити політичну структуру, щоб запровадити те, що вони щиро вважали кращою урядовою і соціальною системою.

Вистава Лімона «Зрадник» розрахована на вісім чоловіків: лідера, зрадника та шістьох чоловіків, які представляють учнів. Костюми, створені Полін Лоуренс, майже не відрізняють персонажів – кожен одягнений досить одноманітно: сорочка, безрукавка та широкі штани. Саме хореографія надає персонажам індивідуальності.

На початку вистави персонажі – учні Ісуса збираються на сцені, Лімон називає «таємною зустріччю». Його зображення учнів майже не схоже на спокійний, благородний образ, який часто зустрічається в ілюстраціях до Біблійних оповідей. Він бачить їх як переслідуваних людей, як фанатиків. Коли вони входять по один або по двоє у простір сценічної дії, вони поспішно без впорядковано метушяться по сцені і потайки оглядають темряву навколо себе, хвилюючись, що за ними стежать, і перевіряють обличчя своїх спільників, щоб переконатися, що серед них немає шпигунів.

Останнім входить зрадник.

Техніка Лімона базується на ідеї, що кожен жест танцівника повинен мати внутрішній зміст. Він підкреслював, що рух не може бути порожнім – він є продовженням психологічних переживань виконавця. Рух стає «мовою душі», а танцівник – провідником емоційного досвіду. Таке бачення сформувало новий підхід до мистецтва танцю, де техніка служить глибшому змісту, а не навпаки. Лімон вимагав, щоб виконавець пропускав рух через себе, через власний життєвий досвід. Рух не може бути «зіграним» механічно – він має бути прожитим. Саме тому танцівники його школи відрізняються психологічною глибиною та здатністю створювати на сцені сильні образи без словесного пояснення.

В Біблійних оповідях описують Іуду як «скулену, згорблену фігуру», а зрадник Лімона напружений, згорблений, з нахиленою вперед головою. Він намагається приєднатися до інших у їхньому хореографічному дійстві неспокійного гомону, але він явно відокремлений від них, не вписується в цю компанію ізгоїв. Вони утворюють коло, яке розпадається, коли він втручається. Його відштовхують, і вони утворюють інше коло далеко від нього, а він напружено стоїть у кутку. Потім, під спокійну музику, всі з нетерпінням дивляться в куток сцени, і з'являється лідер. Хореографія Лімона для лідера є, мабуть, найвизначнішим аспектом балетмейстерської педагогічної роботи і, судячи з усього, найскладнішим у створенні – Лукас Ховінг каже, що Лімон постійно відкладав хореографію цієї частини роботи. Лідер, за словами Лімона, повинен «рухатися так, ніби не торкається землі, коли ходить, і він повинен заспокоювати і домінувати над галасом». Але хоча лідер домінує над групою, він також залежить від неї, потребуючи її обожнювання і використовуючи її як зручний притулок від думок про свою болісну долю. Поки зрадник спостерігає здалеку, послідовники утворюють коридор, по якому лідер просувається, високий, величний, авторитетний. Він робить різкий жест, і вони реагують миттєвим подивом і повним прийняттям. Однак, просуваючись по сцені, він здається менш впевненим у собі, і послідовники кидаються вперед, щоб зібратися перед ним у щільний, шанобливий вузол, надаючи йому підтримку.

Центральний принцип техніки – падіння та відновлення рівноваги. Це не лише фізичний процес, але й драматургічна метафора. Падіння символізує втрату контролю, сумнів, пошук відповіді. Відновлення – це сила, здатність подолати перешкоду, знайти точку опори. У такому поєднанні рух перетворюється на емоційний сюжет, а хореографія – на внутрішню історію виконавця.

У техніці Грем рух часто має вибуховий характер, тоді як у Лімона він побудований на м'яких, природних переходах, що відображають органічну природу людського тіла. Саме ця плавність та логічність робить його танець глибоко драматичним.

