

КОЛЛЕКТИВ "ГЕНТАХОР"

МУЗЫКАЛЬНОЕ ДВИЖЕНИЕ

ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОГО МАТЕРИАЛА, СИСТЕМАТИЗИРОВАННОГО ПО ЗАДАЧАМ И РАСПОЛОЖЕННОГО В ПОРЯДКЕ ПОСТЕПЕННОГО УСЛОЖНЕНИЯ

для I и II этапа работы со взрослыми

Составила С.Д.Руднева

1975-1977 гг.

Содержание

	стр.
I этап	
Предварительные пояснения	I
Перечень учебного материала	3
Раздел А	3
Подразделы: А/1 (плавность)	3
А/2 (пружинность)	5
А/3 (махи и броски)	6
Раздел Б	7
Подразделы: Б/1 (образы ходьбы)	7
Б/2 (образы бега)	8
Б/3 (образы прыжков)	9
Б/4 (прыжки)	10
Раздел В (работа над этюдами)	II
Подразделы: В/1, В/2	II-12
В/3 (коллективные упр.)	12
II этап	
Пояснение	15-18
Учебный материал	19
Раздел А	19
Подразделы: А/а, А/б	19
Раздел Б	20
Подразделы: Б/а	20
Б/б	22
Раздел дополнительный к А-Б	24
Раздел В	25
Подразделы: В/а	25
В/б	27
В/в (пространственно-коллективные)	28

ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ ПОЯСНЕНИЯ

Задачи I этапа

Включение занимающихся в музыкально-двигательную деятельность: образование у них необходимой психо-физической установки.

В этих целях:

1. Активизировать у них эмоционально-двигательную реакцию на музыку.

2. Развивать у них способность непрямозвольно и непосредственно выявлять в своих движениях эмоционально-динамический колорит воспринимаемой ими музыки (музыкального образа).

3. Дать занимающимся основные навыки и умения необходимые для работы над музыкально-двигательным образом, развивать способность к углублению и уточнению связи своих движений с воспринимаемой музыкой.

СТРУКТУРА УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА И СОДЕРЖАНИЕ ЕГО РАЗДЕЛОВ

РАЗДЕЛ "А"

Ознакомление со средствами музыкально-двигательной выразительности ("простыми" и "сложными"; освоение "приемов" плавного, пружинного и махового движения, ознакомление с принципом "дыхательности".)

Подраздел А/1 - овладение приемом плавного движения.

Подраздел А/2 - овладение приемом пружинного движения.

Подраздел А/3 - овладение приемом махового движения.

РАЗДЕЛ "Б"

Применение средств музыкально-двигательной выразительности в работе над примерными музыкально-двигательными образами "основных" человеческих движений различного эмоционально-динамического характера ("лирическими", "действенно-активными", "энергич-

но-волевыми").

Подраздел Б/1 - образы ходьбы.

Подраздел Б/2 - образы бега.

Подраздел Б/3 - образы поскоков.

Подраздел Б/4 - образы прыжков.

РАЗДЕЛ "В"

Расширение и углубление полученных знаний и умений. Освоение этюдных упражнений и этюдов с разнообразными музыкально-двигательными образами и формой движений. -

Подразделы В/1 и В/2 - этюдный материал к разделам "А" и "Б".

Подраздел В/3 - ознакомление занимающихся с особенностями коллективно-пространственной композиции движений, как средством музыкально-двигательной выразительности; развитие пространственного чувства через работу над коллективными этюдами, построениями, плясками.

РАЗДЕЛ "Г"

Образование первых навыков работы над самостоятельным ответом на музыку, в целях активизации их эмоционально-двигательной реакции на музыку.

Музыкальный материал для этого раздела подбирает руководитель учитывая особенности группы, подготовку музыкальную и двигательную занимающихся, их вкусы и способности.

ПРИМЕЧАНИЕ I. Материал в подразделах "А" и "Б" условно разделен на небольшие группы, объединенные по времени работы над ними. Это сделано в целях помощи руководителю при освоении им музыкально-двигательного материала и составления планов занятий. Однако не следует считать эти "группы" упражнений принципиально необходимыми.

ПРИМЕЧАНИЕ 2. Названия упражнений местами снабжены (взятыми в скобки) рабочими "ключками" этих упражнений: они привычны для руководителей, знакомых с практической музыкально-двигательной работой и потому удобны (и не обязательны для других).

ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОГО МАТЕРИАЛА I ЭТАПА

РАЗДЕЛ "А"

Ознакомление с музыкально-двигательными средствами вырази-
тельности

Подраздел А/І – упражнения для овладения плавностью движения

ПЕРВАЯ ГРУППА УПРАЖНЕНИЙ

1. Чайковский П. "Шарманщик поет" - Отведение и приведение рук (Д.А. № 24)
2. Брянский. "Песня". Напряженное отведение-приведение рук ("растягивать тугую резинку").
3. Русская нар. мелодия "Как по морю". Напряженное и свободное поднимание рук ("поднимать тяжесть").
4. Грузинская нар. мелодия "Сулико" Поднимание на полупальцы. I форма.
5. Бетховен. Лендлер. Покачивание с ноги на ногу. ("Ветерок") I форма.
6. Богемская нар. мел. "Жалоба девушки". Сгибание-разгибание корпуса в разном темпе.
7. Шуман. Веселый крестьянин (Альбом юн. № 10). Сидя - подражательное движение - "загребание песка".
- 7а. См. В/І-А № 14 и др. - *Миллер. Этог. Равномерное полуприседание*

ВТОРАЯ ГРУППА

8. Грузинская мел. "Цицинатэла" или Латвийская мел. Переведение рук вперед и в стороны (с затактовым акцентом). С перенес.тяж. тела с ноги на ногу.
9. Гурилев. Отр. из вар. "На заре ты Полу-круговые движения рук. ее не буди".

10. Гречанинов. "На качелях", отр. *u* Повороты рук ладонью вверх и вниз.
11. Кампра. Романс. *u* Поднимание-опускание рук.
12. Химмель. Мелодия. Вращение корпуса в разных темпах.
13. Бургмюллер. Этюд. *u* Кружение корпуса.
14. Ребиков. Отр. из "Колыбельной" *u* Сгибание корпуса в сторону свободной ноги.
15. Французская нар. мел. "Братец Яков". *u* Парные упражнения - "перетягивание" и "качалка".

ГРУППА ТРЕТЬЯ

16. Чайковский. Сладкая греза (Д.А. № 21) Поднимание-опускание рук в разных направлениях.
17. Глиер. Вар. на "Яблочко" (вар. III) Сгибание корпуса в сторону (Подражательные движения а) "Тянуть канат" и б) "волна")
18. Шуберт. Вальс. ор. 50 в № I Отведение-приведение рук и взмахи с качаньем с ноги на ногу (см. упр. А/3 № 14).
19. Вебер. Отр. из оп. "Оберон" Медленное качанье ("Тяга" из стороны в сторону и вперед-назад).
20. Грузинская мел. "Сулико" см. упр. № 4 Поднимание на полу-пальцы с перемещением центра тяжести и шагами. II форма.
21. Шитте. Этюд ор. 108 № 15 Сгибание-разгибание корпуса и круговое движение ("Колесо").
22. Шитте. Этюд. ор. 160 № 4 Выпрямление из скорченного положения ("выростание").

