**Формирование и развитие духовно-нравственных основ личности через обучение классическим танцем**

Содержание

Введение…………………………………………………………………………...3

Глава 1. Классический танец и специфика его преподавания с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.

* 1. Первый год обучения (7-8 лет) ……………………………..……..4
  2. Средние года обучения (9 -11 лет) …….………………………….5

Глава 2. Методические подходы к построению занятий по классическому танцу…………………………………………………………………………….....6

2.1. Экзерсис у станка…………………………………………………...7

2.2. Экзерсис на середине…………………………………………….....8

2.3. Adagio………………………………………………………………..8

2.4. Allegro………………………………………………………………..8

Заключение………………………………………………………………………...9

Список литературы………………………………………………………………10

Приложение 1 (словарь терминов) …………………………………………….11

**Введение**

Танец – особенно сильное и незаменимое средство эстетического воспитания и духовно-нравственного развития детей. Специфика хореографического искусства определяется его многогранным воздействием на человека, влияя на развитие эмоциональной сферы личности, совершенствуя тело физически и воспитывая духовно, а также помогает развить такие стороны личностного потенциала, как воображение и активное творческое мышление. Используя средства хореографии, мы формируем эстетические взгляды и вкусы у учащихся, развиваем творческие способности в различных областях искусства (изобразительное искусство, музыка, хореография). Дети учатся вносить элементы эстетической культуры в свою деятельность, поведение, в быт и досуг.

Основой основ изучения хореографического искусства является классический танец с его веками выверенной методикой подготовки танцовщика. Классический танец воспитывает навык правильной осанки, гармонично развивая все тело, раскрепощая движение и воспитывая возвышенные чувства.

Из опыта работы ответ на вопрос: «Нужен ли в танцевальном коллективе классический экзерсис?» - мой ответ всегда утвердителен. Да, потому, что отработанная и проверенная почти трехсотлетней жизнью балетного театра система занятий у станка и на середине, системный тренинг ученика, наилучшим образом готовит его к выполнению любых балетмейстерских заданий. Как пианисту надо ежедневно играть гаммы, чтобы совершенствовать мастерство, так и тем, кто танцует, нужен и важен экзерсис. На протяжении своей многолетней практики, пытаюсь «защищать» классический танец, доказывать его значение на занятиях хореографии, как эстетическое «возделывание» личности ребенка.

**Классический танец и специфика его преподавания с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся**

**Первый год обучения (7-8 лет)**

Ребенок, который занимается хореографией в танцевальном коллективе 2 раза в неделю, естественно, не может и не должен сталкиваться с заданиями в большом объеме. Необходимо отобрать лишь те элементы балетного урока, которые ребенку по силам и помогают вырабатывать устойчивость, координацию и музыкальность. Поэтому, в моей практике я за обязательные занятия у станка, но в правильной пропорции по отношению ко всему уроку, особенно для младших и средних классов. Развивать выворотность ног, танцевальный шаг, правильную постановку корпуса, гибкость, устойчивость, легкий высокий прыжок я начинаю до освоения классического танца с дисциплины «ритмика», что дает мне залог успеха в дальнейшем обучении. Все эти элементы на первом году обучения я продолжаю повторять в чередовании с освоением азбуки классического танца.

Нельзя не учитывать при работе с детьми младшего школьного возраста того факта, что у них неразвиты такие волевые качества как настойчивость, целеустремлённость, упорство, дисциплинированность. Поэтому особую привлекательность приобретают для детей этого возраста занятия хореографией, если они строятся на простом материале и включают в себя элементы игры. Главная моя задача, как педагога, заключается в том, чтобы наряду с изучением основных форм и движений, предусмотренных программой, развить интерес к классическому танцу, дать учащимся элементарные представления о его красоте, об эстетике танца. На первом занятии целесообразно проводить беседу о танце, о его красоте и выразительности, об обязательной согласованности движений; рассказать о том, как дети должны себя вести, занимаясь классикой (реагировать на замечания, сделанные другому ученику, запоминать замечания и т. п.)

Особое внимание надо обратить на усвоение позиций и начальный экзерсис, ведь если пренебрегать «мелочами» (а мне думается, что в балетной педагогике никаких мелочей не существует), дети никогда по-настоящему не усвоят упражнения, и время будет израсходовано безрезультатно. Правильность, четкость, точность выполнения самых первых элементов классического танца (plie, battements tendus u battements tendus jetes, положение ноги sur le cou-de-pied) должны войти в подсознание ребенка, зафиксироваться в его мускульной памяти, стать своего рода рефлексом.

