

План:

- 1. Влияние экзерсиса классического танца на выработку навыков техники ног, культуры жеста и осанки**
- 2. Работа по созданной программе. План занятий**
- 3. Практическое применение программы**
- 4. Заключение**
- 5. Список используемой литературы**

1. Влияние экзерсиса классического танца на выработку навыков техники ног, культуры жеста и осанки

В каждом виде искусства техника исполнения и художественное исполнение танца имеет большое значение. Эти качества могут быть достигнуты лишь в результате последовательной и систематической подготовительной учебной работы. Чтобы быть красивым и выразительным, движение должно быть правильным, свободным, непринужденным. Овладение танцевальными движениями дается лишь в процессе систематической тренировки, тело ребенка приобретает стройность, становится более крепким и гибким, а движения его – гармоничными и законченными.

В основе учебной танцевальной подготовки участников самодеятельного коллектива лежит система подготовительных упражнений классического танца. Он по праву считается главным в процессе подготовки исполнителей. И это закономерно, поскольку классический танец и его Школа являются единственной всеобъемлющей системой воспитания человеческого тела, существующей уже более четырехсот лет. Экзерсис, основанный на классическом танце, давно доказал право на первое место в освоении танцевального искусства. Эта система является наиболее разработанной, стройной и продуманной. Упражнения классической системы очень последовательны, каждое из них имеет свою определенную задачу. Упражнения классической системы не только тренируют тело ребенка, они обогащают его и запасом движений, которые становятся выразительным средством танца. Ошибочно думать, что тренаж классического танца необходим лишь будущим классическим танцовщикам и танцовщицам. Он дает развитие и навыки, крайне нужные для всякого рода сценических танцев. В системе хореобразования он остается основой основ, и на преподавание его приходится обращать очень пристальное внимание.

Какие бы новшества ни привносило в хореографию время, какие бы современные направления ни появлялись в танце, классический экзерсис

является стержнем, на основе которого развиваются другие танцевальные экзерсисы.

Занимаясь тренажем, ученик разогревает суставно-связочный аппарат, предупреждая этим растяжение и вывихи при разучивании и исполнении сложных танцевальных движений.

Классический экзерсис у станка важен для танцовщиков, прежде всего тем, что вырабатывает правильную постановку и устойчивость корпуса, который при экзерсисе должен держаться на опорной ноге с прямой подтянутой спиной. Как указывает профессор А. Я. Ваганова, «правильно поставленный корпус — основа для всякого па». «Правильно поставленная спина дает абсолютную свободу движения». Поэтому задача классического станка — добиться надлежащей постановки корпуса и спины.

Классический экзерсис у станка развивает и укрепляет также весь суставно-мышечный аппарат тела, дает правильную постановку головы, рук и ног, вырабатывает точность, свободу, эластичность и координацию движений. Кроме того, классический станок в значительной степени помогает освободиться от имеющихся физических недостатков: сутулости, перекоса плеч, опущения шейного позвонка, косолапости и т.п. Вместе с тем упражнения экзерсиса способствуют развитию силы, выносливости и ловкости, а также собранности внимания, то есть качеств, необходимых для драматического актера.

На важную роль классического экзерсиса у станка или балетной станковой гимнастики в физическом воспитании актера неоднократно указывал К.С. Станиславский: «В приемах балетной муштры я еще ценю один момент, имеющий важное значение для всей дальнейшей культуры тела, для его пластики, для общего постава корпуса и для манеры держаться».

Дело в том, что наш спинной хребет, который изгибается во все стороны, точно спираль, должен быть крепко посажен в таз - этот центр имеет важное значение в балетном искусстве. Там его умеют развивать и укреплять. Пользуйтесь же этим и заимствуйте у танца приемы развития, укрепления и постава спинного хребта».

Помимо содействия физическому воспитанию актера классический станок преследует и задачу чисто танцевального характера. Он должен выработать у учащихся основные технические навыки, необходимые для исполнения различных танцев

Итак, основная задача классического экзерсиса у станка заключается в том, чтобы путем целесообразно подобранных, постоянно повторяемых тренировочных упражнений помочь учащимся развить тело и научиться свободно и пластично управлять своими движениями .

«Ежедневный экзерсис с первого года учения... складывается из одних и тех же pas», — утверждает Ваганова .

