

ИЗУЧЕНИЕ ПАЛЬЦЕВОЙ ТЕХНИКИ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА НА УРОКАХ ХОРЕОГРАФИИ

Кузьменко П. Е.

Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина

fiesta-tsu@yandex.ru

Танец на пальцах является одним из главных компонентов сольного, дуэтного и массового женского классического танца. Его легкость, пластичность, динамика и выразительность – необходимые условия для исполнителя.

Движения на пальцах вводятся в процесс обучения детей хореографического коллектива тогда, когда ноги (и в особенности ступни) учениц достаточно укреплены экзерсисом по классическому танцу у палки и на середине зала. Чтобы правильно и устойчиво стоять на пальцах, необходимо подготовить ноги упражнениями на высоких полупальцах (*releve* по I, II, V и IV позициям), что должно быть сделано в первую половину учебного года в первом классе.

При положении ноги на выворотных полупальцах (пятка вперед) упор ноги и тяжесть тела следует равномерно распределять на все пять пальцев, не должно быть наклона ступни на сустав одного большого пальца. Положение ноги, стоящей на носке (на пальцах), также требует полной выворотности: упор делается на первый, второй и третий пальцы или на первый и второй, в зависимости от строения ноги (длины пальцев). Чрезмерно удлиненный первый палец и короткие остальные затрудняют работу на пальцах, но это не является отрицательным показателем для занятий классическим танцем при наличии общих хороших данных.

В первом классе в середине учебного года изучаются простейшие упражнения на пальцах на двух ногах; *releve* по I, II и V позициям лицом к палке (не более трех-четырех уроков); затем *releve* на пальцах переносится на середину зала; далее изучается *echarpe*, *glissade*, *pas de bourree* с переменной ног в том виде, в каком оно делается на полупальцах.

В следующих классах разучиваются все виды *pas de bourree en face* и *en tournant*, движения на одну ногу в маленькие и большие позы: *sissonnes*, *jetes*, туры, различные виды *fouettes*, прыжки на двух и на одной ноге.

В младших и средних классах школ искусств и студиях классического танца урок на пальцах (после экзерсиса у палки и на середине зала) следует давать два раза в неделю, в старших классах - через день.

Основные *pas* танца на пальцах.

Releve

Последовательность изучения.

1. *Releve* по всем позициям изучается на первом этапе освоения пальцевой техники классического танца необходимо осуществлять лицом к палке (первоначальное изучение).

В самых первых упражнениях следует требовать подъема на пальцы сразу из *demi plie* без постепенного перехода с полупальцев на пальцы; несколько позднее следует, отталкиваясь пятками от пола, как бы вскакивать на пальцы. Вытянутые колени, напряженные мышцы ног, подтянутый корпус и бедра содействуют устойчивости на пальцах. Опускаться с пальцев на *demi plie* необходимо эластично и сдержанно, резкое падение на *plie* недопустимо.

2. *Releve* по всем позициям у палки и на середине зала.

Размер 4/4. На первую четверть сделать *demi plie*. На вторую четверть вскочить на пальцы. На третью опуститься на *demi plie*. На четвертую вытянуть колени.

3. *Releve* по всем позициям.

Размер 2/4. За тактом сделать *demi plie*. На первую четверть вскочить на пальцы. На вторую опуститься на *demi plie* и т. д.

4. *Releve* на 1/4. *Demi plie* и *releve* на пальцы исполняется за тактом, опускание с пальцев на *demi plie* приходится на каждую четверть.

Echappe

Последовательность изучения

1. Echappe на II позицию (первоначальное изучение). Размер 4/4.

На первую четверть - demi plie в V позиции. На вторую вскочить на пальцы и равномерно раскрыть ноги на II позицию. На третью четверть соединить ноги в V позицию на demi plie. На четвертую вытянуть колени.

Echappe на IV позицию croise и efface изучается точно так же.

2. Echappe на 2/4 такта. Законченная форма. Исходное положение - eparelement croise. За тактом - demi plie в V позицию. На первую четверть вскочить на пальцы. На вторую четверть опуститься в V позицию на demi plie в eparelement croise и т. д.

3. Echappe на ¼ такта. Demi plie и подъем на пальцы происходит за тактом, окончание echappe на demi plie - на четверть. При исполнении echappe несколько раз подряд подъем на пальцы всегда будет на восьмую долю, demi plie на четверть. Руки могут быть в подготовительном положении или приоткрываться в сторону II позиции.

