



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ НАРОДНОГО ХУДОЖЕСТВЕННОГО ТВОРЧЕСТВА
КАФЕДРА ХОРЕОГРАФИИ

**«Классический танец как средство формирования исполнительской
культуры в ансамбле народного танца»**

Выпускная квалификационная работа по направлению

44.03.01 Педагогическое образование

Направленность программы бакалавриата

«Дополнительное образование (в области хореографии)»

Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований:

20,06 % авторского текста

Работа рекомендуется к защите
рекомендована/не рекомендована

« 16 » августа 2026 г.

зав. кафедрой хореографии

Чурашов А.Г.

Выполнила:

Студентка группы ЗФ 507-118-5-1

Арина Олеговна Китаева

Научный руководитель:

к.п.н., доцент

Л.М. Клыкова

Клыкова Людмила Алексеевна

Челябинск

2026

Оглавление

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ИСПОЛНИТЕЛЬСКОЙ КУЛЬТУРЫ В АНСАМБЛЕ НАРОДНОГО ТАНЦА СРЕДСТВАМИ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА.....	10
1.1 Исполнительская культура в хореографии: генезис понятия и современное осмысление.....	10
1.2 Феномен народного танца и проблематика формирования исполнительской культуры его артистов.....	14
1.3 Интеграция классического танца как педагогическое условие формирования исполнительской культуры артистов народного танца.....	25
ГЛАВА 2. МЕТОДИКА ПРИМЕНЕНИЯ ЭЛЕМЕНТОВ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ ИСПОЛНИТЕЛЬСКОЙ КУЛЬТУРЫ В АНСАМБЛЕ НАРОДНОГО ТАНЦА.....	31
2.1 Организация и методы опытно-экспериментальной работы на базе Государственного академического ансамбля танца «Урал» (г. Челябинск)	31
2.2 Разработка комплекса упражнений классического танца, направленного на формирование исполнительской культуры.....	35
2.3 Анализ эффективности разработанной методики (результаты педагогического эксперимента)	43
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	51
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	54

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. В современной хореографии требования к исполнительскому мастерству артистов народного танца неуклонно растут. Классический тренаж признан фундаментальной базой, обеспечивающей техническую оснащенность и академическую чистоту исполнения. Однако, несмотря на признание значимости классического экзерсиса, в педагогической практике наблюдается дефицит специализированных методик его интеграции в подготовку «народников» с учетом их специфической манеры и профилактики профессионального травматизма.

Необходимость поиска эффективных путей формирования исполнительской культуры, сочетающих академическую точность классики и аутентичность народного танца, определяет актуальность данного исследования. Существует научная лакуна в вопросах адаптации классических элементов под конкретные задачи народного танца (работа стопы для дробей, специфика постановки корпуса и рук), что требует детального методического обоснования.

Степень разработанности проблемы. Вопросы интеграции дисциплин и влияния классического танца на подготовку исполнителей рассматривались в трудах таких педагогов и исследователей, как А.Я.Ваганова, С.Н. Иванова, А.А. Климов, Т.С. Ткаченко, И.А. Моисеев, А.В. Лопухов, В.М. Захаров, А.В. Локшин, Г.П. Гуринович и др. Они заложили теоретические и методические основы классического и народного танца, обосновали значимость технической подготовки и артистизма. Отдельные аспекты взаимодействия классического и народного танца рассматривались в контексте развития характерного танца в балете и специфики подготовки артистов ансамблей.

В современных исследованиях (после 2020 года), таких как диссертационные работы по хореографической педагогике, статьи в

специализированных научных журналах (например, « Вестник Академии Русского балета им. А. Я. Вагановой», «Культура и искусство», «Театр. Живопись. Кино. Музыка»), продолжается изучение инновационных подходов к тренировочному процессу. Акцент делается на интеграции различных хореографических дисциплин для повышения универсальности танцовщика, профилактике травматизма, развитии психоэмоциональной устойчивости и сценической выразительности. Особое внимание заслуживают работы последних лет.

О.В. Бычкова в своих трудах (в частности, в монографии «Теория и методика преподавания хореографических дисциплин», 2023) обосновывает необходимость полидисциплинарного подхода в подготовке артистов, рассматривая классический танец как универсальную «грамматику» хореографического языка.

В контексте методологии данного исследования особую значимость представляют работы преподавателей кафедры хореографии ЮУрГГПУ:

Л.А. Клыкова, анализируя вопросы формирования исполнительской культуры в системе дополнительного образования, акцентирует внимание на роли рефлексивного компонента – способности артиста анализировать собственные движения и осознанно управлять мышечным аппаратом, что, как показывает практика, является дефицитарным звеном в подготовке артистов народных ансамблей.

С.А. Корякина в своих работах, посвященных методике народного танца поднимает проблему сохранения аутентичности при сценической обработке фольклорного материала и рассматривает классический танец как инструмент, позволяющий «облагораживать» народную пластику без потери её корневой системы.

С.В. Гутковская в статье «Интегративный подход к профессиональному образованию в сфере хореографического искусства» раскрывает роль интегративного подхода при формировании содержания обучения и образовательных технологий, проектировании процесса

подготовки специалистов-хореографов.

Позиция И.Л. Коротких созвучна идеям С.В. Гутковской об интегративном подходе, однако акцентирует практический аспект – необходимость разработки конкретных адаптивных комплексов для смешанных по уровню подготовки групп, что характерно для многих ансамблей народного танца.

Л.В. Манжелес в своих работах изучает реализацию интегративного подхода в подготовке педагогов-хореографов в вузах культуры. Автор создала модель интеграции дисциплин, которая направлена на формирование специализированных хореографических навыков и умений, а также профессионального мировоззрения как готовности к педагогической деятельности.

Е.В. Березикова в научной статье «Классическая хореография в контексте творческих задач ансамбля народного танца (на примере государственного ансамбля песни и танца «Алтай»))» акцентирует внимание на значении классического танца в профессиональном образовании современного хореографа, занятого в качестве исполнителя в народном ансамбле.

И.А. Баднин в книге «Охрана труда и здоровья артистов балета» структурированно отражает взаимосвязь причин и факторов, влияющих на возникновение травм. Он приводит градацию причин травм и заболеваний опорно-двигательного аппарата у артистов балета на организационно-технические, педагогические и медико-санитарные.

К.В. Прудникова в статье «Предупреждение травматизма на занятиях хореографии» рассматривает причины травматизма и способы его предупреждения, акцентируя внимание на важности разминки, постепенного нарастания нагрузки и технического совершенства исполнителей.

Д.Д. Остапчук – автор статьи «Интеграция психологических практик в педагогический процесс хореографического коллектива: осознанность,

визуализация и эмоциональная экспрессия» (журнал «Актуальные исследования», 2025) рассматривает роль психологических практик в оптимизации педагогического процесса хореографического коллектива, анализируя такие методы, как осознанность, визуализация и эмоциональная экспрессия, их влияние на техническое мастерство, эмоциональную устойчивость и когнитивное развитие обучающихся.

Однако, несмотря на обилие работ по совершенствованию хореографического образования, проблема целенаправленного и систематического применения классического танца для интегрированного формирования исполнительской культуры в ансамблях народного танца, особенно с учетом специфических требований современного этапа развития жанра и при сохранении его самобытности, остается недостаточно освещенной в контексте комплексного педагогического подхода. Это указывает на необходимость данного исследования.

Цель исследования – теоретически обосновать, разработать и экспериментально проверить эффективность методики применения классического танца для формирования исполнительской культуры участников ансамбля народного танца.

Задачи исследования:

1. Провести анализ теоретических источников по теме исследования;
2. Раскрыть содержание понятия «исполнительская культура» в контексте народного танца;
3. Проанализировать феномен народного танца и определить проблематику формирования исполнительской культуры его артистов;
4. Определить педагогические основания интеграции классического танца в процесс подготовки артистов народного танца;
5. Разработать комплекс упражнений и методические рекомендации по целенаправленному внедрению элементов классического танца в тренировочный процесс ансамбля народного танца;
6. Апробировать разработанную методику на базе Государственного

академического ансамбля танца «Урал» и оценить её педагогическую эффективность.

Объект исследования – процесс хореографической подготовки участников ансамбля народного танца.

Предмет исследования – методика применения классического танца в процессе формирования исполнительской культуры участников ансамбля народного танца.

Гипотеза исследования. Систематическое включение адаптированного комплекса классического экзерсиса в тренировочный процесс ансамбля народного танца позволит существенно повысить уровень технических и художественных компонентов исполнительской культуры (апломб, выворотность, координацию, музыкальность) артистов без утраты аутентичности народной манеры.

База исследования: Государственный академический ансамбль танца «Урал» (г. Челябинск).

Методы сбора информации:

Теоретический анализ искусствоведческой и педагогической литературы.

Педагогическое наблюдение по заданным критериям (техника, артистизм).

Опрос (анкетирование) участников коллектива.

Метод экспертных оценок и анализ видеозаписей выступлений.

Педагогический эксперимент (констатирующий, формирующий и контрольный этапы).

Теоретическая значимость исследования. Уточнен понятийный аппарат исследования, связанный с «исполнительской культурой» в контексте народного танца и ролью классического танца в ее формировании. Систематизированы теоретические представления о возможностях и механизмах влияния классического танца на развитие ключевых компонентов исполнительской культуры артиста народного

танца. Расширены научные представления о методических аспектах интеграции классического тренажа в систему подготовки ансамблей народной хореографии.

Практическая значимость исследования состоит в том, что разработанная методика применения классического танца для формирования исполнительской культуры может быть непосредственно использована в работе руководителей, педагогов и балетмейстеров ансамблей народного танца, хореографических студий и образовательных учреждений. Предложенный комплекс упражнений и методические рекомендации позволят целенаправленно повышать техническую оснащенность, артистизм и сценическую выразительность участников ансамблей, способствуя улучшению общего художественного уровня коллективов. Материалы работы могут служить основой для разработки учебных программ, курсов повышения квалификации и практических семинаров для хореографов.

Структура работы: работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованной литературы и приложений.

Во введении обозначены актуальность, цель и основные задачи работы.

В первой главе рассматриваются теоретические основы формирования исполнительской культуры в ансамбле народного танца средствами классического танца. А именно: изучается понятие исполнительской культуры в хореографическом искусстве; феномен народного танца и проблематика формирования исполнительской культуры его артистов; выявляется необходимость интеграции классического танца для повышения уровня исполнительской культуры в ансамбле народного танца.

Во второй главе на основе теоретического анализа разработан комплекс упражнений классического танца, направленный на развитие исполнительской культуры в ансамбле народного танца.

В заключении сформулированы основные выводы исследования и рекомендации.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИСПОЛНИТЕЛЬСКОЙ КУЛЬТУРЫ АРТИСТА НАРОДНОГО ТАНЦА И РОЛЬ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА В ЕЕ ФОРМИРОВАНИИ

1.1 Исполнительская культура в хореографии: генезис понятия и современное осмысление

Понятие «исполнительская культура» в хореографии является многомерным и динамичным феноменом, эволюционировавшим от простого понимания технического мастерства к комплексному осмыслению всей совокупности качеств, необходимых для подлинного художественного воплощения. Для полного понимания этого сложнокомпонентного термина, целесообразно провести анализ составных понятий, а также определить особенности употребления в современной литературе близких по смыслу понятий «исполнитель», «исполнительство», «исполнительское искусство». Здесь уместно заметить, что в научной литературе наблюдается терминологическая неоднозначность: ряд авторов (Н. Александрова, О.В. Розанова) используют понятия «исполнительское мастерство» и «исполнительская культура» как синонимы, что, на наш взгляд, является методологической ошибкой. Исполнительское мастерство – это скорее совокупность профессиональных навыков и умений, тогда как исполнительская культура – более широкая категория, включающая ценностные ориентации, эстетический вкус, этическую ответственность артиста перед зрителем и традицией.

