

Рецензия на методическую разработку педагогов МАОУ ДО МЭЦ

Рубцовой Валентины Вадимовны и Амирхановой Любовь Вачагановны на тему: «Синтез элементов современной и народной хореографии в процессе создания хореографических композиций»

Методическая разработка, выполненная педагогами МАОУ ДО МЭЦ Рубцовой Валентиной Вадимовной и Амирхановой Любовью Вачагановной на тему: «Синтез элементов современной и народной хореографии в процессе создания хореографических композиций» актуальна и определяется потребностью в изучении и сохранении народных традиций, в современной творческой интерпретации фольклорного материала, необходимостью поиска новых форм соединения народного и современного искусства, развития народного хореографического творчества.

Содержание данной методической разработки решает следующие задачи:

- познакомить с историческими основами танцевальной культуры, самобытностью и образностью танцев русского народа;
- ознакомить с историей развития современного танца;
- научить правильным и выразительным движениям в области народно-стилизованной и современной хореографии;
- способствовать обогащению танцевальной лексики;

В методической разработке подробно даны исторические справки развития народного и современного танца. Рассмотрены такие темы как: «Основные элементы народного танца и процесс их освоения», «Влияние народного танца на физиологическое развитие обучающихся». Подробно описана организация структурной и содержательной составляющей занятий по хореографии, а также особенности активизации деятельности обучающихся и развития их творческих способностей через импровизацию. Также раскрыты понятия о методах преподавания танца в современной хореографии.

Авторы привели несколько примеров по постановке стилизованных танцев, с описанием костюмов, образов, подбор музыки и дано потактовое объяснение хореографических рисунков, что является очень ценным материалом для начинающих педагогов, работающих в этом направлении.

В заключении сделаны выводы о том, что создание стилизованного танца - это не подражание, не имитация какого-либо стиля, это создание совершенно нового лексического материала, за счет смешения стилей, комбинирования движений из разных стилей. Это целый процесс создания абсолютно новой хореографической постановки, наполненной бытом и

жизнью русского народа и добавление к нему современного звучания, при этом, не искажая ни современности, ни истории русского народа.

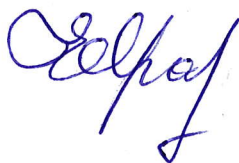
И в завершении методической разработки предложен обширный список используемой литературы.

После ознакомления с методической разработкой педагогов МАОУ ДО «Межшкольный эстетический центр» Рубцовой Валентины Вадимовны и Амирхановой Любви Вачагановны на тему: «Синтез элементов современной и народной хореографии в процессе создания хореографических композиций» можно сделать вывод, что она является результатом осмысления многолетнего опыта работы с хореографическим коллективом.

Представленная к рецензированию методическая разработка педагогов МАОУ ДО МЭЦ Рубцовой В.В. и Амирхановой Л.В. на тему: «Синтез элементов современной и народной хореографии в процессе создания хореографических композиций» имеет практическую значимость и может быть рекомендована к использованию педагогами хореографических отделений в дополнительном образовании.

Дата выдачи 15 января 2025 года

Рецензент – заслуженная артистка Краснодарского края, преподаватель Краснодарского хореографического училища высшей квалификационной категории



Ярошук Е.И.

Рецензия заверена



Е.Ю. Матко

Муниципальное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования
муниципального образования город Краснодар
"Межшкольный эстетический центр"

**Методическая разработка на тему: «Синтез элементов современной и
народной хореографии в процессе создания хореографических
композиций»**

Составители:
педагоги дополнительного образования
Рубцова Валентина Вадимовна
Амирханова Любовь Вачагановна

Краснодар, 2025 г

Содержание:

Введение.....	3
1.1. История развития народного танца	4
1.2 Основные элементы народного танца и процесс их освоения	11
1.3 Влияние народного танца на физиологическое развитие обучающихся	13
2.1. История развития современного танца.....	15
2.2. Общие методы преподавания танца в современной хореографии.....	28
2.3. Импровизация как метод развития творческих способностей обучающихся на занятиях современного танца.....	30
3.1 Стилизованный народный танец, как средство сохранения национальной культуры и народного творчества.....	33
3.1 Постановка хореографической миниатюры «По бережку».....	39
Заключение.....	48
Список используемой литературы.....	49

Введение

Танец - это яркое, красочное творение народа, являющееся эмоциональным, художественным, специфическим отображением его многовековой, многообразной жизни. Он воплотил в себе творческую фантазию людей, глубину их чувств. Народный танец всегда имеет ясную тему и идею - он всегда содержателен. В нём существует драматургическая основа и сюжет, есть и обобщенные и конкретные художественные образы, создающиеся благодаря разнообразным пластическим движениям, пространственным рисункам (построениям).

Танцевальный образ воспринимается как непосредственно, так и путём ассоциаций. Правдивость, конкретность и художественность танцевальных образов определяется их содержанием и танцевальной лексикой, органической связью с мелодией, её характером, ритмом и темпом.

В ходе развития общества народный танец приобрёл большее самостоятельное значение, стал одной из форм эстетического воспитания. Народ создал изумительные по красоте и рисунку танцы с разнообразным содержанием. Красочные хороводы, мудрёные кадрили, виртуозные, целомудренные пляски солистов, лихие переплясы и так далее говорят о богатстве и большом многообразии русского народного танца. Он имеет свои оригинальные, чёткие, исторически сложившиеся признаки, свои глубокие национальные корни и богатые многовековые исполнительские традиции. Это самостоятельный, самобытный, высокохудожественный вид творчества русского народа.

В наше время народный танец по своей распространенности практически ушел на задний план, в то время как современный танец все больше развивается и занимает передовые позиции. Это неправильно, так как именно в народном танце раскрывается вся суть, широта русской души и культуры.

Современный танец все больше занимает основные позиции в жизни людей. Многие хореографы современного танца становятся очень знаменитыми. Пользуясь этим, они привносят много нового и раскрывают за счет своих постановок, переживания людей или какие-либо ситуации. Танцорам не мешают рамки, они раздвинуты. Важны движения, их подача и форма.

С целью обогащения народного танца новыми средствами и формами хореографической выразительности используют стилизацию, отражающую динамику изменения танцевального языка. В наше время духовно-нравственное развитие личности особенно актуально, современные условия общественного развития буквально диктуют необходимость обращения к идейно-эстетическому воспитанию подрастающего поколения, через народного творчество, сохранение и возрождение национальной культуры, посредством хореографического искусства.

Подрастающее поколение в большей степени тянется к исполнению эстрадных и современных танцев, поэтому важно правильно сформировать

репертуар и постепенно вводить народный танец, через стилизацию. При этом важно, создавая новые разнообразные формы танца, сохранять национальную культуру и индивидуальность. Закладывая в детей интерес к своему народу, нации и культуре в них формируется национальное самосознание и толерантное отношение к другим народностям.

Актуальность определяется потребностью в изучении и сохранении народных традиций, в современной творческой интерпретации фольклорного материала, необходимостью поиска новых форм соединения народного и современного искусства, развития народного хореографического творчества.

Цель программы: развитие танцевально-исполнительских способностей обучающихся в области стилизованного народного танца.

Задачи:

- познакомить с историческими основами танцевальной культуры, самобытностью и образностью танцев русского народа;
- ознакомить с историей развития современного танца;
- научить правильным и выразительным движениям в области народно-стилизованной и современной хореографии;
- способствовать обогащению танцевальной лексики;

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 так далее.

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.

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. Он 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. 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 расчленить 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.

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 так далее. 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 так далее.

Подобные зрелища были эффектны, а балет того времени был искусством синкретичным, то есть включал кроме танца и пантомимы пение и декламацию. Петровская эпоха (XVIII век) 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 так далее. Так, в результате влияния западных салонных танцев в русском быту появляется кадрили, полька и другие. 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. Достойное 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. 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 полу характерным, 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 значение, а подчиненное. 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.

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 *exercice* характерного танца. В его основе лежал *exercice* 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 также 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.

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.

Давайте рассмотрим подробно хореографическую структуру русского народного танца. Он делится на два основных жанра – хоровод 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 культовообрядовую, 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 выражать 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 так далее. 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 жалеи 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.

1.2 Основные элементы народного танца.

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 к 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.

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 так далее. Фигуры могут образовываться 20 одними девушками или юношами и девушками вместе.

Распространены следующие фигуры: круг, звездочка, карусель, корзиночка и цепочка.

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»
- «Веребочка»
- «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».

1.3. Влияние народного танца на физиологическое развитие обучающихся.

Выполнение танцевальных элементов и танцевальных упражнений требует технической точности, большой концентрации внимания и волевых усилий со стороны обучающихся. Отработка отдельных танцевальных элементов воспитывает правильную осанку, гармонично развивая тело, раскрепощая движение.

Включение тренажа в наше занятие в Межшкольном Эстетическом центре 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.