Чтобы классический станок достиг своей цели, необходимо добиваться во всех упражнениях полной выворотности ног. Выворотность — положение ног, при котором «ступни, разведенные носками в стороны, идут либо по линии плеч, либо параллельны им, и вследствие этого раскрыта внутренняя поверхность (сторона) голеней и бедер», — незыблемый канон классического танца, основа всей его техники .

Без выворотности классический экзерсис лишается своей эффективности. Поэтому учащиеся должны хорошо освоить существующие в классическом танце пять строго выворотных позиций ног и в дальнейшем при всех упражнениях настойчиво добиваться соблюдения выворотности .

Очень большое значение придавал выворотности ног Станиславский. Возражая тем, кто протестует против «выворачивания ног в бедрах» на занятиях с будущими драматическими актерами, Станиславский говорил: «Каждому актеру придется исполнять роли не какой-нибудь одной эпохи, а разных, не какой-нибудь одной, а многих национальностей, возрастов, сословий и проч. Найти нелепый, характерный постав ног, рук и продержать его на протяжении характерной роли комика или бытовой роли легче, чем выправить себе ноги и руки для роли графа или герцога XVIII века, или аристократа XIX века. Вот тут потребуются большая, серьезная, трудная выправка всего тела. Для нее нужно время. Вот ее как самую трудную и долго выполняемую задачу мы и ставим в

основу телесного воспитания. Справимся с ней — все остальные задачи выправки покажутся легкими» .

От правильной постановки ног, корпуса, рук, головы во многом зависит развитие технического мастерства танцовщика.

Система классического тренажа требует выполнения всех позиций (позиция – положение, фиксирующее начало или окончание движения) и упражнений с предельно выворотным положением ног.

Анатомическое строение скелета человека, в частности тазобедренного пояса и ног, таково, что в выворотном положении ноги имеют гораздо больший размах движения, могут выше подниматься и свободнее вращаться. Руководитель должен знать строение человеческого тела, чтобы суметь объяснить ученикам основное значение выворотности.

При подъеме ноги в не выворотном положении большой вертел бедренной кости упирается в тазобедренную кость и не позволяет поднять ногу выше 35—65 градусов.

В выворотном положении большой вертел уходит назад и не препятствует поднятию ноги — диапазон движения увеличен.

В таком положении ногу можно поднять на 90—120 градусов конечно, при соответствующей тренировке.

Выворотность необходима не только для улучшения техники танца — она придает движению изящество и гармоничность.

Помимо соблюдения выворотности необходимо также, чтобы все упражнения у станка исполнялись в полную силу. «Надо, чтобы работающие мышцы до конца напрягались, иначе эффективность упражнений очень понижается, и мышцы не приобретают требуемой крепости» . Это правило обязательно и для станкового экзерсиса. Все упражнения классического экзерсиса должны делаться совершенно точно и четко, при полном напряжении работающих мышц и суставов.

Очень важно, вводить в упражнения станкового классического экзерсиса несложные движения рук, корпуса и головы. Такой экзерсис значительно

поможет развитию свободы и пластичности рук, которые в танцевальном искусстве служат важнейшим средством внешней выразительности. Подобные комбинированные упражнения будут вырабатывать у учащихся навыки координации движений различных частей тела.

Повседневный опыт показывает, что экзерсис у станка может полностью отвечать всем требованиям классического канона и в то же время оставаться механическим, формальным. Между тем в нем участвуют основные компоненты танцевальной выразительности — руки, корпус и голова. Поэтому в упражнениях классического станка следует добиваться эмоциональности, гармоничности и координации движений, их соответствия содержанию музыки, танцевальность всего исполнения .

Здесь уместно привести слова одной из учениц Вагановой о разучивании экзерсиса на ее уроках: «Как и всякий другой урок классического танца, урок Вагановой начинался с экзерсиса у палки (станка). Первым движением было plie (приседание), но уже и здесь, как и во всем вагановском экзерсисе, не было ничего механического. С самого начала урока и до конца его властвовал танец: и в движениях головы, гибкости и быстрых поворотах корпуса, и в пластике «поющих» рук» .

Разумеется, выразительность классического экзерсиса у станка не должна приводить к манерности и искусственной пластике .

