

12+ **Радьга Логвина**



# Хочу стать балериной

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ.  
ПРИМИТЕ МЕНЯ В БАЛЕТ

---

Художник Анна Добронравова

Ольга Логвина

**Хочу стать балериной. Часть  
первая. Примите меня в балет**

«Издательские решения»

## **Логвина О.**

Хочу стать балериной. Часть первая. Примите меня в балет /  
О. Логвина — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-592763-7

В вашей семье прозвучала сакраментальная фраза — «хочу быть балериной»? С этого момента ваша жизнь может измениться и пойти по другому сценарию. И чтобы этот сценарий стал счастливым, надо знать, с какого возраста целесообразно начинать занятия хореографией, какими данными должен обладать ваш ребенок и с какими подводными камнями он может столкнуться при отборе и во время обучения. Ответы на все эти вопросы вы найдёте в книге балетмейстера и педагога Ольги Логвиной «Хочу стать балериной».

ISBN 978-5-00-592763-7

© Логвина О.  
© Издательские решения

## Содержание

Вместо предисловия	6
Часть первая.	8
Глава 1	8
Спрос рождает предложение,	8
Месье Бошан и Король Луи XIV	9
Ветреная Терпсихора	15
Глава 2	24
Расскажи шахтеру, как ты устал на репетиции	24
Молодые пенсионеры	24
Крепкий фундамент	24
Системность воспитания тела = стабильность результата	25
Глава 3	27
На что смотрят при наборе на обучение?	27
Когда «недостатки» становятся яркой индивидуальностью и новым эталоном	28
С какого возраста берут учиться	30
Битва за единую программу	31
Неожиданный поворот	32
Глава 4	36
Организация школы при театре	36
Великий исход	37
Глава 5	39
Мамочка, отдай меня в балет!	39
Хотите, я вам протекцию окажу?	40
Явление ...цатое, те же и Ваганова	41
Глава 6	42
Природная одарённость	42
Выворотность	42
Шаг	45
Plie	47
Стопа. Подъём	47
Конец ознакомительного фрагмента.	50

# Хочу стать балериной

## Часть первая. Примите меня в балет

**Ольга Логвина**

*Посвящается тем, чья мечта танцевать сбылась. И тем, кто мечтает о танце...*

*Мечты сбываются, надо только очень хотеть...*

Иллюстратор Анна Добронравова

Редактор Елена Милюченко

Корректор Константин Поташев

Иллюстратор Анна Добронравова

© Ольга Логвина, 2025

© Анна Добронравова, иллюстрации, 2025

ISBN 978-5-0059-2763-7

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

*В этом мире много дорогих мне людей, без чьей поддержки, внимания и любви эта книга не могла бы возникнуть. Татьяна Анатольевна Чернявская, мой самый первый педагог. Анна Александровна Кравец, мой самый главный и любимый педагог, научивший меня видеть, понимать и любить классический танец. Ольга Георгиевна Тарасова, наверное, самый важный и бесконечно дорогой мне человек, которая научила меня думать, слышать и добиваться правильно поставленных целей. Виолетта Александровна Майнище, мой преподаватель истории балета, человек, который знает об искусстве танца всё, всех и вся от сотворения мира до сегодняшнего дня. Не было вопроса, на который Виолетта Александровна не дала бы исчерпывающий подробный ответ. Её щедрость, с которой она делится своими знаниями, восхищает меня до сих пор. Шара Нугманова, так рано ушедшая из жизни моя подруга, балерина, которая делилась со мной своим опытом и научила меня замечательной французской гимнастике. Утрата для меня невозможная. Трагическая судьба Шары и её воля к жизни заставили меня на многое смотреть иначе. С этого момента я стала интересоваться педагогикой по-настоящему. Аделина Гизатуллина, актриса Вахтанговского театра, которая любит и умеет танцевать, моя подруга и соратница, с которой мы вместе проверяем все мои педагогические искания.*

## Вместо предисловия

Мне бы хотелось сказать о себе «человек, который сделал себя сам», но это будет неправда. Хореография – та, область искусства, где самообразование невозможно. Без талантливого и чуткого преподавателя не удастся овладеть даже азами танца. Мне приходилось много работать над своим телом и характером самостоятельно, получая очень конкретные замечания моих педагогов. Домашняя работа в танцевальном искусстве – важная составляющая процесса обучения. Только сейчас, когда владею любимой профессией, имею разнообразный опыт – и постановочный, и педагогический, и опыт репетитора – я могу оценить весь колоссальный труд моих Учителей. Людей, которые вложили в меня часть своей души, открыли секреты профессии, распахнув двери в необъятный мир танца. Всё, что я знаю, знаю от тех, кто всей душой был и остался предан искусству хореографии. Та Школа, которую я имею честь представлять, бережно передавалась из рук в руки от мастеров XIX века до **настоящих** мастеров сегодняшнего дня. Генеалогическое древо московской балетной школы уходит корнями к Карло Блазису, сумевшему заложить основы профессионального обучения в Москве, прослужив всего лишь год при Большом театре. Можно по цепочке проследить преемственность поколений русских педагогов-хореографов.

Подлинная школа не «уходит из тела». Она часть тебя, она в мышцах, в крови, в культуре движения, в хорошем вкусе, в манере преподавания, в речи, в способности донести точную информацию, в неприятии халтуры, небрежности, и дилетантизма в его плохом проявлении. Хорошая школа, как способ старой кладки зданий, с годами только крепче, надёжнее. Школа – единственный критерий, по которому ты сверяешься, когда рядом не оказывается учителя, что способен буквально одним словом направить в нужную сторону.

Мне повезло. В моей жизни было чудо, сбылась моя мечта – я окончила балетмейстерский факультет ГИТИСа, училась у лучших мастеров: Ольги Георгиевны Тарасовой, Нины Ивановны Сорокиной, Геннадия Гараевича Малхасянца, Лилии Михайловны Таланкиной, Татьяны Георгиевны Микая, Ярослава Даниловича Сеха, Вадима Анатольевича Уткина, Виолетты Александровны Майнице. Мне посчастливилось бывать на репетициях замечательной балерины, а ныне педагога-репетитора Большого театра Марины Викторовны Кондратьевой. У меня было несколько важных для меня встреч с Борисом Борисовичем Акимовым, художественным руководителем балетной труппы ГАБТ России. Производственную практику я проходила в Музыкальном театре им. К. С. Станиславского и В. И. Немировича-Данченко у Галины Николаевны Крапивиной, Вадима Сергеевича Тедеева. Видеть, как дают уроки и репетируют мастера балетной сцены, – это бесценно.

В детстве у нас в ходу были «анкеты» – тетрадки, с написанными от руки вопросами, иногда каверзного содержания, иногда слишком откровенного.

Сотоварищи по классу – и мальчики, и девочки – с удовольствием отвечали на них. Все это читалось, не редко обсуждалось среди близкого окружения автора анкеты. Было интересно узнавать одноклассников с разных сторон, порой неожиданных. Среди вопросов в одной из анкет был такой: «Чему вы хотите посвятить свою жизнь?» Не задумываясь, я написала: «Балету». И вот спустя почти 40 лет, я понимаю, что стараюсь служить этому искусству максимально честно, там, куда приставил меня Бог, и так, чтобы быть достойной своих Учителей.

Сегодня, к сожалению, хореография стала предметом торговли, происходит девальвация профессии. Освоить специальность хореографа теперь можно за 2 месяца, судя по предложениям в интернете. Можно открыть школу – франшизу – и учить детей и взрослых.

Хореограф (как педагог, так и постановщик) воспитывается долго: 8 лет обучения в хореографическом училище, 5 лет высшее образование.

Немаловажна для педагога и балетмейстера и сценическая деятельность. И нужен ко всему прочему талант. Мы имеем дело с телами и душами детей. Всё чаще я сталкиваюсь с детьми, у которых в прямом смысле слова испорчены тела: разнообразные деформации ног, позвоночника, плохо воспитанные руки, полное отсутствие понимания школы, вывернутое наизнанку понятие педагогики. С точки зрения детей, если педагог «злой», часто кричит, больно тянет и вообще жёстко ведёт урок – тогда это хороший педагог. О таких почему-то дети из самодеятельности рассказывают с придыханием и уважением. Можно только руками развести. Взрослому контингенту учеников предлагается исполнить «мечту детства», за месяц «встать на пальцы» и станцевать классический балет. В каком виде – неважно. Посмотришь видео, которое с гордостью выкладывают «школы балета для всех и каждого», и не знаешь, как к этому относиться. Серьезно – нельзя. Кажется, цель одна – деньги, и немалые. Учить классическому танцу можно, прививать понимание классики нужно, но надо ли в угоду моде искажать классический репертуар, воспитывать вкусовщину и обесценивать само понятие школы классического танца. Как говорил один из моих педагогов: «Если бы классический танец был прост, а танцевать легко, то каждый второй был бы артистом балета».

Эта работа возникла из необходимости донести до широкой аудитории правдивую и обоснованную информацию об обучении хореографии именно детей. Сегодня предлагается начинать обучение такому сложному и трудному искусству с раннего детства. Говоря с раннего детства, я имею в виду 1,5—4 года. С моей точки зрения, которую, я знаю, поддерживают многие профессиональные педагоги, это **СЛИШКОМ РАНО**. Искусству классического танца можно обучать и на любительском уровне, и профессионально только с 10 лет. Я постараюсь подробно обосновать мою позицию во всех разделах этой работы.

## **Часть первая. «Примите меня в балет»**

### **Глава 1**

#### **Почему умение танцевать приобрело значение в светском обществе? Как зародилось профессиональное хореографическое образование? Как разошлись Терпсихора и Политес?**

#### **Спрос рождает предложение, или немного истории**

Если вы имеете намерение быть полезным своей стране, обществу, стать значимой фигурой в политике, то без взаимодействия с обществом нельзя обойтись. Вас должны знать, отличать. Вам следует быть широко образованным, хорошо воспитанным и уметь играть по правилам светского общества.

*«О хорошем воспитании я часто писал тебе и раньше, поэтому здесь речь будет идти о дальнейшем определении его признаков, об умении легко и непринуждённо держать себя в обществе, о надлежащей осанке, о том, чтобы ты не позволял себе кривляться, чтобы у тебя не было никаких нелепых выходов, дурных привычек и той неуклюжести, от которой несвободны многие очень неглупые и достойные люди. Хотя, на первый взгляд, вопрос о том, как вести себя в обществе, и может показаться сущим пустяком, он имеет весьма важное значение, когда цель твоя – понравиться кому-нибудь в частной жизни. И в особенности женщинам, которых тебе рано или поздно захочется расположить к себе. А я знавал немало людей, которые неуклюжестью своей сразу же внушали людям такое отвращение, что все достоинства их были потом пред ними бессильны. Хорошие же манеры располагают людей в твою пользу, привлекают их к тебе и вселяют в них желание полюбить тебя. Неуклюжесть же происходит обычно от двух причин: либо от того, что человеку вовсе не приходилось бывать в светском обществе, либо от того, что, бывая в нём, он не проявил должного внимания к окружающему. О том, чтобы ввести тебя в хорошее общество, я позабочусь сам, ты же позаботься о том, чтобы внимательно наблюдать за тем, как люди себя там держат, и выработать, глядя на них, свои манеры. Для этого совершенно необходимо внимание, как оно необходимо и для всего остального: человек невнимательный негоден для жизни на этом свете. Стоит такому олуху войти в комнату, как ипага его легко может оказаться у него между ног, и он либо падает, либо в лучшем случае спотыкается. Исправив свою неловкость, он проходит вперёд и умудряется занять как раз то место, где ему не следовало бы садиться; потом он роняет шляпу; поднимая её, выпускает из рук трость, а когда нагибается за ней, то шляпа падает снова; таким образом проходит добрых четверть часа, прежде чем он приведёт себя в порядок. <...> Когда руки его ничем не заняты, они ему явно мешают и он не знает, куда их определить. Меж тем они пребывают в движении, непрерывно перемещаясь то от груди к коленям, то от колен к груди. Одежду свою он не умеет носить, да*

*и вообще не умеет делать ничего по-человечески. Преступного, надо сказать, в этом ничего нет, но в обществе всё это в высшей степени неприятно и смешно, и всякий, кто хочет нравиться, должен решительным образом этого избегать».*

Лорд Филипп Стэнхоуп, граф Честерфилд, английский государственный деятель, дипломат и писатель XVIII века, в «Письмах к сыну» даёт подробные и глубокие советы из разных областей жизни. И о том, как стать достойным и образованным человеком, и как завоевать расположение общества и самому стать значимой фигурой, способной влиять на развитие отношений в обществе, и как сделать карьеру на политической арене. Советы умудренного опытом отца и тонкого дипломата не потеряли своей актуальности и сейчас. Как в XVIII веке, так и сегодня – умение расположить к себе людей крайне необходимо для успешной общественной жизни.

