

должность, уч. степень, уч. звание	подпись, дата	инициалы, фамилия
---------------------------------------	---------------	-------------------

Введение. Классическая хореография — это основа балетного искусства, которая требует от исполнителя не только технического мастерства, но и высокого уровня эмоциональной выразительности. Важнейшей составляющей классического танца является правильная постановка корпуса, которая служит основой для всех дальнейших движений и позволяет создать гармоничное взаимодействие между телом, руками, ногами и головой. На начальном этапе освоения классической хореографии особое внимание уделяется формированию правильной осанки, выворотности ног, а также координации движений, что в дальнейшем влияет на развитие танцовщика как художника.

Актуальность данного исследования обусловлена необходимостью систематического подхода к обучению детей основам классической хореографии. В условиях современных изменений в образе жизни детей, когда многие из них ведут сидячий образ жизни, много времени проводят за гаджетами, проблемы с осанкой и нарушением координации становятся все более распространенными. Важно понимать, что классическая хореография — это не только искусство, но и методика, направленная на развитие тела, укрепление мышц и улучшение осанки, что особенно важно для детей, сталкивающихся с последствиями малоподвижного образа жизни.

В процессе изучения классической хореографии на начальном этапе дети учат не только базовые движения, но и осознают важность правильного положения тела, рук и головы. Эти базовые навыки закладывают фундамент для дальнейших этапов обучения. Неправильная постановка корпуса на начальном этапе может привести к серьезным проблемам в дальнейшем развитии техники и даже вызвать травмы, поэтому так важно уделять внимание каждому элементу с самого начала.

Кроме того, в современных реалиях необходимо постоянно адаптировать педагогические подходы, внедрять инновационные методики для более эффективного усвоения материалов и улучшения результатов

учеников. Использование таких подходов, как элементы йоги и гимнастики, направленных на укрепление спины, развитие гибкости и силовых качеств, становится не только актуальным, но и необходимым в обучении классической хореографии. Это помогает укрепить тело, развить координацию и сознательно контролировать свои движения, что в свою очередь влияет на художественную выразительность исполнения.

Исследование методики постановки корпуса в классической хореографии и её практической реализации в детских школах искусств является актуальной темой, способствующей развитию более гармоничного и безопасного подхода к обучению танцу, а также улучшению физической подготовки и художественного восприятия учащихся.

Цель работы: анализ методических подходов к постановке корпуса на начальном этапе освоения классической хореографии, а также разработка рекомендаций для педагогов по оптимизации этого процесса.

Для достижения цели исследования были выдвинуты следующие **задачи:**

- Рассмотреть теоретические основы формирования методики преподавания классического танца.
- Изучить методические основы формирования корпуса, рук и головы на начальном этапе обучения классической хореографии.
- Исследовать особенности урока классической хореографии в детских школах искусств и внедрение инновационных средств в образовательный процесс.
- Рассмотреть переход к сценическим композициям и развитие выразительности в исполнении учащихся.

Методологической основой исследования являются труды по классической хореографии, в том числе работы Агриппины Яковлевны Вагановой, Николая Ивановича Тарасова, Надежды Павловны Базаровой и Веры Сергеевны Костровицкой, чьи методики продолжают оказывать влияние на развитие балетного образования. В ходе исследования будет

проведен анализ их трудов, а также изучены современные подходы в преподавании классического танца.

Методы исследования – изучение и анализ литературы по теме исследования, сравнение различных педагогических методик, обобщение опыта работы в детских школах искусств.

Структура работы. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, приложений и списка источников и использованной литературы. Первая глава содержит два параграфа, в которых излагаются теоретические основы постановки корпуса в классической хореографии, а также рассматриваются методические рекомендации для преподавания. Вторая глава включает два параграфа, посвященных практической реализации методик на начальном этапе обучения в детской школе искусств, а также изучению перехода к сценическим композициям и развитию выразительности у учеников. В заключении обобщаются выводы по результатам проведенного исследования. В приложении приведены материалы, иллюстрирующие основные положения работы.

Основное содержание работы.

Классический танец — выразительное средство балета, основанное на разработке чётких движений, возникшее в XVI веке в Италии и получившее развитие во Франции [16]. Он опирается на точные позиции ног, рук, корпуса и головы, следование принципам выворотности, вертикальности тела и изоляции его частей. Всё это придаёт танцу геометрическую ясность.