Коли починається друга частина музичного супроводу, зрадник виходить вперед і безпосередньо протистоїть лідеру. Послідовники відступають, і більша частина дії протягом наступних кількох хвилин стосується тем, запропонованих Біблійськими оповідями: лідер здається неохочим протистояти своїй долі, а зрадник намагається наблизитися до нього, вблагає його. Тим часом послідовники, в захваті і не усвідомлюючи нічого, надають лідеру розраду і беззаперечну відданість, даючи йому силу відвернутися від настирливих благань зрадника.

Лімон наголошував, що танцівник повинен відчувати вагу свого тіла, а не приховувати її. Вага стає художньою категорією. Руки можуть «падати», корпус може

«висіти», голова «тягнутися вниз» – усе це створює ефект реальності та невід'ємної правдивості. Рухи не повинні бути декоративними, вони повинні мати щільність, вагомість, внутрішню енергію, яка рухається за законами гравітації. Така робота з інерцією створює хвилеподібну динаміку, де рухи ніби виростають один із одного, формуючи плавну драматургічну лінію хореографічного тексту.

Лимон «бачив» свої хореографічні твори, як художник бачить картину, знаходив такі засоби виразності, які викликають необхідні асоціації з біблійним сюжетом. При цьому зумів показати своїх героїв у різні моменти душевного стану. Наприклад, душевне піднесення, смиренність агресивних людей у присутності Христа, сум'яття апостолів під час Таємної вечері, що відтворюється тільки виразним «танцем» рук над столом. Деперсоналізація героїв і їх взаємовідносин змушує глядача зосередитися більше на самій хореографії і абстрактних психологічних станах персонажів, ніж на їх індивідуальних характеристиках. За відсутності звичної театральної міміки і жестів, Лимон виражає емоції за допомогою танцювальних рухів всього тіла. Лимон заговорив із глядачем мовою сценічного простору, в якому зазвичай розгортається хореографічна дія. Його простір має фізичні та емоційні характеристики – він може бути відкритим, наповненим вітром і повітрям або, навпаки, закритим, стиснутим, задушливим і гнітючим. Те, як простір використовується в хореографічній композиції, і те, як розташовуються персонажі на живому картинному полотні, стосується безпосередньо сюжету твору і взаємовідносин героїв. Простір створює настрій завдяки енергії і ритму, в якому персонажі рухаються по сцені. Наближаючись до глядача по прямій, вони стають більш реальними, і навпаки, відходячи в глибину, здаються менш відчутними. У цьому хореографічному прийомі проглядаються елементи сучасної Лімону кінематографії з поступовим висуненням головних дійових осіб на перший великий план. Енергетичним фокусом сценічного простору стає центральна лінія.

Лимон виявив неабияку фантазію в межах свого стилю, відтворюючи євангельський сюжет. У «Зраднику» набагато більше пластичних поз та менше різноманітності в лексичних мотивах хореографічної лексики, але від цього балет справляє не менше враження на глядача.

Сам Лімон так писав про етап пошуку музичного ряду для свого хореографічного шедевра: «До того часу, коли танець був уже майже готовий, я зневірився знайти підходящу для нього музику. Цілі тижні я проводив у пошуках. Я слухав і слухав, сподіваючись знайти щось підходяще у Монтеверді, Бартока, Шенберга та багатьох інших». [5, с. 119].

