

УДК 792.8

ALLEGRO В СРЕДНИХ КЛАССАХ: СОВРЕМЕННЫЙ ВЗГЛЯД, ТРАДИЦИОННЫЙ ПОДХОД

*Порывкина Е. Г.*¹

¹ Академия Русского балета имени А. Я. Вагановой, ул. Зодчего Росси, д. 2, Санкт-Петербург, Россия.

В статье анализируется один из наиболее важных компонентов урока классического танца – allegro. Автор предлагает сосредоточиться на специфических аспектах изучения прыжков в средних классах профессиональной балетной школы, используя свой личный опыт, а также базируясь на методической литературе. В статье уделяется внимание такому элементу, как plié, и важности его правильного исполнения для толчка и приземления при прыжке. Определяется то, какие именно прыжки изучаются в третьем-четвертом классах, на чем нужно делать акцент при освоении материала. А также освещается равнозначность изучения прыжков в мужском и женском классах, делается вывод об универсальности методики обучения allegro.

Ключевые слова: allegro, прыжки, основные принципы, средние классы, методика обучения.

ALLEGRO IN MIDDLE CLASSES: MODERN LOOK AND TRADITIONAL APPROACH

*Poryvkina E. G.*¹

¹ Vaganova Ballet Academy, 2, Zodchego Rossi, St., St. Petersburg, Russia, 191023, Russian Federation.

The article analyzes one of the most important components of the lesson of classical dance – allegro. The author concentrates on the specifics of study of jumps in the middle classes of professional ballet school, using her private teacher's experience and basing on the methodic literature. In the article attention is paid to such an element as plié and significance of its proper execution for pushing and landing. The author also speaks of how exactly the jumps should be taught in the third-fourth grades, and what the tutor should emphasize during training. Also the article tells about the omnitude of allegro teaching, that allegro must be taught the same way in ladies and boys class.

Keywords: allegro, jumps, basic principles, middle classes, methods of teaching.

Урок классического танца складывается из трех составляющих, из которых невозможно выделить самую важную. Экзерсис у палки, упражнения на середине, *allegro* — все эти компоненты в равной степени важны и необходимы для воспитания профессионального танцовщика. Преподавателю классического танца нужно обладать знаниями методики обучения каждому разделу урока. У раздела *allegro* есть своя специфика. Он базируется на тех навыках, которые получил учащийся ранее, в упражнениях у палки, отточил на середине и перенес в самый сложный и наиболее близкий к сценическому танцу раздел урока — *allegro*. Автор предлагает сосредоточиться на тех нюансах процесса обучения и методических рекомендациях, которые дают возможность достигнуть максимальной эффективности при изучении прыжков в средних классах.

Allegro — значительная часть урока классического танца. Многие вариации (у мужчин все), а также *entrée* состоят из различных прыжков. По словам А. Я. Вагановой, «...вся предыдущая работа, до введения *allegro*, является подготовительной для танца» [1, с. 18]. Несмотря на то, что в каждом классе изучается разная программа, принципы подхода к освоению прыжков остаются едиными. Изменяются и усложняются конкретные задания. По мере освоения образовательной программы ускоряется темп, осваиваются новые формы ранее изученных прыжков, увеличивается количество повторений. Программа классического танца для средних классов строится на изучении новых движений, повторении пройденного материала и его усложнении. Вводятся заноски *entrechat-cinq*, *entrechat-trois*. Педагог добивается от учащихся не только правильности исполнения, но и художественной выразительности. В средних классах некоторые прыжки исполняются в положении *épaulement* и в позах; вводятся комбинации, сочетающие средние прыжки со связующими движениями; начинается освоение больших прыжков (*grand assemblé*, *grande sissonne ouverte*) в их базовых формах. Отметим, что теперь в академию приходят более взрослые абитуриенты. Они раньше приступают к изучению сложных элементов экзерсиса, включая *allegro*. Например, заноски теперь входят в материал третьего года обучения.

