Шарикова Э.Н., концертмейстер

МАОУ ДО г.Иркутска

Дворец спорта «Юность»

**ТЕХНОЛОГИЯ ПОДБОРА МУЗЫКАЛЬНОГО МАТЕРИАЛА**

**К ОСНОВНЫМ УПРАЖНЕНИЯМ КЛАССИЧЕСКОГО ЭКЗЕРСИСА**

**НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ ПО ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ.**

Хореография является неотъемлемой частью учебно-тренировочного процесса в подготовке гимнасток, так как она воспитывает культуру движений, совершенствует физическую подготовленность, развивает артистичность и музыкальность обучающихся.

Учебно-тренировочные занятия по хореографии включают выполнение упражнений у опоры – экзерсис у станка и экзерсис на середине зала. Применение классического экзерсиса укрепляет суставно-мышечный аппарат, воспитывает правильную осанку, вырабатывает точность, свободу, координацию движений, выразительность их исполнения.

Занятия по хореографии проводятся с музыкальным сопровождением. Использование музыки содействует созданию правильных представлений о характере движений, вырабатывает точность и выразительность, индивидуальную манеру исполнения упражнений. Воздействие музыки положительно сказывается на эмоциональном состоянии обучающихся, концентрирует их внимание, память, восприятие, поддерживает работоспособность, усиливает эффект выполняемых упражнений.

Музыкальное сопровождение на занятиях гимнастикой служит одним из основных вспомогательных моментов, с помощью ко­торых значительно упрощается организационный процесс, повы­шается эмоциональное состояние обучающихся, проявляется больший интерес к занятиям, сохраняется высокая работоспо­собность на протяжении всего урока.

Применение музыки – одна из особенностей учебно-тренировочного процесса. Поэтому профессиональный подбор музыкального материала является важным условием правильной организации образовательного процесса.

Музыкальный материал должен отвечать трем основным требованиям:

- доступность,

- художественность,

- педагогическая целесообразность.

