

## МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

### МЕТОДИКА РАЗУЧИВАНИЯ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ ЭЛЕМЕНТОВ

Танцевальные элементы, вошедшие в состав методики развития двигательной моторики детей, танцевальным творчеством подчиняются общим закономерностям:

1. Они направлены на улучшение качества движения детей, развитие у них умения придавать движениям пружинный, плавный, или маховой характер (в зависимости от музыкально-двигательного образа).
2. Они должны научить детей придавать основным движениям (ходьбе, бегу, подскокам), элементам пляски-танца выразительность диктуемую музыкой.
3. Они должны воспитывать у детей умение ориентироваться в пространстве, организационно двигаться в группе, не мешая друг другу или выполнять перестроение в плясках отражая их характер.

### Методические требования к построению занятий по классическому танцу

#### Элементы русской народной пляски

##### Простой хороводный шаг.

Отличается от обычной ходьбы большей плавностью и устремленностью. Этим шагом дети водят хороводы. На первых занятиях учитель добивался от детей именно плавности движений.

##### Шаг с притопом на месте.

На “раз” дети делают шаг левой ногой на месте, ставя ее рядом с правой, на “два” – притоп правой ногой впереди левой, не перенося на нее тяжесть тела. Затем на “раз” шаг на месте правой ногой, ставя ее рядом с левой, на “два” - притоп левой впереди, правой, и все повторяется с начала. Акцент движения при этом падает на притоп.

##### Полуприседания с выставлением ноги на пятку.

Носит задорный характер и представляет собой пружинящие полуприседания и выпрямление ног на счет “раз - и” на “два” - правая нога выставляется вперед на пятку, носок весело смотрит вверх, левая остается прямой, корпус слегка откинут назад. Снова на счет “раз” правая нога одновременно с приседанием приставляется к левой, на “два” выставляется вперед левая нога.

##### Русский хороводный шаг.

Это плавный шаг с носка, который выполняется поочередно каждой ногой. От обычного шага он отличается большой плавностью и устремленностью. В зависимости от выразительности музыки этот шаг может приобретать и иной характер – более оживлённый и задорный.

##### Русский переменный шаг.

На “раз” - удлинённый шаг вперёд правой ногой, на “и” - небольшой шаг вперёд левой ногой, как бы обгоняя правую; на “два и” - небольшой шаг правой ногой с носка. Затем движения повторяются с левой ноги. Переменный шаг исполняется с подчёркнутой устремленностью вперёд.

##### Добрый шаг.

Исходное положение; ступни параллельны, колени слегка согнуты. Выполняется подвижно, ритмично, на месте, на всей ступне. Притопы быстро чередуются; правой, левой, левой ногой и т.д. Движение ног активное, ступни поднимаются от пола не высоко. Корпус прямой. Дробный шаг может исполняться с продвижением вперёд и при кружении на месте.

##### Притопы.

Эти движения соответствуют весёлой плясовой музыке, часто передают её ритмический рисунок. Притопы выполняются одной ногой или то одной, то другой ногой попеременно с приставлением топнувшей ногой обратно к опорной. На “раз” следует топнуть ногой впереди, на “два” - приставить ногу к ноге. Шаг с притопом

на месте осуществляется следующим образом; на ``раз`` делается шаг правой ногой на месте, она ставится рядом с левой; на ``два`` притоп левой ногой впереди правой, без переноса на неё центра тяжести тела. Акцент в этом движении падает на притоп - на счёт ``два``. Затем движения выполняются начиная с левой ноги. Шаг с притопом на месте в сторону; шаг вправо правой ногой, левая нога подводится к правой и ставится на всю ступню, слегка пристукнув. Такое же движение выполняется влево с левой ноги.

#### **Полуприседание с выставлением ноги на пятку.**

Исходное положение—ноги в основной стойке [пятки вместе, носки врозь]. На счёт ``раз и`` - пружинящее полуприседание, на ``два и`` - выпрямление, одновременно правая нога выставляется в прёд на пятку, носок поднят вверх, левая остаётся прямой, корпус чуть откинут назад. На ``раз`` следующего такта одновременно с полуприседанием правая нога приставляется к левой, на ``два`` выставляется впрёд левая нога. Полуприседание с выставлением ноги на пятку можно выполнять на прыжке.

