

## **Требования, предъявляемые к уровню творческих способностей и профессиональным физическим данным поступающих**

Для определения наличия у поступающих определенных творческих способностей, физических и психологических качеств при приеме для обучения по образовательной программе среднего профессионального образования в области искусств, интегрированной с образовательными программами основного общего и среднего общего образования по специальности 52.02.01 Искусство балета (углубленной подготовки) и по дополнительной предпрофессиональной образовательной программе в области хореографического искусства «Искусство балета» комиссия по отбору по каждой образовательной программе проводит оценку профессиональных физических данных и художественных способностей поступающего, выявляемых по следующим параметрам:

### **I тур. Определение внешних сценических данных.**

#### **Требования к внешнему виду:**

1. Узкое туловище, плечи и таз.
2. Маленькая голова, длинная шея, приятные миловидные черты лица.
3. Длинные руки и ноги, узкая щиколотка.
4. Соответствующая прическа, собранные в «пучок» волосы.

Основное значение имеет телосложение, необходимые пропорции тела, правильное строение как всего организма, так и различных его частей.

Принято различать три основных типа или формы пропорции тела – долихоморфный, брахоморфный и мезоморфный.

*Долихоморфный* – это астенический тип, рост высокий или выше среднего, туловище короткое, малая окружность грудной клетки, средние или узкие плечи, длинные нижние конечности, малый угол наклона таза, походка с развернутыми стопами (носки врозь).

*Брахоморфный* – рост средний или ниже среднего, туловище длинное, большая окружность грудной клетки, широкие плечи, короткие нижние конечности, большой угол наклона таза, походка со стопами, развернутыми вовнутрь.

*Мезоморфный* – представляет собой среднюю форму строения тела, промежуточную между двумя предыдущими.

Визуально изучаются форма и пропорции тела в положении стоя с сомкнутыми стопами ног (I невыворотная позиция ног) в четырех ракурсах: лицом, левым и правым боком и спиной. Предпочтение отдается детям умеренно долихоморфного типа сложения: узкокостным, с нормальным или слегка удлинённым корпусом, узкими или в норме плечами, с удлинёнными ровными ногами, такими же руками, тонкими кистями и пальцами рук. Стопы

должны иметь ярко выраженные своды, первый и второй пальцы — одинаковой длины. Голова и шея пропорциональны телу ребенка. Черты лица правильные. Лицо выразительное. Особое внимание уделяется пропорциональному сложению тела, ибо пропорционально сложенный организм легче переносит нагрузки и перегрузки, которые неизбежны в будущей работе. Также могут приниматься дети со средним или мезоморфным типом сложения, обладающие выразительной сценической внешностью.

Оценивая внешние данные необходимо обратить внимание на наличие у ребенка дефектов телосложения, которые не могут быть устранены в процессе роста и развития (асимметрия частей тела, неправильный прикус, «заячья губа», чрезмерная величина головы, угловатость ее формы, слишком крупная нижняя челюсть, уродливая форма ушей или носа и др.).

#### ***Голова и черты лица:***

«+» должна быть маленькой величины без крупной нижней челюсти, без деформации передних зубов с симметричными красивыми чертами лица.

#### ***Шея:***

«+» должна быть хорошей подвижности, удлиненной формы;

«-» короткая и широкая шея, чрезмерно длинная шея, сильно выступающий кадык.

***Осанка.*** Основа осанки - позвоночник и его соединения с тазовым поясом. Позвоночник имеет изгибы: шейный (вперед), грудной (назад), поясничный (вперед), крестцо-копчиковый (назад). В нормальной осанке ось тела, проходя через общий центр тяжести, проецируется на середину площади опоры, что обеспечивает устойчивое равновесие тела. Серьезным недостатком осанки считают плоскостопие, при котором противопоказаны занятия классическим танцем. Однако незначительные формы плоскостопия в процессе роста ребенка и постоянных целенаправленных упражнений могут быть исправлены.

#### ***Позвоночник:***

«+» при нормальной осанке без искривлений, изгибы выражены умеренно, направление линии позвонков при этом строго вертикально; правая и левая части симметричны: шейно-плечевые линии на одном уровне;

«-» плоская спина, выраженный сколиоз второй и третьей степени (ассиметрия лопаток), выраженный кифоз грудного отдела («круглая спина»), гиперлордоз поясничного отдела («седлообразная поясница»), выраженный сколиоз второй и третьей степени (выраженная асимметрия лопаток), все нарушения во фронтальной плоскости.