Время на упражнения у станка и на середине зала должно быть по возможности распределено равномерно, например,15-20 минут-упражнение у станка, 15-20 минут - на середине зала и т. п. Занятие следует строить так, чтобы добиться возможно большего разнообразия в чередовании и перемене упражнений. Это необходимо для того, чтобы учащиеся не приучались механически выполнять движения, а работали в состоянии сосредоточенного внимания. Кроме того, такое занятие не будет однообразным и скучным.

Показав и объяснив учащимся то или иное упражнение, необходимо указать на самое главное в его исполнение. Индивидуальный опрос учащихся — устный и с показом — необходимо проводить систематически. Кроме индивидуальных замечаний полезно останавливать занятие во время исполнения того или иного упражнения и проверять правильность положения корпуса ног, и рук. Следует так же спрашивать у детей, в чем ошибка того или иного ученика и как ее надо исправить. Показ педагогом всех движений должен быть точным и аккуратным, что особенно важно на первом году обучения. В противном случае, как показывает практика, учащиеся будут выполнять упражнение неряшливо и неточно.

Все французские термины преподавателю следует переводить на русский язык и систематически проверять усвоение их учащимися. У меня на занятиях «работают» словарики, где дети записывают новые изученные французские названия после занятия.

При музыкальном оформлении педагогу не следует считать вслух, т. к. это притупляет музыкальное восприятие ученика. Объяснив ученику, в каком размере и темпе делается данное упражнение, необходимо дать ему возможность вслушаться 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. Все занятие должно быть построено на музыкальном материале.

**Средние года обучения (9-11 лет)**

Последующие годы обучения наряду с развитием выносливости, силы и устойчивости учащиеся должны получить представления о том, как танцевальное движение выражает внутренний мир человека, что красота танца – это совершенство движений и линий человеческого тела, выразительность, легкость, сила, грация. Для достижения этого в уроки вводятся комбинации с различными, более сложными сочетаниями движений и связующие движения, например, pas de bourre, passé и т.д. Однако слишком увлекаться комбинациями не следует. Главное - качество исполнения. Поэтому новые движения программы средних лет обучения изучают обязательно в чистом виде. Если движение трудное, и достичь правильного исполнения сразу нельзя, изучают сначала его элементы. Только в этом случае движение будет по-настоящему усвоено. Как показывает опыт, экзерсис у станка полезнее исполнять (у станка) en face. Положение epaulement в какой-то мере затрудняет правильную постановку корпуса, а значит, и выработку устойчивости. На середине зала, напротив, упражнение следует выполнять epaulement, это воспитывает танцевальность.

Музыкальное сопровождение следует еще больше разнообразить. Когда изучается новое движение или отдельные его элементы, ритм должен быть простым. Для слитности исполнения с музыкой, необходимо обратить внимание на подготовительное движение, на «затакт», помня при этом, что любой «затакт» определяет темп всего упражнения.

**Методические подходы к построению занятий классического танца**

Начинающий педагог часто сталкивается с трудностями в работе с учениками. В какой последовательности изучать те или иные движения, сколько раз движение должно быть повторено в учебном примере, какие движения целесообразнее сочетать в одной комбинации, как построить занятие в целом?

Эти и многие другие вопросы встают перед начинающими педагогами. Мы почти не знаем, как строили свои уроки, как добивались замечательных результатов знаменитые педагоги прошлого. История донесла до нас лишь описание методов преподавания К. Блазиса и один из уроков Ф. Тальони. У Аграппины Яковлевны Вагановой лишь два урока зафиксированы в ее книге «Основы классического танца». Уроки Асафа Михайловича Мессер рассчитаны не на учащихся, а на артистов балета. Единственным учебным пособием для педагогов служит уже много лет книга Веры Сергеевны Костровицкой «100 уроков классического танца».

Годы многолетней педагогической практики показали, что продуктивнее такой путь организации учебных занятий, когда основной материал программы изучается в первой половине учебного года. Сначала разучиваются движения в чистом виде, затем в несложных сочетаниях. Во втором полугодии прорабатываются разученные движения со всеми возможными проходами. Учебные комбинации желательно более насытить port de bras, pas de basque, balancoir, pas de bourre simple и темп исполнения увеличить, методически правильно создавая комбинации.

Последовательность занятия не должна быть случайной. Каждый раздел имеет свои задачи и определенный порядок следования одного движения за другим. Этот порядок не произволен. Мои занятия выстраиваются с учетом данных своих учеников, продуманно чередуя и распределяя физическую нагрузку на определенные группы мышц и связок, стремясь к ограниченному сочетанию силовых и танцевальных движений.