ГРУППА ЧЕТВЕРТАЯ

23. Шуберт. Вальс. ор. 9а, № 2 • *u* "Вытягивание рук".
24. Шуман. Миньона. (Альбом юн. № 35). Круговые движения рук. *u*
25. Шуберт. Вальс ор. 18а, № 8 Разгибание-сгибание корпуса и большой "разворот" назад ("№ 7 страница"). -16 талтов
26. Бетховен. Лендлер. см. упр. А/1 № 5 Покачивание с ноги на ногу о протаводвижением ("Ветерок") II вар.

27. Шуберт. Вальс ор.18а № 5 *u* Разгибание из положения уронив корпус вперед до положения откинувшись назад и обр. движение ("16 стр.") фор. I, без перехода на заднюю ногу.
28. Иенсен. Мельница. Отр. Сидя подражательные движения "Игра с водой" ("у речки").

ПОДРАЗДЕЛ А/2

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ОВЛАДЕНИЯ ПРИЕМОМ ПРУЖИННОГО ДВИЖЕНИЯ

ПЕРВАЯ-ВТОРАЯ ГРУППЫ

1. Русская нар. мел. "Посеяли девки лен". Пружинное вставание на полупальцы и пружинное полуприседание ("Пружинки"). I форма.
2. Русская нар. мел. "Как пошла наша подружка". Мягкий пружинный шаг.
3. Шуберт. Вальс ор.127 № 6, трио (в замедленном темпе). Подпрыгивание легкое без напряжения ("пружинки" с отрывом от пола).
4. Русская нар. мелодия "Ах, вы сени". "Пружинки", II форма.
5. Польская мел. "Черный барашек" или франц. нар. мел. "Тартилка". Повторное расслабление корпуса ("окунанье").
6. Майкапар. Этюд. Отр. Упр. для кистей рук ("удары по воображаемому мячу").

ТРЕТЬЯ-ЧЕТВЕРТАЯ ГРУППЫ

7. Венгерская нар. мел. № 275. Подпрыгивание легкое и сильное.
8. Русская нар. мел. "Что пошла Парашка". Острая "пружинка" на шагах.
9. Доницетти. Отр. из оп. "Дочь пелка". Пружинное вставание на полупальцы.
10. Шуберт. Экосез ор.49 № 6 см. Б/4 № 12 "Пружинки" на приставных шагах ("подготовка к галопу")
11. Шуберт. Марш ор.40, № 4, трио "Переминанье" на месте - I и II форма ("Мешение теста").
12. Мендельсон. Отр. из "Рондо капричиозо". Упр. для кистей - "игра воображаемым мячом" (на месте).
13. Шитте. Этюд ор.108 № 22. Приседание с пружинным движением.

14. Бургмюллер. Отр. из этюда ор. 100 № 15 или французская нар. мел. "Мать Мишель". Пружинное отталкивание (вдвоем) или *усмены* вдвоем - "толкать и упираться".
15. Рубинштейн. Отр. из оп. "Ферраморс". Вдвоем - "борьба".

ПОДРАЗДЕЛ А/З
УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ОВЛАДЕНИЯ ПРИЕМОМ МАХОВОГО (И БРОСКОВОГО) ДВИЖЕНИЯ

Первая группа

- 1а. Польская мелодия, обр. *сери-50* } "Качанье" ненапряженных рук.
Л. Вишкарева }
1б. Шуман. Сицилийская песенка. }
(альбом № II) }
2. Таличиева. Марш. Тяжелые махи и "качание" рук (на месте и на ходьбе).
3. Равина. Этюд № 3. Круговые махи постепенно усиливающиеся ("Мельница") без прыжков.
4. Франц. нар. мел. "Мой муж". Махи ("качание" ногой).

Вторая группа

5. Английская нар. мел. "Лягушка". Махи руками в стороны и круговые.
6. Дунаевский. Спортивный марш. Отр. Круговые махи с хлопком в ладоши.
7. Французская нар. мел. "Мари". Рёскачивание рук корпусом, с переходом на взмахи.
8а. Русская нар. мел. "Вдоль да по речке". "Бросание" корпуса вперед и вверх-назад (с хлопками)
8б. Английская нар. мел. "Эйкен Драм". Легкий бег и бросание корпуса.
9. Серов. Отр. из оп. "Рогнеда". Напряженные броски корпуса вперед-вниз ("рубка" или "подрубание").

Третья группа

10. Немецкая старинная мелодия из сб-ка Тяжелое раскачивание рук корпусом и взмахи.

- | | |
|---|--|
| II. Покрасс. Москва майская. | Махи в стороны, круговые и взмахи. |
| 12. Шуберт. Лендлер ор. 18в № 2 | Легкие махи. |
| 13. Штраусс. Отр. из вальс ор. 97 № 3 (т.т. I-16) | Качанье с ноги на ногу - подготовка к взмаху ("Игра большим мячом"). |
| 14. Шуберт. Вальс ор. 50 № I (II часть).
см. упр. A/I № 18 | Отведение-приведение рук и легкие взмахи. |
- Четвертая группа
- | | |
|---|--|
| 15. Равина. Этюд № 3 (см. упр. A/3 № 3) | Круговые махи постепенно усиливающиеся до прыжка. ("Мельница") II форма. |
| 16. Шуберт. Вальс ор. 9а № 12 | Легкие взмахи и круговые махи ("Качели"). |
| 17. Дунаевский. Песня о Каховке. | Сильные махи, раскачивание рук и взмахи. |
| 18. Лобачев. Красный марш. см. упр. B/I № II. | Махи и взмахи на ходьбе. |
| 19. Французская нар. мел. "Мельник" | Махи в стороны и круговые. |
| 20. Шуберт. Вальс ор. 33 № 9 | Махи и выпад взмахом. |

РАЗДЕЛ Б

РАБОТА НАД ПРИМЕРНЫМИ ОБРАЗАМИ ЛИРИЧЕСКОГО,
ДЕЙСТВЕННО-АКТИВНОГО И ЭНЕРГИЧНОГО ХАРАКТЕРА

ПОДРАЗДЕЛ "Б"/I
ОБРАЗЫ ХОДЬБЫ

Группа первая - вторая

- | | |
|---|---|
| 1. Дунаевский. Спортивный марш.
Лобачев. Красный марш. (или другой того же характера). | Ходьба "бодрым" шагом. |
| 2. Мошковский. Скерцино. отр. 2 | Ходьба - бег - ходьба. I форма - простое ускорение и замедление; 2 форма - с увеличением и уменьшением продвижения. |
| 3. Русская нар. мел. "Как пошли наши подружки" (см. упр. "A"/2 № 2). | Ходьба мягким пружинным шагом (в хороводе). |

4. Марши различного эмоц.-динам. характера (по выбору руководителя - напр. Александров "Да здравствует наша держава"; "Левин, Старокадомского и др.). Упражнение в варьировании "бодрого" шага в соответствии с разными муз. образами.
- 5а) Шуберт. Вальс ор. 9а, № 8 *
б) Шуман. Мелодия (А. юн. № 1) или в) Буальдьё, отр. Ходьба спокойная с лирическим оттенком (в трех разных вариантах).
6. Моффат. Английская детская песенка. *и* Ходьба "торопливая" ("Торопись!")
7. Французская нар. мел. "Полишинель". *и* Ходьба выбрасываемая вперед прямые ноги (шаг "Петрушек").
8. Люлли. "Мари королей". Ходьба "высоким" топающим шагом ("решительным" и "настороженным").