На основе проведенного анализа мы выявили движения, которые могли бы дополнить классический экзерсис в коллективе народного танца. При разработке тренировочных упражнений у станка использовался опыт Т.С. Ткаченко, А.Я. Вагановой, А. Лопухов, А. Ширяева и А. Бочарова. В экзерсис классического станка включены движения народных танцев.

В плане последовательности движений у станка мы взяли принцип изложенный в «Основах классического танца» А.Я. Вагановой. В конце добавили упражнения из народного станка.

Порядок упражнений у станка необходимо устанавливать по принципу чередований движений, тренирующих различные группы мышц. Урок должен

начинаться с полуприседаний и глубоких приседаний, поскольку они постепенно вводят в работу мышцы и суставно-связочный аппарат. Дальше могут даваться упражнения тренирующие различные группы мышц, причем надо чередовать движения на развитие подвижности стопы на вытянутых ногах с движениями на присогнутых ногах; мягкие, плавные с резкими, отрывистыми.

Музыкальное сопровождение на занятиях должно быть органически связано с выполняемым упражнением, должно соответствовать движению по характеру, стилю и национальной окраске. Движение должно быть точно согласовано с ритмом музыки.

При выполнении движения, характерных для русского танца, как, например, перевод стопы с носка на пятку, присядки и т. д. в музыкальном сопровождении должна быть русская песня или мелодия, соответствующая по ритму и характеру данному упражнению.

Все это в совокупности приучает учащихся еще у станка выполнять движения не сухо, не механически, а выразительно, танцевально .

Приседания (*plie*). Demi plie – это базовое движение оно постепенно вводит в работу мышца и суставно-связочный аппарат и является неотлучным спутником прыжков: эластичным и сдержанным полуприседанием начинается и заканчивается любой прыжок, а так же является проходящим движением в исполнении дробей, приподаний, соскоков и т.п. Grand-plie – это основа для исполнения мужских присядок, «закладок» и трюков. Поэтому разделу приседания следует уделять особое внимание не только в позициях, но и в различных комбинациях движений.

Методика исполнения движения сохраняет все правила и требования классического танца.

Батманы.

Упражнения на развитие подвижности стопы (battements tendus). Упражнение этого раздела является основой всего танца. Ноги не только разогреваются этим движением, но и приводятся в состояние полной «воспитанности» для предстоящей им деятельности .

Упражнение этого раздела можно дополнить движениями народного станка, а именно переводы стопы с носка на пятку и обратно, при этом колени обеих ног вытянуты, а так же могут, исполняются варианты этого упражнения, включающие в себя сочетания основного движения с другими - полуприседанием на опорной ноге в момент перевода работающей ноги с носка на пятку; полуприседанием в момент возвращения работающей ноги в позицию. Исключаются варианты, где исполняются удары каблуком опорной ноги, мягкая обувь этого сделать не позволит. Эти дополнения необходимы, т.к. исполнителям народного танца следует усиленно развивать пяточное (ахиллесово) сухожилие .

Маленькие броски (battements tendus jete) Маленькие броски развивают мышцы голени опорной ноги, а также способствуют развитию движения в коленном суставе работающей ноги, которая то резко вытягивается «от себя», то сильно сгибается. Упражнения эти повышают также способность учащихся четко выполнять мелкие и сильные движения.

В этом упражнении можно использовать прием сокращения стопы, что позволит растяжению ахилового сухожилия, в момент, когда работающая нога находится на высоте 30°. Варианты с ударом каблочки также исключаются .

Наиболее характерный элемент народной хореографии – танцевальные шаги. Они являются основой всех танцев. Чаще всего шаги встречаются в хороводах и в плясках. В народном танце большое количество шагов – шаг с переступанием, простой шаг, переменный шаг и т.п. Батманы играют большую роль и в соединении отдельных движений между собой.

Battements frappe и *doubles frappes*, которые исполняются резко и энергично. Это приучает мышцы и сухожилия быстро (контрастно) переключаться с мягких, плавных движений на резкие (стаккато).

Низкие и высокие развороты ноги (battements fondus) вырабатывают мягкость приседания и эластичность, необходимые в прыжках. Это упражнение можно сочетать с *battements fondus* народного экзерсиса, т.к оно дополнительно

развивает подвижность, мягкость, эластичность движения в тазобедренном и коленном суставах .