Построение занятия начинается с экзерсиса у станка, где разносторонне развивается мускулатура ног, их выворотность, шаг и plie (приседание), постановка корпуса, рук и головы, координация движений. Затем, по мере усвоения движений, экзерсис переносится на середину зала. За ним следует adagio и allegro. Нагрузку в течение занятия следует распределять равномерно во всех упражнениях. «Если преподаватель находит необходимым увеличить количество повторений какого-либо движения, то следующее упражнение следует сократить, так как всякая физическая перегрузка вредна: она приводит к расслаблению мышечной системы и связок, в результате чего легко повреждаются ноги». [№ 5, Костровицкая В., Писарев А. «Школа классического танца», стр. 7]

**Экзерсис у станка**

Экзерсис у станка в младших и средних группах должен занимать примерно одинаковое время, а именно 20 минут. Это объясняется тем, что если в средних годах обучения увеличивается объем движений, то одновременно увеличивается и темп исполнения. А в младших группах мы, давая минимум движений, особое внимание обращаем на их проработку, что требует много времени.

Существуют разные точки зрения на то, с какого движения следует начинать занятие классического танца. Я начинается с demi-plie и grand-plie, они сочетаются с различными видами port de bras. Это большая по длительности комбинация (музыкальный размер 4/4). Важно включить в работу и ноги, и весь корпус. Demi-plie, растягивая ахилл, готовит ступу для дальнейшей нагрузки на нее, grand-plieрастягивает и укрепляет мышцы, вырабатывая выворотность бедра.

Второе и третье упражнение - battements tendus u battements tendus jetes. В этих упражнениях приобретаются постановка ног, выворотность, активно вводятся в работу все группы малых и больших мышц. Это основные движения, тренирующие и вырабатывающие силу ног. Battements tendus jetes органически связаны с battements tendus, поэтому исполняются непосредственно за ними. Темп исполнения, по сравнению с battements tendus, ускоряются в два раза.

Четвертое упражнение - rond de jambe par terre. Это движение, наиболее эффективное во всем экзерсисе, выполняет функции, направленные на развитие вращательной подвижности тазобедренного сустава, от которой зависит диапазон выворотности ног.

Следующее движение, battement fondu, связано с проработкой одного из основных приемов классического танца - plie-relere. От правильного исполнения его зависят устойчивость во всех позах и положениях в adagio, а также качество прыжка. Это первое движение, в котором спорная нога поднимается на полупальцы, подготавливаясь к дальнейшей, более усиленной работе.

К battements присоединяются или идут следом за ними frappes и double frappes, которые исполняются резко и энергично. Это приучает мышцы и сухожилия быстро (контрастно) переключаться с мягких, плавных движений на резкие (стаккато). Самое трудное движение экзерсиса — battements developpes — исполняется на 90 и выше и требует всесторонней подготовки. Developpes развивают шаг и силу бедра, что помогает удерживать ногу на предельной высоте.

Упражнение, завершающее экзерсис – grands battements jete (большие батманы). Они развивают шаг значительно активнее, чем developpes: большой, энергичный бросок ноги способствует развитию внутренних бедренных мышц и сухожилий, усиливает работу тазобедренного сустава, что является главным в развитии шага.

В конце экзерсиса полезно дать комплекс разнообразных растяжек для развития шага и выворотности, усложняя его port de bras.

Всевозможные наклоны и повороты головы сопровождают все движения экзерсиса, начиная с первого упражнения у станка. Темп экзерсиса должен быть предельно спокойным. Но строить весь экзерсис в медленном темпе нельзя. Помимо чередования медленного и быстрого темпов, полезно иногда выполнить комбинацию сначала в медленном, а затем повторить ее в быстром темпе. Не рекомендуется во время экзерсиса у станка делать большие паузы между упражнениями.

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 этих упражнений. Практика показывает, что объяснить и повторить движение, поправить ошибки можно и нужно по ходу исполнения. А также в паузе после экзерсиса у станка.

**Экзерсис на середине зала**

Экзерсис на середине зала имеет такое же значение и развитие, как экзерсис у станка. Последовательность его в основном та же. На середине зала он значительно сложнее, т.к. следует сохранять выворотность ног и равновесие тела без палки. Правильное распределение центра тяжести подтянутого корпуса на двух или на одной ноге, равные бедра и, в особенности, подтянутое и выворотное бедро работающей ноги - основные условия для овладения устойчивостью.

«Работая перед зеркалом, не следует сосредотачивать внимание на какой-либо отдельной части тела, необходимо охватывать взглядом всю фигуру, следуя за правильностью положения ног» [№ 5, Костровицкая В., Писарев А. «Школа классического танца», стр. 11]

**Adagio**

Движения adagio изучаются постепенно. А именно: developpe u port de bras, исполняемые в медленном темпе на всей ступне. Темп adagio в средних годах обучения, по сравнению с младшими, несколько ускоряется.