Несмотря на большое количество новых деталей, нюансов и усложняющуюся в средних классах программу, суть *allegro* и правила его исполнения остаются неизменными независимо от года обучения. Важнейшие детали, которым нужно научить учащихся, — это толчок и приземление. Педагогу также необходимо воспитывать у учащихся баллон и элевацию, исходя из ясного понимания сути этих навыков и того, как они приобретаются. Нужно пристально следить за правильностью положений тела и поз во время прыжков. Все эти составляющие преподавателю необходимо учитывать и в первом, и выпускном классах, при этом сосредоточиваясь на ключевых для конкрет-

ного этапа обучения целях и задачах.

Нужно понимать и помнить, что прыжки в классическом танце — это очень сложный координационно и насыщенный технологически блок движений. Прыжки требуют отличного владения как базовыми навыками и техникой классического танца, так и специфическими приемами. По словам авторитетного педагога Н. И. Тарасова, «...прыжки слагаются из предварительного усвоенных элементов экзерсиса и *adagio*. Следовательно, очень важно, чтобы эти элементы были основательно и всесторонне освоены учащимися, прежде чем будут использованы в прыжках» [2, с. 219].

Далее, говоря об *allegro* в средних классах, мы, с одной стороны, вспомним о тех общих правилах и условиях, которые необходимо соблюдать преподавателю, чтобы его учащиеся в совершенстве овладели техникой прыжка, и, с другой, — рассмотрим специфику данного раздела урока классического танца на среднем этапе обучения.

Еще раз напомним, что прыжки в классическом танце разделяются на несколько ключевых групп: «прыжки с двух ног на две ноги, прыжки с двух ног на одну ногу, прыжки с одной ноги на две ноги, прыжки с одной ноги на другую ногу, прыжки с одной ноги на ту же ногу» [2, с. 221]. К третьему-четвертому классам у учащихся уже есть арсенал прыжков всех этих типов. Теперь происходит как повторение пройденного, постоянная отработка «чистых» форм *pas échappé*, *pas assemblé*, *pas jeté*, *sissonne ouverte*, *changement de pieds* и т. д., так и переход к более сложным формам этих прыжков (в позах, с поворотом) и разным их комбинациям, а также к уже упомянутым заноскам. При этом на данном этапе недостаточно прорабатывать азы, шлифовать технику прыжка как такового, но и нужно дать ученикам почувствовать разницу между маленькими и средними прыжками — по силе толчка, высоте прыжка, технике приземления, координации тела.

Обратимся к технике прыжка, на которой нужно сосредоточиться преподавателю. Маленькие прыжки исполняются за счет сильных стоп и пружинистого *plié*. Ученики должны постоянно совершенствовать работу стопы: во время *plié* не отрывать пятки от пола (для того, чтобы задействовать весь рычаг стопы). Очень важен сильный толчок пальцами от пола. Если у ученика пальцы во время толчка не вытягиваются, то нет и остроты исполнения (ноги вялые), нет динамики отрыва от пола (элекации). Маленькие прыжки должны постепенно становиться легкими, пружинистыми. На маленьких прыжках будут исполняться различные заноски, мелкая техника. Чистота, правильность и легкость их исполнения необыкновенно важны, им нужно уделять большое внимание.

Развивать нужно именно пружинистость в маленьких прыжках, так как очень часто она заменяется «трамплинным принципом», при котором

динамичен только толчок, а приземление — сухое, работает только стопа. Создается впечатление, что ученик скачет, а не прыгает.

