

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА I . ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ НАРОДНОМУ ТАНЦУ В ЛЮБИТЕЛЬСКОМ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОМ КОЛЛЕКТИВЕ	
1.1. История развития народного танца	7
1.2. Возможности народного танца в развитии обучающихся.....	18
ГЛАВА II. ТЕХНОЛОГИЯ ПОСТАНОВКИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКИХ КОМПОЗИЦИЙ НА ОСНОВЕ ЛЕКСИКИ НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКОГО ТАНЦА	
2.1. Хореографический образ как метод воплощения замысла хореографа. Тема, идея, форма, драматургия хореографической постановки	23
2.2. Рисунок танца. Распределение танца по сценической площадке.....	27
2.3. Подготовительный этап в усвоении народного танца. Процесс освоения элементов народного танца.....	41
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	47
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК.....	49
ПРИЛОЖЕНИЕ	51

ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ НАРОДНОМУ ТАНЦУ В ЛЮБИТЕЛЬСКОМ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОМ КОЛЛЕКТИВЕ

1.1. История развития народного танца

Первоосновой любого танца является ритмичность, заложенная изначально в потребности человеческого сознания двигаться в соответствии с сильными ровными ударами каких-либо предметов. Эта потребность вызвана в совершении монотонных действий человека разумного, осуществляющего примитивную трудовую деятельность в целях выживания. Таким образом, танец зародился в потребности ритмичного монотонного действия, как часть необходимого каждодневного труда, а позже стал частью различных ритуалов древних людей. Потребность в движении выражалась в исполнении людьми нескольких простых элементов, способствующих поднятию духа и созданию коллективного сознания, что улучшало качество труда древних людей.

Позже функция танца изменилась. Из потребностно-мотивационной она плавно перешла в опытно-поисковую, которая способствовала через набор определенных ритуальных движений передаче накопленного племенем опыта. Танец стал отображать трудовые процессы человека – охоту, земледелие и т.д. К ритмичным монотонным движениям добавилась пластика тела, которая способствовала переходу танца в сферу искусства. К этому периоду уже происходит формальное разделение танцев на те, которые могут танцевать все члены коллектива, и те, которым специально обучаются жрецы для исполнения ритуалов. Пластика тела позволила раскрыться эмоциональности человека, научиться через выразительные движения передавать суть желаемого.

Необходимо учесть тот факт, что танец, как искусство, вышел из обычной жизни людей, их социального уклада, их потребности в движении.

Он изменялся и совершенствовался самой жизнью в процессе исторического развития. Поэтому танцы разных народов мира отражают те условия, в которых развивалась определенная народность, формировался ее жизненный уклад, складывались традиции и обычаи [11].

Русский народный танец – это яркое, красочное творение русского народа, являющееся эмоциональным художественным специфическим отображением его быта, характера, мыслей, чувств, эстетических взглядов и понимание красоты окружающего мира. Русский народный танец развивался в различных направлениях. В языческие времена он был необходимой принадлежностью культовых обрядов. Эти танцы долго хранили следы быта, труда и религиозных верований. Но по мере разложения первобытнообщинного строя, в связи с разделением труда и ростом городов, из среды народа выделились люди-плясуны, профессиональные сочинители и исполнители музыки, песен и плясок.

О древности танцев на Руси говорят дошедшие до наших дней предания о свайных постройках на Ладожском озере в дохристианский период. На них собирали девицы и молодцы «хороводились и играли кругами».

С появлением Киевской Руси в IX веке активно начинает формироваться скоморошество, которое сыграло огромную роль в развитии и популяризации русского народного танца: зарождаются сценические формы народного творчества.

В XII веке очень популярным становится жонглирование, которое достигает полного расцвета в XIII веке. Танец жонглирования был виртуозен, с сильной примесью акробатических движений с применением темпов элевации. Ноги выворотны, часто вытянуты пальцы. Жонглер сам сочиняет и исполняет поэзию и музыку и в то же время танцует, показывая акробатические трюки и фокусы, водит обезьян. Занимает порой высокое положение, порой «нищенствует». В XIV и XV веках становятся очень

популярными «танцы ряженных», которые и по сей день бытуют в наших праздниках [9].

В конце XV века после свержения татаро-монгольского ига начинается новый этап танцевального искусства, характеризующийся сначала подавлением народного искусства (скоморошества) церковью, а затем появлением первых светских профессиональных учителей танцев к началу XVII века. Еще в конце XVI века царем Михаилом Романовым была создана «Потешная палата», в которой состояли самые талантливые скоморохи, а затем среди них выделился первый в истории учитель танцев Иван Лодыгин. Однако недовольство церкви, которая видела в скоморошестве пережитки язычества, спровоцировало гонения скоморохов и как результат, исчезновение скоморошества как вида народного искусства.

Наряду со скоморошеством существовал народный профессиональный и самодельный театр. Этот театр пережил скоморошество и продолжал развиваться до XX века, оказывая влияние на балетный театр. Он тяготел к простым, четким приемам: в ходу были резкий, размашистый жест, громкое пение, удалая пляска.

В XVII веке легендарный балетмейстер Бошан сформировал первую теоретическую систему танца. Он сумел расчленил темпы. Эта градация танцевальных па на темпы и лежит в основе системы записи танцев, возникших в конце XVII века. Бошан первый сформировал пять выворотных позиций, а также разработал позиции рук. Именно Бошан систематизировал всю хореографию, совместив французскую и итальянскую школу. Таким образом, к началу XVIII формируется и русская народная хореография.

К XVII веку начала складываться система сценического танца с разделением на классический и характерный [18].

Характерный танец – это одно из выразительных средств балетного театра, разновидность сценического танца. В XVII - XIX веках термин «характерный танец» служило определение танца в характере, образе. Такой вид танца был распространен в интермедиях, персонажами которых являлись

ремесленники, крестьяне, матросы, нищие, разбойники и т.д. Характерный танец обогащается движениями и жестами, специфичными для той или иной социальной группы, а законы композиции соблюдались не так строго, как в классическом танце.

Экономический, политический и культурный подъем России в конце XVII века позволил расширить международные отношения с зарубежными странами, искусство которых в дальнейшем сильно повлияло на развитие русского искусства. Русские дипломаты и купцы, просто вольные путешественники знакомились с театром Запада. Балет вызывал особый интерес потому, что язык музыки, танца и пантомимы доступен каждому. Привлекала пышность балетных зрелищ: смена декораций, выезды всевозможных персонажей на разукрашенных колесницах, роскошь костюмов и т.д. Подобные зрелища были эффектны, а балет того времени был искусством синкретичным, т.е. включал кроме танца и пантомимы пение и декламацию.

Петровская эпоха (XVIIIвек) разделила танцевальное искусство на части. В народе продолжается развитие русского народного танца, и даже появляются его новые разновидности, а при дворе становятся популярными европейские танцы: французская кадрили, менуэт, полонез и т.д. Так в результате влияния западных салонных танцев в русском быту появляется кадрили, полька и др. Попадая в деревню, они коренным образом изменяются, приобретают типично русские местные черты, манеру и характер исполнения, лишь отдаленно напоминая своих западных собратьев.

В это же время в России появился крепостной балет. Зародившийся в помещичьих усадьбах, он достиг высокого художественного уровня к концу XVIII века. Поскольку в провинции еще не было театра, крепостные труппы объективно служили просветительным целям. Богатые дворяне, наследуя бескрайние земли, владея тысячами крестьянских душ, устраивали у себя государство в миниатюре. В подражании столицам возник и крепостной театр. Первоначально крепостные исполняли для своих господ народные

пляски. И даже, попав в обстановку помещичьей «балетной школы», все равно сохраняли свои народные национальные традиции, что отразилось на становлении профессиональной балетной школы в России.

Будущие русские танцевальные школы зародились в недрах учебных заведений общего типа, не связанных с театром. Санкт-Петербургский шляхтский корпус, учрежденный в 1731 году, готовил русских юношей к военной и государственной службе. Их обучали многим предметам, в том числе и танцам. Они 4 раза в неделю по 4 часа занимались хореографией. Сюда в 1734 году на должность танцмейстера был приглашен Ж. Ландэ.

В XVIII веке русские народные танцевальные образы, народная пляска сохранялась на русской сцене.

Бережно сохраняли искусство русской народной пляски, ее сценическую выразительность драматические актеры и певцы оперного театра. Песенно-комические номера непосредственно соединялись с плясками старинного народного театра.

Русские артисты балета тоже старались сохранять традиции исполнения народного танца, хотя это было очень трудно в присутствии иностранцев в придворном императорском театре.

Интерес русского общества к хореографическому искусству увеличивался с каждым новым балетным представлением. Необходимость создания школы стала очевидной. В 1738 году было положено начало хореографического образования в России. Школа разместилась в бывшем дворце Петра I; балетмейстером был Ж. Ландэ. Дстойное место в школе занимал А.А. Нестеров, он занимался еще до открытия школы у Ландэ и был первым русским балетным педагогом.

