

# МЕТОДИКА И ПРИНЦИПЫ ПОСТРОЕНИЯ ЭКЗЕРСИСА У СТАНКА

## План

1. Определение цели и задач экзерсиса, объема программы.
2. Учет при составлении экзерсиса целесообразности и рациональности мышечной нагрузки.
3. Определение нового материала и его сочетание с ранее усвоенными движениями.
4. Соблюдение логичности построения каждой комбинации, ее смысловой насыщенности в общем контексте экзерсиса.

### Краткий конспект лекции:

Экзерсис у станка строится по принципу последовательности, поступательности, «от малого к большому», принципу контраста. Примерная последовательность экзерсиса у станка:

1. Plie
2. Разновидности battement tendu
3. Battement tendus jete
4. Rond de jambe par terre
5. Battement foundu et battement soutenu
6. Разновидности battement frappe
7. Rond de jambe en l'air
8. Petit battements sur le cou-de-pied
9. Battement releve lent I battement developpe
10. Grand battement jete

Составляющей частью этих движений являются позы, port de bras, pirouette и др.

Начиная с 7-8 упражнения допускается иной порядок расположения упражнений в зависимости от личностного метода преподавателя. Однако, каждый преподаватель при подготовке к уроку классического танца должен определить цель и задачи упражнений экзерсиса, руководствуясь программой.

Комбинационные упражнения должны иметь цель: развитие силы ног, устойчивости, координации и т.д.

При составлении комбинационных заданий педагог должен придерживаться логики построения комбинации, ее содержательности и насыщенности в общем контексте экзерсиса.

При составлении комбинационных заданий следует учитывать следующие факторы: срок обучения, задачи программы, возрастные особенности и исполнительские возможности.

Новые упражнения следует изучать сначала в чистом виде, позднее – возможны комбинированные усложнения. Не следует вводить в комбинированные задания много движений. Повторяемость есть доминирующим фактором в составлении комбинации, что помогает исполнителю осваивать учебный материал.

Стержнем комбинации должно быть основное движение.

Верно построенными комбинационными заданиями можно считать такие, при которых исполнители (на основе навыков) преодолевают трудности, не превышающие их возможности и профессиональные подготовки.

## **МЕТОДИКА ИЗУЧЕНИЯ ДВИЖЕНИЙ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА**

План:

1. Название упражнения, его перевод.
2. Цель и задачи, характер движения.
3. Характер музыкального оформления и музыкальная раскладка.
4. Методика исполнения, последовательность изучения.
5. Сочетание с другими движениями.

### **Краткий конспект лекции:**

Например, методика изучения *battement tendu*.

*Battement* - биение

*Tendu* – натянутый

Данное движение заключается в выворотном и скользящем отведении ноги из I или V позиции в одном из трех возможных направлений: вперед, в сторону или назад – и в выворотном скользящем возвращении отведенной ноги в исходную позицию.

Цель упражнения: развитие подвижности голеностопного сустава, вытянутости всей ноги от колена до кончиков пальцев.

*Battement tendu* является первичным элементом, с помощью которого достигается правильное вытягивание всей ноги от колена до кончика пальцев.

Исполняется на музыкальный размер 4/4, 2/4 четко.

Движение это следует производить строго по прямой линии, идущей от пятки опорной ноги к носку отведенной ноги, и обратно. Никакие отклонения от этих направлений недопустимы.

При отведении ноги очень важно добиваться особенно отчетливой, интенсивной и взаимосвязанной работы подъема и пальцев с хорошо вытянутым коленом. Скольжение ноги при этом начинается всей ступней с постепенным отделением пятки от пола и выполняется легко, без упора на носок в конечной точке.

Возвращается нога в исходную позицию с вытянутым коленом и постепенно с носка на всю ступню, легко скользя по полу.

Никаких «перекосов» ступни, «скрюченного» подъема и пальцев не должно быть. Для лучшего сохранения выворотности раскрывать ногу вперед следует пяткой, и закрывать носком. Назад это делается в обратном порядке, то есть раскрывается нога носком, а закрывается пяткой.

Если это движение выполняется с V позиции вперед или назад, необходимо, чтобы ступня при возвращении в исходное положение примыкала к ступне опорной ноги легко и сразу всей боковой частью. Когда это движение делается с V позиции в сторону, боковая часть ступни должна равномерно скользить по боковой части опорной ступни. Опорная нога во всех случаях вытянута в колене и сохраняет выворотность, прикасаясь к полу равномерно всей ступней, без завала на большой палец.

Руки при выполнении этого *battement* во всех направлениях, как правило, сохраняют 2-ю позицию, выполненную вперед началом движения. Корпус удерживается подтянуто, плечи свободно опущены и раскрыты. Центр тяжести тела все время находится на опорной ноге. Голова во время отведения правой ноги вперед или назад повернута к тому же плечу и слегка отклонена от раскрытой ноги. Когда данный *battement* исполняется в сторону, голова удерживается *en face*. Взгляд при каждом повороте и наклоне головы уверенно устремлен в том же направлении. Никакие «заглядывания» в сторону поворота или наклона головы недопустимы. Все движения головы и взгляд должны быть строгими, простыми, свойственными возрасту ученика.