#### **«Ковырялочка»**

Исходное положение - ноги в основной стойке. На счёт ``раз и`` - небольшой подскок на левой ноге, одновременно правая нога отводится в сторону, ставится на носок [ как бы ударяется об пол ], слегка согнутое колено правой ноги повернуто внутрь. На ``два`` - подскок на левой ноге, правую перевернуть, поставив на пятку, колено повернуто наружу. Пятка и носок ставятся на одно и тоже место. На следующий такт делается притоп обеими ногами поочерёдно - правой, левой, правой. Затем всё движение выполняется с левой ноги.

#### **Верёвочка.**

Выполняется на один такт музыки. Исходное положение; третья позиция ног [ правая нога впереди левой, под углом к ней ], руки на поясе.

На затакт подскоком на низких полу - пальцах левой ноги слегка проскользнуть на месте. Правую ногу, отделив от пола, с согнутым коленом занести назад за левую ногу. Колено должно быть направлено в сторону. На счёт ``раз`` поставить правую ногу на низкие полу - пальцы позади левой ноги в третью позицию.

На счёт ``и`` подскоком на правой ноге слегка подскользнуться на месте. Левую ногу, отделив от пола, с согнутым коленом занести за правую ногу.

На счёт ``два`` поставить левую ногу на низкие полу - пальцы позади правой в третью позицию.

На счёт ``и`` повторить движение, исполняемое на затакт.

Затем движение исполнять сначала [со счёта ``раз``].

#### **Шаг с припаданием.**

Исходное положение - ноги в основной стойке. Выполняется на счёт ``раз и два``. На ``и`` правую ногу приподнять вправо; на ``раз`` сделать небольшой шаг с носка на всё ступню, слегка сгибая колено; одновременно приподнять левую ногу, согнутую в колене; на ``и`` выпрямляя ноги [ позади правой ], правую отвести в сторону; на ``два и`` повторить движение. Вовремя движения корпус не поворачивается.

#### **«Качалочка»**

На ``раз`` поднять не высоко впрёд правую ногу, упасть на неё, перенеся центр тяжести тела; левую ногу сзади приподнять. На ``два`` откачнуться назад на левую ногу, перенеся на неё центр тяжести. Все движения повторяются.

#### **``Козлик``.**

Прыжки делаются на левой ноге, правая нога пристукивает об пол стопой. Руки энергично раскачиваются к себе, от себя. Выполняются на счёт ``раз``, ``два``. Движения задорные, размашистые, энергичные, используются чаще в пляске мальчиков.

## **Мазурка.**

**Описание.** Все стоят в одной или в двух шеренгах. Исходное положение; условная первая позиция.

**Поклон мальчиков.** Руки опущены, спина прямая.

Вступление слушают.

*Такт 1.* Шаг вправо ногой, левую ногу приподнять на концы пальцев.

*Такт 2.* Поднять левую ногу к правой.

*Такт 3.* Наклонить голову.

*Такт 4.* Поднять голову.

*Такт 5-8.* Сделать такой же поклон в лево, начиная с левой ноги.

**Поклон девочек.** Руками придерживают края юбочки, локти округлены или слегка отводят руки в стороны.

*Такт 1* Шаг вправо правой ногой, левую ногу приподнять на концы пальцев.

*Такт 2.* Поднять левую ногу к правой, поставив её сзади в третью позицию.

*Такт 3.* Слегка присесть, оставляя ноги в третьей позиции, разведя колени в стороны.

*Такт 4* Выпрямить колени.

*Такт 5 - 8.* Сделать такой же поклон в лево, начиная с левой ноги.

**Методические указания.** Преподаватель может подобрать для поклона вальс. Желательно, чтобы в начале исполнялось вступление. Поклоны могут быть и более сложными для исполнения, это решает сам педагог.