**Allegro**

«В порыве веселья дети танцуют и прыгают, но их танцы и прыжки — это еще только инстинктивное проявление радости. Чтобы довести его до искусства, до стиля, до художественности, надо сообщить ему определенную форму, — и начинается это оформление при изучении allegro» [№2, Ваганова А.Я. «Основы классического танца», стр.15]. Поэтому этому разделу надо уделять особенное внимание. Прыжок зависит от силы мускулатуры ног и особенно от силы бедра. Самое главное, зачем необходимо следить - правильное отталкивание от пола с plie, сохраняя одновременность броска работающей ноги и толчка опорной, подтянутость корпуса. При этом оказать помощь руками в момент прыжка и в его заключении на demi plie.

На каждом занятии я прорабатываю все виды прыжков. Даю понятие ученикам, в чем разница между маленькими, средними и большими прыжками, а также почувствовать особенности партерных, стелющихся прыжков и воздушных, устремленных ввысь.

Каждый новый прыжок изучается лицом к станку, затем исполняется в середине зала.

Первые прыжковые комбинации должны состоять из маленьких прыжков с двух ног на две, подготавливающих ноги к более трудным маленьким прыжкам на одну ногу.

Переход от маленьких прыжков к большим должен быть постепенным, несложные большие прыжки комбинируются с маленькими.

Музыкальное оформление играет здесь значительную роль, т.к. музыкальный рисунок должен подчеркивать различный характер прыжков.

**Заключение**

Духовно-нравственное развитие средством классического танца — важная часть становления личности, развития ребенка. Понимание прекрасного, наслаждение искусством (как предметами, так и процессом творения) — без этого невозможно представить себе всесторонне развитую личность, воспитание которой - цель педагогического процесса.

На всех этапах своего развития ребенок постигает окружающий мир и с точки зрения его красоты и эстетики. Очень многое зависит от того, насколько на этом пути окажут ему поддержку взрослые, мы - педагоги.

Исключительно важной и необходимой, как в сфере образования, так и в семейном воспитании, является задача научить маленького человека верно оценивать предметы искусства с точки зрения их эстетической и культурной ценности.

В моей практике я отдаю приоритет классическому танцу. Без него - никуда, это фундамент для дальнейшего развития. И какой бы танец мы ни танцевали: современный, гротесковый, характерный, народный, дети знают и понимают, что всему основа - классика. Это они должны усваивать на занятиях в танцевальных коллективах. Силы есть, творческих планов много. Будем работать и совершенствоваться!

**Список литературы**

1. Базарова Н. «Классический танец», М., Искусство, 1975г.

2. Ваганова А.Я. «Основы классического танца», издание 6, Санкт-Петербург, 2000 г.

3. Голейзовский К.Я., М., 1964г.

4. Киселев М. «Современный ребенок и эстетическое воспитание», М., 1994г.

5. Костровицкая В., Писарев А. «Школа классического танца», Л., Искусство, 1976 г.

6. Панасюк Н.Б. «Методические основы проведения уроков классического танца в общеобразовательной школе», Ярославль, 1999 г.

Приложение 1

**Словарь терминов**

Battements tendus [батман тандю] - движение ноги, которая скользящим движением отводится на носок вперед, назад или в сторону.

Battements tendus jetes [батман тандю жете] - отличается от battement tendu активным выбрасыванием ноги в воздух на высоту.

Grands battements jete [гран батман жете] - бросок ноги на 90° и выше вперед, назад, в сторону.

Demi Plie [деми-плие] - полуприседание, при котором пятки не отрываются от пола.

Grand Plie [гран плие] - полное приседание.

En face [анфас] – положение корпуса стоя лицом в зеркало, к зрителю.

Epaulment [эпольман] - положение танцовщика, повернутого в 3/4 в т. 8 или т. 2; различается epaulement croise (закрытый) и epaulement efface (открытый),

Battements developpes [батман девелопе] – «раскрывание», разгибание ноги из положения носка у колена в любом направлении.

Passé [пассе] – проходящее движение согнутой ноги до положения у колена.

Pas de bourre [па де бурре] - танцевальный вспомогательный шаг, состоящий из чередования переступаний с одной ноги на другую с окончанием на demi-plle.

Rond de jambe par terre [рон де жамб пар терр] - круг вытянутой ногой, касаясь пальцами пола.

Sur le cou-de-pied [сюр ле ку-де-пье] - положение вытянутой ступни "работающей" ноги на щиколотке опорной ноги спереди или сзади.

Port de bras [пор де бра] – «перегибы туловища», наклон вперед, назад, в сторону, то же в растяжке.