В 1777 году в Петербурге был открыт общедоступный театр. Это был первый в России коммерческий общедоступный театр, называвшийся «Вольным театром». Через несколько лет он перешел в казну и стал называться городским. Театр был очень популярен у городского зрителя. В его репертуаре ставились мещанские драмы, комические и серьезные балеты,

и трагедии. В 1783 году был построен новый Каменный театр, потому что старый городской не вмещал всех желающих. Труппу городского театра составляли только русские артисты, и даже постановки осуществляли русские балетмейстеры. Этим общедоступный театр отличался от придворного [17].

В 1806 году было организовано Московское императорское театральное училище.

Русская хореография во второй половине XVIII века осваивает изучение постановочных тенденций и педагогические приемы зарубежного балета. В России работает Гильфердинг, Анджиолини, Канциани. Это время знаменуется усилением тенденций в русской культуре. Они связаны с крестьянскими восстаниями, народными волнениями, которые прокатились по всей стране. Из крепостной среды вышло много одаренных мастеров искусства. Они сыграли немалую роль в развитии провинциального театра, в формировании самобытных черт русского исполнительского мастерства.

В начале XIX века, когда крепостной балет изжил себя, многие его артисты попали на столичную императорскую сцену. В XVIII веке постепенно слагается манера актерского мастерства, и огромная роль в этом процессе принадлежит народному танцу. К концу XVIII века в русский театр пришел первый крупный балетмейстер И.И. Вальберх.

С начала XIX века значение термина характерного танца стало меняться. Его называли полухарактерным, а определение характерный перешло к народному танцу. Такое значение термина сохраняется и в наши дни.

Характерный танец XIX века отличался от народного тем, что имел не самостоятельное, а подчиненное значение. Законы его диктовала оркестровая, затем симфоническая музыка и стилистика спектакля. Народные движения были ограничены определенным количеством рас той или иной национальности.

Подчиняя народную пляску определенному содержанию, характерный танец отбирал наиболее значительные ее особенности и, укрупняя, видоизменяя главное, опускал не существенное. Такой отбор был закономерен. Он позволял передать в танце дух исторических эпох и конкретные обстоятельства действия данного спектакля, черты, свойственные всему народу, и отличительные черты действующего лица. Потому на основе одной и той же народной пляски можно было создать несколько мало похожих друг на друга характерных танца.

С самого начала в характерном танце наметились две тенденции. Первая основана на творческой близости к фольклорному первоисточнику, стремилась передать его смысловую нагрузку, его художественную природу; вторая тенденция – украшательская, стилизаторская.

Во второй половине XIX века характерный танец в балетном спектакле находился на втором плане. В основе своей он имел народный национальный танец, подвергавшийся значительной стилизации как в рисунке групп, так и в трактовке движений. Подобно классическому танцу, характерный кордебалет располагается симметрично, то расступаясь в равном количестве участников по обе стороны сцены. Он также синхронно варьировал одно и то же движение, создавая из множества участников орнамент или скомпонованную группу. Нередко характерный кордебалет служил фоном для одной, двух или трех пар солистов, отражая в более простых движениях сложный рисунок танца [11].

Движения характерного танца стилизовались в принципах классики. Сохраняя принадлежность к национальным танцам, они смягчались, округлялись, обретали большую плавность. Абсолютная выворотность ног классических танцовщиков заменялась здесь относительной выворотностью. Носки ног вытягивались как в классическом танце, руки раскрывались и поднимались в позициях классического танца. Танцы самых непохожих народностей строились на одинаковых движениях *pas de basque*, *battement developpe*, *battement jete*.

Во второй половине XIX века начался упадок зарубежной хореографической культуры, а русский балет сохранял и развивал классические традиции. В этот период Петербургскую школу возглавлял М. Пепита, который оставил бессмертные образцы классического танца.

В конце XIX века был создан exercise характерного танца. В его основе лежал exercise классического танца. Это позволило при постановках характерного танца широко использовать законы хореографического тематизма. В конце XIX - начале XX века многие артисты балета начали заниматься педагогической деятельностью, такие как: А.Горский, М.Фокин, В.Тихомиров и другие.

После Октябрьской революции новой формой проявления танцевального творчества народа стали профессиональные ансамбли песни и танца, народные хоры, а так же самодеятельные коллективы. Эти массовые любительские коллективы, возникшие почти во всех областях России, сумели поднять огромные пласты народного песенного и танцевального искусства, вывести русский народный танец на большую сцену. Художественная самодеятельность стала своеобразным продолжателем традиций русской народной хореографии.

В балетных училищах продолжали работать В.А. Семенов, В.И. Пономарев, А.М. Монахов. А в 1917 году оно пополняется новыми силами: А.Я. Вагановой, Л.С. Петровым. В первые годы после Октября вернулся в школу А.В. Ширяев, основоположник преподавания характерного танца как самостоятельной дисциплины. Этапом развития характерного танца стало в начале XX века творчество Н. Фокина, создавшего целые характерные балеты и утвердившего в них принципы хореографического тематизма [9].

Развитие народной танцевальной культуры в XX веке оказало влияние на совершенствование и обогащение приемов балетного театра. На балетную сцену пришло многообразие танцевального фольклора в его истинных народных красках.

Советская балетная школа научно обосновала, систематизировала и создала программу не только по изучению классического танца, но и создала такие новые дисциплины, отвечающие требованиям современного театра и педагогики, как народно-сценический и историко-бытовой, также русский танец. По словам Игоря Моисеева, у народного танца нет служебного хореографа, он рождается из окружающей среды.

Рассмотрим подробно хореографическую структуру русского народного танца. Он делится на два основных жанра – хороводы и пляска, которые в свою очередь состоят из различных видов.

Хоровод – это массовое народное действо, где пляска, или просто ходьба, или игра неразрывно связаны с песней. Хороводы имеют культово-обрядовую, социальную и бытовую темы. Основой хоровода является совместное исполнение хороводной песни всеми его участниками. Танец, песня и игра в хороводе неразрывно и органично связаны между собой. Участники хоровода держатся, как правило за руки, иногда за платок, шаль, пояс, венок. В некоторых хороводах участники за руки не держатся, а движутся друг за другом или рядом, сохраняя строгий интервал, иногда идут парами. Хоровод распространен по всей России, и каждая область вносит что-то новое, создавая разнообразие в стиле, композиции, характере и манере исполнения. Хороводы исполняют в медленном, среднем и быстрых темпах. Но в различных районах России существуют свои местные особенности исполнения хороводов, связанных с природными и климатическими условиями, со спецификой бытового уклада и труда, человеческими взаимоотношениями, формировавшимися в различных жизненных условиях. Эти особенности проявляются в составе исполнителей, в ритме, в содержании песен, под которые идет хоровод, и в манере исполнения, присущей определенной местности.

Пляска – это наиболее распространенный и любимый жанр русского народного танца. В древности пляски носили обрядовый, культовый характер, но со временем приобрели бытовой. Пляска родилась в хороводе и

вышла из него, разорвав хороводную цепь, усложнив техническую основу, создав свои формы и рисунки, заменив хороводную песню плясовой и различным музыкальным сопровождением. Пляской можно выразить различные состояния человека. Все движения в пляске наполнены смыслом. Пляска состоит из ряда отдельных движений - элементов, которые отличаются характерной манерой исполнения, имеют русский национальный колорит. В пляске могут участвовать парни и девушки, мужчины и женщины, подростки и пожилые люди. Для мужской пляски характерны широта, размах, удаль, сила, внимание и уважение к партнерше. Для женской пляски характерны величавость, плавность, благородство и задушевность, однако часто она исполняется живо, с задором. В каждой пляске есть свое содержание, сюжет. Одной из отличительных особенностей пляски является индивидуальная импровизация. Пляска отличается от хоровода более богатой и сложной лексикой танцевальных движений. Помимо обогащения лексики пляска дает возможность и для усложнения и разнообразия пространственного рисунка: лихие выходы парней, задорные проходки девушек, перебежки, разнообразные по рисунку переходы пар и т.д. Все это создает новые рисунки и построения, присущие только пляске. Отличает пляску от хоровода и музыкальное сопровождение. Пляски идут не только под песни, а под аккомпанемент различных музыкальных инструментов. Песни, под которые исполняется пляска, в основном быстрые, мелодии их ярко расцвечены акцентами и резко выраженной активной ритмикой. Такие песни называют плясовыми. Исполнители и зрители плясок подчеркивают ее ритмические акценты с помощью подголосков, подкрикивания, хлопков и различных музыкальных инструментов. Пляска может идти в сопровождении русских народных инструментов (ансамбля или оркестра). Инструментальное сопровождение – это еще одна основная особенность, отличающая пляску от хоровода. Как гласит русская народная пословица, не жалея каблука, валяй трепака.