В приведённом выше отрывке заботливый отец говорит сыну, что неуклюжесть имеет две причины. Первая – отсутствие опыта светского общения, а вторая – невнимательность. То есть человек, находясь в обществе, или мало обращает внимания на манеры и правила хорошего тона, или не знает, на **что** обращать внимание. Проще говоря, у него нет **телесного опыта** применения знаков хорошего воспитания, поэтому он не видит и не усваивает то, как ведут себя окружающие. Человек не чувствует границ своего тела, не может им легко управлять, оттого он выглядит неловким, жеманным или зажатым, а потому вызывает в обществе неприятие.

Поэтому для воспитания хороших манер, умения носить костюм, легко и изящно двигаться и приглашались к юному поколению **учителя танцев**. Необходимость была вызвана изменениями, произошедшими в роли двора и придворных того периода. Значимость социальных и художественных навыков в жизни дворянства и других представителей элиты возросла и в чем-то даже заменила значимость военных навыков.

*«Приближаются рождественские каникулы, и я направил к тебе месье Денуайе, чтобы он за это время обучил тебя танцам.*

*Я хочу, чтобы ты особенное внимание обратил на изящные движения рук. К этому надо ещё добавить умение надеть шляпу и подать руку; собственно, это и есть то небольшое, что должно составлять предмет внимания каждого джентльмена.*

*Танцы сами по себе – занятие пустяшное и глупое, но это – одна из тех упрочившихся глупостей, в которых людям умным приходится иногда принимать участие, а коль скоро это так, то они должны уметь делать всё, что при этом положено, умело. И пусть у меня нет ни малейшего желания видеть тебя танцором, но раз уж ты всё равно будешь танцевать, мне бы хотелось, чтобы ты танцевал хорошо, так же как хотелось бы, чтобы ты хорошо всё делал».*

Лорд Честерфилд хорошо знал, что многие важные вопросы решаются на балах. За одинменуэт может поменяться расстановка сил на политической карте Европы. Сам он был и успешным дипломатом, и прекрасно танцевал.

И вот на пороге появляется собственной персоной учитель танцев со скрипкой-пошеттой в кармане, готовый из вашего неуклюжего чада сотворить блестящего светского льва.

## **Месье Бошан и Король Луи XIV**

Жил да был один французский король. Он был не только хитрым и удачливым политиком, полководцем со счастливой звездой, но и тонким ценителем искусств. Король любил танцевать, не меньше, чем проводить время в обществе прекрасных и образованных дам.

А по сему при дворе его подвизался некий Пьер Бошан, хореограф и композитор его Королевского Величества Людовика XIV. Сведений о нём сохранилось мало. Был он известен в придворных кругах как танцовщик, «полный силы и огня», постановщик балетов, изысканный хореограф, учитель танцев и светского этикета. Этот замечательный человек для нас интересен тем, что он один из первых профессиональных преподавателей, кто разъял **менуэт** – «танец королей и короля танцев» – на составные части.

Как научить танцевать любого человека? Отработать с ним элементарные детали, а затем соединить их вместе и получить целое. Для менуэта важна плавность движений, элегантная манера и точность поз. Бошан выделил элемент *plié*, мягкое приседание, затем *pas degagé*, позволявшее плавно связать два движения, *battement tendu*, гениальное движение, воспитывающее силу ног и дающее ощущение всей линии ноги. Он заметил, что развёрнутые *en dehors* ноги создают красивые линии; впервые сознательно воспользовался принципом «выворотности» и ввёл её в терминологию танца. Также считается, что он описал пять основных позиций танца: I, II, III, IV и V.

Именно эти позиции были необходимы при исполнении придворных танцев. У Пьера Бошана они не были статичными позами. Ж.-Ф. Рамо писал о методе Бошана: *«Позиции – не что иное, как правильно найденные пропорции в размеренном удалении и сближении ног, при которых корпус мог бы сохранять непринуждённое равновесие и апломб, идете ли вы, танцуете или стоите на месте. На них должно смотреть как на неизбежное правило и следовать им»*. До Бошана позиций не определяли и не фиксировали как нечто необходимое. Он задал правила игры. А целью этого блестящего педагога было – *«дать правильное устройство нашему Искусству»* (рис. 1 позиции ног и рук у Бошана).



Рис. 1

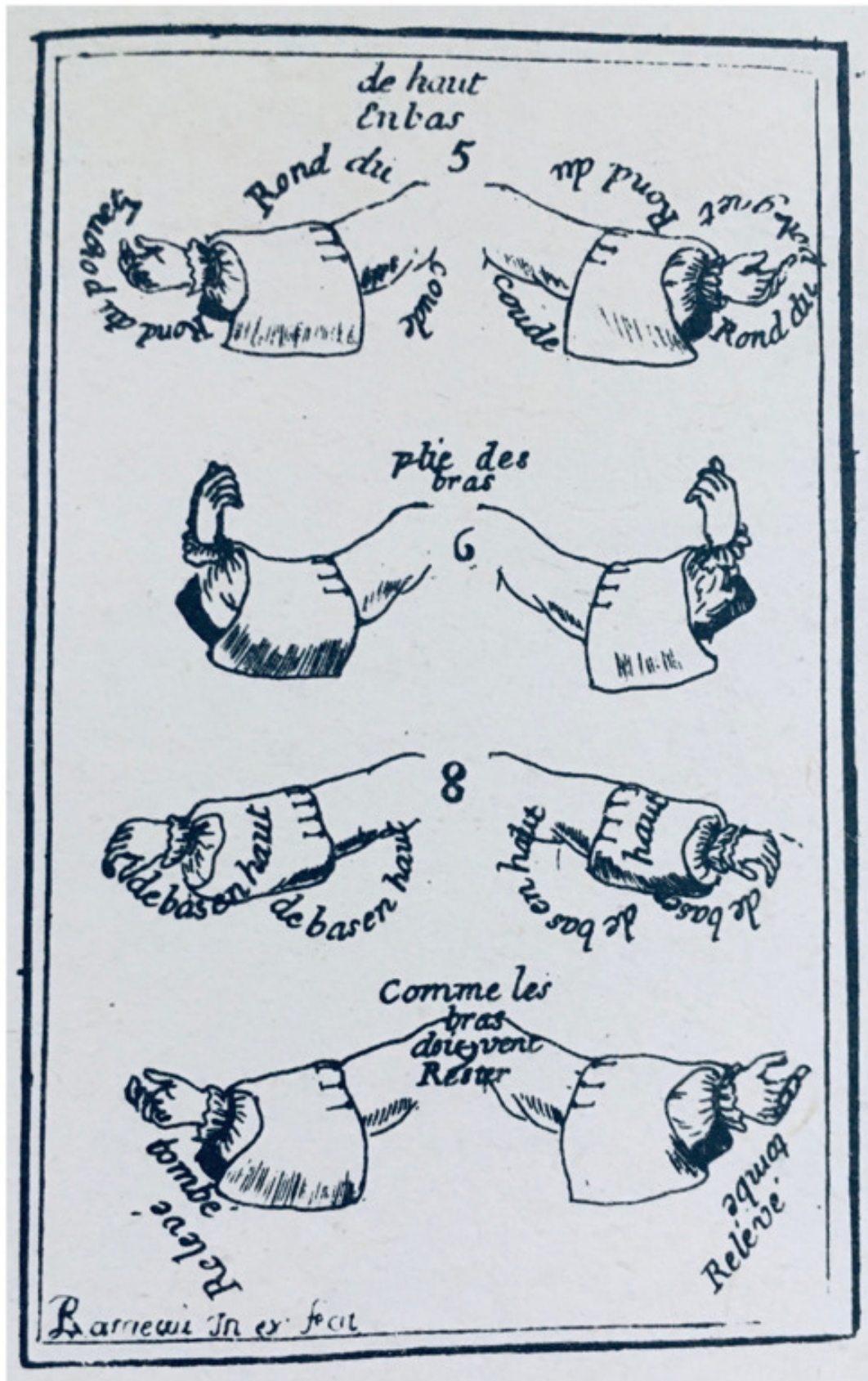


Рис. 1

Пьер Бошан за свой исключительный талант хореографа в 34 года был назначен директором Королевской Академии танца, где воспитывались профессиональные танцовщики. Несмотря на отличную подготовку, придворные всё-таки не выходили на профессиональную сцену. Бошан стал первым обучать искусству танца и женщин. Барышни шумной гурьбой появились на профессиональной сцене Академии танца, завоевали своё место на танцевальном поприще и сердца публики.

Самое главное достижение Бошана – это **системное обучение** танцовщиков. Помимо него Академией руководил Совет из тринадцати признанных мастеров танца. Они осуществляли кодификацию придворных и характерных танцев, а также вводили в обиход профессиональную терминологию. Отныне и навсегда международным языком классического танца будет французский язык. Королевская Академия стала первой в Европе профессиональной высшей школой, в которой обучали танцу и разрабатывали принципы и методы обучения. Школа балета при Парижской Опере является прямой наследницей Французской Академической школы классического танца.

В уроке Пьера Бошана появился ряд упражнений для воспитания ног, рук, корпуса, головы – прообраз современного экзерсиса; появилась последовательность упражнений; последовательность изучения танцев от простого к сложному. Академия создавала каноны танцевальных форм и движений, методику преподавания, систему балетных терминов и приёмы записи танцев. За основу деятельности был взят метод Чезаре Негри, представителя итальянской танцевальной школы, а также формы древнегреческой орхестрики. Королевская Академия танца под руководством Бошана изменила их, усовершенствовала, широко развила и **запатентовала**. Разработку теории и терминологии классического танца осуществили П. Бошан и Р. Фейе. Результатом их труда стало быстрое развитие профессиональной хореографии.

Почему я не останавливаюсь подробно на личности Чезаре Негри? Он оставил после себя книгу, многолетний кропотливый труд по описанию танцевальной техники *Gratie d'amore*, в ней также он описал свой путь хореографа при разных европейских дворах, он подготовил множество отличных исполнителей и сам достойно пронёс через своё творчество школу танца, полученную от своего учителя Помпео Диобоно. Но именно стабильности системности обучения ему не удалось создать, так как жизнь его связана была с постоянными переездами. Можно сказать, Негри бросал семена на слегка взрыхлённую почву. Королевская Академия танца в лице Совета Тринадцати положила в основу обучения именно его метод.

Итак, система обучения начала приобретать явную форму. Но развитие профессиональной хореографии по-прежнему тесно связано ещё с костюмом, и бытовыми жестами, и условностями постановочного процесса. Сценический костюм ничем не отличается от бытового. Выполненный из натуральных тканей, имевший жёсткий корсет, кринолин, многослойность нижней одежды (5—6 нижних юбок), чулки на подвязках, нижнюю рубашку, камзол, и сюртук, и массу дополнительных аксессуаров в виде фижм, панье, тонелле, тяжёлой отделки, париков, перчаток, – костюм сковывал движения. Но это была данность времени. Любая труппа бывала рада, когда костюмерная пополнялась за счёт вышедшего из применения гардероба вельможи. Не будем забывать и о маске, закрывавшей лицо танцовщиков. Как в анекдоте: «На первом этаже нашего авиалайнера бассейн, сауна и спа-салон, на втором ресторан и кальянная, на третьем современный кинозал. А теперь со всем этим мы попытаемся взлететь».

## Ветреная Терпсихора

Долгое время мадемуазель Терпсихора вела двойную жизнь. С одной стороны, пребывала в салонах, блистала на балах и в «балетах короля», с другой – появлялась на грубо сколоченных подмостках ярмарочных балаганов, развлекавая разношёрстную публику.

Настал момент, когда легконогая богиня, послав прощальный поцелуй месье Политесу, выпорхнула из золотой клетки светского салона с его величавыми париками, красными каблучками, фижмами, веерами, драгоценными камнями и прочей мишурой и окончательно подвизалась на театральных подмостках, служа своему божественному предназначению и заставляя служить себе верой и правдой тех, кто был ею поцелован. Время от времени она будет навещать в дома дворян в лице учителей танцев, обучая нерадивых недорослей премудростям этикета. Но отныне настоящее её место – это Театр.

Разграничение профессиональной и бытовой хореографии и создание отдельного вида театрального искусства – танцевального спектакля, независимого от оперы, – произойдёт в XVIII веке. Оно будет связано с именем Жан-Жоржа Новерра. 29 апреля – день рождения основоположника современного балета, с 1982 года является Международным днём танца.

«**Письма о танце**» – труд и о развитии выразительности движения, напрямую связанного с актерским мастерством, и об искусстве балетмейстера, и о мастерстве педагога, хоть и в меньшей степени. Новерра мало интересовала «кухня» преподавания.