Glissade

Последовательность изучения

1. Glissade в сторону по II позиции (первоначальное изучение). Размер 4/4. Исходное положение - V позиция ног, правая нога впереди. На первую четверть - demi plie. Между первой и второй четвертью правая нога скользит по полу в сторону по II позиции. На вторую четверть перенести тяжесть корпуса на носок правой ноги, левая быстро подтягивается к правой ноге в V позицию на пальцы. На третью четверть опуститься на demi plie. На четвертую четверть - вытянуть колени.

Jete

Jete на пальцах - это шаг на пальцы с двух ног на одну ногу. Исполняется из demi plie. Jetes делятся на маленькие и большие, и те и другие делаются во всех направлениях и позах.

Делая шаг с предварительного demi plie в V позиции, центр тяжести корпуса следует передать на носок ноги, встающей на пальцы, и моментально подтянуть бедра. Это содействует устойчивости позы на пальцах. Шаг должен быть широким.

Опускаться с пальцев можно в V позицию на demi plie или на ту ногу, которая находится в положении sur le cou-de-pied, при этом нога, стоявшая на пальцах, сгибается в положение sur le cou-de-pied, мягко открывается и снова делает шаг-jete на пальцы.

В больших jetes, сделав demi plie в V позиции, следует вынуть ногу на 45°, центр тяжести корпуса остается на опорной ноге, затем сделать широкий шаг за кончиком носка, встать на пальцы и перенести на эту ногу центр тяжести корпуса, одновременно другая нога поднимается на 90, руки принимают заданную позу.

В больших jetes в позы attitude I, II, III и IV arabesques нога на 90° поднимается; в позах croise, efface вперед, ecartee назад и вперед, нога быстро вынимается приемом developpe. Большие jetes исполняются в плавных умеренных темпах. Руки принимают заданную позу и содействуют устойчивости на пальцах.

Вставая на пальцы, не следует задерживать вынимаемую ногу сзади, она должна сразу проходить вперед. Недопустимо опускаться с пальцев, резко соскакивая на plie. Плавность, певучесть движения ног - характерная особенность этого pas. Такая же певучая плавность должна быть и в движениях рук, которые могут находиться в самых разнообразных положениях: через I позицию, постепенно открываться в сторону или подниматься одна на III позицию, другая на II. Корпус на первых шагах можно слегка наклонить вперед и постепенно выпрямляя его немного перегнуть назад. В соответствии с движениями корпуса и рук меняются и положения головы.

Jete-fondu назад исполняются так же. Вставая с шагом назад на пальцы, другую ногу нельзя задерживать впереди, а сразу мягко вынимать назад в направлениях efface и croise. Jete-fondu можно исполнять и в темпе медленного вальса, на один такт каждое.

Для развития устойчивости пальцевой техники особое внимание следует уделять движениям, выполняемым на одной и той же ноге, которые хорошо отрабатывают толчковую силу ног; устойчивые действия корпуса, рук и головы, следует выполнять обязательно в достаточном количестве и каждый урок. Все это отлично развивает не только устойчивость в пальцевой технике, но и элевацию исполнения. Комбинации на пальцах станут устойчивыми, если все навыки учениц развиваются столь же полноценно, как и его знания. Бывает, что ученицы знают и понимают больше, чем умеют, а это не содействует развитию устойчивости.

Литература:

1. Баглай В. Е. Этническая хореография народов мира: учебное пособие для студентов вузов [Текст] / В.Е. Баглай. - Ростов н/Д: Феникс, 2007.
2. Базарова Н. П. Азбука классического танца: Первые три года обучения: учебное пособие [Текст] / Н.П. Базарова, В.П. Мей. - 3-е изд., испр. и доп. - СПб.: Лань, 2006.
3. Базарова Н. П. Классический танец: методика преподавания в 4-5 классах балетной школы [Текст] / Н.П. Базарова. - СПб.: Лань; Планета музыки, 2009.
4. Балет. Танец. Хореография: краткий словарь танцевальных терминов и понятий [Текст] / сост. Н.А. Александрова. - СПб.: Лань; Планета музыки, 2008.
5. Барышникова Т. Азбука хореографии: Методические указания [Текст] / Т. Барышникова. - СПб.: Респекс, Люкси, 1996.
6. Бахрушин Ю. А. История русского балета [Текст] / Ю.А. Бахрушин. – М.: Лань, Планета музыки, 2010.