
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ (ПО ОБЛАСТЯМ И УРОВНЯМ ОБРАЗОВАНИЯ)/THEORY AND METHODS OF TEACHING AND UPBRINGING (BY AREAS AND LEVELS OF EDUCATION)

DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2026.171.32> EDN: ITRRER**СПЕЦИФИКА СТАНОВЛЕНИЯ И РАЗВИТИЯ БАЛЕТНОЙ КООРДИНАЦИИ В ХОРЕОГРАФИЧЕСКОМ ОБРАЗОВАНИИ**

Научная статья

Мельникова Е.П.^{1,*}¹ ORCID : 0000-0003-2092-0659;¹ Московский государственный институт культуры, Москва, Российская Федерация¹ Московский городской педагогический университет, Москва, Российская Федерация

* Корреспондирующий автор (katrinlex[at]mail.ru)

Предложена: 26.03.2026; Принята: 20.08.2026; Опубликовано: 17.09.2026

Аннотация

Статья посвящена анализу понятия «балетная координация», определению специфики ее появления в общемировом хореографическом искусстве. Определяется место балетной координации тела среди педагогических технологий в хореографическом образовании нашей страны. Выделены характерные признаки и методические аспекты развития балетной координации тела ведущими артистами и педагогами классического танца. Осуществлена их классификация по ряду критериев. Анализ исторически сложившейся педагогической системы русской балетной школы позволяет выявить общие и особенные черты специфики совершенствования балетной координации в хореографическом искусстве. Обоснована высокая значимость и перспективность развития балетной координации тела в хореографическом образовании, способствующая совершенствованию профессиональных навыков в хореографическом образовании. Статья адресована узкопрофессиональным специалистам в области хореографического искусства, педагогам-хореографам, артистам балета.

Ключевые слова: балетная координация тела, хореографическое образование, классический танец, профессиональные навыки.

THE SPECIFICS OF THE FORMATION AND DEVELOPMENT OF BALLET COORDINATION IN CHOREOGRAPHIC EDUCATION

Research article

Melnikova E.P.^{1,*}¹ ORCID : 0000-0003-2092-0659;¹ Moscow State Institute of Culture, Moscow, Russian Federation¹ Moscow City Pedagogical University, Moscow, Russian Federation

* Corresponding author (katrinlex[at]mail.ru)

Suggested: 26.03.2026; Accepted: 20.08.2026; Published: 17.09.2026

Abstract

The article is devoted to the analysis of the concept of "ballet coordination", the definition of the specifics of its appearance in the global choreographic art. The place of ballet body coordination among pedagogical technologies in the choreographic education of our country is determined. The characteristic features and methodological aspects of the development of ballet body coordination by leading artists and teachers of classical dance are highlighted. Their classification was carried out according to a number of criteria. An analysis of the historically developed pedagogical system of the Russian ballet school makes it possible to identify the general and distinctive traits of the specific approach to improving ballet coordination in the art of choreography. The article is aimed at specialists in the field of choreographic art, dance teachers and ballet dancers.

Keywords: ballet body coordination, choreographic education, classical dance, professional skills.

Введение

Русский балет по праву считается наивысшим достижением нашей страны в области хореографического искусства. Исторические коллизии десятилетиями, из века в век ковали тот уникальный, русский стиль, который славится и узнается во всем мире. Вобрав в себя все лучшее, что было на стыке итальянской и французской балетных школ, создавалась уникальная система хореографического образования в России.

В России конца XVIII–начала XIX веков на балетной сцене выступали, в основном, западноевропейские исполнители, а также приглашались балетмейстеры. Именно целью создания самобытного театра служило учреждение собственной балетной школы, способной обнаружить и развивать отечественные таланты. Путь зарождения и становления академической школы балета был сопряжен с многочисленными трансформациями заимствованных педагогических систем в поиске оригинальной модели, соответствующей ментальности русской культуры. Несмотря на то, что именно каноны французской академической школы были утверждены Европой,

формирование русской школы балета основано на синтезе подходов как итальянских, так и французских педагогов-хореографов. Принято считать, что русская школа балетного искусства сложилась под непосредственным воздействием французской и итальянской традиций. Раскрывая тему исследования, необходимо определить роль, степень влияния и участия этих школ в образовании такого самобытного, уникального, художественного явления, как русская балетная школа.

Актуальность. В настоящее время, когда в области хореографического образования происходит возвращение к историческим фактам и достижениям, данная тема становится вновь актуальна. Многие имена выдающихся артистов балета, а в последующем талантливых педагогов, репетиторов, методистов, забытых ранее, по-новому звучат в современных исследованиях балетной координации. Изучение специфики становления и развития балетной координации в хореографическом образовании является актуальным, поскольку оно связано с повышением эффективности профессиональной подготовки, развитием технической культуры и формированием выразительного, пластически свободного учащегося. Особую значимость данная проблема приобретает в связи с необходимостью профилактики травматизма, формирования правильной техники движения, музыкальности, пространственной ориентации и умения сохранять равновесие в динамике.

За последние 8 лет опубликовано довольно большое количество научных трудов и изданий касательно вопросов развития координации. И.И. Бадаева, И.А. Степаник [1] исследуют координационные способности учащихся Академии Русского балета имени А.Я. Вагановой на раннем этапе профессиональной хореографической подготовки. К.Г. Гуляева [6] изучает развитие устойчивости и координации на занятиях хореографией и ее значение в формировании профессионально-значимых качеств танцовщиков. Т.В. Сабанцева [14] анализирует методы совершенствования физических способностей как одного из показателей развития индивидуальности учащихся творческих специальностей. А.О. Сенник, И.Н. Пушкарева [16] рассматривают физическое развитие учащихся через двигательные активности с включением танцевальных элементов. Остальные труды исследуют развитие внимания и координации средствами ритмопластических упражнений, развитие координации средствами различных видов танцевальных направлений: балетный танец, современной хип-хоп хореографии, народный танец, изучение музыкально-ритмических данных. Однако специфика становления и развития именно балетной координации в хореографическом образовании за последние годы не изучалась.