Движения головы, связанные с изменением направления отведенной ноги, должны выполняться плавно. Вводить повороты и тем более наклоны головы не следует, прежде чем не будут достаточно хорошо усвоены основные детали движения ног.

Изучается *battement tendu* лицом к станку с I позиции в сторону. Это направление позволяет лучше понять и усвоить выворотное движение ноги.

Музыкальный размер – 2/4. Исходная позиция ног – I. Реки лежат на станке, локти легко опущены. Корпус и голова удерживаются прямо. Нога плавно, без толчков отводится в сторону по II позиции на целый музыкальный такт. Столько же выдерживается нога, отведенная на носок. На один такт раскрытая нога столь же плавно возвращается в I позицию и фиксируется в ней один такт. Все упражнение повторяется четыре раза с правой

ноги и столько же с левой.

По этой же схеме изучается и *battement tendu* вперед, затем назад.

Выворотное и ровное положение бедер, подтянутость опорной ноги и корпуса, точное положение плеч по отношению к опорной ступне должны строго соблюдаться, особенно при исполнении данного движения назад.

Когда *battement tendu* будет усвоен в положении лицом к станку, его можно изучать в той же последовательности и так же размеренно, держась одной рукой за станок.

## **МУЗЫКАЛЬНОЕ ОФОРМЛЕНИЕ УРОКА КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА**

План:

1. Роль музыки, ее образного и эмоционального содержания для воспитания музыкальности и выразительности выполнения.
2. Ясность, понятность, завершенность мелодий, четкость метро-ритмичных формул, содержательность - необходимые требования к музыкальному оформлению.
3. Методы музыкального оформления урока классического танца:
  - использование музыкальной литературы;
  - импровизация.

### **Краткий конспект лекции:**

Одно из основных требований методики преподавания классического танца является целенаправленное музыкальное воспитание ученика. Этому в значительной мере способствует музыкальное оформление урока.

Под музыкальным оформлением урока надо понимать музыкальную композицию, которая имеет законченную форму по характеру, фразировке, ритмическому рисунку, динамике, и находится в полном соответствии с танцевальным движением как бы сливалось с ним в одно целое. Эта композиция должна подчеркивать все особенности данного танцевального движения средствами музыкальной характеристики и помогать ученику творчески повысить качество его выполнения.

В учебной практике существует два способа оформления уроков классического танца:

1. Музыкальная импровизация
2. Использование музыкальной литературы.

Музыкальная импровизация в учебной практике применяется достаточно широко, потому что преподаватель в своей повседневной работе тоже импровизирует, составляя

примеры, а не обращается к образцам сценической танцевальной литературы. Концертмейстер является непосредственным помощником, ассистентом преподавателя. Зная характер, ритм и составные элементы учебного задания, он может предложить вниманию учащихся соответствующую тему, тональность, динамику, размер и акценты музыкальной импровизации. Правда, существует мнение, что музыкальная импровизация на уроках классического танца не может отличаться достаточно высокими художественными достоинствами, ибо она создается высокими художественными достоинствами, ибо она создается не великими композиторами, а всего лишь обыкновенными концертмейстерами. «Это верно, – отмечает Н.Тарасов в своей книге «Классический танец» – но ведь танцевальные примеры составляются тоже не великими балетмейстерами, а всего лишь обыкновенными преподавателями».

Оформление уроков классического танца музыкальной литературой также получило широкое распространение. Используется она немного в другом плане. На основе музыкального готового произведения преподаватель создает учебно-хореографический этюд.

Музыкальная литература должна войти в учебные примеры как органический элемент искусства театрального танца, а это очень трудная задача. Концертмейстеру необходимо проявить при этом чувство меры, художественный вкус и такт, предлагая произведения, соответствующие учебным целям предмета.

Музыкальная литература на уроках классического танца используется в несколько ином плане, чем музыкальная импровизация. На основе музыкального произведения преподаватель создает учебно-хореографический этюд, при этом не музыка подбирается (приспосабливается) к учебному заданию, а, наоборот, хореография стремится выразить содержание музыки, это будет уже не обычный пример экзерсиса, а учебно-танцевальная фраза.

Оформляя музыкально урок классического танца, стоит помнить, что:

1. Темп (скорость музыкального оформления) данного движения должны неизменно отвечать темпу движения.
2. Мелодико-ритмический рисунок музыкального оформления должен всегда отвечать ритмическому рисунку данного движения.
3. Аналогично наличию кульминационных моментов в музыкальном произведении и в музыкальных мотивах и фразах, в отдельных танцевальных движениях и танцевальных фразах имеются свои кульминационные точки.
4. Любое движение, должно иметь исходное положение и заканчиваться четко и выразительно.

