

УДК 792.8:[373:378](510)

**А. І. Максименко**

Сумський державний педагогічний  
університет імені А. С. Макаренка

### **БАЗОВІ ЕЛЕМЕНТИ НАРОДНО-СЦЕНІЧНОГО ТАНЦЮ**

*У статті актуалізовано питання оволодіння теоретичними й методичними основами вивчення базових елементів народно-сценічного танцю. Зокрема розглянуто їх структурні складові позиції та положення рук, ніг, корпусу й голови, які в подальшому формують основні елементи для створення найпростіших пластичних положень тіла танцюючого, виховують високий рівень координації рухів, впливають на характерні особливості поєднання різних положень частин тіла.*

**Ключові слова:** народно-сценічний танець, базові танцювальні елементи, позиції та пози.

**Постановка проблеми.** Екзерсис народно-сценічного танцю – відточена, досконала й уніфікована система вправ і комбінацій, яка створювалася в процесі тривалого хореографічного досвіду. Базові елементи, що увійшли до його складу пройшли довготривалий «природний відбір», це ті елементи, які спрямовані на досконалий розвиток і систематичне тренування тулубу танцівника.

Особливості навчання екзерсису народно-сценічного танцю в цілому аналогічні вивченню екзерсису класичного танцю на початковому етапі оволодіння методикою та технікою виконання рухів. Але необхідно враховувати пластично-технічні особливості народної хореографії, будувати народно-сценічний екзерсис слід так, щоб по мірі вивчення технічної основи руху, наділяючи його національними характерними рисами поступово підкоряти вимогам сцени. Досконале володіння базовими елементами екзерсису народно-сценічного танцю в подальшому буде розвивати танцювальність на середині зали під час виконання танцювального етюду чи номеру, впливатиме на стиль і манеру виконання як народних, так і стилізованих танців. Через свою технічну й емоційно-образну змістовність, чітко відпрацьований рух є сходинкою до створення пластичної та танцювальної дії.

**Аналіз актуальних досліджень.** Народне танцювальне мистецтво, що становить природну основу й невичерпний арсенал зображально-виражальних засобів професійного мистецтва на сучасному етапі розвитку суспільства не тільки зберегло власну самобутність, але й розвинулося якісно, збагативши свою лексичну основу, жанрову різноманітність і художню палітру. Особливо плідним у цьому плані виявилось ХХ століття, коли в народній хореографії сталися істотні структурні та якісні зміни. Поряд із традиційними формами танцювального мистецтва (фольклорні колективи),

жанрово-тематичним збагаченням і вдосконаленням їхньої виконавської майстерності з'являються зразки народно-сценічного танцю, що набувають розвитку в професійних і аматорських танцювальних колективах.

У цей період помітно зростає й інтерес до наукового осмислення народного танцювального мистецтва: у практично-професійних цілях (В. Авраменко, К. Балог, В. Верховинець, П. Вірський, А. Кривохижа та ін.), мистецтвознавчо-теоретичному (В. Верховинець, К. Василенко, А. Гуменюк, Ю. Станішевський та ін.) та історичному аспектах (А. Богород, М. Вашкевич, А. Гуменюк, Р. Герасимчук та ін.).

Попри констатацію наявності значного наукового доробку в цій царині доводиться визнати, що у вітчизняному танцювальному мистецтві все ще бракує досліджень, які б давали цілісну картину стану й розвитку методичної основи базових елементів народно-сценічної хореографії.

**Мета статті** полягає в уточненні поняття «базовий елемент» і вдосконаленні методики вивчення й виконання базових елементів екзерсису народно-сценічного танцю.

**Виклад основного матеріалу.** Процес формування висококваліфікованих фахівців народного хореографічного мистецтва передбачає вивчення фахових дисциплін, серед яких одне з найважливіших місць посідає дисципліна «Народно-сценічний танець та методика його викладання», яка є однією з профільюючих дисциплін у системі вищої хореографічної освіти.

Професійний розвиток і хореографічну підготовку студентів на основі народно-сценічного танцю розглядають як багаторівневий процес, який може активно впливати на формування духовних якостей людини через цілеспрямовану передачу молоді соціально-історичного досвіду засобами мистецтва; естетичних аспектів функціонування хореографічного мистецтва; особливостей виконавської майстерності тощо.

Останніми роками в хореографічній освіті відбуваються інноваційні процеси (масове захоплення сучасними напрямками танцювального мистецтва). Тому сьогодні провідною метою стає збереження національних танцювальних традицій, відродження й модернізація в сучасних умовах методичних основ народно-сценічного танцю.