Приземление в прыжках не менее важно, чем толчок. Именно с приземлением, т. е. с *plié* после прыжка, возникают у учащихся большие проблемы. Обратимся снова к учебнику Н. И. Тарасова и его рекомендациям: «Одним из наиболее трудных и сложных элементов прыжка является *demi-plié*, при помощи которого осуществляется толчок, взлет и его завершение. При выполнении прыжкового *demi-plié* необходимо, чтобы вся ступня и особенно пятки плотно, с упором примыкали к полу, чтобы ступня отделялась от пола с силой, последовательно от пятки до кончика пальцев, голеностоп и бедро активно участвовали в толчковом посыле, и вся нога, отделяясь от пола, вытягивалась бы упруго в колене, подъеме и пальцах, иначе взлет окажется слабым, недостаточно устойчивым, эластичным и высоким. Заканчивать прыжок следует в мягкое, эластичное *demi-plié*, принимая тяжесть тела на собранные, а не на расслабленные мышцы ног и с кончика пальцев на пятки, которые должны плотно, но бесшумно примкнуть к полу. Голеностоп и бедро также должны активно участвовать в эластичном и мягком завершении прыжка, разумеется, по всем существующим правилам *demi-plié*» [2, с. 220].

Одним словом, перед преподавателем стоят непростые и многочисленные задачи. В средних классах учащиеся уже способны на более сложные, чем в первые два года, задачи; программа становится более разнообразной, но при этом и ключевые принципы прыжка, о которых так подробно и понятно говорит Н. И. Тарасов, должны постоянно соблюдаться.

Правильную координацию толчка и приземления нужно развивать во время экзерсиса у палки. При движении вниз нужно учить детей сильно давить на пятки, а при движении вверх не просто вытягивать колени, но как бы выталкивать тело вверх. Во время движений экзерсиса с использованием *plié* на опорной ноге самое важное — добиться правильного положения корпуса и бедер с упором на пятку. Очень полезно для этого вводить в экзерсис *battement tendu* и *battement tendu jeté* с *plié* на опорной ноге.

На третьем и четвертом годах обучения большое внимание уделяется средним прыжкам. Они закладывают основу для прыжков больших. Тренируются дыхание и выносливость. Комбинации носят силовой характер. Поначалу любой новый прыжок изучается отдельно, в чистом виде, и исполняется так: *plié* — прыжок — *plié*, после прыжка вытянуть колени — пауза, и так далее. Затем для выработки сил нужно увеличить количество прыжков от трех-четырёх до восьми подряд. Для девочек это тяжелая, но необходимая нагрузка. Их мышечная масса, нужная для хорошего прыжка, нарастает медленнее, чем у мальчиков. В этот период закладывается фундамент силы и техники, которые в дальнейшем позволят ученикам в комбинациях с боль-

шими прыжками раскрыть свои технические индивидуальные возможности. В правильности исполнения средних прыжков заложена основа для развития виртуозности.

Заметим, что, несмотря на то, что для описания технологии изучения *allegro* и особенностей исполнения прыжков в данной статье приводятся примеры из практики педагогов мужских классов, все принципы техники прыжка в классическом танце универсальны. Различие проявляется в наличии отдельных прыжков (например, прыжков с добавлением двух оборотов в воздухе или двойных туров *en l'air* в разных позах), которые исполняют только мужчины, т. к. они обладают большей физической силой, возможностью толчка и другими физиологическими особенностями. Но учить прыгать (автор на этом настаивает!) в мужском и женском классах нужно одинаково.

Во время средних прыжков основная нагрузка ложится на мышцы бедра. Большое внимание нужно уделять *plié* после прыжка, т. к. оно служит основой для последующего. Также правильно выполненное приземление, с точно отработанной и соблюдаемой учеником техникой, с верным использованием мышц, сохранением их собранности, сдерживанием инерции, снижает риск получения травмы. Чтобы уделить внимание технике *plié*, в экзерсисе увеличиваются и усложняются комбинации *fondus*, вводятся *plié* по окончании *rond de jambe en l'air*. Такому принципу построения урока, с учетом раздела *allegro*, предлагает и стремится следовать автор статьи.

В четвертом классе начинается изучение более сложных заносок *entrechat trois*, *entrechat cinque*, а также сложного движения *pas brisé*. Прыжки *pas echappé*, *pas assemblé* исполняются с заносками (*battu*). Чтобы заноски были отчетливыми и виртуозными, в дальнейшем их нужно исполнять до предела натянутыми ногами. Заноска должна быть короткая и четкая, как будто в воздухе скрещиваются две шпаги.