Правильная осанка — основа технического мастерства. Она обеспечивает устойчивость, выразительность и предотвращает травмы. Европейские школы — французская, итальянская и датская — внесли вклад в формирование педагогических методов классического танца. В Россию он пришёл в XVIII веке с открытием танцевальной школы Ж.-Б. Ланде в Петербурге (1738), ставшей впоследствии Академией русского балета им. А. Я. Вагановой [16].

Агриппина Яковлевна Ваганова — ключевая фигура в истории балета. Родившись в 1879 году, она прошла путь от ученицы Императорского училища до солистки Мариинского театра, преодолев начальные трудности благодаря самоанализу и настойчивости. После Октябрьской революции Ваганова начала преподавать в Петроградском хореографическом училище и сформировала уникальную педагогическую систему, сочетающую анатомическую точность с выразительной техникой.

Центральным элементом её методики стала работа над корпусом [5.с.37]. По Вагановой, именно из корпуса исходит импульс движения. Без его правильной постановки невозможны ни техника, ни выразительность. Она акцентировала внимание на выворотности, укреплении мышечного корсета и стабильности позвоночника — основах устойчивого и пластичного танца.

Методика Вагановой объединила лучшие черты европейских школ: мягкость французской, силу и виртуозность итальянской, эмоциональную глубину русской традиции. Системный и поэтапный подход позволял ученикам гармонично развиваться, а также снижал риск травм.

В 1934 году Ваганова опубликовала труд «Основы классического танца» — подробное руководство с описанием позиций, движений и физиологических принципов исполнения [5.с.92]. Помимо техники, Ваганова обращала внимание на психологическую подготовку: воспитание концентрации, внутренней собранности и эмоциональности. Она стремилась формировать не просто техничных исполнителей, а артистов с глубокой внутренней выразительностью.

Особенность её подхода — индивидуальный подбор упражнений с учётом анатомических, физических и характерологических особенностей ученика. Это делало методику гибкой и универсальной — подходящей как для будущих солистов, так и для артистов кордебалета.

Система Вагановой строилась на принципе «центрированности», при котором движение рождается из внутреннего ядра тела и распространяется

наружу, создавая гармоничные формы. Это позволяло ученикам не просто механически воспроизводить движения, а осознанно контролировать каждую деталь, повышая качество исполнения.

Ключевым принципом педагогики Вагановой был индивидуальный подход. Она учитывала физические данные, темперамент и уровень подготовки учеников, адаптируя упражнения под каждого. Благодаря этому её система была гибкой и позволяла готовить как солистов, так и артистов кордебалета.

Методика Вагановой оказала значительное влияние на развитие балета XX века. Её учениками стали Галина Уланова, Наталья Дудинская, Марина Семёнова и другие, продолжившие её дело. Академия русского балета им. А. Я. Вагановой по сей день остаётся ведущим учреждением, развивающим её наследие.

Большое значение Ваганова придавала музыкальности и ритму. Она считала, что танцовщик должен чувствовать музыкальную структуру и передавать эмоциональный настрой произведения. Это развивало у учащихся не только технику, но и музыкальную выразительность.

Методика также включала работу над пространственной ориентацией. Ваганова обучала точности перемещений на сцене и развивала пространственное мышление, необходимое для цельного исполнения.

Особое внимание она уделяла положению рук. Систематизация движений и позиций рук позволяла создавать выразительные линии и способствовала поддержанию равновесия. Отдельное направление — развитие прыжков и вращений. Ваганова вводила упражнения, укрепляющие корпус и ноги, позволяющие достигать виртуозности, сохраняя классическую эстетику.

Её подход сочетал требовательность и заботу о здоровье учеников. Она акцентировала внимание на правильном восстановлении, питании, дисциплине и режиме, что способствовало долгой сценической карьере.

Ваганова считала важным знакомство учеников с историей балета, биографиями выдающихся артистов и хореографов. В её классах проходили лекции и обсуждения, формировавшие культурное мышление и уважение к традициям.

Она стремилась создать в классе атмосферу поддержки и уважения. Такой подход снижал стресс, повышал мотивацию и способствовал формированию здоровой самооценки.

До появления системы Вагановой преподавание в балетных школах основывалось на европейских традициях — французской, итальянской и датской. Эти школы подчеркивали внешнюю эстетику, но недостаточно учитывали физиологию ученика. Обучение сводилось к механическому повторению движений, что нередко приводило к закреплению неправильных навыков и травмам.

До становления системы Вагановой значительное влияние на балетную педагогику оказали российские и европейские мастера. Рассмотрим их вклад и методологические ограничения.