Теоретическая и практическая значимость обусловлена в высокой потребности изучить особенности и специфику развития балетной координации известных артистов балета и педагогов, для перспективного изучения данного вопроса в хореографическом образовании. Анализ исторически сложившейся педагогической системы русской балетной школы способствует совершенствованию профессиональных навыков в хореографическом образовании в высших учебных заведениях.

Целью исследования является теоретическое обоснование специфики становления и развития балетной координации в хореографическом образовании в процессе обучения в высшем учебном заведении.

Объект — процесс становления и развития балетной координации у обучающихся в хореографическом образовании.

Предмет — специфика становления и развития балетной координации у учащихся в процессе хореографического образования.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие задачи:

1. Проанализировать педагогические системы русской балетной школы;
2. Выявить современные индивидуальные особенности у учащихся по формированию координационных способностей;
3. Определить, сформулировать инструменты и приемы развития балетной координации для современной практики;
4. Разработать методические рекомендации по развитию балетной координации в условиях современного хореографического образования.

Методологическая база исследования состоит в сложности объекта, которая требует междисциплинарного синтеза методов: эстетического анализа, сравнительно-исторического метода, метода включенного педагогического наблюдения и анализа занятий, а также изучения исследовательских подходов выдающихся педагогов.

Основные результаты

Анализ педагогической системы русской балетной школы позволяет выявить общие и особенные черты. Так положенные на национальную почву традиции старинного французского канона, открытия Ж.-Ж. Новерра, новации О. Вестриса, достижения французской и итальянской школ влияют на создание уникальной художественно-педагогической системы отечественной танцевальной школы, красота и сила, которой обусловлена глубоким воздействием танцевального фольклора. Известно, что, начиная с Жана Батиста Ланде, иностранные хореографы, работающие с русскими артистами, не только отмечали их незаурядные способности, но и сами подвергались воздействию особой исполнительской манеры, стиля танца. Таким образом, формирование и развитие педагогической и исполнительской отечественной системы определяется под влиянием двух основных факторов:

- 1) усовершенствования мастерства педагога-балетмейстера в рамках все усложняющейся техники;
- 2) артистизма, чувственности и лиричности исполнения на основе музыкальной выразительности» [9, С. 77].

Однако в XXI веке требуется современное и актуальное определение понятия «балетная координация», ее специфики и методики изучения в высших учебных заведениях.

Сегодня пересмотр подходов к развитию балетной координации требуется потому, что сама хореографическая практика заметно изменилась. Современный исполнитель уже не ограничивается владением классическим экзерсисом и устойчивым набором академических движений. От него требуется способность быстро переключаться между

разными пластическими системами, соединять классический танец с contemporary dance, модерном, джазовой техникой, акробатическими элементами, импровизацией экспериментальными формами сценического движения. В этих условиях координация становится не вспомогательным физическим качеством, а одной из базовых профессиональных компетенций учащихся.

Современный запрос со стороны хореографического образования заключается в подготовке учащегося, который способен не только точно воспроизводить заданный материал, но и осознанно управлять своим телом в сложных двигательных ситуациях. Учащийся должен понимать логику движения, чувствовать центр тяжести, уметь распределять мышечное усилие, сохранять устойчивость при смене направлений, темпа, уровня и амплитуды. Особенно важно, что учащийся должен быть способен анализировать движение не только как исполнитель, но и как постановщик: видеть его структуру, выявлять технические трудности, адаптировать материал под возможности танцовщика и создавать новые пластические комбинации.

Одним из главных вызовов является усложнение хореографического материала. В современных постановках всё чаще используются асимметричные движения, нестандартные переходы, резкие смены динамики, работа вне привычной вертикальной оси, падения, перекаты, смещения центра тяжести, движения на полу, элементы контактной импровизации. Такие формы требуют более развитой межмышечной координации, точного взаимодействия рук, ног, корпуса, головы и взгляда. Если традиционная подготовка часто строилась на постепенном освоении устойчивых канонических форм, то современная сцена требует гибкости, вариативности и способности быстро адаптироваться к нестандартным двигательным задачам.

Не менее значимым является повышение требований к технике исполнения. Сегодня на сцене ожидается не только чистота позиций, выворотность, устойчивость и лёгкость прыжка, но и высокая скорость, пластическая выразительность, способность сохранять качество движения в сложных связках. При этом техника всё чаще рассматривается не как самоцель, а как средство художественной выразительности. Координация в таком случае обеспечивает соединение технической точности и образного содержания: учащийся должен не просто выполнить движение, а наполнить его смыслом, музыкальностью и эмоциональной окраской.

Особую актуальность тема приобретает в связи с проблемой травматизма. Недостаточно развитая координация может приводить к неправильному распределению нагрузки, избыточному напряжению отдельных мышечных групп, потере равновесия, ошибкам при приземлении после прыжков, нестабильности суставов и перенапряжению позвоночника. В условиях интенсивного учебного процесса и высокой исполнительской нагрузки это становится серьёзным фактором риска. Поэтому развитие балетной координации сегодня должно рассматриваться не только как путь к повышению исполнительского мастерства, но и как средство профилактики травм.

Современное хореографическое образование нуждается в более осознанном и научно обоснованном подходе формированию координационных способностей. Важно учитывать биомеханику движения, возрастные и индивидуальные особенности учащихся, уровень их физической подготовленности, характер будущей профессиональной деятельности. Вместо механического повторения движений всё большее значение приобретает развитие телесной осознанности, умения слышать собственное тело, контролировать мышечное напряжение и своевременно корректировать ошибочные двигательные привычки.

Таким образом, значимость проблемы обусловлена тем, что современный хореографический материал стал более сложным, требования к технике — более высокими, а риски профессиональных перегрузок — более очевидными. Развитие балетной координации сегодня необходимо рассматривать как ключевое условие профессиональной устойчивости, художественной свободы и физической безопасности будущего специалиста в области хореографического искусства.

