

*Фокина Наталья Витальевна
преподаватель высшей категории
Детская школа искусств «Лира»
Россия, г. Воскресенск
e-mail: natakiss@mail.ru*

PORT DE BRAS В КООРДИНАЦИИ С РАБОТОЙ НОГ В КЛАССИЧЕСКОМ ТАНЦЕ

***Аннотация:** В статье рассматриваются особенности теории и практики различных педагогов классического танца. Автором предложены собственные методические приемы по усвоению сложнокоординационных движений.*

Ключевые слова: педагог, классический танец, координация движений, port de bras.

*Fokina Natalya Vitalievna
teacher of the highest category
Children's Art School "Lira"
Russia, Voskresensk*

PORT DE BRAS IN COORDINATION WITH FOOTWORK IN CLASSICAL DANCE

***Abstract:** The article discusses the features of the theory and practice of various classical dance teachers. The author proposes his own methodological techniques for the assimilation of complex coordination movements.*

Key words: teacher, classical dance, movement coordination, port de bras.

Целью данной работы является систематизация теории и практики различных педагогов классического танца и выработка собственных методических приемов по лучшему усвоению сложнокоординационных движений учащимися хореографического отделения музыкальной школы искусств. Практической частью работы является открытый урок по теме «Port de bras в координации с работой ног» в 4 классе МУДО ДШИ Лира.

Port de bras — это (от французского porter — носить и bras — рука) правильное движение рук в основных позициях (закругленные — arrondi или

удлиненные — *allongé*) с поворотом или наклоном головы, а также с перегибом корпуса.

Ещё один вариант определения *port de bras* — это правильное прохождение рук через основные позиции с поворотами, наклонами головы и движениями корпуса. В классическом танце *port de bras* имеет огромное значение. В *port de bras* отрабатывается пластическая выразительность танца, красота рук, их мягкость, гибкость и подвижность корпуса, различные повороты и наклоны головы. Изучение простейших *port de bras* у палки и на середине зала начинается с первого года обучения, как только усвоены позиции рук.

«*Port de bras* лежит в основе великой науки рук в классическом танце. Руки, ноги и корпус воспитываются в отдельности особыми упражнениями; развивается мускулатура ног, манера держать корпус, но только правильное нахождение своего места для рук завершает художественный облик танцовщицы и дает полную гармонию танцу, голова окончательно отделяет его, дает красоту всему рисунку, а завершает его взгляд. Поворот головы, направление взгляда играют решающую роль в облике каждого *arabesque*, *attitude* и всякой другой позы. *Port de bras* — это наиболее трудная часть танца, которая требует большой работы и заботы. Умение управлять руками сразу обнаруживает хорошую школу» [1, с. 55-56]

В танце, и не только в классическом, рукам принадлежит исключительно важная роль, и большой ошибкой было бы смотреть на работу над ними, как нечто второстепенное, пренебрегая этой работой при воспитании будущих танцовщиков. В отличие от ног, решающих в основном технические задачи, руки, всегда активно участвуя в танце, выполняют кроме технической, еще и пластическую функцию. Не уделять рукам должное внимание — значит оставлять их невыразительными, напряженными, а движения их — угловатыми.

Но прежде чем подробно остановиться на работе рук в *port de bras*, первоначально необходимо сделать акцент на работе головы, отметить важность взгляда при смене положений головы и подробно остановиться на координации в *port de bras*.

Правильные движения головы в танце имеют огромное значение. Ее повороты и наклоны строго согласуются с ритмом, силой и характером движения всей фигуры танцовщика. Как и руки, голова — существенный фактор выразительности, и самый незначительный наклон, подъем или поворот её или же всевозможные сочетания этих моментов сообщают различную окраску всей позе, всему телу в целом. Кроме того, чрезвычайное значение имеет взаимосвязь движений головы, рук и корпуса. Малейшая ритмическая или пластическая неточность движения головы может резко ослабить устойчивость равновесия, особенно при выполнении многократного вращения, например *pirouette, tours chaînés, tours en l'air* и т.д.

Движения головы в классическом танце необычайно разнообразны, они как бы завершают собой пластический рисунок *port de bras*, позы. Все это требует расчетливого и в то же время свободного ее движения, включая и направленность взгляда. Взгляд встречает и провожает руку, завершает позу, ставит как бы точку в танцевальной комбинации. Если голова или взгляд остаются безучастными, то позы остаются незавершенными и это отражается на развитии танцевальности и нарушает координацию движения. Взгляд обязательно сопровождает движения рук. Поэтому очень важно отрабатывать у учащихся умение точно и без лишних усилий осуществлять все повороты и наклоны головы, сопровождающиеся взглядом. Правильная работа взгляда помогает ученику развивать зрительную и моторную память, воспитывает в нем чувство внутреннего контроля.