Поскольку до него актёры на сцене ещё носят **маски**, скрывающие лицо, то **тело** берёт на себя максимальную нагрузку, чтобы выразить чувства, эмоции, экспрессию образа. Тело танцовщика должно быть максимально послушно и задаче танца, и музыке. Физическое ограничение приводит к разработке пластической выразительности рук и корпуса. Разнообразие движений и положений, некоторая свободная выразительность рук и корпуса заимствована Новерром у балаганских танцовщиков низкого жанра, не стесненными правилами академии.

«*Я разбил уродливые маски, предал огню нелепые парики, изгнал стеснительные панье и ещё более стеснительные тоннеле; на место рутинны призвал изящный вкус; предложил костюм более благородный, правдивый и живописный; потребовал движения в сценах, одушевления и выразительности в танце*», – писал Новерр. Миловидность, красота, выразительная мимика и драматическое искусство стали неотъемлемыми требованиями к танцовщикам нового времени, то есть уже иными, чем во времена Бошана.

Темпераментный реформатор балета Новерр обвинял Королевскую Академию танца в застывших формах, жестких канонах, которые требовалось соблюдать, но которые уже не так точно отражали новое время. То, что вызывало восторг при дворе Людовика XIV, стало откровенно скучным. Композиция спектакля устарела, а мастерство танцовщиков активно развивалось. Это несоответствие и привело к столь необходимым реформам в хореографии.

Живые ансамбли, развитие техники прыжков и вращений естественным образом привело к упрощению и облегчению сценического костюма.

Некогда Мари Камарго, отважная танцовщица, бунтарка по характеру, взяла да и реформировала женский костюм. Только представьте себе, какой шквал комментариев обрушился на её светлую голову. Критика того времени писала о Камарго, что она, «танцующая, показывает большие, чем любая леди когда бы то ни было». «Камарго первая осмелилась укоротить свои юбки, и это полезное нововведение, давшее любителям критиковать ноги танцовщицы, вошло затем в моду; но в первое время оно чуть не возбудило раскола среди балетоманов. Консерваторы партера подняли вопли, утверждая, что это скандал и ересь, и заявляя, что не могут видеть коротких юбок (**а юбка укорочена была по щиколотку!**). Тогда как большая часть молодёжи, напротив, находила, что такие юбки более соответствуют взглядам истинной

*эстетики, в силу которой скачки и пируэты стеснялись длинным одеянием»,* – писал известный в то время критик-балетоман Гримм.

И тем не менее Камарго хорошенько поработала ножницами. Затем ввела нижнее бельё, позаимствовав кальсоны у мужчин, чтобы свободнее двигаться, первая стала исполнять кабриоли и антраша. До неё эти прыжки исполняли только мужчины. Всего лишь укорочение юбки танцовщицы позволило расширить объём движений в женском танце. А изменение формы позволило более тесный контакт в дуэтных танцах и появление более сложных взаимодействий рук и корпуса в паре. Возник прообраз поддержек в хореографии, пока очень отдалённо напоминающий современные приёмы. Изменили костюм – появились новые интересные движения, усложнились движения – ещё изменился костюм, чтобы не стеснять танцовщиков. Ярким примером служит появление на сцене всем знакомой пачки (рисунок 2, а, б, в, г. Сравнительные рисунки сценического костюма XVII, XVIII вв. и современного сценического костюма артистов балета).



Рис. 2 (а, б, в, г)

Умопомрачительное вращение *tour fouette*, впервые исполненное Пьериной Леньяни, укоротило тюниковую юбку настолько, чтобы не мешать исполнять виртуозный трюк. Так возникла форма современной пачки-блинчика. (рис. 3, а, б).



Рис. 3 (а, б)

Изменение обуви привело к появлению уже знакомой нам мягкой балетной туфельки (рис. 4, а, б, в, г, д). Легендарная балерина эпохи романтизма Мария Тальони укрепила носок мягкой туфли и впервые поднялась на кончики пальцев. Она стала символом романтизма в балете, новым эталоном танцовщицы и создательницей авангардной техники танца на пуантах (рис. 5. Мария Тальони в роли Сильфиды).



Рис. 4 (а, б, в, г)



Рис. 5

Мужская же обувь сохраняла невысокий каблук вплоть до середины XIX века (рис. 6, а, б, в, г, д).

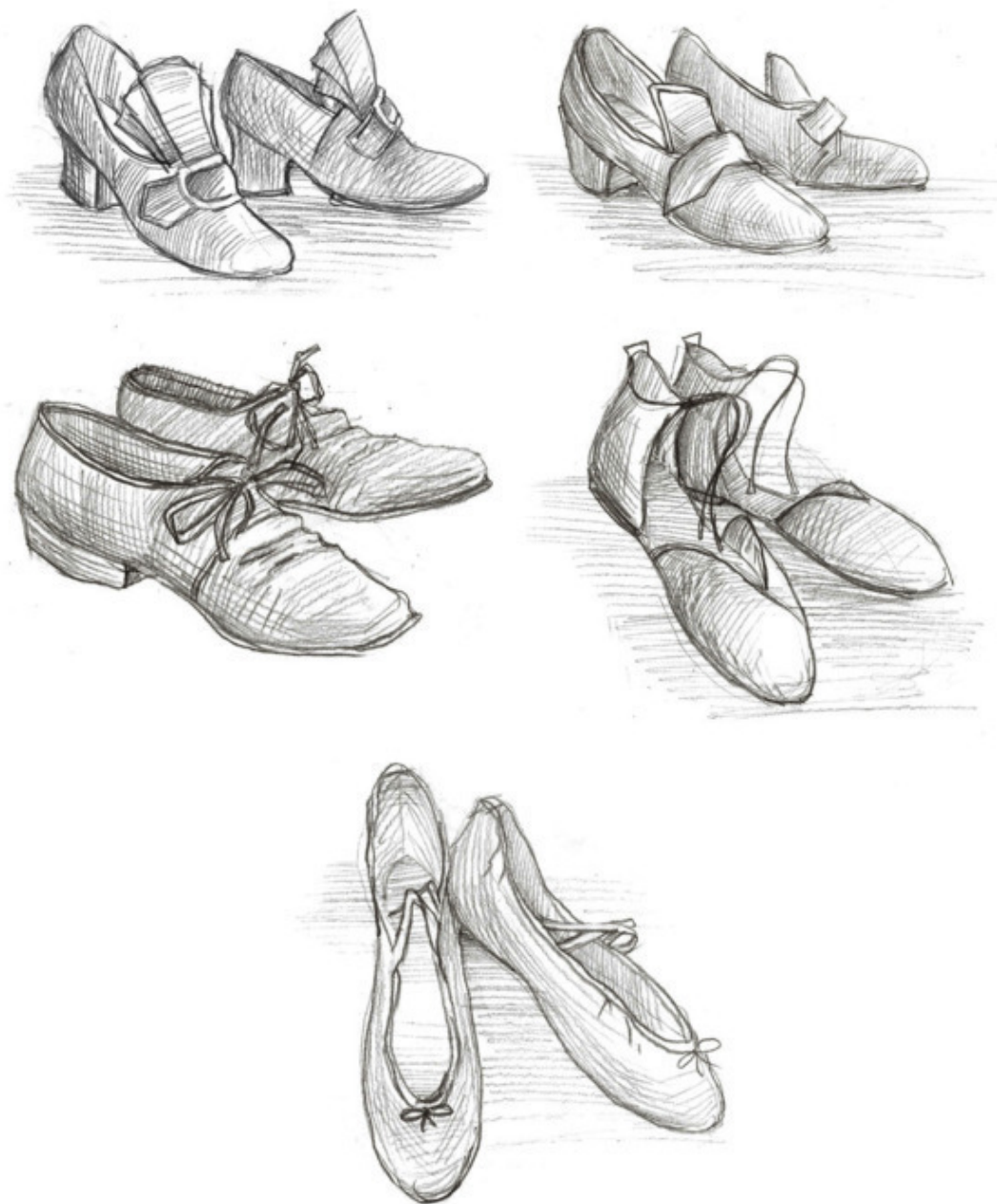


Рис. 6 (а, б, в, г, д)

Появление на сцене юного Вацлава Нижинского вернуло на профессиональную сцену виртуозный мужской танец. Он принял эстафету от Христиана Иогансона, одного из последних знаменитых танцовщиков-виртуозов, изящно потеснив царивших в балетах балерин. Чаще всего Нижинский пользовался мягкими туфлями, позволявшими лучше исполнять технику мужского танца за счёт хорошего ощущения стопы. Заодно Нижинский снял небольшие штанишки-буфф, которые надевались поверх трико, но стесняли движения. «Он из Германии туманной» привёз аутентичный средневековый мужской костюм, состоящий из колета и трико, и появился в нём в роли Альбера в балете «Жизель». (рисунки 7, а, б). Появление танцов-

щика в костюме, отнюдь не скрывающем никаких природных форм, шокировало публику и, в частности, императрицу Марию Фёдоровну. Это стало формальным поводом к увольнению Нижинского из любимого им театра.



Рис. 7 (а, б)

**Любое** нововведение принималось обществом, как и полагается, в штыки. Порицалось и отрицалось как танцовщиками, воспитанными уже сложившейся традицией, так и зрителями, привыкшими к стабильным формам балета-развлечения.

Хореография к XVIII веку усилиями Новерра только-только освободилась от утилитарного назначения – быть всего лишь частью оперного или драматического спектакля. Неизбежные паузы в спектакле (смена костюмов, перемена декораций) заполнялись балетной интермедией, иногда напрямую или косвенно связанной с основным сюжетом представления, а иногда совершенно не встроеной в сюжет. Мужественно прикрыв изящными телами и изысканными рас все шероховатости постановочного процесса, балет стал **самостоятельным** видом искусства.

Пройдя через столетия, испытав множество трансформаций, с честью выдержав множество «боев», слегка раздевшись по дороге и освободившись от лишнего бытового багажа, классический танец отстоял своё право на развитие и ко второй половине XIX века стал таким, каким мы его видим и сейчас. Сложные по координации движения, развитый во всех вариантах раздел *allegro* (прыжковая техника), пальцевая техника, дуэтный танец. В недрах классического балетного спектакля зародился жанр характерного танца, выявляя черты национальной хореографии, а также развивалась техника актёрского мастерства и пантомимы, требуемая для исполнения ролей, без сложной хореографии, построенная на выразительном жесте и мимике.

XX век – век танца. Он освободил хореографию как вид искусства от уз незатейливого сюжета, фабула которого часто была только поводом к танцу. Возникло множество стилей

и школ. Модерн, джаз-танец, неоклассический, модерн-джаз, contemporary dance. Каждый значимый хореограф внёс свой вклад в развитие мирового балета, основывая прежде всего школу.

Сегодня хореография может выразить и драматический сюжет сложного литературного произведения, и экзистенциальную философию, и эпический дух. Великие хореографы XX века Михаил Фокин, Фёдор Лопухов, Касьян Голейзовский, Вацлав Нижинский, Марта Грэм, Ролан Пети, Морис Бежар, Хосе Лимон, Матс Экк, Иржи Киллиан вывели хореографию на абсолютную высоту движенческой выразительности. Для хореографии больше нет запретных тем, движений и музыки. Поэтому **современные танцовщики должны быть выучены так, чтобы с легкостью исполнять любой вид хореографии.**

Казалось бы, среди такого стилистического, видового и жанрового разнообразия классический танец должен был остаться в тени, но...

Модернисты-хореографы начала XX века, противопоставив канонам и догмам классического танца законы естественного движения, довольно скоро поняли, что классический танец не просто застывшая форма неудобных и неестественных движений. Он должен оставаться **основой обучения**, так как классический танцовщик обладает возможностями тела несравнимо большими, чем тот, кто никогда не занимался классическим танцем.

Неоклассический балет подтвердил, что классицизм – явление живое, и, стало быть, есть куда развиваться. Джордж Баланчин (Георгий Баланчивадзе), воспитанник русской балетной школы, великий балетмейстер и педагог, подобно демиургу вдохнул новое содержание в формы классического балета. Драматургия его хореографии напрямую связана с драматургией музыки. Она зачастую диктует не сюжет, но образное содержание. Танец у него становится зримой музыкой и воздействует на зрителя эмоционально. Известные и избитые классические рас обретают новое значение в изобретательных комбинациях.

Классический танец, сохраняя свою специфическую технику, становится живым, эмоциональным и захватывающим в спектаклях Джона Ноймаера, Мориса Бежара, Кеннета Макмиллана, Бориса Эйфмана. На классическую основу можно сколько угодно нанизать новых необычных движений, разнообразить его и сделать понятным и близким современному зрителю. А классический балет оставил за собой место на сцене, являя образец чистой красоты и вызывая искреннее восхищение зрителей. Неслучайно, когда девочка говорит, что хочет стать балериной, она имеет в виду балерину в классическом балете.

Лёгкая, воздушная Терпсихора, облачённая в пачку, едва касаясь пальцами пола, по-прежнему царит на сцене.