#### ***Плечевой пояс:***

«+» углы лопаток должны быть на одной высоте и на одном расстоянии от позвоночника;

«-» ключицы сильно выступают вперед, подняты или асимметричны, чрезмерно широкие и угловатые плечи, асимметричные и крыловидные лопатки, резко выступающие вперед или приподнятые ключицы, ключицы с сильно выдвинутыми грудными или плечевыми концами.

#### ***Грудная клетка:***

«+» должна быть симметрична;

«-» узкая форма грудной клетки с деформацией ребер, выступающая или западающая грудина («килеобразная» или «куриная» грудь), неправильная форма реберных дуг, сильно выпяченный вперед живот.

#### ***Строение рук:***

«+» конец среднего пальца должен доходить до середины бедра или чуть ниже, при опущенных руках, кисть удлиненная, пальцы без чрезмерных утолщений в области суставов;

«-» чрезмерное перегибание в локтевом суставе, чрезмерная ширина и угловатая форма плеч.

#### ***Строение ног:***

«+» ноги должны иметь прямую красивую линию, продолговатые плоские мышцы, умеренную рекурвацию (изгиб в обратную сторону) коленных суставов, полное разгибание (180°) коленного сустава;

«-» саблевидные ноги, ноги О-образной формы, ярко выраженной Х-образной формы, сильно выступающие надколенные чашечки, слишком крупные костные образования коленных и голеностопных суставов.

#### ***Таз:***

«+» должен быть красивой формы, не широкий, с подчеркнутыми и симметричными треугольниками талии (пространство между линиями туловища и вытянутыми вдоль руками);

«-» широкий таз, заметно выступающий назад, низкий таз, крупные ягодичные мышцы; жировые отложения на бедрах.

#### ***Стопа:***

«+» удлиненная форма стопы, с хорошо выраженной продольной и поперечной сводчатостью, ровные три первых пальца;

«-» скошенная широкая стопа с продольным или поперечным сильно выраженным плоскостопием.

### **II тур – медицинский.**

Основной задачей комиссии по отбору является комплексная оценка состояния здоровья и выявление заболеваний, патологических состояний, особенностей развития и телосложения. Особое внимание обращается на строение скелета и мышц, состояние нервной системы, сердца, лёгких, вестибулярного аппарата, зрения и слуха; соотношение роста и веса в соответствии с возрастом для поступающих на обучение по Интегрированной

программе. При необходимости, дополнительно, могут быть затребованы результаты клинико-лабораторных исследований (рентгеноскопия, исследования крови и т.д., и т.п.).

### **III тур.**

#### **Оценка профессиональных физических данных.**

**1. Подъем стопы.** Стопа – сложный в анатомическом и функциональном отношении аппарат - является опорой тела человека и выполняет рессорные функции и функции регулятора равновесия, способствует отталкиванию тела при ходьбе, беге, прыжке, а также играет еще и немалую эстетическую роль, создавая своим вытянутым подъемом вместе с вытянутой ногой законченную линию в рисунке танца.

Подъем стопы подразумевает не только изгиб стопы, но и всю верхнюю линию стопы, включая пальцы ног. Стопа должна выводиться в одну линию с голенью при высокой степени подвижности в голеностопном суставе и пальцах. Форма подъема зависит от строения стопы, подвижности ее в голеностопном и др. суставах и в особенности от степени развития продольных и поперечных сводов. Подъем должен быть высокий или средний.

Требования к исполнению: подъем стопы определяется при выворотном положении ног и проверяется поочередно: сначала одна нога, затем другая. Из I позиции нога выводится в сторону, при этом нужно сильно вытянуть носок ноги, колено выпрямляется. Проверяется эластичность и гибкость стопы. При наличии подъема стопа податливо изгибается, образуя в профиль форму месяца. В случае затруднения педагог может, придерживая ногу ребенка за щиколотку сзади, осторожным усилием другой руки прогнуть подъем и пальцы вниз. Если не удастся этого сделать, отмечается отсутствие подъема.

**2. Выворотность** - это способность развернуть ноги (бедра, голени и стопы) в тазобедренном суставе вокруг оси в положение en dehors (наружу), когда при правильно поставленном корпусе бедра, голени и стопы повернуты своей внутренней стороной наружу. Такая выворотность зависит от свободной подвижности тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра и связок, от неглубокой впадины таза и маленькой продолговатой головки бедренной кости. Кроме того, определяется и пассивная выворотность, то есть выявляется степень запаса выворотности для возможного ее развития в процессе обучения.