Опираясь на народный опыт, мы стараемся расширить возможность танца, обогащая его и режиссерской выдумкой, и техникой танца, благодаря которой он еще ярче выражает себя. Таким образом, переводя освоение танцевальных элементов в танцевальные навыки, мы в Межшкольном Эстетическом центре способствует активному физическому развитию наших обучающихся.

Под физическим развитием понимаются качественные изменения в детском организме, заключающиеся в усложнении его организации, то есть в усложнении строения и функций всех тканей и органов, усложнения их взаимоотношений и процессов регуляции.

Необходимо помнить, что важной особенностью физического развития обучающегося 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 на дозированную физическую нагрузку.

Основополагающий принцип нормирования физических нагрузок обучающихся 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 обучающихся 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 так далее. 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 сзади делает спину плоской. Большая подвижность позвоночного столба способствует созданию апломба – устойчивости в большом разнообразии поз и движений танца.

Наш педагогический процесс преследует две важнейшие цели: во-первых, обучающиеся осваивают как можно больший программный материал и, во-вторых, осваивают 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 занятия мы берём простые, но включающие в себя определённую трудность для исполнителя. Доступная выполнимость упражнения – залог успеха первых занятий. Если же обучающиеся быстро и правильно выполняют задание, то на следующих занятиях предлагаем более сложное по технике исполнения (изменение темпа, амплитуды движений), благодаря этому мы держим обучающихся в состоянии мобилизационной активности. Если такое состояние будет сохраняться в течение каждого занятия, то у наших обучающихся формируется психологическая ориентация на продуктивную работу.

Подготовка к началу движения (preparation). Подготовка к началу движения заключается в движении руки, которое мы выполняем под 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 младших обучающихся 6-8 лет достаточно эффективны простые общеразвивающие упражнения. Мы максимально делаем разнообразными эти упражнения, используем различные исходные положения, скорость и амплитуду движения, и так далее. Наша основная задача в занятиях – сформировать возможно большее количество простейших двигательных навыков.

Для обучающихся 9-10 лет применяем те же упражнения, но в усложнённом варианте, с добавлением национальных элементов. Для подростков от 11 до 14 лет предполагаем упражнения на координацию с постепенно возрастающей сложностью, используя трюковые и акробатические элементы.

2.1. История развития современного танца

Современный танец – это многожанровый и эстетически разноплановый феномен. К современному танцу в настоящее время относятся все направления хореографии, которые были рождены в XX веке.

В настоящее время существуют пять основных систем танца со своей эстетикой, школой и техникой исполнения:

1. Классический,
2. Народный,
3. Модерн-джаз,
4. Модерн и постмодернистский танцы (термин, предложенный И.Райнер для обозначения американского направления),
5. Contemporary (термин, предложенный для обозначения европейского современного танца).

Это те системы, которые имеют свою историю, свой эстетический модуль, свою технику, свою методику подготовки исполнителей, свой язык движений. Своё развитие, как самостоятельное направление современный танец (модерн и джаз модерн танец) стал получать только в XX веке.

Из истории развития джаз модерн танца было выявлено два направления:

1. Афроамериканский джазовый танец и
2. Свободный танец Айседоры Дункан

1. Джаз это воплощение эмоций, ощущений. Результат столетней эволюции игры на ударных инструментах негритянских племён. На далёкой периферии западной цивилизации и скрытой от городского мира на протяжении нескольких столетий шло формирование своеобразного искусства. Подобного, которому нет ни в одной другой точке земного шара. Музыка, первоначально вывезенная невольниками из Африки, дала неожиданные ростки в Северном Новом Свете и породила неведомые ранее виды, получившие обобщённое название «афроамериканская музыка». Только в 70-е годы прошлого века негритянские спиричуэлы, пробудили сознание того, что в чёрной среде США развивается своеобразное искусство. Этот пласт современной культуры, проложил новые пути, выражающие некоторые важные духовные устремления нашей эпохи. Мелодика, ритм, полиметрия объясняют свежесть, новизну, богатство джаз модерн танца. Джаз танец совпадает с тенденцией психологии XXI века – к радикальному обновлению выразительных средств по сравнению с эпохой романтизма и классицизма. В последние годы наблюдается всё больше смешанных танцевальных техник.



Первым педагогом и хореографом, объединившим в своём творчестве технику модерн и джазового танца, был Джек Коул. Его система, так называемая хинди-джаз, объединила технику изоляции «чёрного» танца, движения индийского фольклорного танца и достижения «Денишоун» - первой школы танца модерн.



Джек Коул. На занятии. 1966 г.

В 60 – е годы XX столетия происходит взрыв интереса к модерн джаз танцу и в Западной Европе. Здесь же проходят первые семинары американских педагогов. В настоящее время, помимо модерн – джаз танца как базовой техники, можно выделить следующие направления: мюзикл-джаз,

классический джаз, афроджаз, флэш, стрит, блюз-джаз (лирический джаз), фанк. Джазовый танец используется в шоу, ревю, в мюзиклах и кинематографии, варьете и драматических спектаклях. Джазовый танец стал второй системой (после классического балета) танцевального искусства со своей эстетикой, стилистикой, лексикой и главное, школой



Мюзикл-джаз «Чикаго».



Классический джаз



Афроджаз



Стрит



Джазфанк

Танец модерн возник в начале XX века как техника, противопоставляемая классическому балету, если в балете существовали жесткие каноны и не менее жесткая иерархия, то модерн был основан на философии индивидуальностей, это отвергавших и в первую очередь как авторский танец. Создатели танца модерн – Айседора Дункан, Марта Грэхем, Дорис Хэмфри, Тед Шоун, Элен Тамарис. В дальнейшем каждый из этих хореографов и исполнителей создал собственную школу и технику. В танце модерн существенным является попытка выстроить связь между формой танца и внутренним состоянием исполнителя.

В конце XIX, начале XX века создавались теории танца и движения. Эти теории основывались на колоссальной волне «свободы тела», появившейся с конца XX века и продолжавшейся вплоть до 20-х годов в Америке, Германии и позже во Франции. Теоретик «телесного выражения» Франсуа Дельсарт, определил равенство трёх языков: «чувственный» его органом является голос, «эллиптический», который передаётся через жесты, «философский», который выражается членораздельными словами. Таким образом, Дельсарт установил точную шкалу функционирования каждой части тела в её связи с эмоциями.

Эмиль Жак Далькроз разработал теорию связи движения и ритма. Влияние Далькроза во многом сказалось на творчестве Дункан, Сен-Дениз и других основателей танца модерн. Среди учеников Далькроза были те, кто впоследствии стали яркими представителями «немецкой школы» современного танца – Мэри Вигман, Грэт Палукка, Мари Рамбер. Поиски

Дельсарта продолжил Штайнер, создатель эвритмии («зримой речи», «видимого пения»).

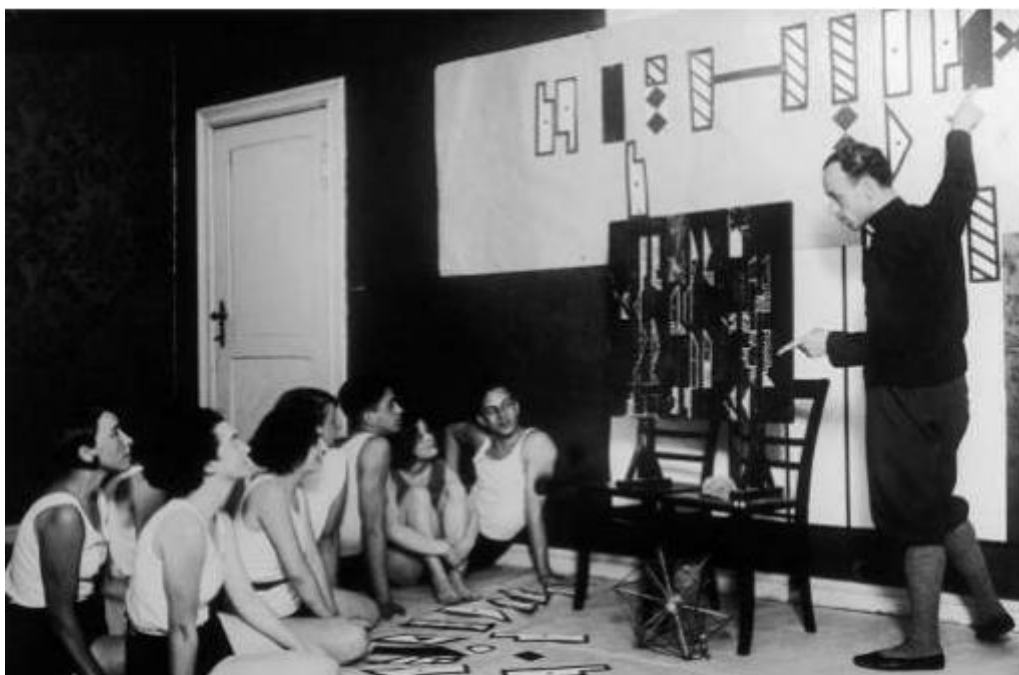
Основа музыкальной эвритмии – образное переживание отдельных звуков и тонов, выраженное движением в пространстве. Одним из теоретиков и вдохновителей танцевального экспрессионизма в Германии, а затем и в Европе, был Рудольф фон Лабан. Лабан освободил движения от формальных ограничений – стилистической принадлежности, музыки, сценического пространства. Он предложил универсальную теорию танцевального жеста, которая оказалась применимой для анализа и описания всех пластическодинамических характеристик, независимо от того, к какой национально-стилевой и жанровой категории они принадлежат.

