

5. Спробувати ще раз. Перші 5 процесів / рішень стереотипні й очевидні. Потрібно їх відкидати і шукати далі та глибше.

Підсумовуючи, імпровізація має безліч переваг для професійного та інтелектуального розвитку танцівників та й інших творчих особистостей. Окрім того, вона має ще й терапевтичний ефект, тому широко використовується в танцювальній терапії. Подібні практики є надзвичайно корисні та на часі.

*М. Берднік*

### **ОРТОДОКСАЛЬНІ СПОСОБИ ВЗАЄМОДІЇ У ТАНЦЮВАЛЬНІЙ ПАРІ ТА ЇХ РОЗВИТОК У СУЧАСНИЙ ЧАС**

*М. Berdnik*

### **ORTHODOX METHODS OF INTERACTION IN DANCE COUPLES AND THEIR DEVELOPMENT NOWADAYS**

Парний танець завжди привертає своєю увагою, оскільки одна з його сценічних граней — це стосунки партнера та партнерки, їхня історія, розказана через рухи тіла. Для того щоб досягти цілісності пари, одним із факторів є контактна чи візуальна взаємодія між партнерами, за рахунок ведення. Розглянемо ортодоксальні та сучасні способи взаємодії в парі.

Ведення — це основа основ дуетного танцю. За своєю суттю ведення в парному танці — це певні дії, які робить чоловік, у результаті яких жінка рухається туди, куди він хотів. У процесі взаємодії ми починаємо аналізувати сигнали, які ми передаємо та приймаємо, щоб визначити, коли потрібно вести, коли слідувати, у якому напрямку рухатися, де потрібні дотики, як забезпечувати підтримку, коли сповільнюватись та коли залишатися спокійними. За своїми завданнями та цілями — це процес, у якому кожен освоює навичку збереження своєї цілісності та за підсумком цілісності та єдності танцювальної пари.

Завдяки взаємодії в парі через ведення будь-якого типу в різних видах хореографії, ми спостерігаємо, як кінцевий варіант сприйняття, гармонію в дуетному танці, яка посилює всі складові хореографічної композиції, які хореограф та танцівники прагнуть передати своїм танцем глядачам.

Типи ведення в латиноамериканських бальних танцях.

Ортодоксально в латиноамериканських танцях по взаємодії в парі було описано два типи ведення (фізичне ведення та шейпінг ведення), які, безумовно, є найважливішими шаблонами взаєморозуміння в парі. Попри швидкість розвитку хореографії в сучасному світі, ми досі бачимо багато танцювальних шкіл, де викладають цю початкову версію опису ведення в танцювальній парі. Але професійний розвиток хореографічної галузі не стоїть на місці. В даний час описано та використовується поділ на чотири типи ведення:

#### 1. Дозвільне ведення (Allowing Leads)

У контексті дозвільного ведення в румбі та ча-ча-ча, крок-чек вперед і крок назад не вважаються прямими антагоністами. Вони є послідовними елементами танцю, що виконуються в різних положеннях, як у закритій, так і у відкритій позиції.

Рух корпусу чоловіка вперед ініціює початок виконання дамою її кроку назад, рука чоловіка, яка перебуває в контакт з жінкою, повинна легко рухатися, створюючи можливість для жінки завершити повноцінно свій крок назад, водночас як чоловік вже повністю виконав свій крок-чек. Таким чином, партнер, вже виконавши свій крок, дає партнерці повністю станцювати її крок.

## 2. Фізичне ведення (Physical Leads)

Фізичне ведення включає два ключові компоненти: початок і завершення. Чоловік своїм веденням встановлює темп руху тіла партнерки, а потім завершує її рух у стабільному балансі, забезпечуючи можливість для жінки перенесення та перерозподілу її ваги. Ці зміни виникають завдяки поєднанню фізичного ведення та точного рахунку (timing).

Чоловік передає своє ведення партнерці, змінюючи тонус у руці (руках), що перебуває в контакті з нею. Цей процес ефективний тільки при відповідній зміні тонусу в руці (руці) жінки, що дозволяє чоловікові фізично позиціонувати її в потрібне положення шляхом створення певної протидії.

При виконанні рухів, що вимагають фізичного ведення, рука жінки, з'єднана з рукою чоловіка, часто тримається трохи підтягнутою до її тіла з певним рівнем тонусу.

## 3. Шейпінг ведення (Shaping Leads)

Шейпінг ведення, також відоме як «ведення формою», чоловік застосовує для передавання дамі інформації про необхідність створення різних позицій, виконання рухів або зміни напрямку руху з мінімальним або навіть без застосування енергії. Цей спосіб ведення здійснюється через позиції рук, положення кистей, з'єднаних з руками жінки, і позиції власного корпусу. Основний принцип використання цього виду ведення полягає в тому, щоб за допомогою свого корпусу через позицію рук, що перебуває в контакті з жінкою, дати позначення необхідного руху для партнерки.