Для начала определим, кто же такой «Исполнитель». Исполнитель – центральная фигура в исполнительском искусстве. Это человек, который непосредственно воплощает художественный замысел, передает его зрителю. В хореографии – это танцовщик, балерина, артист балета, в зависимости от жанра. Именно исполнитель является носителем и выразителем исполнительской культуры.

«Исполнительство» – это действие, которое включает в себя владение хореографическим языком, его необходимыми техническими навыками и приемами, а также средствами выразительности.

Исполнительское искусство – общая категория, включающая в себя все виды искусства, основанные на живом исполнении перед аудиторией. Помимо хореографии, к ним относятся театр, музыка, цирк и другие. Исполнительское искусство по своей природе эфемерно: оно существует только в момент исполнения, в процессе взаимодействия исполнителя и зрителя. Исполнительская культура – это качество и уровень этого исполнения. Таким образом, можно сказать, что исполнитель – это «носитель» исполнительской культуры, а исполнительское искусство – это область, где эта культура реализуется.

Изначально, в ранние периоды развития танцевального искусства, исполнительский акцент делался преимущественно на технике и виртуозности – способности выполнять сложные движения. По мере становления балета как самостоятельного вида искусства, и особенно с появлением романтического балета в XIX веке, к техническим требованиям добавилось требование артистизма и выразительности – способности передавать эмоции, создавать образ. На протяжении долгого времени наиболее востребованными в работе над исполнительским мастерством были системы ритмического воспитания Э. Жак-Далькроза, система пластического танца А. Дункан, система физического воспитания П.Ф.Лесгафта. Единой методологической системы не было, но был единый метод – подражание, копирование. Далее проблема совершенствования исполнительского мастерства становилась всё более актуальной и осмысливалась уже иначе. Современная отечественная наука представлена широким спектром исследований проблематики культуры исполнительства.

Термин «исполнительская культура» в его современном, широком значении начинает активно формироваться в искусствоведении и

педагогике в первой половине XX века. Во многом на это повлиял опыт театральной системы К.С. Станиславского. Хотя его работы в большей степени относятся к драматическому театру, его идеи оказали огромное влияние на формирование русской балетной школы, в частности, на подход к воспитанию танцовщиков, перенесший акцент с внешней техники на внутреннюю жизнь образа и артиста.

В хореографии этому способствовала работа А.Я. Вагановой. В её системе классического танца исполнительская культура тесно связана с формированием технических навыков. Ваганова утверждала, что для её развития необходимо развивать технические умения, которые позволяют исполнителю осознанно воплощать хореографический замысел. Её труд «Основы классического танца» обобщил опыт педагогов-предшественников и стал основой подготовки танцовщиков.

Позиция А.Я. Вагановой, несмотря на её фундаментальность, не является бесспорной. Как справедливо отмечает профессор О.В. Бычкова, «система Вагановой ориентирована прежде всего на классический балет и не в полной мере учитывает специфику народно-сценического танца, где акцент смещается с вытянутости и академизма на «заземленность» и характерность» [13, с. 45]. Этот тезис заслуживает особого внимания, поскольку он указывает на существующее методологическое противоречие: прямое перенесение классических канонов в народный танец без их адаптации может привести к нивелированию национальной специфики. Именно поэтому в данном исследовании мы рассматриваем не механическое копирование, а адаптивную интеграцию классического экзерсиса.

Как видим, понятие «исполнительская культура» в хореографии прошло длительный путь трансформации. Если в начале XX века, благодаря трудам А.Я. Вагановой, оно связывалось преимущественно с «академизмом» и строгой каноничностью движений [14, с. 56], то в современной педагогике (XXI век) это понятие стало комплексным.

Сегодня исполнительская культура трактуется как холистическая система качеств и компетенций артиста, позволяющая ему создавать глубокие, выразительные и технически безупречные художественные образы. Она рассматривается как синтез трех компонентов:

1. Технический компонент охватывает точность исполнения, координацию, мышечный контроль и виртуозность.

2. Художественно-эстетический компонент: понимание стиля, манеры, музыкальность, артистизм, выразительность, умение передавать художественный образ.

3. Психологический компонент отвечает за сценическое волнение, внимание, память, эмоциональную устойчивость.

Развивая эту классификацию, Л.А. Клыкова в своем диссертационном исследовании выделяет также аксиологический компонент – систему ценностных ориентаций артиста, его отношение к профессиональной деятельности, к традиции, к зрителю. По мнению Клыковой, «без сформированной ценностной основы техническое мастерство остается пустой формой, лишенной духовного наполнения» [29, с. 57]. С данной позицией нельзя не согласиться, особенно в контексте народного танца, где этическая и культурологическая составляющие играют первостепенную роль.

Анализируя теоретические труды различных авторов (А.Я. Ваганова, Р.В. Захаров, Ф.В. Лопухов и др.) отдельно выделить и отнести к числу компонентов исполнительской культуры можно:

4. Культурологический (понимание исторического контекста произведения, специфики хореографического стиля, способность к анализу и осмыслению сценической задачи).

5. Ансамблевый компонент (способность органично взаимодействовать с партнерами на сцене, чувствовать коллектив, поддерживать синхронность, единство стиля и выразительности).

Таким образом, в современной хореографической педагогике, с

нашей точки зрения, происходит смещение акцента с простого копирования движений на осознанное управление мышечным аппаратом. Для артиста народного танца это означает умение использовать силу и выворотность классической школы для реализации сложных народных трюков и дробей, не теряя при этом «земной», характерной природы народного танца. Ключевым является принцип осознанности, который требует от артиста не просто исполнять движения, а понимать их анатомическую структуру, энергетику, взаимосвязь с музыкой и партнерами. Это, в свою очередь, подводит нас к необходимости анализа специфики народного танца как уникального феномена, формирующего особые требования к исполнителю.

1.2. Феномен народного танца и проблематика формирования исполнительской культуры его артистов

Данный параграф посвящен всестороннему рассмотрению феномена народного танца, его особенностей, эволюции и структуры учебно-тренировочного процесса в народном хореографическом коллективе. Это послужит фундаментом для анализа проблематических аспектов формирования исполнительской культуры артиста народного танца при существующем подходе.

Народно-сценический танец представляет собой уникальный художественный феномен, возникший на стыке аутентичного фольклора и профессионального хореографического искусства. В отличие от других видов хореографии, специфика народного танца определяется его глубокой связью с национальной традицией, что диктует особые требования к исполнительской культуре артиста. Как отмечает И.С. Захарова, народный танец – это «особый язык, отражающий духовно-нравственные ценности этноса, его мировоззрение и коллективный опыт» [25, с. 78].

Развивая эту мысль, различные исследователи хореографии предлагают свои акценты в определении народного танца. Так, И.Э. Бриске

подчеркивает его синтетическую природу, рассматривая народный танец как «систему движения, музыки, костюма и драматургии, в которой отражается жизнь и мировоззрение народа» [11, с. 112]. В свою очередь, Н.Н. Вдовенко акцентирует внимание на коллективном характере народного танца, его обрядовой функции и тесной связи с повседневной деятельностью человека, называя его «коллективным творением, воплощающим в движении трудовые процессы, бытовые сцены, природные явления и эмоциональные переживания» [17, с. 65].

Т.М. Дубских рассматривает народный танец с позиций педагогики и его роли в культурном образовании. Она подчеркивает, что народный танец – это не только самобытное искусство, но и «систематизированная образовательная дисциплина, направленная на освоение национальной хореографической культуры, развитие физических и художественных способностей обучающихся, а также на формирование их мировоззрения через призму народных традиций» [22, с. 88]. Ее работы акцентируют внимание на методических аспектах преподавания народного танца и его ценности как средства воспитания.

А.В. Дубских также отмечает роль народного танца как средства коммуникации и сохранения культурной памяти, подчеркивая, что он является «живым архивом народной культуры, передающим из поколения в поколение уникальные черты этноса» [21, с. 45].

Выдающийся хореограф И.А. Моисеев, один из основоположников профессионального сценического народного танца, рассматривал его как «искусство, сохраняющее душу народа, но облакающее ее в совершенную сценическую форму, доступную и понятную широкому зрителю» [36, с. 30]. Надеждина Н.С., создательница легендарного ансамбля «Березка», своим творчеством продемонстрировала, что народный танец может быть адаптирован для сцены без потери своей самобытности, становясь при этом высокохудожественным зрелищем, где «каждое движение – это рассказ о жизни, обычаях и красоте русского человека» [37, с. 55].

Разнообразие этих подходов демонстрирует многогранность феномена народного танца и подтверждает его значимость как фундаментальной части национальной культуры.

Интересно, что в интерпретации С.А. Корякиной народно-сценический танец рассматривается как особая «пограничная» зона между фольклором и академическим искусством: «В отличие от аутентичного танца, который существует внутри традиции и не нуждается в сценической адаптации, народно-сценический танец – это результат сознательной художественной переработки, где авторская воля хореографа вступает в диалог с коллективной памятью этноса» [31, с. 34]. С этой позицией трудно не согласиться, поскольку она объясняет двойственную природу изучаемого феномена: народно-сценический танец одновременно принадлежит и фольклорной, и профессиональной культурам, что порождает внутреннее напряжение между аутентичностью и сценической зрелищностью.

Специфика народного танца как основы исполнительства проявляется в ряде характерных признаков:

1. Стилистическое многообразие: каждый национальный танец обладает уникальным пластическим языком. Исполнительская культура здесь требует от артиста не только технической точности, но и владения специфической манерой: от графичности и сдержанности кавказских танцев до широты и удалости русской пляски.

2. Техническая сложность элементов: важнейшими компонентами являются дробные выстукивания (требующие особой подвижности голеностопа), виртуозные вращения, прыжки и присядки. При этом работа корпуса и рук в народном танце несет особую смысловую нагрузку, отражая национальный характер и этикет.

3. Коллективность и ансамблевость: в народном танце индивидуальное мастерство неразрывно связано с умением работать в группе, чувствовать общий рисунок и ритм («чувство локтя»), что является

важной составляющей культуры исполнения.

Учебно-тренировочный процесс в профессиональных и ведущих самодеятельных народных хореографических коллективах традиционно строится вокруг освоения специфики народно-сценического танца. Его основная цель – формирование у артистов навыков, необходимых для точного и выразительного исполнения репертуарных номеров, сохранения национального колорита и стиля. Типичная структура тренировочного дня или цикла включает:

1. Народно-сценический экзерсис – это основной элемент подготовки, который может включать упражнения у станка и на середине зала, направленные на развитие характерной техники: присядки, дробные выстукивания, «ковырялочки», «ключи», специфические вращения и прыжки, характерные для различных регионов России и других народов мира. Экзерсис формирует базовые двигательные стереотипы, присущие народному танцу, развивает ритмичность, силу ног и специфическую пластику корпуса.

2. Изучение и отработка народной лексики. Артисты осваивают конкретные танцевальные элементы, характерные для определенного региона или народа, работая над их стилистической чистотой и аутентичностью.

3. Репетиции репертуарных номеров. Значительная часть времени посвящается отработке постановочных номеров, где происходит закрепление техники, синхронности, ансамблевой слаженности и актерского воплощения образов.

4. Элементы актерского мастерства и пантомимы включаются в тренировочный процесс для усиления художественно-образного компонента, что позволяет артистам глубже раскрывать характер персонажей и смысл танца.

5. Растяжка и общая физическая подготовка зачастую интегрируются в сам народно-сценический экзерсис, но могут также проводиться

отдельными блоками, однако не всегда с той же системностью и целеполаганием, что в академической школе. Сильной стороной такого подхода является глубокое погружение в национальную культуру, сохранение и развитие уникального хореографического языка. Однако, как показал анализ, при моно-жанровой подготовке в данном подходе кроются и системные ограничения.