Пространство, время, сила (энергия) – три константы, на которых построил Лабан свою теорию движения. По теории Лабана все движения можно разделить на пять основных групп:

1. передвижение,
2. состояние покоя,
3. жестикуляция,
4. элевация,
5. вращения.



Рудольф фон Лабан с танцевальной группой. Германия, 30-е годы
Лабан известен тем, что в 1928 году изобрел универсальный способ записи движений при помощи несложных рисунков — лабанотацию. Лабанотацию в балете использовали много лет — пока не появилась возможность разучивать движения по видеозаписям. Вот так выглядит танец, записанный по системе Лабана.



В 1921 году Лабан становится директором Национального балета Германии и собственной школы, которая открыла новую эпоху в немецком танце модерн. Наиболее известными учениками были танцовщики и хореографы Мэри Вигман и Курт Йосс. Мэри Вигман создавала хореографические произведения, в которых использовались основные постулаты системы Лабана. Форма хореографии у Вигман тесно связана с понятием пространства. Вигман полагала, что танец может выражать не только эмоции, но и полную внутреннюю жизнь человечества. Вигман чуть позже войдет в историю как родоначальница экспрессивного танца — Вигман первой придет в голову отказаться от танцевальных движений, традиционно считавшихся «красивыми».



Мэри Вигман.

Ещё один ученик Лабана Курт Йосс пытался в своём творчестве использовать достижения классического балета и соединить его технику с основами системы Лабана. «Пионерами» в области сценического американского танца модерн стали яркие и талантливые исполнители: Лой Фуллер, Рут Сен-Денис, Тед Шоун, Айседора Дункан Лои Фуллер — первая, кто догадался добавить в выступления работу с тканью и светом: в те времена, когда она выступала в парижском кабаре «Фоли Бержер», ее коронным номером был танец «Серпантин» с двумя огромными белыми покрывалами.

Айседора Дункан использовала все возможности движения, и повседневные движения: шаги, прыжки, простые повороты. Танцевала босая, в свободной тунике, напоминавшей древнегреческую. Дункан в своём танце, не демонстрировала, какой либо техники. «Танец будущего», создать который стремилась Дункан, должен был помочь людям стать здоровыми и красивыми, вернуть утраченную гармонию, восстановить естественные связи человека с природой. Танец «великой босоножки» воспринимался как танец свободный, он не подчинялся нормам и канонам, ничего не заимствовал у привычных пластических форм. Она указала путь тем, кто искал нетрадиционных форм телесной выразительности.



Айседора Дункан

Поиски в области нового танца продолжили супруги Рут Сен-Денис и Тэд Шоун. Благодаря совместной работе Сен-Денис и Шоуна в 1915 году в Америке была открыта первая школа танца модерн «Денишоун», название которой на долгие годы стало символом профессионального танца модерн. Сен-Дени, увлеченная культурой Востока, относилась к танцу как к ритуалу или духовной практике.

Шоун же изобрел танцевальную технику для мужчин — тем самым разрушив все предубеждения о танцовщиках. В «Денишоун» учебный план был крайне разнообразным — и даже эклектичным: йога, балет, этнические стили, религия, философия, принципы Дельсарта и многое другое. В школе преподавались различные виды танца — восточные, классические, характерный, бальный, испанский и стиль, разработанный для себя Шоуном. Эта школа создала американский танец модерн и воспитала таких «звёзд» этого направления, как Марта Грэхем, Дорис Хэмфри и Чарльз Вейдман.

Основоположниками танца модерн в США считаются Марта Грэхем, Дорис Хэмфри, Чарльз Вейдман, Хелен Тамирис, Ханья Хольм. Их заслуга состоит, прежде всего, в том, что каждый из них был не только блестящим

хореографом и исполнителем, но и педагогом, создавшим свою школу подготовки танцовщиков. Марта Грэхем стремилась создать драматически насыщенный танец, способный передать весь комплекс человеческих переживаний, использовала сюжеты античной и библейской мифологии. Хореограф, танцовщица, режиссер, художник по костюмам — все это про нее.

Вдохновение она искала в мифологии Древней Греции. Грэм больше интересовали истории героинь второго плана, о судьбе которых в литературе принято было не задумываться: к примеру, Клитемнестра, мать-предательница из мифа об Оресте и Электре. Наследие Марты Грэм живо: до сих пор существует труппа *Martha Graham Dance Company*, а артисты из поколения в поколение пытаются постичь разработанную ею технику «сжатие-расслабление». Суть ее в том, что, если верить Грэм, физика движения подчинена дыханию — и анатомическим изменениям при дыхательном процессе



Марта Грэм выступает на крыше. Бостон, 20-е годы

Стиль Дорис Хемфри основывался на падениях и сохранениях равновесия, она использовала ритм дыхания для движения вверх и вниз, подобно волнам океана.

Мерс Кеннингхэм был духовным «отцом» авангарда. Он был одним из тех, кто пошёл своей дорогой и основал свою систему танца. «Основополагающая идея – та, из которой проистекают все остальные – касалась содержания танца. Танец не должен был иметь никакого сюжета, не должен ни о чём повествовать. Более того, танец не должен также ничего выражать. Содержанием танца должен быть сам танец».

Кеннингхэм считал, что основная задача балетмейстера – создание сиюминутной хореографии, где каждый исполнитель имеет свой ритм и своё движение. Мерс Каннингем, который шесть лет был солистом труппы Марты Грэм, построил мостик от танца модерн к современной хореографии, изменил сам танец и отношение к нему. Каннингем стал первым во многом: абстракция, сочинение без цели, отрицание необходимости рассказывать историю, независимость танца от музыки, уничтожение иерархии между танцорами — вот лишь некоторые его принципы. Именно Каннингем, к слову, одним из первых начал интегрировать компьютерные технологии в хореографию.

С подачи Мерса Каннингема началась эпоха перформансов — не требующих ни костюмов, ни сценического света. Правила и ограничения были отринуты. Любые идеи могли быть осуществлены, импровизация стала важнейшим инструментом в работе над перформансом, а любое движение тела могло стать танцем. Чтобы перечислить всех представителей постмодерна, нужна отдельная статья — но есть имена, которые стоит запомнить. Одно из них — Триша Браун: она первой стала показывать свою хореографию в альтернативных пространствах (например, на улице и на крышах), а ее постановка «Человек, спускающийся по стене», в которой люди — сюрприз! — ходили по стенам, дала начало мощной серии экспериментов в области танца.

В 50-е годы танец модерн вводится в качестве учебной дисциплины во многие колледжи и университеты США. Свой вклад в развитие современного танца внесли Пол Тейлор, Алвин Эйли, Триша Браун, Твайла Тарп.

На развитие европейского современного танца в начале XX века огромное влияние оказали дягилевские сезоны и те новации, которые внесли в искусство танца русские хореографы: Фокин, Нижинский, Нижинская, Мясин, Лифарь и другие. Эти хореографы экспериментировали в области классического танца, и это направление носит название «неоклассика». Многие известные балетмейстеры и хореографы М.Бежар, Р.Пети, И. Килиан, Д. Кранко, Д. Ноймайер и др. в своём творчестве отталкиваются от традиций классического балета, талантливо сочетая классику с модерном, народным танцем и другими направлениями танца. Европейский танец модерн, как направление стал развиваться после войны, и практически был импортирован либо из США, либо из Германии.

Как дела обстоят в России.

В связи с историческими событиями в России — на минуточку, дело было в СССР — в это время постмодерн не смог прижиться. Да и особого

основания для развития у него не было. Ситуация стала меняться с 1985 года — когда современные западные спектакли начали возить в Москву и Ленинград. Удивительно, но в Советском Союзе самая прогрессивная хореография стала развиваться не там, а в Екатеринбурге, Челябинске и Перми. И если начиналось все с попытки скопировать то, что делали в Америке и Европе, то сейчас все больше новых имен возникает в пространстве российской современной хореографии.

Главное событие в этом пространстве — ежегодный фестиваль «Context. Диана Вишнева». В свое время самой Диане, прима-балерине Мариинского театра и одной из главных звезд российского балета, стало тесно в рамках классического репертуара. Тогда-то она и начала творческий поиск. Те, кто имеет представление о творчестве Вишневой, знают, как упорно она добивалась расположения мэтров современного танца и разрушала предубеждения о косности владения телом у классических танцовщиков, осваивала новую пластику и новую технику. Четыре года назад Диана наконец решила развивать современный танец в России. Цель выбрана непростая — возвращение хореографических талантов, процесс долгий и мучительный. За это Context и ценят.

