

УДК 792.8

МЕТОДИКА КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА: *ALLEGRO* И *ASSEMBLÉ* В МЛАДШИХ КЛАССАХ

Л. И. Комолова¹

¹ Академия Русского балета имени А. Я. Вагановой, ул. Зодчего Росси, 2, Санкт-Петербург, 191023, Россия.

Статья посвящена изучению техники танца, начиная с первых шагов обучения учащихся по принципу «от простого к сложному». Акцентируется внимание на освоении раздела *allegro*, как важнейшей части урока, где хорошо видна выучка учеников. Автор подчеркивает необходимость правильной постановки корпуса, которая помогает развитию выворотности ног, гибкости и выразительности танца. *Assemblé*, в свою очередь, — один из важнейших прыжков для выработки силы ног и самого прыжка. Изучение *assemblé* начинается уже в первом классе. Делается вывод о том, что этот прыжок поможет ученикам в дальнейшем легче изучать более сложные элементы *allegro*.

Ключевые слова: классический танец, методика Вагановой, *allegro*, *assemblé*, техника танца

CLASSICAL DANCE TECHNIQUE: *ALLEGRO* AND *ASSEMBLÉ* IN ELEMENTARY GRADES

Ludmila I. Komolova¹

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

The article is devoted to the study of dance techniques, starting with the first steps of teaching students on the principle from simple to complex. Attention is focused on the development of the *Allegro* section, as the most important part of the lesson, where the students' training is clearly visible. The author emphasizes the need for the correct formulation of the body - a pledge of sustainability, which helps the development of *vyvorotnosti* legs, flexibility and expressiveness of the dance. *Assemblé*, in turn, is one of the most important jumps for developing leg strength and the jump itself. The study of school starts in the first grade. It is concluded that this jump will help students in the future, it is easier to learn more complex elements of *allegro*.

Keywords: classical dance, Vaganova technique, *allegro*, *assemblé*, dance technique

Значение методики классического танца, которую разработала А. Я. Ваганова, неопределимо. Она применила весь многолетний опыт и знания прошлых поколений. Тем не менее, ее метод преподавания обновлялся из года в год. Она говорила, что жизнь движется вперед и рекомендовала наблюдать за жизнью и за искусством. Поэтому и в наше время, бережно сохраняя традиции, мы должны двигаться вперед.

Методика преподавания классического танца построена на постепенной и тщательной проработке каждого *па*, каждого движения. Поэтому, приступая к изучению раздела урока *allegro*, педагог предварительно должен тщательно работать над постановкой корпуса, т. к. от этого зависит качество исполнения того или иного движения. Техника танца начинается с первых шагов обучения учащихся по принципу «от простого к сложному». Необходимо тщательно отрабатывать все элементы, из которых состоит то или иное движение. В младших классах закладываются элементарные навыки. Урок классического танца состоит из нескольких частей. Первая его часть – это экзерсис у палки. В младших классах мы изучаем элементарные движения экзерсиса, из которых затем складываются самые сложные движения классического танца. Хорошо усвоенный экзерсис поможет ученикам в дальнейшем овладеть техническим мастерством. Экзерсис необходим как начинающим ученикам, так и сложившимся танцовщикам. Экзерсис как у палки, так и на середине зала помогает совершенствовать мастерство ученика.

Правильная постановка корпуса — залог устойчивости. Она помогает развитию выворотности ног, гибкости и выразительности танца. Подтянутость корпуса дает свободу тазобедренному суставу. Также необходимо изучить позиции ног. При изучении позиций ног обязательны: предельно вытянутые колени, ровное положение стопы на полу. Упор на большой палец недопустим. Центр тяжести корпуса равномерно распределяется на обе ноги. Позиции ног являются исходными и конечными положениями простейших движений экзерсиса. Все правила выполнения позиций должны соблюдаться безукоризненно. Правильные и точные позиции также помогут развитию выворотности ног, что необходимо при изучении прыжков. Выворотность способствует свободному и пластически правильному движению ног, помогает устойчивости. При работе над устойчивостью на целой ноге и на *plié*, также участвуют щиколотка и колено. Необходимо, чтобы колено во время *plié* раскрывалось в сторону мизинца опорной стопы. Это даст надежный упор, поможет хорошей отдаче в момент прыжка и эластичному (правильному)