Группа третья-четвертая

9. Иорданский. Песня ("Ю пьеса на укр. тему"). Ходьба замедленная "осторожная" ("нести пушинку").
10. Верди. Отр. из оп. "Риголетто". Ходьба на полупальцах "осторожная" ("Рвать яблоки").
11. Лобачев. Красный марш. Ходьба "бодрым" шагом с махами взмахами.
12. Щербачев. Куранты. отр. Ходьба плавно-пружинная на низких полупальцах ("Змейка").
13. Норвежская мелодия (из сб. Ходьба пружинным "высоким" шагом с переходом на поскоки.
24. Шуман. Незнакомец. Отр. *и* Альб. юн. № 29. "Высокий шаг" - основная форма.
15. Моцарт. Ария Церлины из оп. *и* "Дон-Жуан". Ходьба на низких полупальцах ("Змейка с воротцами").

ПОДРАЗДЕЛ Б/2

ОБРАЗЫ БЕГА

Группа первая-вторая

1. Мошковский. Отр. из "Скерцино". Ходьба с ускорением до бега и обратным замедлением.
(См. Б/1 № 2)
- 2а. Грибоедов. Вальс № 2 * *и*
или
б) Вебер. Тема из вариаций. Бег легкий.

3. Гретри. Отр. из оп. "Каирский карнавал". *u* Бег назад и вперед (легкий и сильный).

4. Вебер. Отр. из "Моменты каприччиозо". Бег на месте - без вперед.

Группа третья-четвертая

5. Рубинштейн. Кавалерийская рысь". Отр. Бег стремительный в перегонки.

6. Жилин. Экссез № 6. Бег спокойный и стремительный.

7. Новиков. "Вперед молодежь", отр. Бег длинный прыжками.

8. Рамо. Овернская ронда. Бег "высокий" и спокойный.

9. Шуберт. Марш ор. 40 № 2, трио. *u* Стремительный разбег к прыжку через веревку.

10. Моцарт. Отр. из оп. "Дон-Жуан". См. В/3 № 26. Бег легкий полетный.

ПОДРАЗДЕЛ "Б"/3 ОБРАЗЫ ПОСКОКОВ

Группа первая-вторая

1. Гуммель. Деревенское рондо. *u* Поскоки "естественные", без высокого отскока и без излишнего напряжения.

2. Люмениль-Дюкра. Танец. Поскоки активные с нормальным отскоком и устремленностью - основная форма.

3. Французская нар. мел. "Пастушка" Полупоскоки.

4. Затеплинский. Танец. *u* Поскоки энергичные (с вертикальным отскоком) и полупоскоки.

Группа третья-четвертая

5. Шуман. Песенка жнецов. (Альб. юн. № 24). см. "В"/3 № 22 "Колесницы". Поскоки стремительные и полупоскоки.

6. Вебер. Отр. из оп. "Прециоза" (можно и то 2^{ое} этан) Полупоскоки и поскоки танцевальные.

7. Шуман. Охотничья песня. (Альб. юн. № 7) Поскоки энергичные на месте - вперед-назад.

8. Шуберт. Марш. ор. 121 № 2, трио. Легкие полупоскоки различного динамического характера, переходящие в поскоки.

ПОДРАЗДЕЛ "Б"/4

ОБРАЗЫ ПРЫЖКОВ

ПОДПРЫГИВАНИЕ

- | | |
|--|---|
| 1. Шуберт. Вальс ор. 127 № 6,
трио (см. упр. "А"/2 № 3) | Легкое подпрыгивание без актив-
ного толчка ("пружинка с от-
рывом от пола"). |
| 2. Английская нар. мел. "Полли". | Легкое подпрыгивание. |
| 3. Шитте. Этюд ор. 108, № 20. <i>и</i> | Острое подпрыгивание ("мячики"). |
| 4. Франц. нар. мел. "Маленький
охотник". <i>и</i> | Подпрыгивание вперед, назад,
кружась. |
| 5. Венгерская мел. № 275
см. А/2 № 7 | Подпрыгивание легкое и сильное
с большим напряжением и отско-
ком. |
| 6. Франц. композитор XVIII века.
Отр. | Сильное подпрыгивание с высоким
отскоком и спокойная ходьба. |
| 7. Франц. нар. мел. "Кораблики". <i>и</i> | Подпрыгивание легкое и сильное
с "пружинкой" ("скорчиваясь"). |
| 8. Венгерская нар. мел. № 191 | Подпрыгивания со сменой положе-
ния ног и поворотами кругом. |

ПРЫЖКИ

- | | |
|---|--|
| 9. Латвийский танец. <i>и</i> | Прыжок вперед с двух ног на две
ноги с сильными махами рук. |
| 10. Венгерская мелодия. | Прыжки на беге с одной ноги на
две ("через воображаемое пре-
пятствие"). |
| 11. Шуберт. Марш. ор. 40 № 4
трио (см. упр. Б/2 № 9) | Прыжок с ноги на ногу с разбе-
га, с приземлением на одну ногу |

ГАЛОП

- | | |
|---|--|
| 12. Шуберт. Экосез. Ор. 49 № 6 <i>и</i>
(см. упр. А/2 № 10) | Подготовительное упр. к "гало-
пу" ("пружинки на шагах"). |
| 13. Старинный франц. галоп I ч. <i>и</i>
(см. этюд В/3 № 38) | Галоп полетный ("горизонталь-
ный"). |
| 14. Шуберт. Грацкий галоп. <i>и</i>
(см. этюд В/3 № 34) | Галоп стремительный ("верти-
кальный"). |

РАЗДЕЛ В
РАБОТА НАД ЭТЮДНЫМИ УПРАЖНЕНИЯМИ И ЭТЮДАМИ
ПОДРАЗДЕЛ В/І

ЭТЮДНЫЕ И ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ К РАЗДЕЛУ "А"

- | | |
|--|---|
| 1. Армянская мелодия "Ласточка" | Поднимание-опускание рук с дыханием ("крылья"). |
| 2. Вилькорейская. Колыбельная. | Плавные движения кистей и рук ("гладить кошку"). |
| и 3. Немецкая мел. из сб. "Concordia" № 882 | Сгибание-разгибание и вращение корпуса стоя на одном колене. |
| 4. Витлин. Волчок. | Упр. для кистей. |
| 5. Кондратьев. Песня "Зайныка" | Острое вставание на полупальцы с поддержкой. |
| 6. Русская нар. мел. "Ах, вы, сени" Ноты см. упр. А/2 № 4 | Упражнение для кистей рук (повороты), с платочком. |
| 7. а) и б) Польские мелодии "Весна" № 1 и 2 | Легкие небольшие махи платочком с усилением. |
| 8. Чайковский. (П. А. № 24) "Шарманщик поет" (см. А/І № 1) | Отведение-приведение рук и легкие повороты рук ладонями вверх и вниз. |
| 9. Шуман. Маленький романс (Альб. юн. № 19) | Отведение и приведение рук и взмахи. |
| 10. Бетховен. Немецк. танцы № 5 • и трио. | Игровое упражнение вдвоем - отталкивание и плавный бег. |
| 11. Шуберт. Вальс соч. 18а № 12 • и | Вдвоем - "отталкивание" и "тяга" <i>вразные стороны.</i> |
| 12. Украинская мел. "У сосіда". <i>хоть белиз</i> | Резкое поднимание ноги назад и вперед и махи с усилением. |
| 13. Гречанинов. Нар. мел. "Кончен, кончен дальний путь". | Резкие броски ноги назад и вперед и махи с усилением. |
| 14. Миллер. Этюд. (Перенести в раздел А/І № 7а) | Напряженное равномерное полу-приседание. |
| 15. Французская мел. "На мосту". | Приседания плавные и пружинные в разном темпе. |
| 16. Шитте. Этюд ор. 108 № 9 | Приседание после бега-на концах фраз. |
| 17. Венгерская мел. | Приседание - бег - приседание. |

18. Русская нар. мел. "Заря".