За три года на фестивале отметились, пожалуй, главные современные труппы: уже упомянутая выше Martha Graham Dance Company, Нидерландский театр танца, монстры Introdans и Gauthier Dance. В этом году Context привез в Москву «Балет Мориса Бежара» (одного из крупнейших хореографов XX века), американскую труппу Алонсо Кинга LINES Ballet и шведского хореографа Матса Эка с его музой Аной Лагуной. С Матсом Эком у многих русских танцовщиков связаны романтические воспоминания: видеокассета с его «Жизелью», которую как раз танцевала Ана Лагуна, в 90-е передавалась в хореографическом училище как драгоценность. В этом году Эк завершил карьеру — так что возможность увидеть его и его постановку в Москве сравнима с выигрышем в лотерею. И не пары тысяч рублей, а пары миллионов.

В 1980-х годах современный танец стал все более коммерческим, появились новые танцевальные направления, такие как хип-хоп и танец народов мира. Однако, современный танец сохранял свою уникальность и эмоциональную глубину, и продолжал привлекать внимание танцовщиков и зрителей.

Сегодня современный танец является популярным направлением, которое представлено на международных турнирах и соревнованиях. Танцевальные компании и студии по всему миру представляют свои уникальные хореографические композиции, используя техники и формы, которые были разработаны на протяжении многих лет.

Таким образом, история создания и развития современного танца является историей экспериментов и инноваций, которые привели к созданию уникального и эмоционального направления танца. Оно продолжает

развиваться и вдохновлять танцовщиков по всему миру, и останется важной частью культурного наследия нашего времени.

2.2 Общие методы преподавания танца в современной хореографии.

Набор обучающихся в коллектив современного танца не предполагает строгого отбора по физическим, музыкальным данным, принимаются все. Возникает еще одна сложность, а также особенность преподавания этого вида хореографии – это индивидуальный подход к каждому обучающемуся, раскрытие его творческой стороны, превращение его недостатков в индивидуальную особенность исполнения.

Но все-таки хореографические коллективы (будь-то народного, классического или современного танцев) объединены общими методами преподавания. Так методы преподавания хореографических дисциплин должны обеспечивать выполнение задач учебно-тренировочного процесса.

В соответствии с этим мы выделяем несколько групп методов:

- всестороннего развития,
- обучения техники и совершенствование в ней,
- нравственное воспитание,
- психологическая подготовка и воспитание волевых качеств,
- теоретическая подготовка по общим вопросам.

Основной нашей целью является формирование всесторонне развитой гармонической личности, способы организации целенаправленного педагогического воздействия на ее сознание и поведение.

Для построения занятий и получения поставленных задач, мы учитываем методы, такие как:

- метод вербального воздействия
- процесс и способ передачи обучающемуся определенных знаний в виде вводной беседы, объяснения, описания той или иной техники или движения.

Метод наглядности – заключается в том, что мы не только объясняем, как выполняется движение, но и показываем его. Наглядность повышает качество и быстроту обучения, ее мы учитываем на всех этапах обучения. В начале изучения показываем выполненное в совершенстве; далее – в том виде, как его выполняют на занятии; после выявления и исправления ошибок.

Метод научности – означает обоснованность элементов, движений и всего построения занятия в целом.

Метод всесторонности – повышения уровня всестороннего развития – главного условия. При этом методе у обучающихся вырабатывается множество двигательных навыков, которые обеспечивают развитие опорно-двигательного аппарата, для выполнения движений той или иной сложности. Здесь рассматриваем не только гармоничное физическое воспитание тела, но и совершенствование морально-волевых качеств.

Метод сознательности и активности – понимание целей и задач занятий, Сознательное и активное использование средств учебного процесса. Если обучающийся занимается с увлечением, разумной активностью, пониманием, то усвоение материала будет более глубоким.

Метод повторности и систематичности. Предусматривает закрепление и развитие полученных знаний в процессе обучения. Знания строятся по системе: «от простого к сложному», «от известного к неизвестному». Перерывы в занятиях отрицательно сказываются на организме, падает работоспособность, забываются элементы техники, поэтому мы систематически проводим занятия (обычно 2-3 раза в неделю).

Метод постепенности – отражает научный взгляд на основные принципы жизнедеятельности человека. И.П. Павлов подчеркивал, что многие задачи, которые сначала могут казаться сложными совершенно невыполнимы, в конце концов при постепенности и осторожности оказываются удовлетворительно решенными.

Равномерное нарастание нагрузки в учебном периоде, увеличение объема и интенсивности работы, постепенное усложнение задач – все эти положения основаны на принципе постепенности.

Метод доступности – показывает зависимость системы планирования занятий в зависимости от подготовки обучающихся. Доступность связана с методами систематичности и постепенности.

Метод коллективности в сочетании с индивидуализацией – дает наилучшие результаты в нашем учебном процессе всей группы. Но группа состоит из разных людей и у каждого свои физические особенности и подготовка, поэтому мы учитываем индивидуальные черты в коллективе.

При построении занятий учитываем индивидуальные особенности обучающихся путем определенной дозировки нагрузок.

Метод прочности – определяет устойчивость накопленных знаний и уровня физической подготовки, владение техникой исполнения.

Психологи различают 4-ре уровня усвоения материала:

1-ый (знакомство) характеризуется умением узнавать изученный материал среди остальных.

2-ой (репродуктивный) характеризуется умением воспроизводить изученный материал.

3-ий (умение) характеризуется умением решать практические задачи по изученному материалу, применять методы в конкретных условиях.

4-ый (творчество) характеризуется умением создавать новые подходы и методы решения проблем в сфере деятельности.

Для лучшего усвоения материала, мы учитываем принцип распределения нагрузки на занятиях:

РАВНОМЕРНЫЙ – характеризуется определенным уровнем интенсивности нагрузки, которая сохраняется в основной части занятия.

Используем на протяжении всего учебного процесса для втягивание организма в работу и развитие выносливости в подготовительном периоде.

ПЕРЕМЕННЫЙ – характеризуется изменением уровня интенсивности при выполнении непрерывной работы. Этот метод считается универсальным, так как предполагает широкие возможности для педагога и обучающегося, особенно при самостоятельных работах.

Изменение нагрузки производят постепенно в соответствии с самочувствием обучающихся.

КОНТРОЛЬНЫЙ. Связан с применением нагрузки в учебном процессе для определения уровня подготовки и внесения изменений в ход дальнейшего планирования занятий, в зависимости от общефизической подготовки обучающихся.

ИНТЕРВАЛЬНЫЙ заключается в многократном чередовании нагрузок самых высоких и низких по интенсивности с небольшим расслаблением после серии движений.

ПОВТОРНЫЙ заключается в повторе, обычно максимальных по интенсивности нагрузках с расслаблением между ними. При этом объем нагрузок разный.

КРУГОВОЙ заключается в выполнении специально подобранных комплексов движений, в их чередовании с целью развития различных групп мышц. При правильно подобранном чередовании достигается высокая интенсивность нагрузки при сравнительно небольшом утомлении, что дает нам возможность увеличить объем занятий.

МЫШЕЧНАЯ РЕЛАКСАЦИЯ. Занимает значительное место в учебно-танцевальном процессе, так движение любой части тела является результатом сочетания возбуждения и расслабления мышц, которое необходимо для успешного выполнения любого танцевального элемента.

Отсутствие такого расслабления часто приводит к напряженности и скованности, а так же к снижению эффективности движения.

Мы в Межшкольном Эстетическом центре включаем в занятия упражнения для развития способности к произвольному расслаблению мышц, такие как: свободное раскачивание руками в плечевом и локтевом суставах, встряхивание руками и ногами, туловищем, расслабление лёжа. Также большое значение имеет дыхание, поэтому мы даём ряд упражнений в сочетании с выдохом и вдохом.

Систематическое применение таких упражнений способствует более быстрому овладению двигательных качеств, также являются средством восстановления организма после занятий.

2.3 Импровизация как метод развития творческих способностей обучающихся на занятиях современного танца.

Современный танец (contemporary dance) – танцевальное направление, включающее основные техники и стили конца XX – начала XXI вв., сформировавшееся на основе американского и европейского танца модерн (modern dance) и танца постмодерн (postmodern dance). Данное направление ориентировано на постоянный процесс освоения все новых направлений танца, новых телесных практик, в которых «заключены неосвоенные возможности человеческого тела», где движение рассматривается как средство выражения особых состояний человека.

Современный танец нацелен на эксперимент и работает с такими явлениями, как ритм, импульс, импровизация и спонтанное движение. Метод

импровизации (от лат. *improvises* – внезапный, непредвиденный), как отмечает исследователь театра П. Пави, является «техникой <...> игры, когда актер играет что-либо непредвиденное, не подготовленное заранее и придуманное в ходе действия».

Танцовщику современного танца, как никому другому, необходимо умение импровизировать, поскольку характерной особенностью данного танцевального направления является состояние «здесь и сейчас», то есть состояние эмоционального, интеллектуального и физического присутствия. Это состояние достигается умением чувствовать себя, погружаясь в процесс танца, иметь «думающее тело».