## **Песенка жнецов**

**Описание.** Исходное положение; ноги в условной первой позиции.

*Такт 1.* Держать руки в подготовительной позиции.

*Такт 2.* Перевести руки в первую позицию.

*Такт 3.* Раскрыть руки во вторую позицию.

*Такт 4.* Опустить руки в стороны в низ [кисти отстают от движения руки].

*Такт 5.* Перевести руки в подготовительную позицию.

*Такт 1 - 4* повторяются. Повторить движение тактов 1 - 4.

*Такт 6.* перевести руки в первую позицию.

*Такт 7.* Перевести руки в третью позицию.

*Такт 8.* На первую долю раскрыть руки во вторую позицию, на четвертую долю такта плавно опустить руки в низ [кисти отстают от движения руки].

*Такты 5 - 8* повторяются. Повторить движение тактов 5 - 8.

**Методические указания.** Описание позиций подробно изложены на с. 60.

Для данного упражнения подходят вальсы, подобранные преподавателем или учащимся.

## **Полька**

**Описание.** Участники стоят в шеренгах в шахматном порядке. Исходное положение; ноги в первой позиции, руки кладут на пояс.

*Такт 1.* Выдвинуть правую ногу на носок вперёд и вернуться в исходное положение.

*Такт 2.* Выдвинуть вперёд на носок левую ногу.

*Такт 3 - 4.* Сделать на глубоких полуприседаниях, разведя колени в стороны [ на сильную долю каждого такта присесть, на слабую встать ].

*Такт 5 - 8.* Повторить движение тактов 1 - 4.

*Такт 9 - 10.* выдвинуть правую ногу на носок в сторону [ движения повторить дважды ].

*Такт 11.* Описать носком правой ноги полукруг вперёд в сторону - назад.

*Такт 12.* Описать носком правой ноги полукруг в обратном направлении [ назад в сторону - вперёд ].

*Такт 13 - 16.* Повторить движение тактов 9 - 12 левой ногой ].

*Такт 17 - 18.* Подняться на высокие полу—пальцы, переводя руки в третью позицию, приподняв голову. Движение выполняется дважды.

*Такт 19 - 20.* Опускать руки в стороны в низ, одновременно встряхивая кистями рук, выполняя мелкие движения [ одно встряхивание на восьмую долю ] .

*Такт 21 - 28.* Повторить движение тактов 1 - 8 [ выдвигание ног на носок попеременно вперёд и два полу--приседания ] .

**Методические указания.** Во время исполнения упражнения следует следить за осанкой; спина должна быть абсолютно прямая. Выполняя полу—приседания, стараться разводить колени в стороны как можно шире. В такте 19, начиная встряхивать кистями, повернуть их тыльной стороной друг к другу, затем они поворачиваются вниз [ встряхивать почти одним пальцем ], движение непрерывное, руки одновременно опускаются через стороны в низ затем кладутся на пояс в такте 21.

### **Круговая пляска**

#### **Фигура 1.**

**Описание.** Участники стоят по кругу, взявшись за руки.

*Такт 1 - 4.* Идут хороводным шагом, начиная с правой ноги, повернув голову вправо.

*Такт 5 - 8.* Переходят на дробный шаг.

*Такт 9 - 10.* Подбоченившись [ руки в кулаках на поясе ], три раза озорно притоптывают правой ногой, выставив её немного в перёд, затем приставляют её к левой ноге.

*Такт 11 - 12.* Три раза притоптывают левой ногой и приставляют её к правой.

*Такт 13 - 16.* Кружаться на дробном шаге, выполняя один поворот [ такты 13 - 14 – половину круга, такты 15 - 16 – следующую половину ] .

#### **Фигура 2.**

Музыка повторяется с начала.

*Такт 1 - 2.* Идут четырьмя шагами к центру круга, постепенно поднимая сцепленные руки.

*Такт 3 - 4.* Отходят назад четырьмя шагами, расширяя круг и опуская сцепленные руки.