Полуприседания и приседания различными приемами и в разной темпе.

19. Шитте. 25 легких этюдов.
ор. I60 № 20.

Медленное равномерное приседание и вставание.

ПОДРАЗДЕЛ В/2

ЭТЮДНЫЕ И ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ К РАЗДЕЛУ "Б"

- | | |
|---|---|
| 1. Леви. Суворовская. (см. Б/І № 4) | "Бодрый шаг". |
| 2. Шуберт. Вальс ор. 9а № II | "Мягкий" шаг. |
| 3а. Леви. Песня сев. охотника | } "Лыжный ход". |
| 3б. Мофат. Детская песенка. | |
| 4. Марш из старинного сб-ка.
"Парижский" (1914 г.). | Ходьба легкая стремительно-торопливая ("не бежать!") |
| 5. Чайковский. Болезнь куклы.
(Д. а. № 6) (см. II эт. А/З № I4). | Ходьба с дыхательными задержками. |
| 6. Лядов. Русск. нар. мелодия. | Поскоки с хлопками в ладоши спереди и сзади. |
| 7. Теличьева. Походная песня. | Поскоки вертикальные, острые. |
| 8. Гречанинов. На гармонике, отр. | Подпрыгивание на "р" и "ф". |
| 9. Венгерская мел. № 339. | Подпрыгивание на двух и на одной ноге, с отбрасыванием другой ноги в сторону. |
| 10. Украинская нар. мел. "Закувала зозуленька". | Подпрыгивание с поджиманием колен вперед ("скорчиваясь") |
| 11. Шуберт. Вальс ор. 9а № 8
(см. Б/І № 5) | Тихая ходьба. |
| 12. Латвийская полька. | "Мягкий" бег и шаг польки - парами. |
| 13. Венгерская нар. мел. № 234. | "Острый бег" и сильные прыжки ("бежать по воде без брызг"). |

ПОДРАЗДЕЛ В/3

КОЛЛЕКТИВНО-ПРОСТРАНСТВЕННЫЕ ЭТЮДНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ И ЭТЮДЫ

А) игры и пляски для растормаживания занимающихся на
первых занятиях

- | | |
|----------------------|----------------------------|
| 1. Глинка. Галопида. | Игра в пятнашки. |
| 2. Латвийская мел. | Игра с передачей платочка. |

3. Литовская нар. мел. Шутка - "приглашения и отказы".
4. Эстонский нар. танец "Правая-левая". Массовый танец.
5. Шуберт. Экосез. ор. 79, № 7. Игра в "коршуны".
6. Майкапар. "Росинка". Игра в "тихие ворота".

Б) простые этюдные упражнения и этюды

7. Спендиаров. Кольбельная. Отр. • Этюд "Тихина".
8. Французская нар. мел. "Луна". "Искать друг друга в темноте."
9. Любарский. "На лодке". Танцевальный этюд в двух шеренгах.
10. Украинская нар. мел. "На зеленом лугу" ("Их-вох"). Ходьба и бег с притопами (постепенное ускорение движения и расширение круга).
11. Венгерская нар. мел. Хоровод на шаге с притопом и бег ("Выворачивание круга").
12. Русская нар. мел. "Ах, ты, береза". Плясовое упражнение на быстрой ходьбе и притопах.
13. Русская нар. мел. "Калинка". Пляска в двух кругах.
14. Дунаевский. Марш веселых ребят. Фигурный марш (пространственная композиция руководителя).
15. Новиков. Марш "Вперед молодежь!" см. упр. Б/2 № 7. Фигурный марш на беге длинными прыжками и "бодром" шаге.
16. Французская нар. мелодия "Гуськом". Юмористический этюд на постепенное ускорение ходьбы.
17. Келер. Из детского сборника. Перестроение из колонны в толпу и обратно - динамическое усиление и ослабление ("Растет толпа").
18. Зильхер. Немецкая старинная песня "Лорелей". В кругу - передача лент (сгибание-разгибание корпуса вперед-назад).
19. Вебер. Отр. из оп. "Прециоза". Массовая пляска ("Гребеночка").
20. Гайди. Отр. из "Венгерского рондо". Бег фигурный - высокий и легкий.

В) Этюды средней сложности

21. Венгерская нар. мелодия. Круговой галоп.
22. Шуман. Песенка жнецов (Альб. юн. № 24) Этюд на поскоках и полупоскоках ("колесницы").

23. Литовская нар. мелодия из сб-ка Пляска "корзиночка".
24. Моцарт. Марш из оп. "Свадьба Фигаро". Торжественный фигурный марш. ("Праздничный выход").
25. Дунаевский. Марш подводников. Маршировка с выпадами, взмахами, "волной".
26. Моцарт. Отр. из оп. "Дон Жуан". Фигурный легкий бег.
27. Брянский "Речка". Поскоки по большому и маленьким кругам ("с воображ. мячом").
28. Штраус. Вальс. ор. 97 № 3 (см. упр. А/3 № 13) Этюд с "воображаемым большим мячом".
29. Латвийская нар. мелодия. Бег из углов длинными прыжками и легкий по восьмеркам.
30. Моцарт. Тема из вариаций "Лизон". "Тихий танец".
31. Бетховен. Немецкий танец № II Игровой образ: "Ловишки".
32. Польская нар. мел. "Гей, с горы". Плавные хлопки в ладоши — парами и в кругу.
33. Римский-Корсаков. Русская мелодия "Заялется, плетень". Хоровод "змеяка с воротцами".
34. Шуберт. Грацкий галоп. Танец. (Сильный галоп и поскоки). (см. Б/4 № 14)

Г) Упражнения и этюды более сложные.

35. Моцарт. Отр. из оп. "Волшебная флейта". Танец "четверки".
36. Штраусс. Вальс "На голубом Ду-нае" (отр.). Круговой танец.
37. Французская охотничья песня. XVIII в. Пляска на поскоках различного характера.
38. Старинный французский галоп. Галоп в двух кругах. (см. Б/4 № 13).
39. Кавказская мелодия. Пляска "Кавказский хоровод".
40. Шуман. Северная песня (Альб. юн. № 41) Торжественный высокий шаг — пространственная композиция разрабатывается руководителем совместно с группой.
41. Рахманинов. Итальянская полька. Танец (массовый).

II ЭТАП РАБОТЫ СО ВЗРОСЛЫМИ

ЗАДАЧИ: на основе полученного на I этапе муз.-дв. опыта по выявлению в движениях своих музыкальных впечатлений (переживаний), развивать у занимающихся способность к художественному музыкально-двигательному творчеству. Работа идет в двух взаимосвязанных направлениях.

I. Образование основных навыков и умений, необходимых для создания так наз. "выражающих форм" движений, в которых выявляются индивидуальное восприятие и переживание двигающимся характерных особенностей данного музыкального произведения.

Для этого двигающиеся работают над планомерно усложняющимися по форме и углубляющимися по содержанию примерными муз.-дв. образами "лирического" и "активно-действенного" характера.