Раскрывание ноги на высоту 90° (developpe) - это самое трудное движение экзерсиса; оно выполняется на 90° и выше и требует всесторонней подготовки. Все силы здесь направлены на развитие шага и силы движения, на укрепление тазобедренных, икроножных и голеностопных мышц, а также на повышение подвижности в тазобедренном и коленном суставах. Упражнение может выполняться как в чистом виде, так и в сочетании с народным экзерсисом.

Большие броски работающей ногой на высоту 90° (grand battements jete) упражнения направлены на развитие шага, укрепление тазобедренных, икроножных и голеностопных мышц. Броски выполняются с силой, но без напряжения. В разделе этих упражнений, так же возможно сочетание классических и народных вариантов движений. Упражнения с ударами каблучком опорной ногой исключить .

Круговращения ног (Rond de jambe par terre). Круговращательные движения тазобедренного сустава укрепляет его и разрабатывает выворотность. В разделе этого упражнения возможно сочетание классического и народного экзерсисов.

Упражнения с не напряженной стопой (flic-flac). При упражнении этого раздела мышцы стопы и голеностопного сустава должны быть расслаблены. Эти упражнения подготавливают учащихся к чечеточным движениям, а также приучают то сокращать, то расслаблять мышцы в голеностопном суставе .

Подготовка к «веревочке». Эти движения вводят в работу коленный и тазобедренный суставы и подготавливают учащихся к выполнению на «середине» движения «веревочки», встречающихся в русском, украинском и других народных танцах .

Зигзаги (змейка). Это упражнения развивает преимущественно подвижность в голеностопном суставе, подготавливают учащихся к исполнению на середине класса движений типа «гармошка», «елочка», его также необходимо включить в экзерсис классического танца для коллектива народного танца .

Дробные выстукивания, каблучные упражнения, не могут быть использованы в экзерсисе классического танца, исполнение этих движений подразумевает обувь с каблучком.

Данный экзерсис поможет учащимся овладеть исполнительской культурой и подготовить мышцы и суставы для исполнения народных композиций.

Сравнивая экзерсис классического танца и экзерсис народного танца, мы приходим к выводу, что система народного танца Т.С. Ткаченко является самодостаточной и универсальной.

А, что же такое система? Система (от греческого *systema* – целое, составленное из частей; соединение), множество элементов, находящихся в отношениях и связях друг с другом, образующих определенную целостность, единство.

Метод (от греческого *methodos* – путь исследования, теория учение), способ достижения цели, решение конкретной задачи; совокупность приемов.

Да действительно система Ткаченко Т.С. состоит из множества элементов, которые благотворно влияют на технику и исполнительскую культуру танцовщика. Развивают весь организм учащегося, в частности его двигательный аппарат, к которому относятся как кости и их соединения, суставы, связки, так и мышцы. Упражнения содействуют развитию подвижности в суставах, укреплению и эластичности связок, развивают определенные группы мышц.

Повышают техническую сторону танца, вырабатывают силу и гибкость, мягкость и точность движений. Развивают в учащихся выразительность, танцевальность.

При грамотном подходе к преподаванию народного танца, можно ограничиться только народным экзерсисом.

2.Работа по созданной программе. План занятий

Занятия в самодеятельном коллективе народного танца проводятся 3 раза в неделю. Цель занятий является формирование исполнительской культуры. Изучение репертуара.

Занятия включают в себя теоретическую и практическую части. Представленные разделы программы могут варьироваться в течение учебного года на усмотрение педагога.

Каждый год в этой программе неразрывно связан с последующим, т.к. если один из разделов будет проработан методически неверно, то в общем курсе образуется непоправимый изъян, который не всегда удастся успешно выправить. Поэтому ошибочно рассматривать отдельные периоды обучения как наиболее ответственные и главные. Каждый из них одинаково труден и ответственен по своему значению, ибо выполнение всей программы зависит от общей суммы знаний и навыков, приобретенных учащимися.

Порядок полноценного происхождения отдельных движений в каждом экзерсисе указан в программе в связи с последовательностью ее изложения. Но в программе не указано, как надо приступать к изучению того или иного движения, при помощи каких учебных приемов и музыкально-ритмических раскладок освоить исполнительскую технику, то есть изучать движения как бы по слогам.

