

ОСНОВЫ ПРЕПОДАВАНИЯ БЕЛЛИДЕНСА

Об авторе: Австралийка Кети Шариф (Ketі Sharif) посвятила изучению, исполнению и преподаванию средневосточных танцев всю жизнь. За время своей карьеры она жила во многих странах, включая Турцию, Малайзию и Сингапур. Теперь Кети живет в Египте и создает различные инструкционные программы, основанные на ее богатейшем профессиональном опыте, а также занимается писательским трудом.



Кети Шариф

Преподавание беллиденса само по себе награда за труд. Это прекрасный способ одновременно и заниматься своим любимым делом - танцевать, и исследовать средневосточный танец, становясь его знатоком, и делиться знаниями с ученицами.

Ваша вовлеченность в танец содействует творческому развитию – вашему и чужому. Вы помогаете женщинам учиться новому артистичному виду самовыражения. Вы преподаете им множество движений и техник и сообщаете информацию о средневосточной музыке и культуре в целом.

Вы пребываете в ответе за передачу знания традиционных танцевальных стилей чужеземных культур. Одновременно с этим вы располагаете свободой создавать собственные стили беллиденса, и ваше творческое мастерство растет по мере того, как вы все больше погружаетесь в искусство средневосточного танца.

Технический аспект преподавания беллиденса вы уравниваете эмоциональной составляющей этого многовекового искусства. Праздники, собрания, смех... вы приветствуете веселый дух танца!

Как педагог вы гордитесь своей почетной ролью наставницы и проводницы женщин в путешествии по краям радости, уверенности и женственности.

Базовые знания, необходимые для преподавания беллиденса

Как педагог вы должны знать общую историю беллиденса. Задают ли вам вопрос ученицы во время занятия, или же вы преподаете какое-то движение, нуждающееся в исторической ремарке – вы должны четко представлять себе историческую ситуацию. Ученицы всегда рады получить детальную информацию, насыщенную интересными фактами. Чтобы гарантировать себе, что ваше преподавание исторически корректно, постоянно работайте с источниками.

Постоянные исследования и тренировки помогут вам на ниве преподавания и сделают вас более опытным, более компетентным педагогом. Преподавание – это нечто большее, чем умение хорошо исполнять движения. Это навык, который совершенствуется посредством обучения и труда. Существует множество возможностей преподавательского совершенствования. Это не только мастер-классы и лекции по беллиденсу, но и фитнес-курсы, психотренинги и программы подготовки учителей. На ваше преподавание влияют любые образовательные программы, которые вы выполняете.

Первостепенной важностью на занятиях обладает безопасность ваших учениц. Вы должны уметь привить ученицам правильную осанку и на каждом уроке исполнять с ними безопасные разминки и заминки. Существует множество фитнес-курсов, посвященных этим вопросам.

Особое внимание уделяйте спинам, коленям и суставам ваших учениц – эти области подвергаются высокой опасности до тех пор, пока вы не передадите ученицам навыки правильного и безопасного исполнения движений. Как педагог танца вы также должны всегда уметь оказать ученице первую помощь.

Изучайте многообразные безопасные растяжки и техники разминки, которые можно использовать на занятиях. Размашистые, расслабленные движения должны стать неотъемлемой частью ваших разминок. Такие движения как шаги на месте или по периметру помещения с поднятыми руками способствуют притоку крови к зонам, наиболее интенсивно задействованным на занятии – ногам, бедрам, рукам и т.д.

Мышцы следует растягивать осторожно, плавно, без рывков и только когда тело разогрето.



Ценность сообществ и возможности для обучения

Как педагог вы должны продолжать собственное обучение до тех пор, пока обучаете других. Обучение поможет вам сохранить любовь к танцу и позволит быть в курсе всего, что происходит в местном и международном сообществах танцовщиц вашего стиля.

При любой возможности посещайте семинары и мастер-классы. Обменивайтесь классами с другими педагогами. Сотрудничество с другими школами беллиденса – прекрасный вариант самосовершенствования и полезный педагогический инструмент. Великодушные педагоги всегда поощряют своих учениц на уроки у других учителей и занятия в других школах.

Преподавание и исполнительская деятельность позволят вам установить связи с местными средневосточными сообществами, с диаспорами. Представители диаспор могут помочь вам с музыкой, последними записями и, конечно, научат чему-то новому.

Ваши горизонты расширяют и путешествия – особенно путешествия на фестивали и мастер-классы. Ценные знания, приобретенные там, будут по достоинству оценены вашими ученицами.