5. Отдельные медленные движения экзерсиса исполняются также в течение одной или нескольких музыкальных фраз, причем начало и конец этого отдельного движения должны совпадать с началом и концом музыкальной фразы - предложение (Battement releve lent).

Высокий музыкальный вкус концертмейстера и преподавателя обогащает содержание учебной работы, повышает работоспособность и творческую активность учеников.

Основной задачей музыкального оформления урока классического тренажа является развитие музыкальности учащихся, т.е. развитие в детях уже с первого года обучения музыкального вкуса, ритмичности, понимания неотделимости танца от музыки, взаимосвязи отдельных элементов музыкального произведения и танца.

Музыкальное оформление урока должно помогать учащимся, овладеть техническими навыками хореографии и в то же время прививать им осознанное отношение к конструктивным особенностям музыкально-определенного технического приема.

1. Комбинации не должны быть длинными, запутанными, но лаконичными, четкими, закопченными, логичными.

2. Нельзя вводить в комбинации большое количество разнообразных движений, иначе они теряют целенаправленность.

3. Основное движение в комбинации должно быть подчеркнуто, выделено, а вспомогательные должны служить раскрытию главного движения.

4. Трудность комбинаций не должна превышать возможности учащихся и их профессиональную подготовку.

5. Все комбинации урока должны иметь общую линию развития.

«Нельзя разбрасываться в освоении изучаемых движений и приемов танца... Все должно быть взаимосвязано и работать на методическую целостность урока, его хореографическую и логическую стройность развития, а не пробиться на отдельные части»  
Н.Тарасов.

6. Н. Тарасов считает необходимым повторять урок трижды: освоение движений, повторение с усложнением, закрепление.

## РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИИ НА УРОКАХ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА

План:

1. Координация как неперенное условие овладения школой классического танца.
2. Постепенность в освоении навыков координации, необходимость ее сознательной отработки.
3. Преемственность в изучении координационных приемов, их последующее развитие и усложнение.

### Краткий конспект лекции:

Координация движений – это согласованная работа всех частей тела танцора, доведенная до гармонии выразительных средств. Важнейшие условия развития координации это постепенность и преемственность в изучении координационных приемов.

Самые простые приемы воспитания координации:

- симметричное и асимметричное сочетание работы рук, корпуса, головы en face (1-ое, 2-ое port de bras);
- изменения в схеме построения упражнения на основе одного движения (вариант 1: упражнение Battement tendu: один крест по четыре раза; вариант 2: упражнение Battement tendu 4 креста по одному);
- выполнение упражнений epaulement;
- выполнение упражнений en tournat;
- подготовительная работа к изучению le pirouette;
- усложнение комбинационных упражнений разнообразным соединением нескольких движений, port de bra, вращениями и проч.

## ТЕРМИНОЛОГИЯ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА

План

1. Возникновение и формирование терминологии. Основные элементы, сроки классического танца. Понятие en ffacee, epaulement, croisee, effacee, en dehors et en dedans; plie, releve, en tourmant, tour lent и др.
2. Элементы battements, ronds, port de bras.
3. Позы croisee, effacee, ecartee, attitude, arabesques.
4. Положение рук arroundi, allonge.

5. Связывающая движения: temps lie, pas de bourree и другие.

**Краткий конспект лекции:**

Обладание терминологией классического танца является необходимой составляющей профессионального мастерства преподавателя. Терминология классического танца – это элемент профессионального языка общения преподавателя и исполнителя. Понимание сущности сроков исполнителями помогает им в усвоении хореографического материала в учебном процессе.

В системе классического танца разработаны основные элементы, понятия, сроки, которые классифицируются таким образом.

**Группы упражнений:**

1. Группы *battements* (бить)

- *tendu* (тянуть)
- *jete* (бросать)
- *fondu* (тающий) и другие.

2. Положения корпуса

- *en face* (лицом)
- *epaulement croisee* (скрещенный)
- *epaulement effacee* (развернутый) и другие.

3. Направление поворотов

- *en dehors* (наружу)
- *en dedans* (вовнутрь)

4. Виды *rond de jambe* (круг ногой)

- *par terre* (по полу)
- *en l' air* (в воздухе)

5. Группы прыжков:

- *Temps sauté* (с двух ног на две)
- *Sissonne* (с двух на одну)
- *jete* (с одной на другую)

6. Группа поворотов и вращений:

- *en tournat* (в повороте)
- *tour chaines* (цепочка)
- *renverse* (запрокинутый) и другие.

7. Группа заносок:

- *Battu* (бить)

- Entrechat quatre (прыжок с заноской)
- Royal (королевский)
- Brisse (ломать) и другие.

8. Позы классического танца:

- croisee (скрещенный)
- effacee (развернутый)
- ecartee (раздвинутый)
- arabesque(арабский)
- attitude (поза) и другие.

9. Положение рук:

- arrondi (округленный)
- allonge (продленный)

10. Связующие движения:

- Coupe (подрезать)
- Passe (проходить)
- pas de bourree (переступание) и другие.