

**Филатова Татьяна Константиновна,**  
преподаватель хореографических дисциплин,  
МАУ ДО «Детская школа искусств имени А.А. Алябьева»,  
г. Тобольск, Тюменская область

### ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИСПОЛНИТЕЛЬСКОГО МАСТЕРСТВА НА УРОКАХ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА

**Аннотация.** Бурное развитие хореографических коллективов вызывает желание как можно быстрее обрести высокую технику танца и это стимулирует поиск новых, более действенных приемов в обучении и обновлении методики преподавания классического танца.

**Ключевые слова:** классический танец, экзерсис у станка, исполнительское мастерство, танцевальность.

Классический танец – одно из главных выразительных средств хореографического искусства. Какие бы новшества ни приносило в хореографию время, какие бы современные направления ни появлялись в танце – от джаз-модерна до хип-хопа – одно остается неизменным: классический экзерсис является стержнем, на основе которого развиваются другие танцевальные экзерсисы. Этот комплекс наиболее правильно и гармонично формирует тело, активно исправляет физические недостатки, создавая прекрасную манеру танца и осанку.

Неудивительно, поэтому не слабеет притягательность классического танца для наших детей и молодежи, желание множества людей учиться этому прекрасному искусству.

Экзерсис, основанный на классическом танце, давно доказал право на первое место в освоении танцевального искусства. Эта система является наиболее разработанной, стройной и продуманной. Упражнения классической системы очень последовательны, каждое из них имеет свою определенную задачу, не только тренируют тело ребенка, они обогащают его запасом движений, которые становятся выразительным средством танца.

Ошибочно думать, что тренаж классического танца необходим лишь будущим классическим танцовщикам и танцовщицам. Он дает развитие и навыки, крайне нужные для всякого рода сценических танцев.

Выделим следующие технологические аспекты исполнительского мастерства в классическом танце:

*Классический экзерсис у станка* важен для танцовщиков, прежде всего тем, что вырабатывает правильную постановку и устойчивость корпуса, который при экзерсисе должен держаться на опорной ноге с прямой подтянутой спиной. Как указывает профессор А. Я. Ваганова: «...правильно поставленный корпус - основа для всякого па... Правильно поставленная спина дает абсо-

лютную свободу движения». Поэтому задача классического станка - добиться надлежащей постановки корпуса и спины.

*Станок* в балете - приспособление для упражнений танцовщиков. Международное наименование станка – «бар» (франц. barre, англ. - bar в значении «брус, барьер, поручень»). Состоит из круглого, обычно деревянного бруса диаметром 6-7 см, укрепленного вдоль стен репетиционного (или учебного) танцевального зала. Станок появился в балетном классе на рубеже 18-19 вв., когда в практику театрального танца вводились позы с отведением ноги под углом 90. Выполнение танцевальных упражнений «у станка» (франц. eхercise a la barre, англ. exercise at the bar) способствует выработке выворотности, устойчивости и баланса. С упражнений у станка обычно начинается урок классического и характерного танцев. Кроме того, классический станок в значительной степени помогает освободиться от имеющихся физических недостатков: сутулости, перекоса плеч, опущения шейного позвонка, косолапости и т.п. Вместе с тем упражнения экзерсиса способствуют развитию силы, выносливости и ловкости, а также концентрация внимания, то есть качеств, необходимых для исполнителя. Помимо содействия физическому воспитанию исполнителя классический станок преследует и задачу чисто танцевального характера. Он должен выработать у исполнителей основные технические навыки, необходимые для исполнения различных танцев.

От *правильной постановки ног, корпуса, рук, головы* во многом зависит развитие технического мастерства танцовщика. Система классического тренажа требует выполнения всех позиций (позиция - положение, фиксирующее начало или окончание движения) и упражнений с предельно выворотным положением ног. Анатомическое строение скелета человека, в частности тазобедренного пояса и ног, таково, что в выворотном положении ноги имеют гораздо больший размах движения, могут выше подниматься и свободнее вращаться.