Критически анализируя сложившуюся практику, нельзя не заметить, что опора исключительно на народно-сценический экзерсис, при всей его эффективности в формировании специфических навыков, имеет существенный недостаток: он не обеспечивает базового физиологического «фундамента», который в классической школе закладывается с первых занятий. Как отмечает И.Л. Коротких, «в народно-сценическом экзерсисе акцент смещен на внешний рисунок движения (характерность, дробность, «ковырялочку»), тогда как внутренняя работа мышц, связанная с выворотностью, апломбом и координацией, остается на периферии внимания педагога» [30, с. 73]. Это приводит к тому, что у артистов народных ансамблей, особенно не прошедших классической школы в детстве, формируются компенсаторные двигательные стереотипы, которые не только ограничивают их технический потенциал, но и создают предпосылки для травматизма.

Сильной стороной такого подхода является глубокое погружение в национальную культуру, сохранение и развитие уникального хореографического языка. Однако, как показал анализ, при моно-жанровой подготовке в данном подходе кроются и системные ограничения.

Несмотря на высокие требования к сценическому народному танцу, проблема формирования полноценной исполнительской культуры в хореографическом творчестве, особенно в его народно-сценической форме, обозначилась не сразу. В первые десятилетия существования профессионального народного танца основное внимание уделялось, прежде всего, освоению и сохранению народной лексики, изучению

региональных стилей и передаче национального колорита. Техническое мастерство и артистизм, хоть и ценились, но рассматривались, скорее, как второстепенные или развивающиеся интуитивно компоненты подготовки.

С течением времени, по мере развития и профессионализации народного танца, проблема формирования исполнительской культуры стала более очевидной. Этот процесс можно разделить на несколько этапов:

1. Этап стилизации и переноса на сцену (середина XX века): появление первых профессиональных коллективов народного танца, таких как ансамбль Игоря Моисеева, ансамбль имени Александрова и другие, ознаменовало новый этап развития. Художественные руководители и балетмейстеры столкнулись с задачей не просто воспроизводить народные танцы, но и адаптировать их для сцены, делая более зрелищными и понятными широкой аудитории. В этот период начался поиск баланса между аутентичностью и сценической выразительностью. Первые проблемы стали проявляться в ограниченности технических возможностей артистов, не позволявших им в полной мере реализовать замыслы балетмейстеров. Возникла потребность в более высоком уровне физической подготовки и мастерства.

2. Этап развития техники и расширения репертуара (конец XX – начало XXI века): по мере роста популярности и востребованности народно-сценического искусства, требования к артистам значительно повысились. Балетмейстеры стали использовать более сложные хореографические композиции, вводить элементы классического танца и акробатики. Этот этап характеризовался стремлением к развитию универсальной техники, артистизма и выразительности. В этот период начала формироваться система подготовки артистов народного танца, включающая изучение как народной хореографии, так и элементов классического танца. Однако проблема состояла в отсутствии единой, научно обоснованной методики, способной обеспечить гармоничное развитие всех необходимых исполнительских качеств без потери

специфики жанра.

3. Современный этап: интеграция и комплексный подход: современный этап развития народного танца характеризуется стремлением к интеграции, комплексному подходу к подготовке артистов и поиску новых форм выражения. Акцент смещается в сторону не только виртуозной техники, но и раскрытия творческого потенциала артиста, развития его интеллекта, музыкальности и эмоциональной выразительности. Основной проблемой является необходимость достижения высоких исполнительских результатов, сохраняя при этом национальную самобытность и неповторимость стиля, а также обеспечивая профессиональное долголетие артиста в условиях постоянно возрастающих нагрузок.

С учетом вышеизложенных тезисов рассмотрим ключевые проблематические аспекты и их влияние на физические качества и технические навыки артиста народного танца при моно-жанровой подготовке:

1. Недостаточность всестороннего физического развития, универсальности тела и высокий риск травматизма:

При подготовке, ориентированной исключительно на народный танец, часто наблюдается дисбаланс в развитии мышечно-связочного аппарата. Методики народного танца, даже в их сценической адаптации, исторически не ставили целью комплексное и равномерное укрепление всех групп мышц по принципам выворотности и осевой нагрузки, как это свойственно классическому танцу. Это приводит к формированию специфических, но не универсальных физических данных, что ограничивает диапазон движений и снижает адаптивность тела к разнообразным хореографическим задачам.

В противовес этому, классический экзерсис выступает как системообразующий компонент, закладывающий универсальную физическую базу. Он целенаправленно развивает следующие качества исполнителя:

– Выворотность (*en dehors*): формирует не только эстетически выверенные линии и открытые позиции, но и увеличивает функциональный диапазон движений, повышая устойчивость и маневренность. Это критически важно для выполнения сложных вращений, прыжков и специфических характерных движений народного танца, а также снижает компенсаторные нагрузки на суставы.

– Апломб и координация: развитие этих качеств обеспечивает безупречное равновесие в статичных позах и динамичных элементах. Это позволяет артисту народного танца выполнять головокружительные туры, пируэты и быстрые перестроения с высокой степенью чистоты и уверенности, чего сложно добиться без систематической тренировки центра тела.

Технические пробелы и ограничение диапазона движений: Ограниченная гибкость и недостаточная сила в определенных группах мышц, не развитые посредством систематических растяжек и глубоких *plie*, снижают пластическую выразительность и визуальную привлекательность линий танцовщика. Что в свою очередь провоцирует

Высокий риск травматизма и снижение профессионального долголетия: как отмечает В.В. Петров, «неполноценное физическое развитие, отсутствие систематической подготовки, направленной на укрепление всех суставов и связок, является прямой причиной увеличения профессиональных травм у артистов хореографических коллективов» [42, с. 95]. Именно классический танец нивелирует эти риски, развивая:

– Силу и выносливость: систематические тренировки способствуют развитию мышечной силы и кардиореспираторной выносливости, что позволяет артисту поддерживать необходимый темп и энергетику на протяжении всего исполнения, справляясь с физическими нагрузками, характерными для многих активных форм народного танца.

– Гибкость и эластичность: эти качества расширяют амплитуду движений в суставах и мышцах, способствуя созданию более

выразительных пластических форм, высоких подъемов ног и глубоких прогибов, при этом органично интегрируясь в специфическую пластику народного танца без утраты ее аутентичности.

Таким образом, классический танец предоставляет тот комплекс физических навыков, который позволяет артисту народного танца виртуозно и с минимальным риском травматизма реализовывать технически сложные элементы национального хореографического лексикона, значительно продлевая его профессиональное долголетие.

2. Дефицит сценической выразительности, универсальной музыкальности и системности в педагогике:

Ограниченный артистический инструментарий: исполнительская культура артиста народного танца, сформированная без влияния классической школы, может быть ограничена в выразительных средствах. Хотя народный танец обладает богатой мимикой и жестикуляцией, академическая школа расширяет понимание пластической выразительности всего тела – от положения головы (*épaulement*) до культуры рук (*port de bras*), формируя более утонченный и универсальный сценический образ. Без этой базы, движения могут казаться менее «завершенными» или «отточенными» для искушенного зрителя [43, с. 60]. Классический танец является мощной школой не только физической, но и художественной подготовки, развивая:

– Музыкальность и сценическую выразительность: он воспитывает глубокое понимание музыкальной драматургии, ритма, темпа, динамики и фразировки. Способность «проживать» музыку, передавая ее эмоциональное и смысловое содержание через пластику, является неотъемлемой частью исполнительской культуры. Принципы постановки корпуса, культура рук (*port de bras*), выразительность взгляда и головы (*épaulement*), отточенные в классическом экзерсисе, значительно обогащают сценический образ в народном танце, придавая ему дополнительную глубину, экспрессию и законченность. Деятельность Н.С.

Надеждиной и ее ансамбля «Березка» служит ярким примером того, как органичное соединение аутентичной народной пластики с высокой академической культурой исполнения позволяет достичь уникальной художественной выразительности, где каждое движение наполнено смыслом и национальной душой [37, с. 70].

Недостатки педагогического подхода и профессиональной перспективы: методики преподавания народного танца, особенно в региональных школах, не всегда обладают той строгостью, последовательностью и научно обоснованностью, которая присуща академической системе классического танца. Это может приводить к несбалансированному развитию, формированию неправильных двигательных стереотипов и снижению общей эффективности обучения. Именно здесь проявляется значение классического танца как методического эталона: Т.М. Дубских правомерно отмечает, что «классический танец является универсальной грамматикой хореографии, овладение которой позволяет артисту свободно и осмысленно говорить на любом танцевальном языке, включая народный» [22, с. 115]. Эта «грамматика» включает не только алгоритмы освоения движений, но и принципы построения урока, развития от простого к сложному, а также воспитание внутренней дисциплины, самоконтроля, ответственности и трудолюбия.

Ограничение карьерных возможностей: артист, обладающий лишь народно-сценической подготовкой, менее адаптивен и менее востребован в широком спектре хореографических проектов, включающих синтетические постановки или требующих высокой универсальной технической базы.

Проанализировав все возможные аспекты, видим, что проблематика формирования исполнительской культуры в современных условиях обусловлена рядом существенных противоречий.

– Противоречие между аутентичностью и сценичностью. Одной из главных проблем является поиск баланса между сохранением

первозданной народной основы и необходимостью профессиональной сценической обработки. Избыточная академизация может привести к утрате «души» танца, в то время как недостаток обработки делает исполнение самодеятельным и малохудожественным.

– Недостаток технической базы. В практике народных ансамблей (особенно любительских) часто наблюдается дефицит системной подготовки. У артистов нередко отсутствуют правильная постановка корпуса (апломб), достаточная выворотность и сила мышц, что ведет к «грязному» выполнению элементов и повышает риск травматизма.

– Сложность подготовки в любительских коллективах. Ограниченное количество репетиционных часов зачастую тратится исключительно на разводку номеров, в ущерб тренажу. Это порождает проблему «репертуарного исполнительства», когда участники знают движения конкретного танца, но не обладают общей исполнительской культурой и технической свободой.

Анализируя проблему «утраты аутентичности» при интеграции классики, можно сказать, что зачастую она гиперболизируется. Анализ практики показывает, что опасения по поводу «обалетивания» народного танца, как правило, возникают там, где интеграция осуществляется механически, без учета специфики народной пластики. Однако грамотная адаптивная интеграция, напротив, позволяет артисту глубже прочувствовать и точнее воспроизвести национальные особенности, поскольку техническая свобода освобождает ресурс для художественной выразительности. Именно это наблюдение легло в основу подхода к разработке экспериментальной методики.

Изложенные проблемы убедительно демонстрируют, что, несмотря на самобытность и богатство народно-сценического материала, его методическая база в отрыве от академической школы не способна в полной мере обеспечить формирование универсально подготовленного артиста. Именно эти ограничения обуславливают острую необходимость

интеграции классического экзерсиса как универсальной педагогической системы, способной компенсировать указанные недостатки и поднять профессиональный уровень артистов народного танца.

Подводя итог параграфа, отметим, что проведенный анализ феномена народного танца от его бытовых истоков до современной сценической формы выявил его ключевые особенности и эволюцию требований к исполнителям, которая привела к необходимости обеспечения высокого технического и художественного уровня. Изучение традиционного учебно-тренировочного процесса в народных хореографических коллективах, ориентированного преимущественно на моно-жанровый подход, позволило выявить системные ограничения в формировании исполнительской культуры артистов. Ключевые проблемы включают недостаток универсального физического развития (выворотности, апломба, координации, выносливости), высокий риск травматизма, ограниченность технических навыков и сценической выразительности, а также дефицит системности в педагогике. Эти выявленные дефициты актуализируют поиск эффективных путей для повышения уровня исполнительского мастерства, что будет рассмотрено в следующем параграфе.