Уникальность российской балетной школы классического танца на этапе ее становления доказывает педагогическая система урока Шарля Луи Дидло, французского танцовщика, которым будут осуществлены ключевые реформаторские нововведения в данной школе. Работая в Стокгольме с Антуаном Бурновилем, превосходно владевшим техникой демихарактерного и серьезного танца, или, сотрудничая в труппе Новерра на лондонской сцене с Огюстом Вестрисом и Пьером Гарделем, Дидло внимательно следил за развитием техники, применял в своей методике. Будучи с 1802 года практически единоличным хозяином петербургского балета, Дидло смело раздвигал технические границы танца, поощрял новаторские устремления своих учеников и коллег, развивал их индивидуальные склонности. Дидло активно содействовал формированию уникальной художественно-педагогической системы — русской школы классического танца, совершил реорганизацию, как в педагогической системе, так и в театральном деле.

Урок Дидло представлял собой нечто существенно отличающееся от балльных танцеваний XVIII века. Поэтому, принято считать, что экзерсис Дидло становится исходным пунктом педагогических преобразований в балетной школе, обуславливающий:

- 1) обязательные ежедневные упражнения, т.е. экзерсис каждый день, выстроенный по методу однообразия и повторяемости;
- 2) наличие единой для всех системы обучения;
- 3) отход от принципа разделения учащихся по амплуа.

Педагогические новации Дидло определяются тем, что он способствовал формированию единого исполнительского стиля школы. Реконструкция урока Дидло показывает, что «азбука» балетного танца была завезена в Россию в готовом виде и по типу напоминала «блзисовскую систему занятий» [4, С. 115]. Однако, не меняя специфический код урока, Дидло привносит в него много нового. Выявление сходств и различий его класса общепринятой европейской системы осуществляется в соответствии с традиционным делением урока классического танца: а) станок — Дидло подобно блзисовскому варианту, развивает силу ног, укрепляет спину, «ставит» корпус, развивает координацию. «Но в отличие от Блзиса, Дидло избегает графичности движений и танцевального рисунка,

шире вводит полупальцы у станка; б) адажио на середине — эмоциональный и функциональный центр урока, соответствующий европейскому канону: развивает пластичность верхней части корпуса, выносливость, силу ног, стальной остов, апломб (устойчивость), координацию. «Однако у Дидло *port de bras* более грациозны, руки более живы, натуральны, певучи (сходство с русским народным танцем), более популярны большие позы и удлиненные линии, характерны незавершенность движений, поз, стремление к дальнейшему развитию позы, использование арабесков (что обусловлено преромантической эстетикой театра Дидло); в) экзерсис на середине (включающий вращения, маленькие прыжки, мелкие «проходные» движения) завершается аллегро» [3, С. 31].

Заключительная часть урока традиционно развивает гибкость в сочетании с силой и ловкостью, дает чистоту и быстроту в скользящих па, изящество и «проворство» пируэтов. Но в трактовке Дидло, экзерсис в большей мере развивает легкость, полетность танца, благодаря сильной полупальцевой технике и подвижным «эволюционным» темпам.

Художественно-техническое слияние дает следующие позиции в работе рук: руки более живы и натуральны. Они подчеркнута закручены в локтях и запястьях. Третья позиция рук (высокая) более «узкая», чем у Блазиса (нет большого расстояния между кистями). Определяется новая художественная стилистика работы в координационно-рабочем слиянии поворота головы, положений рук, взгляда. Формируется абсолютно новая форма композиционного движения, присущая только русской школе.

С появлением М. Петипа в России вводится новая школа танцев, которая определялась пальцевой техникой. Педагогическая система М. Петипа выстраивается от сценической практики. Именно на сцене М. Петипа будет сочинять танцевальные композиции в новых координационно-музыкальных формах, а после привносить в класс.

Уроки Х. Иогансона, шведа по национальности, ученика О. Бурнонвиля, который, в свою очередь, учился у О. Вестриса, отличались четкостью, жестким академизмом, соблюдением всех канонов французской школы. Его уроки носили силовой характер и были насыщены сложными элементами. Он хорошо знал анатомию человеческого тела, вследствие чего давал грамотно скоординированную физическую нагрузку через движения в правильном дыхании, что было достаточно ново для класса. Здесь уместно напомнить, что в это время во Франции балетное искусство потеряло свой приоритет и основной причиной была потеря академической школы с ее выработанными канонами и традициями. Центр танцевального искусства был перемещен в Европу, точнее в Милан, театр Ла Скала, где уже с 1837 года пребывал К. Блазис. В этой ситуации в Россию поехали все академики французской школы. И если первая русская балетная школа четко определила идейно-художественную основу в развитии классического танца через такие понятия, как «полувоздушность», «грациозность», то вторая школа предопределила необходимость в развитии и усовершенствовании технических форм. Это качество было присуще именно итальянской школе, начиная еще с комедии *dell'arte*.

Именно с приездом Э. Чеккетти, который прибыл в 1887 году в Мариинский театр, начинается абсолютно новая модель русской балетной школы, которая выстраивается в координационно-техническом слиянии двух школ: французской и итальянской.

Основа урока Э. Чеккетти — это виртуозная силовая техника, развивающаяся на координационном восприятии движения в различных комбинациях, в большом количестве и в быстром темпе [17, С. 327]. В этот период развивался процесс, обратный тому, что происходило в 30-е годы XIX века, теперь женский танец стал обогащать мужской. Вследствие этого педагогическая практика Чеккетти в школе касалась как женского, так и мужского классов. Чеккетти давал прочные навыки динамичных вращений и чеканных остановок, устойчивых позировок и четких темпов. Движения рук, корпуса, ног приобретали уверенность и экспрессию. Новый метод подготовки учащихся обнаруживал свои достоинства. Чеккетти практиковал методу систематизированных уроков. Он четко вырабатывал определенную серию комбинаций для разных разделов экзерсиса. Для развития координационных способностей учащихся, в техническом восприятии и воспроизведении движения, Чеккетти вводит в построение урока принцип одного рас. Причем каждый день был построен на одном доминирующем «па», или типе этого движения для всех разделов экзерсиса.

