

А.Ә. Құлмахамбет¹

*¹Қазақская национальная академия хореографии
(Нур-Султан, Казахстан)*

СОВРЕМЕННЫЕ ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ТЕХНИКИ КАК ИСТОЧНИК САМОРЕАЛИЗАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Аннотация

В статье рассматривается проблема развития творческой индивидуальности обучающихся. Автор определяет специфическую особенность самореализации и развития творческой индивидуальности будущих артистов балета на уроках современной хореографии на основе сопоставительного анализа современных техник хореографического искусства как одной из основных технологий развития индивидуальности личности.

***Ключевые слова:** современный танец, самореализация, психология, танцтерапия, личность.*

А.Ә. Құлмахамбет¹

*¹Қазақ ұлттық хореография академиясы
(Нұр-Сұлтан, Қазақстан)*

ЗАМАНАУИ БИ ТЕХНИКАЛАРЫ АРҚЫЛЫ БІЛІМ АЛУШЫЛАРДЫҢ ӨЗІН-ӨЗІ ДАМЫТУЫ

Аннотация

Мақалада білім алушылардың жеке шығармашылығын дамыту мәселесі қарастырылады. Автор жеке тұлғаны дамытудың негізгі технологияларының бірі ретінде хореографиялық өнердің заманауи техникаларын салыстырмалы талдау негізінде заманауи хореография сабақтарында болашақ балет әртістерінің шығармашылығын дамыту мен өзін-өзі жетілдірудің өзіндік ерекшеліктерін айқындайды.

***Түйінді сөздер:** Заманауи би, өзін -өзі жетілдіру, психология, би терапиясы, тұлға.*

А.А. Kulmakhambet¹

*¹Kazakh national academy of choreography
(Nur Sultan, Kazakhstan)*

MODERN DANCE TECHNIQUES AS A SOURCE OF STUDENTS' SELF-REALIZATION

Annotation

The problem of development of creative individuality of students is considered in the article. The author defines specific features of self-actualization and development of creative individuality for future ballet dancers at the lessons of modern choreography on the basis of comparative analysis of modern techniques of choreographic art, as one of the main technologies of development of individuality.

***Key words:** modern dance, self-realization, psychology, dance therapy, personality.*

Введение. Танец всегда был и остается современным искусством. Современный танец – это больше, чем просто инструмент для танцовщика и способ, которым можно укрепить тело, развить гибкость и т.д. Мы наслаждаемся танцем, его чувством, социальным взаимодействием и самое главное – мы самореализуемся как личность.

Сегодня мир и общество стремительно меняются. В настоящее время человечество все более привлекает проблемы индивидуальности, развития творческой индивидуальности, вопросы индивидуализации процесса воспитания и обучения. Все эти направления имеют развивающий гуманистический характер и являются новыми направлениями современной педагогической науки.

Творчество как способ самореализации личности рассматривали многие видные учёные. Так, известный ученый-психолог А.А. Леонтьев считает, что непременным продуктом любого творчества является «осознание человеком себя как «нового открытия», как активного преобразующего (в широком смысле) начала, как строителя мира, реализующего в процессе этого строительства свою личность и свои отдельные способности, знания и умения. То есть осознания себя как субъекта самореализации» [1, с.39].

Актуальность исследования определяется необходимостью уделить достойное внимание развитию и формированию творческой индивидуальности обучающихся, а также самореализации их личного потенциала на основе физиологического и внутреннего самопознания на уроке современного танца.

Методы исследования. Анализ учебно-методической и специальной литературы по современному танцу; метод наблюдения в учебном процессе; анализ различных техник в современном танце.

Обзор литературы по теме. Снежана Здор в своей книге углубленно рассматривает технику импровизации, акцентируя внимание на внедрение в обучение различных техник импровизации с учетом особенностей тела танцовщика. В книге Джо Баттерворта «Танец. Теория и практика» предоставлена хронология танца. Автор анализирует основные техники танца modern. Это книга-путеводитель в современный танец как для танцовщика, так и для педагога [2]. Автор книги Салли Бейнс «Терпсихора в кроссовках. Танец постмодерн», подробно описывает развитие танца постмодерна. Рассказывает о метрах того времени, о их свободном танце и развитии своей техники [3]. В.В. Козлов, А.Е. Гиршон, Н.И. Веремеенко в книге «Интегративная танцевально-двигательная терапия», исследуют психологию и психотерапию. Раскрывают взаимосвязь психологии и танца, осознанность своего тела и «Я» [4]. Рудольф Вон Лабан в своей работе «Der Moderne Ausdruckstanz» изучает рассматривает пространство, ощущение тела в пространстве. Анализирует каждое движение, ракурсы, обучая танцовщиков [5].

В этих книгах мы видим взгляд каждого автора на развитие самореализации и понимания своего тела. В своих книгах они показывают как современный танец и изучение своего тела может раскрыть способности обучающихся, а именно техники импровизации.

