**Областное государственное профессиональное образовательное бюджетное учреждение**

**Иркутское театральное училище**

**Черных Любовь Викторовна**

**Изучение новых элементов allegro в классическом танце, основные ошибки в технике исполнения»**

Методические рекомендации для преподавателей классического танца и обучающихся

Иркутск 2023

**Введение**

В порыве веселья танцуют и прыгают, но танцы и прыжки – это ещё только инстинктивное проявление чувств, но чтобы довести его до искусства, до стиля, до художественности, надо сообщить ему определённую форму, - и начинается это оформление при изучении allegro.

Allegro (прыжки) – наиболее трудный раздел урока классического танца. На allegro построен весь танец. Как сольные, так и массовые; все вальсы и коды – это allegro. В нём заложена танцевальная наука, вся её сложность и залог будущего. Вся предыдущая работа до введения allegro, является подготовительной для танца, когда же подходишь к изучению allegro, здесь мы и начинаем учиться танцевать, тут и «открывается вся премудрость классического танца», как говорит А.Я. Ваганова в своей книге «Основы классического танца».

Изучение нового движения обычно начинается с наименования, далее идёт показ и объяснения техники выполнения, в данном случае, прыжка. Это необходимо для создания зрительного образа и последующего осмысления движений. Объяснение техники должно быть понятным и целенаправленным.

Вначале второстепенные детали и тонкости движения опускаются. Первый раз движение показывается с полной амплитудой, с соблюдением всех требований, предъявляемых к его характеру по форме. Это нужно для того, чтобы учащиеся поняли, каков идеал, к которому они должны стремиться. При несовершенном показе у них создается неверное представление о движении, и оно заучивается с ошибками, которые могут закрепиться и перейти в навык.

Далее можно демонстрировать движение с меньшей амплитудой в более медленном темпе, сосредотачивая внимание на важных деталях. После первого исполнения движения учащимся, педагог разъясняет им, были ли допущены ошибки и какие.

**Подготовка к прыжкам**

Ниже описанные движения служат подготовкой к прыжкам и дают положительные результаты в развитии физических способностей обучающихся и более быстрому овладению техники прыжка в классическом танце.

Все прыжки в классическом танце начинаются и завершаются **demi plie**, которое выполняется по строгим правилам: в demi plie перед прыжком пятки должны быть особенно плотно прижаты к полу, при полной выворотности ног. Это исключает совершенно не допустимое «двойное plié» и сообщает ногам силу в прыжке. Так же не допустим завал стопы на большой палец - та, ошибка о которой нужно помнить всегда, стараясь избежать её. Правильное положение стопы в demi plié, на двух ногах или на одной, обеспечивает надежное приземление. Короткое, слабое, неразработанное ахиллово сухожилие, слабые икроножные и бедренные мышцы – существенный недостаток в развитие прыжка, преодолевается он работой ног в demi plié и releve.

**Releve** (подъем на полупальцы). В этом движении необходимо обратить внимание не столько на момент подъема на полупальцы, сколько на сдержанное опускание выворотных пяток в позицию, при этом подтягивать ноги и корпус наверх. Только тогда, когда мышцы всего тела подтянуты и тело готово к подъему, можно отрывать пятки от пола. Поднявшись на полупальцы, надо продолжать вытягиваться наверх, чтобы подготовить сдержанное возвращение стоп в позицию. Опускание – тот момент, который требует тщательного наблюдения, но который часто упускается. Подтянутый корпус, а вместе с ним и ягодицы как бы сопротивляются опусканию, остаются в той точке, куда ученик поднялся. Опускаясь в позицию, необходимо икры поворачивать вперед, мышцы бедра еще сильнее подтянуть и развернуть, стопы опускаются с нажимом в пол. При опускании в V позиции пятка опорной ноги не должна отходить от впереди стоящей стопы. Потом можно подниматься и на кончики пальцев в мягких туфлях. Навык приземления после прыжка долго вырабатывается правильным опусканием с полупальцев и пальцев.

**Battements tendus** (отведение прямой натянутой ноги и обратное ее приведение в позицию). Это движение приводит ноги в состояние полной «воспитанности» для предстоящей им деятельности, особенно в allegro. Исполняя battements tendus, нужно следить за тем, что бы стопа выскальзывала в любом направлении, нажимая с усилием в пол, и так же возвращалась в позицию. По этому принципу исполняются такие прыжки, как assamble и pas jete.

**Pour le pied** (нажимы) – опускание вытянутой стопы с подушечек пальцев на пятку. Акценты в движении на сильный более медленный по длительности нажим в пол – «прилипание» - и на быстрый отрыв пятки. Это упражнение тренирует подошвенные мышцы и укрепляет их.

Развитие силы стоп зависит от работы мышц корпуса, их сопротивление полу и опорной стороне. Для этого требуется очень хорошо отрабатывать основные движения классического танца в экзерсисах у станка и на середине зала. Строгая продуманность каждого из экзерсисов направлена на выработку виртуозной техники, четкости форм и сознательного подхода ученика к каждому движению.