Например, во все комбинации *adagio* он вводит такие технические элементы, как *développé* (которые у Блазиса не делались) и *grand ronds de jambe*. Эти танцевальные ра выстраивались по педагогическому принципу учебного комбинирования, где была возможность проучить это рас. Следующий пример еще более сложный: когда движение раздела *allegro*, *glissade* идет в координационно-конструктивном исполнении комбинации другого раздела *adagio* или *allegro*, но во всех движениях.

Такое построение урока легко защищать с точки зрения физиологии: для прочного внедрения рас или танцевального приема необходимо координационно-систематическое, многократное повторение. Только таким путем движение и его конструктивно-механическое начало прочно войдет в мускулатуру, и исполнение уже будет на уровне подсознания, т.е. автоматическое. А это и будет основное слагаемое в развитии танцевальной координации. Так быстрое вращение достигалось резким «форсом» (одновременный подъем на полупальцы и перевод рук из подготовительного движения в позу вращения) и требованием фиксировать взгляд на одной точке во время поворотов. Даже связующие движения (*pas de bourrée*, *glissade*) в классе Чеккетти приобретали более энергичный характер. Для школы Чеккетти характерно повышенное внимание к подготовительному этапу выполнения сложных прыжков. Динамичный *glissade* помогал выполнять *grand assemblé* с усложненной заноской. Резкий толчок от пола способствовал освоению *entrechat-six*, исполняемых на каждую четверть музыкальной фразы 2/4 размера. На его уроках осваивались достаточно сложные в координационно-техническом исполнении прыжки *jetés entrelacés* с заноской, виртуозные *revoltades*.

Его методика предлагала пять координационно-разноплановых положений рук в зале, что будет подходить под такой термин классического танца, как позиции. В дальнейшем развитии педагогической системы русской балетной школы они будут пересмотрены и сокращены А.Я. Вагановой, которая отмечала огромное влияние Чеккетти на

пересмотр приемов танцевальной техники. Э. Чеккетти был последним педагогом-иностранцем, внесшим значительный вклад в русскую школу классического танца.

Н. Легат являлся представителем традиций, воспринятых им от педагогов старой школы, прежде всего, от отца Густава Легата и Христиана Иогансона. Наследие старой французской школы он свято чтит и сохранял в своей педагогической работе. И, тем не менее, он принадлежал к плеяде первых отечественных педагогов в системе балетного образования, где и положил начало формированию основных принципов балетной методики, которые будут присущи только нашей русской школе балета.

В основу его педагогической методики был положен принцип индивидуального подхода. При развитии высокой техники Легат направлял все свои психолого-педагогические качества преподавания на определение и раскрытие индивидуальных способностей ученика. Это было достаточно ново и, как покажет дальнейшая практика, результативно. Этот принцип помогал ему отбирать и формировать основные учебные приемы в развитии таланта каждого учащегося путем соответствующих упражнений для укрепления и развития слабой стороны его мускулатуры. Его уроки отличались простотой и краткостью комбинаций. Но Легат практиковал их по несколько раз в течение урока, как в координационно-музыкальном сочетании быстрых и медленных темпов, так и в координационно-техническом построении сложных и несложных движений с различными позами в конце комбинаций.

В разработке *allegro* Н. Легат создает просто маленькие «педагогические» шедевры — комбинации короткие, вырабатывающие координацию. В одних комбинациях присутствуют широта и динамика движений, в других — быстрая техника заносок. Здесь определяются следующие принципы балетной педагогики: «от простого к сложному» и самое главное, определяется сущность обучения классическому танцу через конструктивную форму урока, как экзерсис, который выстроен на координационно-физическом взаимодействии движения и музыки. В отличие от современного урока, Н. Легат сначала выстраивает тренировочный процесс на блоке *battements* (*tendu*; *jeté*; *fondue*), а затем комбинации на *ronds* (используя такой вид, как: *par terre*; *en l'air*). Координационно-механическая основа движения экзерсиса у Легата выстраивается на постепенном включении каждого вида, который дается в развитии от простой формы к сложной. Каждое упражнение дается в сочетании координационного направления, как *en dedans*, так и *en dehors*.

Начало XX столетия знаменательно такими событиями, как «Русские сезоны» С.П. Дягилева, которые наконец-то помогут определить лидирующее положение русского балетного театра во всей Европе и соответственно поднимают статус русской школы классического танца. На тот момент в учебном процессе уже были задействованы в основном отечественные педагоги. Здесь, естественно, все внимание будет фиксироваться на выпускнике класса Н. Легата, солистки императорского Мариинского театра, первого профессора хореографии, народной артистки РСФСР А.Я. Вагановой. В 1934 году выходит в свет книга А.Я. Вагановой «Основы классического танца» — первый педагогический труд по методике и теории преподавания классического танца, изданный отечественным педагогом. В своем учебнике А.Я. Ваганова, на тот момент ведущий педагог Ленинградского хореографического училища (ныне Академия русского балета) и художественный руководитель балета Академического театра им. С.М. Кирова (ныне Мариинский театр), критически переосмыслила и систематизировала художественно-исполнительский опыт предшествующих поколений в стройную систему балетной педагогики.

«Методика преподавания классического танца А.Я. Вагановой — ценнейший вклад в теорию и практику балетного искусства, итог достижений отечественной хореографической педагогики того времени. Именно ее методика и ляжет в основу дальнейшего развития русской балетной школы XX века, которая воспитает таких звезд мирового уровня, как М. Семенова, И. Дудинская, Г. Уланова и т.д.» [12, С. 95]. Методологический стержень урока А.Я. Вагановой выстраивался на координационном слиянии двух школ: французской, которую представлял Н. Легат, и итальянской, представляемой О. Преображенской. Разработку своей методики она начинает именно с рук, работу которых будет определять по трем позициям, не считая подготовительную. Если К. Блазис рассматривал 57 положений рук с корпусом, то с этого момента русская балетная школа будет выстраивать координационную работу рук именно по этим трем основным позициям, учитывая все уже существующие позы: *croisée*, *effacée*, *écartée*, *arabesque*.

