

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детская школа искусств №4» города Ангарска

Методический справочник

Для учащихся хореографического отделения ДШИ.



Ангарск-2019 г.

Составитель: Преподаватель хореографического отделения ДШИ№4
Юшкова Е.А.

Рецензент: Ведущий специалист хореографического жанра Иркутского
Областного Дома Народного Творчества, преподаватель хореографических
дисциплин Иркутского Областного Колледжа Культуры О. В. Горина.

Пояснительная записка

Учебный предмет «Классический танец» направлен на приобщение детей к хореографическому искусству, на эстетическое воспитание учащихся. Это основной предмет в школе искусств, который ориентирован на развитие физических данных учащихся, на формирование необходимых технических навыков. На его фундаменте выстраиваются все остальные предметы хореографического творчества: народно-сценический танец, современная хореография. Учитывая сложность программы классического танца, созрела необходимость написания методического справочника.

Цель написания методического справочника – Приобретение учащимися предпрофессиональных знаний, умений и навыков для исполнения классического танца.

Задачи - ориентирование учащихся в классических терминах и в методическом исполнении движений.

В данном справочнике собраны основные движения экзерсиса у станка, экзерсиса на середине зала, прыжки, а также прописаны «золотые» (основные) правила, без которых исполнение профессионального классического танца невозможно. Справочник предназначен для учащихся с 1-5 класс хореографического отделения школы искусств. Практическое изучение и исполнение классических движений и теоретический подход к освоению предмета «Классический танец» способствуют формированию общей культуры учащихся, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, развитию двигательного аппарата, мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности.

Классический танец является источником высокой исполнительской культуры, знакомит с высшими достижениями мировой и отечественной хореографической культуры.

Термины

При выполнении экзерсиса у станка или на середине зала необходимо правильно держать корпус, что позволит методично и эстетично исполнить классические рас. «...корпус должен держаться прямо на ноге, так чтобы в любой момент можно было отпустить руку с палки, не потеряв равновесия» - говорила в своей книге «Основы классического танца», великий педагог А.Я. Ваганова. Чтобы формировать arlomb и в дальнейшем держать устойчивость на середине зала необходимо:

- Стоя в позиции не заваливаться на большие пальцы;
- Держать натянутые колени;
- Втягивать ягодицы;
- Не распускать живот и желудок;
- Плечи тянуть вниз;
- Лопатки держать собранными;
- Подбородок и макушку тянуть вверх.

- 1) **Adagio (Адажио)** – Медленная мини-композиция, направленная на приобретение устойчивости.
- 2) **Attitudes (Аттитюд)** – Поза. Нога сзади чуть присогнута и поднята вверх, колено развёрнуто в сторону, носок выше колена.
- 3) **Arabesques (Арабеск)** – Поза. Нога на 90-0 натянута и развёрнута в паху, корпус прямой (1, 2, 3, 4).
- 4) **Batttements tendus (Батман тондю)** – Отведение и приведение ноги. Исполняется из I и V позиции. Нога отводится на носок в выворотном положении, пятка над полом высокая.



5) Batttements tendus jete (Батман тондю жете) – Маленький бросок на 45-0. Исполняется из I и V позиции. Нога делает проходящее vatttements tendus и делает не большой бросок на воздух, фиксируя точку на 45-0.

6) Battement frappe (Батман фραπε) – Удар по щиколотке ноги. Важно, чтобы стопа была развёрнута: пятка направлена вперёд, а носок назад. Если удар сзади, то носок направлен «птичкой», присоединяется только щиколотка.

7) Battement double frappe (Батман дубль фραπε) – Двойной удар. При этом успеть приоткрыть ногу до стороны. Не допускать «переползания» стопы.

8) Battement fondu (Батман фондю) – одновременное сгибание и разгибание ног. Колени разворачиваются в стороны. Движение медленное, пластичное.

9) Batttements developpes (батман девлюппе) – Скольжение носком по ноге. Колено развёрнуто в сторону, пятка не касается.

10) Batttements soutenu (Батман сотеню) – Одновременное подтягивание ног в позицию. Колени и пятки развёрнуты в стороны, позиция плотная.

11) Battemen relevelents (Батман реливелиан) – Медленное поднятие ноги на 90-0. Нога поднимается медленно от паха, стопа и колени натянуты и развёрнуты.

12) Batteries (Батире) – заноска в воздухе. Разворот пяток и сохранение позиции.

13) Balance (Бальянсе) – Покачивание. Острые развёрнутые стопы, подтягиваются в положение sur le sou-de-pied.

14) Ecartee (Экарте)- Поза (вперёд, назад) - диагональная поза.



- **Ecartee вперёд** - «Гордая» поза, голова направлена к рабочей ноге, спина подтянута.

- **Ecartee назад** – Нога развёрнута от бедра, диагональ сохраняется, стопы развёрнуты, наклон корпуса от рабочей ноги, взгляд направлен за локоть.

15) Pas de bourree (Па де буре) – шаг со сменой ног в положении sur le cou-de-pied

16) Coupe (Купе) – Связующее движение, смена ног

17) Flic-flac (Флик-фляк) –Связующее движение. Мазок подушечкой стопы по полу, после мазка стопа натягивается.