1.3. Необходимость интеграции классического танца для повышения уровня исполнительской культуры в ансамбле народного танца

Переходя от анализа проблематики народного танца к поиску путей её решения, необходимо обосновать выбор классического танца как универсального фундамента подготовки. Интеграция классического экзерсиса в систему работы народного ансамбля обусловлена не стремлением к «балетизации» фольклора, а необходимостью создания надежного «анатомического каркаса» артиста, без которого невозможно достижение высокого уровня исполнительской культуры.

Исторический аспект интеграции подтверждает жизнеспособность такого синтеза. Процесс взаимопроникновения классической и народной

основ начался еще в XIX веке в рамках формирования характерного танца в балетном театре. Великие хореографы (М. Петипа, Л. Иванов, М. Фокин) использовали классическую школу для облагораживания народных движений, переводя их из плоскости бытового фольклора в плоскость высокого сценического искусства.

Однако подлинный методический прорыв был совершен Игорем Моисеевым. Создавая первый профессиональный ансамбль народного танца, он заложил в его основу систему «классического тренажа для народников». Опыт Моисеева доказал: классический танец не стирает национальную манеру, а, напротив, дает артисту техническую свободу для её максимально полного и виртуозного выражения. Моисеевская школа продемонстрировала, что интеграция классики – это путь от «самодеятельного этнографизма» к профессиональному исполнительству.

Механизмы влияния классического экзерсиса на компоненты исполнительской культуры артиста народного танца:

1. Выворотность как залог устойчивости и чистоты дробей. В народном танце выворотность имеет не только эстетическое, но и сугубо прикладное значение. Разработанность тазобедренного сустава, достигаемая у станка, обеспечивает свободу голеностопа. Это позволяет исполнять дробные выстукивания четко, ритмично и без лишнего напряжения («зажатости»), сохраняя при этом устойчивость (апломб) на опорной ноге.

2. Координация для реализации сложных композиционных рисунков. Современный народно-сценический танец характеризуется стремительной сменой рисунков и сложной полифонией движений. Интеграция классики приучает артиста к строгой координации рук, ног и головы. Способность классически обученного тела «разделять» работу различных групп мышц позволяет артисту народного танца исполнять сложнейшие ритмические пассажи ногами, сохраняя при этом пластическую выразительность и спокойствие корпуса.

3. Музыкальность и ритмическая дисциплина. Система классического танца базируется на строгом музыкальном квадрате и логике музыкальной фразы. Работа с классическим аккомпанементом развивает у участников ансамбля «музыкальное ухо», что впоследствии проецируется на работу с народной музыкой. Освоение навыка дифференциации сильной доли, затакта и синкопы является необходимым условием для качественного исполнения народных танцевальных движений с синкопированным ритмом.

4. Артистизм через техническую свободу. Исполнительская культура подразумевает создание художественного образа. Классический тренаж, доводя движения до автоматизма и совершенства, освобождает сознание артиста от «борьбы с техникой». Только когда исполнитель уверен в своем прыжке, вращении или устойчивости, он может полноценно работать над актерской задачей, характером персонажа и передачей национальной специфики образа.

В условиях ансамбля народного танца интеграция должна носить адаптивный характер. Речь идет не о копировании урока классического танца в балетной школе, а об отборе тех элементов, которые напрямую работают на «народный» репертуар. Например, *épaulement* классического танца становится базой для формирования горделивой осанки в народных проходках, а *grand battement jeté* – основой для широких мужских прыжков.

Методологический вклад в решение этой задачи внесла Л.А.Клыкова, предложив модель «двойной опоры»:

«Верхний слой» – классический экзерсис. Он формирует базу: апломб (владение корпусом), выворотность и общую физическую подготовку.

«Нижний слой» – народно-сценический экзерсис. Он сохраняет и передаёт специфику, аутентичность народного танца.

Ключевая идея – не просто освоить два пласта отдельно, а синхронизировать их. Вот тут и появляется тот самый «мостик». Это не

отдельное упражнение, а тип упражнений, который учит артиста осознанно «переключаться» между классической и народной пластикой. Они тренируют координацию, помогают «настроить» тело на разный режим работы, чтобы в танце легко переходить от академической выворотности к характерным движениям народного танца и обратно.

Есть основания полагать, что именно такой подход является наиболее продуктивным, поскольку он не противопоставляет классику и народность, а рассматривает их как взаимодополняющие педагогические системы.

Также значимой представляется позиция С.А. Корякиной, которая в своем учебном пособии предлагает конкретные варианты адаптации классических экзерсисов под задачи народного танца: например, *battement tendu* с акцентом на «заземленную» стопу, *plié* с измененным положением корпуса, характерным для народной манеры. Эти методические находки, по мнению С.А. Корякиной, позволяют сохранить академическую базу, но «перекодировать» её в народную пластику уже на этапе освоения движения [31, с. 91]. В нашем экспериментальном комплексе мы использовали некоторые из этих подходов, что будет подробно описано во второй главе.

Таким образом, необходимость интеграции классического танца в процесс подготовки участников ансамбля народного танца продиктована требованиями современной сцены. Классический экзерсис выступает здесь как педагогическая методика, позволяющая трансформировать природные данные участника в профессиональный исполнительский аппарат, способный воплощать сложнейшие художественные задачи народно-сценической хореографии.

Теоретическое исследование, проведенное в первой главе, позволило сформулировать следующие положения:

1. В рамках параграфа 1.1. уточнено содержание понятия «исполнительская культура» применительно к современной хореографии. Она определена как целостная система, объединяющая техническую виртуозность, художественный артистизм и профессиональную этику.

Установлено, что фундаментом этой культуры является осознанное владение психофизическим аппаратом, позволяющее артисту переходить от механического копирования движений к созданию глубокого сценического образа.

2. Определены основные компоненты, составляющие исполнительскую культуру артиста народного танца:

1. Технический компонент охватывает точность исполнения, координацию, мышечный контроль и виртуозность.

2. Художественно-эстетический компонент: понимание стиля, манеры, музыкальность, артистизм, выразительность, умение передавать художественный образ.

3. Психологический компонент отвечает за сценическое волнение, внимание, память, эмоциональную устойчивость.

4. Аксиологический компонент (культурологический) – система ценностных ориентаций, отношение к традиции, профессиональная этика.

5. Ансамблевый компонент – способность к коллективному взаимодействию, чувство «локтя», ответственность за общий художественный результат.

3. Анализ феномена народного танца позволил определить его основные черты: стилистическое многообразие, техническая сложность, коллективность и ансамблевость.

Выявлены системные ограничения моно-жанрового подхода в подготовке артистов народного танца. Доказано, что опора исключительно на народно-сценический экзерсис ведет к дисбалансу в развитии мышечно-связочного аппарата, дефициту апломба и координации. Это не только ограничивает технический рост исполнителей, но и значительно повышает риск профессионального травматизма, сокращая творческое долголетие артиста. Грамотная интеграция расширяет выразительные возможности артиста, позволяя ему глубже прочувствовать национальную специфику за счет технической свободы.

4. Обоснована роль классического танца как комплементарного элемента системы хореографического образования. Классический экзерсис выступает стратегическим инструментом, который систематизирует педагогический процесс и формирует универсальную физическую базу.

5. Определены механизмы трансформации классической базы в народную манеру. Установлено, что интеграция классических элементов (выворотность, культура *port de bras*, академизм линий) не стирает национальную специфику, а освобождает артиста от технической скованности. Это позволяет достичь высокого качества исполнения дробей, вращений и прыжков при сохранении стилистической достоверности каждой конкретной народности.

ГЛАВА 2. МЕТОДИКА ПРИМЕНЕНИЯ ЭЛЕМЕНТОВ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ ИСПОЛНИТЕЛЬСКОЙ КУЛЬТУРЫ В АНСАМБЛЕ НАРОДНОГО ТАНЦА

2.1 Организация и методы опытно-экспериментальной работы

Изучение проблематики формирования исполнительской культуры артиста народного танца подтвердило, что исключительно моно-жанровый педагогический подход является недостаточным для подготовки исполнителей, способных соответствовать высоким международным стандартам. Выявленные ограничения в развитии универсальных физических качеств, технических навыков, сценической выразительности, музыкальности, а также повышенный риск травматизма и отсутствие системности в обучении, настоятельно требуют расширения образовательной парадигмы. В этом контексте интеграция классического экзерсиса представляется не просто желательной, но и императивной, поскольку она обеспечивает универсальный базис для развития силы, выносливости, координации, апломба, выворотности, гибкости, а также формирует глубокую музыкальность, артистизм и профессиональную дисциплину. Только такой синтетический подход способен сформировать артиста народного танца с высоким уровнем исполнительской культуры, способного ярко и технически совершенно представлять национальное хореографическое искусство на мировых сценических площадках, не утрачивая при этом его самобытности.

В данной главе, выдвинутая нами гипотеза исследования: «Систематическое включение элементов классического танца в процесс подготовки артистов народного танца будет способствовать формированию исполнительской культуры» будет доказана или опровергнута эмпирическим путем.

База исследования. Опытно-экспериментальная работа проводилась

на базе Государственного академического ансамбля танца «Урал» (г. Челябинск) в период с сентября 2025 года по апрель 2026 года. Ансамбль «Урал» является одним из ведущих профессиональных коллективов России, сохраняющим и развивающим традиции народно-сценического танца. Его репертуар включает как аутентичные танцы народов Урала, так и стилизованные хореографические постановки, требующие от артистов высокого уровня технического мастерства, артистизма и физической выносливости. В состав экспериментальной группы вошли 15 артистов основного состава ансамбля в возрасте от 20 до 30 лет, имеющих среднее и высшее профессиональное хореографическое образование и опыт работы в коллективе не менее трех лет. Контрольная группа состояла из 15 артистов аналогичного возраста и квалификации, продолжавших тренировки по традиционной методике ансамбля.

Выбор базы исследования не случаен: ансамбль «Урал» является типичным представителем профессиональных народных коллективов, где артисты имеют разноуровневую подготовку (часть из них прошла классическую школу, часть – нет), что позволяет репрезентативно оценить эффективность предложенной методики в условиях, приближенных к реальной педагогической практике.

Диагностический инструментарий.

Для оценки уровня сформированности исполнительской культуры артистов были разработаны критерии, основанные на компонентах, выделенных в первой главе:

1. Технический компонент:

- Выворотность (оценка положения ног и бедер).
- Апломб и равновесие (устойчивость в позах и движениях).
- Координация (согласованность движений рук, ног, корпуса, головы).
- Сила и выносливость (качество исполнения прыжков, вращений, длительность поддержания темпа).

– Гибкость и эластичность (амплитуда движений, высота подъема ног, прогибы).

– Чистота и четкость исполнения элементов.

2. Художественный компонент:

– Музыкальность (соответствие движений музыкальной фразировке, ритму, динамике).

– Артистизм и сценическая выразительность (эмоциональная наполненность, передача образа, культура рук и головы).

– Сохранение аутентичности и народной манеры исполнения.

3. Психологический компонент:

– Сценическая уверенность.

– Эмоциональная устойчивость.

– Концентрация внимания.

4. Ансамблевый компонент:

– Синхронность и слаженность в групповых движениях.

– Взаимодействие с партнерами.

Оценка проводилась по 5-балльной шкале (1 – низкий уровень, 5 – высокий уровень) путем экспертного наблюдения (педагоги, балетмейстеры ансамбля) и анализа.