Результаты исследования. Проблема развития личности всегда стояла в центре изучения наук о человеке. Наиболее широкое развитие проблема самореализации получила в рамках гуманистической психологии, рассматривающей человеческую сущность, с точки зрения ее личностного роста и творческой деятельности. Психология – это наука о внутреннем состоянии человека, его душе.

В центре самореализации личности с позиции гуманистической психологии актуализируются понятия, так или иначе, связанные с ее самосознанием.

Термин «самореализация» (англ. Self – realisation) впервые был приведен в Словаре по философии и психологии, изданном в 1902 году. Данный термин чаще применяется в зарубежной справочной литературе. Самореализация объясняется как реализация собственного потенциала.

Выдающийся русский философ XX века писал: «Личность есть неизменность в изменении. Субъект изменения остается одним и тем же лицом. Для личности разрушительно, если она застывает, останавливается в своем развитии, не возрастает, не обогащается, не творит новую жизнь. И так же разрушительно для нее, если изменение в ней есть измена, если она перестает быть самой собой, если лица человеческого больше нельзя узнать» [6, с.1].

Жизнь современного человека полна стрессов и переживаний. Из древней истории мира известно, что наши предки на раздражение или переживание реагировали действием. Убегает добыча – нужно догнать, нападает противник – нужно защищаться. Все эмоции и переживания точно отображались в действии. В связи с этим в жизни современного общества всегда существовала возможность запечатлеть такой вид последовательных движений в танце, а также понять, как танцевальные движения воздействуют на человека.

Для людей, имеющих прямое или косвенное отношение к хореографическому искусству, понимание танца отлично от взглядов тех, кто к профессиональному искусству танца не имеет никакого отношения. Каждый танцующий испытывает разные эмоции и чувства.

И в целом необходимо отметить, что современные направления хореографического искусства все глубже передают внутренний мир танцовщика через пластику его тела.

Рассматривая танец с точки зрения психологии, можно с уверенностью сказать, что для непрофессионалов танец – это некий толчок для погружения в самого себя.

Танцы официально и довольно давно были признаны своего рода терапией для человеческого организма. Танцами не только под силу поднимать настроение, но и избавлять от многих серьезных недугов. 1946 год считают периодом рождения танцевально-двигательной терапии. Танцевально-двигательная терапия (ТДТ) – направление психотерапии, в котором танец и движение используются как процесс, который способствует эмоциональной и физической интеграции индивида.

Раньше ТДТ использовали для работы с людьми с тяжелыми нарушениями. На сегодняшний день применяется в работе со здоровыми людьми для того, чтобы развивать у них самопринятие, эффективное межличностное и групповое взаимодействие, самоактуализацию, интеграцию частей «Я».

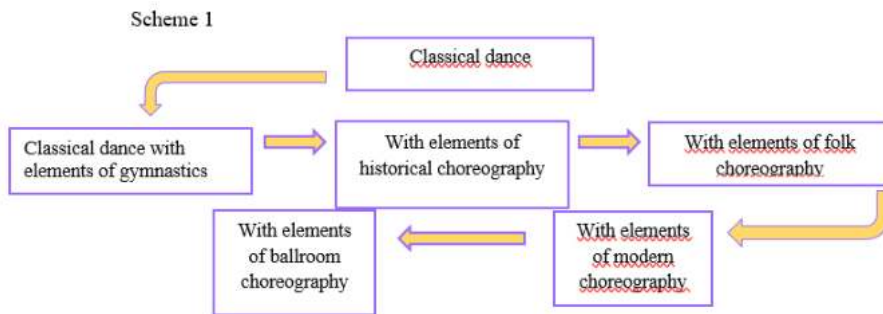


Таблица .1. Танцевально-двигательная терапия

В настоящее время наибольшим потенциалом для развития творческой самореализации, самоопределения личности обладает хореографическое творчество. Поэтому танец и психология способствуют самореализации личности обучающихся.

Сегодня современное хореографическое образование в большей степени ориентировано на самообразование и творческую самореализацию личности. Эти процессы вполне закономерны, так как самореализация личности является внутренним условием, движущей силой и мотивом осуществления предметных и социальных преобразований человека. Поэтому в системе профессионального хореографического образования, состоящей из последовательно следующих друг за другом ступеней обучения, самореализации личности и развитию творческой индивидуальности должно уделяться достойное внимание. Так, образовательная среда обогатится инновационными подходами, а это, в свою очередь, является необходимым условием динамичного развития нашего общества.

Таким образом, профессиональная хореографическая подготовка способствует более успешному формированию и развитию личности, так как здесь развивается творческий потенциал человека, его личностные качества, а также приобщение к прекрасному. Танец является стимулом для саморазвития личности и развития ее творческой активности.