При виконанні рухів, що вимагають фізичного ведення, рука жінки, з'єднана з рукою чоловіка, часто тримається трохи підтягнутою до її тіла з мінімальним рівнем тонусу.

## 4. Візуальне ведення

Також можна застосовувати візуальне ведення — це безконтактна форма взаємодії, де жінка уважно спостерігає за діями чоловіка, передбачаючи його рухи та реагуючи на них.

Типи енергетичного стану під час фізичної взаємодії (ведення).

При отриманні контакту через позиції рук, під час фізичного дотику, для правильного ведення використовується три типи енергетичного стану — тиск, натяг та нейтральний стан. Перехід з одного стану до іншого відбувається взаємопов'язано, без втрати з'єднання рук. Таким чином, можна змінювати темп руху, об'єм, динамічну та енергетичну потужність, перенаправляти чи зупиняти рух, ефектно виконувати підтримки та багато іншого в повному взаєморозумінні та гармонії в парі, доповнюючи одне одного та створюючи цілісність пари.

Деякі особливості ведення у парі.

З'єднання рук. Під час зміни позицій з'єднаних рук потрібно прагнути до того, щоб, де тільки можливо, уникати втрати контакту в кистях рук. Жінка ніколи не повинна закривати свої пальці для того, щоб тримати кисть чоловіка. У ряді позицій у парі, де чоловік тримає кисть руки жінки, він не повинен тримати зап'ястя руки зігнутих при контакті з кистю партнерки для більш точної передачі ведення, крім деяких винятків.

Колaboraція. В парному танці — це таке взаєморозуміння і взаємовідчуття в парі, коли партнери ніби пов'язані одне з одним, повністю синхронізовані, ясно відчують ведення-слідкування одне одного і представляють єдине ціле.

Існує і багато інших технічних прийомів, щоб досягти гарного ведення. Знання хореографічної партії одне одного, розподіл енергії через взаємодію, напрацювання загального балансу пари тощо. Звісно, для того щоб досягти гарного результату, існує величезна кількість тренувальних вправ.

Щоб бути професійним хореографом чи танцюристом, потрібно постійно розвиватися, не зупинятися на досягнутому. Досягти ідеального ведення, як і інших аспектів дуетного танцю, можна лише постійно вдосконалюючись. Хороша взаємодія — це не тільки знання танцювальних ортодоксальних догм, це і ваші актуальні сучасні знання.

*Д. Федорченко*

**СТИМУЛЮЮЧО-МОТИВАЦІЙНИЙ КОМПОНЕНТ  
У СТРУКТУРІ НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ  
У СФЕРІ БАЛЬНОЇ ХОРЕОГРАФІЇ**

*D. Fedorchenko*

**STIMULATING AND MOTIVATIONAL COMPONENT IN THE STRUCTURE  
OF THE EDUCATIONAL PROCESS OF HIGHER EDUCATION APPLICANTS  
IN THE BALLROOM CHOREOGRAPHY INDUSTRY**

Професійна підготовка виконавців спортивного бального танцю, порівняно до інших видів хореографії, має особливу специфіку, оскільки бальний танець, по-перше, поєднує в собі спортивний та мистецький аспекти, по-друге, вимагає від виконавців певного складу характеру, що необхідно враховувати під час навчального процесу у ЗВО. На сьогодні спостерігається поступовий спад зацікавленості здобувачів вищої освіти: їх вмотивованість, починаючи з першого курсу навчання, має тенденцію до зниження. Це зумовлює необхідність перегляду системи навчання у сфері спортивної бальної хореографії та винайдення ефективних шляхів розв'язання означеної проблеми.

Фахова підготовка виконавця бального танцю вимагає цілісного розвитку його особистості, формування навичок, які свідчать про високу виконавську майстерність. Тому навчальні та виховні цілі мають реалізовуватися в гармонійній єдності. Їх досягнення передбачає реалізацію передусім стимулюючо-мотиваційного компоненту, який має визначальне значення, оскільки найвищий результат демонструє саме вмотивована особистість. Викладач має стимулювати здобувачів вищої освіти до пізнавальної активності. Її активізація передбачає наявність певних вимог: урахування фізіології та психології кожного окремого здобувача, педагогічних вимог проектування та організації навчально-виховного процесу, поєднання сукупності психологічних і педагогічних чинників, що забезпечують викладачеві організацію активної пізнавальної та дослідницької діяльності здобувачів.

Для активізації пізнавальної діяльності суттєве значення має створення сприятливого психологічного клімату та продуктивної навчальної атмосфери. Це досягається в умовах доброзичливого ділового ставлення, творчого настрою, активної творчої комунікації, справедливої оцінки досягнень, що підвищують працездатність, задоволеність від процесу, усуває негативні емоції та створює позитивні. Емоційного впливу на учнів надають піднесеність викладача, глибина його думок, захопленість власною справою, емоційна подача матеріалу, яскрава манера спілкування, фізична та психологічна розкутість, ефектний зовнішній