В данном исследовании особое внимание уделяется новации, предложенной А.Я. Вагановой. Она объединила особенности двух школ — французской и итальянской, чтобы создать третье положение, характерное для русской школы балета. Основываясь на позах французской школы с их характерными провисшими локтями и опущенными кистями, а также на позах итальянской школы с их чрезмерно вытянутыми локтями и фарсовым положением рук, Ваганова предложила новую позу, где кисть лежит на одной плоскости с рукой, а третий палец тесно связан с большим пальцем. Локоть принимает округлую форму. Это положение рук является основой для выполнения художественных и технических движений. Кроме того, Ваганова разработала шесть четко структурированных форм *port de bras*, которые основываются на работе рук, корпуса и ног. Это представляет собой новую градацию пространства и требует изменений в позах и координации движений, чтобы обеспечить новое восприятие пространства. «И самое главное, она систематизирует экзерсис в той координационно-структурной форме, которая и по сегодняшний день является эталоном» [11, С. 54].

Правильность комбинации зависит от грамотного распределения нагрузки и хорошо подобранных элементов, а это учитывается именно дифференцированным подходом, что и будет являться одним из основных принципов отечественной педагогики балета. Это хорошо прослеживается на *temp lié*. А.Я. Ваганова дала несколько форм этого движения в абсолютно разной координационно-технической последовательности, учитывая возрастные особенности каждого класса. Конечно, *allegro* и пальцы у А.Я. Вагановой стоят на особом счету, так как эти разделы она считает основой, на чем базируется классический танец. Принцип *allegro*, где начинаются с маленьких прыжков, как *relevé*, *assemblé*, потом средние и большие, она переносит и на пальцы. Таким образом, «экзерсис А.Я. Вагановой — это твердая и стройная конструкция, из правильно подобранных движений в координационном сочетании в момент технического исполнения. Все элементы движений целесообразны и закономерны» [15, С. 101].

С совершенствованием педагогической системы преподавания классического танца балетная координация учащихся стала представлять собой сложнейший, многоуровневый, психофизический процесс, который является базисом как исполнительского мастерства, так и методической грамотности учащегося, будущего педагога-хореографа. Балетная координация всегда требовала одновременного контроля над апломбом (устойчивостью), балетной выворотностью, чистотой позиций рук, ног и музыкальностью, однако в связи со стремительным развитием исполнительского уровня и повышением сложности хореографического материала в XXI веке ее специфика претерпела ряд изменений. Развитие балетной координации у учащихся происходит на протяжении всего периода обучения и овладения дисциплиной классический танец. В процессе изучения данной дисциплины балетная координация учащегося эволюционирует от чисто технического навыка к инструменту композиционного мышления учащегося.

Развитие балетной координации — это сложнейший, трудоемкий процесс настройки взаимодействия между центральной нервной системой и скелетной мускулатурой учащегося. Этот навык требует одновременного контроля над направлением движения, музыкальным ритмом и эстетической формой.

Проанализировав богатый опыт выдающихся артистов и педагогов, который подтверждается более двухсотлетней историей отечественного хореографического образования, определены, разработаны инструменты и приемы развития балетной координации для современной практики в хореографическом образовании:

1. Уровень развития балетной координации у учащихся напрямую влияет на безопасность овладения сложно-координационными видами хореографических движений, что, в свою очередь, влияет на возможный риск возникновения травматизма.

Развитие балетной координации имеет важное значение для профилактики травматизма. Координационно подготовленный учащийся лучше контролирует положение тела, точнее распределяет нагрузку, безопаснее выполняет прыжки, вращения и сложные переходы. Следовательно, работа над координацией способствует сохранению профессионального здоровья.

1. Поступательное решение задачи: изучение сложно-координационного движения (например, *temps lié*) первоначально в чистом виде только ногами, затем с добавлением рук, по мере усвоения с добавлением перегибов корпуса, подъем на полупальцы, с работой ног на 90 градусов, с добавлением поворотов.

2. Музыкально-ритмическая раскладка: исполнение учебных комбинаций в различных музыкальных темпах и в различных метроритмических раскладках. Такой подход подготавливает нервную систему учащихся к более быстрой адаптации при исполнении комбинаций.

3. Технический навык во вращениях: навыки удерживать «точку» при вращениях и композиционных рисунках.

4. Тренировка «мышечной памяти»: выработка «мышечной памяти» как залог дальнейшего успешного овладения балетной координации.

5. Контраст музыкального темпа *adagio/allegro*: медленные, плавные движения рук сочетаются с быстрыми и четкими движениями ног. Такая работа приучает мозг учащихся распределять внимание между двумя независимыми потоками сигналов.

6. Исполнение уже привычных комбинаций с поворотом на 90 или 180 градусов относительно зеркала: данный прием разрушает визуальную зависимость учащихся от зеркала, заставляя полагаться исключительно на свою проприоцепцию.

7. Мышечная инверсия: избавление от привычного уклада исполнения. Например, в начале выполнять комбинацию не правой, а с левой ноги, или начинать не с *en dehors*, а с *en dedans*, для выстраивания новых нейронных связей.

8. Рефлексия через визуализацию: при использовании зеркал и видеоанализа происходит более качественная корректировка координации в сознании учащихся.

Балетная координация включает способность соотносить движение с музыкальной структурой. В процессе хореографического образования важно развивать не только двигательную, но и музыкально-ритмическую координацию, поскольку она обеспечивает выразительность, точность и художественную завершенность исполнения.