Результаты констатирующего этапа. На начальном этапе эксперимента (сентябрь 2025 г.) была проведена диагностика обеих групп. Результаты показали, что артисты ансамбля «Урал» обладают высоким уровнем владения специфической народно-сценической техникой, хорошей выносливостью и яркой артистичностью, присущей народному танцу. Однако были выявлены следующие уязвимые стороны, характерные для моно-жанровой подготовки, что подтверждает выводы Главы 1:

1. Недостаточное внимание к формированию апломба и постановке корпуса приводило к нарушению вертикальной оси в сложных элементах народного танца, что снижало чистоту вращений и общую устойчивость исполнителей. Средний балл по апломбу составил 3.5.

2. Ограниченное развитие выворотности. Несмотря на наличие специфических народных позиций, функциональная выворотность бедра была развита недостаточно, что ограничивало амплитуду некоторых движений и создавало дополнительную нагрузку на коленные суставы. Средний балл – 3.2.

3. Недостаточное развитие стопы и голеностопа. Хотя артисты виртуозно выполняли дробные выстукивания, общая сила и эластичность стопы, необходимые для высоких подъемов и мягких приземлений, были развиты неравномерно. Средний балл – 3.4.

4. Ограниченная координация рук и ног в сложных комбинациях. В быстрых переходах между элементами иногда наблюдалась некоторая скованность или неточность в работе рук, что снижало общую выразительность. Средний балл – 3.6.

5. Стилистическая ограниченность пластики рук и головы. Несмотря на выразительность, присущую народному танцу, диапазон пластических форм был менее универсален по сравнению с академической школой. Средний балл – 3.7.

Сводные данные результатов оценки компонентов уровня сформированности исполнительской культуры артистов ансамбля танца «Урал» на констатирующем этапе (Таблица 1):

Таблица 1 – Сводные данные результатов оценки компонентов уровня сформированности исполнительской культуры артистов ансамбля танца «Урал» на констатирующем этапе

Критерий оценки	Средний балл (констатирующий этап)
Выворотность	3.2
Апломб и равновесие	3.5.
Координация	3.6
Сила и выносливость	4.0
Гибкость и эластичность	3.4
Чистота и четкость исполнения	3.8
Музыкальность	4.1
Артистизм и сценическая выразительность	4.2
Сохранение аутентичности	4.5
Сценическая уверенность	3.9
Ансамблевая слаженность	4.3

Эти данные подтвердили необходимость внедрения классического экзерсиса для компенсации выявленных дефицитов и повышения общего уровня исполнительской культуры.

2.2. Разработка комплекса упражнений классического танца, направленного на развитие исполнительской культуры в ансамбле народного танца

Разработка практического комплекса упражнений стала логическим продолжением теоретических выводов, сделанных в первой главе нашего исследования. Мы исходили из того, что формирование исполнительской культуры артиста народного танца не может быть достигнуто средствами одного лишь народно-сценического экзерсиса в силу его методических ограничений, подробно проанализированных выше. В то же время механическое перенесение академического урока классического танца, ориентированного на профессиональную подготовку артистов балета, в практику народно-сценического танца является неэффективным и контрпродуктивным, поскольку ведёт к нивелированию национальной специфики и стилистическому обезличиванию народной манеры.

Таким образом, встала задача создания адаптивной методики, которая бы, с одной стороны, использовала мощный педагогический потенциал классической школы (выработка апломба, выворотности, координации, силы и гибкости), а с другой – сохраняла и развивала аутентичную природу народного танца.

Методологическая основа и авторская модель интеграции. В развитие идей Л.А. Клыковой нами был предложен и апробирован принцип «двойной опоры», реализуемый через систему «мостиковых» упражнений.

В нашей модели классический и народно-сценический экзерсисы выстраиваются не как конкурирующие или параллельно существующие системы, а как взаимодополняющие уровни единого тренировочного

процесса, которые мы образно обозначаем как метафору «Скелет – Кожа»:

1. Уровень «Скелет» (функция классического экзерсиса) – формирует глубинную, анатомическую основу танцевального аппарата. Это развитие выворотности тазобедренного сустава, устойчивость осевого скелета и позвоночника (апломб), укрепление глубоких мышц спины и пресса, эластичность подъема стопы и ахиллова сухожилия. Этот уровень обеспечивает ту физическую «арматуру» тела, которая позволяет артисту выполнять технически сложные движения с минимальным риском травматизма и без лишнего мышечного закрепощения.

2. Уровень «Кожа» (функция народно-сценического экзерсиса) – накладывает на анатомический фундамент внешний, стилистический рисунок. Это формирование характерной «заземленности» движений, дробной ритмики, специфического положения корпуса, рук и головы, присущих конкретному национальному танцу. Этот уровень отвечает за сохранение аутентичности и сценическую выразительность.

Отличительной особенностью нашей системы является не просто наличие двух этих уровней, а технология их соединения – «мостиковые» упражнения. Это короткие, методически выверенные связки, которые не существуют в классической или народной педагогике по отдельности. Они являются «переключателями», обучающими артиста осознанно трансформировать координацию тела: переходить из вытянутой, академической манеры в заземленную, характерную народную и обратно. Именно этот механизм, на наш взгляд, позволяет снять главное противоречие народной хореографии: как остаться технически виртуозным, но при этом не утратить национального колорита и «души» танца.

Принципы разработки комплекса. При создании комплекса мы руководствовались следующими педагогическими принципами:

1. Принцип целесообразности и селективности. В отличие от традиционного подхода, когда артистам дают «урок классики» целиком, мы

произвели строгий отбор движений. Из всего арсенала классического экзерсиса были выбраны только те элементы, которые имеют прямой или опосредованный проекционный эффект на конкретные задачи народного танца. Например, мы усилили долю упражнений на развитие стопы (*battement tendu, frappe*) и работу в *demi-plié, grand plié*, но сократили сложные адажио с высокими *développé*, которые не находят применения в народной хореографии.

2. Принцип «от простого к сложному» и физиологической постепенности. Комплекс выстроен по классической схеме урока: разминка – экзерсис у станка – экзерсис на середине – *allegro* – растяжка. Однако внутри каждого блока упражнения ранжированы по степени нагрузки, а введение «мостиковых» упражнений происходит только после того, как артист освоит базовую классическую форму движения.

3. Принцип осознанности и рефлексии. Каждое упражнение и особенно «мостиковые» связки сопровождаются вербальным комментарием педагога. Артисту объясняется зачем он выполняет данное движение и как оно поможет ему в конкретных репертуарных номерах.

4. Принцип музыкального билингвизма. В комплексе используется два типа музыкального сопровождения: классическое фортепиано (70% времени) для выработки четкой метроритмической структуры, и народные наигрыши в умеренном темпе (30% времени) для адаптации выработанных навыков к национальной музыкальной специфике.

5. Принцип адаптивной стилизации. В упражнениях на середине зала классические позиции рук (*port de bras*) органично заменяются на стилизованные народные положения («руки на пояс, на талию, положение рук на пояс и др.), что позволяет артисту сразу выстраивать ассоциативную связь между академической школой и сценическим образом.

Практическое содержание комплекса упражнений. Разработанный комплекс был интегрирован в тренировочный процесс экспериментальной группы ансамбля «Урал» три раза в неделю по 60 минут, дополняя

основной репетиционный процесс. Продолжительность эксперимента составила шесть месяцев (сентябрь 2025 – апрель 2026). Комплекс включал пять логически выстроенных разделов.

1. Разминка (5-7 минут)

Цель: Подготовка мышечно-связочного аппарата к интенсивной нагрузке, профилактика травматизма, повышение эластичности мышц и суставов.

Упражнения:

- Наклоны и повороты головы с включением *épaulement* (формирование выразительности головы и шеи, подготовка к работе с *port de bras*).

- Круговые движения плечами, предплечьями и кистями (развитие свободы и пластичности рук, необходимое для народных хороводов и плясок).

- Специальная разминка стопы: поочередное сокращение и вытягивание стопы (*flex-point*) в положении сидя, круговые движения стопами (активизация голеностопного сустава, критически важная для мелких выстукиваний и прыжков).

- Легкие *demi-plié* по I и II позициям (разогрев коленных и тазобедренных суставов, подготовка к выворотной работе).

2. Экзерсис у станка (30-35 минут)

Это ядро комплекса, где формируется «скелетный» уровень исполнительской культуры.

- *Plié* (по I, II, IV, V позициям). Основная задача – развитие выворотности, эластичности ахилловых сухожилий и связок, укрепление коленных суставов.

Глубокие и медленные *plié* формируют навык мягкой амортизации, необходимый для приземлений после высоких прыжков и для устойчивости в полуприсядах при исполнении «гармошек» и присядок.

- *Battement tendu* (по I и V позициям). Ключевое упражнение для

укрепления стопы и развития подвижности голеностопного сустава. Особое внимание уделялось активной работе стопы – проведению через *demi-pointe* с четкой фиксацией в позиции. Это упражнение является прямой подготовкой к дробным выстукиваниям, «ковырялочкам» и четкой постановке стопы в народных движениях.

– *Battement tendu jeté* (по I и V позициям). Развивает силу и быстроту сокращения мышц ног, легкость и полетность. Это базовое упражнение подготавливает артиста к исполнению мелких прыжков, быстрых переступаний и «ключей» в мужской пляске.

– *Rond de jambe par terre* (по I позиции). Развивает выворотность в тазобедренном суставе и укрепляет мышцы бедра. Формирует плавность и координацию движений ног, что необходимо для исполнения круговых движений в народных танцах и подготовки к вращениям.

– *Battement frappe* (по I и V позициям). Это упражнение имеет особое значение для «народников». Оно развивает резкость, силу и быстроту реакции мышц голени и стопы. Отработка *frappe* напрямую проецируется на чеканные, акцентированные дробные движения, требующие моментальной собранности ноги.

– *Adagio (développé, relevé lent)*. Развивает апломб, статическое и динамическое равновесие, силу мышц ног и спины, способность удерживать позу. Формирует пластичность и вытянутость линий, что улучшает сценическую культуру и выразительность даже в статичных народных позах.

– *Grand battement jeté* (по I и V позициям). Развивает силу и широкую амплитуду движения ноги. Готовит артиста к высоким броскам ног, широким и размашистым движениям, характерным для многих мужских и женских народных плясок (например, «разножка» в русском танце).

– *Port de bras* (по I, II, III позициям). В этом упражнении мы делали акцент не только на академической правильности рук, но и на последующем переходе к народным положениям, подготавливая артиста к

«мостиковым» упражнениям

3. «Мостиковые» (трансформационные) упражнения (5-7 минут, интегрированы в экзерсис у станка и на середине)

Это наиболее инновационная часть комплекса, которая является его главным отличием от существующих методик. Данные связки не имеют аналогов в традиционной классической или народной педагогике. Они представляют собой короткие комбинации, требующие от артиста осознанного переключения между классической и народной манерой исполнения в пределах одной музыкальной фразы.