## Глава 2

### «А работаете вы где?»

### Продолжительность «балетной жизни».

### Зачем нужен тренаж. Воспитание

### артиста. Система обучения.

#### Расскажи шахтеру, как ты устал на репетиции

Моя хорошая подруга, балерина, будучи на гастролях в Румынии, отправилась на рынок за овощами и фруктами. Девушка она видная, длинноногая, тонкая и привлекательная. И вот продавец, говоривший немного по-русски, отвесив комплимент, какая она вся из себя распрекрасная, поинтересовался, где она работает. На что моя подруга с гордостью произнесла, что она танцует. Он сказал: «Это понятно, я тоже танцую. А работаешь где?»

Часто люди, непричастные к хореографии и театру, считают, что занятия танцами ничего сложного в себе не содержат. Ну что там ножками на сцене дрыгать, что тут такого особенного. На деле же, когда взрослый человек начинает заниматься танцами, и в частности классическим, очень быстро понимает, что даже стоять в позиции трудно, не то что исполнять движения. А уж «ножкой дрыгать», стоя выворотом на одной ноге, – и вовсе невероятный трюк. В глазах его уже после первого занятия читается некоторое уважение.

#### Молодые пенсионеры

Когда-то по уровню физической нагрузки труд балерины приравнивался к труду шахтера. Это 20 лет беспрестанной работы над собственным телом: в классе, на сцене и дома. Балетные артисты рано выходят на пенсию.

Мужчины в 42 года, женщины в 37—38. Дело в том, что по уровню изношенности суставы 40-летнего артиста как у 70-летнего человека. К среднему возрасту развиваются профессиональные болезни ног, а к 40 годам качество мышц меняется. Уже нет той лёгкой формы. Тело «тяжелеет», все движения даются с ббльшим напряжением.

Век артиста балета короток. С 10 до 18 лет ты учишься, к 25—27 годам достигаешь расцвета и пика формы, которая длится всего 13—15 лет. После 40 тебе в спину дышит молодая, крепкая, полная сил и дерзаний смена. А на горизонте маячит пенсия с её бездействием досуга и воспоминаниями о сцене.

Счастлив тот, кто сможет продлить свой век в качестве балетмейстера, педагога-репетитора, педагога-хореографа. Есть, правда, рекорсмены по продолжительности балетной жизни, но это большая редкость, и, скорее всего, связана с индивидуальными данными. Всё же усталость тела берёт своё.

#### Крепкий фундамент

Благополучная творческая жизнь **закладывается в школе**. Карло Блазис, один из значимых балетмейстеров XIX века писал: *«Успех или неудача во всяком искусстве зависят главным образом от того, как заложено начало. Поэтому прежде всего надо самым внимательным образом отнестись к выбору наставника, чтобы он не увлёл вас на ошибочный путь»*. Ученик Пьера Гарделя, лучшего представителя школы и стиля классического танца во Франции середины XVIII – начала XIX века, уже в **17 лет** записал всё, что знал о танце и что

хотел бы ввести нового в систему преподавания. Несмотря на такой юный возраст, Блазис имел зрелые взгляды на искусство танца. Его идеи, тщательно обдуманые и записанные им, влияли на деятельность хореографов и танцовщиков целое столетие. О гении Блазиса мы подробнее поговорим ниже. Безусловно, он опередил своё время.

Грамотный педагог бережно ведёт воспитание будущего артиста, закладывая основы здоровой сценической жизни. Чем лучше выучен артист, тем большее внимание он уделяет ежедневному тренажу и умеет распределить силы на репетициях и спектаклях.

Майя Плисецкая в воспоминаниях делилась секретами своего сценического долголетия. По словам Майи Михайловны, репетировать долго и много она не любила никогда, считая, что это «изнашивает» тело. А вот ежедневный класс был строго обязателен в её ежедневном распорядке, тем более что занималась она в классе Асафа Михайловича Мессерера. В среде артистов Большого театра его классы считались лечебными.

Класс необходим на протяжении всей службы в театре как гарантия профессионального здоровья. Даже сложно сейчас поверить, что во времена Павловой и Нижинского ежедневный урок в театре был необязателен для кордебалета. Занимались только солисты. Обязательным его сделают для всех артистов театра только после революции.

## **Системность воспитания тела = стабильность результата**

Система воспитания артиста балета направлена на совершенствование тела, на развитие способностей, так поражающих воображение зрителей. Основой воспитания является классический танец. Ежедневный тренаж у станка и на середине зала воспитывает выносливость, силу ног, мягкость и плавность движений рук, координацию всех частей нашего аппарата, характер, без которого ничего невозможно достичь. Так культура движения входит в плоть и кровь и становится частью тебя.

День за днём, преодолевая физическую усталость, боль, высокую психологическую нагрузку, эмоциональное напряжение воспитанники и артисты балета выполняют столь необходимый для творческой жизни экзерсис. Тренаж или класс – это стабильная отличная форма, снижение риска неожиданных травм, которые сопровождают жизнь балетных артистов. Экзерсис становится частью жизни, входя в распорядок дня.

Зародившись на уроках Бошана в Академии танца, пройдя через опытные руки и ноги балетмейстеров и педагогов Ж.-Ж. Новерра, Пьера Гарделя, Карло Блазиса, Шарля Дидло, Шарля Ле Пика, Филиппо Тальони, Жюль Перро, Гаэтано и Огюста Вестрисов, Августа Бурновиля, Мариуса Петипа, Христиана Иогансона, Энрико Чекетти, Агриппины Вагановой экзерсис приобрёл **законченную форму**.

Строго определён порядок движений у станка и на середине, порядок прыжков и упражнений на пальцах. Он не меняется никогда! От простого – к сложному, готовя тело к трудным движениям в репетициях. Начинающие воспитанники и мастера сцены выполняют одни и те же движения экзерсиса с разницей в сложности формы, темпе исполнения, вариативности комбинаций.

Помимо классического танца огромное значение для воспитания имеют и историко-бытовой, и народно-характерный, и джаз-танец, и современный. Исторический танец воспитывает естественную благородную манеру исполнения движений, умение носить костюм (то, чем так был озабочен лорд Честерфилд), внимание к деталям движения, умение передать дух эпохи.

Народно-характерный «растанцовывает» воспитанников, давая возможность проявить свой темперамент через выразительное яркое движение, присущее национальным танцам.

Современный танец расширяет границы движенческих возможностей тела, даёт выплеск эмоциям, учит широте взгляда на движение вообще, иногда ломает стереотипы восприятия темы, музыки, хореографии.

Всё это и полезно, и нужно для будущего артиста, но без системных занятий классическим танцем тело будет весьма ограничено в возможностях.

## **Глава 3**

### **Требования к артистам от Бошана до наших дней. Недостатки или индивидуальность? Почему так долго учат балету? Пальма первенства. Репертуар и «школьная» программа. Карло Блазис – анатом, геометр и просто бог технологии движения. Виртуозный трюк. «Ножкой, ножкой! Да пококлетливей!»**

#### **На что смотрят при наборе на обучение?**

Требования, предъявляемые к воспитанникам сегодня, отличаются от тех, которые были в Академии танца при Бошане. Никаких **особых данных** тогда не требовалось. В балетах, устраиваемых при королевском дворе, участвовали как придворные вельможи, так и профессиональные танцовщики.

Особое место в балете занимал король Людовик XIV, с удовольствием исполнявший обычно один или несколько танцев. Обладавший хорошим ростом и красивыми ногами, он был эталоном для подбора танцовщиков на первые сюжеты – роли благородных героев, *danseur noble*.

Танцовщики делились по жанрам. Первые сюжеты – благородные герои (боги, цари, короли и т. д.). Вторые сюжеты – сопровождение благородных героев (друзья, наперсники). Демихарактерные танцовщики и танцовщицы. Гротесковые танцовщики – обычно виртуозы, невысокого роста, с хорошим актёрским дарованием, умением потешить публику и танцовщики ансамбля (*corps de ballet* – кордебалет). Позже мужчин появившиеся на сцене женщины должны были обладать грациозностью и приятностью в движениях.

Пока ноги были закрыты длинной юбкой, а лицо – маской, не было необходимости требовать стройности ног, красоты лица и выразительной мимики. Но **музыкальность** танцовщиков была строгим требованием.

Умение владеть музыкальным инструментом, писать музыку развивало чуткость и слух, чувство музыкальной формы и умение создавать хореографию в строгом соответствии с музыкой. Взаимосвязь обучения музыке и хореографии мы подробно рассмотрим во второй части книги.

Обучаться в Королевской Академии танца могли все желающие, как дети, так и взрослые – только плати. По завершении обучения выдавался диплом с правом преподавания.

Услуги профессионального учителя танцев стоили дорого. Так что игра стоила свеч. Королевская Академия строго следила за рынком слишком самостоятельных конкурентов, отбивающим хлеб у профессионалов.

С легкой руки короля Людовика XIV стало возможно стабильное образование и невозможно – преподавание без диплома Академии. Диплом – гарантия качества обучения, гарантия высокого уровня преподавателя.

Облегчение костюма и исчезновение маски сразу создали новые требования к танцовщикам и танцовщицам. Стопы должны быть маленькими, щиколотки – изящными, и позиции ног должны быть выворотными, «чистыми» – так называемые *les bonnee positiones*. Существовали

до конца XIX века специальные станки, выворачивавшие голеностоп. (рисунок 8). Такая вот жертва Терпсихоре.

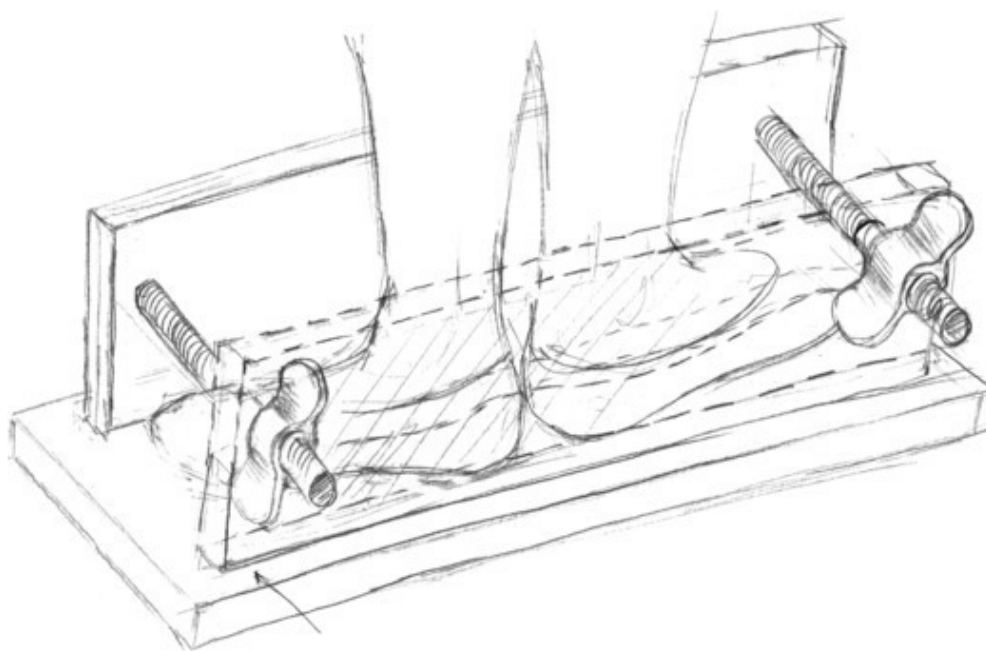


Рис. 8

**Внешность** начинает играть бóльшую роль. Появляется понятие сценичной внешности и приветствуется выразительная мимика. Танцовщица должна быть невысокого роста, пропорционально сложенной, изящной, грациозной, миловидной. И первой обязанностью балетной барышни было «пленять». Относительно же природных данных – надо иметь гибкость в суставах и крепкое здоровье.

### **Когда «недостатки» становятся яркой индивидуальностью и новым эталоном**

Филиппо Тальони, знаменитый балетмейстер-реформатор XIX века, создав жанр романтического балета, где главной героиней были ирреальные фантастические персонажи Сильфида, Ундины, призрак монахини, изменил **тип танцовщицы и принцип обучения хореографии**.

Его дочь Мария очень отличалась от привычного типажа «аппетитных танцовщиц», бытовавшего в то время на балетной сцене. Она была выше ростом, чем полагалось тогда. Худощавая («худая, худая, худейшая»), с длинными руками, длинными ногами с явным иксом, большими стопами, сдержанным «потусторонним» темпераментом и баллоном, не свойственным в ту пору женщинам-танцовщицам.

(Баллон – способность удерживать позу в воздухе, зависая на несколько секунд. Термин произошёл от фамилии известного танцовщика Жана Баллона, обладавшего невероятно высоким лёгким прыжком.) Очень редкий природный дар и для мужчин, и особенно для женщин (рис. 9, а, б. Сравнение облика Тальони и танцовщицы конца XVIII – начала XIX веков).