*Такт 5 - 8.* Двигаются по кругу дробным шагом.

*Такт 9 - 16.* Повторяют движение тактов 9 - 16 [ притопы и кружение ] .

**Методические указания.** В соответствии с величественным характером музыки в тактах 1 - 4 хороводный шаг исполняется важно и горделиво. С тактов 5 - 8 в звучащей музыке слышатся подголоски [ за счёт шестнадцатых долей ], поэтому так удобно переходить на дробный шаг. Плотная аккордовая фигура в тактах 9 - 12, усиление звучания музыки диктует более активные движения –притопы, которые исполняются озорно и игриво.

### **Аннушка**

**Описание.** Участники стоят по кругу, пара за парой, повернувшись к своему товарищу лицом.

*Такт 1.* На ``раз`` легко хлопают в ладоши перед грудью, на ``два``, ``три`` ладонью правой руки легко ударяют по ладони правой руки партнёра, направляя это движение в верх, так, чтобы руки пришлись повыше лица.

*Такт 2.* Повторяют эти движения, хлопая левой рукой по левой руке партнера.

*Такт 3 - 4.* Шестью маленькими плавными шагами поворачиваются на месте вокруг себя; стоящий в паре с правой стороны –через правое плечё, его товарищ –через левое. Партнёр кладёт обе руки на пояс, а партнёрша придерживает края юбочки.

*Такт 5 - 6.* Повторяют движения тактов 1 - 2 [ хлопки ] .

*Такт 7 - 8.* Кружаться четырьмя плавными шагами и в конце такта 8 останавливаются и берутся за руки крест –накрест .

*Такт 9.* Три лёгких шага, начиная с правой ноги.

*Такт 10.* Три лёгких прыжка на обеих сомкнутых ногах на месте.

*Такт 11 - 12, 13 - 14.* Повторяют движение тактов 9 - 10 [ шаги и прыжки ] .

*Такт 15 - 16.* Кружиться на месте в разные стороны четырьмя плавными шагами и возвращаются в исходное положение [ лицом друг к другу ] .

*Такт 17 - 24.* Повторяют движения тактов 1 - 8.

**Методические указания.** Танец может повторяться два раза со следующей концовкой; на последние два такта части [ такты 15 - 16] в место кружения партнёры кланяются друг другу ; шаг в сторону и поклон.

В другом варианте на эти два такта части [15 - 16] вместо кружения партнёры кланяются друг другу; шаг в сторону и поклон .

### **Маленькая полька**

**Описание.** Участники разделены на тройки; по краям –девочки, в центре –мальчики. Девочки придерживают руками юбочки, свободные руки соединяют за спиной мальчика, а мальчик кладёт руки на талию девочек .

### **Фигура 1**

*Такт 1.* Выставить на носок правую ногу, затем приставить к левой ноге .

*Такт 2.* Выставить на носок левую ногу, затем приставить к правой ноге .

*Такт 3—4 .* Два шага польки по кругу, начиная с правой ноги .

*Такт 5—8 .* Повторить движение тактов 1—4 .

*Такт 9—12 .* Из троек образовать маленькие кружочки, выполнить шесть движений бокового галопа вправо [ против часовой стрелки ] и перейти на такт 12 [ правой , левой, правой ногой ] .

*Такт 13—16 .* выполнить шесть движений бокового галопа по маленьким кружочкам и перетоп на такте 16 .

### **Фигура 2 [ музыка повторяется с начала ] .**

*Такт 1—2 .* Танцоры перестраиваются; встают друг за другом в тройках лицом к центру круга, положив руки друг другу на плечи [ у ведущего руки на поясе ] .

Выполняют движения тактов 1—2 к центру круга .

*Такт 3—4 .* Два шага польки по направлению к центру круга .

*Такт 5—6 .* Быстро поворачиваются в тройках спиной к центру круга через правое плечо, снова положив руки друг другу на плечи

[ меняется ведущий ] и выставляют ноги на носок .

*Такт 7—8 .* Выполняют два шага польки по направлению от центра круга.