Перебуваючи в постійному розвитку, народно-сценічний танець у своєму арсеналі використовує прогресивні методи та збагачує палітру виразних засобів відповідно до вимог часу. Шалений попит на оволодіння сучасними напрямками хореографічного мистецтва витісняє народну хореографію та намагається відвести їй другорядне місце, тому методика навчання основам народно-сценічного танцю вимагає від керівника хореографічного колективу постійно знаходитися в пошуках нових варіативних танцювальних рухів, оскільки застосування шаблонних, застарілих прийомів може призвести до знищення творчого потенціалу. Зацікавленість народно-сценічною хореографією можлива тільки тоді, коли керівник хореографічного колективу у своїй роботі буде використовувати

сучасні методичні прийоми, які будуть базуватися на науково-теоретичних положеннях, та підпорядковуватимуться принципам дидактики.

На початковому етапі оволодіння народно-сценічним танцем навчання базується на етюдній формі (невеликі за розміром, але різні за характером і темпоритмом елементи народних танців), що надає можливість танцівникові використовувати й комбінувати раніше вивчений танцювально-лексичний матеріал за принципом контрасту в підборі рухів, які тренують ще більш високий рівень координації та техніки, що так важливо для розвитку технічної майстерності виконавця.

Теоретична й методична основа елементів народно-сценічного екзерсису потребує для вивчення й засвоєння менше часу, на відміну від класичного танцю. За технічною та психофізичною природою рухи народного танцю більш природні та спираються на розвинений класичним екзерсисом пластичний тулуб танцівника. Екзерсис народно-сценічного танцю спрямовує свої зусилля на розвиток м'язової структури ніг, виворотності, постановки тулубу, рук і голови, що в подальшому завдасть впливового значення на координацію рухів. Вправи екзерсису це постійне й послідовне тренування кісткового та суглобо-м'язового апарату, а також психологічного настрою танцівника, сприяють розвиткові вольових якостей, моторики пам'яті, ритмопластики, музикальності, закладають основи засвоєння танцювальної техніки й виразності руху [1].

Пластичний фундамент, який створює екзерсис народно-сценічного танцю, надає можливість танцівникові в подальшій його діяльності підпорядковувати отримані знання вдосконаленню пластично-художніх можливостей організму в цілому. Навичка у виконанні танцювальної лексики виникає в результаті цілеспрямованої розумової діяльності виконавця, який спрямовує свою волю, увагу, пам'ять на вирішення поставлених перед ним конкретних завдань. У подальшому танцювальні навички екзерсису формують основні елементи для створення найпростіших пластичних положень тіла танцюючого, виховують високий рівень координації рухів, впливають на характерні особливості поєднання різних положень частин тіла; рук, ніг, корпусу й голови. Значимість екзерсису народно-сценічного танцю полягає в тому, що він має можливість різноманітно вдосконалювати такі ознаки рухів, як темп, ритм, розмір, напрямок, кількість повторень, манеру, характер і м'язові навантаження.

Автори першого посібника по характерному танцю А. Лопухов, О. Ширяєв і А. Бочаров стверджували, що, оволодіваючи курсом характерного танцю, учень тренує все своє тіло, розвиває його артистичну ємність, готовність у будь-яку хвилину й з однаковим зусиллям виконати будь-який танець [4].

Народно-сценічному танцю притаманна велика кількість положень і поєднань положень ніг, з яких ми виокремлюємо лише ті положення й поєднання, з яких виконавець найчастіше розпочинає (вихідне положення) той чи інший рух або закінчує (кінцеве положення) його. Такі положення

прийнято вважати основними. *Перше положення*: ноги вільно, без напруги стоять на підлозі, п'яти разом, носки розгорнені під невеликим кутом, тобто знаходяться в природному положенні. *Друге положення*: ноги стоять вільно, п'яти знаходяться на відстані стопи одна від одної, носки направлені в сторони під невеликим кутом. *Третє положення*: ліва нога знаходиться у вільному положенні, носок стопи розгорнутий у бік під невеликим кутом, права нога каблук торкається до середини стопи лівої ноги; носок правої ноги розгорнутий у бік під невеликим кутом. Це положення відповідає 3-й позиції ніг у народно-сценічному танці. Існує варіант цього положення: обидві ноги поставлені поруч і стикаються внутрішніми сторонами стоп, каблук правої ноги знаходиться біля середини стопи лівої ноги. Це положення характерне для виконання дробів і дробних вистукувань. *Четверте положення*: обидві ноги стикаються внутрішніми сторонами стоп, що відповідає 6-й позиції ніг у народно-сценічному танці. Але це ще не весь арсенал положень ніг, які використовує народно-сценічний танець під час створення сценічного образу.