18) Grand battement jete (Гранд батман жете) – Большой бросок. Резкий бросок от паха. Корпус не помогает, стопа и колени натянуты и развёрнуты, стопа проходит через battements tendus.



19) Plie (Плие) – Приседание, при котором колени и пятки разворачиваются



- **demi-plie (Деми-плие)** – Маленькое приседание, в котором пятки сохраняются на полу, колени развёрнуты в стороны. В конце движения колени подтягиваются.

- **grand-plie (Гранд-плие)** – Большое приседание. Пятки отрываются от пола, ягодицы не проваливаются. При выходе из плие пятки ставятся первые, колени сильнее разворачиваются в стороны.

20) Passe (Пассе)– Проходящее, переводящее движение. Нога поднимается до колена, стопа натянута пятка не касается колена опорной ноги, колено развёрнуто в сторону.

21) Petit battement sur le cou-de-pied (Пти батман сюр ли ку де пье) – Приоткрывание ноги в положение sur le cou-de-pied спереди - сзади (условное). Нога работает от колена, держать втянутые ягодицы, разворачивать колено, натягивать стопу.

22) Pirouette (Пирует) – поворот корпуса на одной ноге. Корпус подтянут и собран, держать точку, плечи тянуть вниз, ягодицы втянуты.

23) Port de bras (Пор де бра) – движения рук (6 позиций). Танцевальные кисти, движения широкие.

- **I Port de bras** – Движения рук в I-III-II-подготовительную позиции.

- **II Port de bras** – Движения рук в I позицию - одна рука в III позиции, вторая рука во II позиции - меняем руки – и заканчиваем в I позиции.

- **III Port de bras** – II – I с наклоном корпуса вперёд – поднять корпус, руки в I позиции – круговое движение назад, руки в III позиции – исходное положение.

- **IV Port de bras** – Одна рука в III позиции, вторая рука во II позиции – перевод рук и плеч в развёрнутое диагональное положение – I позиция – исходное положение.

- **V Port de bras** - Одна рука в III позиции, вторая рука во II позиции – наклон корпуса вперёд – круговое движение назад, руки меняют положение – вернуться в исходное положение, руки меняются.

- **VI Port de bras** – Большое port de bras с выпадом.

24) Ronds de jambes (Ронд де жамб партер) – Круг ногой. Нога разворачивается от паха в положение, -ecartee (вперёд, назад) не понижаясь в воздухе.

- **Ronds de jambes par terre** – Круг ногой на полу через 1 позицию.

- **En dehors (Ан деор)** – Круг вперёд.

- **En dedans (Ан дедан)** – Круг назад.

- **Ronds de jambes en l'air (Ронд де жамб ан леэр)** – Круг ногой в воздухе от колена

- **grand rond de jambe jete (Гранд ронд де жамб партер)** – Круг ногой с большим броском

25) Sur le cou-de-pied (Сюр ли ку де пье) – Положение ноги на щиколотке.

- Обхват (обхватить щиколотку стопой, пятка впереди – носок сзади, стопа натянута, колено разворачивается в сторону.

- «Условное» положение спереди. Стопа подтягивается вперед, пятка не касается щиколотке, большой палец на косточке, колено развёрнуто в выворотное положение.

- Стопа сзади, носок «птичкой» натянута.

26) Tombee (Томбе) – Выпад, следить чтобы движение шло за рабочей ногой, обе ноги развёрнуты, не допускать «торчащих» ягодиц.



27) Temps lie (Тамп лие) - Переход ног из позиции в позицию. Медленный развёрнутый переход.

28) Temps releve (Тамп реливе) – Подняться на полу пальцы. Не допускать завалов на мизинцы.

- Низкий полу палец – на подушечки.

- Высокий полу палец – выше подушечки.

29) Tours chaines (Тур шене) – стремительное вращение. Корпус подтянут, макушка стремится вверх, держать точку.

Прыжки:

Не отъемлемая часть урока – это прыжки. Где формируется сила ног, координация рук, головы, танцевальность. При исполнении любого прыжка важно учитывать следующее:

- Перед прыжком обязательно сделать demi plie.

- Пятки держать на полу.

- В воздухе затягивать колени и стопы.

- Приземление идёт на полу пальцы, а затем на пятки, ягодицы подтянуты.

1) Pas assemble (Па ассамбле) – Исполняется с двух ног на две. Рабочая нога обязательно проходит через пол, открывается на 45-0. Толчковая нога сильная, корпус подтянут.

2) Pas battu (Па батю) – заноска

3) Pas brise (Па бризе) - заноска

4) Pas ballottes (Па баллоте) – качание в воздухе

5) Pas de basque (Па де баск) – партерный скользящий прыжок. Стараться широко исполнить прыжок, сохранив *demi rond* и позиции.

6) Changement de pieds (Шажман де пье) – Смена ног через 1 позицию. Стопы сильно разворачиваются и натягиваются в воздухе, прыжок мягкий и эластичный.