Выводы и рекомендации

Таким образом, анализируя основные этапы координационно-технического развития движения, необходимо отметить, что последующие мэтры отечественной педагогики балетной школы — В.И. Пономарев, А.И. Пушкин, Н.И. Тарасов, Н.М. Дудинская, М.Т. Семенова, Р.С. Стручкова и др. — будут вносить свой вклад в развитие балетной педагогики, разрабатывая новые методы, приемы, включая новые движения, но координационно выстроенная модель экзерсиса А.Я. Вагановой, последовательность всех разделов урока, азбука движений (V позиции ног, III позиции рук, VI *port de bras* и т.д.) будут приняты как канон русской балетной школы.

Согласованность движения, пластики, музыки и артистизма в едином временном пространстве является отличительной особенностью хореографической координации. Это приводит к увеличению плотности и вариативности управления движением [13, С. 93]. Основа исполнения движения основывается на ином механическом принципе, чем в бытовом движении или спорте. Балетное движение включает такие элементы, как вывод ног, натянутость колена и подъем стопы, а также особенности пальцевой и полупальцевой техники.

Современное хореографическое образование ориентировано на подготовку универсального учащегося, способного свободно действовать в разных пластических стилях. В связи с этим развитие балетной координации приобретает особое значение, поскольку именно она обеспечивает согласованность движений, устойчивость, точность и способность к быстрой адаптации в различных хореографических условиях.

В результате глубокого исторического и методического анализа разработаны методические рекомендации по развитию балетной координации для современной практики в хореографическом образовании.

1. Координация тела как критерий балетмейстерского решения: учащийся должен обладать «телесным интеллектом» и уметь декомпозировать движение. Транслировать и применять в своих постановках понимание того, как переносится центр тяжести в больших прыжках или как инерция руки или корпуса инициирует вращение, позволяя создавать оригинальную лексику.

2. Координация как синхронизация двигательных процессов: уметь синхронизировать движения как одного, так и группы учащихся в одном пространстве.

3. Пространственная ориентация: учащемуся необходимо уметь четко ощущать сценическое пространство, иметь навыки работы с его размерами, учитывая его специфику.

4. Антипатия хореографического движения: возможность сочетания разнонаправленных векторов силы и направлений в танцевальной комбинации как одного учащегося, так и группы.

5. Гармоничность построения комбинаций: согласованные движения рук, ног, головы, взгляда, различных положений корпуса, благодаря чему техническое упражнение становится танцевальным с четким художественным образом.

6. Техническая способность сохранения апломба: постоянная тренировка вестибулярного аппарата для развития идеального чувства балетного равновесия в динамике.

7. Интеграция дыхания в функциональное движение: глубинная стабилизация центральной нервной системы, синхронизация дыхания с движением.

8. Идеомоторная тренировка: детальное мысленное воображение выполнения сложно-координационного упражнения перед его физическим исполнением.

9. Момент непредсказуемости: следует периодически вносить в учебный процесс нестандартные задачи, для активизации мозговой и двигательной активности учащихся, превращая балетную координацию в творческий инструмент.

Заключение

Уникальная художественно-педагогическая система русской балетной Школы определяет своеобразие отечественных методик развития хореографической координации. Эта система основана на достижениях французской и итальянской школ классического танца, которые являются образцом технического совершенства. Академизм обучения классическому танцу в России формировался под влиянием нескольких факторов. Важными из них были усовершенствование профессионального мастерства, синтез техники движения, артистизма, чувственности и духовности исполнения, а также влияние танцевального фольклора на музыкальную выразительность.

Опыт исторического развития русской балетной школы и ее уникальной педагогической системы подтверждает приоритетное положение отечественной педагогики балета в мировом хореографическом образовании [7, С. 79]. Благодаря дидактическим принципам, используемым в процессе обучения классическому танцу, достигается преемственность европейской традиции в русской педагогике балета. Соблюдение канонов балета, академического консерватизма, рационализация учебного процесса и научно-обоснованная последовательность переходов от простого к сложному, от частного к обобщенному играют важную роль в сохранении исполнительской школы.

В современных условиях развитие балетной координации требует от педагога осознанного методического подхода. Важно не только добиваться внешней точности исполнения, но и формировать у учащихся понимание двигательного механизма, умение анализировать собственные ошибки и самостоятельно корректировать технику.

Учащиеся приходят в хореографическое образование с разным уровнем физической подготовки, разной гибкостью, выворотностью, музыкальностью, силой и устойчивостью. Поэтому развитие координации должно учитывать индивидуальные особенности. Специфика становления балетной координации определяется индивидуальными возможностями учащихся. Эффективное развитие координационных способностей возможно только при учёте анатомо-физиологических данных, уровня подготовки, темпа освоения материала и психофизических особенностей учащихся.

Сегодня в хореографическом образовании всё больше внимания уделяется не механическому повторению движений, а осознанному владению телом. Учащийся должен понимать, как работает его тело, где находится центр тяжести, как сохранять баланс и как избегать лишнего напряжения. Современное развитие балетной координации связано с формированием телесной осознанности. Учащийся должен не только выполнять движение, но и осознавать его структуру, контролировать мышечное напряжение, дыхание, равновесие и пространственное положение тела.

Продвижение поступательного развития художественного сознания и танцевальной техники, а также развитие эстетического восприятия классического танца и вдумчивого отношения к уроку являются целями русской педагогики балета. Благодаря этим принципам русская школа классического танца продолжает формировать не только будущих выдающихся артистов балета и балетмейстеров, но и талантливых педагогов.

Таким образом, современная ситуация в хореографическом образовании показывает, что развитие балетной координации является одной из ключевых задач профессиональной подготовки. Это обусловлено усложнением хореографического материала, повышением технических требований, ростом учебной и сценической нагрузки, необходимостью профилактики травматизма, а также потребностью в подготовке универсального, осознанного выразительного учащегося. Балетная координация сегодня выступает не только как физическое качество, но и как комплексная профессиональная способность, объединяющая технику, музыкальность, пространственную ориентацию, телесную осознанность и художественную выразительность.

Конфликт интересов

Не указан.