Щоб детальніше зрозуміти всю палітру виразних засобів розглянемо декілька варіантів положень стопи в народно-сценічному екзерсисі. Натягнута стопа – це напружена стопа з гранично витягнутим підйомом і пальцями. Скорочена стопа – це напружена стопа зі скороченим підйомом і сильно піднятими вгору пальцями. Вільна стопа – це нога, розслаблена від гомілковостопного суглоба до пальців. Скошена стопа – це стопа, опора якої знаходиться на тильній стороні зі скороченою стопою. Стопа на півпальцях – це стопа із сильно витягнутим підйомом і скороченими пальцями піднятими вгору. Опорна нога – це нога, на якій знаходиться вага корпусу. Працююча нога – це нога, яка виконує рух.

З усіх видів хореографічного мистецтва народно-сценічний танець володіє найбільш потужнішою базою виразності рук. На відміну від позицій рук, які народний танець унаслідував від канонічної системи класичного танцю, це – підготовче положення, I, II, III позиції, що також використовуються в народному танці. На відміну від класичного танцю народно-сценічний володіє величезним запасом положень рук, які під час складання танцювальних комбінацій екзерсису є основною прикрасою характеру, манери, національної виразності. Крім схожості народного та класичного танців суттєва різниця полягає в положеннях і рухах рук, позиціях ніг, скошений підйом, розслаблена стопа, розділ дробних, присядочних і плескальних рухів, виконання всіх рухів у характерно-національній манері, своєрідні ускладнені рухи – «трюки».

Під час вивчення народно-сценічного танцю основну увагу слід приділяти позиціям і положенням рук, тому що існує величезна кількість досліджень і підручників, де одні автори позиції розглядають як положення, а інші положення трактують як позиції, порушуючи тим самим канони класичного танцю привносячи плутанину. Для більш зрозумілого

поняття позицій рук ми приведемо приклад міжпредметного зв'язку народно-сценічного танцю з класичним (Таблиця 1).

Таблиця 1.

## Міжпредметний зв'язок народно-сценічного і класичного танцю

Класичний танець	Народно-сценічний танець
Підготовче положення	Підготовче положення
Перша позиція	Перша позиція
Друга позиція	Друга позиція – характерна для виконання вправ класичного екзерсису
Третя позиція	Третя позиція
	Положення рук на талії – характерне для виконання вправ народного екзерсису

Тепер детальніше зосередимо свою увагу на розборі кожної позиції рук у відношенні до цих двох основних напрямів хореографічного мистецтва. Споглядаючи таблицю, ми маємо змогу дійти висновку, що канонічна система класичного танцю у своєму арсеналі використовує під час методики вивчення екзерсису біля станка одне підготовче положення та I, II, III позиції, а в народно-сценічному танці, крім позицій і положення, застосовується основне положення чи не найголовніше – це положення рук на талії. Підготовче положення рук у народно-сценічному танці: обидві руки вільно опущені вздовж корпусу, кисті спрямовані долонями до корпусу (не притискаються) під час виконання екзерсису біля станка голова спрямована до центру зали, а під час виконання вправ на середині зали прямо. Положення рук на талії – характерне для виконання вправ народного екзерсису, обидві руки зігнуті в ліктях і знаходяться на талії, лікті спрямовані в сторони та розташовані на одній лінії з плечима, кисті обхоплюють талію – великий палець ззаду, чотири інших стиснуті разом, спереду. Існує варіант цього положення – кисть руки не прогинається, пальці стиснуті в кулачки, тильна сторона кисті спрямована вперед, великий палець притиснутий до вказівного. Перша позиція – обидві руки вільні у ліктях, підняті вперед на рівні грудей, кисті повернені долонями вгору, пальці витягнуті та з'єднані один з одним. Голова піднята, погляд відкритий. Друга позиція – обидві руки широко розкриті в сторони на рівні грудей, долоні спрямовані вгору, пальці витягнуті та з'єднані один з одним. Під час вивчення основних позицій і положень рук необхідно звертати увагу на виразність жіночих і чоловічих рук відповідно до статі; жіночі – лікті вільні, руки більш м'якші, чоловічі – розкриті широко, груди розправлені. На відміну від основних позицій і положень рук існує безліч комбінованих, які базуються на основних положеннях і являють собою своєрідну імпровізацію постановника хореографічного твору, а також виконавців. За допомогою рук у народно-сценічному

танці визначаються особливості народної манери виконання, танець наповнюється змістовністю й сюжетною лінією, емоційною виразністю та пластикою.