приземлению после прыжка. Невозможно добиться техничного исполнения прыжков, если колени на *plié* уходят вперед, а стопы заваливаются на большой палец. Сложным элементом прыжка является *plié*, при помощи которого осуществляется толчок, прыжок и приземление после прыжка. На *plié* пятки должны плотно примыкать к полу. Толчок в прыжке — активный, от пятки до кончиков пальцев. Голеностоп, колени и бедра активно работают. В прыжке колени, подъем и пальцы предельно вытянуты. Заканчивать прыжок следует в мягкое и эластичное *plié*. Плохо проработанное *plié* затрудняет движения ног, так как оно входит во все движения классического танца, а в прыжках является техническим средством.

Одним из важнейших движений экзерсиса является *battement tendu*. Задача начальных классов — научить учеников чувствовать мышцы, напрягать их, прикладывать физические усилия для исполнения движений. В то же время надо следить за тем, чтобы не появилась излишняя зажатость мышц. Часто бывает, что, напрягая ногу, ученик напрягает руки и шею. Это не правильно. *Battement tendu* предполагает особое усилие мышц, с помощью которых достигается правильное натяжение ног от колена до кончиков пальцев (очень важное при изучении прыжков).

Каждый новый прыжок изучается лицом к палке; затем он исполняется на середине зала. Задача состоит не в том, чтобы ученик как можно выше прыгнул, а в том, чтобы он выполнял прыжки с предельной легкостью, эластичностью и музыкальностью. На примере *assemblé* мы можем проследить, как от простого к сложному строится работа над этим движением. Исполняется это движение на малом и большом прыжках.

Pas assemblé (от фр. — «собирать») — это прыжок с двух ног на две из V в V позицию на 45°. *Plié* перед прыжком должно быть эластичное, без отрыва пяток от пола. Основная задача *pas assemblé* — соединить (собрать) ноги в V позицию в воздухе. Первоначальное разучивание движения проходит у палки, затем на середине зала раздельно, в медленном темпе. *Assemblé* по II позиции выполняется как вперед, так и назад. Исходная позиция — V; правая нога сзади. Сначала делается *demi-plié* в V позиции, затем — прыжок. Правая нога скользящим движением раскрывается на II позицию, моментально возвращается в V позицию в воздухе и переносится вперед. Конечное *demi-plié* должно происходить одновременно и равномерно на обе ноги. Затем *petit assemblé* выполняется с другой ноги. По тем же правилам все движения разучиваются в обратном направлении. Музыкальный размер, при этом, 1 такт — 4/4. На «раз» — *demi-plié*, на «два» происходит прыжок, на «три» делается эластичное приземление. На «четыре» колени вытягиваются. По окончании выполнения указанных движений происходит смена ног. Каждый прыжок необходимо начинать и заканчивать эластичным и выворотным *plié*.

При исполнении *assemblé* необходимо следить за опорной ногой. В момент толчка она должна быть вертикальна, а не «подлетать» к работающей ноге. Очень важно, чтобы бросок работающей ноги и толчок опорной делался одновременно. В момент прыжка колени и подъем предельно вытянуты. По такому же принципу мы будем изучать *assemblé* вперед и назад *en face*. А затем мы будем учить прыжок на середине зала, где к работе ног прибавится и поворот головы. После того, как будет усвоено правильное исполнение *assemblé* на II позицию, следует вводить повороты головы к раскрывающейся ноге (если нога ставится вперед, и от ноги, если она ставится назад в V позицию). На следующем этапе изучения *assemblé* в младших классах мы переходим на более быстрый темп: 1 такт — на 2/4. На «раз» — *demi-plié*. На «и» — прыжок, на «два» — эластичное приземление. Затем можно соединять два-три прыжка подряд. Правила исполнения движения должны строго сохраняться.

При изучении *assemblé* соблюдается следующая последовательность: сначала изучается *assemblé* в сторону на 45°, затем вперед и назад *en face*, на *croisé*, *effacé*, *écarté*, *double assemblé*, *assemblé battu*.

