

МІНІСТЕРСТВО КУЛЬТУРИ ТА
СТРАТЕГІЧНИХ КОМУНІКАЦІЙ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ КУЛЬТУРИ

Факультет хореографічного мистецтва
Кафедра сучасної та бальної хореографії

КЗВ: ПІДТРИМКА У СУЧАСНОМУ ТАНЦІ

Конспект лекцій

для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня
спеціальності 024 Хореографія
освітньої програми Сучасна хореографія

Харків, 2024

УДК 793.322-047.44(042.4)
ПЗ2

Друкується за рішенням науково-методичної ради ХДАК
(протокол № 6 від 27.11.2024 р.)

Рецензенти:

Ольга ХЕНДРИК, кандидат педагогічних наук, доцент сучасної та бальної хореографії факультету хореографічного мистецтва ХДАК, доцент.

Катерина БОРТНИК, кандидат мистецтвознавства, доцент кафедри народної хореографії факультету хореографічного мистецтва ХДАК.

Укладач:

Євгенія ЯНИНА-ЛЕДОВСЬКА – доцент кафедри сучасної та бальної хореографії, кандидат мистецтвознавства.

ПЗ2

Підтримка у сучасному танці : конспект лекцій для здобувачів вищої освіти першого (бакалавр.) рівня, спец. 024 «Хореографія», освітньої програми «Сучасна хореографія» / М-во культури та стратег. комунікацій, Харків. держ. акад. культури, Ф-т хореогр. мистецтва, Каф. сучасної та бальної хореографії ; уклад. Є. В. Янина-Ледовська. – Харків: ХДАК, 2024. — 22 с.

Конспект лекцій з навчальної дисципліни КЗВ: «Підтримка у сучасному танці» знайомить з історією розвитку «contemporary dance» і «партнерингу» як його складової частини, особливостями підтримок класичного танцю і сучасного танцю та відмінностями між ними, творчою діяльністю відомих сучасних хореографів, які використовують прийоми партнерингу у своїх хореографічних виставах.

УДК 793.322-047.44(042.4)

© Харківська державна академія культури, 2024 рік

© Янина-Ледовська Є. В., 2024 рік

ЗМІСТ

Лекція №1. Виникнення і розвиток контактної імпровізації, основні принципи.....	4
Лекція №2. Поняття «партнерингу» та специфіка підтримок в contemporary dance.....	11

Лекція № 1

Тема: Виникнення і розвиток контактної імпровізації, основні принципи.

Мета вивчення: знайомство з хореографами, які працюють в цій техніці, розуміння специфіки та сфери застосування.

План

1. Суть поняття «контактна імпровізація».
2. Джерела виникнення контактної імпровізації.
3. Стів Пекстон – засновник контактної імпровізації.
4. Принципи роботи, які використовуються в контактній імпровізації, зокрема підтримках.

Основний зміст

Суть поняття «контактна імпровізація»

Контактна імпровізація – вид, форма руху, танцю, імпровізованого по природі, де два або більше тіл два тіла залучаються у дотик, спонукають імпульси, інерцію і вагу тіл, передаються через точку фізичного контакту, яка постійно обертається навколо танцюристів. Головний принцип контактної імпровізації - постійне зусилля концентрації на фізичних, тілесних відчуттях моменту зміни ваги, рівноваги й нерухомості. Виконавці підтримують спонтанний тілесний, фізичний діалог через кінестетичні чуттєві сигнали розподілу ваги та інерції. Тіло, в міру усвідомлення відчуттів інерції, ваги та балансу вчиться розслаблятися, звільнятися від надлишку м'язового напруження і відмовлятися від деякої кількості намірів і вольових установок для того, щоб не суперечити природному ходу речей, перебувати "в потоці", використовувати принцип «тут і зараз». Такі навички як падіння, перекочування і знаходження вгору ногами досліджуються тілом і ведуть його до усвідомлення природних рухових можливостей. Це не процес ідентифікації за допомогою думки, що це фізичні відчуття, бо головне – постійно тримати фокус на своїх емоційних та психофізичних відчуттях. Сила і частота цього

зусилля концентрації стають стимулом здорової взаємодії з іншою людиною в танці.