Рецензия

Все статьи проходят рецензирование. Но рецензент или автор статьи предпочли не публиковать рецензию к этой статье в открытом доступе. Рецензия может быть предоставлена компетентным органам по запросу.

Conflict of Interest

None declared.

Review

All articles are peer-reviewed. But the reviewer or the author of the article chose not to publish a review of this article in the public domain. The review can be provided to the competent authorities upon request.

Список литературы / References

1. Айвазова Е.С. Элементы хореографии в процессе физического воспитания студентов / Е.С. Айвазова // Тенденции развития науки и образования. — 2021. — № 70. — С. 6–9.
2. Бадаева И.И. Исследование координационных способностей учащихся Академии Русского балета имени А.Я. Вагановой на раннем этапе профессиональной хореографической подготовки / И.И. Бадаева, И.А. Степаник // Вестник Академии русского балета им. А.Я. Вагановой. — 2018. — № 2 (55). — С. 74–93.
3. Базарова Н.П. Азбука классического танца. Первые три года обучения : учебное пособие / Н.П. Базарова, В.П. Мей; под ред. Г.Т. Комлевой, А.А. Соколова-Каминского. — Санкт-Петербург : Лань; Планета музыки, 2016. — 240 с.
4. Ваганова А.Я. Основы классического танца / А.Я. Ваганова. — Москва : Проспект, 2026. — 191 с.
5. Грибанова М.А. Постановка корпуса на вращение (с I по IV классы) / М.А. Грибанова, В.В. Пыжикова // Вестник Академии Русского балета им. А.Я. Вагановой. — 2007. — № 2 (18). — С. 158–179.
6. Гуляева К.Г. Развитие устойчивости и координации на занятиях хореографией и ее значение в формировании профессионально-значимых качеств танцовщиков / К.Г. Гуляева; под общ. науч. ред. А.Ф. Григорьева // Культура и искусство в педагогическом пространстве поликультурного региона : сборник научных статей по материалам Вузовской научно-практической конференции. — 2019. — С. 102–108.
7. Казанникова О.В. Координация в хореографии: значение и методика развития / О.В. Казанникова // Вестник научных конференций. — 2020. — № 11–5 (63). — С. 78–80.
8. Кусяков Р.Ф. Развитие координационных способностей студентов на основе применения средств классического танца : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Р.Ф. Кусяков. — Набережные Челны : Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, 2014. — 187 с.
9. Мельникова Е.П. Сохранение традиций русской балетной школы и ее развитие в условиях современной парадигмы / Е.П. Мельникова; под общ. ред. О.И. Киселевой, Г.В. Ганьшиной // Интеграция социально-культурных практик и образовательных технологий в пространстве мегаполиса: опыт и инновации : сборник научных трудов. — Москва : Перспектива, 2023. — С. 76–80.
10. Никишкина Т.В. Возможности современного танца в контексте развития координационных способностей подростков в общеобразовательных школах / Т.В. Никишкина // Инновации. Наука. Образование. — 2021. — № 45. — С. 535–542.
11. Перлина Е.В. Развитие хореографической координации у студентов в процессе обучения классическому танцу в вузе : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08 / Е.В. Перлина. — Москва : МГУКИ, 2009. — 201 с.
12. Радченко С.И. Наследие выдающихся педагогов-хореографов как фундамент хореографического образования / С.И. Радченко // Academia: Танец. Музыка. Театр. Образование. — 2020. — № 2 (50). — С. 95–96.
13. Романова Л.В. Партерный экзерсис в хореографии для детей подросткового возраста / Л.В. Романова, З.И. Рамазанова // Педагогика и психология: теория и практика : сборник статей Международной научно-практической конференции. — 2020. — С. 92–94.
14. Сабанцева Т.В. Анализ методов совершенствования физических способностей как одного из показателей развития индивидуальности студентов творческих специальностей / Т.В. Сабанцева // Наука о человеке: гуманитарные исследования. — 2018. — № 1 (31). — С. 114–119.
15. Святовец Т.В. Экзерсис классического танца и его составляющие (на примере урока А.Я. Вагановой) / Т.В. Святовец // Научный взгляд в будущее. — 2020. — Т. 2. — № 16. — С. 96–107.
16. Сенник А.О. Физическое развитие студентов через двигательные активности с включением танцевальных элементов / А.О. Сенник, И.Н. Пушкарева // Проблемы современного педагогического образования. — 2025. — № 88–1. — С. 271–274.
17. Чеккетти Г. Полный курс классического танца / Г. Чеккетти; под ред. Ф. Паппасены; пер. с итал. Е. Лысовой. — Москва : АСТ; Астрель, 2010. — 504 с.

Список литературы на английском языке / References in English

1. Aivazova E.S. Elementy khoreografii v protsesse fizicheskogo vospitaniya studentov [Elements of choreography in the process of physical education of students] / E.S. Aivazova // Tendentsii razvitiya nauki i obrazovaniya [Trends in the development of science and education]. — 2021. — № 70. — P. 6–9. [in Russian]
2. Badaeva I.I. Issledovanie koordinatsionnykh sposobnostey uchashchikhsya Akademii Russkogo baleta imeni A.Ya. Vaganovoy na rannem etape professional'noy khoreograficheskoy podgotovki [Study of coordination abilities of Vaganova ballet academy students at the beginning of professional choreographic training] / I.I. Badaeva, I.A. Stepanik // Vestnik Akademii russkogo baleta im. A.Ya. Vaganovoy [Bulletin of Vaganova Ballet Academy]. — 2018. — № 2 (55). — P. 74–93. [in Russian]