Кадриль ведет свое происхождение от салонного французского танца. Французская кадриль начала распространяться в русском народе в начале XIX столетия. По количеству исполнителей кадриль можно отнести к групповым пляскам, но ее более позднее возникновение и появление в быту русского человека, своеобразное построение, четкое деление на пары и фигуры, и ряд других признаков отличают кадриль от традиционных плясок. Поэтому кадриль выделяется в самостоятельную форму. Русский народ сделал кадриль разнообразной по рисунку, введя в нее многие фигуры русских хороводов и плясок. Богаче стала и форма кадрили, она стала исполняться и линиями, и квадратом, и в круговом построении. В кадрили стали принимать участие различное количество пар: 2, 4, 6, 8 и больше, но обязательно четное. В некоторых местностях, где было мало мужчин, появляются кадрили, исполняемые одними девушками. Если французская кадриль состояла из 5 - 6 фигур, то в русской народной кадрили встречается, от 3 до 14 и даже более фигур. Названия фигур французской кадрили почти не имели отношения к существу танца. В русской же кадрили фигуры получили разнообразные названия исходя из местных особенностей, а самое главное – названия эти ярко характеризуют каждую фигуру с точки зрения хореографии или ее содержания. В некоторые фигуры кадрили вошли элементы таких видов русской пляски, как одиночная и перепляс. Каждая фигура кадрили исполняется на отдельную распространенную плясовую песню или мелодию. Каждая фигура отделяется от другой паузами-остановками как в музыке, так и в пляске. Перед началом каждой фигуры ведущий, обычно юноша первой пары, объявляет название или порядковый номер фигуры. Каждая фигура почти всегда заканчивается кружением, которое чаще всего происходит по движению часовой стрелки. Кадриль можно плясать и в богатых, праздничных и в будничных народных костюмах [17].

1.2. Возможности народного танца в развитии обучающихся

Чтобы определить влияние танцевальных упражнений на физиологическое развитие обучающихся, необходимо раскрыть структуру танцевальных упражнений, состоящую из отдельных элементов и позиций.

Позиции ног в народном танце. В народном танце используется: 5 выворотных положений классического танца, 5 прямых, 5 свободных и 2 закрытые.

Прямые позиции ног:

- I прямая - обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп.
- II - обе ноги поставлены параллельно на расстоянии стопы друг от друга.
- III - обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп; каблук одной ноги находится у середины стопы другой.
- IV - обе ноги поставлены на одной прямой линии друг перед другом на расстоянии стопы.
- V - обе ноги поставлены по одной линии друг перед другом; каблук одной ноги соприкасается с носком другой.

Во всех 5 свободных позициях ноги поставлены так, что стопы находятся в направлении между соответствующими открытыми прямыми позициями.

Закрытые позиции ног:

- I - обе ноги повернуты внутрь и поставлены носками вместе; каблуки разведены в сторону.
- II - обе ноги повернуты внутрь и поставлены друг от друга на расстоянии стопы между носками; каблуки разведены в стороны.

Во всех перечисленных позициях тяжесть корпуса распределена равномерно на обе ноги, ноги в коленях вытянуты.

Позиции и положения рук в народном танце. В народном танце используется 7 основных позиций рук. I, II, III позиции аналогичны I, II, III позициям рук классического танца.

- IV - руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии; большой палец сзади, 4 других, собраны вместе, спереди. Плечи и локти направлены в стороны по одной прямой линии.

- V - обе руки скрещены на уровне груди, но не прикасаются в корпусу. Пальцы, собраны вместе, лежат сверху плеча разноименной руки, чуть выше локтя.

- VI - обе руки согнуты в локтях, которые слегка приподняты и направлены в сторону. Указательные и средние пальцы прикасаются к затылку.

- VII - обе руки согнуты в локтях и заложены за спину на талию. Запястье одной руки лежит на запястье другой; ладони повернуты вверх.

Также подготовительное и два основных положения.

Подготовительное положение – обе руки свободно опущены вдоль корпуса, кисти свободны и повернуты ладонью к корпусу.

Первое положение – обе руки, округлые в локтях, раскрыты в стороны на высоте между подготовительным положением и второй позиции: кисти находятся на уровне талии; пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

Второе положение – обе руки округлены в локтях, раскрыты в стороны на высоте между III и II позициями; пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

В первом и втором положении возможен перевод рук вперед и назад. Уровень рук при этом не изменяется [1].

Положение рук в групповых танцах. В русских танцах исполнители держатся за руки или за платочек, образуя разнообразные рисунки-построения. Руки при построении таких фигур могут быть подняты вверх, раскрыты в стороны, опущены вниз и т.д. Фигуры могут образовываться

одними девушками или юношами или юношами и девушками вместе. Распространены следующие фигуры: круг, звездочка, карусель, корзиночка и цепочка.

Основные элементы народного танца

Переводы рук в различные основные положения.

Обращение с платочком (женские)

Шаги:

- простой шаг с продвижением вперед, с продвижением назад,
- переменный с продвижением вперед, с продвижением назад,
- переменный с притопом с продвижением вперед, с продвижением назад,
- переменный с каблука,
- шаг с переступанием.

Дроби:

- Дробная дорожка.
- Дробь с подскоком.

Основные движения русского народного танца:

- «Гармошка».
- «Ковырялочка»
- «Веревочка»
- «Маятник».
- «Моталочка»
- «Молоточки».
- «Хлопушки».
- «Полуприсядка».

С открыванием на ребро каблука,

С открыванием ноги на воздух,

Разножка - в стороны, на ребро каблука,

Разножка - вперед - назад.

- «Полная присядка»
«Гусиный шаг»,
«Мяч»,
«Ползунок»,
«Закладки».

Выполнение танцевальных элементов и танцевальных упражнений требует технической точности, большой концентрации внимания и волевых усилий со стороны исполнителя. Отработка отдельных танцевальных элементов воспитывает правильную осанку, гармонично развивая тело, раскрепощая движение. Включение тренажа в урок способствует развитию опорно-двигательного аппарата, уравнивая право- и левостороннее развитие всех мышц корпуса и конечностей, развитию сложной координации движений, расширению двигательного диапазона, тренировке дыхательной и сердечно-сосудистой системы, повышая тем самым жизненную активность организма [4].

Опираясь на народный опыт, мы стараемся расширить возможность танца, обогащая его и режиссерской выдумкой, и техникой танца, благодаря которой он еще ярче выражает себя. (И. Моисеев)

Таким образом, переводя освоение танцевальных элементов в танцевальные навыки, педагог способствует активному физическому развитию ребенка. Под физическим развитием понимаются качественные изменения в детском организме, заключающиеся в усложнении его организации, т.е. в усложнении строения и функций всех тканей и органов, усложнения их взаимоотношений и процессов регуляции. Необходимо помнить, что важной особенностью физического развития ребенка является не только определение всех его возрастных изменений, но и учет наследственных, социальных и экологических факторов.

Нормирование физических нагрузок, определение оптимальных их величин для лиц разного пола и возраста основаны на результатах комплексного изучения реакции организма ребенка на дозированную

физическую нагрузку. основополагающий принцип нормирования физических нагрузок школьников при занятиях физическими упражнениями (в частности, тренировкой) – соответствие мощности и объема выполняемых физических нагрузок возрастно-половым функциональным возможностям растущего организма.

Между суточной двигательной активностью и здоровьем школьников существует тесная взаимосвязь. Дефицит движения, или гипокинезия, вызывает многообразные морфологические и функциональные изменения организма. Но для танцовщиков характерна гиперкинезия – чрезмерная двигательная активность. Характерная и основная причина этому – ранняя специализация детей в танце и высокая плотность физической нагрузки на тренировке.

В результате напряженных нагрузок в организме происходит ряд закономерных изменений: уменьшение его энергетических, ферментных и пластических ресурсов, изменение химического состава крови, накопление продуктов распада и т.д. Все это ведет к изменению общего состояния занимающихся, появлению чувства усталости, падению работоспособности. Например, тазобедренный сустав танцовщика имеет гораздо более высокую амплитуду движений, чем у других людей и значительную выворотность ног. Выворотность – основное условие исполнения танца, вырабатывается упорным трудом с юных лет. При этом сильный наклон таза ведет к появлению поясничного лордоза, в результате возникает быстрое утомление мышц и патологические изменения. Наклон таза кзади делает спину плоской.

Большая подвижность позвоночного столба способствует созданию апломба – устойчивости в большом разнообразии поз и движений танца [18].

ГЛАВА II. ТЕХНОЛОГИЯ ПОСТАНОВКИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКИХ КОМПОЗИЦИЙ НА ОСНОВЕ ЛЕКСИКИ НАРОДНО- СЦЕНИЧЕСКОГО ТАНЦА

2.1. Хореографический образ как метод воплощения замысла хореографа. Тема, идея, форма, драматургия хореографической постановки

Переходя к постановочной работе, руководитель начинает с рассказа о содержании танца, стараясь возможно полнее объяснить исполнителям характер, взаимоотношения, обстановку, в которой действуют персонажи. Затем исполнители знакомятся с движениями, входящими в танец. Если движения отличаются своеобразием, технической трудностью, они предварительно отрабатываются. Когда они технически уже не представляют трудности для исполнителей, начинается работа над танцем: исполнители знакомятся с его рисунком, последовательностью выходов, перестроений. И лишь когда вчерне весь танец уже ясен, когда готов как бы первый его набросок, - начинается наиболее сложная и тонкая отработка движений, требующая творческого подхода к созданию танцевальных образов. Полезно последние репетиции проводить в костюмах, намечая обстановку сцены. Это позволит исполнителям органичнее войти в свою роль, слиться с рисуемым образом.