Такого рода сведения можно почерпнуть в учебниках, учебных пособиях или опытных мастеров, например в книге Т.С. Ткаченко «Народный танец» и А.Я. Вагановой «Основы классического танца».

В программе указано, когда именно, в какой период года следует приступать к изучению того или иного движения.

Планирование учебной программы в значительной мере способствовало успеваемости учащегося.

Принимая во внимание количество часов, отведенное для освоения программы, и возможности учащихся, мы составили учебно-тематический план на все два года.

В первом полугодии мы отвели достаточно времени для повторения движений, в связи с тем, что участники коллектива, приходя уже с навыками танцевального искусства. Также отведено время и во втором полугодии для повторения пройденного материала, также на прохождение наиболее простых элементов программы и усложненного сочетанием движений.

Далее планируется изучение более сложных элементов программы и более сложные комбинированные упражнения.

После зимних каникул запланировано время на приведение организма учащихся в должную готовность и на повторение пройденного материала в первом полугодии. Затем начинается координационная работа с привлечением всего пройденного материала.

Таковы основные принципы учебно-тематического плана, отклонения от которого, конечно, могут быть в зависимости от того, как учащиеся усваивают материал.

3. Практическое применение программы

В первом месяце мы запланировали подготовку к танцу «Солдатская пляска». План включает в себя, вводную тему, состоящую из организационных вопросов, инструктажа по технике безопасности, плана работы самодеятельного коллектива, целей и задач, кратких сведений об истории возникновения народного танца. А также запланирован экзерсис у станка с элементами народного, который поможет учащимся войти в «форму» и подготовит к исполнению присядок и вращений, т.к. «Солдатской пляске» достаточное количество присядок у юношей, и вращений у девушек.

В течение всего года учащиеся постепенно знакомятся с экзерсисом классического танца включающий движения народного экзерсиса. А именно:

1. В разделе «battements tendus» учащиеся повторяют виды battements tendus классического экзерсиса и знакомятся с видами battements tendus народного экзерсиса – это переводы стопы с носка на пятку и обратно, при этом колени обеих ног вытянуты, а так же варианты включающие в себя сочетания основного движения с другими - полуприседанием на опорной ноге в момент перевода работающей ноги с носка на пятку; полуприседанием в момент возвращения работающей ноги в позицию.

2. «Battements tendus jete» - этот раздел посвящен, как и предыдущий раздел, развитию мышц голени, а также резкому вытягиванию «от себя» работающей ноги.

Работа эти двух разделов способствует развитию подвижности в голеностопном суставе, совершенствованию координации движений, точности выполнения действий. Все это важно в исполнительской культуре.

3. «Rond de jambe par terre» в этом разделе учащиеся повторяют классический вариант, а также возможны сочетания с круговращениями ног из народного экзерсиса. Можно использовать и зигзаги (змейки), которые подготовят учащихся к исполнению на середине класса движений типа «гармошка», «елочка».

4. «Battements fondus» необходим для выработки мягкости и эластичности. Это упражнение можно сочетать с battements fondus народного экзерсиса.

5. Battements frappe и doubles frappes можно сочетать сокращение стопы в момент когда нога уже сделала удар и находится в натянутом положении. Этот нюанс дополнительно будет способствовать развитию пяточного сухожилия.

6. Подготовка к «веревочке».

7. Упражнения с не напряженной стопой «flic-flac»

8. «Battements developpes». Выполнять движение можно как в медленном, так и в бастром темпе, на вытянутой опорной ноге, в сочетании с полуприседанием или подъемом на полупальцы опорной ноги.

9. «Grand battement jete». Кроме основного вида больших бросков на уроке народного танца могут исполняться броски ногой с сокращенным подъемом, с наклонами корпуса, в сочетании с круговым движением ноги, с опусканием на колено, с прыжком, с растяжкой и др.

Экзерсис у станка составляется в зависимости от плана. Экзерсис должен подготовить участников к исполнению репертуара ансамбля. Например, если в танце «Солдатская пляска» достаточное количество вращений, то экзерсис будет выстроен таким образом, чтобы учащиеся максимально подготовились к выполнению этого движения. В танце «Коляда» большое количество комбинаций с использованием присядок. В этом случае экзерсис будет выглядеть иначе. Grand plie, будет исполняться в середине станка и по методике Т.С. Ткаченко, т.е. впрыгивая в grand plie.