#### Требования к исполнению:

«Demi plié'» - держась одной рукой за палку, ноги в I позиции, если это выполнено ребенком успешно, то он обладает активной выворотностью. Затем выворотность проверяется при полуприседании. Сохраняя первую позицию,

ребенок должен медленно присесть, самостоятельно разводя колени в стороны по линии плеч, удерживая туловище так, чтобы оно располагалось вертикально, следя за тем, чтобы ягодицы не отставались назад. Пятки не должны отрываться от пола. Запас пассивной выворотности проверяется педагогом, который старается развести колени поступающего в стороны. Если колени удается развести легко, такой ребенок имеет преимущество при поступлении. Невозможность развести колени в сторону при значительном усилии педагога говорит о полном отсутствии выворотности;

«Бабочка» - И. п. – лежа на спине, ноги согнуть в коленях под углом 90° в стороны, стопы соединить, руки в стороны. Следить, чтобы таз и стопы не отрывались от пола, стопы соединены (носки и пятки вместе).

«Лягушка» - И. п. – лежа на животе, согнуть и развести в стороны колени, подтянуть стопы к ягодицам, соединить их подошвенной частью и максимально близко подвести к корпусу. Спину максимально прогнуть назад, удерживая стопы и бедра на полу.

**3. Гибкость спины** - одно из главных профессиональных требований, показатель пластичности тела. Гибкость определяется величиной прогиба назад и вперед, зависит от гибкости позвоночного столба. Степень же подвижности позвоночного столба определяется строением и состоянием позвоночных хрящей. Гибкость (или прогиб назад) должна быть в области нижних грудных и верхних поясничных позвонков. Наклон корпуса вперед и вниз совершается благодаря растяжению межпозвоночных дисков, а также икроножных, подколенных и тазобедренных мышц и связок.

#### Требования к исполнению:

«Мост» - гибкость назад: из И. п. стойка ноги врозь, колени вытянуты, руки подняты вверх, прогнуться назад до предела и опуститься, коснувшись ладонями пола. Ноги слегка согнуты, плечи над кистями, руки прямые, держать 5 сек. Расстояние между ладонями (как и между стопами) должно быть на ширине плеч. Педагог поддерживает за руки и следит за правильностью прогиба, который должен происходить в области верхних поясничных и нижних грудных позвонков. Следует следить чтобы не сгибались колени, не выставлялся вперед живот и бедра, не поднимались плечи.

«Складка» - гибкость вперед: И. п. – сидя на полу, ноги вытянуть вперед и соединить вместе, руки вверх, наклон вперед как можно ниже до касания ног. Плотная складка без углов в плечах, с перемахом руками носков.

**4. Шаг** - способность свободно поднимать ногу на определенную высоту в сторону, назад, вперед при выворотном положении обеих ног (растяжка). Нога должна подниматься легко. Шаг также создает в танце линии, обеспечивает широту и свободу движений. Амплитуда шага в стороны и

вперед зависит от степени выворотности ног и подвижности тазобедренных суставов. Амплитуда шага назад зависит от подвижности позвоночного столба, силы и эластичности задней группы мышц бедра. Амплитуда шага способствует высоте прыжка.

Требования к исполнению:

«Шпагат» с правой и левой ноги, поперечный - бедро плотно касается пола, туловище без прогиба вертикально, плечи и таз прямо, руки в стороны, держать без напряжения 5 сек.

«Подъем ноги в сторону, подъем ноги назад» - из 1-й позиции у палки педагог, поддерживая корпус ребенка одной рукой, другой рукой поднимает до предельной высоты вытянутую в подъеме и колене «работающую» ногу (сохраняя ее выворотное положение) приемом *releve lent* в сторону. Затем переводится по воздуху вперед и поднимается до предельной высоты. Шаг назад проверяется в положении 1-го *arabesque* (в профиль). Проверяется высота шага обеих ног. Критерием в данном случае служит высота, на которую поступающий может поднять каждую ногу:

- для мальчиков норма не ниже 90 градусов;
- для девочек – выше 90.

**5. Прыжок** – высота, легкость и воздушность, согласованность всех частей тела. Для прыжка важно качество, обозначаемое в хореографии термином *ballon* (баллон) – умение высоко и эластично прыгнуть вверх и сохранить во время прыжка рисунок позы. Высота прыжка зависит от силы мышц, согласованности работы всех частей тела, и, в частности, сгибателей и разгибателей суставов: тазобедренного, коленного, голеностопного, стопы и пальцев, их подвижности.

Требования к исполнению: И. п. - стоя, руки на пояс, прыжок вверх толчком двумя ногами от пола с предварительным коротким приседанием. Выполняется 10 раз, с хорошей осанкой, оттянутыми носками, выпрямленными в коленях ногами и с приземлениями на место отталкивания (оценивается высота прыжка, форма, сила толчка и мягкость приземления).