Импровизация способствует этому, помогая исполнителю узнать себя, возможности своего тела, найти связь между мышлением и движением, развивая чувственное восприятие. В то же время главной задачей использования импровизации на наших занятиях современного танца является отход от стереотипного мышления, штампов, устранение зажимов и блокировок. Это особенно важно, так как данное танцевальное направление пропагандирует свободу движения, самовыражение.

Импровизация выстраивает живые отношения между партнерами, исполнителями и публикой, помогая донести до зрителей свою мысль, показать состояние души, эмоции. Включение данного метода в обучение позволяет раскрыть творческий потенциал обучающихся. Импровизационное творчество не возникает само по себе, оно опирается на восприятие танца, музыкальный слух и воображение ученика, способность комбинировать, изменять, создавать нечто новое на основе имеющегося танцевального опыта. Без сомнения, в этом процессе очень важна наша роль педагога, умение найти такой стиль общения с обучающимися, с помощью которого не угасает живой, эмоциональный отклик на движение, танец.

Верный путь к этому – доброжелательная, творческая атмосфера занятий, умелое наше воздействие на эмоции и чувства обучающегося, тактичная оценка результатов его деятельности.

Прежде всего, перед выполнением любых упражнений на импровизацию мы делаем разминку. Выполняется на каждом занятии непосредственно перед упражнениями на импровизацию, что подготавливает обучающихся физически, активизирует память, воображение, способность к подражанию. В качестве разминки были использованы следующие упражнения:

Упражнение «Слово – действие».

Мы называем качество движения, например, покачивания, скручивание, ходьба, бег, падения и подъемы, тряска. Обучающиеся придумывают движение тремя способами: через спонтанное физическое исследование; через прошлый опыт – движения, изученные в классах техники, выученные в танцах, увиденные в спектаклях или жизненных ситуациях; подражая другим танцорам и используя свои вариации. Исполнители должны сохранять непрерывность движения. После нескольких минут исследования одной категории движения, мы называем другую категорию.

Упражнение **«Части тела»**: обучающиеся встают в круг; один из них называет часть тела; все двигают этой частью тела, сначала осторожно, затем все более и более активно. Через некоторое время другой обучающийся называет другую часть тела. Таким образом, начиная с одной части тела, постепенно в движение вовлекается все тело.

При работе с обучающимися упражнения на импровизацию выстраивались по степени сложности, в таком порядке предлагалось их выполнение. В первую очередь обучающиеся осваивают процесс импровизации, концентрации и фокусировки.

Упражнение **«Зеркало»**: обучающиеся делятся на пары, встают друг напротив друга; один из них – ведущий, другой – ведомый; когда ведущий двигается, ведомый отражает каждое движение так точно, насколько это возможно. Цель – достигнуть такой согласованности движения, чтобы наблюдатель не мог различить, кто ведет, а кто следует. Ведущий сосредотачивает свое внимание на том, чтобы двигаться четко, чтобы ведомый сохранял связь, а задача ведомого – чувствовать связь его движений с движениями ведущего. Через несколько минут танцоры меняются ролями и повторяют упражнение.

Упражнение **«Тень»**: обучающиеся делятся на пары, в паре один человек встает за другим; человек, который двигается впереди – ведущий, сзади – ведомый, он повторяет максимально точно все движения, выполняемые его партнером, как тень; по нашей команде обучающиеся меняются ролями.

Упражнение **«Имя с помощью движений тела»**: обучающимся дается задание сочинить небольшую комбинацию, рисуя различными частями тела свое имя, как бы оставляя след в пространстве в виде кругов и линий; необходимо использовать все уровни и плоскости. Данное упражнение развивает воображение, в дальнейшем используется как способ импровизации.

Упражнение **«Краски»**: обучающиеся располагаются свободно по всему пространству; им необходимо представить, что их ладони выкрашены краской и, двигая ими в пространстве, они оставляют за собой цветной след; рисовать можно в различных уровнях, по своему телу, по телу партнера; можно рисовать не только всей ладонью, но и пальцем, ребром и так далее. Данное упражнение развивает воображение обучающихся, может использоваться в дальнейшем как способ импровизации.

Упражнение **«Заимствование движения»**: обучающиеся располагаются свободно по всему пространству; импровизируют любыми известными им способами, замечая также людей вокруг себя; увидев интересное движение, выполняемое другим, его можно скопировать, добавить в свою импровизацию. Данное упражнение вырабатывает у обучающихся способность к подражанию.

Упражнение **«Куб»**: обучающиеся представляют, что находятся внутри большого куба; у каждой плоскости куба есть девять точек – три в верхнем уровне, три – в среднем, три – в нижнем. Таким образом, в распоряжении

танцора находится двадцать шесть точек. Его задача – сочинить комбинацию, направляя части своего тела, или все тело, в определенную точку куба.

Упражнение **«Управление телом партнера в пространстве»**. Обучающиеся делятся на пары; один из участников – ведущий, другой – ведомый; ведущий управляет телом ведомого в пространстве, водит его, принимает его вес, поднимает части его тела, управляет ими и так далее. Ведомый должен так же, как и в предыдущем упражнении, расслабиться и отдать вес своему партнеру. По команде педагога они меняются местами.

Основываясь на практическом опыте, можно сделать вывод, что у обучающихся наблюдается значительная динамика в освоении навыков импровизации. На занятиях, в том числе, на открытом в конце учебного года, наблюдалась заинтересованность обучающихся в выполнении творческих заданий, желание работать, импровизировать, показывать себя, выполнять упражнения в паре. Также была отмечена высокая посещаемость занятий.

К сожалению, многие педагоги не уделяют должного внимания импровизации, ее место и роль в творческом процессе остается вне поля их зрения. Однако, широко разрабатываемая педагогическая проблема субъект-объектных отношений диктует необходимость более детального разбора процесса импровизации, включения ее в творческие занятия с обучающимися.

Импровизация требует изменения мышления, особого отношения к своему телу, внутреннему состоянию, которые становятся, в каком-то смысле, «соавторами» импровизационного танца. В свою очередь, такая системная работа способствует развитию коллектива, дает новые возможности в работе с обучающимися и в продвижении современного танца.

3.1 Стилизованный народный танец, как средство сохранения национальной культуры и народного творчества.

Стилизация – (от французского «stylization», от style - стиль) - придание произведению искусства характерных черт какого-либо стиля, подражание, с целью воспроизведения форм стиля. Стилизация дает возможность воссоздать и передать атмосферу исторической и национальной среды, добиться многоплановости художественного образа и способствует усилению выразительности в произведениях искусства. В одной нашей композиции может присутствовать как один танцевальный стиль, так и несколько. Этот стиль дает нам возможность в полной мере проявить свое творчество, реализовать самые смелые идеи, касаемо образа.

Стилизация – использование в творческой деятельности уже встречавшихся в истории мирового искусства художественных форм и приемов, стилевых черт в новом содержательном контексте для достижения определенных эстетических целей.

Источником нашей стилизации бывает стиль и манера отдельного автора или исполнителя, творческого направления и школы, арсенал характерных форм исторического стиля, народной культуры. Стилизация

усиливает народный танец элементами современного, за счет чего идет обогащение формы и содержания образа и хореографии в целом.

Явления стилизации в истории искусства обусловлены взаимосвязью между прошлым и настоящим, между различными национальными культурами. Стилизация дает возможность воссоздать и передать атмосферу исторической и национальной среды, добиться многоплановости художественного образа.

Мы живем в такое время, когда в искусстве легко утрачивается национальная индивидуальность. Танец - один из видов искусства. Он всегда не просто занимал определенное место в социокультурной реальности, но и отображал в себе всю культуру определенного исторического времени.

По танцу мы можем судить о характере, быте, традициях того или иного народа. Народный танец отражает в себе различные периоды истории, он - значимая форма сохранения и передачи накопленного опыта от одного поколения к другому.

Стремясь познать, возродить и донести национальную культуру до зрителей и исполнителей мы создаём новые произведения на основе народных традиций, которые развивают наши способности, удовлетворяя вкусы наших обучающихся и вкусы современного зрителя.

Среди множества проблем, связанных с репертуаром и его формированием, мы определяем главную – создание уникального и оригинального репертуара.

В основе наших стилизованных номеров лежит изучение фольклорно-этнографического материала, владение законами композиции, чувство стиля и все то, что в совокупности создает нужный образ или ощущение его, своеобразного национального характера народа, его образ жизни и особенности мышления.

Наш интерес к стилизации народного танца начался в тот момент, когда поняли, что хотим привить обучающимся любовь именно к народному танцу. Ведь ни для кого не секрет, что все хотят танцевать эстрадные и современные танцы. И мы начали кроме эстрадного танца потихоньку внедрять в репертуар народный танец путём стилизации. Основные требования к постановке стилизованного номера:

- Современная творческая интерпретация фольклорного материала;
- Внедрение инновационных методов, приближающих к пониманию народной культуры;
- Придание народному танцу современного звучания;
- Поиск новых форм сведения народного и современного искусства.

