

Мастерство мажореток - настоящее искусство



*Гладкая Анжелика Борисовна,
педагог дополнительного образования
ГАУ ДО РК "Республиканский центр дополнительного
образования"*



*Ермакова Анастасия Александровна,
методист
ГАУ ДО РК "Республиканский центр дополнительного
образования"*

В образовательных учреждениях города всегда высока потребность в услугах танцевально-хореографических коллективов. Любое культурно-массовое мероприятие без этого не обходится, и красочные, яркие дефиле и танцевальные номера с участием мажореток уместны в любом мероприятии любого формата (развлекательном, познавательном, патриотическом).

Слово "мажор" известно с давних пор и означает бодрый, радостный настрой (само течение пришло из Европы), а вот термин "мажоретки" прижился в русском языке сравнительно недавно. Как правило, это девушки в стилизованной военной форме - участницы парадов, праздничных шествий и торжественных мероприятий.

Данный жанр искусства - это синтез музыки, эстрады, хореографии и театра. Он требует для своего воплощения не только наличия определенных способностей

(артистичности, музыкальности, внешних сценических данных, пластичности, образного мышления), но и конкретных знаний и практических навыков: умения двигаться в любом интерьере, в том числе в условиях городских улиц. В арсенале мажореток могут быть различные предметы, которыми они пользуются в процессе выступления: барабаны, флаги, помпоны, батоны. Мастерство владения предметами - главная составляющая успеха, а выход на публику - верхняя ступень мастерства, требующего самосовершенствования, это конечный результат серьезной подготовки.

С 2007 года в ГАУДО РК "Республиканский центр дополнительного образования" реализуется программа "Мажоретки". Каждый год программа дорабатывалась, добавлялись новые разделы. В 2014 году в Республиканском конкурсе авторских дополнительных общеобразовательных программ организаций

дополнительного образования программа "Мажоретки" была награждена дипломом лауреата I степени за разработку авторской общеобразовательной программы.

В процессе обучения и тренировок учащиеся осваивают большой объем разнообразных знаний и умений - знакомятся с содержанием упражнений, их техникой и значением эстетического порядка. У них воспитываются важнейшие психофизические качества двигательного аппарата в сочетании с моральными и волевыми качествами личности - сила, выносливость, ловкость, координация, выразительность, смелость, настойчивость, творческая инициатива. Целенаправленные комплексы упражнений активно воздействуют на сердечно-сосудистый, нервно-мышечный и костно-связочный аппарат обучающихся, воспитываются представления о гармонии линий тела и такие качества, как музыкальность движений, "чувство позы". Также занятия мобилизуют у обучающихся не только физические качества, но и артистичность, развивают актёрское мастерство, за которым стоят тренировки и упорная работа.

Помимо всего сказанного, искусство мажореток достойно выполняет роль воспитателя, способствует приобщению детей к художественному созиданию, повышает их трудолюбие и самодисциплину, закаляет волю, характер. Сотрудничество, мобильность, динамизм, конструктивность, ответственность - это именно те личностные качества, которые формируются у детей в результате систематических занятий по программе "Мажоретки".

Обучение по программе "Мажоретки" начинается с основ дефиле мажореток, ведь именно умение правильно и красиво двигаться, знание основных правил и требований, позволяет в дальнейшем постепенно расширять и усложнять программу обучения, переходить к новым направлениям данного вида искусства.

Новизна программы "Мажоретки" заключается в обогащении новым направлением содержания деятельности сферы дополнительного образования; овладении детьми новыми техниками искусства

мажореток, расширении их познавательного кругозора в области художественно-эстетической деятельности. Данная программа объединяет, интегрирует в единое целое сразу несколько направлений искусства мажореток, таких как: парадные мажоретки, искусство дефиле, твирлинг, чир-dance шоу - (танцы с помпонами), церемониальная культура, или торжественный церемониал.

Таким образом, один и тот же состав обучающихся может быть полезен при выполнении сразу нескольких задач на одном мероприятии.

Обучение основам дефиле мажореток условно можно сравнить со строевой подготовкой солдат. На занятиях формируется правильная осанка, изучаются основные элементы мажореточной хореографии, отрабатывается синхронность и выразительность.

Основные разделы обучения по программе:

- формирование осанки
- техника марша
- маршевые элементы
- распределение пространства
- работа над образом

Все эти разделы связаны между собой, однако, каждый из них имеет свои конкретные задачи.