Рис. 9 (а, б)

Филиппо Тальони положил в основу образа романтической балерины – бестелесного духа «недостатки» своей дочери, создав уникальный хореографический стиль. Развил и усложнил целый ряд движений (техника прыжков с заносками). Развивая основные позы классического танца arabesque и attitude, создал уникальную технику **развития апломба, то есть** способность удерживать равновесие в неустойчивом положении на кончиках **пальцев**. Большие позы и большие линии терялись в бесконечности.

Arabesque Тальони – линия, «тающая в беспредельном пространстве». *«Непомерная длина конечностей способствовала тому, что линия, проходящая от кончиков пальцев до носка, была неизмеримой. Так из недостатка в пропорциях сложения Мария Тальони смогла извлечь один из самых захватывающих своих эффектов»,* – писали о её танце.

До Филиппо Тальони, и довольно долгое время после, существовала техника танца demi-pointe, с опорой на высокие полупальцы. Отец и дочь смогли довести её до совершенства, поставив движения на самые кончики пальцев. Он активно ввёл технику больших прыжков в женский танец, создав иллюзию бесконечного полёта и парения в воздухе. Филиппо и Мария провели колоссальную работу над руками, делая исполнение уже известных поз, переводов рук из позиции в позицию живыми, по-настоящему естественными.

И, понятно, сценический костюм претерпел очередную «реформу». Основой для него стало бальное платье второй половины XIX века, длиной до щиколотки, сшитое из лёгкой воздушной ткани. Эскиз придумал Э. Лами.

Такой костюм получил название «пачка», или tu-tu, «тюник». Сохранился такой костюм до наших дней в «белых» балетах романтического репертуара: «Жизель», «Сильфида», «Шопениана». А образ легендарной Марии Тальони увековечен в потрясающем концертном номере Леонида Якобсона «Полёт Тальони».

Скептицизм, язвительность, с которыми был встречен дебют Марии, вскоре сменились желанием подражать и целой группой «тальонисток».

Тальони, строгий отец и педагог, не на пустом месте создал славу дочери. Впечатление полной непринуждённости и естественности движений Марии, правильность её танца были воспитаны требовательным и беспощадным учителем. Им был разработан **специальный 3—4 часовой урок**, которым Мария занималась дважды в день. А во время дебютов и по три раза.

Любовь Блок подробно описала тренажный класс Филиппо Тальони в книге «Классический танец. История и современность». Урок был «скучен», скромн, неизменен в порядке, установленном отцом. Сначала тщательная, щепетильная отделка движений рук, ног и корпуса, получасовой экзерсис у палки, повторение тех же элементов на середине зала, затем различные упражнения, готовящие тело к апломбам-адажио, на протяжении 25 минут, затем, собственно, и сами апломбы, затем туры в малых и больших позах, пируэты – и в заключение прыжки. Таким упорным ежедневным трудом выработал Филиппо Тальони легендарный апломб, точность, отчётливость исполнения. Адажио были верхом совершенства. Мария исполняла их соло, не нуждаясь в поддержке кавалера.

Развитие балетного репертуара всегда активно влияло на принципы и качество обучения. Общее балетное правило, сформулированное Блазисом: **«Самое важное в искусстве танца – упорная практика»**, – стало незыблемым принципом Филиппо Тальони – педагога. Чтобы исполнять физически сложные, технически трудные рас, даже будучи уже признанной балериной, **заниматься тренажем нужно было ежедневно, а не время от времени.**

Париж, где проходили самые громкие балетные премьеры, менявшие отношение к балету от поклонения до презрения, не смог удержать главенство в системном обучении. Несмотря ни на существовавшую академическую школу при Опере, ни на опытных танцовщиков и танцовщиц – звёзд балетной сцены, этуалей, приезжавших в качестве исполнителей, преподавателей и балетмейстеров в разные страны, и в том числе и в Россию. Несмотря на то, что любая танцовщица обязательно стремилась завоевать благосклонность парижской критики и публики, Франция всё же потеряла силу влияния на развитие хореографии и к концу XIX века испытывала кризис в искусстве танца. Чуть позже мы поймём почему...

После ошеломительного успеха романтического балета с его развитой техникой стало очевидно, что обучение танцовщиков должно начинаться раньше, так как багаж движений существенно вырос со времён Бошана и изучение программных движений стало занимать больше времени. Поэтому и обучение стало дольше. Не три года, а семь-восемь лет.

## С какого возраста берут учиться

В разные периоды возрастной ценз и количество воспитанников были разными. У Жан-Батиста Ланде в Петербурге в 1737 году в течение трёх лет сначала обучались 6 мальчиков и девочек «подлого» звания (простые дети из мещанского свободного сословия). В 1738 году Екатерина Великая подписала указ «О создании Ея Величества собственной танцевальной школы» (сейчас это Академия русского балета им. А. Я. Вагановой). Через 25 лет уже у Франца Гильфердинга там же обучались 20 русских танцовщиков обоего пола. На воспитание в Театральное училище, которое уже в 1779 году объединило танцевальное, драматическое, музыкальное и живописное отделение, принимались дети артистов, дети свободного звания, крепостные, которых знатные вельможи предпочитали обучать за счёт казны, и незаконнорожденные дети.

С приездом в Россию Шарля Дидло, у которого была своя собственная наработанная метода обучения, грамотно и жёстко применявшаяся к ученикам, вновь изменились правила обучения.

В 1809 году было разработано «Положение о школе», предписывавшее иметь в обучении 120 воспитанников. В уставе Театрального училища было прописано всё: приёмные испытания, срок обучения, деление воспитанников на группы. Первая группа до 13 лет, вторая –

от 13 и до выпуска, третья – для «выказавших превосходные способности», а четвёртая – **для неспособных к сцене**, а потому обучаемых разным рукоделиям, применимым к театральному делу.

В 1825 году в «Положение о Театральном училище» внесены существенные изменения. Возраст приёма определялся от семи до девяти лет, а в 1826 возрастной ценз расширили до 12 лет, приём стали осуществлять **только** по результатам приёмных испытаний. Поступающие на обучение дети должны быть «свободного состояния из российских подданных», иметь совершенно здоровое сложение, приятное лицо, стройную фигуру, хорошие зубы, чистый грудной голос и ясную дикцию, уметь читать и писать по-русски.

Так Россия, богатая страна, где театр был под патронажем и на содержании императорского двора, стала одной из стран, которая могла претендовать на первенство в системе воспитания танцовщиков. В 1853 году император Николай Павлович велел реформировать систему обучения. Проекты менялись один за другим. Только к 1888 году был готов окончательный вариант. Петербургское и Московское театральные училища имели балетное отделение, включавшее два двухлетних подготовительных класса и трехлетний основной класс. Срок обучения продлился до 7 лет. Детей от 9 до 11 лет принимали на казенный счёт («в казну»), приходскими (экстернами) или своекоштными. Обучение для казённых велось бесплатно, а содержание в училище обходилось своекоштным в 300 рублей в год.

## Битва за единую программу

Попытки потребовать от балетных учителей создать единую программу по обучению танцам были предприняты ещё в 1848 году. Но атака «захлебнулась», поскольку такой учебной дисциплины – «балетный танец» – **как бы и** не существовало. То есть не было единого учебника, методологии, а преподавание очень зависело от знаний и способностей педагога. Метода обучения велась по неписанным правилам и не желала принимать какую-нибудь законченную форму.

Только в 1908 году преподаватели Московского театрального училища подготовили **«Пробную программу занятий балетными танцами с примерным распределением учебного материала на семь отделов по степени трудности и сложности их»**. Первый опыт подробной систематизации процесса обучения после Бошана и Карло Блазиса! (Метод Чекетти ещё не был зафиксирован, хотя и применялся в Петербурге.)

Поражает то, что каждый педагог вёл дело по-своему, секретно, несмотря на то, что в Париже в Академии танца, где большинство педагогов-иностранцев сами обучались, всё-таки системы худо-бедно придерживались. Даже Михаил Фокин отрицал положительное влияние единой системы воспитания на развитие школы. По его мнению, «всякий учитель должен вести класс, исходя из своего опыта». Фокин-балетмейстер вполне успешно реформировал классический балет как вид спектакля, а Фокин-педагог всё-таки не достиг того же успеха, применяя свободное от жёсткой системы хореографическое воспитание. Он недооценивал базу балетного искусства – ремесло. Его учениц впоследствии доучивал опытный и старомодный Христиан Павлович Иогансон. Опыт систематизации обучения продолжит Агриппина Ваганова. Её поиски наиболее целесообразной системы, наиболее точной методики преподавания продолжатся всю жизнь.

Консервативная и закрытая Россия бережно сохраняла в репертуаре романтические балеты Жюлья Перро, Августа Бурнонвиля, балеты-феерии Артюра Сен-Леона, а школа, созданная Ланде при Шляхетном корпусе в Петербурге и окончательно оформившаяся как театральное училище к началу XIX века, строго подчинялась требованиям репертуара балетного театра.

С приездом Мариуса Петипа современный ему классический танец обогатился не только новыми балетами, но и новыми тенденциями в развитии хореографии. Мариус Петипа начал обучать в женских классах танцам на пуантах. Со времени гения Тальони прошло более 30 лет!

Воспитанница Петипа Марфа Муравьёва поражала воображение не только соотечественников, но строгих судей в Париже. *«Она держится и ходит на носках с непоколебимой верно-стью, и самые трудные темпы передаются ею с лёгкостью и отчётливостью вполне замечательными. Её пуанты баснословны»*, – писала Анна Натарова, танцовщица, современница Марфы Муравьёвой. Характерный танец занял прочное место в балетах М. Петипа, развивая традиции балетов Жюль Перро.

Развитие русской танцевальной школы было бы невозможным без участия Христиана Иогансона. На протяжении почти 50 лет он вёл старшие классы училища. Ученик Августа Бурнонвиля, великого датского балетмейстера, бережно хранивший традиции виртуозного мужского танца, полученные на уроках Гаэтано Вестриса, «вождь мужского искусства на классической сцене» выпустил и Матильду Кшесинскую, и Ольгу Преображенскую, двух зачатых подруг. В класс к нему было престижно попасть. Л. Д. Блок считала его влияние на русскую балетную школу решающим. *«Он пересадил к нам и утвердил традиции французской школы, погибшей во Франции <...> так как получил более последовательное хореографическое образование»*.

Кроме него в школах Петербурга и Москвы преподавали П. Гердт, премьер Мариинского театра, Г. Легат и Н. Легат, достаточно рано начавший преподавание превосходный танцовщик, одна из любимых танцовщиц Мариуса Петипа – Е. О. Вазем. С 1892 года на протяжении 7 лет преподавал и Энрико Чекетти, ученик Дж. Лепри и опосредованно Карло Блазиса, воспитавший первых русских виртуозок Е. Вилль, Ю. Седову и Л. Егорову.

К этому времени уже существовала **жёсткая иерархия** балетных артистов: прима-балерины, танцовщики-премьеры, балерины, первые танцовщики и танцовщицы, корифеи, характерные танцовщики, кордебалет, миманс. Звание балерины в то время имели от силы 5 русских танцовщиц, а прима-балерины – вообще одна или две.

## Неожиданный поворот

Ворвавшиеся как смерч на русскую балетную сцену итальянки-виртуозки Пьерина Леньяни, Вирджиния Цукки и Карлотта Брианца привнесли вместе с новой техникой вращения и новое звание *prima ballerina assoluta*.

Успеху итальянок на русской сцене предшествовал опыт **уникального** педагога Карло Блазиса. Переоценить его значение для балетной сцены нельзя. Очень хорошо знакомый с анатомией тела, прекрасный рисовальщик (как и Бошан), знаток геометрии, Карло Блазис сумел выявить технологию исполнения движений и основной принцип баланса в классических позах.

Л. Блок пишет: *«Перед мальчиком Блазисом бродят идеи другого порядка, которые он не довёл до конца и которые не нашли разрешения до сих пор. Перед ним вставала соблазнительная идея „поверить алгеброй гармонию“, точнее – геометрией движение. Он хочет разлагать па и позы на прямые линии и углы – в целях педагогических, для облегчения понимания сути всякого движения и как мнемонический приём»*. Рисунки, сделанные Казартелли, для которых молодой Блазис позировал сам, очень точно поясняли, как работают мышцы и по каким линиям строится поза, в её максимально устойчивом положении. Первая его книга вышла в 1820 году! Автору было 17 лет! (Рис. 10, а, б, в, г.)