Здесь хотелось бы отметить разницу между понятиями *batteries* (переводится на русский как «заноски») и *battu*. *Batteries* — это именно удар нога об ногу, в котором и заключается суть *entrechat*. Словом *battu* «обозначается всякое *pas*, сопровождаемое ударом одной ноги о другую» [1, с. 131]. Знание терминологии, понимание понятийных различий имеет значение, и это необходимо как педагогу, так и ученикам, чтобы быть сведущими в своей профессии. Что касается *pas battu*, то оно придает прыжку изысканность, блеск. Нечеткое исполнение *battu* выглядит как несуразность, «ляп», лишает движение точности, красоты, искажает его внешнюю форму. В этой связи хотелось бы заметить, что уже в средних классах *allegro* — это не просто набор тренировочных простых *pas*, выработка техники и тренировка тела, в нем уже имеются отдельные элементы виртуозного сценического танца. Это еще раз напоминает нам о том, что урок — это тренаж для того, чтобы в будущем де-

монстрировать на сцене классическую хореографию, наполненную виртуозными техническими деталями и в значительной степени состоящую именно из элементов *allegro*.

Что касается техники исполнения *entrechat* и прыжков с *battu*, то очень часто во время заносок, особенно в движениях с *battu*, ученики плохо раскрывают ноги для удара. Получается, что одна нога трется об другую. Это происходит при плохой работе внутренних мышц бедра (если ученики, особенно с X-образными ногами, делают неглубокую заноску). Обязательно две ноги должны работать одинаково в момент заноски.

В данной статье не делается упор на ошибки и огрехи исполнения. Главное для преподавателя — четко знать программу и специфику данного этапа обучения (в нашем случае — раздела *allegro*). Разбор неправильных форм исполнения представляет определенный интерес и также является материалом для анализа. Тем не менее гораздо важнее педагогу представлять (и уметь объяснить), как верно делать движение, придерживаться описанных в методике правил и опыта тех педагогов, которые добивались со своими учениками наибольших успехов, а также оставили теоретическое наследие. При понимании задач обучения, доскональном знании техники прыжка и его разновидностей, а также того, как именно лучше осваивать прыжки на определенном этапе обучения, преподаватель может добиться больших успехов.

Вернемся к прыжкам с заносками. Все они требуют остроты, которая передается натянутыми ногами и четко зафиксированными в правильном вытянутом положении стопами.

Если говорить о мелкой технике в прыжках, то она должна быть филигранной. За этим нужно следить сразу, и в средних классах. Тело и руки должны сохранять позиции, но не быть зажатыми и напряженными. Это придает ощущение легкости исполнения *pas*, соответствующий внешний вид танцовщику и исполняемой им хореографии, даже если речь идет об учебной комбинации.

Говоря о том, как правильно научить прыжку, нужно понимать, что школьный урок классического танца это, по сути, создание фундамента, овладение «словарем» классической хореографии. Следуя принципам таких мэтров педагогики, как А. Я. Ваганова, Н. И. Тарасов, П. А. Пестов, автор предлагает на уроке и разделе *allegro* уделять большое внимание проработке *pas* в чистом виде, с возможностью увеличения количества повторений и подходов, переменной ракурса и направления движения, ускорением темпа, использованием разного музыкального материала. Такой подход дает хорошие результаты. При этом принцип сочетания нескольких разных прыжков в одну комбинацию зачастую видится малоэффективным, т. к. требует от учеников большого внимания к «порядку» исполнения движений и отвлекает от движения как такового.

Если в третьем, четвертом и пятом классах дети научатся хорошо выполнять отдельные, подчас очень сложные с точки зрения координации, прыжки, если технология и форма войдут в мышечную память, то в дальнейшем им будет нетрудно сочетать прыжки (как между собой, так и с любыми другими pas), решая поставленные театром или хореографом задачи.