Формирование осанки

Давно известно, что от осанки зависит не только внешняя привлекательность человека, правильная осанка способствует нормальному функционированию всех органов и систем организма. Кроме того, это "привычное положение тела", которое регулируется бессознательно, на уровне безусловных рефлексов, поэтому формированию правильной осанки необходимо уделять особое внимание.

Осанка мажоретки напоминает выправку военного:

- ноги прямые, напряжены в VI позиции, тяжесть тела равномерно распределена на обе стопы;
- бедра протолкнуть вперед, ягодичные мышцы напряжены;
- спина прямая (следует избегать прогибов корпуса), натянутая;



Фото 1

- живот подобран, грудь на вдохе как бы приподнята;

- руки на талии, большие пальцы - сзади, остальные - собраны впереди (**фото 1**); либо как вариант: правая рука вытянута вдоль тела (кисть развернута внутрь), левая за спиной, чуть ниже талии (**фото 2, 3**);

- плечи опущены и слегка отведены назад;

- шея вытянута, подбородок чуть приподнят, но ни в коем случае не закинут.

Сформировать и закрепить правильную осанку помогают различные комплексы упражнений:

- повороты и наклоны головы;



Фото 2

- подъемы, повороты, круговые движения плечами;

- прогибы поясницы, повороты и наклоны корпуса;

- стойки на двух и на одной ноге;

- "Качели" (плавный перекал с полупальцев на пятки);

- чередование шагов на полупальцах и



Фото 3

пятках, ходьба с предметом на голове др.

Правильная осанка - обязательное условие выполнения всех дальнейших упражнений. Правильная постановка корпуса обеспечивает устойчивость, облегчает развитие силы, гибкости и выразительности корпуса.

Техника марша

Специфика маршевого шага требует особого внимания, так как он является основной составляющей дефиле мажореток. Во время занятий педагог должен требовать от детей четкого и выразительного исполнения движений, как во время тренировочных упражнений, так и в композиционных постановках.

Маршевый шаг - высокий - нога не выносится вперед, а сгибается в колене и поднимается вверх под углом 90 градусов, носок максимально оттянут вниз, опорная нога предельно выпрямлена (фото 4), стопы ставятся на пол параллельно. Шаг должен быть легким, с носка на всю ступню, корпус подтянут, плечи раскрыты и опущены.

Большое внимание следует уделять работе рук во время исполнения каждого движения.

Над этим нужно настойчиво работать и вырабатывать у детей привычку к координации движений. Маршевые руки работают в противоход шагам, поднимаясь до уровня груди, согнутыми в локте на 90 градусов, и опускаясь прямыми параллельно телу, максимально назад.

Отработка шага:

- на месте (под хлопки, под счет, под музыкальное сопровождение);
- с продвижением вперед, назад, в стороны;
- в различных вариантах движения (пара, линия, колонна, диагональ, "гребенка", группой в несколько рядов).

Обычно в хореографии маршируют с правой ноги, у мажоретки ведущая нога - левая. Важно, чтобы левая нога приходила на сильную долю. Понять, что это такое, уметь двигаться в соответствии с характером и темпо-ритмом музыки, реагировать на музыкальные акценты помогают упражнения на развитие слухового внимания.

Упражнения на развитие музыкально-ритмических навыков:

- повтор ритма, заданного педагогом (индивидуально, группой);
- прослушивание музыки и передача хлопками или жестами сильной и слабой доли;
- "прохлопывание" и пропевание ритмического рисунка мелодии;
- выявление и обозначение жестом или движением начала и окончания музыкальной фразы;
- выполнение простых и сложных движений в соответствии с музыкальным сопровождением.

Ритмические упражнения направлены на воспитание ритма, способствуя развитию у обучающихся музыкальности и пластической выразительности.

Маршевые элементы

Техника исполнения маршевых элементов требует особого внимания, все движения должны быть "короткими", четкими, но достаточно объемными, чтобы быть заметными на расстоянии.

В начале обучения основными элементами являются:

Выход и остановка

Четко вступать и завершать движение



Фото 4

помогут упражнения на точное выполнение выхода и остановки:

- остановка и возобновление движения по команде;
- остановка на "точку" и продолжение движения на "обрыв" в музыке;
- самостоятельное движение с остановкой и возобновлением марша по движению (например, кивку головы педагога).

Шаги

- Боковой приставной шаг - на "раз" - влево, на "два" - правая нога приставляется к опорной. Ноги вместе (основная стойка).
- Боковое припадание - тот же боковой шаг, но с небольшим plié.

Боковые шаги можно выполнять как на месте в "точке", так и с поворотом.