В классе Блазиса, по словам его учеников, урок длился 3 часа. Час посвящался пантомиме. Он не был суровым учителем, как Тальони или Дидло, у которых крики, колотушки и синяки на руках и ногах входили в «методу» обучения. Нет. *«В школе Блазиса не было строгости и жестокости в обращении... Напротив, в ней царила ласковость и оживление...»*

*Блазис был чрезвычайно образованный человек и замечательный писатель, он написал много о танце, который знал в интереснейших подробностях и тончайших оттенках. Благодаря ему танец переставал быть гимнастикой, а превращался в интеллектуальное искусство... Он не довольствовался тем, чтобы ученицы хорошо делали антраша и пируэты, но требовал, чтобы каждое движение носило присущий ему характерный оттенок выразительности и лёгкости. Чтобы этого достичь, надо было серьёзно воспитать душу и ум», – писала его ученица Клодина Кукки. Метода и педагогические приёмы Карло Блазиса приносили хорошие результаты. Он воспитал множество техничных танцовщиков и танцовщиц. В частности, так всех поразившую Карлотту Брианца.*



Рис. 10 (а, б, в, г)

В России Карло Блазис прослужил всего год в Большом театре в Москве, успев заложить основы балетной грамотности и культуры движения в Московском театральном училище.

Энрико Чекетти унаследовал систему Блазиса, через своего педагога Джованни Лепри. Систему, которую он усовершенствовал и которая позволила ему растить настоящих виртуозов.

Естественно, необычайная техника итальянок, стальной апломб сразу же вызвали в среде артисток императорского театра ажиотаж. «Кафешантан и цирк, взбрыкивания и никакой элегантности, русскому танцу чужда эффектность ради эффектности». Но русская телега скрипнула и тихо покатила к дому Чекетти брать частные уроки, обгоняя менее расторопных коллег. Так, практичная Матильда Кшесинская первая исполнила 32 фуэте и получила вожденное звание *prima ballerina assoluta* вместе с дорогими подарками и существенной прибавкой к жалованию. Анна Павлова систематически ездила в Милан брать уроки у Чекетти. Мода на его уроки стала повальной. Его занятия имели **чёткую схему на каждый день недели**, (это было его ноу-хау), то есть были очень продуктивными, в отличие от свободной схемы ведения урока по наитию, вдохновению.

Агриппина Ваганова тщательно проанализировала уроки Чекетти. Она смогла взять из его методологии лучшее, что могла предложить итальянская школа танца: прежде всего программность урока, уверенный апломб (хорошо поставленную спину) и опору на руки, стальной носок (хорошо укреплённую «схваченную» щиколотку и крепкие пальцы ног), стабильное вращение, энергию движения, аттitudы с выстроенным вертикально корпусом. Ей удалось объединить всё лучшее из французской школы, датской школы, итальянской школы, связав различные методики типично русскими стилистическими чертами танца, получить совершенно уникальный метод обучения, воспитавший целое поколение танцовщиц нового типа.

В её ученицах сочетались блестящая техника прыжка, энергия вращения, артистичность, аристократичность и строгость поз, певучесть рук (кантилена), гибкость корпуса, широта и экспрессия движения, актёрская выразительность жеста и **осознанная** работа танцовщиц.

Замечание «Ножкой, ножкой! Пококлетливей!» обрело на уроках Агриппины Вагановой чёткий мышечный адрес. Опираясь на биомеханику Степанова, свой личный телесный опыт, хорошо разбираясь в анатомии и значении движения, Ваганова точно направляла внимание учениц на нужные мышцы. Её метод позволил говорить о стабильности результатов в профессиональной театральной деятельности благодаря верному воспитанию в школе.

## Глава 4

### Где учат на балерину? При царе-батюшке. Русская балетная школа. «И двинулись сыны Израилевы...»

#### Организация школы при театре

Театр – дорогое удовольствие, не приносящее особой выгоды, поэтому развивались театр и школа при дворах царствующих домов.

Сама Екатерина II, удовлетворяя нижайшую просьбу Жан-Батиста Ланде, выделяла деньги из собственных средств. Следуя её примеру, последующие императоры патронировали театральные училища Санкт-Петербурга и Москвы, регламентируя жизненно важные для развития русского театра условия. Николай I иногда сетовал на то, что «это училище так дорого стоит», а дети содержатся «хуже моих собак». И тем не менее Романовы содержали театры и театральные училища, видя в этом престиж двора и государства. Людвиг Баварский поддерживал Мюнхенскую оперу, датский, шведский и британский королевские дома также были и остаются до сих пор патронами национальных театров и школ.

Франция же, упразднив монархию, содержала школу при Опере и скромный ряд значимых театров за счёт налогов и частных пожертвований, добытых трудами антрепренёров. Целью последних было прежде всего привлечение массовой публики в театр и, как следствие, угождение её вкусам, что не могло не отразиться на **качестве** репертуара.

В России на стыке XIX и XX веков были, конечно, и частные театры, например, театр Корша или Московский общедоступный театр, созданный К. С. Станиславским и В. И. Немировичем-Данченко при участии С. Мамонтова и пайщиков из числа актёров и меценатов, частная опера Саввы Мамонтова. Но не балетные театры. Русские сезоны Сергея Дягилева – уникальное исключение.

Балет – чрезвычайно затратное и хлопотное мероприятие, которое мало окупается. А такое явление, присущее только России, как **крепостные театры**, созданные для услады вельмож и просуществовавшие до середины XIX века, быстро приходили к разорению. Амуры и Психеи, выученные лучшими выписанными из Италии и Франции учителями-иностранцами или обученные танцам за счёт казны в театральном училищах, безжалостно распродавались поодиночке, если хозяину надоел балет или грозило банкротство.

Поэтому в XIX столетии только высокое покровительство царствующего дома смогло обеспечить балетному театру и школе при нём стабильное существование и уверенную эволюцию.

Среди учеников были коштные, на казённом содержании и своекоштные, за которых платили родители или опекуны. Уже в то время обучение в театральном училище было своеобразным социальным лифтом, благодаря которому дети низших социальных слоёв получали возможность учиться в привилегированном учебном заведении. *«Всего в XIX веке в училище было принято 676 девочек, в том числе из артистических семей – 132 (20 процентов), из мещан – 106 (16 процентов), из чиновничьего сословия – 82 (12 процентов), из рабочих и крестьян – 55 (8 процентов), незаконнорожденных и неизвестного происхождения – 301 (44 процента)»*, – пишет Ольга Ковалик.

«Дети обоего пола должны учиться и приготавлиемы быть к театру российскому, к музыке, танцеванию и к разным мастерствам при театрах необходимо нужным».

**Е. И. В. Екатерина II**

Начинали обучать танцам, но, если ребенок к 16 годам не проявлял особых успехов на балетном поприще, его рассматривали как драматического актера или оперного певца, музыканта в оркестре, следуя указу Екатерины II.

Если же и здесь не проявлялся талант, тогда воспитанник переходил в ведение постановочного цеха: изготовление и роспись декораций, изготовление реквизита и бутафории, искусство грима, пошив костюма, административная работа (ею занимались режиссёры), переписывание нот, ролей, освещение спектаклей и т. д. Кем-нибудь он всё равно становился.

Деньги на образование были затрачены – будьте любезны быть при деле. Кроме специальных профессиональных предметов было обучение грамоте. Общественные предметы были двух категорий: в низших классах преподавались русская грамматика, арифметика, география, немецкий и французский языки, начала истории, чистописание, пение, музыка и рукоделие. В высшем – русская словесность, всеобщая и российская история, французская и немецкая словесность, риторика, пиитика, декламация и мимика. Особое место занимало изучение мифологии. Больше ничего. На общие предметы зачастую смотрели как на нечто лишнее, мешающее овладевать основным ремеслом. Считалось, что артисту не нужно слишком широкое образование.

Общее обучение, начинавшееся с освоения хореографии, имело свои плюсы. Драматические артисты отлично двигались в спектаклях, балетные артисты могли играть в драматических постановках. Между Большим театром и Малым театром до сих пор существует переход, по которому артисты переходили из театра в театр, если были заняты в один вечер в разных спектаклях. В России узкую специализацию воспитанники стали получать уже после революции.

В новой реальности установления власти рабочих и крестьян балетный театр был бельмом на глазу. Всегда существовавший при царском дворе, он оказался чуждым новой власти.

Стараниями наркома просвещения А. В. Луначарского балет как вид искусства не исчез из жизни общества, и русская школа не канула в Лету.

## Великий исход

Многие русские танцовщики эмигрировали после революции, унеся с собой семена качественного хореографического образования. Джордж Баланчин заложил основы американского балетного театра, Анна Павлова преподавала в Лондоне, Тамара Карсавина, Ольга Спесивцева, Михаил Фокин, Матильда Кшесинская трудились в Париже. Серж Лифарь, один из последних русских танцовщиков и балетмейстеров «Балета Монте-Карло» Сергея Дягилева, долгое время руководил балетной труппой Гранд Опера. Борис Князев, чья система партерной гимнастики сейчас известна по всему миру, эмигрировал в Париж, где начинал преподавать в частной школе, а затем стал педагогом школы при Гранд Опера.

После триумфа Русских сезонов Сергея Дягилева **русская балетная школа** считалась непревзойдённой. Морис Бежар, мечтавший стать классическим танцовщиком, учился у русских эмигранток мадам Рузанн, Любови Егоровой и Веры Волковой, русских виртуозок.

Ценность русской школы состояла не только в сохранённом классическом репертуаре, но и в **системном образовании**.

Во Франции упадок балетной школы начался прежде всего и, как ни странно, с «тальянизма». Попытки подражать танцу и манере Тальони с её видимой лёгкостью, небрежностью рук, естественной грациозностью движений привели в 50-х годах XIX века к краху фран-

цузской школы танца. *«Когда талантливому артисту подражают его последователи, они прежде всего хватаются за недостатки, бросающиеся в глаза, так как на первый взгляд кажется, что в них-то и таится ключ нового очарования. Тальонизирующие стремились подражать рукам Тальони».*

Сколькими усилиями отца и дочери добивалась такая естественность! Танец Марии был безукоризненно строгим, вымуштрованным многочасовыми уроками, учёным. **Последующие поколения французских учителей заменили видимую лёгкость исполнения действительной небрежностью и лёгкостью.** Урок был упрощён, заполнен лёгкими движениями и нарочито «грациозными позами». *«Сила танца стала быстро теряться, школы больше не вырабатывали сколько-нибудь интересных танцовщиц и особенно танцовщиков... Десятилетие пребывания Тальони в Париже было последним, напряжённейшим творческим взлётом французской школы за времена мировой гегемонии. Начиная с пятидесятых годов, гегемония потеряна, центр классического танца надо искать уже не в Париже, он разбивается надвое: Милан, театр Скала, и Петербург, Большой театр»,* – справедливо замечает Л. Блок.

Вторая причина связана с **отсутствием** во второй половине столетия **качественного репертуара, построенного на сложной технике классического танца.** Афиши того времени пестрели манкими и часто провокационными названиями, не имевшими отношения к классическому балету. Балеты-обозрения, а в самом конце XIX века и ревю с участием танцовщиц в жанре «ню» не требовали от танцовщиков владения классическим танцем.

Для Парижа открытием стали Русские сезоны. «Жизель» вернулась на историческую родину, а технически и стилистически сложные балеты Петипа с тех самых пор составили золотой фонд мирового балета. Можно сказать, что произошла реставрация классического танца во Франции. Было даже модно брать русские имена-фамилии в качестве сценического псевдонима. Если вы обучались у русских.

## Глава 5

### Естественный отбор.

### Конкурс и протекция. Бойцы невидимого фронта. Педагогика балета. Выйти из тени кулис. Ваганова и её метод.

#### Мамочка, отдай меня в балет!

В первой половине XIX века жёсткого отбора в императорские училища, такого как сейчас, конечно, не было. Достаточно было иметь милую рожицу и понравиться экзаменаторам, чтобы попасть в воспитанницы. Но со второй половины приёмные испытания усложнились. Нужно было пройти художественный просмотр. *«Он начинался с наружного осмотра. Старший учитель балетных танцев очень строго проверял ноги девочек, тут условия были незыблемыми: красивая линия, колени без провисаний, гибкость в суставах и их природная подвижность. Придирчиво изучалась высота и эластичность подъёма ноги, то есть её предрасположенность к пуантам, широкие и плоские ноги браковались. Педагог обращал внимание на правильную постановку лопаток и общую склонность к красоте движений, – пишет исследователь и историк балета Ольга Ковалик. – Немногие счастливицы, прошедшие внешний отбор, подвергались медицинскому осмотру. Главное – здоровые лёгкие и отсутствие порока сердца. В конце проверялись правильность осанки и крепость позвоночника».*

Конкурс в училище всегда был большой. Уже во времена Дидло мальчиков и девочек, приведённых на приём в училище, было великое множество, а мест – 120. К концу XIX века предложение превысило спрос. Набор в училище предполагал всего 20 человек. Время от времени училище не проводило приём девочек в балетные классы, когда балет был переполнен. В итоге конкурс ещё увеличился. В 1900 году на 12 вакантных мест было 80 девочек. В 1904 на 5 мест более 100 детей. В 1910 на 8 мест – 200 прошений о приёме. Интервью Николая Легата «Петербуржским новостям»:

*«Мода на балет и американские доллары вскружила голову многим папашам и мамашам. В театральном училище никогда не было такого наплыва детворы. Прежде сюда приводили детей только свои люди: артисты, музыканты, хористы. Теперь нередко можно встретить нарядную барыньку, одетую в модную юбку и распространяющую вокруг себя аромат крепких духов. Девочка театрального капельдинера, с бледным городским лицом и дешёвенькой ленточкой в волосах, стоит рядом с разодетой, как кукла, краснощёкой и упитанной дочкой какой-нибудь статской советницы...*

– Какие достоинства дети должны обнаружить, чтобы попасть в школу?