Например, говоря о школе изучения allegro в классе П. Пестова, его выдающийся ученик Н. Цискаридзе писал: «Класс 1996 года выпуска... был ровным и средним с точки зрения способностей его представителей. <...> Учитывая физические данные и возможности учеников этого класса, П. А. Пестов сделал особый упор на комбинации маленького прыжка и их специфические варианты, позволившие каждому из учеников войти в театральный репертуар с крепким техническим багажом. Методом Пестова было создание основ. Он подчеркивал, что его главная задача — заложить прочный, опирающийся на индивидуальные способности и возможности, фундамент будущего профессионального роста. Он был большим противником сложностей, которые не подходили ученикам по их возможностям и взрослению...» [3, с. 5].

Перегруженные элементами или чересчур сложные комбинации прыжков едва ли будут полезны учащимся. Но есть категория движений, которыми нельзя пренебрегать. Их нужно добавлять в комбинации и тщательно выучивать. При изучении allegro в средних классах предлагается обратить серьезное внимание на связующие движения, занимающие важное место в прыжковых комбинациях: *сouré*, *сouré-шаг*, *pas glissade*, *pas de bourrée*, *pas chassé*. По мере обучения связующие движения должны обретать рельефность и внутреннюю энергию, находящую выход в основном прыжке. В подходе к преподаванию классического танца важно сохранять внимание ко всем деталям. Связующие pas и являются такими деталями. На них не падает основное внимание зрителя и танцовщика, но они должны быть безукоризненны по форме и стилю исполнения, должны идеально выполнять свои функции, в частности, в allegro (переход от одного прыжка к другому или подход к прыжку дает дополнительный импульс для него).

Сочетание в комбинациях только основных движений, отказ от связующих, лишь удлинит путь ученика к сценическим вариациям — главным структурным формам классического танца. Ни одна вариация не состоит из одних лишь силовых прыжков и вращений; она всегда предполагает чередование «ударных» моментов имоментов спада. Исключение составляет, пожалуй, вариация «Голубой птицы» из балета М. Петипа «Спящая красавица».

Часто ученики исполняют связующие движения расслабленными ногами, пытаются на них отдохнуть. Этого нельзя допускать. Здесь нужна хорошая работа стопы, особенно в женском классе, т. к. балерина танцует на пальцах, а прыгать в касковых туфлях намного сложнее, чем в мягких. Если пальцы

стопы балерины (или ученицы) остаются вялыми на связующих pas, сами прыжки и подходы к ним могут выглядеть не очень аккуратно. Для того чтобы избежать такого исполнения, можно в классе делать allegro в касковых туфлях. Это очень помогает укрепить стопу и голеностоп.

В четвертом классе начинается освоение больших прыжков. Фундаментом для них служат средние прыжки и движения экзерсиса, исполняемые на 90°: все виды grand battement, повороты fouetté с ногой на 90°. Многие движения экзерсиса служат специально для развития техники исполнения больших прыжков (développé tombé, grand battement développé). В старших классах это движения adagio battement développé balancé на 90° и быстрый demi-rond d'ici de-la. Если ученик не может удерживать ногу на 90° в разных вариантах, а стремится на этих движениях поднять ее как можно выше, то он лишает себя хороших больших прыжков. 90° — очень сложная высота. Нужно добиваться, чтобы учащийся овладевал и навыком динамичного маха, и фиксации ноги на какое-то время именно в положении 90°. Вся техника больших прыжков строится на этом принципе.

Комбинации с grand battement должны развивать это умение. Педагог мужского танца А. И. Пушкин, выпускавший великолепных танцовщиков, часто задавал grand battement с plié. Во время этого движения идет одновременное выталкивание тела наверх с plié и мах ногой (т. е. начало любого большого прыжка).