Помимо проведения практических занятий, с исполнителями ведутся беседы о танцах, о книгах, которые они прочитали, о концертах и спектаклях, которые они посетили.

На близком и доступном учащемся материале можно объяснить понятия «содержание танца», «форма танца», «художественные образы танца». Основное положение — «искусство есть правдивое отражение жизни» — можно ярко и убедительно раскрыть, подбирая доступные для понимания учащихся примеры, где содержание и форма танцев связаны с особенностями жизни и быта создавшего их народа. Народный танец

сопутствует человеку там, где возникает в нем потребность, - именно так говорил Игорь Моисеев.

Примерами связи содержания и формы танца с жизнью народа могут служить старинные героические военные пляски: например, «Гонта» у запорожцев, «Хоруми» у грузин; хороводы и танцы, отражающие картины труда: «Уж мы сеяли, сеяли лен» (русский хоровод), «Сбор хлопка» (узбекский танец), «Бульба» (белорусский танец); танцы, в которых изображаются животные и птицы, например: «Гусачок» в Смоленской области, «Ласточка», «Петух», «Козлик» у литовского народа; танцы, связанные с картинами природы, такие, как «Метелица», которую танцуют и русские, и украинцы, изображая вихревое, кружащееся движение снежинок, подражая движениям зябнувшего человека.

Необходимо обратить внимание учащихся на то, что в искусстве жизнь отражается своеобразно, в особой художественной форме. Танцующие выделяют в исполняемом действии самые яркие, характерные, обобщенные черты, они придают действию красивую и выразительную форму. Девушки, исполняющие литовский народный танец «Ласточка», держат в одной руке маленький белый платочек и время от времени делают быстрые мягкие взмахи кистью руки, подражая взмаху крыльев. В танце есть фигуры «полет», «нырянье», когда бег девушек и их пробеганье в воротца напоминают движения птиц. Есть фигура, в которой девушки взмахивают платком, как-бы прощаясь с улетающими птицами [7].

Выделение, ярких, типических черт составляет также основу изображения в танце человека. Каждый народ придает своему танцюру или танцорке те черты народного характера, которые он любит, уважает, которыми он гордится. Великий балетмейстер Игорь Моисеев говорил: «Не вижу более праздничного жизнелюбивого вида искусства, чем народный танец. Он с детской непосредственностью раскрывает свои чувства, вовлекает в свое веселье».

В танцах русского народа мы встречаем образы мужчин, женщин, девушек с очень разнообразными характеристиками, в зависимости от места происхождения танца и от его содержания. Но в основе этих характеристик лежат по преимуществу одни и те же, наиболее типические и наиболее излюбленные народом черты: образ мужчины-танцора отличается силой ловкостью, благородством, виртуозностью движения. Русская женщина — величава и в то же время скромна, сдержанна в выражении своих чувств, движения ее плавны и грациозны. В некоторых танцах ей свойственны живость и веселье, задорность, кокетство с оттенком лукавства и юмора [22].

Большую помощь в понимании характера и образов русского танца может оказать ознакомление учащихся с отрывками из художественной литературы, в которых описываются танцевальные сцены. Танец Наташи Ростовской в гостях у дядюшки (Л. Толстой «Война и мир»), танец бабушки в произведении А. М. Горького «Детство», танец-соревнование лучших плясунов двух соседних колхозов, строящих электростанцию в повести Тендрякова «Среди лесов», описание танцев в поэме Твардовского «Страна Муравия » - далеко не полный список литературных произведений, в которых ярко и правдиво описаны танцевальные сцены, раскрыты чудесные образы русского народного танца.

Работа над образом, над передачей в танце различных черт народного характера позволяет учащимся очень конкретно усвоить понятия «художественный образ», «танцевальный образ». Для них делается понятным, что формулировка В. Г. Белинского «Поэт мыслит картинami и образами» может быть отнесена и к искусству танца.

Усвоение понятия «художественный образ» помогает вскрыть и понятие «содержание танца». В практике иногда приходится сталкиваться с неправильным пониманием этого выражения: нередко считается, что содержание имеется лишь в сюжетных танцах, где рисуются определенные события, где имеются завязка, развитие действия и развязка, Учащиеся должны понимать, что танец не всегда рисует события, что очень часто

содержанием танца является именно воплощение художественных образов, характерных человеческих черт, настроений, переживаний [21].

Необходимо также в практике танцевальной работы довести до сознания учащихся значение единства формы и содержания в произведениях искусства. Учащиеся должны ясно понимать, что движения танца, его танцевальная форма обусловлены жизненными, бытовыми, исторически сложившимися особенностями существования народа. Эта национальная танцевальная форма должна по возможности сохраняться в подлинном, неискаженном виде. Следует предупредить учащихся об ошибках, с которыми нередко приходится сталкиваться, когда в русской пляске, например, исполняются движения или принимается общий рисунок, более характерные для танца украинского, татарского или башкирского.

Тема, идея, форма, драматургия хореографической постановки.

Украинский танец «За двумя зайцами»

Темой данной постановки является поведение юноши по отношению к двум девушкам. Одна из которых является его женой. Ухаживая за одной не замечает появления жены и разворачивается скандал. за основу взят фильм режиссёра Виктора Иванова «За двумя зайцами». Но по сути в постановке отражена часто встречающаяся жизненная ситуация обыгранная с юмором.

В композиции задействованы три исполнителя один юноша и две девушки.

Сначала на сцене появляется молодая , девушка .Затем появляется юноша и девушка сразу обращает на него внимание , но ухаживания принимает не сразу.Далее девушка всячески кокетничает с юношей и он пытается передней выставить себя в лучшем виде посредством исполнения трюков.

В середине композиции появляется жена, напугав обоих и набрасывается на мужа. Пытаясь защитить любимого девушка вступает в конфликт с женой.

В процессе когда обе девушки делят юношу он от них вырывается и убегает, а девушки пытаются его поймать все покидают сцену.

Темой этой постановки стало взаимоотношения между молодыми девушками и юношей юноша пытается ухаживать за девушками, а девушки кокетничают с ним.

«Русский танец»

В постановке задействовано три исполнителя :две девушки и юноша.

В начале на сцене появляются две девушки подружки как бы общаясь между собой затем появляется юноша , который пытается ухаживать сразу за обоими .девушки же обе ему отвечают взаимностью но в конце постановки происходит небольшой казус обе попытались поцеловать юношу но он в этот момент поклонился и они промахнулись.

2.2. Рисунок танца. Распределение танца по сценической площадке.

Композицию создаёт балетмейстер – создатель, сочинитель хореографического произведения. Каждая композиция включает в себя ряд танцевальных комбинаций, она должна основываться на определённом музыкальном материале и отражать все особенности музыки, строиться по законам драматургии и включать в себя экспозицию, завязку, ступени перед кульминацией, кульминацию и развязку. В композиции следует размечать рисунок танца и хореографический текст.

Рисунок танца – это расположение и перемещение танцующих по сценической площадке.

Рисунок танца, как и вся композиция (он должен выражать определённую мысль), должен быть подчинён основной идее хореографического произведения, эмоциональному состоянию героев, которое проявляется в их действиях и поступках. Прежде чем разбирать значение рисунка танца в создании хореографического произведения, следует сказать, что рисунок танца и танцевальный текст неразрывно связаны.

В древности, в период зарождения танцевальной культуры, охотник пластическими движениями подражал повадкам зверя, “рассказывал”, как он подкрадывался к нему, как боролся и побеждал его. Он передавал это, используя все возможные выразительные средства, в том числе и рисунок танца, который и был одним из выразительных средств, словом, имелась тесная связь между тем, что хотел сказать охотник – исполнитель танца, и его передвижениями, т. е. танцевальным рисунком. В древние времена наиболее развитым в композиции танца был именно рисунок, хотя он часто был незамысловатым.

Древние танцоры, как замечал Аристотель, посредством ритмичных движений, изображают и характеры, и душевные состояния, и действия. Можно предположить, что именно с появлением земледелия наряду с круговыми рисунками появляются и линейные построения танца, что в какой-то степени связано с отражением в нём трудового процесса – полевых работ.

Большое значение в развитии рисунка танца древних народов имела импровизация. Танцы шаманов, дошедшие почти до наших дней, подтверждают это.

На протяжении веков хореографическое искусство усложнялось, оттачивалось. Развивались все составные части композиции танца, становился разнообразнее рисунок.

