**«Освоение движений en tournant и tour lent»**

**преподаватель классического танца**

**Широков Анатолий Дмитриевич**

**ГБП ОУ «Воронежское хореографическое училище»**

Освоение программных движений с поворотами - это длительный процесс выработки большого числа все усложняющихся двигательных навыков и тренировки всего двигательного аппарата на умение точно и устойчиво ориентироваться в пространстве.

Изучение движений en tournant обусловлено понятиями en dehors (наружу) et en dedans (внутрь.) Их изучение требует системного подхода. Развитие системы данного направления - дело кропотливое, сложное, требующее целеустремленности, глубоких знаний, опыта и умения этот опыт обобщить.

Движения, исполняемые в повороте, требуют последовательности их изучения в соответствии с рабочей программой определенного класса, Поэтому, прежде чем приступать к освоению движений en tournant, сначала надо проверить правильность и чистоту их исполнения en face.

Первоначальное ознакомление с понятиями en dehors и en dedans осуществляется в младших классах. С третьего года обучения поворот привносится как новый элемент в уже изученные и отработанные движения во всех разделах урока.

К элементарным движениям в повороте относятся повороты на полу, исполняемые по V позиции и те, которые осуществляются при помощи небольшого сдвига опорной ноги en dehors или en dedans и совпадают с определенным положением или прохождением работающей ноги в зависимости от названия и содержания исполняемого движения,

К данной группе движений относятся: battement tendu, battement tendu jeté, rond de jambe par terre, battement fondu, battement soutenu, rond de jambe en 1 air, battement frappe, flic-flac, petit battaient, grand battement jeté, battements divisés en quarts.

В учебной работе на середине зала элементарные движения экзерсиса в повороте следует осваивать с Battement tendu. Данное движение рекомендуется выполнять только в сторону по I или V позиции. Поворот этот делается при помощи небольшого сдвига пятки опорной ноги в тот момент, когда свободная нога скользящим движением отводится на II позицию. Затем отведенная нога снова закрывается в исходную позицию, но уже без поворота, и все движение повторяется. Если повороты делаются на левой ноге в правую сторону, то это означает что, они осуществляются в направлении en dehors, и, наоборот, если они выполняются на левой ноге в левую сторону, - значит, они производятся en dedans.

Руки, корпус и голова действуют здесь также, как в обычных Battements tendus без поворота. Опорная нога должна выполнять свою работу выворотно и точно на 1/4 круга, почти не отделяя пятки от пола, Свободную ногу следует сразу направлять носком в ту пространственную точку, где будет заканчиваться ее отведение.

Корпус все время находится на опорной ноге в подтянутом состоянии; руки и голова удерживаются свободно, без лишних усилий. Поворот осуществлять с активным участием всего тела, но свободно, без липших движений рук, корпуса и головы. Все тело должно поворачиваться, компактно, четко и устойчиво.

При изучении этого Battement по I позиции с поворотом на 1/8 круга его выполняют по восемь раз с каждой ноги и в каждом направлении. Затем можно перейти к повороту на 1/4 круга. Далее по этой же схеме можно изучать Battement tendu с поворотами по V позиции.

И, наконец, полезно осваивать Battement tendu jetée поворотом на 1/8 и 1/4 круга. В данном случае правила поворота и схема их изучения остаются теми же, прибавляется только бросок свободной ноги и соответственно ускоряется темп самого движения.

Следует заметить, что при исполнении Battement tendu en tournant в маленьких позах, действуют те же правила техники поворота, которые усваиваются и отрабатываются с раскрыванием ноги в направлении II позиции. Корпус, руки и голова действуют в этих поворотах согласно правилам выполнения их поз.