Запланированный репертуар на первом году обучения: «Солдатская пляска», «За околицей», «Калинка».

Запланированный репертуар на втором году обучения: «Коляда», «Сибирская плясовая», «Братина».

В конце года итоговый концерт, где учащиеся продемонстрируют свои знания и умения, которые они получили в течение года.

4. Заключение

Данная работа явилась результатом теоретического анализа и обобщения трудов Т.С. Ткаченко, А.Я Вагановой, Г.П. Гусева, В.С. Костровицкой, Н.П. Базаровой, А.А. Климова, А.М. Мессерера и других исследователей изучавших классический и народный танец.

В результате исследования темы «Классический танец как средство формирования исполнительской культуры в ансамбле народного танца», мы обосновали! актуальность темы, достигли цели и решили поставленные задачи, обосновали! теоретическую и практическую значимость работы.

Установлено, что развитие хореографической культуры на современном этапе находится во взаимосвязи с требованиями времени, но порой теряет связь с накопленными веками теоретическими и практическими знаниями в хореографическом образовании.

Выявлено, что танцевальное искусство до реорганизации художественной образования в России носило характер клубно-кружковой самодеятельности и преследовало цели культурно-досуговой организации, в то время как современные тенденции тяготеют к профессионализации ансамблей, что позволило нам сделать выводы:

Ансамбли народных танцев в современных условиях стремятся:

1. К повышению технического уровня и исполнительской культуры танцовщиков — любителей и имеют перспективу развития, благодаря выстроенной системе образовательного процесса.

2. Приведению в соответствие формы и содержания образовательного процесса, в котором сбалансированы средства народного и классического танца, где экзерсис классического танца является эффективным средством формирования исполнительской культуры.

Несмотря на то, что в процессе работы нами установлено, что система народно сценического танца Т.С. Ткаченко, построенная на классических образцах национальной танцевальной культуры является самодостаточной и универсальной не только в подготовке технических возможностей исполнителей, но и благодаря музыкальной основе, содержит в себе духовно-нравственный потенциал, способствующий формированию исполнительской культуры, что противоречит нашей гипотезе, цель исследования достигнута, задачи решены, а неожиданные результаты позволяют сделать ещё один вывод, о том, что как бы не была хороша обучающая система, ее транслируют педагоги, от мастерства, знаний и умений которых зависит качество образования и соответственно культура учащихся.

Таким образом, гипотеза не подтверждена, цель достигнута, задачи решены.

5.Список используемой литературы

1. Балет: Энциклопедия. / Гл. ред. Ю.Н.Григорович. М.:-1981.-623с.
2. Бахрушин О.А. История русского балета. М 1973 с.314
3. Белов М. Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства. М.:-1953.- 46с.
4. Борзов А.А. Народный танец на самодеятельной сцене. М.:-1986.-274с.
5. Ваганова А.Я.Основы классического танца. С-П.:-2002.-192с.
6. Васильева Е. Танец. М.:-1968.-248с.
7. Голейзовский К. Обряды русской народной хореографии. М.:-1954 -252с.
8. Захаров В.М. Радуга русского танца. М.:-1986.-128с.
9. Зацепина К., Климов А., Рихтер К. Народно – сценический танец. М.:-1976.-224с.
- 10.Климов А.А. Основы русского народного танца. М.:-1981.-272с.
- 11.Костровицкая В. 100 уроков классического танца. Л.:-1981.-262с.
- 12.Костровицкая В, Писарев А.. Классический танец. Л.:-1968-264с.
- 13.Лопухов Ф. Хореографические откровения. М.:-1972.-216с.
- 14.Тарасов Н. Школа мужского исполнительства. 2-е издание. М.:-1981.-479с.
- 15.Ткаченко Т.С. Народный танец. М.:-1967.-656с.
- 16.Уральская В.И. Природа танца. М.:-1881.-112с.
- 17.Уральская В.И. Поиски и решения. М.:-1881.
- 18.Устинова П. Русский народный танец. М.:-1976.-151с.

По предмету:

***« Теория и методика преподавания
классического танца »***

Курсовая работа

На тему:

***«Подготовка педагога к уроку
классического танца»***

***Выполнила: студентка 3 курса
Отделения «РХК»
Закирова Ирода
Принял: Геллертов В.В.***

Ташкент 2011