У виставі всі елементи переплетені і з'єднані в єдине музично-сценічне дійство, в якому музична частина має чітко простежуванні структурні компоненти драматургії. На відміну від академічного танцю, де простір найчастіше є фоном, у Лімона він – активний учасник дії. Танцівник працює з напрямами, обсягом рухів, спадами та злетами, розширенням і звуженням простору. Це формує складну, але природну просторову драматургію, де кожен рух має свій напрям і мету. Через це танець Лімона виглядає не як демонстрація техніки, а як діалог з невидимими силами – землею, повітрям, тяжінням. Якщо автор має намір звернути увагу глядача на якійсь важливій точці, тоді всі персонажі, траєкторія руху яких зміщується в бік від центру, потрапляють в темну негативну зону. Чим більше персонажів з'являється на сцені, тим складніше ділиться простір. Персонажі йдуть назустріч один одному і ділять простір на рівні частини, а коли танцюристи розходяться на точки трикутника, глядач спостерігає симетрію. Герої зближуються – простір закривається, розходяться – він відкривається. За час хореографічної дії це простежується багато разів, і кожна зміна сценічного простору візуально і впливово емоційно відзначається у сприйнятті глядачем. Персонажі можуть повільно сходитися до центру, посилюючи напругу очікування, раптово розбігатися хаотично заповнюючи простір сценічного майданчика. Жоден з героїв не залишає підмостки протягом усього

спектаклю, але енергетика сцени постійно змінюється. Істотну роль у створенні атмосфери вистави відіграють костюми, їх ретельно продумана колірна гамма. За влучним зауваженням одного з глядачів, імена героїв «...не мають значення; вони являють собою архетипи, а не індивідуальні стилі. Це Благородство в пурпуровому одязі, Обман у золотій туніці, Спокуса в малиновому і Невинність у німбі з білого мережива. Точно так само їхні рухи не розповідають певну історію, яка відбулася в певний час. Їхня історія – це універсальне людське рівняння, в яке можуть бути вставлені будь-які змінні без зміни результату». [6]

Логан Крюгер, асоційований художній керівник і репетитор Танцювальної компанії Limón, ділиться своїм підходом до репертуару трупи «Є щось особливе в тому, щоб спостерігати за танцем під час репетицій, що надихає мене – спостерігати, як артисти прагнуть підхопити і вдосконалити матеріал; бачити піт; почути питання; бути свідками маленьких невдач та перемог артистів крок за кроком, жест за жестом. Феноменальна кількість турботи, думки, не кажучи вже про фізичні зусилля, вкладаються в танець ще до того, як його одягають, освітлюють і підфарбовують для сцени. Коли процес завершиться, праця перетвориться на історію, роздуми, провокацію або щось зовсім інше. Можливо, те, що колись було жорстким і колючим, стане неминучим. Поки що краса і захоплення криються в грубих краях і в тому, як з ними справляються всі артисти в репетиційній залі. Вистава була створена Лімоном у перші дні слухань у справі Маккарті, «Зрадник» став його відповіддю на всеохоплюючу атмосферу зради в мистецьких і розважальних колах, коли сотні американців звинувачували у симпатіях, шпигунстві або в членстві комуністичній партії. Лімон вирішив використати історію зради Ісуса з боку Юди Іскаріота як основу для цієї первісно чоловічої роботи». [1]

Висновки. Виконавська хореографічна техніка Хосе Лімона стала основою формування нового виконавського стилю в модерн-джаз танці – свідомого, емоційно відкритого, здатного мислити пластикою рухових патернів. Його принципи «fall and recovery», робота з вагою, диханням і простором створили унікальну драматургічну систему, в якій кожен рух має сенс і емоційну глибину. У своїх хореографічних виставах Хосе Лімон прагнув не тільки досягти естетичного ефекту, а й втілити за допомогою мови танцю свої погляди на мистецтво і життя у всіх його проявах і конфліктах. Саме тому улюбленим жанром його творчості була «драматична трагедія» і саме тому техніка Лімона залишається актуальною для сучасної хореографічної освіти та широко використовується у виконавській практиці XXI століття.