**Оценка художественных способностей.**

**1. Музыкальность** - комплекс природных задатков, обеспечивающих возможность воспитания в человеке музыкального вкуса, способности полноценного восприятия музыки, эмоциональная отзывчивость на исполнение - слушание музыкального произведения. Индивидуальные способности зависят от свойств нервных процессов: возбуждения, торможения, их силы, уравновешенности и подвижности. Скорость развития музыкальных способностей зависит от темперамента и степени одаренности ребенка.

**2. Координация** - это врожденное природное качество состоит в умении

свободно согласовывать все свои движения. Различают три основных вида координации: нервную, мышечную, двигательную.

Для нервной координации характерно чувство ритма, равновесия, различных поз, осанки и т.п. они могут быть закреплены в памяти. Запоминание движения, профессиональная память - одна из особенностей координации, зависящей от работы зрительного и вестибулярного аппаратов и других органов.

В мышечной координации характерно групповое взаимодействие мышц, которое обеспечивает устойчивость тела (при ходьбе, беге и других движениях).

Двигательная координация - это процесс согласования движений звеньев тела в пространстве и во времени (одновременное и последовательное).

**Апломб (равновесие)** - умение (или способность) сохранять без колебаний позы классического танца на всей стопе, на двух или одной ноге, на полупальцах, а также сохранять равновесие в сложных двигательных ситуациях: в полете и после прыжков и вращений.

Основной характеристикой апломба тела является устойчивость. Стержень апломба – позвоночник, но важную роль для устойчивости играют хорошее зрение, нормальная работа вестибулярного аппарата, координация, общее хорошее физическое развитие и здоровая нервная система.

Координацию, в том числе и такое ее свойство, как равновесие, можно проверить следующим образом:

а) поступающий на середине зала должен пройти по заранее начерченной мелом линии (как по канату);

б) исполнить позу, называемую «ласточка»: встать на одну ногу, другую поднять на  $45^{\circ}$ — $60^{\circ}$  от пола, при этом руки раскрываются в стороны; стоять в позе «ласточка» в течение восьми секунд.

**3. Сценичность** - это общая эстетика телосложения. Быть сценичным - значит обладать хорошей внешностью, пропорциональным телосложением, определенным обаянием, привлекательностью. От внешнего вида во многом будет зависеть и сценичность будущего артиста балета.

**4. Ритмичность** - это способность активно (двигательно) переживать музыку, чувствовать эмоциональную выразительность музыкального ритма и точно ее воспроизводить.

Музыкально-ритмическая координация - это умение согласовывать движения частей тела во времени и пространстве под музыку.

Предлагаются простые способы выявления музыкальности и ритмичности:

- повторение за концертмейстером ритмического рисунка

музыкального фрагмента (2-4 такта) хлопками в ладоши, обращается внимание на быстроту реакции и запоминание мелодии;

- маршировка под музыку, ритм и темп которой время от времени меняется;

- исполнение одного-двух танцевальных движений или импровизации под музыку по заданию педагога;

**Основными противопоказаниями для приёма в Академию являются:**

- отсутствие или недостаточность ряда профессионально-значимых физических данных: гибкости стопы, выворотности, шага, прыжка, подъёма, гибкости спины;

- дефекты сложения, которые не могут быть устранены в процессе развития организма (чрезмерные размеры головы, слишком крупная нижняя челюсть, неэстетичная форма носа и ушей, «заячья губа», короткая и широкая шея; асимметрия ключиц, грудной клетки и лопаток; широкое и укороченное телосложение, непропорционально короткие ноги и длинное туловище, широкий и низкий таз, массивные бёдра, саблевидная и О-образная форма ног, сильное искривление позвоночника и т.д.).

Особое внимание обращается на строение скелета и мышц, состояние нервной системы, сердца, лёгких, вестибулярного аппарата, зрения и слуха.

**Система оценок, применяемая при проведении индивидуального отбора**

Оценка внешних сценических, профессиональных физических данных и художественных способностей (артистических данных) поступающих осуществляется по 5-ти балльной классической системе: «5», «4», «3», «2», «1». Используемая 5-балльная классическая система оценивания дополнена «+» и «-» с целью наиболее детального оценивания поступающих «5-», «4+», «4-», «3+», «3-»:

**«5» (пять):** задание выполнено «блестяще» - отличные природные физические данные:

- пропорциональные черты лица, гармоничное телосложение;
- удлиненные линии рук и ног;
- ровная спина с расправленными ключицами;
- длинная шея, хорошая подвижность суставов ног и рук;
- хорошая гибкость позвоночника при наклоне корпуса вперед и прогибе назад;
- большой танцевальный шаг: для девочек  $\geq 150^\circ$ ; для мальчиков  $\geq 130^\circ$ ;
- «мягкие» мышцы и связки, способные к легкому растяжению;

- отличная выворотность ног, высокий свод стопы;
- высокий легкий прыжок с вытянутыми стопами и коленями;
- хореографические навыки и умения: музыкальность исполнения, пластическая и эмоциональная выразительность; правильно запомнить предложенный ритм и точно его повторить, артистично и ритмически точно исполнить танцевальное движение (по заданию педагога).