В сценическом творчестве актера (и драматического, и балетного) огромную роль играют глаза, характер и направление взгляда. Плохо, когда «зеркало души» танцора ничего не выражает, или выражает совершенно не те эмоции, которые требует его роль, или танцор привык смотреть на себя только в зеркало танцевального зала и на сцене взгляд «теряется».

К.С. Станиславский советовал осторожно пользоваться в своей работе зеркалом, ибо «оно приучает артиста смотреть не внутрь себя, а вне себя». Слова эти применимы и к балетным артистам. При нерациональном пользовании

зеркалом вместо помощи учащимся (проверка позы, положения рук и т.д.), возникает «зеркальная зависимость», одно из проявлений которой состоит в том, что учащиеся на сцене начинают смотреть себе под ноги [2]. Также возникает «мертвый», устремленный в одну точку взгляд. Привычка смотреть перед собой в одну точку или опускать взгляд, вредна еще и потому, что она отнимает у исполнителя возможность использовать сильнейшее выразительное средство и общаться с партнерами по сцене.

Гармонию и красоту классическому танцу придает правильная и своевременная работа всех частей тела. Добиться этого помогает координация. Существует несколько определений понятия координация. Координация (лат. Cum — вместе + ordinate расположение в порядке) — это согласование, сочетание, приведение в порядок, в соответствие (понятий, действий, составных частей чего-либо и т.д.). Координация — это тактика в хореографии, последовательный путь освоения правил, приемов, при помощи которых можно управлять устойчивостью, равновесием, т.е. достичь желаемого апломба.

Координация в хореографии — это умение сочетать, варьировать, применять на практике правила и приемы устойчивости (т.е. координировать их).

Координация в хореографии — это сознательная профессиональная организация движения в заданной форме, во времени, пространстве и образе.

Из этого определения следует, что самостоятельная работа каждой части тела движется самостоятельно, но в согласии друг с другом. Иначе говоря, движения ног и рук должны быть всегда пластически и ритмически согласованны, так как это совершенствует исполнительский апломб, но они не должны терять своей самостоятельности и свободы.

В классическом танце существует шесть канонических port de bras. Их можно разделить на группы по мере усвоения координационной сложности.

Первая группа — это работа рук (port de bras) без участия работы ног, т.е. ноги находятся в статическом положении в позиции (I или V). Это I и II port de bras, где участвуют только руки, ноги остаются в статическом положении.

Вторая группа — это когда работа рук сочетается с работой корпуса (III, IV и V port de bras). Сюда включается работа корпуса, т.е. наклоны вперед, назад и повороты.

Третья группа — VI port de bras. Здесь уже координируются с руками ноги, голова и корпус.

В I классе изучаются I, II и III port de bras. Во II классе port de bras уже более сложные — это IV и V port de bras. И только когда изучены эти формы port de bras, в III классе изучается самая сложная по координации VI форма port de bras. В дальнейшем в средних и старших классах на базе VI port de bras основано grand preparation к tours. Следует сказать, что кроме вышеперечисленных канонических видов port de bras, мы можем считать port de bras любое движение рук, переходящих из позиции в позицию или свободно двигающихся по заданию педагога или балетмейстера.

В I классе сочетание движения рук и ног встречается в таких движениях как grand plié, temps lié, pas de bourré simple, pas échappé. Это простые движения, исполняя которые, ученики довольно легко постигают азы координации. Во II классе координация движений значительно усложняется. Чтобы учащиеся могли с ними справиться, педагогу нужно следить за тем, чтобы заданные комбинации были простыми, с многократно повторяющимися движениями, музыкальный темп спокойный. Тогда дети имеют возможность проконтролировать свои действия сознательно. Так у учащихся развивается внутренний контроль, внутренняя дисциплина, что очень важно для будущей профессии артиста балета.

Разберем в качестве примеров методику исполнения сложнокоординационных прыжков, которые изучаются в младших классах. По правильности их исполнения можно определить будущее больших прыжков в средних и старших классах.

А.Я. Ваганова уделяла исполнению petit pas assemblé большое внимание. Она считала, что этот прыжок надо задавать в allegro во всех классах, так как правильное исполнение petit pas assemblé включает в работу и развивает все

мышцы, важные для выполнения последующих прыжков. Pas assemble подготавливает ноги к исполнению более сложных прыжков в средних и старших классах [3].