Одной из главных составляющих развития творческой индивидуальности будущих артистов балета на уроках современной хореографии является грамотное составление урока, который условно можно обозначить этапами: 1) начинается с упражнений на полу, которые расслабляют и освобождают суставы в теле; 2) далее следуют упражнения на середине, они способствуют нахождению баланса развивают ощущение пространства; 3) одна из главных частей урока – танцевальная импровизация.

Для первоначального освоения танцев техники нужно позволить ощутить себя в пространстве. Необходимо отметить, что у каждого педагога имеются свои авторские подходы. Однако, можно выделить один из главных – это работа с воздушными шарами. Обучающиеся во время этого упражнения не замечают, как они перемещаются по пространству без скованности, находя в своем теле легкость и воздушность, то есть вместе с шаром они становятся намного раскованнее.

Положительный эмоциональный фон при обучении позволяет прийти к результату, где приобретаемые знания и профессиональные навыки вступают в условно-рефлекторную связь только с положительными эмоциями:

— большинство студентов склонно обучаться тому, что дается легче, что приятнее и интереснее, поэтому изначально лучше предлагать задания, которые основываются на уже изученном материале, т.е. использовать принцип «от простого к сложному»;

— отказ от осуждения и критики также создают устойчивый положительный эмоциональный фон, а он, в свою очередь, предрасполагает к творческим манипуляциям полученными знаниями и навыками и способствует увеличению скорости и качества исполнения предложенных заданий;

— При самостоятельном освоении обучающиеся непроизвольно нащупывают наиболее приемлемые и наиболее приятные для себя способы обучения. Задача педагога в этом случае сводится к точной постановке задания и оценке полученных результатов.

Помимо создания положительного эмоционального фона во время практического обучения необходимо активизировать процесс творческого мышления, процесс усвоения и применения теоретических знаний.

В хореографии этот процесс протекает достаточно сложно, по-

сколько по образному выражению, «хореограф мыслит ногами». Однако в современной хореографии только эмпирический опыт является недостаточным, поэтому педагог должен сосредоточить свое внимание на активизацию умственной деятельности обучающихся:

— повторение. Любое усвоение знаний нужно организовывать так, чтобы механическое запоминание было сведено к минимуму и знания усваивались бы осмысленно:

— запоминание. Практическое использование запоминаемого в творческой работе, понимание и осознание того материала, который предлагается педагогом;

— ассоциативность знаний.

Художественная педагогика основывается на принципе ассоциативности знаний, наш мозг – это изобразительно ассоциирующий механизм. Педагог должен сосредоточить внимание на том, чтобы знания, необходимые для профессиональной деятельности, вызывали целый пласт художественных ассоциаций, которые могли бы быть переведены в реальную видимость танца. Тем самым образуются условия для самореализации личности.

Необходимо отметить, что каждая из техник имеет свои цели и задачи, а также направлена на самореализацию обучающихся, как исполнителя, так и личности с собственным мировоззрением. Для современного поколения эти методики и техники являются бесценным фундаментальным материалом, который подлежит тщательному изучению, анализу, освоению и применению в учебном процессе профессиональных хореографических заведений.

Выводы. В ходе проведенного исследования мы определили основные педагогические задачи в развитии творческой индивидуальности у будущих артистов балета на уроках современного танца. Они сосредоточены на:

— развитию и формировании индивидуальных способностей обучающихся;

— максимальном выявлении индивидуального потенциала (внутреннего и физического);

— содействии обучающимся в поиске собственной творческой манеры;

— создании условий для творческой самореализации в рамках учебной дисциплины, где полученный опыт и навыки будут способствовать общему профессиональному становлению будущих артистов балета – исполнителей любого хореографического жанра.

Авторы Хореограф	Открытия в области техники и движения	Цели, задачи, основная характеристика
 <p data-bbox="229 813 504 887">Рудольф фон Лабан (1897-1958)</p>	<p data-bbox="593 303 834 793"> Основоположник и теоретик немецкого «свободного танца». Освободил движение от всех формальных ограничений: Лабана – «кинесфера» – сферическое пространство вокруг тела человека. </p>	<p data-bbox="860 303 1079 603"> Техника «свободного танца». Движение осуществляется перемещением пространства вместе с танцовщиком </p>
 <p data-bbox="246 1217 490 1291">Айседора Дункан (1877-1927)</p>	<p data-bbox="593 917 834 1452"> Возвращение к природе Танец и движения рождаются за счет связи с природой, а не заботой об эстетических условиях. Взаимосвязь движения и четырех элементов (воды, земли, огня, воздуха) </p>	<p data-bbox="860 917 1079 1407"> Техника «Высокая духовность в свободном теле», «Подсознательность». Использование естественных поз и движений, раскрыть душу зрителю, делая каждое движение легким. </p>