**«5-» (пять с минусом)** - задание выполнено «отлично», убедительно, уверенно. Требования к оценке «5-» аналогичны оценке «5», но подразумевают недостаточно безукоризненные указанные показатели с предполагаемым потенциалом достижения уровня оценки «5» при дальнейшем незначительном совершенствовании.

**«4+» (четыре с плюсом)** - задание выполнено «очень хорошо», уверенно в техническом и художественном плане с небольшой погрешностью.

**«4» (четыре):** задание выполнено «хорошо», но с небольшими недочетами в техническом и художественном плане - хорошие природные физические данные:

- пропорциональные черты лица, гармоничное телосложение;
- средняя подвижность суставов ног и рук;
- достаточная гибкость позвоночника при наклоне корпуса вперед и прогибе назад;

- «мягкие» мышцы и связки, способные к легкому растяжению;
- достаточная выворотность ног, средний свод стопы;
- средняя высота прыжка: для девочек 120°-150°; для мальчиков 100°-130°;

- хореографические навыки и умения: достаточно точное повторение ритма в заданном темпе и метре; не большое затруднение в запоминании мелодии и при выполнении предложенного движения, но исполненное темпераментно и артистично; наличие способности к дальнейшему совершенствованию при регулярной работе.

**«4-» (четыре с минусом)** - задание выполнено «хорошо», но недостаточно уверенно, с недочетами.

Требования к оценкам «4+» и «4-» аналогичны оценке «4», однако в данном случае на основе данных проведенного просмотра дается заключение о перспективности обучения поступающего и имеющихся тенденциях в профессиональном развитии либо в сторону более совершенного исполнения, либо в сторону посредственного исполнения.

**«3+» (три с плюсом)** - «удовлетворительно» выполненное задание с ошибками. Требования к оценке «3+» аналогичны оценке «3», однако в данном случае на основе проведенного просмотра дается заключение о перспективности дальнейшего обучения поступающего и имеющейся

тенденции профессионального развития в направлении более совершенного исполнения.

**«3» (три):** «удовлетворительно» выполненное задание со значительными ошибками - средние природные физические данные:

- малозаметные непропорциональные черты лица, телосложение имеет небольшие отклонения от гармонической нормы;
- слабая подвижность суставов ног и рук;
- средняя степень гибкости позвоночника при наклоне корпуса вперед и прогибе назад;
- незначительная растяжка, тугая эластичность связок;
- средняя степень выворотности, жесткий свод стопы;
- низкая высота прыжка: с согнутыми коленями и с сокращенными стопами, танцевальный шаг не ниже 90°;
- слабые хореографические навыки и умения: запоминание с ошибками предложенного задания на ритм, недостаточная артистичность и координация движений.

**«3-» (три с минусом)** - «удовлетворительно» выполненное задание с многочисленными ошибками. Требования к оценке «3-» аналогичны оценке «3», при недостаточном выполнении поступающим требований к оценке «3» комиссия дает заключение о низком профессиональном потенциале поступающего и выражает сомнение в эффективности и целесообразности его дальнейшего обучения.

**«2» (два):** «неудовлетворительные» данные ниже среднего уровня, с заданием не справился - отсутствуют или плохо развиваются природные физические данные:

- недостаточно пропорциональные черты лица, видимая непропорциональность тела, телосложение имеет большие отклонения от гармонической нормы;
- подвижность суставов ног и рук отсутствует;
- отсутствие гибкости позвоночника при наклоне корпуса вперед и прогибе назад;
- незначительная растяжка, мышцы и связки жесткие, неспособные к растяжению;
- низкая степень выворотности, жесткий свод стопы с присутствием косолапости;
- танцевальный шаг ниже 90°;
- отсутствует легкость и высота прыжка;
- хореографические навыки и умения отсутствуют: музыкальность выражена слабо, чувство ритма отсутствует, координация движений не развита, отсутствует артистичность, не имеет мотивационного настроя к получению данной квалификации.

«1» - «неудовлетворительные» данные, отказ выполнить предложенное задание.