- Шаг "иглочка" (без смены опорной ноги) - одна нога через маршевый шаг выносится кратковременно вперед, опускается, как бы обозначая точку на полу (фото 5), и

возвращается обратно в VI позицию.

- Шаг "косичка" - на "раз" шаг левой ногой через небольшое plié вперед накрест, на "два" правая нога отставляется точно в сторону. Корпус разворачивается на 45 градусов.

Повороты

- Поворот на месте - на "раз" шаг вперед, на "два" - поворот в VI позиции.
- Проходящий поворот - тот же поворот, но с последующим маршем в обратном направлении.
- Открытый поворот - боковой шаг с переносом опоры (фото 6) и поворот на месте.
- Закрытый поворот - шаг накрест и поворот на месте.

Все повороты могут выполняться на 90, 180 или 360 градусов.

Построения и перестроения

Композиционных построений существует довольно ограниченное количество: различные круги и их вариации, линии,



Фото 5

колонны, диагонали (фото 7). А вот композиционные перестроения - это та область, в которой каждый хореограф волен творить и придумывать бесконечное количество вариантов. Под "композиционным перестроением" подразумевается логическое продвижение исполнителей, в результате которого возникает новый композиционный рисунок. Перестроения мажореток можно назвать фигурной маршировкой. При выполнении строевых упражнений следует добиваться максимальной чистоты исполнения и синхронности.

- Линейные перестроения по одному, парами, группами.

- Перестроения с переменами направлений (по ходу движения, против хода, по кругу, по диагонали и т.д.).

- Перестроения в линии, диагонали, колонны, квадраты, клин и т.д.

- "Гребенка", "до-за-до", "змейка", "улица" и пр.

Начало нового построения или перестроения должно совпадать с началом музыкальной фразы. Это не значит, что построения должны меняться на каждую музыкальную фразу, их смена зависит от замысла педагога.

При выполнении любых элементов спина остается прямой (фото 8). Нельзя забывать и о свободной руке. В каком бы положении она ни находилась - держит жезл, согнута, вытянута по шву - она должна быть

зафиксирована и не должна болтаться.

Распределение пространства

Одной из основных задач педагога-хореографа является воспитание у обучающихся умения владеть сценическим пространством. Цель раздела - научить детей передвигаться в пространстве, сохраняя и меняя направление в соответствии с указаниями педагога, с учетом ориентира, употреблять в речи пространственную терминологию.

Свободно ориентироваться в пространстве означает:

- "держат" место;



Фото 6



Фото 7

- переключаться с одного движения на другое, меняя размер шага, темп, рисунок, ракурс;
 - ориентироваться в направлении движений;
 - сохранять правильную дистанцию во всех видах построений;

- слаженно и синхронно взаимодействовать с группой, с аудиторией.

Эта часть обучения самая импровизационная, так как в ней каждый педагог может задавать те элементы, какие считает необходимыми, но выдерживая стиль и манеру движения мажоретки.

Упражнения на организацию сценического пространства:

- "найди свое место";
 - "контакт со зрителем";
 - ходьба по залу с сохранением дистанций (центровка, диагональные линии из угла в угол, круг и т.д.);

- построение рисунков, композиций.

Игры на ориентировку в пространстве (для младшего возраста)

- "Кто правильно назовет?"

В игре ребенок показывает правую руку и называет, что находится справа, а затем ему предлагают закрыть глаза, повернуться на одном месте несколько раз. Затем открыть глаза, опять показать правую руку и назвать то, что находится справа от него. Таким же образом проводится работа и с левой рукой.

- "Кто близко, а кто далеко?"

Дети выстраиваются на разном расстоянии от ведущего. Ведущий определяет, кто из детей стоит ближе к нему, кто дальше.

- "Жмурки с колокольчиком".

Среди детей выбирается водящий, ему надевают повязку на глаза. У остальных детей есть колокольчик, который они могут передавать друг другу. Ребенок с колокольчиком в процессе передвижения звонит им. Водящий идет на звук, пытаясь задеть того, у кого колокольчик.

- "Найди клад".

Детям сообщается, что в зале спрятан "клад". Чтобы его найти, нужно внимательно слушать "подсказки" (инструкции) и следовать



Фото 8

им. После обнаружения "клада" ребенок рассказывает, в каком направлении он шел, в какую сторону поворачивал, где нашел "клад".