3. Bazarova N.P. Azbuka klassicheskogo tantsa. Pervye tri goda obucheniya [The ABC of classical dance. The first three years of study] : study guide / N.P. Bazarova, V.P. Mey; edited by G.T. Komleva, A.A. Sokolova-Kaminsky. — Saint Petersburg : Lan'; Planeta muzyki, 2016. — 240 p. [in Russian]
4. Vaganova A.Ya. Osnovy klassicheskogo tantsa [Fundamentals of classical dance] / A.Ya. Vaganova. — Moscow : Prospekt, 2026. — 191 p. [in Russian]
5. Gribanova M.A. Postanovka korpusa na vrashchenie (s I po IV klassy) [Setting the body for rotation (grades I to IV)] / M.A. Gribanova, V.V. Pyzhikova // Vestnik Akademii Russkogo baleta im. A.Ya. Vaganovoy [Bulletin of the Vaganova Academy of Russian Ballet]. — 2007. — № 2 (18). — P. 158–179. [in Russian]
6. Gulyaeva K.G. Razvitie ustoychivosti i koordinatsii na zanyatiyakh khoreografiy i ee znachenie v formirovani professional'no-znachimyykh kachestv tantsovshchikov [The development of stability and coordination in the classroom choreography and its importance in the formation of the professionally significant qualities of dancers] / K.G. Gulyaeva; edited by A.F. Grigoriev // Kul'tura i iskusstvo v pedagogicheskom prostranstve polikul'turnogo regiona [Culture and art in the pedagogical space of a multicultural region] : collection of scientific articles based on the materials of the University Scientific and Practical Conference. — 2019. — P. 102–108. [in Russian]
7. Kazannikova O.V. Koordinatsiya v khoreografii: znachenie i metodika razvitiya [Coordination in choreography: the meaning and methodology of development] / O.V. Kazannikova // Vestnik nauchnykh konferentsiy [Bulletin of Scientific Conferences]. — 2020. — № 11–5 (63). — P. 78–80. [in Russian]
8. Kusiakov R.F. Razvitie koordinatsionnykh sposobnostey studentov na osnove primeneniya sredstv klassicheskogo tantsa [Development of students' coordination abilities based on the use of classical dance tools] : dis. ... of PhD in Pedagogy : 13.00.04 / R.F. Kusiakov. — Naberezhnye Chelny : Volga Region State Academy of Physical Education, Sport and Tourism, 2014. — 187 p. [in Russian]
9. Melnikova E.P. Sokhranenie traditsiy russkoy baletnoy shkoly i ee razvitie v usloviyakh sovremennoy paradigmy [Preservation of the traditions of the Russian ballet school and its development in the context of the modern paradigm] / E.P. Melnikova; O.I. Kiseleva, G.V. Ganshina // Integratsiya sotsial'no-kul'turnykh praktik i obrazovatel'nykh tekhnologiy v prostranstve megapolisa: opyt i innovatsii [Integration of socio-cultural practices and educational technologies in the space of a megalopolis: experience and innovations] : collection of scientific papers. — Moscow : Perspektiva, 2023. — P. 76–80. [in Russian]
10. Nikishkina T.V. Vozmozhnosti sovremennogo tantsa v kontekste razvitiya koordinatsionnykh sposobnostey podrostkov v obshcheobrazovatel'nykh shkolakh [The possibilities of modern dance in the context of the development of coordination abilities of adolescents in secondary schools] / T.V. Nikishkina // Innovatsii. Nauka. Obrazovanie [Innovations. Science. Education]. — 2021. — № 45. — P. 535–542. [in Russian]
11. Perlina E.V. Razvitie khoreograficheskoy koordinatsii u studentov v protsesse obucheniya klassicheskomu tantсу v vuze [The development of choreographic coordination among students in the process of teaching classical dance at the university] : dis. ... of PhD in Pedagogy : 13.00.08 / E.V. Perlina. — Moscow : MGUKI, 2009. — 201 p. [in Russian]
12. Radchenko S.I. Nasledie vydayushchikhsya pedagogov-khoreografov kak fundament khoreograficheskogo obrazovaniya [The legacy of outstanding choreographer teachers as the foundation of choreographic education] / S.I. Radchenko // Academia: Tanets. Muzyka. Teatr. Obrazovanie [Academia: Dance. Music. Theatre. Education]. — 2020. — № 2 (50). — P. 95–96. [in Russian]
13. Romanova L.V. Parternyy ekzersis v khoreografii dlya detey podrostkovogo vozrasta [Parterre exercise in choreography for adolescent children] / L.V. Romanova, Z.I. Ramazanova // Pedagogika i psikhologiya: teoriya i praktika [Pedagogy and psychology: theory and practice] : collection of articles of the International Scientific and practical Conference. — 2020. — P. 92–94. [in Russian]
14. Sabantseva T.V. Analiz metodov sovershenstvovaniya fizicheskikh sposobnostey kak odnogo iz pokazateley razvitiya individual'nosti studentov tvorcheskikh spetsial'nostey [Analysis of methods for physical capabilities improvement being one of indicators of creative specialties students individuality development] / T.V. Sabantseva // Nauka o cheloveke: gumanitarnye issledovaniya [The Science of Person: Humanitarian Researches]. — 2018. — № 1 (31). — P. 114–119. [in Russian]
15. Svyatovets T.V. Ekzersis klassicheskogo tantsa i ego sostavlyayushchie (na primere uroka A.Ya. Vaganovoy) [Classical dance exercise and its components (on the example of a lesson by A.Ya. Vaganova)] / T.V. Svyatovets // Nauchnyy vzglyad v budushchee [A scientific look into the future]. — 2020. — Vol. 2. — № 16. — P. 96–107. [in Russian]
16. Sennik A.O. Fizicheskoe razvitie studentov cherez dvigatel'nye aktivnosti s vklyucheniem tantseval'nykh elementov [Physical development of students through physical activity with the inclusion of dance elements] / A.O. Sennik, I.N. Pushkareva // Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya [Problems of modern pedagogical education]. — 2025. — № 88–1. — P. 271–274. [in Russian]
17. Cecchetti G. Polnyy kurs klassicheskogo tantsa [The complete course of classical dance] / G. Cecchetti; edited by F. Pappasena; transl. from Ital. by E. Lysova. — Moscow : AST; Astrel', 2010. — 504 p. [in Russian]