На следующем этапе обучения изучаются rond de jambe parterre с поворотом на 1/8 и 1/4 круга. Движение это может выполняться en dehors и en dedans. Поворот подтянутого и спокойного корпуса в этом движении точно совпадает с движением работающей ноги и выполняется он при помощи сдвига пятки опорной ноги. Работающая нога должна легко скользить носком по полу и не сокращать своего пути по дуге. Необходимо следить, чтобы в rond de jambe parterre en dehors и в rond de jambe parterre en dedans в момент окончания поворота пятка работающей ноги, была точно против пятки опорной ноги. Здесь вместе с окончанием поворота корпуса она, не задерживаясь скользящим движением, проводится через первую позицию вперед или назад. Таким образом, перевод ноги через первую позицию остается без поворота.

Натянутость и выворотность обеих ног во время движения обязательны. Корпус следует удерживать точно на опорной ноге; руки и голову фиксировать свободно, не задерживая поворот всего тела.

Освоение сложных движений в повороте требует высокоразвитой координации и определенных навыков и умений. Для перехода к их изучению необходима предварительная работа по освоению полуповоротов у станка. На этом этапе в средних классах отрабатывают полуповорот en dehors et en dedans с ногой вытянутой, вперед или назад на 45 градусов на полупальцах; а) полуповорот из позы в позу через passé dehors et en dedans на 45 и 90 градусов с plié-relevé; б) поворот fouetté dehors et en dedans на 1/4 и 1/2 с ногой поднятой вперед или назад на 45 и 90 градусов с plié-relevé; в) половина tour dehors et en dedans с plié-relevé с ногой вытянутой вперед или назад.

При изучении поворотов с plié-relevé особое внимание уделяют demi-plié, то есть обязательной выворотности, эластичности и упругости ног при правильном положении стопы на полу. Точная координация рук и поворотов головы облегчают исполнение.

*Пример.*

Полуповорот с plié- relevé en dedans по направлению к палке. Данный поворот требует специального подготовительного положения: работающая (правая) нога вытянута вперед на 45 градусов, корпус подтянут, центр тяжести расположен точно на опорной ноге, рука открыта на вторую позицию, поворот головы направо. Сначала выполняется demi-plié на опорной ноге, корпус сохраняет подтянутость, работающая нога - выворотность и уровень 45 градусов, рука - вторую позицию, голова - поворот направо. Затем вместе с поворотом корпуса к палке, опорная нога, сильно вытягивая колено, поднимается на высокие полупальцы, пятка активно направляется вперед; работающая нога, усиливая выворотность пятки, поворачивается на вторую позицию. Момент фиксируется (положение на 1/4 поворота). Корпус продолжает поворот, опорная нога сохраняет натянутость, не снижает высоких полупальцев, пятка посылается вперед; работающая нога, продолжая движение, поворачивается назад, не нарушая уровня 45 градусов и точного положения в одной и той же плоскости. Вместе с поворотом правая рука, направляясь к палке, подменяет левую руку, которая проходящим через первую позицию движением открывается на вторую позицию. Голова вначале обращена направо, затем, не задерживаясь, несколько обгоняя поворот корпуса, поворачивается налево. Для исполнения данного движения в направление en dehors работающая (правая) нога вытянута назад на 45 градусов, корпус подтянут, центр тяжести расположен точно на опорной ноге, рука открыта на вторую позицию, поворот головы налево. Сначала выполняется demi-plié на опорной ноге, корпус сохраняет подтянутость, работающая нога - выворотность и уровень 45 градусов, рука - вторую позицию, голова - поворот налево. Затем вместе с поворотом корпуса к палке, опорная нога, сильно вытягивая колено, поднимается на высокие полупальцы, сохраняя выворотность пятки, одновременно работающая нога, усиливая выворотность верха и особенно пятки, поворачивается на вторую позицию, соответственно выравниваются плечи и бедра. Момент фиксируется (положение на 1/4 поворота). Корпус продолжает поворот, работающая нога, усиливая выворотность пятки, поворачивается вперед, не нарушая уровня 45 градусов и точного положения в одной и той же плоскости, опорная нога сохраняет выворотность, не снижая высоких полупальцев. С началом поворота, левая рука направляясь к палке, подменяет правую руку, которая проходящим через первую позицию движением открывается на вторую позицию. Голова вначале обращается налево и, не задерживаясь, к концу движения поворачивается направо.