7) Grand jete (Гранд жете) – прыжок в котором ноги раскрываются в шпагат



8) Pas de chat (Па де ша) – «Кошачий» прыжок.

9) Entrechat quatre (заноска) (Антраша куатро) – четырёх кратное приоткрывание ноги. Сильно затягиваются ноги, стопы разворачиваются в выворотное положение.

10) Entrechat royale (Антраша роял) – небольшая заноска.

11) Pas emboites (Па амбоите) – перемена присогнутых ног.

12) Pas echappe (Па эшappe) – Затянуть позицию в воздухе. Прыжок может выполняться из V во II позицию, из V в IV позицию. Не допускать «пружинистого» plie.

13) Pas jete (Па жете) – Исполняется с двух ног на одну. Нога скользит через *battement tendu*, приземление на рабочую ногу, прыжок вверх. Корпус приземляется подтянутый, руки помогают.

14) Pas glissad (Па глissад) – Скользящий. Делается с переменной ног и без. В воздухе натягиваются обе ноги.

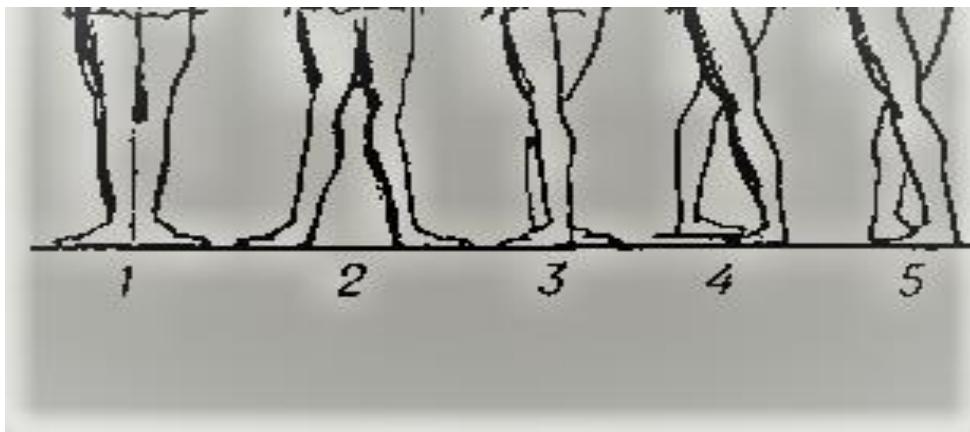
15) Sissonne fermee (Сиссон ферме) – Одновременное раскрывание ног, приземление на одну ногу, вторая подтягивается носком. Прыжок прыгается по направлению в сторону.

16) Sissone ouverte (Сиссон уэрт) – подтягивание ноги в воздухе в положение *sur le cou-de-pied*. В воздухе сильно затянуть обе ноги в V позицию, при приземлении нога открывается на воздух. Нога затянута и развёрнута.

«Золотые» правила.

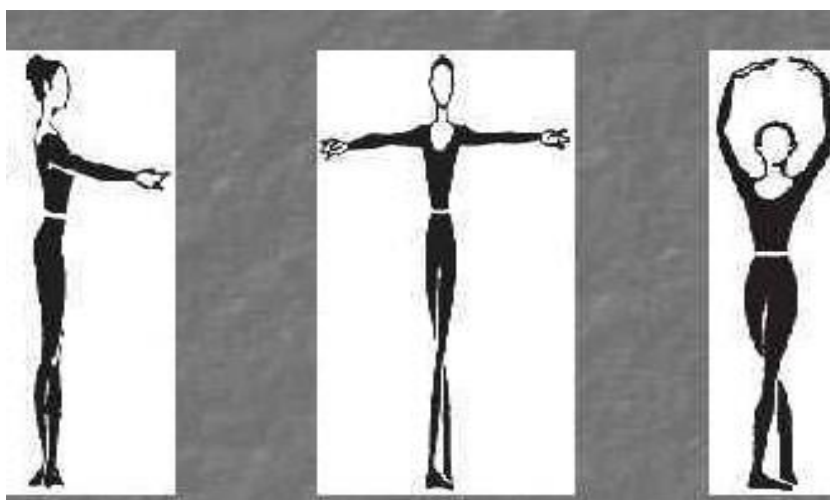
1. При постановке выворотной позиции ног следить за:

- точностью разворота стоп по прямой линии (в V позиции носок-пятка соединены).
- не заваливать стопу на большой палец.
- опора на две ноги.



2. В позициях рук:

- Округлые локти, кисти.
- Кисти не зажимать, стремиться к танцевальной кисти.
- В подготовительной позиции – держать руки дальше от корпуса, ладонь вверх.
- Во II позиции локти на «полочке», кисть ниже плеча.
- в III позиции локти развёрнуты в стороны.



3. При подъёме ноги на воздух (вперёд, в сторону, назад) спина всегда стремится за ногой.



4. Голова макушкой стремится вверх, не отпускать подбородок.
5. В прыжках не допускать «пружинистого» плие.
6. При подъёме на полу пальцы следить что бы стопа не заваливалась на мизинец.