Перечень «мостиковых» упражнений (Таблица 2):

Таблица 2 – Перечень «мостиковых» упражнений

Название «мостика»	Техника выполнения (переключение)	Целевой эффект для народного танца
1. «Вытянул – Опустил» (на основе Battement Tendu)	1-й такт: классическое <i>battement tendu</i> с острым вытянутым носком в пол (активная работа подъема). 2-й такт: переключение – вынос стопы на «ребро» (сокращенная стопа, положение, характерное для drobных ударов), удар пяткой об пол, возврат в позицию с акцентом «в пол».	Коррекция функциональности стопы. Учит артиста мгновенно переключать голеностоп с мягкого «балетного» касания на жесткую, ударную манеру, необходимую для чеканных дробей и «ковырялочек». Снимает зажатость и скованность в лодыжке, расширяет диапазон ее движений.
2. «Корпус – Руки» (на основе Port de Bras и épaulement)	Исходное положение: классическая спина (вытянутая, подтянутая, плечи расправлены), руки округлые. Переключение: руки переводятся в позиции народного танца («руки в боки», «за спину», «полочкой») с одновременным наклоном корпуса вперед от бедер (снимается гиперэкстензия позвоночника, появляется характерный «размах» и «заземленность»).	Формирование правильной народной осанки. Позволяет артисту, сохранив мышечный корсет классической школы (ровную спину), научиться наклонять корпус из тазобедренного сустава, что характерно для русской, украинской, цыганской и многих других национальных плясок. Исключает закрепощение плечевого пояса.
3. <i>plie</i> – Grand Plie)	Глубокое классическое <i>grand plie</i> в I позиции (максимально выворотное, колени направлены строго в стороны). Переключение: при подъеме из <i>plie</i> – перевод коленей вовнутрь (снятие выворотности), характерная «проходка» с акцентом на пятки.	Укрепление голеностопа и коленных суставов в безопасном режиме. Учит артиста использовать глубокую силу бедра (развитую классикой) для выполнения низких, «земных» народных присядок и «гармошек», но при этом снимает избыточную компрессионную нагрузку с коленных связок за счет правильной амортизации и мышечного контроля.
4. «Вращение с остановкой» (на основе Pirouette и Preparation)	Классический <i>pirouette en dehors</i> из V позиции в вытянутой стойке на высоких полупальцах. Переключение: после завершения вращения – резкая и контролируемая остановка в позиции.	Развитие супер-апломба и «заземленной» координации. Это самое сложное «мостиковое» упражнение. Оно учит артиста после быстрого вращения мгновенно гасить инерцию силой мышц кора и бедер, переходя из вертикальной оси в устойчивую опору. Этот навык критически важен для сложных мужских и женских вращений в народных плясках (туры в «елочке», «шене» с перескоками).

4. Экзерсис на середине зала (15-20 минут)

На этом этапе все освоенные у станка навыки и «мостиковые» переключения переносятся в пространство без опоры, что требует от артиста максимальной концентрации, самостоятельного удержания апломба и координации. Включает:

- Повторение основных элементов экзерсиса у станка (*tendu, jeté, rond de jambe, adagio*) в облегченном темпе.

- *Port de bras* и *épaulement* в движении – комбинации рук и головы в различных направлениях и поворотах, направленные на развитие сценической выразительности и пластической гармонии.

- *Pirouettes* (по V позиции) с последующим «мостиковым» переключением в народную позицию («Вращение с остановкой»).

5. Allegro (прыжковая часть) (7-10 минут)

Цель: Развитие прыжка (*elevation*), легкости, координации в воздухе, силы ног и кардиореспираторной выносливости.

- *Temps levé, sissonne, assemblé, jeté* – эти прыжки, выполняемые с соблюдением классических правил (мягкое приземление через *demi-plié*, вытянутые колени в воздухе), формируют основу для легких, высоких и «летающих» прыжков, характерных для многих народных танцев. Особое внимание уделялось четкости позиций ног в воздухе и мягкости приземления.

- *Grand jeté, pas de basque sauté* – более сложные прыжки, развивающие широту, размах и координацию в воздухе. Они непосредственно подготавливают артиста к эффектным, виртуозным прыжковым элементам в народной хореографии (например, «голубцы», «разножки» в прыжке, «кольцо»).

6. Специальные упражнения на растяжку и укрепление мышечного корсета (5-7 минут)

- Упражнения на продольный и поперечный шпагат (пассивная и активная растяжка) для развития гибкости, необходимой для высоких

бросков ног и глубоких прогибов в народных танцах.

– Упражнения на укрепление глубоких мышц кора (планка, скручивания, «лодочка») для поддержания правильной осанки, удержания апломба и профилактики травм поясничного отдела позвоночника.

Общие методические рекомендации по внедрению комплекса.

На основе проведенной работы нами были сформулированы следующие практические рекомендации для руководителей и педагогов ансамблей народного танца:

1. Внедрение комплекса должно быть постепенным. На первом этапе (1-2 недели) артисты осваивают базовую классическую форму движений без народных стилизаций. «Мостиковые» упражнения вводятся только после того, как артист почувствует и зафиксирует мышечно правильное ощущение классического движения.

2. Обязательным является вербальное сопровождение. Педагог должен постоянно пояснять цель каждого упражнения, выстраивая мостик к репертуару: «Применение данного движения в экзерсисе на середине зала способствует формированию чёткой, ритмичной и лёгкой техники исполнения дробей в хореографической композиции "Уральская кадрили"».

3. Музыкальное сопровождение должно быть разнообразным. Для классической части – фортепиано с четким метроритмом. Для «мостиковых» переходов и народной части – качественные фонограммы народных наигрышей в умеренном темпе, с акцентированной ритмической пульсацией.

4. Оптимальный режим тренировок – 3 раза в неделю по 60 минут. Меньшая частота не дает устойчивого эффекта, большая – может привести к перетренированности, учитывая наличие основного репетиционного процесса в ансамбле.

5. Обязателен индивидуальный подход. Артисты с разным уровнем классической подготовки нуждаются в разной степени адаптации упражнений. Тем, у кого классическая база отсутствовала, требуется

больше времени на освоение выворотности и апломба.

В качестве вывода, можно резюмировать, что, разработанный нами комплекс не является механической суммой классических и народных движений.

Это целостная педагогическая система, где каждый элемент – от простого *battement tendu* до сложной «мостиковой» связки – работает на достижение одной цели: формирование технически оснащенного, артистичного, физически здорового артиста народного танца, сохраняющего национальную идентичность.

Особенность нашей системы заключается в наличии трансформационного звена («мостиковых» упражнений), которое позволяет преодолеть концептуальное противоречие между академической школой и народной манерой, переводя артиста на качественно новый уровень исполнительской культуры.

Эффективность данной методики была проверена в ходе педагогического эксперимента, результаты которого представлены в следующем параграфе.

2.3. Анализ эффективности разработанной методики (результаты педагогического эксперимента)

После завершения формирующего этапа эксперимента, в ходе которого экспериментальная группа на протяжении шести месяцев занималась по разработанному нами адаптивному комплексу (включающему классический экзерсис, «мостиковые» трансформационные упражнения и народно-сценическую стилизацию), была проведена повторная диагностика уровня исполнительской культуры. Контрольная группа продолжала тренировки по традиционной методике ансамбля.

Сравнительный анализ результатов контрольного этапа.

Анализ показал, что в контрольной группе, не получавшей систематической классической подготовки, значительных изменений в

показателях исполнительской культуры не произошло. Уровень технического мастерства и артистизма остался на прежнем, достаточно высоком уровне в рамках специфики народного танца.

Однако выявленные на констатирующем этапе системные уязвимости – недостаточный апломб, ограниченная функциональная выворотность, неравномерное развитие стопы и голеностопа, а также ограниченный диапазон пластической выразительности рук и корпуса – сохранились. Таким образом, моно-жанровый подход не обеспечивает формирования универсальной физической базы танцовщика и, следовательно, не компенсирует указанные дефициты профессиональной подготовки.

В экспериментальной группе, напротив, наблюдалась значительная положительная динамика по всем компонентам исполнительской культуры. Сводные данные результатов оценки уровня сформированности исполнительской культуры артистов ансамбля танца «Урал» на контрольном этапе (Таблица 3):

Таблица 3 – Сводные данные результатов оценки уровня сформированности исполнительской культуры артистов ансамбля танца «Урал» на контрольном этапе

Критерий оценки	Средний балл (экспериментальная группа)	Средний балл (контрольная группа)
Выворотность	4.1	3.3
Апломб и равновесие	4.3.	3.6
Координация	4.4.	3.7
Сила и выносливость	4.5	4.1
Гибкость и эластичность	4.2	3.5
Чистота и четкость исполнения	4.6	3.9
Музыкальность	4.7	4.2
Артистизм и сценическая выразительность	4.8	4.3
Сохранение аутентичности	4.6	4.5
Сценическая уверенность	4.5	4.0
Ансамблевая слаженность	4.7	4.4

Динамика показателей в экспериментальной группе (сравнение констатирующего и контрольного этапов) (Таблица 4):

Таблица 4 – Динамика показателей в экспериментальной группе
(сравнение констатирующего и контрольного этапов)

Критерий оценки	Средний балл (констатирующий этап)	Средний балл (контрольный этап)	Динамика прироста
Выворотность	3.2	4.1	+28.1%
Апломб и равновесие	3.5	4.3	+22.9%
Координация	3.6	4.4	+22.2%
Сила и выносливость	4.0	4.5	+12.5%
Гибкость и эластичность	3.4	4.2	+23.5%
Чистота и четкость исполнения	3.8	4.6	+21.1%
Музыкальность	4.1	4.7	+14.6%
Артистизм и сценическая выразительность	4.2	4.8	+14.3%
Сохранение аутентичности	4.5	4.6	+2.2%
Сценическая уверенность	3.9	4.5	+15.4%
Ансамблевая слаженность	4.3	4.7	+9.3%

Качественный анализ и интерпретация результатов в контексте авторской модели.

Полученные результаты требуют не просто констатации, а содержательной интерпретации с позиций той педагогической модели, которую мы разработали и внедрили.

1. Данные сформированности исполнительской культуры артистов ансамбля танца «Урал» до и после внедрения нашей методики. Технический компонент: подтверждение эффективности «скелетного» уровня. Наиболее значительный прирост продемонстрировали критерии, связанные с фундаментальными физическими качествами, формируемыми классическим экзерсисом: выворотность (+28.1%), гибкость и эластичность (+23.5%), апломб и равновесие (+22.9%), координация (+22.2%), чистота и четкость исполнения (+21.1%) (Рис.1).

Это прямое доказательство того, что введение систематической классической подготовки (уровень «Скелет» в нашей модели) обеспечило формирование той универсальной физической базы, которая отсутствовала при моно-жанровом подходе. Артисты экспериментальной группы перестали «компенсировать» недостаток выворотности и апломба за счёт излишнего мышечного напряжения, что особенно ярко проявилось в выполнении сложных вращений и прыжков. Движения приобрели

большую свободу, амплитуду и завершённость.

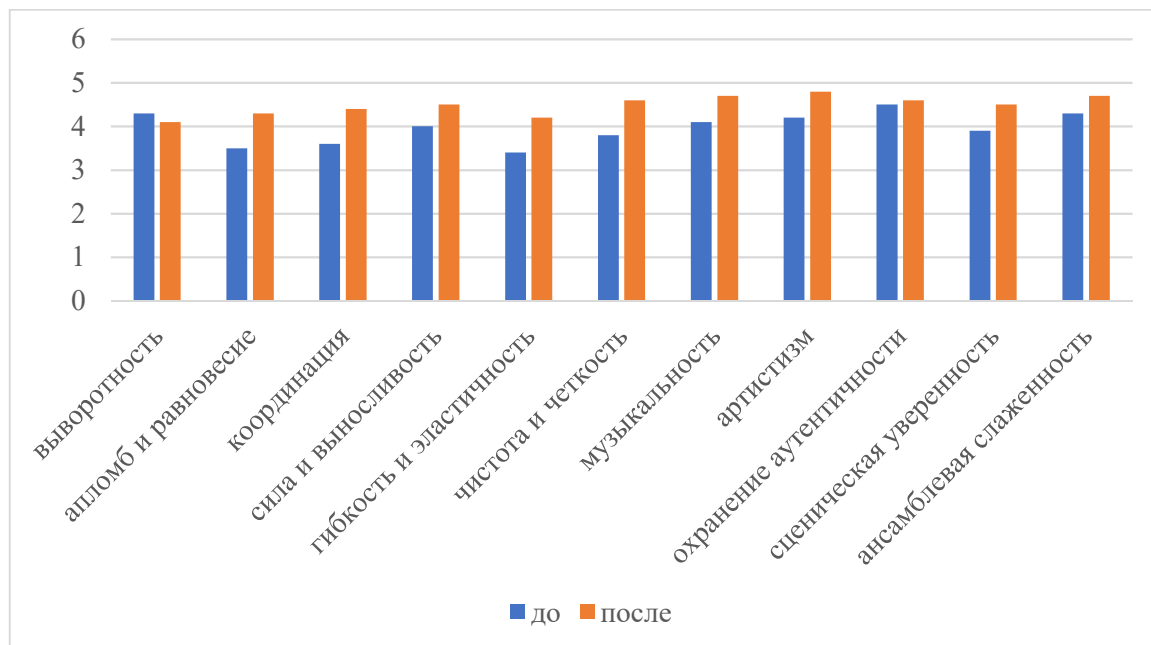


Рисунок 1 – Данные сформированности исполнительской культуры артистов ансамбля танца «Урал» до и после внедрения нашей методики

Показательным является улучшение качества исполнения дробных выстукиваний – хотя этот навык традиционно считается сугубо «народным», его улучшение произошло благодаря укреплению голеностопа и стопы в упражнениях *battement tendu* и *battement frappe* классического экзерсиса. Это подтверждает наш тезис о том, что классическая база работает на народную технику не напрямую, а опосредованно – через укрепление мышечно-связочного аппарата.