В этот период на середине зала начинается проработка движений со сложной координацией: battement fondus en tournant, rond de jambe en I air en tournant, battement frappé и battement double rappé en tournant, flic-flac en tournant. Данная группа движений отлично развивают умение точно и устойчиво ориентироваться в пространстве, при условии, что оно отрабатывается систематически, а не от случая к случаю.

*Пример.* ,

Battement frappé en tournant en dehors. Это движение требует подготовительного положения: работающая (правая) нога вытянута в сторону в пространственную точку на уровне cou-de-pied, опорная (левая) нога на полупальцах, корпус подтянут, центр тяжести расположен точно на опорной ноге, руки на второй позиции, положение головы en face. Вместе с поворотом в точку 2 плана класса, правая нога сгибается на eou-de-pied вперед и тотчас открывается в сторону второй позиции, положение в точку 2 плана класса сохраняется. Музыкальный размер - 2/4; frappés делаются на каждую четверть. С поворотом на 1/8 круга его выполняют по восемь раз, чередуя cou-de- pied спереди и сзади. Поворот en dehors определяется первым Battement frappé, который направляет движение наружу. Поворот корпуса происходит в момент сгиба работающей ноги на cou-de pied. Как и во всех поворотах, необходимо следить за ровностью плеч и бедер, за выворотностью пятки опорной ноги. Опорная нога на протяжений всего поворота натянута и не снижает уровня высоких полупальцев. Положение головы en face и рук точно на второй позиции сохраняются на протяжении всего поворота.

При исполнения данного движения в направление en dedans поворот определяет первый Battement frappé, который направляет движение внутрь. Вместе с поворотом в точку 8 плана класса, правая нога сгибается на cou-de pied назад и тотчас открывается в сторону второй позиции, положение в точку 8 плана класса не изменяется. Упражнение продолжают в точки 7, 6, 5, 4, 3, 2, заканчивая в точку 1 плана класса, чередуя cou-de-pied спереди и сзади.

Следующей ступенью развития системы данного направления, является задача по изучению поз в повороте. Tour lent - медленный поворот - изучают по мере усвоения battement tendu и rond de jambe pas terre en tournant, так как правила их исполнения аналогичны. Этот медленный поворот совершается легким сдвигом пятки в то время, когда фиксируется какая - либо большая поза. Tour lent требует большой выносливости, поэтому изучают его постепенно, начиная с 1/8 поворота, позднее переходят на 1/4 поворота и лишь по усвоении исполняют поворот на 360 градусов. Он вырабатывает умение сохранять заданную позу во время поворота. Поэтому при его изучении большую роль играет проверка заданной позы.

Изучение tour lent начинают с ноги, открытой на вторую позицию в точку 1 плана класса в направлении en dehors, следовательно, и проверять правильное положение корпуса, то есть ровность плеч и бедер, рук на второй позиции и положение ноги точно на второй позиции нужно в точках 3, 5, 7 плана класса. Заканчивается поворот в точке 1. Повороту корпуса в tour lent en dehors помогает работающая нога, она как бы направляет поворот. В tour lent en dedans повороту помогает пятка опорной ноги, активно посланная вперед. Натянутость и выворотность ног во время исполнения обязательны. Подтянутый корпус, спокойные руки точно на второй позиции также облегчают поворот. Голова вначале сохраняет положение en face, но по усвоении в tour lent включаются повороты головы.

