

Мурзина Екатерина Валерьевна

педагог ДО МБОУ ДО ДДТ «Искорка», Россия, Томск;

e-mail: e.v.murzina@rambler.ru

ФИКСАЦИЯ КАК ОСНОВНОЙ ИНСТРУМЕНТ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ИМПРОВИЗАЦИИ УЧАСТНИКОВ ЛЮБИТЕЛЬСКОГО ТАНЦЕВАЛЬНОГО КОЛЛЕКТИВА

Ключевые слова: импровизация, фиксация, фриз, ракурс, условие, объём, образ, тренинг, статика, позировка.

Аннотация: в статье рассматривается опыт развития способности к танцевальной импровизации учеников в процессе занятий по хореографии, применяемый и реализуемый на базе Школы танцев «К.У.Р.А.Ж.» города Томска.

Фиксация как основной инструмент для развития импровизации участников любительского танцевального коллектива

Статичное положение тела танцора (далее «фиксация», «фриз», «позировка», «статика») может быть использовано в качестве основной базы для обучения детей импровизации. При помощи фризов начинающие танцоры учатся закреплять своё тело в пространстве, при этом разрешая себе использовать неограниченный ресурс фантазии и бесконечное число возможных вариантов. Следует отметить, что уже с первого года обучения в Школе танцев «К.У.Р.А.Ж.» активно осуществляется применение импровизации на занятиях по дисциплине «Свободная пластика». Педагоги коллектива нашли для себя такую форму подачи этого направления, которая удобна и для новичков, потому что она понятна, проста, и выполнить ее может ученик с любой подготовкой; и для педагога-хореографа, так как она не ограничивает его при работа в классе и при постановке танцевальных номеров. Ниже рассказано подробнее о первом этапе развития способности к импровизации через статику.

Первый этап – это изучение самого понятия «фиксация», техники её исполнения и её характеристик. Обучающиеся наработывают себе движенческую базу, учатся искать и находить варианты, а также исследуют возможности своего тела.

Далее рассмотрим характеристики, которые способны помочь на первом этапе развития способности к импровизации.

Ракурс. В самом начале пути достаточно четырех основных точек - № 1, № 3, № 5, № 7. Вообще, конечно, все восемь точек класса в распоряжении позировки. А так же комбинирование двух и более точек в одной позировке.

Уровни. Основные три уровня известны многим: высокий, средний, нижний. При успешном освоении учениками, можно раздробить уровни еще: прыжок, высокий, средний, нижний, партер.

Формат. Открытый и закрытый. Открытой позировкой можно назвать ту, при которой периферия стремится «уйти» как можно дальше от центра тела. Когда позировка закрытая, периферия находится вблизи центра тела.

Условие. Это ограничение, которое направляет поток мысли в сторону поиска новых вариантов фиксаций в существующих на данный момент обстоятельствах. (На пример, фриз на одной ноге, или фризы с собраны в замок руками, или фриз только на полу, и так далее)

Самое важное на первом этапе — это принять ту мысль, что позировка может быть разной: нет понятия «красивая» или «некрасивая», «правильная» или «неправильная» фиксация, нет варианта «ошибка». Абсолютно любой вариант имеет право на существование. (Единственные два ограничения, которые необходимо ввести при освоении фиксации - это безопасность и корректность).

Опыт работы педагогов ШТ «К.У.Р.А.Ж.» показывает, что сложнее фиксация дается тем ученикам, у которых уже есть техническая база. Автор статьи предполагает, что происходит это по следующим причинам: учеников уже научили, что бывают определенные позиции рук, ног и корпуса, что стоять нужно именно вот так и что если сделать по-другому, тогда будет неверное исполнение. Им тяжело переключиться на свободное, другое исполнение, так как думают, что

это неправильно. Как правило, таким ученикам нужно чуть больше времени на преодоление этого барьера, но затем они “догоняют” тех, кто уже импровизирует.

Первый этап очень важен и потому, что в это время закладывается фундамент смелости воспроизведения придуманного учеником варианта, и активность в поиске других, отличных, или более подходящих вариантов.

Развитие способности к импровизации — это такой же постепенный процесс, как и приобретение техники исполнения классического, народного и любого другого танца. Внезапно техника не обнаружится, но шаг за шагом возможно изучить приемы импровизации и приобрести:

- свободу движения своим телом;
- умение искать, находить, предлагать и воспроизводить разные способы выражения одних и тех же двигательных задач;
- базу качественно различных вариантов фризов и движений.