Все большие прыжки исполняют в позах классического танца. К этому нужно готовить учеников с самого начала. Здесь важна правильная работа корпуса, координация рук. В четвертом классе необходимо уделять время и внимание способам овладения навыком принимать позу в прыжке и сохранять ее в момент приземления. Руки и голова должны не только удерживать требуемое положение, но и быть выразительными. Если в момент прыжка, исполняемого, например, в позе arabesque, ученик не передает взглядом, руками, корпусом чувство полета, стремление вперед, то поза не получится. В подобных случаях ученик привыкает «просто делать», а не танцевать. Механическое исполнение движений ведет к бездуховным, лишенным внутреннего смысла танцам (в то время как петербургскую балетную школу отличают именно одухотворенность, осмысленность исполнения ее выпускниками классической и любой другой хореографии).

Развивая тему выразительности и наполненности движения, Н. И. Тарасов писал: «Прыжки — это средство самой разнообразной и стремительной полетности движения, которое, однако, не должно превращаться в самоцель. Прыжок ради прыжка — акробатика. Задача состоит не в том, чтобы танцовщик возможно выше прыгнул, исполняя какой-либо сложный вид заноски или воздушного вращения, а в том, чтобы он с предельной легкостью, эла-

стичностью и музыкальностью отобразил эмоциональное состояние своего героя. Тогда прыжок станет выразительным актерским средством» [2, с. 216]. Начинать воспитывать такой подход к классическому танцу нужно сразу, чтобы техника не становилась целью в ущерб смыслу и эстетике движения.

Изучение *allegro* в средних классах — это лишь один из частных случаев методики. Однако из внимания педагога к каждому разделу урока, в каждом классе, рационального подхода к освоению материала, умению научить основам и технике складывается процесс обучения в целом. Великие педагоги отечественной школы А. Я. Ваганова, В. И. Пономарев, А. И. Пушкин, Н. И. Тарасов, П. А. Пестов уделяли методике обучения и построению урока очень большое внимание, благодаря чему смогли воспитать многих выдающихся учеников, создать настоящую современную школу классического танца. Исполнительское мастерство их выпускников (Г. Улановой, А. Шелест, Т. Вечесловой, К. Сергеева, М. Барышникова, Р. Нуреева, Н. Цискаридзе) было подобно игре лучших драматических актеров. При этом они в совершенстве владели техникой классического танца, которая служила им для раскрытия образов.

Кроме того, важно помнить, что педагоги советского периода впитали в себя более ранний опыт (Э. Чеккетти, П. Иогансона, П. А. Гердта, Н. Г. Легата), растворив его в своих практических достижениях, передав новым поколениям учеников и педагогов. Современным преподавателям предлагается работать четко по существующей программе, опираясь на личный профессиональный багаж и знания, при этом полноценно используя идеи и практические советы методистов прошлого. Это поможет им достигать в собственной работе в классе значительных результатов, воспитывать хороших танцовщиков, а также послужит для развития современной педагогики.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Ваганова А. Я.* Основы классического танца. СПб.: Лань, Планета музыки, 2000. 191 с.
2. *Тарасов Н.* Классический танец. Школа мужского исполнительства. М.: Искусство, 1981. 479 с.
3. *Цискаридзе Н. М., Кузнецов И. Л.* 5 экзаменационных уроков классического танца П. А. Пестова. СПб.: Акад. Рус. балета им. А. Я. Вагановой, 2018. 200 с.

REFERENCES

1. *Vaganova A. Ya.* Osnovy` klassicheskogo tancza. SPb.: Lan`, Planeta muzy`ki, 2000. 191 s.

2. *Tarasov N.* Klassicheskij tanecz. Shkola muzhskogo ispolnitel'stva. M.: Iskusstvo, 1981. 479 s.
1. *Ciskaridze N. M., Kuznecov I. L.* 5 e`kzamenacionny`x urokov klassicheskogo tancza P. A. Pestova. SPb.: Akad. Rus. baleta im. A. Ya. Vaganovoj, 2018. 200 s.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРЕ

Порывкина Е. Г. — ст. преподаватель; elena.porivkina@yandex.ru

INFORMATION ABOUT THE AUTHOR

Poryvkina E. G. — Senior Lecturer; elena.porivkina@yandex.ru