В процессе этой работы у двигающихся углубляется, уточняется и детализируется как их муз. восприятие, так и выразительность их движений. Одновременно технически совершенствуются и расширяются двигательные возможности занимающихся; детализируется и дифференцируется их умение пользоваться всеми средствами муз.-дв. выразительности в чистом виде и в их взаимодействии; особое внимание обращается на развитие дыхательности движения.

2. Освоение занимающимися основных методических приемов и приобретение ими творческих навыков, необходимых для самостоятельной работы над созданием художественных музыкально-двигательных образов. Эти образы воплощают индивидуальное восприятие и понимание двигающимся целостного музыкального образа, его содержания и формы, в их развитии.

3. Творческие опыты занимающихся включают работы над сольными и коллективными муз.-дв. образами разнообразного эмоционально-динамического характера, над музыкой разных форм, стилей, композиторов.

СОДЕРЖАНИЕ И ОСОБЕННОСТИ УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОГО МАТЕРИАЛА

Основное содержание занятий на II этапе — работа над музыкально-двигательным образом, его содержанием и формой.

Весь материал разделен на основной (обязательный) и дополнительный (по выбору руководителя).

Все технические задачи подчинены и вытекают из особенностей образов (примерных и творчески-создаваемых) — из их музыки и движений. Это диктует иную (чем на I этапе) систематизацию учебного материала и иную структуру его изложения. Именно:

Основной учебный материал систематизирован в две группы музыкально-двигательных образов по их эмоционально-динамической характеристике — т.е. по их содержанию (а не по их форме или технике, как в I этапе). Они расположены в порядке их постепенного углубления и усложнения — музыкального и двигательного. Используя принятое в музыковедении деление музыкальных произведений на два основных "жанра" (музыки лирико-кантиленной и активно-^{х)} моторной), мы назвали эти группы образов "лирическими" и "активно-действенными" (раздел А и раздел Б).

Это стало необходимым отчасти потому, что примерные муз.-дв. образы II этапа очень многозначны и сложны и не укладываются в рубрики I этапа — "плавных" или "пружинных" и др. движений; их также нельзя отнести к "основным видам человеческих движений" (например: № 10 разд. А/а, муз. Шуберта — используются одновременно все три основные "приема"; а движение в № 21 раздела А/б, муз. Рамо — только условно можно называть "бегом"...). Поэтому

Однако, необходимо указать, что примерные образы лирического характера (раздел А) в громадном большинстве имеют основным средством выразительности плавность (текучесть) и дыхательность

х) См.

движения (либо в чистом виде, либо во взаимодействии с другими средствами). А образы действенно-активные (раздела Б) — строятся главным образом на движениях "толчковых" — пружинных и маховых (при большем или меньшем участии плавности и текучести).

Это показывает насколько эти главные средства музыкально-двигательной выразительности (а, следовательно, и сама "техника переосмысления" пантомимических движений в художественные "выражающие формы") органически связаны с музыкой, ее средствами выразительности, особенностями лирико-кантиленного или моторно-активного жанров.

Добавить о развитии образов от примит. сложных — "цепочек".

Технические задачи, возникающие в работе в связи с усложнением муз.-дв. образов, потребовали выделения в особый дополнительный подраздел "А-Б" упражнений не имеющих особо глубокого содержания, но помогающих приобрести необходимые технические навыки или умения.

Раздел "В" — этюдный — дает широкую возможность дополнять основной материал вариантами тех же или новыми образами.

Параллельно с музыкально-двигательной работой продолжают занятия подготовительными упражнениями без музыки.

СТРУКТУРА УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОГО МАТЕРИАЛА II ЭТАПА

Раздел А — Примерные муз.-дв. образы "лирического" характера.
 Подраздел "а" — образы личностных человеческих переживаний: спокойных, взволнованных, драматических, светлых, печальных и тяжелых.
 Подраздел "б" — образы лирико-созерцательные: возвышенных внеличностных чувств: эстетического наслаждения, эмоций окрашенных философским раздумьем.

Раздел Б — примерные муз.-дв. образы активно-действенного характера.

Подраздел "а" — образы светлого радостного жизневосприятия; выяв-

ление избытка жизненных сил, активности, бодрости.

Подраздел "б" – образы энергично-волевые: эмоции целенаправленных усилий, борьбы, преодоления трудностей; выявление состояния высокого морального настроения.

Раздел дополнительный к А и Б. Муз.-дв.упражнения, углубляющие технические возможные навыки и умения, необходимые на II этапе работы.

Подраздел "А-Б/а" – упражнения для развития подвижности корпуса, рук и совершенствования координации движений.

Подраздел А-Б/б – упражнения для развития силы и пружинности мышц ног и корпуса.

Раздел В – этюдная работа.

Подраздел В/а – муз.-дв.образы индивидуальные (сольные) – обязательные (№№ I-II) и по выбору руководителя.

Подраздел В/б – образы дуэтные и трио.

Подраздел В/в – пространственно-коллективные композиции и танцы.

УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ II ЭТАПА РАБОТЫ СО ВЗРОСЛЫМИ

Раздел А - примерные музыкально-двигательные образы лирического характера.

Подраздел А/а - образы личностных человеческих переживаний (спокойных, взволнованных, драматических - светлых, печальных, тяжелых...)

Композитор, назв. музыки.Название упражнения

- | | |
|--|--|
| 1. Бланки. Романс. | Напевные движения рук +
("медленные ручные"). |
| 2. Шуберт. Романс "Ложные солнца". Отр. | "Обессиленные" выпады. |
| 3. Регер. Листок из альбома. Отр. | "Змеение" руками. |
| 4. Шуман. Зима (из Альб. юн.). Отр. | Перенесение тяжести тела с +
ноги на ногу со склонением кор-
пуса до опоры на одну руку. |
| 5. Шуберт. Вальс. ор. 50в, № 2 | Сидя на пятках - вставать на +
колени, садиться рядом с нога-
ми ("Пересаживаться"). |
| 6. Шведская нар. мелодия. | Сильное "вытягивание" рук. + |
| 7. Шуберт. Лендлер ор. 171 № 3. | Вдохи и выдохи различной дли-
тельности и глубины (с движе-
нием рук). |
| 8. Рубинштейн. Отр. из оп. "Ферморс". | Медленные выпады с поворотами
("Плавные выпады"). |
| 9. Шуман. Отр. из "Карнавала"
№ II - "Кьярина". | Свободные броски корпуса и
рук вперед-назад. |
| 9б. Дайфрие. Туммаи - вспомогательное. + | |
| 10. Шуберт. Романс "Жалоба девушки". Отр. | Плавные и бросковые движения
корпуса и рук. |
| 10 ^а Тейссин. Мелодия на тему медвежьих броски с криком животного + | |

Подраздел А/б. Образы лирико-созерцательные: возвышенных

внеличностных чувств, эстетического наслаждения, эмоций связанных с философским раздумьем.