– Хорошее сложение и миловидную внешность. Внешность играет огромную роль в балете, особенно у танцовщиц.

– Но говорят, что внешность детей обманчива и бывали случаи, что забракованные девочки делались впоследствии знаменитыми балеринами. Кажется, такой случай был с В. Трефиловой?

– Не только с Трефиловой, но и с Преображенской. Приёмная комиссия признала её кривобокой и неудовлетворяющей требованиям балетного искусства. Ошибки возможны...

– Я думаю, нелегко экспертам выбрать из двухсот детей 6—8?

– Ужасно тяжёлая и неприятная задача! Родители замужних детей всегда в претензии».

## Хотите, я вам протекцию окажу?

Как следствие большого конкурса всегда существовала протекция. На разных уровнях. Записки, рекомендательные письма в приёмную комиссию от тех, кто служит в театре, от генералш-благотельниц, берущихся сделать дочку своей горничной счастливой, до протекции театральных чиновников.

*«Для грозной комиссии, в которую входили начальник школы, инспекторы, директор театров, главный балетмейстер, режиссёр и дирижёр балета, репетиторы и их помощники, „художественного просмотра“ оказывалось недостаточно. Весь ареопаг интересовался, заручились ли родители конкурсантки протекцией. Если протекция была хорошей, девочка имела шанс быть принятой в приходящие воспитанницы, если высокой – в казённые. Добрым матушкам приходилось учиться уменью „и попросить, и приласкать, и подарить“. В дело шли любые способы и ухищрения – очень уж соблазнительной, сытой и уютной выглядела жизнь в училище и перспективной казалась танцевальная карьера. Поэтому вакансии котировались высоко, являясь средством наживы для театральных чиновников. Они не брезговали продажей мест, выделенных для детей бедных артистов, своим знакомым и тем актёрам, которые преподносили дорогие подарки» (О. Ковалик).*

Немалые усилия пришлось приложить отцу Агриппины Вагановой, театральному капельдинеру, чтобы найти протекцию для приёма дочери в балетный класс. Феликс Кшесинский, знаменитый характерный танцовщик искал протекцию для перевода Малечки из экстернов в казённые. И таких историй много. Но к счастью для русского балета, протекции были оказаны, и Ваганова, и Павлова, и Карсавина вписаны в историю мировой хореографии. Во время обучения уже были видны дарования будущих артистов. Впервые такой «сепарацией» начал осознанно заниматься Фредерик Малавернь, один из педагогов балетных классов, сменивший на этом посту Дидло. Он не привнес ничего нового в существовавшую систему, но зато профессионально и старательно занимался подготовкой танцовщиков. Курс Фредерика Малавернья был самым длительным и начинался со средних классов.

*«Учил Фредерик удивительно. Из его класса выходили настолько подготовленные, что балетмейстеру не составляло труда объяснять – все хорошо понимали с полуслова что нужно» (из воспоминаний А. Натаровой).*

*«В течение шести лет педагог выявлял степень дарования: лёгких и воздушных для сольных вариаций; тех, кто не отличался элевацией, но демонстрировал бойкость и грацию, определял в характерное амплуа. Постепенно просеивая менее талантливых воспитанниц через различные упражнения, Фредерик делил их на корифеек и кордебалетных», – пишет Ольга Ковалик. «Для остальных готовившихся в кордебалет, не особенно упирали на adagio, а заставляли делать скорое па, т. е. скакать, скакать и скакать! Но не без толку заставляя скакать, Фредерик приучал к выносливости для танцев в кордебалете, где не спрашивают, устала или не устала. Солисткам есть передышка, а кордебалетным нет. И действительно, у Фредерика все были очень выносливы» (А. Натарова).*

Так и повелось дальше. Воспитанники, обладавшие хорошими данными, красивыми линиями, уверенной техникой и сценической выразительностью, становились классическими танцовщиками по окончании училища.

Обладавшие хорошим темпераментом, актёрской выразительностью, но не имевшие **достаточных данных** воспитанники исполняли характерные танцы в балетах и добивались и успеха, и признания у публики. Специально характерным танцам не учили, их осваивали уже при вводе в репертуар, в отличие от бальных (танцев разных исторических эпох), входивших в программное изучение.

Знаменитыми характерными танцовщиками были Ф. Кшесинский, Мария Петипа (дочь Мариуса Петипа), А. Ширяев, А. Лопухов. Именно они, Ширяев и Лопухов, создадут (в 30-х годах XX века) систему обучения характерным танцам, написав **«Основы характерного танца»**, а Н. П. Ивановский – **«Бальный танец XIV—XIX веков»**, поддержав **принципы более широкого хореографического воспитания в школе, предложенные А. Вагановой.**

На рубеже веков XIX и XX балетная сцена обеих столиц приняла целую плеяду молодых танцовщиков и танцовщиц, воспитанных в строгой системе классического танца: Вера Трефилова, Михаил Фокин, Тамара Карсавина, Елена Люком, Юлия Седова, Любовь Егорова, Ольга Спесивцева, Екатерина Гельцер, Вацлав Нижинский, Анна Павлова, Михаил Мордкин, Георгий Баланчивадзе (Джордж Баланчин), Агриппина Ваганова, Бронислава Нижинская. И такое явление не было случайностью. Методы пусть собственного пока, а **не единого** во всех школах системного обучения, применяемые Е. О. Вазем, Х. П. Иогансоном, Е. Куличевской, О. Преображенской и Э. Чекетти принесли щедрые плоды.

## **Явление ...цатое, те же и Ваганова**

Агриппина Яковлевна Ваганова восприняла все принципы обучения классическому танцу от Х. П. Иогансона, Е. О. Вазем, Л. Иванова, О. Преображенской **на практике**. Она имела великий талант педагога. После революции, в условиях, далёких от тепличных условий императорских училищ, в те времена, когда раздавались требования заменить классический танец физкультурой, Агриппина Яковлевна смогла не только сохранить школу, но и ещё более детально разработать методику и технологию преподавания.

Благодаря Вагановой педагогика балета теперь получает **равные права** с искусством исполнителя и мастерством балетмейстера. **«Основы классического танца»** – один из самых первых полных учебников по технике исполнения и методике обучения, где опыт предыдущих поколений мастеров танца сопряжён с собственными педагогическими поисками. Ученицы А. Вагановой не только прославились как великолепные танцовщицы, но и прославили Ваганову как уникального педагога, ещё раз наглядно подтвердив, что успех на сцене не случайность, а закономерность методики обучения. О. Мунгалова, Н. Млодзинская, М. Семенова, Г. Уланова, Т. Вечеслова, Ф. Балабина, Н. Дудинская, Н. Базарова, В. Мей, те, кто принял из рук Агриппины Яковлевны секреты мастерства и продолжил её дело, воспитывая новое поколение в училищах и театрах.

## Глава 6

**Какие такие данные. Выворотность. Шаг. Plie. Стопа. Гибкость. Прыжок. Способность к вращению. Музыкальность и ритмичность. Танцевальность. Темперамент. Здоровье. Форма и сценичность. Желание танцевать. Формула успеха.**

### Природная одарённость

Начиная с Вагановой, при поступлении в хореографические училища проводится очень строгий **отбор способных к танцу детей**. Больше учитываются **природные данные**, облегчающие овладение профессией, и развитие технических возможностей ученика на всём периоде обучения, нежели просто миловидная внешность. **Любая методика рассчитана на идеальные условия.**

### Выворотность

Первой и одной из самых важных составляющих будет **выворотность**. Способность тазобедренного сустава поворачиваться наружу – **en dehors** – и составлять развёрнутый угол 180°. Эта данность заложена генетически. Если сустав глубоко «сидит» в вертлужной впадине, не удастся развить выворотность в полной мере. Но именно эта способность даёт свободу движения ноге в тазобедренном суставе (рис. 11, а, б).

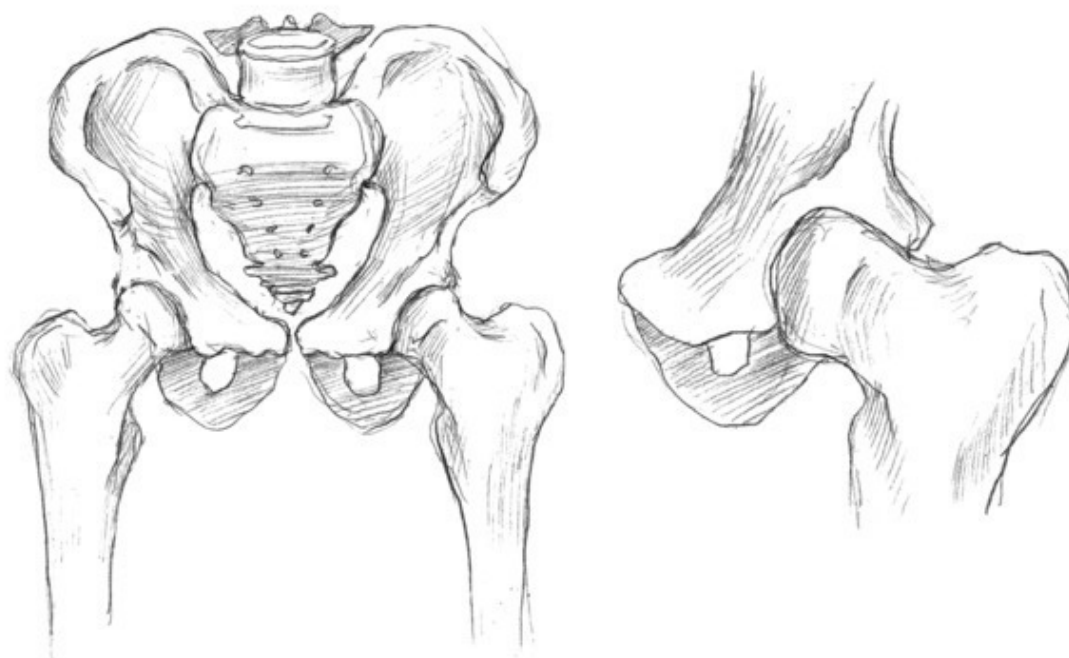


Рис. 11 (а, б)

*«Выворотность – анатомическая неизбежность для всякого сценического танца, желающего охватить весь объём движений, мыслимых для ног и неисполнимых без выворотности. <...> Смысл воспитания ног классического танцовщика заключается в строгом en dehors.*

*Это не эстетическое понятие, а профессиональная необходимость. Танцовщик, лишённый выворотности, ограничен в движениях, классический же танцовщик со своим en dehors располагает всем мыслимым богатством танцевальных движений» (А. Ваганова).*

Выворотность проверяется во всех положениях: сидя, лёжа, стоя при исполнении plié по I позиции. **Природная выворотность** – ноги в положении сидя и лёжа на животе в «лягушке» сами опускаются на пол, без собственных и сторонних усилий (рис. 12, а, б, в).



Рис. 12 (а, б, в)

А так выглядит **нормальная** выворотность, которую можно развить, – ноги сами не до конца ложатся на пол, но при нажатии без усилия, легко достигают нужного разворота (рис. 13). При отсутствии выворотности бёдра «в лягушке» образуют слишком острый угол с корпусом и при нажатии чувствуется сильное сопротивление в тазобедренном суставе (рис. 14). Если нет природной выворотности, ребёнка не возьмут на обучение в профессиональную школу, прежде всего потому, что это чрезмерная нагрузка на суставно-связочный аппарат и больших успехов ребёнок не добьётся. Зато легко приобретёт множество проблем со здоровьем.



Рис. 13



Рис. 14

## Шаг

Способность ноги легко подниматься на угол больше  $90^\circ$ . Шаг, как и выворотность, напрямую связан со строением тазобедренного сустава. В нормальном анатомическом и «бытовом» **естественном** положении ноги ограничены строением этого важного для нас сустава. При отведении ноги шейка сустава сталкивается с краем вертлужной впадины. Происходит ограничение движения. Если же нога находится в выворотном положении, то большой вертел отходит назад, давая ноге возможность подняться на угол  $90^\circ$  и выше (иллюстрация тазобедренного сустава в позиции *a la second*).