Petit assemblé в позах выполняется тем же приемом с отведением ноги вперед или назад на *croisé*, *effacé* и *écarté*. Корпус, голова и руки при этом находятся в соответствующей позе. Сначала изучаем на *croisé* вперед и назад, так как это наиболее легкая поза. При изучении *assemblé* в позах *effacé* и *écarté* мы начинаем учить из положения *epaulement effacé*, и только после усвоения движения, можем начинать из положения *epaulement croisé*. Руки в малых позах варьируются соответственно положению корпуса.

В комбинациях *assemblé* очень часто служит связующим прыжком. Оно выполняется как завершающий прыжок. *Assemblé* используется в сочетании *sissonne simple*, *pas jeté*, *sissonne ouverte* в сторону, вперед и назад и в позах *croisé*, *effacé* и *écarté*.

Новые движения программы следует изучать в чистом виде. Если движение трудное, то лучше сначала изучить его элементы. Только в этом случае движение будет хорошо усвоено. После того как *assemblé* будет выучено в чистом виде, его можно использовать как завершающий прыжок. Но правила исполнения движения необходимо соблюдать. Например, *sissonne simple* в сочетании с *assemblé* — достаточно сложное движение для учеников младших классов. Поэтому необходимо отдельно выучить *sissonne simple* и только после этого объединить его с *assemble*. *Sissonne simple* — простой прыжок с двух ног на одну. Поэтому после приземления работающая нога находится на условном *sur le cou-de-pied*. Затем работающая нога скользящим движением через V позицию делает *assemblé*. Приземление после *sissonne simple* должно быть очень сдержанным. Нужно следить за выворотностью обеих ног в момент окончания прыжка. Но долго задерживаться на *plié* нельзя. Призем-

ление после первого прыжка — это толчок для следующего. И, несмотря на то, что *assemblé* будет выполняться с одной ноги, правила *assemblé* должны сохраняться. В момент прыжка необходимо в воздухе показать V позицию, и только после этого происходит приземление. В дальнейшем *assemblé* из положения *sur le cou-de-pied* будет выполняться во всех направлениях: в сторону, вперед и назад. По тем же правилам *assemblé* будет исполняться и с *pas jeté*. Сочетание *assemblé* с *sissonne ouvert* имеет более сложное исполнение, так как после *sissonne ouvert* работающая нога открыта на 45°. Поэтому приземление должно быть на очень сильную и выворотную ногу. Затем происходит сильный толчок опорной ногой вверх. Работающая нога активно собирает-ся в V позицию и правила *assemble* сохраняются.

Существует еще один вариант — это *double assemblé*. Этот прыжок состоит из двух *assemblé* из V позиции, усвоенных выбрасыванием ноги на 45°. Два прыжка выполняются с одной ноги: первый — без перемены ног, второй — с переменной ног. Правила те же, что и для простого *assemblé*.

Музыкальный размер для *double assemblé* 1 такт — 2/4. На затакт происходит упругое выворотное *plié*. На «и» прыжок, на «раз» — *demi-plié*, на «и» — следующий прыжок. На «два» эластичное и выворотное *demi-plié*. Каждый прыжок происходит на 1/4. На этом этапе изучения *double assemblé* исполняется в одном темпе с двумя равноценными прыжками, но второй прыжок нужно выполнить более сильным. Приземление после первого прыжка исполняется как толчок для следующего.

На третьем году обучения изучается *double assemblé* в более быстром темпе (каждое на 1/8). Исполнение *double assemblé* на этом этапе обучения требует хорошей отдачи от пола в быстром темпе. Ноги в прыжке должны быть предельно выворотные и вытянутые.

Следующий этап — *assemblé* с продвижением *en face* и в позах с броском ноги на 45°. Музыкальный размер — 2/4. В *assemblé* с продвижением основное внимание уделяется опорной ноге, которую после толчка надо очень быстро подвести к бросковой, одновременно корпус послать за бросковой ногой. Движение изучается с продвижением в сторону, на *croisé* вперед, *écarté* вперед и назад с приема *coupé* — шаг и *glissade*. Обе ноги участвуют в толчке от пола. Руки в начале изучения *couple*-шага находятся в подготовительном положении. При исполнении *glissade assemblé* с продвижением в сторону, руки на *glissade* приоткрываются, затем собираются в подготовительное положение и с подхватом раскрываются в позу.