Pas assemble — это маленький прыжок с двух ног на две ноги, во время которого ноги должны собраться в воздухе.

Этот прыжок сложен по координации.

Опорная нога должна вытянуться в воздухе вертикально вниз; в воздухе необходимо проверить ощущение дотянутого колена, подъема и пальцев. Работаящая нога бросается на 45° (понятие 45° здесь условное, так как нога на pas assemble бросается значительно ниже, чем на pas jeté: приблизительно на 25°), и как только нога вытягивается в сторону, она должна вернуться к опорной ноге.

Не следует задерживать ногу открытой в сторону. Надо стараться подвести ногу в V позицию в тот момент, когда корпус в прыжке идет наверх. В прыжке бедра должны активно подтягиваться наверх.

Это прыжок с двух ног на две, поэтому plié до и после прыжка выполняется точно на две ноги.

Нога бросается быстро, но при этом свободно. Следует следить за тем, чтобы нога шла точно в сторону.

При выполнении этого прыжка также необходимо следить за пяткой опорной ноги, которая до прыжка должна оставаться прижатой к полу и которой надо оттолкнуться от пола.

Pas assemblé с купе-шага

Этот прием позволяет учащимся лучше почувствовать толчок от пола.

Исходное положение — V позиция, левая нога спереди. Затакт — руки приоткрываются. На «и» — demi plié на правой ноге, левая нога идет в положение условное sou de pied, руки через I позицию раскрываются в низкую II позицию. На счет «раз» — с сильным нажимом на левую ногу идет бросок правой ноги на 45° в сторону одновременно с прыжком. Руки подхватываются в

I позицию. Вторая четверть — приход в V позицию. Руки раскрываются в маленькую II позицию или в любую другую по заданию преподавателя.

Pas assemblé с приема *pas glissade*

В этом случае *pas glissade* используется как вспомогательное движение, являясь сильным толчком. Руки на *pas glissade* должны слегка приоткрыться и с подхватом пройти через I позицию в позу. Руки раскрываются в маленькую II позицию или могут быть в III и II позиции *allonge*. Голова поворачивается в тот момент, когда руки раскрываются в позу вместе с броском ноги. Взгляд на кисть.

Pas jeté

Pas jeté — маленький прыжок с одной ноги на другую ногу.

Этот прыжок изучается на первом году обучения.

Pas jeté является сложным прыжком для первого класса, так как детям на первом году обучения еще достаточно трудно толкаться с одной ноги и устойчиво приходиться на другую ногу.

Начинать изучение *pas jeté* следует только после того, как дети изучили *sissonne simple* и *pas assemblé*.

Pas jeté необходимо выполнять на одном месте, не должно быть продвижения в сторону [4]. Прыжок должен выполняться точно вверх, опорная нога вытягивается в воздухе. Бросок выполняется очень быстро, на высоту 45°. Бросковая нога должна скользить по полу свободно, но при этом набирая силу прыжка. Очень важно следить за тем, чтобы работающая нога после броска в сторону успела в воздухе подвестись к опорной ноге. Необходимо следить за подтянутой спиной. Особенно это важно в момент приземления, когда нужно особенно чувствовать подтянутую поясницу. Это поможет сохранить устойчивость после прыжка. При приземлении также следует обращать внимание на бедро той ноги, которая сгибается на *cou de pied*. В момент приземления бедро должно крепко держаться, не провисая; колено должно быть раскрыто, положение *cou de pied* точное.

Опорное бедро в момент приземления должно быть подтянутое. Считается ошибкой, когда дети, стараясь усидеть после прыжка, «салятся» на опорное

бедро. Приземляться следует на выворотную опорную ногу, на крепкую стопу, с пальцев, подталкивая пятку вперед. Руки не должны дергаться во время прыжка. На первом году обучения руки во время прыжка находятся в подготовительном положении. На втором году обучения *pas jeté* исполняется вместе с работой рук и с окончанием в маленькие позы. Нога бросается точно в сторону, а позиция рук в сочетании с поворотом головы создают впечатление положения *epaulement*. Во время *demi plié* руки начинают приподниматься в направлении I позиции и одновременно с броском ноги в сторону руки раскрываются на II позицию, голова прямо: и при приземлении одна рука с небольшим подхватом идет в I позицию. Рука в I позиции соответствует той ноге, на которую происходит приземление. Другая рука остается на II позиции. Голова поворачивается в сторону той ноги, которая находится спереди. При исполнении *pas jeté* вперед голова поворачивается в сторону той ноги, на которой выполняется *demi plié*, а при исполнении *pas jeté* обратно голова поворачивается в сторону ноги, согнутой на *cou de pied*, т.е. положение головы и ног соответствует позе *croisé*. Начиная изучать *pas jeté* подряд, сначала руки можно оставить в подготовительном положении, затем прыжок нужно исполнять с руками.