Базові елементи народно-сценічного екзерсису створені на основі класичного екзерсису відрізняються тим, що розвивають необхідні якості для виконання народно-сценічних танців, у яких часто використовують різкі й акцентовані plie, невиворотні позиції ніг, рухи із заворотом стопи й коліна в невиворотне положення. У народно-сценічний екзерсис входять вправи характерні для певного танцю, запозичені безпосередньо з народно-сценічних танців: рухи з вільною стопою (flic-flac), «вірьовочка», «вистукування», вправи, що розвивають пластичність рук і корпусу [2].

Поряд із загальноприйнятою французькою термінологією в характерному екзерсисі також вживаються й образно-народні назви рухів (наприклад, «вірьовочка», «ключ», «штопор» та багато інших).

Пропонуючи послідовність вправ народно-сценічного екзерсису, ми опиралися на розподіл, що запропонував В. Камін:

- 1) (demi-plies et grand plies) – напівприсідання та глибокі присідання;
- 2) (battements tendus) – вправи для розвитку рухливості стопи;
- 3) (battement tendus jetes) – маленькі кидки;
- 4) (flic-flac) середній батман – вправи з ненапруженою стопою;
- 5) «каблучні вправи»;
- 6) (rond de jambe et ronde de pied terre) – колообертальні рухи ногою по підлозі;
- 7) (pas tortille) «змійка» – повороти стопи;
- 8) «вірьовочка», підготовка до «вірьовочки» – (ковзання стопою по нозі);
- 9) (battement fondu) – м'які розвороти ноги – напівприсідання на опорній нозі з поворотом коліна робочої ноги із закритого положення у відкрите;
- 10) «дробні вистукування» – вправи на вистукування;
- 11) (battements developpes) – розгортання ноги на 90 градусів;
- 12) (grands battements jetes) – великі кидки;
- 13) підготовчі вправи до складних і віртуозних рухів – піднімання на півпальці, розтяжки, перегинання тулубу тощо.

Вправи народно-сценічного екзерсису, зазвичай, застосовують для розвитку технічних навичок. Завданням вправ є підготовка суглобно-м'язового апарату до виконання найрізноманітніших рухів, які розвивають: виворотність, еластичність, м'якість тазостегнового, гомілковостопного, колінного суглобів і м'язів стопи; зміцнюють сухожилля ахіллесової п'яти; сприяють пластичності стрибка; розвивають рухливість гомілковостопного, тазостегнового, колінного суглобів; силу ніг; зміцнюють м'язи стегна; легкість ніг; координацію; стійкість; танцювальність; танцювальний крок; ритмічну спритність; тренують нервову систему; розвивають виразність, вишуканість поз, гнучкість спини; прищеплюють відчуття стилю та національної манери.

Важливою умовою досягнень успіхів у формуванні професійних навичок засобами вправ екзерсису є правильне виконання танцювальних рухів. Організм танцівника, підпорядкований умовам системного тренажу, удосконалюється. Постійний розвиток цієї «правильності» створює досконалу в розумінні «скульптурності» форму тіла та сприяє точному виконанню танцювальних дій.

Розглядати вправи народно-сценічного екзерсису тільки як засвоєння комплексу певних рухів, що розвивають тіло виконавця, було б неправильно.

Важливо розуміти, що виконання елементів народно-сценічного екзерсису продовжує лінія розвитку танцювальності, щоб у подальшому легко, без труднощів, передавати на сцені яскраву палітру того чи іншого народного танцю [3].

Програмний курс вивчення народно-сценічного танцю охоплює достатньо широкий аспект танцювальних культур різних народів світу, до якого входить вивчення таких танців, як: російський, білоруський, танці народів Прибалтики (литовський, естонський), хореографічне мистецтво Чехії та Словачії, польський, угорський, молдавський, танцювальна культура народів Середньої Азії (узбецький, таджицький), італійський, танцювальна культура народів Кавказу (грузинський, вірменський, азербайджанський), циганський, іспанський народний танці. Під час вивчення кожної національності досконало розглядаються характерні особливості положень рук у парних і масових танцях, а також положення тулубу танцюючих, плечей, положення голови.