При стилизации танца перед нами стоит задача - создание самых разнообразных форм народного танца и в тоже время, обрабатывая фольклорный материал, создавать новые произведения, созвучные нашему времени. Очень важно не утратить в искусстве национальную индивидуальность.

Для того, чтобы избежать подобных явлений, мы изучаем характерные черты народного танца того или иного народа, а также, свободно владея такими понятиями, как «стиль», «стилизация». Для точности воспроизведения и обработки конкретного материала мы разбираемся в лексическом материале, в рисунках танца, а также в конкретных особенностях развития техники хореографической стилизации.

Для создания стилизованного танцевального номера берём фольклорно-этнографический материал. Переработав этот материал, его образцы получаем стилизованную современную сценическую обработку.

Процесс обучения танцу - это постоянная, трудная физическая и душевная работа над собой, требующая больших эмоциональных затрат. Наша увлеченность и активность облегчает эту работу обучающимся. Несмотря на начальные физические данные обучающихся в процессе занятий все эти навыки совершенствуем, способствуя правильному физическому развитию.

Акцентируем внимание обучающихся на сущности народного танца как такового. Воспитательный аспект присутствует не только при формировании и деятельности самого коллектива. Нам в Межшкольном Эстетическом центре важно на каждом занятии формировать в обучающихся особый интерес к своей нации, культуре и быту своего народа. Они понимают, в какой стране они живут, где их корни и истоки.

Таким образом закладываем национальное самосознание, у обучающихся и формируем отношение к другим нациям, народностям. Они различают танцы разных народов, знают особенности исполнения своих национальных танцев.

Занятия в коллективе, участие в различных конкурсах и фестивалях поддерживает интерес к народному танцу. Использование в народной хореографии новых, современных тенденций позволяет нашим обучающимся чувствовать себя уверенно на танцевальной площадке, придает особую значимость занятиям в коллективе, вызывает интерес у сверстников.

Прежде чем разучивать танцевальный номер, слушаем с обучающимися музыку, знакомимся с историческими фактами, сюжетом танца, часто вместе придумываем движения к танцу, продумываем то или иное движение, что оно может отражать в современном мире, что общее между ними. Здесь очень важную роль играет продуманность цели изучения того или иного танца при выборе репертуара.

Первый наш стилизованный танец - это *"Ладушки"*. Традиционный русский танец. Массовость, всеобщность – необходимое условие танца. Ведь когда танцуют все вместе, в одном ритме, появляется удивительное чувство единения друг с другом, что делает каждого в несколько раз сильнее.

Первоисточником танца, конечно же, являются движения русского народного танца. При стилизации танца ведущей идеей было важность формирования у обучающихся любви к Родине, понимание величия страны и гордости за свою Родину.

При проведении занятия, мы доносим до исполнителей все нюансы изучаемого хореографического материала. Здесь особенно важен практический показ каждого упражнения под музыку, его четкая метрическая раскладка. Важную роль в процессе воспитания народными танцами играет музыкальное сопровождение. Музыка выбираем соответствующую движению по характеру, стилю, национальной окраске. Хорошее музыкальное сопровождение помогает развить у обучающихся не только ритм, слух, но и воспитать художественный вкус.

Кроме того, помнить и о костюмах. Обучающиеся очень скованно чувствуют себя на сцене в старых не модных костюмах. Стилизованный танец требует стилизации костюма, но в то же время костюм должен отражать народный стиль. Мы понимаем взаимоотношения обучающихся, их внутренний мир, возрастные особенности, продумывая вопросы занятия. Данное направление в работе апробировано на протяжении ряда лет и дает положительный результат.

В процессе обучающиеся знакомятся с различными танцевальными культурами, с бытом и историей народов, учатся воспринимать не только национальное своеобразие танца, знакомятся с основами общей культуры. Процесс обучения воспитывает в них ответственность, трудолюбие, самоконтроль.

За много лет работы в Межшкольном Эстетическом центре мы видим, чему научились наши обучающиеся, занимаясь в ансамбле. Они знают, что такое дисциплинированность и самодисциплина, они трудолюбивы и терпеливы, способны к состраданию, ценят дружбу. Всегда придут друг другу на помощь.

Всему этому их учит стилизованный народный танец. Таким образом, изучение традиций национальной культуры помогает процессу самопознания и саморазвития обучающихся, активизирует их познавательные интересы, расширяет горизонты познания, способствует нравственному самосовершенствованию. Умело подобранные упражнения, пляски, игры воспитывают у обучающихся правильное отношение к окружающему миру, углубляют представление о жизни.

В качестве примера работы над созданием хореографических постановок представим несколько вариантов.

"Кошка дымчатая"

Постановка хореографической зарисовки "Кошка дымчатая" была навеяна песней иркутской области в исполнении этно-фьюжен группы "Груня" (исполнительница Елена Кись, аранжировка Кись В.). После изучения истории песни вырисовался и главный герой танца. Это девчушка из старообрядцев, а именно из семей старообрядцев. Вместе с художником по костюмам были созданы девичьи костюмы семей старообрядцев.

Основываясь на прикладном творчестве этих поселенцев, появился реквизит к танцу - кошка-кукла, одеваемая на руку. Содержание песни подсказало появление в танце имитации кровати с периной и подушкой.

Весь танец мы построили на игре маленькой девочкой с её куклой. В танце использовали движения семей старообрядцев, записанные фольклористами на видео. Так как песня стилизована, это отразилось и на движениях танца. В хореографии, как и в музыкальном материале, немножко сдвинут темп исполнения, но сохранены самобытность и очарование творчества поселенцев старообрядческих общин.

"Марьюшка"

Постановка номера "Марьюшка" началась со знакомства с треком группы "Груня", в котором были соединены народные мелодии двух национальностей: русской и кельтской. Интересная драматургия аранжировки Владимира Кись подсказала сюжет танца. Танец разделили на три картины: "русский танец", "сон солистки кельтская свадьба" и "пробуждение".

В постановке использовали движения русского, ирландского и шотландского танцев в мягкой обуви. Так как в музыкальном материале прослеживалась современная обработка народных мотивов, то и в хореографии присутствуют танцевальные связки современного танца и стилизованного народного танца. Стилизация танца позволила при создании русского костюма отойти от исторических канонов и чуть поиграть с деталями. Так девичья коса, значительно увеличилась в размерах и превратилась в реквизит танца. Она задействована в построении рисунков танца и вычерчивает сценографию всего номера.

«Девичий хоровод»

Тема - русская девушка

Идея - показать красоту русской девушки.

Музыкальный материал. Русская народная хороводная музыка. Если следовать критериям, то музыка не подходит, так как в ней нет стилизации, но в данной интерпретации музыка лаконично сливается с танцем. Можно сказать, что такой вариант использования не стилизованной музыки в танце может быть исключением из общепринятых правил.

Сюжет. Бессюжетный хоровод.

Лексический материал. Смешение русского народного танца с техникой современного танца модерн. Русский хоровод представлен в необычной форме: нет хороводного шага, неприсущий хороводу *parterre*, работа в парах, прыжки, поддержки с отрывом от пола одного партнера. Нет основного хороводного шага (маленькие быстрые переступания на полупальцах), а в основе лежит припадание с добавлением поворотов, широких позиций ног, бега. Руки, в основном, исполняют лексику русского народного танца, чередуя элементы современного. В танце присутствуют элементы современного танца: параллельные позиции ног (первая параллельная), *grand battement*, слайд, элемент техники партнеринг, флекс, скручивание, характерное для модерна, смена уровней. Самые выделяющиеся движения, которые несвойственны русскому народному хороводу это *parterre*, высокие

и низкие прыжки, так как движения в обычном хороводе всегда плавные и сдержанные.

Рисунок танца. Стилизация просматривается в ассиметричных рисунках несвойственных русскому хороводу, но также, присутствует основной рисунок - круг. Мы сделали очень необычное сочетание рисунков и композиционных переходов, которые создают динамику в номере.

Образ. Передали атмосферу девичьего гуляния на лугу с играми и собиранием цветов. Девушки в данной хореографической постановке олицетворяют весну, жизнь, целомудрие, красоту русской души. И современные движения не портят обстановку, а только раскрывают широту души и нежный образ русской красавицы.

Костюмы. Русский народный сарафан представлен в облегченной форме. Если в обычных русских хороводах всегда удлиненная, широкая, тяжелая юбка для того чтобы было не видно ног исполнительниц, то в данном варианте юбка доходит до щиколотки, что позволяет использовать в лексике широкие движения. Юбка сделана из легкого материала, для того чтобы поднимать высоко ноги и делать глубокие выпады, при этом не чувствуя дискомфорта. Обувь в данном номере отсутствует, что противоречит правилам русского хоровода, но в данном номере девушки как будто «бегают по полям босиком». В сарафане не так сильно внесены изменения, по сравнению с традиционным сарафаном, отсутствие обуви подтверждает, что это стилизованный номер.