Pas glissade

Правилам исполнения прыжковых движений всегда уделялось большое внимание. А.Я. Ваганова в своей книге «Основы классического танца» посвящает прыжкам целый раздел. Она относит *pas glissade* к группе партерных прыжков, поясняя, что во время его исполнения пальцы не должны отрываться от пола, а прыжок должен выполняться не вверх, а в длину. Особое внимание А.Я.Ваганова обращает на то, что часто этот небольшой прыжок исполняется небрежно, особенно на сцене, где он используется как «просто разбег для прыжка». Поэтому на уроках классического танца, начиная с младших классов, в которых *pas glissade* исполняется как самостоятельный прыжок, важно обращать внимание на чистоту исполнения этого движения, так как в дальнейшем он может комбинироваться с другими прыжками или исполнять роль связующего движения, например, в *adagio*.

В средних и в старших классах *pas glissade* является подходом к большим прыжкам— *grand assemblé*, *grand pas jeté* и другим.

Но, несмотря на то, что в этом случае *pas glissade* выполняется более широко, должна сохраняться аккуратность его исполнения.

Говоря о *pas glissade* как о подходе к большим прыжкам, А.Я. Ваганова пишет: «... *glissade*, когда его правильно делают, способствует прыжку, разбрасывание же ног в разбеге сбивает всю фигуру с должного приема и лишает прыжок красоты и силы» [1, с. 118]. В переводе с французского языка *pas glissade* означает «скользящий прыжок». Начинать изучение этого прыжка следует в сторону, без перемены ног. Руки находятся в подготовительном положении, голова прямо. Прыжок происходит одновременно с открыванием ноги, и корпус передается за ногой одновременно со скольжением правой ноги, которая скользит из V позиции в сторону. В прыжке есть момент, когда две ноги вытянуты, а корпус находится посередине (положение как *pas échappé* на пальцах). Прыжок выполняется в основном в длину, наверх делается настолько, насколько требуется, чтобы вытянуть стопы, не отрывая от пола пальцев. Нужно следить за тем, чтобы ноги были выворотные, дотянутые и находились в воздухе точно напротив друг друга. Закрывать стопы должны быстро, в точную V позицию. После этого проучивается *pas glissade* с переменной ног, к которому добавляется движение головы. Во время прыжка она поворачивается в сторону той ноги, которая приходит вперед в V позицию. Затем к прыжку добавляется движение рук. Руки в прыжке приподнимаются и раскрываются в низкую II позицию. При исполнении двух прыжков на первом *pas glissade* руки плавно раскрываются, а на втором прыжке закрываются в подготовительное положение [5]. При исполнении трех *pas glissade* подряд на первом прыжке руки немного приоткрываются, на втором — раскрываются в низкую II позицию, а на третьем *pas glissade* руки опускаются в подготовительное положение. Так происходит развитие правильной координации движений головы, рук и ног.

Самое пристальное внимание с первых шагов обучения классическому тренажу должно быть обращено на постановку частей тела, в совокупности

образующих сложный инструмент, которым предстоит пользоваться будущим танцовщицам и танцовщикам в их сценической деятельности. Ноги, корпус, руки, голова являются теми элементами, работа над которыми протекает на уроках классического тренажа постоянно; каждый элемент выполняет свою функцию в танцевальных движениях. От правильной постановки этих элементов в значительной степени зависит техническое мастерство танцующих; ошибки, допущенные в начале обучения, влекут за собой печальные последствия, мешая всестороннему и закономерному развитию танцевальной виртуозности. Позднее эти ошибки трудно, а иногда и невозможно исправить.

Список литературы:

1. Ваганова А.Я. Основы классического танца. Санкт-Петербург [и др.]: Лань: Планета музыки, 2007. 191 с.
2. Есаулов И.Г. Устойчивость и координация в хореографии. Ижевск: Изд-во Удмурт. ун-та, 1992. 132 с.
3. Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца. Ленинград (Ленингр. отд-ние): Искусство, 1986. 260 с.
4. Мориц В.Э., Тарасов Н.И., Чекрыгин А.И. Методика классического тренажа. Санкт-Петербург [и др.]: Лань: Планета Музыки, 2009. 382 с.
5. Тарасов Н. Классический танец. М.: Искусство, 1981. 479 с.