*Такт 9—12 .* В маленьких кружочках выполняют шесть галопа вправо и притоп.

*Такт 13—16 .* Движение бокового галопа по кружочкам влево и притоп.

### **Фигура 3**

*Такт 17—24 .* Все встают снова тройками и повторяют движение тактов 1—8 по кругу.

**Методические указания.** Самым трудным моментом является чёткое перестроение, над этим надо поработать отдельно. Могут быть и другие варианты перестроений по усмотрению педагога. Не обязательно придерживаться правила, чтобы в тройках было две девочки и один мальчик, всё зависит от общего состава участников.

## **ЭЛЕМЕНТЫ ПАРНЫХ И БАЛЬНЫХ ТАНЦЕВ**

### **Боковой галоп.**

Разучиваются на счёт ``раз и, два и``. Движения легкие, полётные, пружинящие. На счёт ``раз`` делается небольшой шаг с подскоком правой ногой в сторону, на ``и`` скользящим движением подтягивается левая нога к правой в естественную позицию. Правая нога тотчас же отводится в сторону [ левая нога как бы выбивает правую в сторону ]. На счёт ``два и`` следует выполнять то же, что и на счёт ``раз и``. Затем движение начинается с начала. Таким образом танцующий подвигается вправо. Галоп можно исполнять и влево. В этом случае движение начинается с левой ноги.

### **Шаг польки.**

Исходное положение; ноги в третьей позиции, правая нога впереди. Движение выполняется на счёт ``и раз, и два``.

На ``и`` [затакт] сделать маленький скользящий подскок на левой ноге вперёд, правую ногу слегка приподнять вперёд с выпрямлением коленом и оттянутым носком.

На ``раз`` выполнить шаг вперёд правой ногой, ставя её на низкие полу - пальцы. На счёт ``и`` приставить левую ногу на низкие полу - пальцы позади правой в третью позицию. Насчёт ``два`` сделать шаг вперёд правой ногой, ставя её на низкие полу - пальцы. Левую ногу отделить от пола и, слегка согнув в колене, подвести к правой. Затем все перечисленные движения повторить начиная с подскока на правой ноге.

Шаг польки можно разучивать под музыку любой польки, подобранной преподавателем. Это движение не является обязательным для прохождения в 1 классе. Всё зависит от двигательной подготовке детей.

#### **ПА - де - баск.**

Исходное положение - ноги в основной стойке. Выполняется на счёт ``и раз, и два``.

На ``и`` - небольшой прыжок толчком левой ноги, правую вынести полукругом вперёд - вправо [невысоко над полом]; на ``раз`` - приземлится на правую ногу, левую согнуть, колено наружу; на ``и`` - шаг левой ногой, слегка сгибая колено, правую поднять; на ``два`` - шаг правой ногой, слегка сгибая колено, левую приподнять и слегка согнуть. Затем то же движение начинается с левой ноги.

#### **Выставление ноги на пятку или на носок.**

Нога на пятку выставляется сильно согнутой в подъёме так, чтобы носок смотрел вверх; корпус прямой. На носок - нога легко выставляется вперёд, наискосок [ по диагонали ] или в сторону.

#### **Прыжки с поочерёдным выбрасыванием ног вперёд.**

Одновременно с прыжком на левой ноге правая нога приподнимается и выносится вперёд [ колено выпрямляется, корпус чуть откинут назад ]. Затем вперёд выносится левая нога и т. д.

#### **Некоторые положения рук в танцах.**

Укажем на наиболее распространённые из них.

Руки на поясе [ большой палец обращен назад ]. ``Подбочёневшись`` [ кисти сжаты в кулаки, но без напряжения, и поставлены на пояс ].

Девочки придерживают руками юбочки [руки в локтях закруглены].

Руки свободно опущены, ладони раскрыты навстречу движению.

Руки скрещены перед грудью.

Руки разведены в стороны.

Однако рука на поясе, другая с платочком поднята в сторону - вверх и слегка согнута в локте [ только девочки ].

Руки убраны за спину.