Руководитель должен *знать строение человеческого тела*, чтобы суметь объяснить ученикам основное значение выворотности. При подъеме ноги в не выворотном положении большой вертел бедренной кости упирается в тазобедренную кость и не позволяет поднять ногу выше 35-65 градусов. В выворотном положении большой вертел уходит назад и не препятствует поднятию ноги - диапазон движения увеличен. В таком положении ногу можно поднять на 90-120 градусов конечно, при соответствующей тренировке. Выворотность необходима не только для улучшения техники танца - она придает движению изящество и гармоничность.

Помимо соблюдения выворотности необходимо также, чтобы *все упражнения у станка исполнялись в полную силу*. Надо, чтобы работающие мышцы до конца напрягались, иначе эффективность упражнений очень понижается, и

мышцы не приобретают требуемой крепости. Все упражнения классического экзерсиса должны делаться совершенно точно и четко, при максимальном напряжении работающих мышц и суставов.

*Очень важно вводить в упражнения станкового классического экзерсиса несложные движения рук, корпуса и головы.* Такой экзерсис значительно поможет развитию свободы и пластичности рук, которые в танцевальном искусстве служат важнейшим средством внешней выразительности. Подобные комбинированные упражнения будут вырабатывать у учащихся навыки координации движений различных частей тела.

Опыт показывает, что экзерсис у станка может полностью отвечать всем требованиям классического канона и в то же время оставаться механическим, формальным. Между тем в нем участвуют основные компоненты танцевальной выразительности - руки, корпус и голова. Поэтому, в упражнениях классического станка следует добиваться *эмоциональности, гармоничности и координации движений*, их соответствия содержанию музыки, танцевальности всего исполнения.

Разумеется, выразительность классического экзерсиса у станка не должна приводить к манерности и искусственной пластике. В плане последовательности движений у станка взят принцип, изложенный в «Основах классического танца» А.Я. Вагановой. Порядок упражнений у станка устанавливается по *принципу чередований движений*, тренирующих различные группы мышц. Урок должен начинаться с полуприседаний и глубоких приседаний, поскольку они постепенно вводят в работу мышцы и суставно-связочный аппарат. Дальше могут даваться упражнения, тренирующие различные группы мышц. *Музыкальное сопровождение* на занятиях должно быть органически связано с выполняемым упражнением, должно соответствовать движению по характеру и стилю. Движение должно быть точно согласовано с ритмом музыки. Все это в совокупности приучает учащихся еще у станка выполнять движения не сухо, не механически, а выразительно, танцевально.

*Двигаться легко, свободно, без лишних физических усилий* - значит уметь скрывать от зрителя все исполнительские трудности, всю ту огромную затрату сил и энергии, из которых складывается мастерство. Малейшая стесненность в движении (головы, корпуса, рук и ног), недостаток физических сил, энергии и воли затрудняют, отяжеляют действия танцовщика, не дают ему возможности проявить всю полноту своего дарования. Однако легкость движения в технике танца не просто «изящная невесомость» или показной оптимизм – это средство актерской выразительности, которое может быть использовано во всем своем пластическом многообразии. Легкость дает приподнято - стройную, как бы «окрыленную» пластику танцевального мастерства, особенно при выполнении поз, вращений и т.п.

IV Международная научно-практическая конференция  
«НАУКА И ОБРАЗОВАНИЕ: ВЕКТОРЫ РАЗВИТИЯ»

Итак, мы рассмотрели и исследовали вопрос о технологических аспектах исполнительского мастерства на уроках классического танца. Выяснилось, что основной задачей классического экзерсиса у станка заключается в том, чтобы путем целесообразно подобранных, постоянно повторяемых тренировочных упражнений помочь учащимся развить тело и научиться свободно и пластично управлять своими движениями.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Балет: энциклопедия / гл. ред. Ю. Н. Григорович. – М.: Современ. энциклопедия, 1981. – 623 с.
2. Ваганова А. Я. В 12 Основы классического танца. Издание 6. Серия «Учебники для вузов. Специальная литература». – СПб.: Издательство Лань, 2000. – 192 с.
3. Звездочкин В.А. Классический танец: Учебное пособие. 3-е изд., испр. – СПб.: Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ»; Издательство «Лань», 2011. – 400 с.