- | | |
|---|---|
| 11. Моцарт. Ария Церлины. Отр. из оп. "Дон-Жуан" (Описание и ноты см. I этап Б/1 № 15). | Плавная ходьба на низких полу-
пальцах. |
| 12. Шуберт. Вальс ор. 18а № 5 (описание и ноты см. I этап А/1 № 27). | Медленное разгибание-сгибание
корпуса ("16 страница") - все
формы " |

- | | |
|--|--|
| 13. Дандрее. Тимпан. Отр. | "Ступенчатое" поднимание рук.
("Крылья"). |
| 14. Корелли. Адажио ся-мин. | Медленная ходьба. (есть доп. ⁺ Резер)
(доп. - Болезнь куклы) |
| 15. Каринтийская мелодия. | Медленное поднимание на высокие полупальцы. |
| 16. Шуберт. Лендлер ор. 18в № 8 | Отведение-приведение рук на разных уровнях. |
| 17. Бер. Этюд ор. 575 № 10. | Круговое сгибание корпуса с поднятыми в стороны руками ("аэроплан"). |
| 18. Любарский. Колыбельная. Отр. | Поднимание с колена и опускание, с шагами. |
| 19. Шуберт. Вальс ор. 77 № 3. | Качанье с ноги на ногу с поднятыми руками ("Дыхательное качанье"). |
| 20. Бургмюллер. Этюд. Ор. 100 № 7. отр. | Круговое движение ногой с подниманием на полупальцы другой ноги ("Кружение бедра"). |
| 21. Рамо. Ригодон. Отр. | Бег на высоких полупальцах. + |
| 22. Беренс. Этюд ор. 61 № 20. | Ходьба и "дыхательное качанье" на высоких полупальцах. |
| 23. Ласковский. Отр. из "Ноктурна".
23 ⁹ Мендельсон. ор. 104, № 1. | Медленное склонение и выпрямление корпуса с раскрытыми в стороны руками - ("Широкое качанье" I форма). |
| 24. Бетховен. Надежда. Отр. | Разгибание-сгибание корпуса на большом выпаде, опускание на колени, вставание. |
| 25. Мендельсон. Скерцино. Ор. 5, отр. | Вдвоем - фронтальное круговое движение корпуса ("Большое колесо"). |
| 26. Куперен. Канарейки. отр. | Ходьба на полупальцах, "с двойной пружиной". |
| 27. Беренс. (дополи.) | Фиганье разношнурными ⁺
(Фиганье разношнурными ⁺
"II" этап. |

РАЗДЕЛ "Б"

Примерные музыкально-двигательные образы активно-действенного характера

Подраздел "Б/а"

Образы, выявляющие избыток жизненных сил, активности, бодрости; светлого радостного восприятия жизни.

- | | |
|--|---|
| 1. Мошковский. Скерцино.
(см. I этап Б/1 № 2) | Бег с наклонами ("ловить ветер", форма 3 и 4). |
| 2. Шуберт. Экосез, ор. посмертн.,
№ 4. | Пружинное полуприседание и вставание на высокие полупальцы "пружинки" - 2-ая форма ("12 стр."). |
| 3. Шуберт. Марш, ор. 40 № 4
(см. I этап А/2 № II). | Пружинная ходьба и бег. |
| 4. Шуберт. Вальс ор. 127 № 6 Отр.
(см. I этап А/2 № 3). | Подпрыгивание с острым акцентом - основная форма. |
| 5. Доницетти, отр. | Приседание на беге вперед и назад. |
| 6. Чайковский. Дет. альбом № 9. | Подражательное движение "Плесканье водой". |
| 7. Шуберт. Танец, ор. 33 № 6. | Круговые махи с хлопками в ладоши. |
| 8. Шуберт. Вальс ор. 9/a № 3. | Двойные круговые махи ("Восьмерки"). <i>Вспомогательный Вальс</i> + |
| 9. Шуберт. Танец ор. 33 № II. | "Вальсовый бег". + |
| 10. Мендельсон. Песня без слов.
№ 47, отр. (ор. 102 № 5). | "Острый" шаг и бег. |
| 11. Французская нар. мелодия
"Возвращаясь из Оверни". | Подпрыгивание с бросками ног в 4-х направлениях. |
| 12. Венгерская мелодия № 150. | Подпрыгивание на одной ноге с махами другой ногой. |
| 13. Французская мелодия XVIII века. | "Равномерные подскоки". + |
| 14. Лядов. Русская нар. мелодия
"Летал голубь". | Бег с легкими "дыхательными" прыжками. |
| 15. Рубинштейн. Полька, отр. | Бег с сильными подскоками. |
| 16. Английская нар. мелодия
"Часы". | Стремительные подскоки со взлетами. |
| 17. Шуман. Скерцино из "Венского карнавала", отр. | Равномерные подскоки и "перепрыжка". |
| 18. Польская нар. мелодия "На заре". | Пружинное вставание на высокие полупальцы. |
| 19. Лядов. Маленский вальс. I часть. | Вальсовый бег с поворотами корпуса ("с оглядыванием"). |

20. Шуберт. Вальс, ор.9а № I Препжки с ноги на ногу с поворотом ("танцевальные").
21. Шуберт. Танец ор.33 № 4 Препжок на месте на двух ногах с поворотом ("вертушка взмахом").
22. Шуберт. Танец, ор.33 № I6. Круговой мах ногой с поворотом вокруг себя ("замах бедром").
23. Верди. Отр.из оп. "Риголетто". • Равномерные полупоскоки с отведением бедра назад.
24. Шуберт. Вальс 50в № I3. "Перекрестные" шаги с претупанием с ноги на ногу.
25. Ланнер. Вальс " "Танцевальный" перекрестный отр. шаг.
26. Шуберт. Вальс ор. I8/в № 3. Пружинно-плавные движения плечей и рук ("гармошка").
27. Шуберт. Экосез ор.67, № I. Легкие равномерные поскоки с отведением бедра назад.
- 27 бис. Шуберт. Ландлер ор. I8в № II. "Дыхательная подбежка". +

Б - ПОДРАЗДЕЛ "б" - образы энергично-волевые;

эмоции усилий, борьбы, преодоления трудностей; выявление высокого морального настроения.

28. Шуман. Незнакомец. Отр. Ходьба "высоким" шагом. (см. I этап Б/И № I4).
29. Шуберт. Вальс ор.77 № I Мах руками на большом выпаде ("Бажелое качанье").
30. Шостакович. Отр.из "Песни о лесах" (песня комсомольцев) Ходьба волевым "бодрим" шагом.
31. Равнина. Этюд. Отр. "Бросанье" корпуса вперед и в стороны.
32. Буальдьё. Отр. из оп. Взмахи постепенно усиливающиеся * "Багдадский калиф".
33. Шуберт. Марш ор.40 № 2, отр. Бег длинными полетными препжками ("Широкий бег").
34. Иенсен. Отр.из "Карнавала". Подражательное движение "удары молотом".

* Тут же можно вставить франц. мелодию "Баши" - постепенно усиливающиеся взмахи. Воображении есть.