Кроме того, шаг связан с гибкостью, то есть с эластичностью связочного аппарата и мышц. У большинства людей угол  $90^\circ$  заложен природой, а выше  $90^\circ$  – специфическими особенностями строения и гибкостью.

**Шаг вперёд** зависит от эластичности задней группы мышц бедра.

**Шаг назад** от эластичности подвздошно-поясничной мышцы и четырёхглавой мышцы бедра.

**Шаг в сторону** от величины выворотности и сопротивления приводящих мышц бедра. **Шаг** также зависит от эластичности подколенных связок. В моей практике был такой случай. У девочки 10 лет была превосходная выворотность во всех положениях, и бедро легко приводилось в положение выше 120 градусов. Но выпрямить ногу в колене не было возможности.

Очень жёсткие подколенные связки ограничивали движение. Растянуть их стоило бы огромного труда и физической боли для неё. Большой лёгкий шаг сегодня необходим, так как множество движений и положений в классическом танце построено на высоте гораздо выше 90°. Шаг при наличии отличной выворотности и природной эластичности мышц и связок можно развить в процессе обучения. Шаг проверяется во всех направлениях. Обычно в положении стоя (рис. 15, а, б, в).

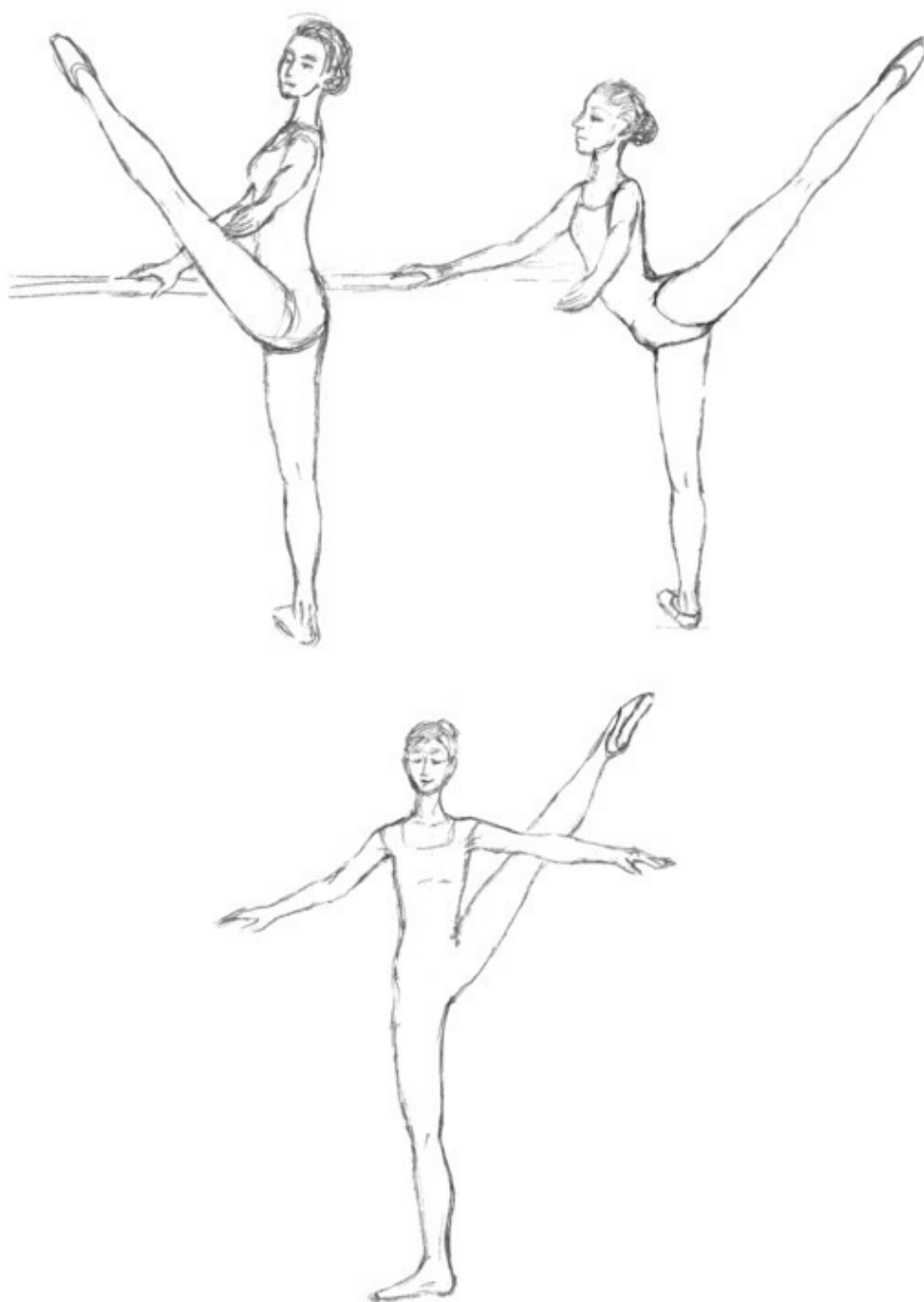


Рис. 15 (а, б, в)

## **Plié**

Амплитуда растяжения ахиллова сухожилия. Гибкий эластичный ахилл снижает риск разрыва при нагрузке, а также сопутствует, как правило, хорошему прыжку. Проверяется, стоя в I выворотной позиции, при исполнении plié. Голень должна легко образовывать острый угол со стопой (рис. 16).

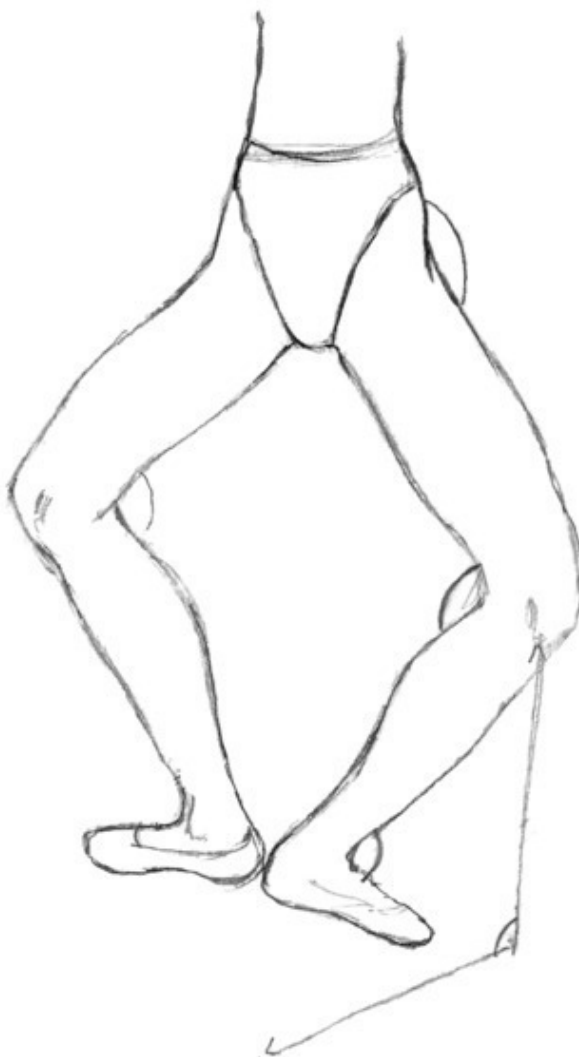


Рис. 16

## **Стопа. Подъём**

Стопа – это наш фундамент. Она также зависит от генетики. Стопа бывает нормальная, высокая и низкая плоская (рис. 17, а, б, в). Предпочтительны нормальные стопы или стопы с высоким природным подъёмом и развитым продольным сводом. При высокой стопе, благодаря тому, что таранная кость свода расположена по отношению к большой берцовой и малой берцовой костям под большим углом, человек легко достаёт пальцами до пола в положении сидя с вытянутыми ногами и подъёмом (рис. 18). Такие стопы более гибкие.

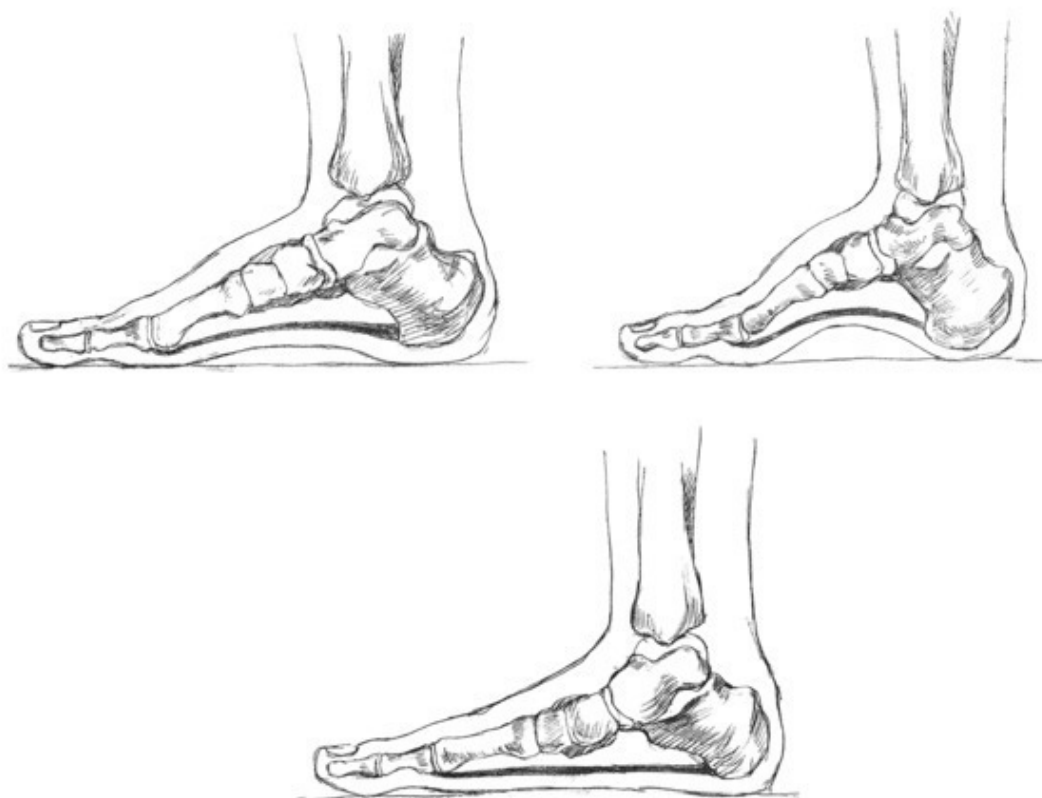


Рис. 17 (а, б, в)

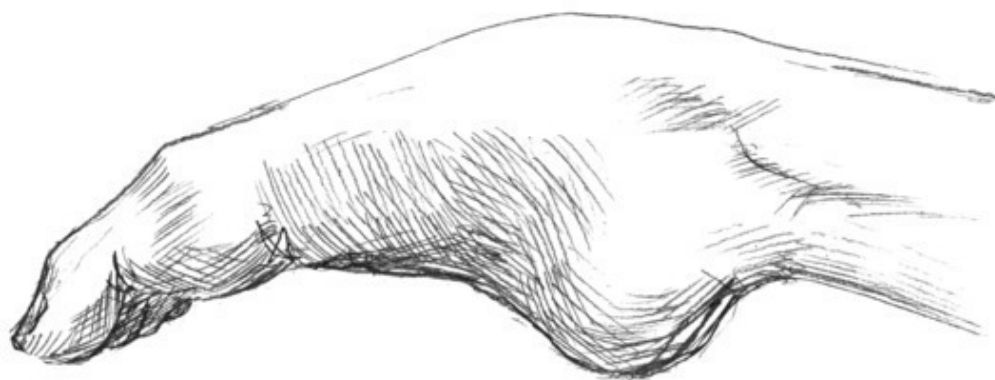


Рис. 18

При нормальной стопе гибкость её также хорошо развивается за счёт поперечного свода. Но при низкой стопе **практически нет** возможности её переформировать. При таком строении стопы, когда таранная кость глубоко сидит в «вилке», образованной большой и малой берцовыми костями, связки голеностопа укорочены и не гибки. С таким строением стопы сложно будет занимать положение на высоких полупальцах и тем более осваивать пальцевую технику. К тому же чаще всего низкой стопе сопутствуют продольное и поперечное плоскостопия.

Высота подъёма зависит от **поперечного свода**, а благодаря **продольным сводам** равномерно распределяется тяжесть тела. Чем выше арка, образованная сводами, тем лучше амортизация стопы. Это имеет важное значение при физических нагрузках.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.