Научить детей самостоятельно свободно ориентироваться в пространстве зала - сложная задача, и для этого понадобится много терпения и времени. Здесь необходимо подвести учащихся к изменению мироощущения из "я" в "мы", потому что, только ощущая себя "вместе", можно справиться с поставленными перед группой задачами.

Работа над образом

Любое искусство должно доставлять человеку (читателю, зрителю, слушателю) глубокое эстетическое удовольствие, пробуждать в нем художника, способного творить по законам красоты и вносить красоту в жизнь. И одной из важнейших составляющих в обучении мажореток является работа над созданием сценического образа.

Само слово "мажор" означает бодрый, радостный настрой, а значит, задача мажоретки - донести до зрителя праздничное, позитивное настроение, "заразить" его своими эмоциями, торжественностью и значимостью момента.

Данный раздел учит не бояться публики и сцены, уметь быть на сцене столь же естественными, как в жизни, но в то же время овладеть сценической выразительностью, т.е. умением передавать свои чувства зрителю в художественной форме. Причем очень важно не переигрывать, необходимо избавляться от таких навыков, как: зажатость, самолюбование, развязность, кокетство, игру на публику.

Задачи раздела:

- развитие воображения, внимания, концентрации и памяти;
- раскрепощение и снятие телесных зажимов;
- формирование способности сохранять спокойствие, владеть своими эмоциями.

Упражнения:

- "Дружба начинается с улыбки". Дети, сидящие в круге, берутся за руки, смотрят соседу в глаза и дарят молча, по очереди, самую добрую свою улыбку. Важно, чтобы улыбка "внешняя" стала улыбкой "внутренней";
- на развитие мимики (просыпаемся, радуемся, удивляемся и т.д.);
- "Передай по кругу". Дети передают друг

другу воображаемые предметы: горячую картошку, бабочку, червяка и т.д. (пантомимикой);

- "Мастера пантомимы". Игрок одной команды для своих соперников должен, используя мимику, жесты и не произнося ни звука, изобразить заданное животное так, чтобы все догадались, кто это;

- на создание образа, соответствующего предлагаемым обстоятельствам (настроение, чувства);

- на физическое самочувствие (больно, жарко, холодно и т.д.);

- упражнения на оправдание поз, жестов, действий;

- на повторение физических действий (лепим снежную бабу, накрываем на стол, зажигаем спичку, свечу и пр.);

- на перемену отношения (к предмету, к партнеру, к месту действия);

- моделирование экстремальных ситуаций и способов выхода из них.

Итак, самые первые шаги мажоретки - это формирование осанки, освоение техники марша и изучение маршевых элементов, пространственное понимание движения и умение создавать нужное настроение. Многократное выполнение движений, доведение их до правильного исполнения формирует трудолюбие и настойчивость. Мимика и актерское мастерство воспитывает эмоциональность, выразительность. Искусство мажореток органически связано и с усвоением норм этики, выработки высокой культуры, общения между людьми.

От педагога, от его методики обучения зависит качество усвоения знаний, овладение навыками искусства мажореток, а также общее развитие детей. В группах состав обучающихся неоднороден, с разными природными данными, поэтому подход к детям должен быть дифференцированным. Для этого целесообразно использовать такие методы и приемы работы, как:

- выразительный показ движений;
- синхронное и зеркальное восприятие;
- речь, опережающая и подтверждающая действия;
- правильная ориентация движений на площадке и перевод из одного пространства в другое;

- обращение к индивидуальности ребенка.

Обучение предполагает постепенное увеличение физической нагрузки на организм ребёнка и сопровождается объяснением, показом движений, элементов, самостоятельной работой творческой импровизацией, анализом ошибок. Каждое занятие включает в себя теоретическую и практическую часть. Основное место отводится практической репетиционной работе.

Занятие целесообразно строить по следующему плану:

- организация начала занятия, постановка образовательных, воспитательных, развивающих задач; сообщение темы и плана занятия;

- проверка знаний и умений по изученным темам (индивидуальная и групповая работа); подготовка к изучению новой темы;

- ознакомление с новой темой, овладение новыми знаниями и умениями;

- упражнения на закрепление знаний, умений, навыков, а также их применение в сходных ситуациях, использование упражнений творческого характера, элементов игры (индивидуальные и групповые задания);

- подведение итогов, формулирование выводов.

В процессе постоянной практики дети сами приходят к выводу, что мастерство мажореток - это содержательное искусство, требующее умения, техники, выразительности. И результатом обучения должен стать единый коллектив детей, все члены которого объединены интересной для них творческой деятельностью, что является благоприятным фактором их формирования и развития (фото 9).



Фото 9

