

УДК 793(571.150)

*Е. Н. Эйхольц*

*Руководитель направления «Этнохудожественное творчество»,  
специальность «Народное художественное творчество»,  
Алтайский краевой колледж культуры и искусств (Барнаул, Россия)*

## **ОСВОЕНИЕ ТРАДИЦИОННЫХ ТАНЦЕВ АЛТАЙСКОГО КРАЯ КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО ОЗДОРОВЛЕНИЯ ДЕТЕЙ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ТЕХНОЛОГИЯ**

В статье рассматривается опыт работы с детьми по освоению и изучению традиционных народных танцев локальной местности. Выявлены особенности освоения танцевального фольклора в дошкольных и школьных учреждениях, их значение для развития основной двигательной, нравственной и эстетической функции личности в становлении здорового подрастающего поколения. Представлены основные разделы учебной программы по дисциплине «Фольклорный танец», записанные в фольклорно-этнографических экспедициях образцы подлинных народных танцев для разучивания с детьми. Определена специфика составляющей русской традиционного танца.

*Ключевые слова:* танцевальный фольклор, дошкольный и школьный возраст, фольклорно-этнографические экспедиции, Алтайский край.

*E.N. Eicholz*

*Director in the direction of "Ethno-artistic creativity", specialty "Folk art creativity" Altai Regional College of Culture and Arts (Barnaul, Russia)*

## **REALIZATION TRADITIONAL DANCES OF THE ALTAI REGION AS AN EFFECTIVE MEANS OF IMPROVING CHILDREN'S HEALTH AND HEALTH-SAVING TECHNOLOGY**

The article discusses the experience of working with children on the development and study of traditional folk dances of the local area. The features of the development of dance folklore in preschool and school institutions, their importance for the development of the basic motor, moral and aesthetic functions of the individual in the formation of a healthy younger generation

are revealed. The main sections of the curriculum on the discipline “Folklore dance”, samples of authentic folk dances recorded in folklore and ethnographic expeditions for learning with children are presented. The specificity of the component of the Russian traditional dance is determined.

*Keywords:* dance folklore, preschool and school age, folklore and ethnographic expeditions, Altai Krai

Главной целью образования всегда считалось развитие интеллектуальных задатков ребёнка. Возрастание учебных нагрузок в связи с дистанционным образованием (частичным или полным) в настоящее время совсем не способствует улучшению здоровья учащихся.

Преобладание статистических нагрузок способствует искусственному сокращению объёма произвольной двигательной активности – 70% детей страдают гиподинамией. Именно поэтому в последние годы стали уделять особое внимание их физическому развитию. Но всем известно, что весьма образованный и хорошо развитый физически человек может стать злым и безнравственным. Ещё Платон говорил, что всестороннее развитие и здоровье ребёнка находятся в прямой зависимости от исправной работы органов чувств. «Разовьёшь чувства, воспитаешь человеческое в человеке».

Современные исследователи также видят в занятиях народным танцем выход в решении целого комплекса современных образовательных и воспитательных проблем: «Самым выразительным отображением миропонимания, чувственного ощущения красоты жизни, необходимого проявления их передачи в иносказательно-художественной форме можно назвать народный танец. Как наивысшая коммуникация, он традиционными средствами помогает сформулировать сущностные смысловые ориентиры, реализовать наши современные фантазии, художественно отражая сегодняшнюю действительность» [1, с. 80].

Человеческое «Я» – это память, вобравшая в себя прошлое, настоящее, чтобы трансформироваться в будущее. Что мы можем предложить нашим детям для их нравственного и физического здоровья в рамках образовательного процесса в урочное или внеурочное время? Ответ прост – это уроки или занятия по русской традиционной культуре, которые интегрируют в себе разные виды деятельности с их определёнными функциями, в том числе и двигательными.

Многолетний опыт работы с детьми показал, что освоение и изучение традиционных народных танцев локальной местности поразительно эффективно в практическом отношении. Танцы обладают концентрированной жизненной энергией. Именно фольклорная хо-

реография синтезирует в себе и музыку, и пение, и движение, и общение. В то же время эти танцы просты, доступны всем, не требуют особого техничного исполнения – в отличие от сценических танцев. А главное – не противоречат естественной природе ребёнка.

«В системе искусства хореографии, в качестве важных элементов работают мировоззренческая, развивающая, информационно-просветительная, социально-воспитательная, культуротворческая, релаксационная, ценностно-гедонистическая, коммуникативная, экспрессивная, адаптационная и оздоровительная функции. Очевидно, что хореография является тем видом искусства, который способен воспитать в человеке чувство ответственности и долга, внимание к окружающим. Изучение и включение в хореографическое искусство своего народа дает возможность включения чувства патриотизма и гордости за свою нацию, способствует сохранению национального богатства и осуществляет живую связь времен и поколений» [2].