Когда tour lent en dehors и en dedans будет достаточно правильно и устойчиво вьшолняться с положением ноги на 90 градусов переходят к его изучению в больших позах начиная с 1/8 поворота. Характер позы должен быть сохранен на протяжении всего поворота. Позы croisée и effacée вперед, attitude croisée и effacée строятся в четные точки плана класса, то есть в точки 8 и 2, следовательно, и проверка позы происходит в четных точках плана класса. Первый и второй arabesque проверяют по нечетным точкам, третий и четвертый arabesque - по четным точкам плана класса. Каждая поза, кроме того, сохраняет присущий ей характер при определенном повороте.

Например, поза croisée имеет поворот только en dedans точки 8 плана класса поворот идет в точки 6, 4, 2 и снова в точку 8 плана класса. Поза effacée вперед сохраняется в повороте en dehors. Attitude croisée требует поворота en dehors, attitude effacée - en dedans.

Также необходимо изучение tour lent с положением работающей ноги в passé на 90 градусов - через положение passé во время поворота возможен переход из одной позы в другую. Сохранение положения passé на 90градусовпри повороте является подготовкой к турам tire-bouchon. Tour lent с passé на 90 градусов начинают изучать с 1/8 поворота, по усвоении переходя к полному повороту en dehors и en dedans. Работающая нога, несмотря на согнутое положение, остается сильной и самостоятельной на протяжении всего попорота. Она не снижает принятый уровень 90 градусов и не отстает от поворота. Носок работающей ноги всегда проходит на уровне колена опорной ноги, но не прикасается к ней. Работающая нога приходит в passé на 90 градусов из различных положений, но само положение passé всегда одинаково - колено работающей ноги выворотно, носок работающей ноги находится с боку опорной ноги, чтобы не мешать переходу из позы в позу, из положения в положение. Одновременно с положением passé на 90 градусов руки независимо от принятой позы соединяются в первой позиции. Корпус необходимо сохранять подтянутым, спокойным, руки точно в положении заданной позы.

Для дальнейшего развития изучают медленные повороты из позы в позу.

Они прививают навыки координации, дают возможность окрашивать движения легкими наклонами и перегибами корпуса, рук, головы в их гармоничном сочетании. В этом залог выразительности танца.

*Пример.*

Медленный поворот из позы écartée назад в позу attitude effacée выполняется в направлении en dedans на 1/4 круга. Выполнить позу cartée назад приемом battement développé с правой ноги. Из этого положения следует поворот. Корпус выравнивается и, не задерживаясь, поворачивается в точку 8 плана класса, подтянутость в бедрах усиливается. Работающая нога в той же плоскости поворачивается назад, слегка сгибаясь к концу поворота, руки сохраняют свое положение, голова поворачивается направо (поза attitude effacée).

Повороты из позы в позу могут быть различными, но самый поворот всегда исполняется через вторую позицию. При исполнении данных поворотов необходимо сохранять центр тяжести корпуса точно на опорной ноге. Поворот корпуса должен точно совпадать как с движением работающей ноги, так и с движением рук. Подтянутость корпуса обусловливает свободу тазобедренного сустава, необходимую при поворотах. Опорная и работающая ноги сохраняют выворотность во всех положениях и позах. Опорная нога во время поворота натянута, пятка слегка приподнимается от пола, что облегчает поворот. При исполнении поворотов en dedants необходимо активнее посылать пятку опорной ноги вперед, тат как она имеет тенденцию отставать от движения корпуса. Перед тем как руки со второй позиции принимают заданную позу, кисти обеих рук раскрываются.

Ежедневные уроки приобщают учащихся к пониманию правильной координации движений в повороте. Изучение движения Battements divisés en quarts продолжает развитие системы данного направления. Эти батманы изучают сразу на середине зала. Задача этого движения - укрепление устойчивости. Делается оно на основе battemtnts développé и relevés на полупальцы.

На следующем этапе обучения можно переходит к изучению: a) grand fouetté en face с coupé-шага, оканчивая в attitude effacée, I и II arabesques; б) grand fouetté effacé (спереди назад) и grand fouetté effacé (сзади вперед).