Современное звучание. Мы думаем, что номер соответствует современному звучанию. И в любых коллективах можно использовать такие номера для того чтобы подрастающее поколение помнило о традициях русского народа и при этом занималось хореографией, соответствующей современным веяниям.

Общее впечатление. Номер очень интересный и все время держит зрителя в напряжении, что не каждый русский хоровод может сделать. На наш взгляд номер получился очень удачно, интересная лексика, рисунки, костюмы. Такие номера очень редко можно встретить на конкурсах и фестивалях. Взяв русские народные элементы, мы очень тонко и со вкусом вплели туда элементы современного танца.

«Сирень»

Тема: природа.

Идея: показать во всей красе цветение сирени.

Музыкальный материал. Стилизация в музыке прослеживается в том, что оркестр народных инструментов играет классический вальс.

Сюжет. Процесс цветения сирени.

Лексический материал. Русский народный хоровод с использованием классического танца. Лексика народного танца просматривается в таких элементах: соединение рук и переброс их на плечо, в некоторых моментах просматривается хороводный шаг, также в положениях рук (одна рука на плечо, вторая во 2 позиции, «воротца»), положение в тройках. Очень гармонично просматривается волна, руки исполнительниц перекрещены и

сцеплены, по очереди поднимаются и опускаются. Волна происходит в быстром темпе, что совсем не характерно хороводу. Также в танце присутствует лексика классического танца, в таких движениях как *port de bras*, различные виды *arabesque*, подниманием ноги на 45 градусов, движениях в паре, *tire-bouchon* и так далее. Очень гармоничное соединение двух насыщенным лексическим материалом танцев. Сплав русской души с классической красотой, дает такое эксклюзивное творение.

Рисунок танца. Форма женского хоровода прослеживается в рисунках очень точно. Рисунок танца занимает главное место в этом номере. Характерные хороводу перестроения, рисунок «звездочка», «воротца», «волна».

Образ. При постановке номера складывается образ красиво цветущей, развивающейся по ветру, хрупкой и нежной девушки, которую мы сравниваем с цветением сирени.

Костюмы. Самое необычное в костюме это рукава платьев, напоминающие соцветия сирени в момент из цветения. Стилизация в костюме - это классическое платье с удлиненным подолом. Легкая ткань не мешает исполнительницам свободно передвигаться. Видны ноги девушек под платьями, что не характерно для традиционного русского хоровода, это еще один момент стилизации. Все русские хороводы исполняются, исключительно, в длинных юбках и так чтобы не было видно ног. Такой костюм создает эффект «плывет как лебедь» - главная отличительная черта всех русских хороводов.

Современное звучание. Хореографическая постановка может пользоваться спросом как у взрослой аудитории, так и у младшей.

Общее впечатление. Очень интересно наблюдать за развитием танца, за движениями, которые завораживают. Красивые платья с необычными рукавами с красивым и спокойным цветом влекут в мир грез, завораживают.

Большинство постановок мы создаём с полным осознанием законов драматургии, содержания лексического материала обоих стилей, избегая крайностей, излишней наполненности номера лексическим материалом, либо, наоборот, излишнего минимализма.

Правильно подбираем музыку, но при этом не забываем о рисунках, ведь они важны в стилизации танце. Костюм продумываем до мелочей, грамотно стилизуем. В нем должно быть комфортно и, в тоже время, он должен эстетично выглядеть со сцены.

Постановка хореографической миниатюры «По бережку»

Тема постановки – игривый, динамический, живой, стилизованный русский народный танец, изображающий гуляние девушек по берегу реки. Идея композиции заключается в том, чтобы продемонстрировать при помощи стилизации русского танца манеры, выразительность и красоту девушек русского Севера. Река Сухона, о которой величаво поёт ансамбль песни и танца «Русский Север», одна из самых красивых рек Вологодской области, возле города Великий Устюг. На её берегах возможно ощутить настоящий дух русского Севера. Оркестр ансамбля «Русский Север» состоит

из музыкантов-виртуозов, одновременно владеющих несколькими народными инструментами. Музыканты играют на редких старинных северных инструментах: барабанки, сопелки, луду, окарины, кутиклы.

Сюжет танца заключается в том, что четыре девушки-подружки гуляют, веселятся на берегу реки. Одной из них не спокойно, не до гуляния, потому что её возлюбленный не может перейти к ней, сильно крутые берега реки Сухона. В конце номера она провожает всех подруг и остаётся одна на берегу ждать своего милого. Танец девушек сохраняет, развивает и пропагандирует фольклорное наследие и народные традиции Вологодского края и всего Русского Севера. Обозначения: D1 – первая девушка, D2 – вторая девушка, D3 – третья девушка, D4 – четвертая девушка; направление движения.

D3
D2 D4
D1

1-6 такт

1-3 такт. Номер начинается с точки. На середине сцены сидят в профиль 4 девушки на одном колене. Начинают раскачиваться вперёд-назад-вперёд, руки на коленях.

4-6. Вытягивают левую ногу с сокращенной стопой, руки впереди в замок.

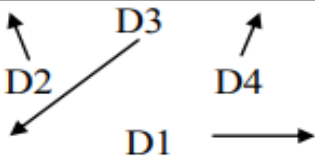
D3 →
D2 → D4 →
D1 →

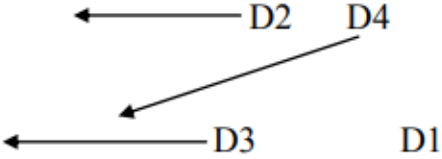
7-10 такт

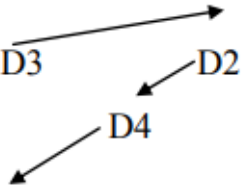
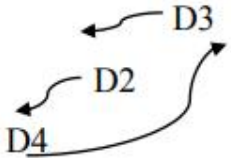
7-10 такт. Комбинация в партере каноном.

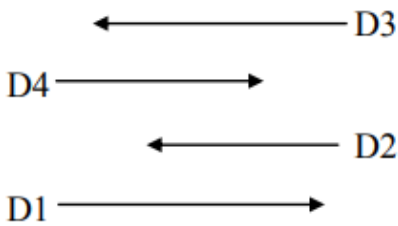
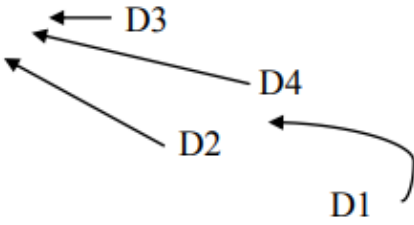
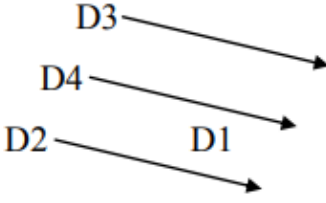
11-13 такт. Синхронная комбинация

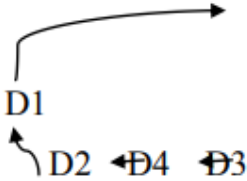
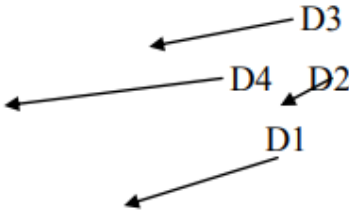
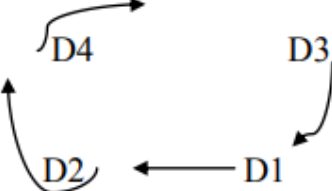
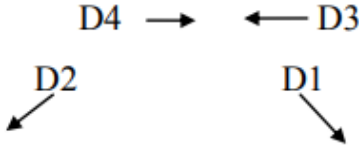
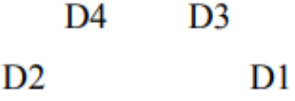
14-16 такт. Перекат на коленях влево, встают на ноги.

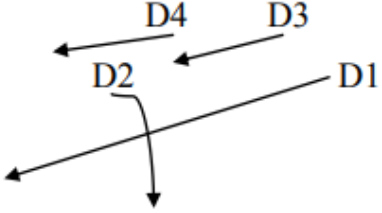
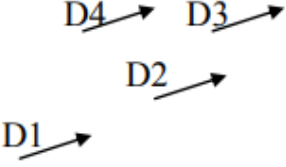
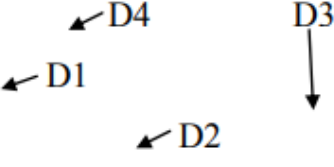
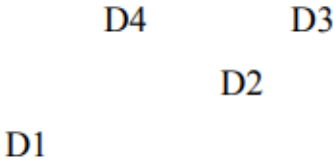
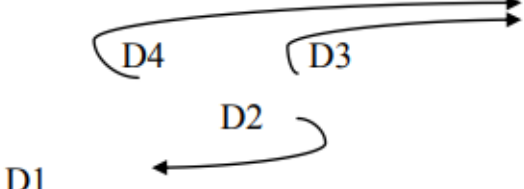
	17-19 такт Перебегают в рисунок, меняются местами.
D2 D4 D3 D1	20-24 такт Исполняют общую комбинацию с продвижением влево, остаются в профиль. Руки вдоль корпуса, голова смотрит прямо.