Контактна імпровізація – самостійний танцювальний стиль, що сполучає в собі природність, простоту форми й багатство емоційного змісту. Цей танець – насамперед несе в собі спілкування партнерів один з одним мовою тіла, що приводить до спільних переживань та відкриттів. Танець направляє бажанням партнерів зберігати або не зберігати фізичний контакт і продовжувати пошук взаємної опори. Вони не знають заздалегідь, куди приведе їх рух. По мірі усвідомлення відчуття ваги, інерції й балансу партнери вчаться розслаблюватися, звільнятися від зайвої м'язової напруги й відмовлятися від намірів й установок, що суперечать природному стану речей. Важливо не обмірковувати чи аналізувати свій танець, але варто досліджувати з партнером можливості спільної творчості, розкриваючи природні рухові можливості тіла й одержуючи від цього задоволення. Специфічні тілесні рухи самі по собі не обов'язково викликають найбільший інтерес. Контактна імпровізація конструє формальні умови для спостереження індивідуальних спонтанних реакцій на несподівані й незвичні фізичні обставини. Це прояв уяви, особливих стратегій виживання, тілесної розумності, фізичної історії танцюристів у її глибоко людській виразності.

Джерела виникнення контактної імпровізації

У стародавніх племенах танок був частиною життя людей, і був чергою спонтанних рухів, що виконують функцію спілкування, захисту, передачі досвіду тощо. У середньовіччі почалася формалізація танцю у придворному середовищі і танець поступово придбав суворих форм і структури, звідки потім розвинувся класичний балет, а народні танці залишилися безпосередніми та імпровізованими у різних формах.

До більш сучасного розуміння імпровізованого танцю належить т.з. вільний танець, що виник на початку ХХ

століття як протиставлення стандартизованості та канонічності класичного балету. Метою вільного танцю було злиття танцю з життям.

У першій половині ХХ століття на розвиток імпровізації вплинули рухові дослідження Ф. Дельсарта, філософія Джона Д'юї і експерименти Айседора Дункан та засновників танцю модерн – Мері Вігман, Меріан Чейз, Габрієли Рот. Ці впливи відчутно позначилися на викладанні танцю в коледжах, серед таких викладачів і танцюристів як Маргарет Х'Даблер і Берд Ларсон, й у танцювальних студіях, таких як школа Денішоун. При цьому у танцювальній імпровізації бачили в першу чергу творче вираження, коли студентам задавалися образи або якінебудь якості руху, використання простору, часу, динаміки або вид руху (оберти, падіння). Такий метод навчання дозволяв одержати власний досвід творчості на відміну від рутинної імітації.

Коли в 20-і й 30-і роки стали з'являтися перші професійні студії, хореографи, такі як Марта Грем, Хелен Таміріс, Доріс Хемфрі й Чарльз Вейдман, знаходили нові рухи, імпровізуючи самі або керуючи своїми танцюристами при пошуку нових рухів – це було необхідно, оскільки словник рухів нового танцю ще не існував.

Поступово, основні техніки танцю модерн були визначені й кодифіковані, і на класах стали розучувати тільки відомі послідовності рухів. Виключенням, що потім стало правилом в американському професійному тренінгу танцю модерн, були класи Хольм-Ніколайса Л'юїса, на яких через сильний вплив німецької традиції імпровізація була невід'ємною частиною навчання.

Формування контактної імпровізації мало первісне значення, як пошук нових емоцій і нових відчуттів у взаємодії з партнером. Цей вид з'явився вперше в 1972 році, і його поширення стало можливим завдяки зростаючому інтересу людства до усвідомлення всіх сторін свого

існування, глибинам, основам буття, пізнанню й удосконалюванню своєї природи.