При сочинении рисунка танца балетмейстер должен использовать все возможности, для того чтобы добиться наибольшей выразительности, полнее раскрыть образ, характер, настроение героя [7].

Взаимосвязь рисунка танца и танцевальной лексики.

Рисунок танца должен развиваться логично, быть тесно связан с танцевальной лексикой, способствовать наиболее яркому выявлению на сцене танцевального текста.

В зависимости от задачи номера балетмейстер может симметрично или асимметрично строить рисунок танца. ”Некоторое знакомство с геометрией, -

говорил Новер, - также может принести здесь немалую пользу: наука эта внесёт ясность в фигуры танцев, порядок в их комбинации, придаст чёткость формам и, сокращая переходы от фигуры к фигуре, сообщит исполнению большой блеск”.

Рисунок танца организует движения танцующих, систематизирует их. Различные построения и перестроения оказывают на зрителя определённое психологическое воздействие, и задача балетмейстера – добиться, чтобы рисунок танца наиболее полно выражал ту мысль, то настроение и тот характер, которые заложены в номере. Например, плавное развитие рисунка, неторопливое движение, соответствующее музыке, невидимые движения ног танцующих, как бы плывущих по сцене, рождают перед зрителем образ лебёдушки. Рисунок танца в данном случае играет ведущую роль, но для создания образа имеют значение и танцевальный текст, и костюм – словом, все выразительные средства.

В хороводе “Берёзка” (исполнитель – Государственный хореографический ансамбль “Берёзка”) балетмейстер Н.Надеждина, используя в основном рисунок танца, раскрывает образ стройной, как берёзка, русской девушки, её характер, образ русской природы.

Ёще во времена Пифагора начались исследования воздействия на человека различных построений и перестроений. Различались спокойно-статистический характер горизонтального построения, возвышенный - вертикального построения, возбуждающе-динамический – диагонального построения. Уже в то время задумывались над соотношением переднего, заднего и крайнего планов, необходимых для создания глубины пространства [24].

Важно, чтобы рисунок не отвлекал зрителя своей оригинальностью, а всей своей выразительностью способствовал пониманию основной идеи произведения, его образов, пониманию замысла балетмейстера.

Взаимосвязь рисунка танца с драматургией. Логика развития рисунка.

Драматургия номера раскрывается через композицию танца, а, следовательно, и через рисунок танца. Экспозиция, завязка, ступени перед кульминацией, кульминация, развязка требуют, чтобы рисунок танца развивался от простого к сложному, чтобы кульминационному моменту развития действия соответствовал наиболее насыщенный рисунок танца. Это особенно касается номеров, где основным выразительным средством является рисунок танца. Там, где танец насыщен танцевальной лексикой, кульминация номера может быть решена через интересный танцевальный текст (рисунок же в этом эпизоде может быть не столь насыщенным, не столь сложным).

Логика развития рисунка танца представляет связь предыдущего рисунка с последующим, а также, что каждый последующий рисунок должен быть развитием предыдущего. Представьте себе, что певец, начав музыкальную фразу, резко обрывает её, не допев до конца, и переходит к следующей. Это вызывает у слушателей недоумение. Так и танцевальный рисунок должен быть завершённым и логично переходить из одного в другой. “Каждая картина или положение сами собой ведут к следующим, - писал Новер, - фигуры танца следуют одна за другой столь же непринуждённо, сколь и грациозно. Задуманный эффект сразу же становится ощутимым, фигура, казавшаяся изящной на бумаге, будучи перенесена на сцену, теряет свою прелесть, другая, которая кажется пленительной зрителю, видящему её сверху, выглядит совсем иначе из ложи первого яруса или партера ...”

Обычно во время сценических репетиций хореограф старается проверить построение рисунка танца из разных точек зрительного зала и при необходимости вносит определённые коррективы.

Логика развития рисунка танца диктуется в первую очередь задачей, которую ставит балетмейстер. Но бывают случаи, когда в соответствии с драматургией номера нужно показать на сцене тревогу, взволнованность или другие яркие, эмоциональные состояния героя. Тогда балетмейстер может

строить рисунок танца “клочковато”, обрывая один рисунок и переходить к другому, такое решение будет вполне оправданным, так как будет соответствовать задаче, которая стоит перед балетмейстером.

Разговаривая, человек то повышает, то понижает голос, изменяя интонацию, замедляет или ускоряет речь. На письме это обозначается знаками препинания. Рисунок танца тоже рассказывает и, следовательно, тоже имеет свои знаки препинания. Их расстановка в первую очередь зависит от мысли, драматургии и музыкального материала [18].

Рисунок танца всецело зависит от музыкального материала, на основе которого сочиняется данный танцевальный номер. Он должен отражать характер, образ музыки, её стиль, находиться в тесной связи с темпом, ритмом музыкального сочинения. Танец, его рисунок, развивается вместе с музыкой, она то замедляется, то убыстряется, то звучит еле слышно на пианиссимо, то усиливается до звучания фортиссимо. В танце, так же как в музыке, где одна фраза логически переходит в другую, один рисунок должен сменять другой.

С началом новой музыкальной фразы начинается и новая танцевальная фраза. Если имеется повтор музыкальной темы или её развитие, балетмейстер должен услышать это и отразить, либо в повторе, либо в развитии уже использованного рисунка.

Музыкальная форма, композиторский замысел произведения должны найти адекватное выражение в композиции танца, следовательно, и в его рисунке. Так, например, форма рондо в музыкальном сочинении требует соответствующего выявления в хореографии (в рисунке танца или в танцевальной лексике).

Рисунок танца соответствует характеру музыки. Например, лирический вальс требует рисунка плавного, неторопливого, если можно так сказать, напевного. А острый, чёткий характер мазурки заставит балетмейстера обратиться к рисункам, стремительным, с динамичными продвижениям, резкими поворотами, неожиданными изменениями в направлении движения.

Это не означает, что вальс и мазурка не могут иметь один и тот же рисунок. Круг может быть и в вальсе и в мазурке, но характер рисунка в лирическом вальсе будет отличаться от мазурки, более динамичной, темпераментной, порывистой.

Темп музыкального произведения, динамика должны получить соответствующее выражение в рисунке танца. Темп определяет не только скорость движения, не только быстроту перемещения исполнителей по сценической площадке, но и определяет характер произведения. Таким образом, динамика и темп являются и средствами выразительности танца.

Характер и темперамент, присущие танцам определённого народа, также находят отражение в рисунке танца. Это проявляется в динамике движения, в остроте и плавности рисунка, свойственному тому или иному народному танцу.

Каждый народ под влиянием условий жизни, труда, географического положения выработал в течение веков свой типичный рисунок танца, свою танцевальную лексику. В них наиболее полно раскрывается характер этого народа, его быт, его обычаи и нравы.

Распределение танца по сценической площадке зависит от многих факторов, но, прежде всего от той задачи, которую ставит перед собой балетмейстер в данном танцевальном номере. Он должен умело сосредоточить внимание зрителя на том эпизоде, который является для него наиболее важным.

«Балетмейстерам почаще следовало бы обращаться к картинам великих живописцев, - Писал Новер – Изучение этих шедевров, несомненно, приблизило бы их к природе, - и они старались бы, тогда как можно реже прибегать к симметрии в фигурах, которая, повторяя предметы, даёт нам на одном и том же полотне как бы две сходные картины.

Однако сказать, что я вообще, порицаю, все симметрические фигуры и призываю во всю искоренить их применение, значило бы превратно использовать мою мысль» (Новер Ж..Ж. Письма о танце и балетах).

Высказывание Ж.Ж. Новера об изучении балетмейстерами произведений великих живописцев, о симметрии и асимметрии в рисунке танца, думается, справедливо особенно в тех случаях, когда мы отражаем на сцене какую-либо бытовую картину, жизненное явление, раскрываем в танце определенный сюжет.

Возьмем, например, сцену перед наводнением в балете Р.Глиэра “Медный всадник”. Паника, страдание, волнение, различные мелкие эпизоды, сменяющие один другой, решены пластическими средствами. Может ли балетмейстер в данном случае пользоваться симметрическими рисунками? Нет. Рисунок должен соответствовать характеру сцены. Горе и отчаяние людей, бушующая стихия – всё должно быть хаотичным, разбросанным, неорганизованным. Однако это впечатление может быть достигнуто лишь с помощью высокой организации рисунка танца и построения мизансцены. Важно, чтобы балетмейстер умел подчинить их конкретной задаче.

Рисунок танца может строиться балетмейстером в нескольких планах. Нужно чтобы хореограф умел переносить внимание зрителей на тот план или на тех действующих лиц, которые в данный момент являются главными. Например, в танцевальной картине “Хмель”, П.П. Вирским в Государственном ансамбле народного танца, балетмейстер построил сцену так, что в определенный момент отвлекает внимание зрителей и делает неожиданным появление девушки-хмеля.

Нужно уметь управлять вниманием зрителя и для этого так распределять рисунок танца по сценической площадке, чтобы второстепенное не отвлекало, а помогало выделить главное.