Література:

1. Day in the life of dance: Limón Dance Company Rehearsing José Limón's "The Traitor https://www.dance-enthusiast.com/features/day-in-the-life/view/Limon-Dance-Company-Jose-Limon-The-Traitor-
2. Gilbert J. Fragmento of a Golden Age. Durham, 2001.
3. John Mueller. José Limón's "The Traitor"Developed from materials originally published in Dance Magazine in December 1979 and May 1981
4. Jones B. Teacher's wisdom // Dance Magazine. New York, 2005, 79 (4) April 2005
5. Jose Limon: An Unfinished Memoires. Ed. by L. Garafola. Middletown, Connecticut: Wesleyan University Press, 2001. 245 p
6. José Limón Dance Company: The Traitor (Performance/Demonstration) https://www.kennedy-center.org/video/education/dance/jose-limon-dance-company-the-traitor-performancedemonstration/
7. Lewis D. The illustrated dance technique of Jose Limon. Repr. Hightstown (NJ): Dance horisons book; Princeton book co, 1999. P. 49–50
8. Novo S. La danza de José Limón // Novedades., México., 2007
9. Vachon A. Limon in Mexico, Mexico in Limon // José Limón: The Artist Re-viewed., ed, by June Dunbar. N.Y., 2002.

R e f e r e n c e s :

1. Day in the life of dance: Limón Dance Company Rehearsing José Limón's "The Traitor https://www.dance-enthusiast.com/features/day-in-the-life/view/Limon-Dance-Company-Jose-Limon-The-Traitor-
2. Gilbert J. Fragmento of a Golden Age. Durham, 2001.
3. John Mueller. José Limón's "The Traitor"Developed from materials originally published in Dance Magazine in December 1979 and May 1981
4. Jones B. Teacher’s wisdom // Dance Magazine. New York, 2005, 79 (4) April 2005
5. Jose Limon: An Unfinished Memoires. Ed. by L. Garafola. Middletown, Connecticut: Wesleyan University Press, 2001. 245 p
6. José Limón Dance Company: The Traitor (Performance/Demonstration) https://www.kennedy-center.org/video/education/dance/jose-limon-dance-company-the-traitor-performancedemonstration/
7. Lewis D. The illustrated dance technique of Jose Limon. Repr. Hightstown (NJ): Dance horisons book; Princeton book co, 1999. P. 49–50
8. Novo S. La danza de José Limón // Novedades., México., 2007
9. Vachon A. Limon in Mexico, Mexico in Limon // José Limón: The Artist Re-viewed., ed, by June Dunbar. N.Y., 2002.

Mykhailo Shyutiv, Oksana Khizhun, Artur Kachur. Pedagogical methods of forming expressiveness and dramaturgy of movement in the aspect of performance technique by José Limón.

The study is devoted to the analysis and systematization of pedagogical methods aimed at developing expressiveness and dramaturgy of movement in performers, based on the fundamental principles of Jose Limon's performing choreographic technique. In contemporary choreographic art, there is a growing need to develop the individual performing style of artists who will acquire both technical performing skills and the ability to fill plastic movement with deep meaning, emotions, and narrative integrity. The study analyzes the principle of weight. Lemon's technique uses gravity not as an obstacle, but as a driving force and expressive element. Fall and Recovery, transition from loss of balance (fall) to its return (recovery). Breathing as the engine of movement. Organic and consistent movement. Methods of working with space and relationships are considered

The purpose of the study is to provide a theoretical justification and practical definition of effective pedagogical methods for developing expressiveness and dramaturgy of movement in the context of José Limón's performance technique. The practical significance of the work lies in the fact that its results can be used by choreographers to improve training programs in modern jazz dance, or by performers to deepen their understanding and technical mastery of the expressive means of Limon's technique, with the aim of creating more meaningful and emotionally rich choreographic works.

Lemon's technique, known for its emphasis on the use of weight, falling methods, principles of restoring the dancer's breathing and body balance, and the organic connection between physical movement and the artist's inner experience, offers a unique pedagogical toolkit for the formation of professional skills of a choreographer-performer.

Keywords: *José Limón's performance technique, modern jazz dance, dramaturgy of movement, expressiveness of choreographic movements, choreographic skill.*