## РАССКАЗ И БЕСЕДА

Главная задача педагога в первые годы обучения классическому танцу заключается в том, чтобы наряду с изучением основных форм и движений, предусмотренных программой, развить у учеников интерес к классическому танцу, дать им элементарные представления о его красоте, об эстетике танца. Необходимо также развивать у учеников сознательное, вдумчивое отношение к занятиям, чтобы они могли более активно работать на уроке и знали, на что особенно важно обращать внимание в том или ином упражнении.

Осмысленность - один из основных принципов методики Вагановой. Она приучала своих девочек не просто копировать показ движения, а понимать его сущность. Ваганова стремилась объяснить им, как именно работают те или иные мышцы, выполняющие движение, почему один нюанс придает исполнению красоту, а другой делает его неуклюжим.

Исходя из этих задач, на первом уроке целесообразно проводить беседу о танце, о его красоте и выразительности, об обязательной согласованности движений; рассказать о том, как дети должны себя вести, на занятиях классическим танцем (реагировать на замечания, сделанные другому ученику, запоминать замечания и т. п.)

### Использование терминологии

Также необходимо использовать французскую терминологию, принятую для классического танца. Все французские термины преподавателю следует переводить на русский язык и систематически проверять усвоение их учащимися. Известно, что память человека можно подразделить на следующие виды: слуховую, зрительную и моторную. Слуховая память фиксирует в сознании все то, что танцовщик слышал и слышит от своих преподавателей, репетиторов, все то, что «говорит» ему музыка, концертмейстер (в данном случае). Зрительная память фиксирует в сознании танцовщика все то, что ему показывали. Моторная память фиксирует в сознании все исполнительские приемы техники движения, приобретенные в школе, на репетициях и на концертных выступлениях. Все свойства памяти неразрывно связаны между собой в единое целое. Они позволяют танцовщику действовать верно, и в технике движения и в создании образа. Если одно из свойств памяти «не работает» четко (например, моторная), может пострадать форма движения, следовательно, и его содержание. В книге «Классический танец. Школа мужского исполнительства» Н.И. Тарасова говорится о важности выбора метода обучения, его наиболее эффективное воздействие на память учащегося.

### Метод объяснения.

Слуховая память воспитывается при помощи слова и музыки. Обращаться к ученикам, необходимо очень нацелено, кратко и точно. Расплывчатые, многословные замечания малоэффективны. Речь учителя должна быть всегда образной, живой и точно передавать его мысли. Н.И. Тарасов говорит о том, что «слово часто бывает сильнее всякого показа, если оно логично и обращено к искусству танца, к его сути и содержанию, к музыке, к ее образности, эмоциональности и интонациям, к сердцу ученика и его творческому воображению». Объяснение в хореографии применяется в целях ознакомления учеников с тем, как и для чего, они должны выполнять то или иное движение; в какой последовательности выполняется экзерсис; в чем цель такой последовательности и т.д. А.Я. Ваганова считает, что все учебные задания надо предлагать учащимся без повторного объяснения, кроме новых изучаемых движений. Более подробное объяснение новых движений необходимо в младших классах; дополнительно разбирая непонятные элементы движения более подробно. Следует так же спрашивать ребят, в чем ошибка того или иного ученика и как ее надо исправить. Систематическое повторение с учениками пройденного материала тренирует и улучшает качество исполнения. При музыкальном оформлении педагогу не следует считать вслух на уроке, т.к. это притупляет музыкальное восприятие ученика. Объяснив ученику, в каком размере и темпе делается данное упражнение, необходимо дать ему возможность вслушиваться в музыку. Считать вслух