Русский традиционный танец – это талант и культура народа. Танец – не только и не столько физические упражнения под музыку, – «это создание души русского народа, поэзия в лицах». Именно народ в своём танцевальном творчестве смело разрабатывает слож-



*Рис. 1. Народный фольклорный ансамбль «Стрела» Алтайского краевого колледжа культуры и искусства  
Руководитель – Е. Н. Эйхольц*



*Рис. 2. Неформальное общение в танце.  
Ансамбль «Стрела»*

ные взаимоотношения людей, так как именно танец выполняет функцию по восстановлению жизненной энергии человека и определяет его самоощущение как индивидуальности.

С каждым годом всё глубже становится интерес к русскому народно-бытовому танцу. Понять красоту и ценность своего национально-го танца – это значит воспитать в себе не только чувство патриотизма к своей малой Родине, не только хороший вкус к народной хореографии, но и приобрести хорошую физическую форму, а также потребность в серьёзном и глубоком освоении локальной традиции вообще и русского народного танца в частности.

«Фольклорный танец» введён в учебный план детских школ искусств (ДШИ) и детских музыкальных школ (ДМШ) в качестве самостоятельной дисциплины, но тесно и органично связан с такими дисциплинами, как «Фольклорный ансамбль», «Фольклорно-этнографические исследования», «Народоведение», «Народные фольклорные инструменты».

Программа по дисциплине «Фольклорный танец» предполагает практические занятия и нацелена на освоение традиционных танцев Алтайского края по разделам:

- ритмическое развитие;
- сбор и запись фольклорного танца;
- шаговый комплекс в хороводной форме народного танца;
- пляска как форма народной хореографии;
- лексика народной пляски;
- русская кадриль;
- русское «Ланце».

Содержание программы учебного курса опирается на материалы фольклорно-этнографических исследований по районам Алтайского края. Анализ материалов показывает, что благодаря фольклорным танцам происходит активное общение их участников, так как танец раскрывает непосредственность и искренность эмоционального порыва, что так важно при современном отчуждении людей друг от друга.

Неформальное общение в танце – наиболее доступная форма познания мира окружающих людей. Поэтому уже с первых уроков в разделе «Ритмика» ребёнок постигает азы танцевального творчества с помощью лучших образцов народной культуры, таких как: «И шёл козёл дорогойю...», «Растяпа», «Дуйся пузырь...» и других, записанных в селе Верх-Уймон Усть-Коксинского района от Ульяны Михайловны Култаковой; осваивает бытовые танцы «Светит месяц», «Во саду ли, в огороде», «Краковяк», записанные в Чарышском, Усть-Пристанском, Шипуновском районах Алтайского края.

Учебный материал, построенный на ритмических упражнениях, ролевых играх с припевками, без припевок, играх, импровизациях, не противоречит естественной природе ребёнка и даёт возможность маленькому человеку открыть для себя новые качества, не проявленные ранее.

А именно свободно ориентироваться в пространстве, координировать движения, избавиться от негативных эмоций.

На следующей ступени обучения ребёнок переходит к изучению более сложного материала – народно-бытовой хореографии: орнаментальным танцам (хоровам), бытовым танцам: «Полька», «Коробочка», «Краковяк», «Тустеп», осваивает танцевальные шаги и ходы, необходимо для развития координации.

Хоровод – это коллективное действо, где каждый из участников может почувствовать себя частицей единого целого (рис. 3). В этих танцевальных жанрах ребёнок приобретает навык взаимоотношения с партнёром, учится ощущать поддержку друг друга, овладевает пространственным ощущением, получает удовольствие от музыки или песни. Совместное движение детей по кругу с пением укрепляет их волю и уверенность в себе.

Круговые и парные танцы содержат пространственный формообразующий элемент, поэтому постоянная смена направления движений способствует осознанию пространства, помогает увереннее ориентироваться в нем. Некоторые



Рис. 3. Хоровод. Ансамбль «Стрела»



Рис. 4. Кадриль. Народный фольклорный ансамбль «Стрела»

дети не умеют координировать движения вообще или слабо координируют, поэтому круговые танцы помогают им избавиться от ещё неосознанной физической проблемы, а тактильный контакт позитивно влияет на развитие органов чувств.

Пляске как одной из форм народной хореографии на занятиях по фольклорному танцу отводится немаловажная роль. Изучая основные исполнительские особенности локальных хореографических традиций Алтайского края, учащиеся начинают формировать индивидуальную манеру исполнения, культуру танца, приобретают навык импровизации.

При обучении импровизации все формы практических занятий нацелены на проявление собственной инициативы учащихся, их стремления создать что-то своё, не выходя за рамки осваиваемой традиции. При обучении импровизации в танце большое внимание уделяется не самостоятельности отдельного танца, а внутренней связи движений с эмоциональными впечатлениями и музыкально-ритмической организацией произведения. Формирование навыка импровизации достигается за счёт:

- развития умения наиболее точно копировать танцевальные движения, просматривая видеозаписи плясок мастеров народной хореографии;
- развития способности сиюминутно выявлять в движениях эмоциональное, импульсивное, спонтанное прочтение незнакомой музыки.