Николай Густавович Легат — один из выдающихся российских педагогов балета [14, с. 55]. Его методика строилась на точном исполнении базовых движений с жёстким соблюдением линий и форм. Легат акцентировал внимание на элегантности и строгости, но его подход был излишне механистичным: универсальные схемы не учитывали индивидуальные особенности учеников. Это приводило к мышечному напряжению и риску травм.

Павел Андреевич Гердт, придерживавшийся схожей системы, делал акцент на выворотности и симметрии, способствуя формированию чётких линий. Однако, как и у Легата, универсальность упражнений исключала индивидуальный подход, что ограничивало адаптацию методики под конкретного ученика.

Мариус Петипа [18, с. 102] — реформатор балета, чьи постановки задали стандарты техники: идеальная линия тела, последовательность

движений, выразительность поз. Его метод отличала строгость и формальность. Многократное повторение и ориентация на выверенную технику укрепили системный подход в обучении. Однако формализованность ограничивала развитие артистизма, могла вызывать переутомление и травмы из-за отсутствия адаптации к физиологии исполнителя.

Энрико Чекетти, представитель итальянской школы, акцентировал техническую строгость и идеальную выворотность. Его методика оказала влияние на европейское и российское образование, но страдала от жёсткой регламентации, ограничивавшей свободу движений и не учитывавшей индивидуальные физические параметры учеников.

Французская школа акцентировала внимание на эстетике, плавности движений и декоративности. Однако, уделяя приоритет изящным формам, часто пренебрегала развитием физической устойчивости и профилактикой травм. Слабая анатомическая проработка и упор на «визуальность» также снижали функциональную эффективность подготовки.

Жан-Батист Ланде — основоположник российской балетной школы и французской оперной труппы. Он развивал принципы «каденции» и гармонии хореографических элементов. Метод Ланде ориентировался на точность и утончённость линий, но его система страдала от формализма и шаблонности, слабо учитывая анатомические особенности и эмоциональность танцовщика.

Шарль-Луи Дидло стремился сделать балет более динамичным, внедрив акробатику и ритмичные прыжки. Он расширил технические границы, усилил выразительность движений, но излишняя стилизация и сложность упражнений могли снижать эмоциональную выразительность и устойчивость техники.

Анализ общих просчётов:

- **Механистичность методов:** строго заданные схемы не учитывали индивидуальные потребности учеников и приводили к избыточному мышечному напряжению.

- **Отсутствие адаптации:** универсальные упражнения игнорировали физиологические различия, что вело к развитию неправильных двигательных привычек.
- **Крайности в акцентах:** одни школы акцентировали техническую точность, исключая артистизм, другие — декоративность в ущерб прочности и безопасности движений.

Эти ограничения стали отправной точкой для Агриппины Яковлевны Вагановой. Она провела глубокий анализ сильных и слабых сторон предшественников и создала методику, сочетающую:

- дисциплину и системность,
- анатомическую обоснованность,
- адаптацию к индивидуальным особенностям,
- художественную выразительность.

Методика Вагановой охватывает все ключевые аспекты балетного искусства: технику, музыкальность, пространственную ориентацию, психологическую подготовку и культурный кругозор. Её подход стал образцом педагогического мастерства и остаётся актуальным в современном балетном образовании, обеспечивая как качество подготовки, так и безопасность учеников [5].

На начальном этапе освоения классической хореографии ключевым становится формирование правильной постановки корпуса, рук и головы. Это фундамент, определяющий дальнейшее техническое и артистическое развитие.

Постановка корпуса начинается с осознания положения тела: вытянутая спина, расправленные плечи, подобранный таз, втянутый живот. Для закрепления этих ощущений применяются упражнения на полу — например, прижатие поясницы к полу в положении лёжа, что подготавливает мышцы к работе у станка.

Затем ученики переходят к занятиям у станка. Первые упражнения (*demi-plié*, *battement tendu*, *rond de jambe par terre*) выполняются в медленном

темпе — с акцентом на корректную осанку и стабильное положение таза и позвоночника.

Освоение рук начинается с подготовительной и трёх основных позиций. Подготовительная позиция — руки опущены, слегка округлены, локти отведены от корпуса, пальцы скруглены. Первая позиция — руки приподняты на уровень чуть выше пояса; во второй — разведены в стороны чуть ниже плеч; в третьей — подняты над головой, округлые локти и кисти сохраняют форму [3, 5].

Отдельное внимание уделяется положению кистей и пальцев: они должны быть расслаблены, но пластичны. Выполняются упражнения на раскрытие и округление, с исключением излишней прямоты или напряжения рук.