допустимо только вначале обучения нового упражнения. Музыкальное оформление должно прививать учащимся эстетические навыки, осознанное отношение к музыкальному произведению - умение слышать музыкальную фразу, ориентироваться в характере музыки, ритмическом рисунке, динамике. Весь урок должен быть построен на музыкальном материале. Для слитности исполнения с музыкой, необходимо обратить внимание учеников на подготовительное движение, объяснив, что такое "затакт", помня при этом, что любой "затакт" определяет темп всего упражнения. Необходимо помнить, что одна из задач экзерсиса - это сила мышц и выносливости. Некоторые педагоги останавливают урок, подробно объясняют ошибки, поправляют учеников. На это уходит много времени, паузы нарушают правильный темп ведения экзерсиса, сводят на нет, эффективность исполненных до этого упражнений. Объяснить и повторить движение, поправить ошибки можно и нужно по ходу исполнения. А также в паузе после окончания экзерсиса у станка. Останавливать учащихся во время выполнения учебных заданий надо возможно реже и только при появлении грубых ошибок, вызванных распушенностью внимания. Во время выполнения учебного задания замечания надо делать своевременно, поддерживая, а не рассеивая внимание класса, при этом неуклонно требовать, чтобы ученики выполняли очередное движение активно и детально готовились к следующему, связывая каждое из них в единое целое. Это научит будущих танцовщиков предвидеть все свои действия, учитывая рисунок, характер и музыкальность исполнения учебного задания. Экзерсис на середине зала имеет такое же значение и развитие, как и экзерсис у палки. Работая перед зеркалом, не следует сосредотачивать внимание на какой-либо отдельной части тела, - необходимо охватывать взглядом всю фигуру, следуя за правильностью формы и положения ног. Но кроме зрительного восприятия должно быть и ощущение всего тела, его собранности и подтянутости.

#### Метод показа

Зрительная память воспитывается и укрепляется при помощи наглядности. К приемам, поясняющим правила выполнения изучаемых движений, следует отнести именно показ, который можно подразделить на два подхода: первый — показ нового изучаемого движения; второй — показ комбинированных заданий. Выбор метода зависит не только от поставленных целей обучения, но и от возрастных и индивидуальных особенностей учеников. В младших классах все новые движения нужно показывать подробно, замедленно, как бы по частям, по нескольку раз, до полного их усвоения учащимися и, разумеется, подтверждать соответствующими устными пояснениями. Показ комбинированных заданий в младших классах также необходим, но проводится он уже в обычном темпе, без предварительных повторений, и запоминаться должен с одного раза. Это обязательное правило, оно очень трудно, но очень хорошо развивает зрительную, вернее, хореографическую память ученика.

Исключения, конечно, могут быть, но двух - и тем более трехкратный предварительный показ лишает ученика самостоятельности и активности в запоминании комбинированного задания. Творческая индивидуальность учащегося начинает обретать свою самостоятельность с первых шагов обучения. Её рост идет вместе с развитием техники движения, в неразрывном единстве с ней. Системность занятий приобщает детей к художественной природе танца. Их сознание осваивает первые каноны движения, проникается законами ритма, динамики, пластики, жеста, музыкальности. Отсюда естественное стремление ученика ввести в исполнительскую технику (пусть даже самую элементарную) свое чувство пластики движения, позы и музыки, что является уже процессом творческим, а не механическим. Если это так, значит, соблюдение строжайших правил техники движения должно стать для ученика началом воспитания его творческой индивидуальности, ее свободного проявления в учебном процессе. Простой учебный поворот или наклон головы, устремленность взгляда, фиксация или перевод рук, прямое или слегка наклонное положение корпуса и т. д. должны выполняться учащимися с предельной точностью и легкостью по технике движения, но по чувству скульптурности и