К изучению allegro можно приступать после того, как освоена постановка корпуса (апломб), выработана определенная сила и выворотность ног, развита и укреплена стопа, сообщена ей эластичность.

**Техника исполнения прыжков**

Детальный разбор и методика исполнения прыжков прекрасно описана в таких книгах, как: А. Ваганова «Основы классического танца», Н. Базарова, В. Мей «Азбука классического танца». В данной работе рассматривается техника исполнения прыжка и развитие элевации и баллона в прыжках. Элевация, в собственном смысле, есть взлет – способность танцовщика исполнять высокие прыжки с перемещением в пространстве. Под баллоном подразумевается способность танцовщика задержаться в воздухе в определенной позе.

При развитии прыжка следует руководствоваться следующим правилам:

1. Перед всяким прыжком должно быть сделано demi plié.
2. В момент прыжка следует вытянуть ноги в коленях, подъеме и пальцах, если прыжок делается двумя ногами. Если же он делается на одну ногу, другая нога принимает требуемое позой положение.
3. После прыжка ноги должны коснуться сначала носком, затем плавно перейти на пятку и опуститься на demi plié.

Во время прыжка также очень важно научиться правильно удерживать корпус. В момент толчка, взлета и завершения прыжка не допустимы распущенная спина и поясница. Если корпус не собран, не подтянут, он не может активно воспринимать работу ног и участвовать в сохранении заданной позы в воздухе. Необходимо уметь точно и с достаточной силой посылать тело во время прыжка по заданной траектории. Если центр тяжести тела будет выталкиваться недостаточно расчетливо, значит, завершение прыжка будет случайным, неустойчивым. Устойчивость прыжку придают руки, они должны не только завершать художественный образ танцовщика, но и активно помогать ему в исполнении прыжка. Двигаясь энергично и активно, руки усиливают толчковый посыл всего тела на взлете. Такой прием в учебной практике условно называется «подхват». И чем выше и сложнее прыжок, тем точнее, сильнее и соразмернее должно быть выполнено это движение руками. Особое внимание «подхвату» надо уделять в больших прыжках и прыжках, выполняемых en tournant. Здесь надо руками сообщить телу вращательный посыл такой точности и силы, который позволит устойчиво выполнить движение.

Голова, как и руки, входят в общий силовой темп выполнения прыжка в целом. Активность и точность движения головы играют решающую роль в устойчивости выполнения прыжков en tournant.

Таким образом, работа ног, рук и головы в целом составляют фактор значительной силы, которая способна обеспечить хороший прыжок. Сила эта может помочь лишь в том случае, если все три фазы прыжка – толчок, взлет и его завершение – исполнитель осуществляет в едином темпе по всем правилам исполнительской техники прыжка в классическом танце.

Взлететь танцовщику должна помочь и музыка. Очень важно точно выверить темп в allegro: слишком медленный вызовет ослабление мышц и «посадит» ноги, слишком быстрый темп не позволит как следует оттолкнуться от пола. Концертмейстер должен видеть класс, дышать вместе с ним, помогать эмоционально в сложных движениях. Музыкальное сопровождение allegro должно сочетать два темпа, два характера: plié сопровождает плавная легативная музыка, а сам прыжок концертмейстер должен подчеркнуть энергичным staccato и акцентом. Музыка, обладающая исключительной силой эмоционального воздействия, сопровождая движения, повышает качество их исполнения – выразительность, ритмичность, четкость, координанацию.

**Структура раздела allegro урока классического танца**

Невозможно давать какие-нибудь твердые схемы уроков – это дело, требующее индивидуального подхода и учета многих обстоятельств. Но необходимо знать некоторые принципы построения урока, последовательность изучения движений, сколько раз движение должно быть повторено в учебном примере, какие движения целесообразнее сочетать в одной комбинации.

Прыжки, так же как и все другие движения изучаются в той последовательности, которая указана в учебной программе. Повышение эффективности и результативности урока связано: во-первых, с построением урока в целом и отдельно каждого из его разделов; во-вторых, с умением методически правильно создавать учебные комбинации.

Сначала выполняются комбинации состоящие из маленьких прыжков, например: temps sauté, pas echappe, pas glissade, pas assemble, pas jete, sissonne simple, sissonne tombe и т.д. Затем рекомендуется выполнять средние прыжки не требующие подхода, такие как: sissonne ouverte, sissonne fermee, pas ballotte. Затем следует переходить к большим прыжкам, которые связаны с энергичными подходами, например: pas chasse, pas glissade, pas faille, pas coupe, pas de bourree и т.д. Такими большими прыжками могут быть: grand assemble, grand jete, jete entrelace, grand fouette, saut de basque и т.п. Прыжки эти характеризуется высокой полетностью, с большим продвижением по прямым линиям, диагонали, по кругу. Такого рода прыжки комбинируются от задания к заданию в постепенно усложняющей форме. Заканчивать раздел allegro следует простыми упражнениями типа petit changement de pied, можно в сочетании с заносками с тем, чтобы привести организм и дыхание ученика в более спокойное состояние.