Положение головы — важный компонент выразительности. С начальных этапов осваиваются позиции *enface*, *croise*, *efface* и *epaulement*, синхронизированные с движениями корпуса и рук.

Методически важно постепенно усложнять упражнения. Сначала — медленные *port de bras*, затем — добавление движений головы и корпуса. Это развивает выразительность и координацию.

Также развиваются равновесие и координация: через *releve* и *balance* дети учатся переносить вес тела, сохраняя стабильную осанку. Эти навыки необходимы для выполнения *adagio* и *allegro*.

Развитие музыкальности сопровождается обучением с первых уроков. Упражнения под музыку формируют чувство ритма, динамики и эмоциональной окраски движения. Это усиливает артистизм исполнения.

Используется метод зеркального отображения — учащиеся видят и корректируют свои ошибки, повышая осознанность и самостоятельность.

Индивидуальный подход важен для комфорта и прогресса каждого ученика [31]. Учитываются особенности телосложения, уровня развития и темперамента.

Методика классического танца должна опираться не только на технику, но и на художественное мышление. Преподаватель, используя образные ассоциации и подходящую музыку, создаёт эмоциональную среду, в которой ученик не просто двигается — он выражается.

Системный подход, включающий анатомию, физиологию и педагогику, помогает избежать травм и качественно выстроить тело танцовщика. Именно такой фундамент на начальном этапе — залог будущих успехов на более сложных уровнях обучения. Разнообразие и развитие методик подтверждают: тщательная работа над основами — ключ к профессиональному росту.

Заключение. В ходе исследования, посвященного постановке корпуса на начальных этапах освоения классической хореографии, были рассмотрены теоретические и практические аспекты данного процесса, а также проанализированы методические подходы, используемые в преподавании классического танца. В процессе работы были рассмотрены различные аспекты, от формирования методики преподавания классического танца до внедрения инновационных средств в обучение, а также перехода к сценическим композициям и развитию выразительности.

В первой главе работы, посвященной теоретическим основам постановки корпуса, рассматривались ключевые аспекты методики преподавания классического танца, начиная с формирования правильной осанки и заканчивая интеграцией лучших традиций европейских балетных школ. Особенно важно было акцентировать внимание на роли Агриппины Вагановой, чья методика стала основой для дальнейшего развития системы классического танца в России и мире. Ваганова акцентировала внимание на правильной постановке корпуса как основе всех танцевальных движений, а также на индивидуальном подходе к каждому ученику, что позволило избежать многих проблем с травмами и техничностью исполнения.

Во второй главе, посвященной практическим аспектам преподавания, были рассмотрены особенности работы с детьми в детских школах искусств, включая использование инновационных средств и подходов, таких как

элементы йоги и гимнастики, что способствует улучшению осанки и координации. Раздел о переходе к сценическим композициям продемонстрировал, как важен этап осознания базовых движений для формирования артистической выразительности и сценической интерпретации. Постепенное усложнение упражнений, внедрение эмоций и творческих элементов в занятия помогает детям развивать не только технические навыки, но и умение передавать музыку через движение.

На основе проведенного исследования можно сделать несколько ключевых выводов.

Методика постановки корпуса является основой для развития не только технических навыков, но и артистической выразительности танцора. Правильная постановка корпуса и осанки способствует не только техническому совершенствованию, но и безопасности во время выполнения движений, предотвращая травмы.

Важность индивидуального подхода в преподавании классической хореографии была подтверждена, так как каждый ученик требует персонализированного подхода с учетом своих физиологических особенностей. Это особенно актуально в работе с детьми, где правильная постановка корпуса является залогом успеха в будущем.

Инновационные методы, такие как использование элементов йоги и гимнастики, оказывают положительное влияние на физическое развитие детей, улучшая их осанку, координацию и гибкость. Эти подходы помогают создать гармоничное тело, что является необходимым для правильного выполнения классических движений.

Развитие выразительности через работу с музыкальностью, эмоциями и координацией тела помогает учащимся создавать целостные образы, что делает исполнение не только технически правильным, но и эмоционально насыщенным.

Таким образом, исследование подтвердило целесообразность использования дополнительных средств укрепления мышечного корсета в

процессе подготовки к уроку хореографии, а также важность комплексного подхода к обучению классической хореографии, где ключевыми аспектами являются не только техническое исполнение, но и способность передавать музыку и эмоции через тело. Развитие этих навыков на начальном этапе обучения закладывает фундамент для дальнейшего успешного танцевального роста и художественного развития учащихся.