музыкальности — различно. Иначе развитие индивидуальности станет второстепенным элементом в его учебной работе, а затем и в сценической жизни. Ведущей станет «чужая» манера движения, отработанная на основе точного, но формального, а не творческого метода обучения. Нельзя согласиться с мнением, что преподаватель с помощью показа должен подготовить лишь хорошую копию, а сценическая практика поможет ученику обрести творческую индивидуальность. Показ преподавателя должен помочь ученику понять и освоить одинаковые для всех исполнительские правила техники движения, а не подавлять его творческую индивидуальность. Лишний показ, повторяющий все то, что ученику уже хорошо известно, не укрепляет память, так как ведет к непроизводительной потере времени и снижает темп урока. Если же комбинированное задание выполнено неправильно с одного четкого показа, значит, оно построено слишком сложно или ученик был невнимателен. Если преподаватель будет каждый раз показывать все упражнения полностью, от начала до конца, в надлежащем темпе, у него просто не хватит времени для проведения всего урока и на то, чтобы сделать замечания, а паузы между отдельными примерами будут слишком велики. Например, в заданиях экзерсиса следует показывать только основное звено, основной рисунок их построения, без дальнейшего повторения. *Adagio* лучше показывать полностью. Прыжки простые можно показывать так же, как движения экзерсиса, сложные — целиком. И все же по возможности следует на всем экономить время, но не за счет правильности характера и музыкальности показа. Показ после выполнения учебного задания тоже необходим. В этом случае допущенные ошибки следует особо подчеркнуть, чтобы нагляднее помочь ученику понять их и быстрее исправить. Всякий показ в младших классах должен отвечать восьми - одиннадцатилетнему возрасту ученика, а не взрослого танцовщика. Иначе польза такого показа превратится в свою противоположность, и ученики, подражая преподавателю, утвердят в своей памяти столь неприятную и несвойственную им манеру движения взрослого «артиста-карлика». Основные методы обучения танцу - это наглядный показ и словесное объяснение. Наглядность основана на особенностях развития мышления - от конкретного к абстрактному. В хореографии наглядность вызывает ассоциативный ряд. Кроме того, является основным педагогическим приёмом. Психофизический аппарат разный, поэтому важно мышечное ощущение в постановке корпуса, в позах, в прыжках. Активность и сознательность поддерживается путём организации такого урока, который побуждает к самостоятельному анализу движений, комбинаций, что в свою очередь, что в свою очередь развивает умственные и физические способности. Наглядный пример — наилучший способ воспитания исполнительской памяти и культуры поведения ученика. Кроме того, смысл показа состоит в том, чтобы всесторонне раскрыть и совершенствовать индивидуальные и творческие возможности учащихся, а не создавать своих подражателей. Исполнитель в этом, случае должен отойти в преподавателе на второй план и уступить место педагогу. О показе, как основном методе обучения классическому танцу говорит и профессор А.Я. Ваганова в своей книге «Основы классического танца». Также уделяет особое внимание совмещению показа и пояснения, особенно когда отрабатываются новые элементы. Таким образом, зрительное и слуховое восприятие учащихся будет способствовать лучшей работе внимания, лучшему пониманию всех деталей задания.

#### Метод упражнения.

Методы направленного прочувствования двигательного действия (или метод упражнения). Очень важно в хореографии, чтобы у учеников кроме зрительного и слухового восприятия должно быть и ощущение движения. Направляющая помощь преподавателя при выполнении движения, например ощущение работы мышц при выполнении какого либо движения; выполнение упражнений в замедленном темпе; фиксация положений тела и его частей в отдельные моменты двигательного действия. Моторная память ученика отрабатывается, развивается и крепнет на основе точной исполнительской техники. Моторная память закрепляется трудно, путем многократно

повторяемых упражнений на протяжении всего курса обучения. Без хорошо развитой моторной памяти у будущего танцовщика не может быть хорошей устойчивости, гибкости, легкости, мягкости, простоты и свободы движения. Очень важно также совмещение с объяснением работы мышц (группы мышц) для осознанной работы учеников.

### **АЛГОРИТМ УЧЕБНОГО ЗАНЯТИЯ**

- 1.Подготовительная часть (разминка)
- 2.Основная часть (разучивание нового материала)
- 3.Заключительная часть (закрепление выученного материала)

### **ОСНОВНЫЕ ДИДАКТИЧЕСКИЕ ПРАВИЛА:**

От лёгкого – к трудному.

От простого - к сложному.

От известного – к неизвестному.

Учитывать физическую подготовленность учащихся.

Не допускать чрезмерной нагрузки.

Использовать элементы тренажа в соответствии с возможностями своего коллектива.