Когда вы понимаете, что нуждаетесь в конкретном информационном материале, обратитесь за помощью к интернету, библиотекам или собственным учителям танца. Создайте базу танцовщиц, которые специализируются в узких областях: располагают глубокими познаниями в конкретном стиле, богатым опытом конкретного формата выступления или отличаются мастерством в какой-либо конкретной технике, будь то танцевание под барабанное соло, исполнение египетского балади, работы с платком, таксима и т.п.

Преподавание, содействующее наиболее эффективному обучению

На ваших занятиях присутствует множество учениц. Некоторые из них являются природными талантами, некоторые – опытными танцовщицами, другие – абсолютные новички. Чтобы все они получили от занятий пользу, вы должны практиковать личный подход к каждой, сохранять спокойствие и уметь преподать материал просто, понятно и уверенно.

Чтобы обучить класс движению, станьте к ученицам лицом и покажите им мышечные группы, вовлеченные в исполнение, и безопасные техники. Экспрессивные, эмоциональные, круговые движения и таксим лучше всего преподаются, когда ученицы располагаются вокруг вас. Комбинации, шаги и повороты следует преподавать при стандартном расположении учениц, демонстрируя движение как фронтально, так и со спины.

Некоторые ученицы учатся глазами, поэтому визуализируйте движение предельно ясно. Другие учатся при помощи физических ощущений, поэтому вам следует поинтересоваться у класса, кто из присутствующих желает, чтобы вы наставляли их на

правильное исполнение при помощи касания, контактного руководства. Всегда подходите к ученице сбоку, а не спереди, что может показаться навязчивым, и не сзади, что может вызвать испуг.

Тем, кто учится посредством слуха, нужны реплики, поэтому называйте и проигрывайте ритмы, и не бойтесь их «петь» - многие ученицы прекрасно откликаются на такую вербализацию и по достоинству оценивают педагога, который вокализует музыку и сопровождает движения пением или другими речевыми сигналами.

Будьте предельно ясны, стремитесь к максимально четкому выражению мыслей. Повторяйте столько, сколько необходимо. Внимательно следите за исполнением движения ученицами и контролируйте его правильность и безопасность. Поощряйте обратную связь. Спрашивайте, как ощущается движение, не нужна ли помощь, не требуется ли более подробное объяснение или контактное руководство.

Некоторые ученицы с развитыми навыками подражания могут зеркально вас отражать, то есть симметрично копировать ваши движения. Другим же необходимо, чтобы вы располагались как они, спиной к ним, дабы у них была возможность вторить вашим движениям, мысленно их не переворачивая.

Зеркала лучше использовать как можно реже, поскольку истинное ощущение движения зачастую искажается отраженным в зеркале образом. Обращайте свой класс лицами к разным стенам и руководите группой так, чтобы стоящие сзади регулярно оказывались впереди.

Работа с партнером, игра в подражание, линейные групповые танцы и хороводы, игровая хореография позволяют вашим ученицам перемешаться и стать группой, испытать общую радость средневосточного движения. Такая совместная работа подчас создает отменные хореографические идеи.



Структура занятия

Во время занятий ученицы часто хотят сгрудиться и побеседовать. Дайте им на это немного времени, но будьте тверды в отношении тех моментов, когда начинается и заканчивается инструктаж.

Начинайте занятие с приветствия, четкого словесного описания предстоящего урока и плавной разминки под медленную расслабляющую музыку. Дружелюбную, теплую атмосферу здесь задает круговая формация.

Затем разнообразьте разминку ритмом и добавьте степы. Для последовательностей шагов лучше подходит линейная формация.

Опишите техники и убедитесь, что ваши описания понятны каждой ученице. Не забывайте о том, что материал порой требуется представить в визуальной, слуховой и тактильной форме. Помогите тем, кто нуждается в помощи, но не тратьте слишком много времени на одно движение.

Объедините движения в последовательность посредством переходов или заготовленной хореографии, и во время исполнения дайте исторические, культуральные и музыкальные справки. Если требуется, исполните работу с реквизитом (платок, трость, цимбалы и т.п.) и дайте справки относительно использования реквизита в том танцевальном стиле, который изучают ваши ученицы.

После демонстрации отрепетируйте с ученицами постановку или дайте им время на свободный танец. Импровизация – ценный навык, поэтому ближе к концу занятия всегда оставляйте несколько минут на свободное движение. Иногда ученицы любят танцевать друг для друга, иногда отношения в группе не так теплы. В любом случае, избегайте требовать, чтобы кто-то танцевал для кого-то, и не выбирайте «добровольцев» в случайном порядке. Ученицы сами дадут вам знать, когда решатся танцевать перед всей группой.

Завершайте урок заминкой под расслабляющую музыку, растяжками и информацией о следующем занятии и всех предстоящих событиях.

Если есть возможность и необходимость, раздавайте ученицам инструкционные материалы – листки с информацией, музыкальные диски, кассеты.