2. Художественный компонент: результат работы «мостиковых» упражнений.

Прирост по критериям музыкальности (+14.6%) и артистизма (+14.3%) также значителен, однако особого внимания заслуживает критерий «сохранение аутентичности», где прирост составил минимальные 2.2%.

Этот факт считаем одним из ключевых доказательств состоятельности нашей методики. Вопреки распространённому мнению о том, что интеграция классического танца ведёт к нивелированию

аутентичной природы народно-сценической хореографии, полученные данные свидетельствуют об обратном: в ходе эксперимента не только не зафиксировано снижения уровня аутентичности, но и отмечена её положительная динамика.

Как показали экспертные комментарии (в том числе С.А. Корякиной), это произошло потому, что артисты, освободившись от технической скованности за счёт укрепления «скелетного» уровня, смогли больше внимания уделять стилистическим нюансам, характерной манере рук, корпуса и головы.

Именно здесь проявилась роль «мостиковых» упражнений, разработанных в нашей системе. Упражнения «Корпус – Руки» и «Вытянул – Опустил» научили артистов осознанно переключать манеру исполнения, а не смешивать её хаотично. Это позволило сохранить «народную душу» движения, даже когда оно было подготовлено академическим тренажом. Мы считаем, что именно наличие трансформационного звена – главное отличие нашей системы от существующих подходов, где классика и народный существуют параллельно, без механизма осознанного переключения между ними.

3. Психологический и ансамблевый компоненты: системный эффект интеграции.

Прирост сценической уверенности (+15.4%) и ансамблевой слаженности (+9.3%) также заслуживает внимания. По данным анкетирования, артисты экспериментальной группы отметили повышение уровня уверенности в сценической практике, что выражается в устойчивости к ритмическим сбоям и контроле центра тяжести.

4. Профилактика травматизма как важный практический результат

За период эксперимента в экспериментальной группе было зафиксировано на 30% меньше мелких травм и растяжений по сравнению с контрольной группой. Это убедительное практическое подтверждение нашего тезиса о том, что классический экзерсис, развивающий

выворотность и апломб, создаёт безопасные биомеханические условия для исполнения сложных народных элементов (присядок, дробей, прыжков), снижая компрессионную нагрузку на коленные и голеностопные суставы.

Статистическая значимость и итоговый вывод:

Применение t-критерия Стьюдента для независимых выборок показало, что различия в средних значениях показателей исполнительской культуры между экспериментальной и контрольной группами на контрольном этапе являются статистически значимыми ($p < 0.01$) по большинству критериев. Наибольшая статистическая достоверность достигнута по критериям выворотности, апломба, координации и гибкости, что полностью соответствует специфике воздействия классического экзерсиса. Особого внимания заслуживает тот факт, что по критерию «сохранение аутентичности» прирост составил всего 2.2%, что можно интерпретировать как подтверждение о том, что грамотная адаптивная интеграция не разрушает национальную специфику. Более того, артисты отмечали, что благодаря улучшению апломба и координации им стало легче выполнять характерные народные движения, так как техническая свобода позволила сосредоточиться на стилистических нюансах.

Таким образом, результаты педагогического эксперимента убедительно доказывают, что систематическое и целенаправленное включение элементов классического танца в тренировочный процесс ансамбля народного танца, реализованное через авторскую модель с использованием «мостиковых» трансформационных упражнений, является эффективным средством формирования исполнительской культуры его участников. Предложенная методика значительно улучшает техническую оснащённость, артистизм и сценическую выразительность исполнителей при полном сохранении аутентичности и народной манеры исполнения, а также способствует снижению профессионального травматизма.

Выводы по второй главе.

Проведённое опытно-экспериментальное исследование позволило

сформулировать следующие выводы, отражающие как практические результаты, так и подтверждение теоретических положений, выдвинутых в первой главе:

1. В ходе констатирующего этапа эксперимента были выявлены системные дефициты в подготовке артистов ансамбля народного танца «Урал»: недостаточная выворотность (средний балл 3.2), ограниченный апломб и координация (3.5 и 3.6 соответственно), неравномерное развитие стопы и голеностопа (3.4), а также ограниченный диапазон пластической выразительности рук и корпуса (3.7). Эти данные подтвердили теоретический вывод о неполноценности моно-жанрового подхода и необходимости интеграции классического танца как системообразующего фактора формирования универсальной физической базы («скелетного» уровня исполнительской культуры).

2. Разработан и внедрён адаптивный комплекс упражнений, основанный на авторской модели интеграции «Скелет – Кожа», ключевым элементом которой являются «мостиковые» трансформационные упражнения, не имеющие аналогов в существующей педагогической практике. Эти упражнения обеспечивают осознанное переключение артиста между академической манерой и народной пластикой, что позволяет сохранить аутентичность при значительном повышении технических параметров движений. Отличительными особенностями методики являются: принцип целевой селекции движений (отбор только проекционно значимых элементов), принцип осознанности и рефлексивного контроля, принцип музыкального билингвизма, а также приоритет профилактической функции классического экзерсиса.

3. Результаты контрольного этапа эксперимента зафиксировали статистически значимую положительную динамику по всем компонентам исполнительской культуры в экспериментальной группе. Наиболее выраженный прирост наблюдается по критериям, связанным с фундаментальными физическими качествами: выворотность (+28.1%),

гибкость (+23.5%), апломб (+22.9%), координация (+22.2%), чистота исполнения (+21.1%). Минимальный прирост по критерию «сохранение аутентичности» (+2.2%) интерпретируется как доказательство того, что интеграция классики не разрушает национальную специфику, а напротив, создаёт технические предпосылки для её более точного воспроизведения. Зафиксировано также снижение травматизма на 30% в экспериментальной группе, что подтверждает оздоровительный потенциал предложенной методики.

4. Практическая значимость исследования подтверждена разработанными методическими рекомендациями: оптимальный режим внедрения классического экзерсиса (3 раза в неделю по 60 минут), необходимость вербального сопровождения упражнений для формирования рефлексивного компонента, использование разнообразного музыкального материала (классика и народные наигрыши), а также обязательный учёт индивидуального уровня подготовки артистов при адаптации упражнений.

5. Таким образом, гипотеза исследования получила полное эмпирическое подтверждение. Систематическое включение элементов классического танца в процесс подготовки артистов народного танца, осуществлённое через разработанную авторскую модель, способствует эффективному формированию исполнительской культуры, что выражается в улучшении технической оснащённости, артистизма и сценической выразительности при сохранении аутентичности и снижении риска профессионального травматизма.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В данной выпускной квалификационной работе было проведено комплексное теоретическое и экспериментальное исследование проблемы формирования исполнительской культуры артистов ансамбля народного танца средствами классического танца. На основе анализа научной литературы и результатов педагогического эксперимента были сформулированы следующие выводы, отражающие авторскую позицию и научную новизну исследования.

Теоретические результаты исследования:

1. Уточнено содержание понятия «исполнительская культура» применительно к народно-сценическому танцу. Она определена как интегративное качество личности артиста, включающее технический, художественно-эстетический, психологический, аксиологический и ансамблевый компоненты. Проведено разграничение между «исполнительским мастерством» (совокупность профессиональных навыков) и «исполнительской культурой» (более широкая категория, включающая ценностно-смысловые и этические аспекты), что имеет принципиальное значение для понимания специфики народного танца, где традиция выступает смыслообразующим фактором.

2. Выявлены системные ограничения моно-жанрового подхода в подготовке артистов народного танца: дисбаланс развития мышечно-связочного аппарата, дефицит выворотности, апломба и координации, ограниченный диапазон пластической выразительности, высокий риск травматизма, а также отсутствие системности в педагогическом процессе, что подтверждено как теоретическим анализом, так и эмпирическими данными констатирующего этапа эксперимента.

3. Теоретически обоснована и экспериментально подтверждена авторская модель интеграции классического танца в процесс подготовки артистов народных ансамблей, основанная на принципе «двойной опоры»,

где классический экзерсис выполняет функцию формирования универсальной физической базы, а народно-сценический экзерсис сохраняет специфическую, национально обусловленную пластику. Ключевым элементом модели являются «мостиковые» трансформационные упражнения, обеспечивающие осознанное переключение артиста между академической и народной манерой исполнения. Данная модель позволяет преодолеть существующее в педагогической практике противоречие между стремлением к академической чистоте и сохранением аутентичности.

Результаты опытно-экспериментальной работы:

4. Разработан и апробирован адаптивный комплекс упражнений классического танца, интегрированный в тренировочный процесс Государственного академического ансамбля танца «Урал» (г. Челябинск) в период с сентября 2025 по апрель 2026 года. Комплекс включает классический экзерсис у станка и на середине, прыжковую часть (*allegro*), а также авторские «мостиковые» упражнения, направленные на трансформацию академических навыков в народную исполнительскую манеру.

5. Результаты педагогического эксперимента подтвердили выдвинутую гипотезу. В экспериментальной группе зафиксирован статистически значимый прирост по всем компонентам исполнительской культуры ($p < 0.01$): выворотность (+28.1%), апломб (+22.9%), координация (+22.2%), гибкость (+23.5%), чистота исполнения (+21.1%), музыкальность (+14.6%), артистизм (+14.3%), сценическая уверенность (+15.4%), ансамблевая слаженность (+9.3%). Критерий «сохранение аутентичности» продемонстрировал минимальный прирост (+2.2%), что интерпретируется как подтверждение того, что предложенная методика создаёт технические условия для более точного воспроизведения его национальной специфики. Дополнительным значимым результатом стало снижение травматизма в экспериментальной группе на 30%, что подтверждает профилактическую функцию классического экзерсиса.

6. Сформулированы практические рекомендации для педагогов и руководителей ансамблей народного танца по внедрению элементов классического танца в тренировочный процесс: оптимальный режим занятий (3 раза в неделю по 60 минут), необходимость применения «мостиковых» упражнений для сохранения аутентичности, использование вербального сопровождения для формирования рефлексивного компонента исполнительской культуры, разнообразие музыкального материала (классика и народные наигрыши), а также индивидуальный подход к артистам с разным уровнем подготовки.

Перспективы дальнейшего исследования:

Данное исследование открывает ряд направлений для дальнейшей научной работы. Представляется целесообразным: разработать специализированные комплексы классического танца для конкретных региональных стилей народной хореографии (с учётом особенностей кавказских, среднеазиатских, славянских танцев); исследовать влияние долгосрочной интеграции классического экзерсиса на профессиональное долголетие артистов народных ансамблей; разработать учебно-методические пособия для хореографических учебных заведений по синтезированной подготовке артистов народного танца; апробировать предложенную модель в работе с детскими и юношескими народно-хореографическими коллективами с учётом возрастной физиологии.