 <p>Мэри Вигман (1886-1973)</p>	<p>Танцевальная экспрессия Работа с воображением в пространстве.</p>	<p>«Пространственность». Работа с партером, постоянное тяготение к полу, что символизирует возвращение к матери-земли. Движения показывают напряженность и динамику.</p>
 <p>Хосе Лимон (1098-1972)</p>	<p>Театрализация хореографии 9 принципов Хосе лимона.</p>	<p>«Использование энергии в связи с тяжестью и работой с весом в условиях падения, отскока, подъема и поддержки».</p>
 <p>Мерс Каннингем (1919-2009)</p>	<p>Абстракции. Роль непреднамеренностей (случайности) Тело децентрализовано; отказ от типичных представлений о теле. Развитие виртуозности.</p>	<p>«Рациональность» Фокусируется на архитектуре тела в пространстве, ритме и «артикуляции». Каннингем использует идею о собственной «линии энергии» тела.</p>

 <p>Пина Бауш (1940-2009)</p>	<p>«Танцтеатр» Танцор играет самого себя. Личность на первом месте.</p>	<p>«Танцтеатр» Пина Бауш – внутренний мир личности. Инструмент – исследование тела.</p>
 <p>Дорис Хэмфри (1895-1952)</p>	<p>Работа с гравитацией: выбор между сопротивлением падению и его принятием. Падение – как элемент движения и динамики.</p>	<p>«Падения и восстановления» Использование энергии в связи с гравитацией, а также работает с весом, то есть с падением, отдачей, восстановлением и зависанием.</p>

Таблица.2. Основные техники на уроках современного танца

Образование в XXI века акцентировано на творческую самореализацию личности. Проблема самореализации человека как личности присутствовала на всех этапах развития человечества, сегодня она достигла наибольшей актуальности. Это обосновано тем, что мировой прогресс возвысил человека над его индивидуальным опытом, раскрывая перед ним новые перспективы и горизонты развития творческого потенциала, его природных задатков, что является одним из важнейших условий, способствующих осуществлению самореализации личности.

Систематическим и планомерным изучением современного танца расширяется диапазон технических и танцевальных возмож-

ностей артистов балета, а также создаются условия для творческого поиска и самосовершенствования. На наш взгляд, процесс самореализации личности и развитие творческой индивидуальности у будущих артистов балета на уроках современной хореографии, окажет положительное воздействие на развитие творческой индивидуальности обучающихся и процесс их самопознания.

Список использованных источников:

1. Леонтьев А.А. «Научите человека фантазии...» (творчество и развивающее образование) // Вопросы психологии. – 1998. – №5. – С.39.
2. Джо Баттерворт. Танец. Теория и практика / Пер. с англ.-Х.: изд-во «Гуманитарный Центр»/Ю.С. Вовк. – Москва, 2016. – 244 с.
3. Бейнс Салли. Терпсихора в кроссовках. Танец постмодерн. – Москва, 2018. – 312 с.
4. Laban R. von. Der Moderne Ausdruckstanz in der Erziehung. Eine Einführung in die kreative tänzerische Bewegung als Mittel zur Entfaltung der Persönlichkeit. Wilhelmshaven, 2001 – 160 с.
5. Козлов В.В, Гиршон А.Е, Веремеенко Н.И. Интегративная танцевально-двигательная терапия. – Москва, 2006. – 545 с.
6. Цитаты Бердяев Н.А. / Интернет ресурс: <http://cpsy.ru/cit1293.htm> (Дата обращения 07.04.20, время 20:00).

References:

1. Leontev A.A. «*Naúchite cheloveka fantazu...*» (tvorchestvo i razvivaiúyee obrazovanie) // *Voprosy psihologii*. – 1998. – №5. – S.39. (In Russ.).
2. Djo Battervort. *Tanets. Teoria i praktika* / Per. s angl.-H.: izd-vo «Gúmanitarny Tsentr»/Íý.S.Vovk. – Moskva, 2016. – 244 s. (In Russ.).
3. Sally Baines. *Saucia Terpsichore in amabam. Post recentem Carmina*. – oscow: Ars Guide LLC, 2018. – 312 p. (In Engl.).
4. Laban R. von. Der. Moderne Ausdruckstanz in der Erziehung. Eine Einführung in die kreative tänzerische Bewegung als Mittel zur Entfaltung der Persönlichkeit. Wilhelmshaven, 2001. – 160 p. (In Germ.).
5. Kozlov V.V, Girshon A.E, Veremeenko N.I. *Integrativnaia tantsevalno- dvigatelnaia terapia*. – Moskva, 2006. – 545 s. (In Russ.).
6. Tsitaty A.N. Berdyayev. / Internet resúrs: <http://cpsy.ru/cit1293.htm> s.1 (data obraenna 7.04.20 vremia 20:00). (In Russ.).