35. Рубинштейн. Отр. из оп. "Фераморс". Ходьба тяжелыми шагами ("Тяжелый ход").
36. Военное рондо. Франц. композитора XVIII века. Поскоки с сильными подскоками.
37. Французская нар. мелодия "Г-н Люмолле". Подпрыгиванье сильное, с разным положением ног.
38. Шуман. Смелый наездник. Сильный "прямой" галоп.
39. Шуберт. Менует. Круговые махи рук с "ударом кулаком".
40. Шуман. Ноктюрн № 3, отр. Махи и "метанье воображаемого предмета".
41. Шуберт. Вальс ор. 127, № 3. "Отталкивающие" движения руками.
42. Гендель. Чаконна, вар. 9. На коленях-падение на руки с пружинным отталкиванием.
43. Мендельсон. Серьезные вариация, ор. 54, № 6. Сильные выпады с "ударом" ("тяжелые удары").
44. Шарпантье. Отр. Перебрасывание корпуса из стороны в сторону и вперед-назад.
45. Шотландская мелодия. Взмахи переходящие в сильные поскоки.
46. Корелли. Гавот. Ходьба с задержками — бег с прыжками.
47. Доницетти. Отр. из оп. "Дочь полка". Бег с увеличением продвижения и прыжками.
48. Григ. Интермеццо. отр. Вдвоем — перетягиванье ("Медведи").
49. Французская старинная мелодия "Ратаплан". Ходьба напряженно решительным шагом ("сильный ход").
50. Шуман. Ноктюрн № I, отр. Вдвоем — "борьба".
51. Блантер. Слава героям. Торжественный "высокий" шаг.
52. Шопен. Этюд № 4, отр. "Прыгающий бег".
53. Бородин. Отр. из оп. "Князь Игорь". "Падающий бег".
54. Лист. Венгерская рапсодия № 7, отр. Прыжки с приземлением в присед.
55. Синдинг. Военная рапсодия, Отр. Прыжки с падением на колени, широкий бег.

РАЗДЕЛ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ К "А-Б": музыкально-двигательные упражнения, углубляющие технические навыки и умения, необходимые на II этапе работы.

ПОДРАЗДЕЛ "А-Б/а" - упражнения для развития подвижности корпуса, рук и совершенствования координации движений.

- | | |
|--|---|
| 1. Гурлит. Этюд № 3. | Напряженное отведение назад плечей, с поддержкой ("паровозики"). |
| 2. Шуберт. Вальс ор. посм. № 3 | Упр. для развития подвижности в плечах ("отталкивание" I форма). |
| 3. Шуберт. Вальс ор. 30в, № 5. | Упр. для совершенствования пружинности ног ("переминание" на 3/4). |
| 4. Франц. старинная мелодия "Рыцарь Лю-Гэ" | Броски верхней части корпуса назад на поскоках. |
| 5. МеркадANTE. Отр. из оп. | Взмахи с переключением на плавность. |
| 6. Дандрие. "Дудки". | Махи с переключением на "тягу". |
| 7. Шуберт. Танец ор. 33 № 9. | Махи и взмахи вызывающие перемещение тяжести тела с ноги на ногу ("метанье"). |
| 8. Русская нар. мелодия "Дровосек". | Махи назад-вперед и фронтально-круговые. |
| 9. Франц. нар. мелодия "Невеста". | Махи и взмахи комбинированные. |
| 10. Черни. Этюд. | Вращательные броски корпуса на расставленных ногах. |
| 11. Геллер. Этюд. | Плавное вращение корпуса на больших выпадах. |
| 12. Штраусс. Вальс ор. 316, отр. | Плавное отведение ноги в сторону ("вытягивание"). |
| 12бис. Равина. Этюд, ор. 50 № 12. | Бросковые движения рук назад ("Брызганье"). |

ПОДРАЗДЕЛ "А-Б/б" - упражнение для развития силы и пружинности ног, рук и корпуса.

- | | |
|------------------------------------|--|
| 13. Венгерская нар. мелодия № 262. | Подпрыгиванье на одной ноге вперед-назад с поджиманием голени. |
| 14. Венгерская нар. мелодия № 218. | Подпрыгиванье ноги врозь - ноги накрест ("путанница"). |

15. Черни. Маленькие этюды. № 36. Подпрыгивание меняя место приземления, бег.
16. Венгерская нар. мел. № 23. Подпрыгивание на одной ноге с ускорением темпа.
17. Шиндлер. Этюд. отр. Подпрыгивание и ходьба на перекрещенных ногах.
18. Бургмюллер. Этюд ор. 100 № 13. На коленях — отклонять назад прямой корпус ("солдатики").
19. Гендель. Чаконна, вар. 19. Медленное поднятие на высокие пальцы одной ноги с шагом.
20. Гендель. Чаконна. вар. 33. Резкое пружинное выпрямление ноги ("отталкивание").
21. Гендель. Чаконна вар. 31. Медленное опускание на колено и поднятие.
22. Гендель. Чаконна вар. 11. Упоры на руки и ступни с переворачиванием в 4 положения.
23. Бетховен. Надежда. (Ноты см. П эт. А/б № 24). Вращение корпуса и приседание "винтом".
24. Шуберт. Вальс ор. 96 № 17. Перекрестные выпады вперед и назад. (если дополнил. музыка Шуберта). *Valzer sentimental op 50 № 13 +*

РАЗДЕЛ "В"

ЭТЮДНАЯ РАБОТА

ПОДРАЗДЕЛ "В/а" — ОБРАЗЫ ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ (СОЛЫНЫЕ); из них

№№ I—II входят в обязательный учебный материал; остальные — по выбору руководителя:

1. Дунаевский. Песнь о Волге. Протяжное движение и свободные взмахи.
2. Шуман. Дед Мороз. отр. Бег и метание воображаемого предмета.
3. Шуберт. Вальс ор. 9в, № II Подбрасывание и метание воображаемого предмета.
4. Бургмюллер. Этюд ор. 109 № 12. Бег легкий и сильный.
5. Мендельсон. Рондо каприччиозо (см. I эт. А/2 № 12). Легкий бег с воображаемым мячом.
6. Григ. Норвежский танец. Бег с прыжками, с нарастающим.

7. Люлли. Отр. из оп. "Апис и Галатея". "Высокий" шаг с остановками ("Гордый").
8. Глюк. Отр. из оп. "Ифигения в Тавриде". Медленная ходьба с остановками и движениями рук.
9. Шуберт. Галоп ор. 49. Этюд "Полечка".
10. Мендельсон. Песня без слов № 23 отр. Медленные выпады с вставанием на полу-пальцы и отведением бедра.
11. Мендельсон. Серьезные вариации ор. 54 вар. 8. *(Вперед или вкручу)* Ходьба толчками вперед и отступлением ("толкающий ход").

ОБРАЗЫ ЛИРИЧЕСКИЕ

12. Моцарт. Менуэт из сонаты отр. Вдохи и шаги на выдохе.
13. Шуберт. Вальс посм. № 4 "Игра в камешки".
14. Шуберт. Марш ор. 40 № 5 отр. Марш "с вздохами".
15. Григ. Норвежская песня. Лежа в упоре на руки — напряженное выгибание спины ("сфинкс").

ОБРАЗЫ ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ

16. Глинка. Отр. из оп. "Руслан и Людмила". "Скользящие" поскоки.
17. Моцарт. Тема из вариаций на франц. пьеску Легкие равномерные поскоки с "перетопами".
18. Глинка. Отр. из мазурки из оп. "Иван Сусанин". "Мазурочный" бег. +
19. Английская нар. мелодия "Стрелок". Галоп на высокий полупальцах, кружение.
20. Шуберт. Вальс соч. посм. № I Танцевальный этюд — "поскоки с вытянутой ногой, взлеты, паденье на колени.
21. Верстовский. Мазурка. Отр. Острое понимание на высоких полупальцах, пружинное кружение.
- 21бис. Равина. Этюд ор. 50. Этюд "Белочка".

ОБРАЗЫ ДЕЙСТВЕННО-АКТИВНЫЕ

22. Рамо. Платейский марш. Острый шаг и острый поскок.
23. Фран. нар. мел. из сб. Верримста. Поскоки с вращением и сгибанием + корпус.