В мужском классе мы изучаем *assemblé battu*. Из V позиции правая нога сзади выбрасывается в прыжке в сторону II позиции на 45° и ударяет левую ногу сзади. Затем обе ноги приоткрываются в сторону, и правая нога переносится вперед в V позицию. Движение довольно сложное, и потому изуче-

ние *assemblé battu* мы начинаем только после того, как выучили *échappés battu* и в простейшем виде *entrechat-quatre* и *roale*.

Allegro — это важнейшая часть урока, позволяющая увидеть выучку учеников [1; 2]. Хорошая элевация и баллон зависят от наличия силы, выносливости и координации. Поэтому в классе надо уделять внимание прыжковому *demi-plié*. *Plié* перед прыжком должно быть упругим, а приземление очень сдержанным и выворотным. Отрабатывая все качества прыжка, необходимо распределять нагрузку. Каждый прыжок сначала хорошо усвоить отдельно, а затем вводить его в комбинации. Для правильного исполнения *assemblé* очень важен единый темп. Отдача от пола опорной и броска работающей ноги происходит одновременно. *Assemblé* — один из важнейших прыжков для выработки силы ног и самого прыжка. Изучение *assemblé* начинается уже в первом классе. Это тот прыжок, который помогает ученикам в дальнейшем легче изучать более сложные элементы *allegro*.

Прыжки требуют силы ног, правильной постановки корпуса, точности движения рук и головы. Качество исполнения прыжков зависит от выворотного, эластичного *demi-plié*, позволяющего легко и свободно выполнить толчок, почувствовать сильные и выворотные ноги в воздухе. Корпус в прыжке подтянут и собран.

Большое значение в прыжках имеют руки. Если в начале изучения руки находятся в подготовительном положении, то в дальнейшем они должны помогать техническому исполнению прыжка. Они активно помогают в момент толчка ногами, должны быть энергичными, сильными, но не напряженными. Чем сложнее прыжок, тем точнее и координированнее движутся руки. *Allegro* в младших классах состоит из маленьких прыжков. В начале обучения они исполняются на максимальной высоте. Это позволяет ребенку правильно исполнить тот или иной прыжок. Все прыжки вначале изучаются отдельно, с остановкой после каждого с целью развить технику толчка, взлета и завершающего *plié*. Затем можно сделать 2-3 прыжка подряд. После того, как движение хорошо усвоено, его можно вводить в комбинации, постепенно увеличивая нагрузку.

Техника танца начинается с первых шагов обучения учащихся по принципу «от простого к сложному». Необходимо тщательно отрабатывать все элементы, из которых состоит то или иное движение. В младших классах закладываются элементарные навыки, от которых зависит мастерство будущего артиста балета.

ЛИТЕРАТУРА

1. Прыжки Allegro [Электронный ресурс] // Базарова Н. П. Азбука классического танца. URL: <https://culture.wikireading.ru/63366> (дата обращения: 01.08.2018).
2. Общая характеристика allegro и его значение в классическом танце [Электронный ресурс] // Смолий Г. П. Танец и методика его преподавания. Классический танец: уч.-метод. комплекс. URL: <https://studfiles.net/preview/2781865/#> (дата обращения: 01.08.2018).

REFERENCES

1. Pryzhki Allegro [Ehlektronnyj resurs] // Bazarova N. P. Azbuka klassicheskogo tanca. URL: <https://culture.wikireading.ru/63366> (data obrashcheniya: 01.08.2018).
2. Obshchaya harakteristika allegro i ego znachenie v klassicheskom tance [Ehlektronnyj resurs] // Smolij G. P. Tanec i metodika ego prepodavaniya. Klassicheskij tanec: uch.-metod. kompleks. URL: <https://studfiles.net/preview/2781865/#> (data obrashcheniya: 01.08.2018).

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРЕ

Л. И. Комолова — fpk@vaganovaacademy.ru

INFORMATION ABOUT THE AUTHOR

Ludmila I. Komolova — fpk@vaganovaacademy.ru