Такой подход к подбору музыкального материала позволит повысить мотивацию к занятиям.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тренировочный этап (этап спортивной специализации)** | ***I КЛАССИЧЕСКИЙ* *ЭКЗЕРСИС У ОПОРЫ*** | | | |
| **Экзерсис** (фр.**Exercice** – упражнение) – это комплекс тренировочных упражнений следующих в определённом порядке, когда вырабатывается правильная координация движений, постановка корпуса, головы и рук, выворотность ног, шаг, развиваются все группы мышц, связки. | | | |
| **Теоретическая подготовка** | | **Музыкальный материал** | |
| **Основные термины** | **Описание упражнений** | **Музыкальное сопровождение: характер, размер, темп.** | **Репертуарный список** |
| **Плие** (фр.P**lie):** | **Сгибание, складывание, приседание)** | Музыкальное сопровождение плавного характера на 2/4, 3/4 или 4/4. | Л.Бетховен. Менуэт из сонаты №20  Л.Делиб. Вальс из балета «Коппелия»  А.Грибоедов. Вальс.  Д.Шостакович. Лирический вальс  Ф.Шуберт. Шесть вальсов.  А.Глазунов. Вальс.  В.Ицкевич. Монмартр.  Л.Минкус. Вариации для солистки из балета «Дон Кихот» |
| **деми пли**  (фр. **demi plie**) | Полуприседание. Сгибание ног в коленных суставах без отделения пяток от пола. Выполняется по I,II,III позициях, реже в V и IV. |
| **гранд плие**  (фр.**grand plie**) | Глубокое приседание через **demi plie,** пятки как можно дольше удерживать на полу. При выпрямлении ног пятки как можно раньше ставить на пол одновременно двумя ногами. |
| **Батман тандю**  (фр **Battement tendu**) | Отведение и приведение вытянутой ноги из позиции в позицию. Движение выполняется ногой по полу. | Музыкальное сопровождение двухдольного размера в характере польки. | И.С.Бах. Шутка  М.Глинка. Детская полька  И.Штраус. Две польки  К.Фауст. Полька |
| **Батман тандю** **жете**  (фр **Battement tendu** **jete)** | Выполняется также, как **батман тандю,** только работающая нога отрывается от пола на 45° | Музыкальное сопровождение как в батман тандю. | Ф.Шуберт. Экосез  Ф.Бизе. Фрагмент из оп. «Кармен»  Л.Дюкомен. Полька  В.А.Моцарт. Рондо из сонаты №11 |
| **Рон дэ жамб пар тэр** (фр. **Rond de ambe par terre)** | **Круговые движения рабочей ногой по полу.** | Музыкальное сопровождение плавного характера в умеренном темпе: вальс или пьеса 2-х или 4-хдольного размера. | Л.Минкус. Па-де-де из балета «Дон-Кихот»  А.Лепин. Медленный вальс  А.Цибулько. Гавот  Р.Глиэр. Вальс  С.Рахманинов. Вальс. |
| **Батман фондю**  (фр. **Battement fondu)** | **Мягкое, плавное, «тающее» движение. Работающая нога из положения  sur le cou-de-pied (**ступня работающей ноги как бы стремится обхватить опорную ногу у щиколотки с одновременным demi plie на опорной ноге) плавно выводится вперёд, или назад при выпрямлении опорной ноги. | Музыкальное сопровождение аналогично рон дэ жамб пар тэр. | Ф.Шопен. Три вальса.  Б.Годар. Вальс  А.Цфасман. В дальний путь  В.Мурадели. студенческий вальс  Б.Зеркович. Танго.  Д.Шостакович. Вальс.  Ф.Шуберт. Экспромт.  М.Глинка. Мазурка.  Э.Григ. Ваьс-каприс |
| **Батман фраппе**  (фр. **Battement frappe)** | Удар рабочей ногой о щиколотку опорной с последующим резким открыванием рабочей ноги на воздух. Акцент движения - от себя. | Музыкальное сопровождение в характере польки на 2/4 или 4/4. | Р.Дриго. Полька из балета «Арлекинада»  А.Понкиелли. танец дневных часов.  С.Джоплин. Танец.  З.Компанеец. Полька. |
| **Рон дэ жамб анлер** (фр. **Rond de ambe en I′air)** | Круговые движения ногой в воздухе. Рабочая нога на высоте 45°, при неподвижном бедре, сгибаясь в колене, продвигается по дугообразной линии к опорной ноге, подводится носком к икре и, продолжая движение по дуге, вытягивается в сторону. Направление дуги сзади-вперед - это **endeor** (ан дэор, с фр. - наружу), спереди-назад - **endedans** (ан дэдан, с фр. - вовнутрь). | Музыкальное сопровождение аналогично рон дэ жамб пар тэр. | Л.Минкус. Андантино из балета «Баядерка»  М.Титов. Вальс  П.Чайковский. Танец из балета «Лебединое озеро»  Р.Шуман. Признание  Ф.Шуберт.Вальс.  А.Глазунов. Мазурка.  Г.Анси. Медленный фокстрот.  А.Адан. Выход Жизели из Балета «Жизель» (фрагмент). |
| **Батман** **дэвелоппе** (фр.**Battement developpe)** | Мягкое, медленное вынимание ноги через **пассэ (passe)** на 90° и выше во все направления. | Музыкальное сопровождение  плавного, очень певучего мягкого характера в спокойном, медленном темпе, 2-х, 3-х, 4-х дольного размера. | Сен-Санс. Фрагмент из оперы «Самсон и Далила»  Й.Байер. Выход Феи из балета «Фея кукол.  Т.Райс, Э.Уэббер. Воспоминание.  А.Лепин. Вальс |
| **Гранд батмаи жете (**фр. **Grand battement jete**) | Большой, энергичный бросок работающей ноги на 90° и выше во все направления. | Музыкальное сопровождение  2-х, 3-х, 4-х дольного размера, с акцентированием сильной долей: широкий, энергичный вальс или марш. Бросок выполняется на первую долю такта. | Ш.Гуно. Фрагмент из оперы «Фауст»  С.Джоплин. Персиковый рэгтайм.  Ц.Пуни. Марш из балета «Конёк-Горбунок»  И.Дунаевский. Марш из кинофильма «Весёлые ребята» |
| ***I I* *ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ*** | | | |
| Весь экзерсис у станка переводится на середину зала. Начинается **с маленького** **adagio** и закачивается **большим adagio**. | | | |
| **Адажио**  **(**ит. **adagio – медленно, спокойно)** | Упражнение, состоящее из комбинации различных поз, наклонов и перегибов корпуса, поворотов, вращений и других движений в спокойном темпе. | Музыкальное сопровождение широкого, лирического  напевного характера, 2-х, 3-х,  4-х дольного размера,  спокойного темпа. | Д.Шостакович. Романс из кинофильма «Овод»  П.Чайковский.Дуэт Одетты и принца из балета «Лебедигое озеро»  Ф.Шопен. Фантазия – экспромт.  Л.Бетховен. Соната №8 (фрагмент, 2 часть) |
| **Маленькое** **adagio** | Исполняется **endeor** («туда») и **endedans** («обратно»). |
| **Большое adagio** | Исполняется только в одном направлении. |
| **Примечание:** каждое упражнение экзерсиса начинается с **preparation (прэпарасион) –** подготовка к движению (исходная позиция), выполняемая на  вступление, состоящее из 2-х или 4-х тактов музыкального сопровождения к исполняемой хореографической комбинации. | | | |

Технология подбора музыкального материала базируется на постоянно обновляющемся репертуаре концертмейстера и знании возрастных и психофизиологических особенностей обучающихся.

Концертмейстер должен подобрать такое сопровождение, которое поможет тренеру-хореографу в решении задач, стоящих перед уроком.