Результатом освоения данного танцевального жанра будет исполнение:

- перепляса «Казачок», записанного в селе Верх-Уймон Усть-Коксинского района от Матрёны Лукиничны Захаровой 1920 года рождения;
- сольной женской пляски, записанной от Матрёны Григорьевны Сосниной 1931 года рождения в селе Красный партизан Чарышского района;
- круговой (групповой) пляски, записанной со слов Харитины Аристарховны Ямщиковой из села Красный партизан Чарышского района;
- массовый пляс, сохранившийся поздними переселенцами, от Таисии Ивановны Межовой 1915 года рождения, уроженки села Солюновка.

На завершающем этапе обучения традиционному танцу ребята осваивают некоторые из сложных форм фольклорной хореографии – кадрили и ланце.

Кадриль у русских стала популярна в конце XIX – начале XX в. Этот многофигурный танец появился в крестьянской среде в Англии в XVII в. Постепенно распространяясь по всей Европе, занял видное место и в русской традиционной культуре. Используя материалы фольклорно-этнографических исследований, педагоги и руководители коллективов помогают учащимся постичь духовно-нравственные основы, сформированные нашими предками. Традиционный танец воспитывает вкус, прививает нормы общения и поведения. Именно в танце происходило и происходит активное общение. Со слов информаторов – в кадрили формировались пары (рис. 4).

Круговая кадриль, записанная в селе Верх-Уймон от Матрёны Лукиничны Захаровой, является ярким примером такого общения. Название танца, к сожалению, Матрёна Лукинична не помнит, но сохранила в памяти название колен: плетешок, узелок, поцелуй. Эти названия очень точно передают рисунки танца. Колена по исполнению короткие. Исполняются парно, любым количеством участников. Музыкальное сопровождение – гармонь. Наигрыш – «Барыня». Движения в кадрили просты – мелкие дробные выстукивания. Е.Н. Эйхольц не только записала от носителя эту форму кадрильного танца, но и реконструировала и воплотила в творческую жизнь без изменений.

Таким образом, материалы полевых исследований показывают, что в настоящее время наряду с певческими, инструментальными и другими традиционными жанрами ещё сохранился пласт фольклорной хореографии, который необходимо использовать как здоровьесберегающие технологии в области физического, психического и нравственного развития ребёнка.

По народной танцевальной культуре сегодня сохранилось не так много материала. Ещё меньше среди сельского населения осталось информаторов, которые могут показать исполнительское хореографическое мастерство. Всё чаще приходится записывать со слов, всегда протанцовывать вместе или под строгим оценочным взглядом мастеров. Поэтому, приступая к освоению фольклорной хореографии, каждому руководителю необходимо помнить о существовании региональных хореографических стилей.

Освоение народной хореографии невозможно без обязательного комплексного обследования населённого пункта. Запись, реконструкция и освоение танцевального жанра происходит только в комплексе с другими жанрами календарного и семейно-обрядового фольклора, так как это даёт общее представление о традиционной культуре данной местности.



Фольклорная хореография имеет четыре языковых средства:

- хореографическое – определённое приглашение, отношение внутри пары, отношение между парами;
- музыкальное – гармонист лидер;
- изобразительное – на танцы надевали лучшие наряды;
- вербальное – идеал внешнего поведения (целомудрие, хозяйственность у девушки, лидерство и соперничество у парня).

Освоение схемы танца ещё не значит освоение традиции. Ценным является передача всех нюансов танца: манеры исполнения, характера, в результате чего, как следствие, формируется умение импровизировать.

Изучение и освоение русской традиционной культуры в разных её проявлениях должно быть включено в образовательный процесс любого учреждения образовательного типа, что приведёт к оздоровлению общества в целом.

#### **БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК**

1. Кособуцкая Н. Ю. Народный танец: социокультурные характеристики и функции // Вестник культуры и искусств. 2018. № 1 (53). С. 76–81.

2. Карпенко В. Н., Карпенко И. А., Горковец С. И. Фольклорный танец и его влияние на развитие личности участников хореографических коллективов // Международный научно-исследовательский журнал. 2018. № 1 (67). Ч. 3. С. 24–26. URL: <https://research-journal.org/art/foklornyj-tanec-i-ego-vliyanie-na-razvitie-lichnosti-uchastnikov-xoreograficheskix-kollektivov/> (дата обращения: 28.09.2021). DOI: 10.23670/IRJ.2018.67.016.

#### **BIBLIOGRAPHY**

1. Kosobutskaya N. Y. Folk dance: socio-cultural characteristics and functions // Bulletin of Culture and Arts. Publishing house of CHGIK, Chelyabinsk. 2018. № 1 (53). P. 76–81 (in Russian).

2. Karpenko V. N., Karpenko I. A., Gorkovets S. I. Folklore dance and its influence on the development of the personality of the participants of choreographic collectives // International Scientific Research Journal. 2018. No. 1 (67), Part 3. P. 24–26. URL: <https://research-journal.org/art/foklornyj-tanec-i-ego-vliyanie-na-razvitie-lichnosti-uchastnikov-xoreograficheskix-kollektivov/> (date of application: 28.09.2021). DOI: 10.23670/IRJ.2018.67.016 (in Russian).