**Принципы составления комбинаций allegro**

Учебные комбинации всегда имеют четкое построение, но, несмотря на свою строгость обладают огромным потенциалом вариативного развития их построений. Основным признаком формы учебной комбинации является наличие в основе ее построения главного движения. В силе того, что главное движение является центром построения оно должно занимать большую часть пространственно-временного объема комбинаций. При этом предполагается его тщательная отработка путем обязательного неоднократного повторения, то есть изучение «в чистом виде».

Основное движение обычно сочетается в комбинациях с другими движениями и элементами этого же класса, функцией которых является улучшение технически грамотного исполнения основного движения. Чаще всего они имеют общие признаки с основным движением по характеру, темпоритму, координации и т.п.

Еще одним составляющим элементом комбинации являются связующие движения, которые используются для более естественных и гармоничных переходов от движения к движению, а также в качестве вспомогательных движений и приемов для исполнения основного движения.

Отбор движений для составления комбинаций должен производиться целенаправленно, а также связующие движения и элементы по их смысловому значению и форме исполнения должны соответствовать единому учебному уровню. Целенаправленность как основополагающий принцип комбинирования, является ключом к выполнению учебных задач любой сложности.

При составлении комбинаций очень важно соблюдать принцип единства и ее музыкально-хореографического построения. В allegro нотный материал – это фрагменты из музыкальных произведений и балетной литературы, которые должны подбираться концертмейстером в соответствии с характером движений и комбинаций. Если в балетном спектакле балетмейстер целиком подчиняется музыке, передает ее содержание и форму, то на уроке происходит обратное явление: музыка должна по своей форме подчиняться движению.

В allegro наибольшее применение имеют музыкальные размеры на 2/4 (маленькие прыжки) и 3/4 (средние и большие прыжки). Все комбинации урока должны строиться с учетом музыкальной фразы (тактовой квадратности), начинаться и заканчиваться вместе с нею. Музыкальные фразы могут быть малые и большие: от 8 до 64 тактов в зависимости от применения определенного музыкального размера. Разнообразие метрических построений музыки определяет объем комбинаций.

Темп прыжковых упражнений устанавливается преподавателем в соответствии с требованиями программы данного класса и естественно должен быть различным в младших, средних и старших классах. Все новые программные прыжки разучиваются в медленном темпе, темп ускоряется по мере усвоения движений.

Правильное построение урока во многом зависит от опыта и чуткости преподавания. Но многовековой опыт исполнителей и педагогов, который сохранен в методической литературе, должен служить для нас опорой в практике. Мы почти не знаем, как строили свои уроки, как добивались замечательных результатов знаменитые педагоги прошлого. История донесла до нас лишь описание методов преподавания К. Блазиса и один из уроков Ф. Тальони. Ученицы А. Вагановой, конечно, хранят в памяти ее уроки, но лишь два урока полностью зафиксированы в ее книге «Основы классического танца». Уроки А. Мессерер могут лишь частично служить ориентиром для педагогов, так как они рассчитаны не на учащихся, а на артистов балета. Единственным учебным пособием для педагогов служит уже много лет книга В. Костровицкой «100 уроков классического танца». И весь этот опыт, накопленный именитыми хореографами, преподаватели должны брать себе за основу, как некий фундамент для своей деятельности, а уже далее строить свои уроки в зависимости от обстоятельств.

В завершении хотелось бы сказать, что законы искусства классического танца, пластическая гармония и красота его форм познаются и постигаются большим и систематическим трудом, в противном случае наблюдается снижение уже достигнутого уровня умелости.

**Список литературы:**

1. Базарова Н.П. Азбука классического танца. Первые три года обучения: учебное пособие / Базарова Н.П., Мей В.П. – 9-е изд., стер. – Санкт-Петербург : Лань : Планета музыки, 2020
2. Ваганова А. Я. Основы классического танца. Издание 6. Серия «Учебники для вузов. Специальная литература» - СПб: Издательство «Лань», 2000
3. Костровицкая В. С. 100 уроков классического танца (с 1 по 8 класс): Учебное пособие. 3-е изд., испр. – СПб.: Издательство «Лань», «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2009
4. Мориц В.Э., Тарасов Н.И., Чекрыкин А.И.. Методика классического тренажа. – СПб.: Издательство «Лань», «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКА», 2009
5. Никифорова А.В. Советы педагога классического танца. – СПб., 2002
6. Тарасов Н.И. Классический танец. Школа мужского исполнительства. 3-е изд. – СПб.: Издательство «Лань», 2005