В последующие годы знания и навыки учащихся дают основу для изучения движений en tournant со сложной координацией. Их усвоение складывается из комплекса необходимых условий и требований. Основная координационная нагрузка по их изучению приходится на курсы. Здесь осваиваются различные виды grand fouetté en tournant и повороты renversé, связанные с запрокидыванием корпуса. Сложные формы этих движений обусловлены понятиями en dehors et dedans, которые диктуют направление поворотов и способы их изучения. Эти повороты развивает умение согласовывать движения рук, ног и головы с ритмом, силой и характером движения всей фигуры танцовщика.

Renversé одно из сложнейших движений, заключенных в содержание программы по изучению классического танца.

*Пример.*

Renversé en dehors: Начинается движение с attitude croisée назад. Сначала выполняется demi-plié, и тут же корпус слегка наклоняется вперед, подчеркнув движение наклоном головы, затем relevé на полупальцы. В момент подъема на полупальцы корпус энергично выпрямляется в позу croisée с поворотным посылом en dehors и с более усиленным прогибом спины. Во время поворотного посыла корпуса ноги, следуя за его движением, делают pas de bourrée. На первом переступании корпус продолжает увеличивать прогиб спины, на втором переступании выпрямляется и в V позиции на demi-plié принимает совершенно прямое положение руки при наклоне корпуса удерживают позу, голова en face. В момент relevé одна рука из 1-й позиции идет через 2- ю в 3-ю позицию, другая во 2-й позиции. Далее одновременно с переступанием рука из 2- й позиции переводится в 1-ю позицию. На 2-м переступании обе руки фиксируют 1-ю позицию и на demi-plié опускаются в подготовительное положение.

При освоении renversé необходимо обращать особое внимание на корпус который удерживается спиной к зрителю на опорной ноге с сильно выгнутой спиной, с головой, повернутой к плечу и его задержкой возможно дольше в этой позе. Руки и голова вместе с поворотом корпуса и движением ног должны активно участвовать в повороте, дополняя слитность его исполнения.

*Пример.*

Renversé en écartée. Данное движение делается на целый круг. Начинается оно с четвертого arabesque, заканчивается позой écartée назад.

Поворот выполняется в направлении en dedant на высоких полупальцах без предварительного demi- plié. Раскрытая нога при этом сгибается в положение «у колена». Заканчивается поворот эластичным опусканием пятки опорной ноги на пол и одновременным раскрыванием свободной ноги в верхний угол. Корпус в начале поворота энергично наклоняется к колену поднятой ноги; затем, с силой выпрямляется и, не теряя темпа, слегка откидывается от раскрываемой ноги и так удерживается до конца движения. Руки в момент поворота энергично соединяются в первой пониженной позиции и столь же энергично в конце его поднимаются в третью позицию. Голова в момент наклона корпуса поворачивается к колену поднятой ноги. Затем в момент «запрокидывания» корпуса она несколько задерживается и, четко обгоняя его, раньше занимает конечное положение.

В целом, данное renversé следует выполнять энергично, с эластичным поворотом корпуса, решительным движением рук, четким поворотом головы и твердым окончанием позы écartée.

Процесс разучивания движений в повороте связан с необходимостью последователь­ного решения новых двигательных задач для согласования движений и преодоления помех. Поэтому приступая к их проработке необходимо сразу же добиваться правильного исполнения движения, не надеясь на то, что потом можно будет легко его исправить. В учебной работе все эти движения следует осваивать не только как технический приём, но и как средство актерской выразительности.

**Список используемой литературы**

1. Базарова Н. «Классический танец» –Л.,Искусство, 1984.

2. Ваганова А. «Основы классического танца». –Л.,Искусство, 1980.

3. Тарасов Н. «Классический танец. Школа мужского исполнительства». – М., Исскуство, - 1981.