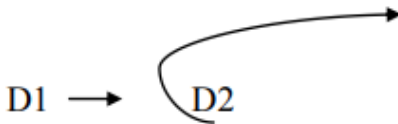
	25-27 такт D3 зазывает девушек D2, D4 и убегают вправо, выстраиваются в треугольник. D1 остаётся слева у первой кулисы, не может веселиться с девушками, так как её суженный не может быть рядом с ней. Опускается на колено.
← D3 D2 D4 D1	29-31 такт D2 с D4 делают поддержку, D3 делает поворот на правой ноге, левая в аттитюде и подбегает к девушкам.

D3 D2 D4 D1	32-36 такт D2, D3, D4 исполняют комбинацию. D1 сидит на колене, раскачивается.
 D1	37 – 41 такт. D2, D3, D4 делают две поддержки. На 41 такт D2, D3, D4 каждый встаёт в свою позировку и смотрят на D1.
D3 D2 D4 D1	42 – 46 такт D1 встаёт с колена и делает комбинацию.
 D1	47 – 55 такт D2, D3, D4 приглашают к себе. Передвигаются по кругу. D1 делает комбинацию.
D4 D2 D3 D1	56 – 60 такт D1 рассказывает свою историю подругам, делая комбинацию. D2, D3, D4 стоят в позировках.
D4 D3 D2 D1	60 – 68 такт D1 подбегает к девушкам, встают на середине сцены в позировку. D2 и D3 берутся за плечи D1, D4 ложиться между ног D4 63-66 такт. Повороты головы. На 67 такт отвернули головы влево, вернули в анфас. На 68 такт разбежались в линию.

	83 – 85 такт Прыжками идут друг на друга. D2, D3, D4 уходят в партер, медленно поднимают корпус и голову, смотрят на D1. D1 открывает руки в четвертую позицию, правой ногой делает ронд в сторону и отводит в аттитюд.
	86 – 88 такт D2, D3, D4 встают и убегают в 3 правую кулису. D1 бежит вокруг себя, ложиться на середину сцены, ноги согнуты, голова опущена.
	89 – 91 такт D2 с D3 делают поддержку с D4, перенося D4 через лежащую в партере D1.

	91 – 93 такт D2, D3, D4 берутся за руки, D1 встаёт и берёт D2 за руку и отводит шагами с сокращенной стопой в 3 левую кулису.
	94-96 такт Выпрыгивают каноном по диагонали на аванс сцены. Первая D1, вторые D2 и D4, четвёртая D3. На 96 такт расходятся с открытыми руками спиной в круг.
	97-99 такт Делают комбинацию, перемещаясь спиной по кругу.
	100 – 102 такт На 100-101 такт D1 подбегает к D3, D2 к D4, кладут правую руку на плечо девушкам и делают прыжок с поджатыми ногами. На 102 такт разбегаются в рисунок.
	103 – 105 такт Делают общую комбинацию, D3 с D4 уходят в партер.
	106 – 110 такт Перемещаются влево комбинацией. На 109 такт с открытыми руками

	идут в правую диагональ, D1 меняется местами с D2. На последний такт делают прыжок, ноги к рукам.
	111 – 113 такт Бегут назад в диагональ, делают выпад на правую ногу, левая нога на пятке, руки открыты противоположно ногам, голова повёрнута влево.
	114 – 116 такт D1, D2, D4 делают кувырок назад и уходят в шпагат на правую ногу, руки раскрыты во вторую позицию. D3 делает прыжок с поджатыми ногами и зовёт девушек.
	117 – 118 такт D2, D3, D4 делают комбинацию. D1 снова взгрустнулось, стоит, отвернувшись от девушек, и смотрит вдаль, ноги по 4 позиции, руки вдоль корпуса.
	119– 120 такт На 119 такт D3 и D4 делают поворот вокруг себя, D2 прыгает в левую сторону с подогнутой правой ногой. На 120 такт D3 и D4 убегают во вторую кулису. D2 зовёт D1.

 A diagram showing a character labeled 'D1' with an arrow pointing to the right. The arrow then curves upwards and to the right, ending near a character labeled 'D2'.	121 – 125 такт На 121 такт D1 подбегает к D2. 122 – 124 делают комбинацию. На 125 такт D2 делает поворот вокруг себя и убегает за кулисы. D1 прыгает в левую сторону с подогнутой правой ногой.
 A diagram showing a character labeled 'D1' with an arrow pointing diagonally upwards and to the right.	126 – 128 такт D1 бежит к левой кулисе вслед за девушками, прощаясь, машет рукой подругам.
 A diagram showing a character labeled 'D1' with an arrow that starts on the right, curves downwards and to the left, ending with an arrowhead pointing left.	129 – 130 такт D1 бежит через всю сцену к первой правой кулисе, встаёт в 4 позицию, руки поднимает через низ вверх, прижимает к груди. Осталась одна на берегу в надежде увидеть своего возлюбленного.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

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.

Танец – это не только физическое проявление каких-либо физических качеств, не просто показ движений, а творческой фантазии личности, которая находит яркие и образные сравнения. Занятия хореографией оказывают положительное влияние на формирование таких качеств личности обучающегося, которые недостаточно развиваются на других занятиях: воображение, активное творческое мышление, эстетический вкус, физическое и нравственное развитие.

Народный танец и стилизованный современными мотивами и элементами, он имеет большой воспитательный потенциал, который выражается в целостном процессе становления личности на основе традиционной культуры нашего общества с ее духовными и моральными нормами, передающийся подрастающему поколению через его изучение

На сегодняшний день, стилизация является необходимым и действенным средством, вызывающим у подрастающего поколения все больший интерес к народной хореографии, которую важно и нужно бережно сохранять, обогащать и развивать, перенося её на сцену. И всего этого можно достичь путем изучения народного танца, но через его стилизацию, вызывающую у детей больший интерес, являясь более современной формой народного творчества. Именно грамотное использование и донесение новых направлений народной хореографии добавляет еще большую значимость занятиям в коллективе. Помогает обучающимся почувствовать себя еще более уверенными перед сверстниками, что в совокупности и влияет на формирование личности обучающегося.

Создание стилизованного танца - это не подражание, не имитация какого-либо стиля, это создание совершенно нового лексического материала, за счет смешения стилей, комбинирования движений из разных стилей. Это целый процесс создания абсолютно новой хореографической постановки, наполненной бытом и жизнью русского народа и добавление к нему современного звучания, при этом, не искажая ни современности, ни истории русского народа.

Мы тщательно изучаем и обрабатываем танцевальный фольклор, чтобы в дальнейшем он смог обрести новую жизнь, стремясь бережно сохранять то, что отражает лучшие черты характера русского народа и соединение с современной хореографией.

Список использованной литературы

1. Антонова, Н.А. Развитие творческой индивидуальности учителя в условиях повышения профессиональной квалификации Текст.: дис. .канд. Пед. Наук / Н.А. Антонова. Ставрополь, 2005. – 24 с.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии: Методические указания. / Т.Барышникова. – СПб.:Респекс, Люкси, 1996. – 252 с.
3. Барышникова Т. Основы хореографии. // М., 2001. 272 с
4. Безруких М.М. и др. Возрастная физиология (Физиология развития ребенка). // М.: Академия, 2002. 393-398 с.
5. Бутенко Э. Сценическое перевоплощение: теория и практика Э.Бутенко. - М.: Прикосновение, 2005. - С. 127.
6. Васильев О.С. Этнофитнес и культура движения // Современные эстрадные танцы, № 1 (13) // М., 2003. 42-43 с.
7. Дубских Т.М. Народно-сценический танец как особый вид социокультурной деятельности // М.: Просвещение, 175-186 с.
8. Лихачев Б.Т. Теория эстетического воспитания школьников./ Б.Т. Лихачев – М.: Педагогика, 1999.
9. Методология педагогики: сб. ст. / под ред. В.В. Краевского. – М.: Педагогика, 1997. – 104 с.
10. Пономарев Я.А. Психология творчества и педагогика/ Я.А. Пономарев –М.: Педагогика, 1976.
11. Фоменко И.М. Русский народный танец: современное состояние, тенденции и перспективы развития: материалы Всерос. науч.-практ. конф. / И.М.Фоменко, С.А.Щекотихина, Н.И.Заикин, И.И.Банникова, О.А.Ошера, - Орел: Горизонт, 2012. - 255 с.
12. Стилизация и эклектика, в хорошем смысле: как стимуляторы развития культуры [Электронный ресурс] // Архитектор Михаил Белов: блог. - М., 2017. - URL: <http://arhbelov.ru/169styleklekt/> (07.06.2017).
13. Стилизация народного танца как основа развития духовно-нравственного развития потенциала учащихся [Электронный ресурс]: [сайт]. - [Б. м., 2017]. - URL: <http://megapredmet.ru/1-34877.html> (07.06.2017)