Каким образом можно начать вводить изучение импровизации на занятиях?

- Отдельные тренинги с полным погружением в новый материал;
- Разогрев на основе импровизации в начале занятия;
- Практика в конце занятия, когда уже можно отключиться от основного вида танца;
- 5-7минутная практика во время занятий, в качестве отдыха или перезагрузки.

Важно, чтобы педагог сам приобрел опыт импровизации прежде

Ниже приведены базовые приемы для развития способности к импровизации, которые практикуют педагоги Школы танцев «К.У.Р.А.Ж.». В их основе — фриз, и направлены они на то, чтобы уйти от привычной статики, наработать движенческую базу за счёт применения характеристик, и развить навык поиска и быстрого принятия решений.

Комплекс развивающих упражнений

на основе статичного положения тела «Фиксация ПЛЮС» (фрагмент)

Из опыта работы Школы танцев «К.У.Р.А.Ж.»

Игра «Огонь и лёд».

Цель: спонтанное фиксирование положений. Участники приобретают понимание, что «и такими позировки тоже могут быть». Как правило, пойманные фиксации не сценичны, неудобны, неустойчивы — и в этом их ценность. Также нарабатывается мышечная собранность и внимание.

Схема: По команде «Огонь!» участники двигаются очень активно и всеми частями тела одновременно. По команде «Лёд» замирают в тех положениях, где застало их это слово. Важно: акцент на подвижность тела (многие воспринимают слово «движение» как работу с пространством и начинают бегать по классу).

Данная игра прекрасно показывает уровень растанцованности! На скорости, как правило, не двигаются те части тела, которые зажаты, над ними работаем в первую очередь.

Упражнение «Барабаны».

Цель: спонтанное фиксирование положений при движении по полу. У участников добавляется больше активности, так как освобождаются ноги и корпус. Также нарабатывается мышечная собранность, внимание и музыкальность.

Схема: Есть три условных сигнала и реакции на них: первый - ведущий барабанит пальцами по поверхности — танцоры перекатываются по полу, спокойно и без остановок, задействуя все части тела; второй сигнал - хлопок в ладоши или удар ладошкой об поверхность — танцоры замирают или резко меняют положение, если хлопки идут подряд; третий сигнал - тишина — ничего не происходит, никто не двигается. Ведущий барабанщик комбинирует эти сигналы по своему усмотрению, импровизирует музыкально. Задача танцоров слушать и быть внимательными, и когда нужно или двигаться спокойно, или собрать мышцы и держать статику.

Важно: под сигнал «барабанная дробь» двигаемся спокойно, осознанно, уделяя внимание тому, чтобы в движении были задействовано всё тело.

Упражнение «Ладшки».

Цель: пополнить базу возможных фиксаций, познакомиться с возможностями своего тела с применением ограничений.

Схема: меняем положение ладошек на теле через равные промежутки времени.

Задача: не повторять места расположения ладошек и положения рук, искать новые варианты конструкций. Сначала рекомендуется в спокойной форме поискать варианты активности своего тела вместе с учениками, показав ход мыслей и действий. Так как ладошки могут прилипнуть к любой части тела, найденные фиксации могут получиться очень непредсказуемых форм, что очень хорошо. Выполнение данного упражнения возможно на всех уровнях.

Упражнение «Лестница».

Цель: наработать скорость принятия решений и смену уровней, практика характеристик фиксации.

Схема: на каждый счёт меняем позыровку, одновременно спускаясь с высокого уровня до нижнего. При этом количество ступенек (счётов) с каждым разом становится на одну меньше. Пример: исходное положение - позыровка высокого уровня. Задача: равномерно спуститься до нижнего уровня на 8 счётов, меняя позыровку на каждый счёт. Затем, равномерно и каждый раз меняя позыровку, поднимаемся до верхнего уровня, но уже на 7 счётов. Далее спускаемся вниз, до нижнего уровня на 6 счётов и поднимаемся вверх на 5 счётов. Потом снова спускаемся до нижнего уровня за 4 счёта и возвращаемся наверх за 3 счёта. И снова спускаемся вниз за два счёта и взлетаем вверх за один счёт. Получилась схема 8-7-6-5-4-3-2-1. На каждой ступеньке лестницы — цифра равна количеству позыровок. Соответственно, если счёт три, то позыровок тоже три, если счёт равен семи, то и фиксаций тоже семь.

Так же можно подняться вверх по лестнице по схеме 1-2-3-4-5-6-7-8.