Рассмотрим в качестве примера адажио из второго акта балета “Лебединое озеро” в постановке Л.Иванова. Весь рисунок танца кордебалета построен как аккомпанемент основным действующим лицам – Одетте и Принцу. По своему характеру танец солистов соответствует музыке.

Так же как в оркестре тема переходит от солирующего инструмента ко всему оркестру, или группе инструментов, так и на сцене тема иногда переходит от солистов к кордебалету, несмотря на всё разнообразие и красоту построения лишь фон для главных персонажей.

При построении рисунка танца балетмейстер должен учитывать планировку сцены, а также смысловую сторону эпизода. Так, например, “Половецкие пляски” в опере А.Бородина “Князь Игорь”, тесно связаны с предыдущей сценой. Следовательно, рисунок танца должен исходить предыдущей мизансцены и быть обращен к главным персонажам. Предположим, что танец, например хоровод, должен быть построен как чувствование какого-нибудь действующего лица. При сочинении такого хоровода балетмейстер должен строить рисунок танца так, чтобы он был обращен к герою. Тогда смысловая задача танца найдет в рисунке своё отражение. Следовательно, рисунок танца зависит, прежде всего, от замысла номера, его идеи, музыкального материала, музыкальной формы всего произведения (его внутренний характер и образ, ритмической стороны темпа, строение музыкальных фраз), национальной принадлежности танца (характерные черты рисунка, присущие танцам данного народа, его характеру) [17].


Произведение должно быть построено по законам драматургии, что отражается и в рисунке танца. При постановке танца балетмейстер обязан учитывать логику развития рисунка танца, стремясь к разнообразию рисунков, использовать принцип контраста в построении рисунка, выделять основной, первый план рисунка танца, равномерно.

Рисунок, описание движений хореографической постановки

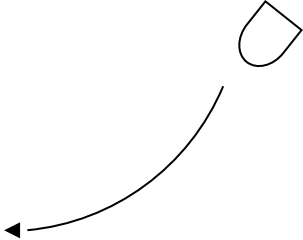

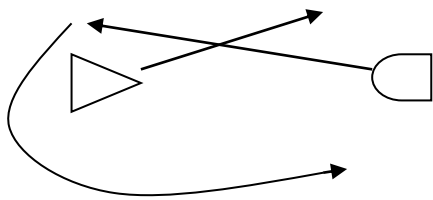
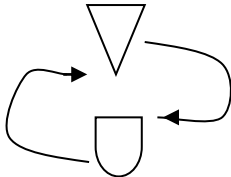
Украинский танец «За двумя зайцами»

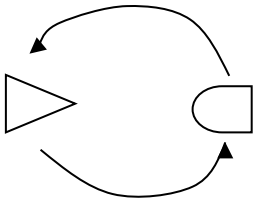
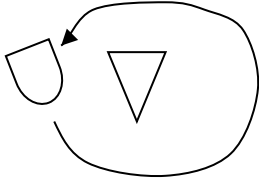

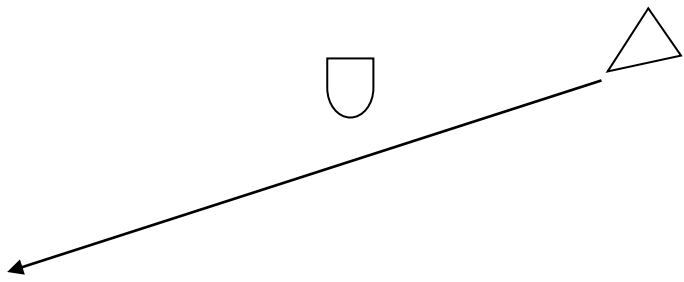
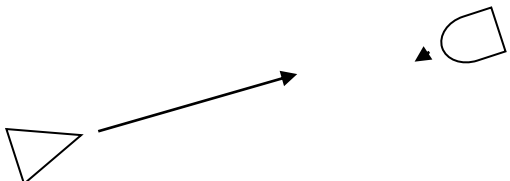
Условные обозначения:

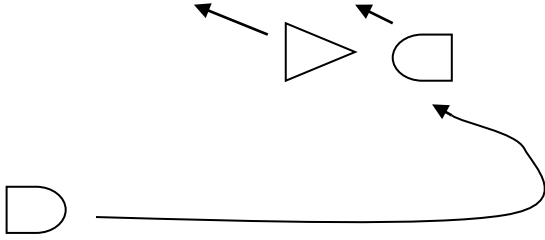
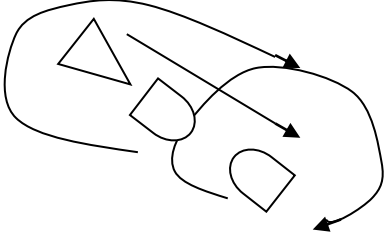
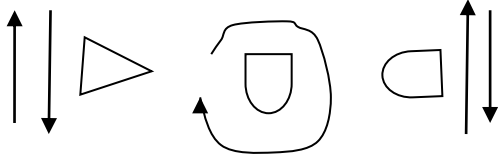
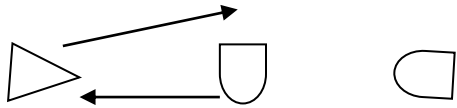
 - юноша (М);

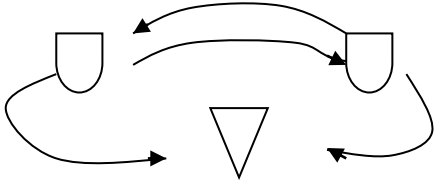
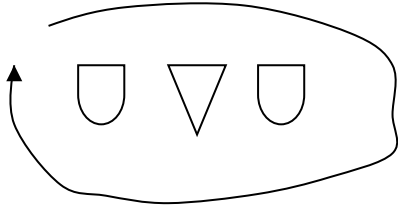
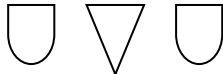
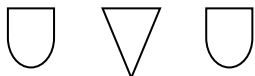
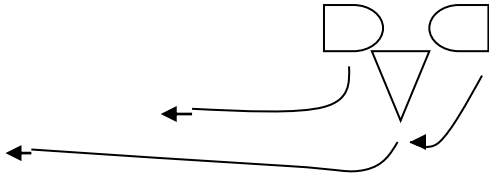
 - девушка (Д);

 - передвижение танцовщиков

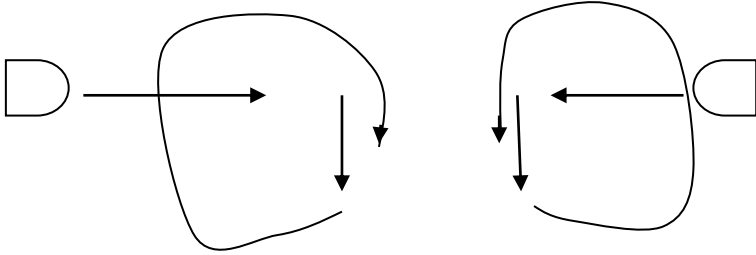
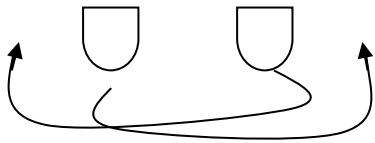
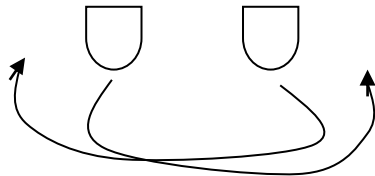
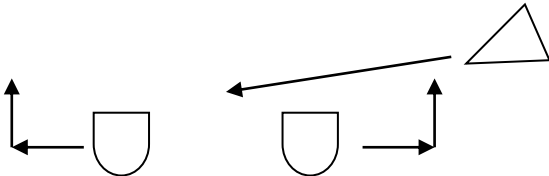
рисунок	описание
	<p>1-4 такты</p> <p>Д1 выбегает из правой 3 кулисы по первому плану до середины сцены</p>
	<p>5-8 такты</p> <p>Д1 исполняет комбинацию. Н последнем такте из левой первой кулисы появляется М</p>
	<p>9-17 такты</p> <p>Д1 и М начинают двигаться друг к другу. На последнем такте Д1 подныривает под руками М и обходит его выходя на середину сцены</p>
	<p>18-26 такты</p> <p>Д1 и М оказались на середине сцены друг за другом. Исполняют каждый свою комбинацию и на последний такт сходятся лицом к друг другу</p>