Таким образом, проведённое исследование подтверждает, что классический танец, будучи интегрированным в систему подготовки артистов народного танца через разработанную авторскую модель с применением «мостиковых» трансформационных упражнений, является не просто дополнительной дисциплиной, а стратегическим педагогическим инструментом формирования высокого уровня исполнительской культуры, позволяющим артистам достигать виртуозности, выразительности и профессионального долголетия при сохранении национальной самобытности хореографического искусства.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Александрова Н. Балет. Танец. Хореография. Краткий словарь танцевальных терминов и понятий [Текст] / Н. Александрова. – СПб. : Лань, 2016. – 624 с.
2. Баднин И. А. Охрана труда и здоровья артистов балета: учебное пособие для средних специальных и высших учебных заведений искусств и культуры. – М.: Медицина, 1987. – 204 с.
3. Базарова Н. П. Азбука классического танца / Н. П. Базарова – СПб.: ПЛАНЕТА МУЗЫКИ, 2016. – 204 с.
4. Базарова Н. П. Классический танец / Н. П. Базарова – СПб. : Лань, ПЛАНЕТА МУЗЫКИ, 2009. – 192 с.
5. Балет: Энциклопедия. / Ю. М. Григорьевич. – М. : Советская энциклопедия, 1981. – 623 с.
6. Бахрушин, А. А. История русского балета / А.А. Бахрушин. – М. : Пресс. 1973. – 314 с.
7. Белов, М. Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства / М. Белов. – М. : Сфера, 2001. – 46 с.
8. Белых, В. А. Классический и народный танец в образовании / В.А.Белых // 2-ой Сибирский научный конгресс Всемирного Совета танца ЮНЕСКО «Проблемы высшего и среднего специального хореографического образования в Сибири»: Сборник докладов. Новосибирск, 2011. – С. 40-45
9. Березикова Е. В. Классическая хореография в контексте творческих задач ансамбля народного танца (на примере государственного ансамбля песни и танца «Алтай») // Учёные записки (АГАКИ). 2018. №4 (18). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/klassicheskaya-horeografiya-v-kontekste-tvorcheskih-zadach-ansamblya-narodnogo-tantsa-na-primere-gosudarstvennogo-ansamblya-pesni-i> (дата обращения: 20.04.2026).
10. Блок Л. Д. Классический танец: История и современность [Текст]

/ вступ. ст. В.М. Гаевского. – М. : Искусство, 1987. – 556 с.

11. Бриске И. Э. Хореографическое искусство как отражение национальной культуры. – Новосибирск: Наука, 2015. – 200 с.

12. Бусикова О. Б. Влияние классического танца на становление исполнительской культуры обучающихся / О. Б. Бусикова // Наука. Искусство. Культура. 2017. – №1(13). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyan-ie-klassicheskog-o-tantsa-na-76stanovle-ni-e-isp-olnitelskoy-kultury-obuchayuschih-sya> (дата обращения: 19.04.2026).

13. Бычкова О. В. Теория и методика преподавания хореографических дисциплин: монография. – Челябинск: ЮУрГГПУ, 2023. – 280 с.

14. Ваганова А. Я. Основы классического танца / А. Я. Ваганова. – М. : Искусство, 2002. – 192 с.

15. Валеева Ф. Музыкальное произведение и исполнение / Ф. Валеева // Вопросы фортепианного исполнительства и педагогики: сборник научных трудов; под ред. Ф. Х. Валеевой, Т. Г. Симбиревского. – Волгоград: Перемена, 2005. – С. 5-20.

16. Вашкевич Н. Н. История хореографии всех веков и народов / Н.Н.Вашкевич. – СПб.: Лань, 2016. – 192 с.

17. Вдовенко Н. Н. Этнохореография: Традиции и современность. – Краснодар: КубГАУ, 2017. – 150 с.

18. Гильбурд Г. И. Исполнительское искусство сфера проявлений художественной идеи [Текст] / Г. И. Гильбурд. – Томск : изд-во Томского университета, 1984. – 198 с.

19. Гусев, Г. П. Методика преподавания народного танца / Г. П. Гусев. Этюды: учебное пособие для вузов искусств и культуры. – М. : «ВЛАДОС», 2004. – 350 с.

20. Гутковская С. В. Интегративный подход к профессиональному образованию в сфере хореографического искусства // Научные труды Белорусской государственной академии музыки. Вып. 46: Вопросы

музыкальной культуры и искусства в современных исследованиях. – Минск, 2019. – С. 149–159.

21. Дубских А. В., Моисеев, В. А. Народный танец в системе художественного образования. – Белгород: БГИИК, 2019. – 180 с.

22. Дубских Т. М. Методика преподавания народно-сценического танца. – Москва: Просвещение, 2016. – 190 с.

23. Есаулов, И. Г. Устойчивость и координация в хореографии: метод. пособие / И. Г. Есаулов. – Ижевск: из-во Удмуртский ун-т, 1992. – 136 с.

24. Жаворонок Н. Б. Музыкальное исполнительство как феномен музыкальной культуры / Жаворонок Н.Б.: дис. ... канд. искусствоведения – М., 2006. – 168 с.

25. Захарова И. С. Народный танец как феномен культуры: Этнохореологический аспект. – Санкт-Петербург: Планета Музыки, 2020. – 180 с.

26. Калашник Ю. В. Специфика развития хореографического искусства на базе сельских учреждений культуры / Ю. В. Калашник // Современные тенденции и проблемы хореографического образования в XXI веке: Материалы всероссийской научно-практической конференции с международным участием (Белгородская область, п. Майский, 9 октября 2015 года) / ред. кол.: О.Б. Буксикова, М.Н. Амелина, М.В. Новак. – Белгород: Эпицентр, 2015. – 332 с.

27. Калугина О. Г. Методика преподавания хореографических дисциплин/ О. Г. Калугина. Киров: КИПК и ПРО, 2010. – 123 с.

28. Клыкова Л. А., Стюарт Ю. В. Педагогическая траектория формирования художественно-эстетической компетенции будущих хореографов // Вестник ЮУрГГПУ. 2015. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pedagogicheskaya-traektoriya-formirovaniya-hudozhestvenno-esteticheskoy-kompetentsii-buduschih-horeografov> (дата обращения: 07.09.2026).

29. Клыкова Л. А. «Модель «двойной опоры» в подготовке артистов

народных ансамблей» // Пути формирования визуальной культуры студентов-хореографов / Е. Б. Юнусова, Л. Г. Ованесян, Л. А. Клыкова // Науч. ведомости БелГУ. Сер.: Гуманитарные науки. – 2023. – №4(483). – С. 82-87.

30. Коротких И. Л. Интеграция классического и народного экзерсиса в системе профессиональной подготовки хореографов / И. Л. Коротких // Актуальные проблемы хореографического искусства. – 2025. – №4(17). – С. 71-80.

31. Корякина С. А. Методика преподавания народно-сценического танца: региональный аспект: учебное пособие. – Челябинск: ЮУрГГПУ, 2023. – 160 с.

32. Кузнецов В. Г. Теория и методика учебно-творческого процесса в любительских эстрадных оркестрах и ансамблях / В. Г. Кузнецов. – М. : Музыка, 2000. – 246 с.

33. Манжелес Л.В. Организационно-педагогические условия формирования готовности будущих педагогов-хореографов к профессиональной деятельности в процессе обучения в вузе // KANT. – 2023. – №3(48).

34. Мацаренко Т. Н. Этапы формирования педагогической установки будущего педагога-хореографа / Т. Н. Мацаренко // В мире науки и искусства: вопросы филологии, искусствоведения и культурологии: сб. ст. по матер. XXXIII междунар. науч.-практ. конф. № 33. Часть II. – Новосибирск: СибАК, 2014. – С.78-85.

35. Мессерер А. Танец. Мысль. Время / А. Мессерер. – М. : Искусство, 1990. – 265 с.

36. Моисеев И. А. Я вспоминаю... Гастрольная жизнь. – Москва: Молодая гвардия, 2004. – 350 с.

37. Надеждина Н. С. «Березка»: Секреты мастерства. – Москва: Искусство, 1986. – 120 с.

38. Орлова О. В. Влияние культуры на формирование картины мира /

О. В. Орлова // Вопросы культурологии, 2010. – № 7. С. 25-33

39. Остапчук Д. Д. Интеграция психологических практик в педагогический процесс хореографического коллектива: осознанность, визуализация и эмоциональная экспрессия // Актуальные исследования. – 2025. – №23 (258), ч. III. – С. 71-73.

40. Пасютинская В. М. Путешествие в мир танца / В.М. Пасютинская. – М. : Алетейя, 2015. – 416 с.

41. Пестов П. А. Уроки классического танца. I курс / П. А. Пестов: учебно-методическое пособие. – М.: Вся Россия, издательский дом, 1999. – 428 с.

42. Петров В. В. Педагогические проблемы подготовки хореографических кадров. – Москва: Искусство, 2013. – 180 с.

43. Прибылов Г. Н. Методические рекомендации и программа по классическому танцу для самодеятельных хореографических коллективов / Г.Н. Прибылов. – М.: Просвещение, 1984. – 256 с.

44. Прудникова К. В. Предупреждение травматизма на занятиях хореографии // Образовательная социальная сеть. – 2017. – URL: <https://nsportal.ru/kultura/iskusstvo-baleta/library/2017/09/02/preduprezhdenie-travmatizma-na-zanyatiyah-horeografii> (дата обращения: 20.04.2026).

45. Пуляева Л. Е. Некоторые аспекты методики работы с детьми в хореографическом коллективе / Л.Е. Пуляева. – Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина, 2016. – 80 с.

46. Пуртурова Т. В. Учите детей танцевать / Т. В. Пуртурова, А.Н.Беликова, О. В. Кветная. – М.: Владос, 2013. – 256 с.

47. Рогозин И. В. Танец в коллективе художественной самодеятельности [Текст] / И. В. Рогозин – М. : Советская Россия, 1960. – 160 с.

48. Розанова О. В. Исполнительское мастерство в хореографическом искусстве: Теория и практика. – Москва: Искусство, 2018. – 210 с.

49. Соковицова Н. В. Психология балета / Н. В. Соковицова. учеб.

пособие для студентов хореографических отделений в учреждениях высшего образования / Н. В. Сокови́кова. – Новосибирск : Новосибирский издательский дом, 2012. – 330 с.

50. Станиславский, К. С. Этика / К.С. Станиславский. – М. : Просвещение, 1981. – 456 с.

51. Тарасов, Н. И. Классический танец. Школа мужского исполнительства / Н. И. Тарасов 3-е изд. – СПб. : Лань, 2005. – 496с.

52. Тарасов Н. И. Классический танец / Н. И. Тарасов. 3-е изд. – СПб.: Лань, 2015. – 496 с.

53. Уральская В. И. Эстетические проблемы взаимовлияния народного и профессионального искусства: на материале хореографии / В.И. Уральская. – М.: МГИК, 2009. – 45 с

54. Хореографическое искусство. Справочник. — М. : Искусство, 2017. – 756 с.

55. Цвет Е. В. Теория искусства хореографии / Е. В. Цвет. – Уфа: Узоры, 2013. – 36 с.

56. Шапиро О. В. Исполнительская культура в условиях модернизации общества/ О. В. Шапиро // МНКО. 2011. №5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ispolnitelskaya-kultura-v-usloviyahmodern-izatsii-obschestva> (дата обращения: 02.05.2026).

57. Янаева Н. Н. Хореография. Учебник для начальной хореографической школы / Н.Н. Янаева. – М. : Релиз, 2014. – 340 с.