Полезно иметь большую корзину, набитую дисками, книгами, фотографиями, костюмами и тканями. Девушки очень часто интересуются ею. Поощряйте их на переодевания, интерес к музыке, фотоснимкам, но держите глаза остро, иначе воришек не избежать!

Курсы и оплата

Бессистемные занятия подходят ученицам, которые не имеют возможности следовать фиксированному расписанию – например, тем, кто работает посменно или сидит с

маленькими детьми. Вести бессистемные занятия выгодно, поскольку на них круглогодично отмечается хорошая посещаемость. Однако как для учениц, так и для учителей есть несколько важных преимуществ в структурированных курсах.

Курсы дают участницам возможность изучить танец, стиль посредством логически последовательной серии занятий, ведущей ученицу от начальных знаний к нюансам, завершающим обучение.

Обычно ученицы предпочитают оплачивать занятия наперед, если за это предлагаются скидки. Для учителя такой вариант тоже выгоден – он гарантирует посещаемость. Люди придут на занятие с большей вероятностью, если оплатили его заранее.

Разделите ваш 4, 6 или 8-недельный курс (продолжительность произвольная) на серии занятий. Представьте план обучения вашим ученицам в самом начале курса.

Зачастую уместно начать курс с введения в стиль и при помощи собственных знаний, а также инструкционных материалов (книги, фотографии) рассказать о нем ученицам с точки зрения хореографии и культуры в целом.

Давайте ученицам возможность внимательно прослушать ритмы и музыку. Объясняйте соответствующие техники. На занятиях, где присутствуют ученицы разных уровней подготовки, всегда начинайте подачу движения с упрощенной версии (ступни, бедра и осанка), и только потом переходите к движениям рук, слоям и экспрессии.

Более интересными занятия делает участие живых музыкантов, работа с цимбалами и другим реквизитом. Любой навык, который может освоить ученица, поможет ей лучше понять изучаемую культуру, музыку или стиль. Когда ученицы преуспевают в конкретных техниках, показывайте им, как движения сочетаются друг с другом при помощи хореографии или импровизационных методов.

Ближе к окончанию курса делайте акцент на наиболее важных движениях, наиболее существенных аспектах танцевального стиля. Чтобы отметить завершение учебы, общими силами организуйте выпускной вечер или «хафлу», на которую каждая ученица может принести свой кулинарный шедевр, свою музыкальную коллекцию, свои костюмы.

Фактор удовольствия

Лучшие занятия беллиденсом одновременно приносят удовольствие, закладывают основы дружбы и дают ценные знания. Участницы этих занятий осваивают новые навыки, которые можно непрерывно совершенствовать. Замечательное чувство достижения, успеха зависит не только от личного целеполагания ученицы, но и от того, насколько вы как педагог можете объединить класс общей целью – например, целью изучения группового танца или индивидуальной хореографии, которую каждая ученица однажды продемонстрирует на соревновании класса.

Педагог танца должен гармонизировать личные цели каждой ученицы с той выгодой,

которую она получает от реализации общих целей класса. В течение первых месяцев вашего ведения нового класса очень полезно потратить на каждую ученицу минут двадцать в работе тет-а-тет. Возможно, вам даже удастся организовать фиксированное расписание этих двадцатиминуток.

Также ученицы высоко ценят материальные свидетельства их танцевального обучения. Вы вполне можете организовать им сертификат посещаемости и достижений, выдаваемый каждой ученице в конце курса.

Внимание к себе

Ваше преподавание наиболее эффективно, если вы заботитесь о своем физическом, духовном и эмоциональном состоянии. Ваше личное благополучие позволит вам относиться с дружелюбием и теплотой ко всем ученицам, а ваше ясное видение класса никогда не застелют облака конкурентной борьбы, политики и всего прочего, не имеющего к вашим урокам никакого отношения.

Учитесь четко осознавать собственные возможности, зависящие от вашего времени и сил. Отыскивайте факторы, которые черпают из вас энергию, и либо устраняйте проблему, либо делайте шаг назад. Вы должны уравновесить этот цикл давания и получения при помощи трезвого взгляда на свои способности. Никто, кроме вас, не отвечает за вашу гармонию в роли учителя и наставника.

Мую статью о педагоге и ученице резюмирует прекрасная цитата из замечательной книги Дона Мигеля «Четыре Соглашения»:

1. Будьте безупречны в словах – пользуйтесь словом только чтобы говорить хорошее о других... и о себе (никакого самоуничижения!)
2. Ничего не принимайте близко к сердцу, ставьте сочувствие выше эгоизма.
3. Всегда старайтесь на полную от собственных возможностей, и знайте, что «полная» рознится день ото дня.
4. Регулярно проводите чистку разума и сосредотачивайтесь на настоящем.