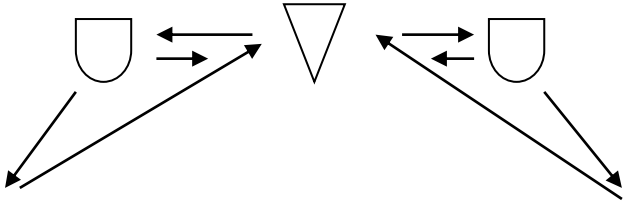
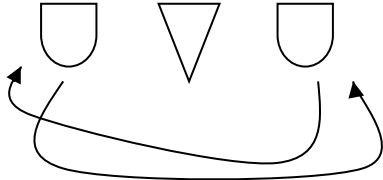
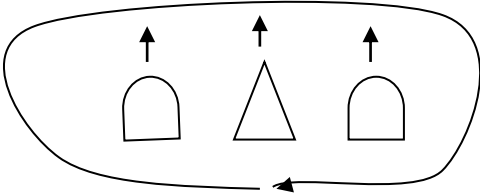
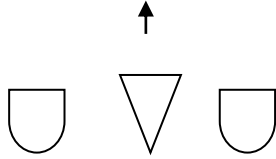
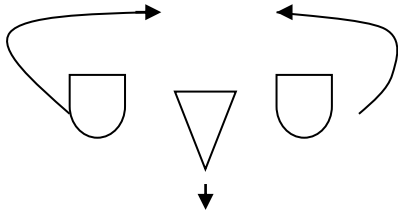
	<p>27-35 такты</p> <p>Д1 и М движутся по кругу и останавливаются на противоположных сторонах от начала движения.</p>
	<p>36-44 такты</p> <p>М садится на колени в центре сцены а Д1 продолжает движение вокруг М</p>
	<p>45-53 такты</p> <p>М встаёт с колена и подаёт руку Д1. Общая комбинация в конце которой М отходит к правой 3 кулисе</p>
	<p>54-62 такты</p> <p>М исполняет трюк по диагонали, Д1 хлопает на месте</p>
	<p>63-71 такты</p> <p>Д1 и М сходятся к центру и иполняют общую комбинацию</p>

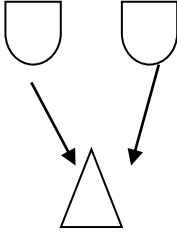
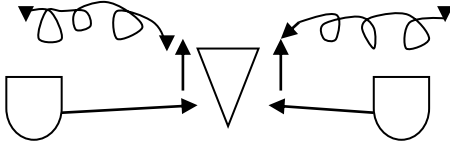
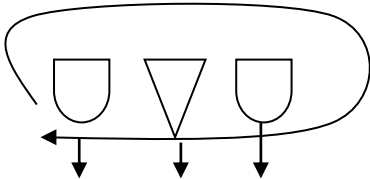
	<p>72-79 такты</p> <p>Из левой 1 кулисы выходит Д2, проходит по авансцене и подходит к М и Д1</p>
	<p>80-87 такты</p> <p>Д 1 обходя М уходит на центр на задний план, М переходит в центр, Д 1 исполняет вращение вокруг М. На последний такт Д 1 выходит на центр Д 2 и М расходятся по сторонам</p>
	<p>88-95 такты</p> <p>Д 1 исполняет трюк в центре. Д2 и М двигаются из стороны в сторону параллельно друг другу. На конец фразы Д1 отходит в сторону М передвигается на центр</p>
	<p>96-103 такты</p> <p>Д1 и Д2 исполняют комбинацию по центру, М на заднем плане исполняет свою комбинацию. На последний такт М выходит на середину Д1 и Д2 по сторонам назад</p>

	<p>104 -111такты</p> <p>М исполняет трюк, Д1 и Д2 двигаются по полукругу сзади на последний такт берут М за руки с двух сторон</p>
	<p>112-127 такты</p> <p>Д1 и Д2 перетягивают М затем исполняется элемент «дощечка»</p>
	<p>128-135 такты</p> <p>Общая комбинация держась за руки передвижение вперед-назад</p>
	<p>136-141 такты</p> <p>Общая комбинация из стороны в сторону</p>
	<p>142-154 такты</p> <p>Д1 и Д2 пытаются поймать М, он выскальзывает и убегает за кулисы. Д1 и Д2 убегают за ним</p>

« Русский танец »

рисунок	описание
	<p align="center">1-8 такты</p> <p>Из второй кулисы с разных сторон выходят Д1 и Д2, доходят до середины затем вперёд, вокруг себя (зеркально) на последний такт поклон</p>
	<p align="center">9-16 такты</p> <p>Д1 и Д2 исполняют комбинацию зеркально и меняются местами</p>
	<p align="center">17-24 такты</p> <p>Продолжение комбинации и снова меняются местами</p>
	<p align="center">25-32 такты</p> <p>Д1 и Д2 исполняют движение друг от друга и назад исполняют комбинацию в этот момент около 3 кулисы справа появляется М и движется к середине сцены</p>

	<p>33-40 такты</p> <p>М исполняет комбинацию на середине сцены, Д1 и Д2 исполняют комбинацию двигаясь в диагонали затем к М стороны от него и снова к нему</p>
	<p>41-48 такты</p> <p>Д1 и Д2 меняются местами перед М</p>
	<p>49-56 такты</p> <p>все вместе идут назад, спиной к зрителю</p> <p>М подхватывает Д1 и Д2 и разворачивает лицом к зрителю в этот момент Д1 и Д2 достают платки</p>
	<p>57-64 такты</p> <p>Д1 и Д2 исполняют комбинацию зеркально,</p> <p>М отходит чуть назад и любуется девушками</p>
	<p>65-72 такты</p> <p>Девушки уходят назад за юношу и обсуждают его. М выходит вперед исполняет соло, в конце своего соло М падает на пол</p>

	<p>73-80 такты</p> <p>Девушки подбегают к М, машут на него ,исполняют комбинацию в это время М встаёт на ноги</p>
	<p>81-88 такты</p> <p>Д1 и Д2 подходят к М берут под руки вместе отходят назад.девушки раскручиваются от М затем к нему</p>
	<p>89-96 такты</p> <p>«дощечкой» все вместе делают один круг вокруг себя далее Д1 и Д2 делают два шага в перё и поклон и пытаются поцеловать М а М в этот момент делает поклон</p>

2.3. Подготовительный этап в усвоении народного танца. Процесс освоения элементов народного танца

Педагогический процесс должен преследовать две важнейшие цели: во-первых, учащиеся должны освоить как можно больший программный материал и, во-вторых, освоить его хорошо.

К средствам народной хореографии относятся –национальные элементы, вращения, трюковые элементы. Экзерсис у станка предназначен для подготовки опорно-двигательного аппарата для исполнения сложных элементов на середине зала. Упражнения для первого урока должны быть простыми,но включать в себя определённую трудность для исполнителя.

Доступная выполнимость упражнения – залог успеха первых уроков. Если же учащиеся быстро и правильно выполняют учебное задание, то в следующих уроках можно предложить более сложное по технике исполнения (изменение темпа, амплитуды движений), благодаря этому педагог может держать учащихся в состоянии мобилизационной активности. Если такое состояние будет сохраняться в течение каждого урока, то у учащихся формируется психологическая ориентация на продуктивную работу.

Подготовка к началу движения (preparation).

Подготовка к началу движения заключается в движении руки, которое выполняется на музыкальное вступление, идущее в темпе данного музыкального сопровождения.

При музыкальном размере $2/4$, $3/4$ или $6/8$ подготовка занимает 2 такта; при музыкальном размере $4/4$ или $6/8$ медленного темпа - 1 такт.

Музыкальный размер - $2/4$. Движение занимает 2 такта.

Исходное положение; одна рука на станке, другая – в подготовительном положении. Голова повернута от станка.

1 такт.

Первая четверть - рука из подготовительного положения, округляя в локте, поднимается перед корпусом, чуть ниже первой позиции, и открывается от кисти до локтя в сторону; в первое положение; кисть находится на уровне талии. Голова слегка наклоняется вперед и поворачивается в сторону открытой руки; вторая четверть - пауза.

2 такт.

Первая четверть - рука собирается в локте и , описав небольшой полукруг к первой позиции, закрывается в четвертую. Взгляд следует за движением кисти. Голова при этом слегка наклоняется и в момент окончания движения руки поворачивается от станка и поднимается.

Вторая четверть - пауза.

Для детей 6-8 лет достаточно эффективны простые общеразвивающие упражнения. Необходимо максимально разнообразить упражнения,

использовать различные исходные положения, скорость и амплитуду движения, и т.д. основная задача в занятиях с детьми этого возраста – сформировать возможно большее количество простейших двигательных навыков.

Для детей 9-10 лет применяют те же упражнения, но в усложнённом варианте, с добавлением национальных элементов. Для детей и подростков от 11 до 14 лет нужно предполагать упражнения на координацию с постепенно возрастающей сложностью, используя трюковые и акробатические элементы [19].

Процесс освоения элементов народного танца. Основной формой организации физического развития учащихся хореографических классов является урок народного танца. Занятия с учащимися могут проводиться в группе, либо в индивидуальном порядке.

Организация занятий. Продолжительность занятий зависит от года обучения, возраста учащихся и учебных задач. Например, на 1 год обучения, в группе начальной подготовки, рекомендуется использовать 4-6 часов в неделю.

Урок состоит из 3-х частей: подготовительной, основной и заключительной.