24. Шуман. Марш (из Альб.жн.). Подскок, бег, выс. шаг.
25. Россини. Отр. из оп. "Вильгельм Телль". Бег с увеличением продвижения без ускорения.
26. Франц. стар. песня "Генрих IV". Бег с прыжками.
27. Доргомыжский. Ворон. Прыжки с поворотом (в длину).
28. Моффат. Детск. пес. ~~прыжки с поворотом в воздухе.~~
29. Черни. ор. 834 отр. этюда. Легкий бег перекрещивая ноги, приседания, повороты.
30. Франц. старинная мелодия XVIII в. из сб. Дофина. Подпрыгиванье на одной ноге при горизонтальном положении корпуса и другой ноги ("аэропланчики")?
31. Англ. нар. мелодия "Старуха". На беге - садиться со скрещенными + ногами, вскакивать.
- 31-бис. Шуберт. Немецкий танец № 6. Легкий бег с прыжка назад и вперед. +

ОБРАЗЫ ЭНЕРГИЧНЫЕ "СИЛОВЫЕ"

32. Вагнер. Отр. из оп. "Золото Рейна". Удары вниз тяжелые.
33. Новиков. "Учил Суворов". Движения "метания", с отступлением и рывков вперед.
34. Баварская нар. мелодия. На коленях - отклонять корпус, махом встать.
35. Шуман. Ноктюрн, № 5, отр. Лежа с опорой на одну руку, приподнимать корпус с круговым движением другой руки.
36. Рубинштейн. Отр. из оп. "Ферраморс". Паденье на руки на больших выпадах. +
37. Бургмюллер. Этюд. Лежа садиться, ложиться.

ПОДРАЗДЕЛ "B/б" - ДУЭТЫ И ТРИО

ДРАМАТИЧЕСКИЕ:

38. Шуман. Вдвоем - поддерживать ("вести раненного").
39. Бертини. Этюд № 148. Этюд "освобождение". +
40. Бургмюллер. Этюд ор. 109 № 18. Вдвоем - один на колене поддерживает стоящего к нему спиной (сложные медведи").

ШУТОЧНЫЕ

41. Немецкая старинная мелодия. Вдвоем - тянуть, толкать друг друга, танцевать.⁺
42. Французская нар. мелодия. Толкать-упираться-упасть ("ослы").⁺
43. Венгерская нар. мелодия. Гимнастическое упр. "тележка" (вариант).
44. Барток. Из "детского альбома". Вдвоем - держась за обе руки - комбинированное упражнение.

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ

45. Дунаевский. Песня "Веселый ветер". Парный танец в общем кругу.
46. Шуберт. Танец ор. 33 № 12. Игровой танец - "ловить и увертываться".
47. Чайковский. "Вальс-безделушка", отр. Парный лирический танец.

ПОДРАЗДЕЛ "В/в" - ПРОСТРАНСТВЕННО-КОЛЛЕКТИВНЫЕ
КОМПОЗИЦИИ И ТАНЦЫ

48. Шуман. Всадник (из Альб. юн.), /отр. Высокий ход, сильный галоп с взлетами.
49. Козловский. Экссез. Фигурный бег - танцевальный и широкий.
50. Бортнянский. Отр. из сонаты. Фигурная ходьба на полупальцах (танец).
51. Шitte. Этюд ор. 68, № 21. В двух колоннах - энергичное "отталкивание" руками и одной ногой, "решительные" шаги.
52. Шуман. Эскизы для ф-п. отр. Фигурная успокаивающая ходьба разного характера ("отдых").
53. Франц. застольная песня XVII в. Фигурная ходьба "бодрым" шагом разного характера ("Мушкетеры").
54. Шуберт. Баркаролла. "Дирижирование" движением всего коллектива (пространств. задание).
55. Шуберт. в/ Марш ор. 40 № 6. Задание на коллективное отражение в движении сложного динамического процесса музыки.

- | | |
|--|--|
| 56. Римский-Корсаков. Отр. из оп. "Царская невеста". | Лирический хоровод с "выворачиванием" круга. |
| 57. Гречанинов. Фанданго. | Танец - шаг с притопом и галоп. |
| 58. Бетховен. Пайзэлло. Тема из вариаций. | Танцевальная композиция на поскоках и полупоскоках ("пятерка"). |
| 59. Польская песня "Висла". | "Задумчивый" хоровод с остановками, оглядываясь назад. |
| 60. Венгерская мелодия № 223. | Танец тройками с быстрыми поворотами |
| 61. Бетховен. Лендлер. | Подпрыгивание с поворотами, бег; + вальсов. бег (пространственная композиция разрабатывается руководителем или группой). |
| 62. Шуберт. Вальс ор. 18в № 1. | Вальс парами в кругу ("Тихий вальс") |
| 63. Буальдьё. Отр. из оп. "Багдадский калиф". | Хоровод на высоких полупальцах - + ("игровой"). |
| 64. Шуберт. Лендлер № 16. | Танец для 4-х пар ("Вертушки"). + |
| 65. Чешская нар. мелодия "Сердце". | Лирический танец в двух кругах. |
| 66. Хандошкин. Вариация на русскую мелодию | Русский девичий хоровод. |
| 67. Глюк. Отр. из оп. "Армида". | Этюд "игра с водой". ("зачерпывание"). |

III этап

Шуберт. "Крылья" - соля.

ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОГО МАТЕРИАЛА

"МУЗЫКАЛЬНОГО ДВИЖЕНИЯ" III ЭТАПА РАБОТЫ

- | | |
|---|---|
| 1. Моцарт. Отр. из оп. "Галька" | "Ступенчатые" вдохи и выдохи. |
| 2. Шуберт. Лендлер ор. 171 № 7 | "Плавающие руки" |
| 3. Шуман. | Плавание горизонтальные выпады |
| 4. Шуберт. Вальс ор. 67, № 5 | "Крылья" сидя на полу, в наклоне |
| ----- | |
| 5. Шуберт. Сантимент. Вальс ор. 50 в № 15 | Легкие порывистые броски рук |
| 6. Шуман. № 9, отр. | Острые поскоки с отведением бедра назад |
| 7. Шуберт. Отр. из сонаты № 8 | Легкие "скользящие" поскоки |
| ----- | |
| 8. Кампра. Отр. из "Венецианского карнавала". | Сильные "торжествующие поскоки". |
| 9. Вагнер. Отр. из оп. "Валкирия" | Сильный прямой галоп с взлетами. |
| 10. Глюк. Отр. из оп. "Ифигения в Тавриде" | "Удары" в воображаемый тимпан |
| 11. Бетховен. Марш ор. 45, № 1, отр. | "Взмахи сидя" |
| 12. Мендельсон. Серьезные вариации ор. 54, № 7. | "Тяжелые взмахи и удары" |
| ----- | |
| 13. Беренс. Этюд. ор. 61, № 20 | Дыхание различной длины. |
| 14. Дакен. Отр. | Бег с дыхательными прыжками. |
| 15. Шуман. Эскизы для рояля № 5, отр. | Легкий ("невесомый") бег |
| 16. Шопен. Этюд ор. 25, № 1 | Ходьба на высоких полупальцах |
| ----- | |
| 17. Шуберт. Героический марш ор. 40, № 5. | Медленная ходьба с наклонами ("собирание") |
| 18. Мендельсон. Этюд, ор. 104, № 1 отр. | Медленное склонение и выпрямление ("Широкое качанье") |
| 19. Гендель. Ларчо из оп. "Ксерке". | "Медленный ход" |