**Висновки та перспективи подальших наукових розвідок.** Таким чином, на відміну від класичного танцю народно-сценічний володіє величезним запасом базових елементів, які під час складання танцювальних комбінацій екзерсису є основною прикрасою характеру, манери, національної виразності.

У зв'язку з розвитком народного хореографічного мистецтва та з появою нової форми хореографічної професійної виконавської майстерності – «ансамблю народного танцю», термін «народно-сценічний» набуває дещо іншого специфічного забарвлення, збільшується амплітуда виконання базових елементів, тобто він стає більш професійним і з'являється тенденція до академізму (більш виворотне положення ніг, сильніше натягнутий носок, особлива увага приділяється рукам, корпусу, голові, збільшенню технічних вимог до виконання рухів, більш високий рівень артистизму тощо).

У наступних публікаціях ми матимемо змогу детальніше ознайомитися з удосконаленням основних базових рухів екзерсису, які за останні часи, пройшовши прискіпливий відбір природою та віртуозністю професійних виконавців, зайняли чинне місце в методичній основі вивчення народно-сценічного танцю.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Тарасова Н. Б. Теорія і методика викладання народно-сценічного танцю : навч. посібник / Н. Б. Тарасова. – СПб. : ІГПУ, 1996.
2. Ткаченко Т. С. Народний танець / Т. С. Ткаченко. – М., 1967.
3. Костровицький В. Школа класичного танцю / В. Костровицький, А. Писарев. – Л., 1986.
4. Лопухов А. Основи характерного танцю / А. Лопухов, О. Ширяєв, А. Бочаров. – Л., М., 1939.

## РЕЗЮМЕ

**Максименко А. И.** Базовые элементы народно-сценического танца.

*В статье актуализирован вопрос овладения теоретическими и методическими основами изучения базовых элементов экзерсиса народно-сценического танца. В частности рассмотрены его структурные составляющие позиции и положения рук, ног, корпуса и головы, которые в дальнейшем формируют основные элементы для создания простейших пластических положений тела танцующего, воспитывают высокий уровень координации движений, влияют на характерные особенности сочетания различных положений частей тела.*

*На основе теоретического обоснования межпредметных связей народно-сценического и классического танцев было выяснено и доказано, что теоретическая и методическая основы базовых элементов народно-сценического экзерсиса требует для изучения и усвоения меньше времени, в отличие от классического танца.*

*Находясь в постоянном развитии народно-сценический танец в своем арсенале, использует прогрессивные методы и обогащает палитру выразительных средств в соответствии с требованиями времени. Бешеный спрос на овладение современными направлениями хореографического искусства вытесняет народную хореографию и пытается отвести ей второстепенное место, поэтому методика обучения основам народно-сценического танца требует от руководителя хореографического коллектива постоянно находиться в поисках новых вариативных танцевальных движений, поскольку применение шаблонных, устаревших приемов может привести к уничтожению творческого потенциала.*

**Ключевые слова:** экзерсис у станка, народно-сценический танец, базовые танцевальные элементы, позиции и позы.

## SUMMARY

**Maksimenko A.** Basic elements of folk-stage dance.

*The article actualizes the problem of mastering the theoretical and methodological foundations of studying the basic elements of the exercise of folk-stage dance. In particular, its structural components and positions of the*

*arms, legs, body and head are considered, which further form the basic elements for creating the simplest plastic positions of the body of the dancer, bring up a high level of coordination of movements, and affect the characteristic features of the combination of different positions of parts of the body.*

*Based on the theoretical substantiation of the intersubject connections of folk-stage and classical dance, it was clarified and proved that the theoretical and methodological basis of the basic elements of folk-stage exercise requires less time for studying and mastering, in contrast to classical dance.*

*Being in constant development folk-scenic dance in its arsenal uses progressive methods and enriches the palette of expressive means in accordance with the requirements of the times.*

*The rabid demand for mastering contemporary trends in choreographic art supersedes the national choreography and tries to give it a secondary place, that is why the method of teaching the basics of folk-stage dance requires from the head of the choreographic collective to be constantly in search of new variegated dance movements, since the use of stereotyped, outdated techniques can lead to the destruction of creative potential.*

**Key words:** *exercise at ballet bars, folk-stage dance, basic dance elements, positions and poses.*