Подготовительная часть продолжительностью 8-10 минут используется для функционального выработки организма, разогрева, растягивания мышц, увеличения их эластичности, психологического настроя на предстоящую деятельность. Тут используются разнообразные, простые в координационном отношении упражнения.

Комплекс упражнений для первой части урока определяется его задачами и содержанием.

Основная часть урока продолжается от 20 до 30 минут, может решать несколько взаимосвязанных задач совершенствование техники, развитие физических качеств, решение воспитательных задач и т.д. эта часть урока базируется на следующих положениях:

1. Техническая подготовка осуществляется в первой трети основной части урока, когда организм ученика находится в состоянии оптимальной готовности к восприятию новых и оценке знакомых ему пластических элементов.

2. При решении программных задач рекомендуется использовать волевые качества, ставка делается на технику исполнения, скорость выполнения движений, силу и ловкость.

3. В начале основной части урока целесообразно применять метод расчленённого сложного упражнения на относительно самостоятельные элементы (метод расчленённого упражнения применяется для изучения, совершенствования, закрепления и исправления отдельных элементов).

4. Наибольшая нагрузка в уроке приходится на 2 блок основной части, с постепенным снижением к финалу.

Заключительная часть урока продолжительностью 3-5 минут, предназначена для постепенной нормализации двигательной активности учащихся и восстановления дыхания.

Процесс восприятия учащимися хореографических классов программного материала, связанного с формированием двигательных навыков, условно можно разделить на три этапа:

1. стадия начального уяснения;
2. стадия детализация – освоения;
3. стадия закрепления и совершенствования двигательного действия-усвоения.

Разучивание упражнений обеспечивается комплексом методов и приемов техники исполнения упражнений, ощущения движений, фиксации положений и др.

Для достижения результативности исполнения движений, от учащихся требуется большее число повторений. Исправление ошибок и неточностей должно быть последовательным. Необходимо следить за тем, чтобы приобретаемые навыки не превращались в динамические стереотипы. Это

важно ещё и потому, что с возрастом, в соответствии и с изменениями размеров тела, изменяется и техника движений. Сгибание и разгибание конечностей, амплитуда движений, частота повторений, должны воздействовать на те или иные группы мышц. По мере освоения комплекса, отдельные упражнения могут выполняться с нарастающей интенсивностью и с большим количеством повторений. Каждое упражнение следует выполнять под музыку [24].

Педагог-хореограф должен приучить детей перед выполнением движения под музыку правильно занять исходное положение, соблюдать координацию движений рук и ног, следить за правильной осанкой. Главным правилом выступает – свобода, естественность, отсутствие всякого напряжения.

Освоению элементов народного танца отводится большая часть времени. Этот процесс занимает среднюю часть занятий и позволяет не только закреплять ранее выученные элементы, но и разучить новые элементы, а также включать их в танцевальные композиции.

Необходимо помнить, что технически верно выполненное упражнение формирует правильную хореографическую культуру у ребенка младшего школьного возраста, поэтому формированию технических навыков уделяется много внимания.

В процессе разучивания новых элементов педагог объясняет технику выполнения, оперируя специальной терминологией, потом показывает правильное исполнение элемента, а потом приступает к непосредственному выполнению элементов у детей. В процессе выполнения упражнений педагог поправляет, исправляет, корректирует точность выполнения и дает словесные инструкции. На следующих занятиях танцевальные элементы отрабатываются до автоматизма [7].

Методы и приемы воплощения хореографического образа. В момент передачи образа и характера героев, следует обратить внимание не только на профессиональное мастерство, но и на особое внутреннее состояние. Танец имеет юмористическое наклонение этому очень важно актёрское мастерство исполнителей, а также разность образов между Д1 и Д2. Движения девушек сложны лексически но при этом исполняются легко и не принужденно. Движения юноши широкие мощные, но при этом тоже смотрятся легко. Неотъемлемой частью хореографической постановки, также является и костюм. Здесь используются национальные костюмы Украинского народа, но чтобы чётче подчеркнуть разницу в женских образах на девушках надеты разные головные уборы и используется реквизит –половник.

Так как постановка на не большое количество участников очень важно проявить здесь актёрские способности. Движения должны быть максимально выразительными и чёткими. В лексике девушек используется много дробей и вращений. Чтобы вращения красиво просмотрелись для этой постановки нужны платья с пышной и достаточно длинной юбкой, на голове кокошник. У юноши мужской русский народный костюм.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В сегодняшней социальной ситуации в нашей стране, когда политика государства направлена на возрождение духовных ценностей, возрождение народного творчества приобретает все более важное значение. Отточенное веками, сохранившееся в сотнях поколений народно-сценический танец является одной из высших духовных ценностей русского народа, а также эффективным средством не только всестороннего воспитания, но и сохранения и развития традиций национальной хореографической культуры народов России.

Возрастает ценность и значимость деятельности педагога народно-сценического танца. Используя народно-сценический танец как средство сохранения и развития традиций национальной хореографической культуры, в ребенке возрождаются чувства своей родной земли, связи со своим народом, ощущение счастья бытия и творчества.

Участие детей в творческом процессе создания танца, особенно на основе народных обычаев, традиций, историй костюма является мощным инструментом формирования элементов этнического самосознания и национальной культуры детей, поэтому предложенные формы работы руководителя танцевального коллектива (педагога-хореографа) крайне важна в его практической деятельности.

История развития народного танца уходит в далекое прошлое, когда племена формировались в народности и культура племен находилась в зачаточном состоянии. Танцы отражали те условия, в которых развивалась определенная народность, складывались традиции и обычаи. С тех времен танцы отличаются образностью и пластичностью. Но как система, культура народного танца сформировалась под воздействием европейской культуры, сохранив при этом самобытность. XX век положил начало активному развитию народной хореографии. В 20-е годы XX века появилось большое количество профессиональных ансамблей, а также самодеятельных

коллективов. Параллельно активно развивается балетный театр, в основу которого ложится фольклор. Таким образом, народный танец приобретает свою структуру, систему характерных движений, подчиняясь композиционным принципам построения и основываясь на определенных позициях рук, ног и основных элементах народного танца.

Цель работы достигнута - созданы две постановки на основе народно-сценического материала, которые могут быть использованы в репертуаре детско-юношеских хореографических коллективов.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Барышникова Т. Основы хореографии. // М., 2001. 272 с.
2. Безруких М.М. и др. Возрастная физиология (Физиология развития ребенка). // М.: Академия, 2002. 393-398 с.
3. Безуглая Г.А. Координация музыкального и хореографического материала в процессе осуществления музыкального сопровождения урока классического танца // Вестник академии русского балета имени А.Я Вагановой. – №7, // 1999. 142-151 с.
4. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движения и физиологии активности. // М., 1966. 349 с.
5. Борисов А. Балетная школа // Выпуск I. // Самара, 1991.
6. Борисов-Дрондин А.Н. Танец классический: терминология и пластическая структура элементов экзерсиса // Учебно-методическое пособие. // Самара, 2003.
7. Васильев О.С. Этнофитнес и культура движения // Современные эстрадные танцы, № 1 (13) // М., 2003. 42-43 с.
8. Ваганова А.Я. Основы классического танца. М., 1984. 342 с.
9. Дубских Т.М. Народно-сценический танец как особый вид социокультурной деятельности // М.: Просвещение, 175-186 с.
10. Иваницкий М.Ф. Анатомия человека с основами динамической и спортивной морфологии. // М., 1985.
11. Иноземцева Г.В. «Народный танец» // М.: Знание, 1978
12. Макарова Г.А. Спортивная медицина. // М.: Советский спорт, 2002.
13. Матюгин И.Ю. Школа эйдетизма. Развитие памяти, образного мышления, воображения. // М.: Изд-во Эйдос, 1997.
14. Немов Р.С. Психология. Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений. В 3 кн. Т. 3. // М.: ВЛАДОС, 2000. с. 143.
15. Пидкасистый П.И. Педагогика. // М.: ВЛАДОС Педагогическое общество России. 1998.

16. Пономарев Я.А. Психология творчества и педагогика. // М.: Педагогика, 1976.
17. Смирнов И.В. Искусство балетмейстера. // М.: Просвещение, 1986. 192 с.
18. Тарасова, Н.Б. Теория и методика преподавания народно-сценического танца: учеб. пособие // СПб.: ИГПУ, 1996.
19. Фомин Н.А. Физиологические основы физического воспитания. // М., 1981. с. 44-45.
20. Хендрикс К. Танцевально-двигательная терапия. // М., 2004. с. 64-69.
21. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. М., 2001. с. 175-178. 231. Чистякова М.И. Психогимнастика. // М.: Просвещение, 1995. с. 48-54.
22. Шамина Л. Работа с самодеятельным коллективом. // М.: Музыка, 1983. 184 с.

Электронные ресурсы

23. <http://www.bestreferat.ru/referat-188282.html>
24. <https://studfiles.net/preview/1713648/page:3/>