Стів Пекстон – засновник контактної імпровізації

Під час перебування “Гранд Юніон” на конференції в Коледжі Оберлін у січні 1972, Стів Пекстон, що був танцюристом одного з найвідоміших хореографів стилю модерн, Мерса Кеннінгема, член нью-йоркського Театру Церкви Дžadсон, зробив виставу з 11-ю танцюристами, у якій протягом 10 хвилин відбувалися безперервні зіткнення, підтримки й перекочовання одне по одному. Ця робота називалася “Magnesium”(Магній). Далі в червні 1972 Стів Пекстон зібрав п’ятнадцять кращих атлетів різної статі, які навчалися в нього рік чи два, щоб дослідити принципи і можливості комунікації, виявлених в “Magnesium”. Після тижневої репетиційної роботи, була проведена привселюдна демонстрація робочого процесу в галереї Джона Вебера в NYC. На початку 1973 Стів Пекстон, Курт Сіддал, Ненсі Старк Сміт, Ніта Літл і Карен Радлер зробили тур по Західному Узбережжю, проводячи майстер-класи з контактної імпровізації та роблячи виступи. Треба сказати, що багато ідей уже існували до цього. Стів Пекстон викладав, використовуючи Release-technique (“техніки вивільнення нових рухових можливостей і звільнення від м’язових затисків”), айкідо і деякі інші методи. Необхідна для цього фізична сила вишукувалася в результаті “правильних”, тобто найлегших рефлекторних дій, пов’язаних скоріше із внутрішніми відчуттями, ніж із зовнішньою формою. У цих обставинах заздалегідь опанована техніка рухів скоріше заважала, ніждопомагала досягти необхідного результату. В основі була ідея, що для танцю необхідні дві людини. Ця робота – дослідження здатності свідомості злитися з тілом у дійсному моменті й залишатися в ньому, залишатися в тілі, коли умови змінилися. Дослідження розвилось в новий технічний підхід, що вимагає роботи, як безпосередньо з фізичним тілом, так і з певним уявним відношенням.

Необхідна робота з кінетичними образами, які відповідають рухові і є для тіла ширими. І це мало потребу в назві, щоб можна було посилатися на нього без небажаних паралелей. Нова форма була названа контактною імпровізацією.

Принципи роботи, які використовуються в контактній імпровізації, зокрема підтримках

Рух іде за зсувом крапки контакту між тілами партнерів. Переважають рухи, які пов'язані з дотиком двох тіл, а також пошуком взаємних просторових траєкторій при взаємодії з вагою тіла партнера.

Відчувати шкірою. Майже постійний фізичний контакт між партнерами спрямований на використання всієї поверхні тіла для підтримки власної ваги й ваги партнера.

Перетікання. Увага спрямована на сегментацію тіла й рух одночасно в декількох напрямках. Постійний зсув ваги на сусідні сегменти розширює можливості імпровізації й зм'якшує падіння й переكاتи.

Відчуття руху зсередини. Орієнтація й увага на внутрішньому просторі тіла. Вторинна увага на формі тіла в просторі.

Використання сферичного простору (360 градусів). Тривимірні траєкторії в просторі, спіральні, скривлені округлі лінії тіла. Ці траєкторії тісно пов'язані з фізичними завданнями підняття ваги й падінь із мінімальним зусиллям. Підйом по дузі вимагає менше м'язових зусиль, а падіння по дузі зменшує удар.

Проходження за інерцією, вагою й потоком руху. Вільний потік руху, що набирає силу, в сполученні з почерговим активним і пасивним використанням ваги.

Уявна присутність глядачів. Свідома неформальність презентації, у формі практики або джему. Наближеність до аудиторії, що сидить зазвичай в колі, без формально позначеної сцени, наявності сценічного світла, декорацій, мізансцен, костюмів.

Танцівник – звичайна людина. Прийняття поведінкового або природного стану речей. Імпровізатори, як правило, уникають рухів, що чітко ідентифікуються із традиційними техніками танцю й не роблять розходжень між повсякденними рухами й танцювальними.

Дозволити танцю трапитися. Хореографічні структури, організовані в послідовність дуетів, іноді тріо або більших груп і майже безперервна фізична взаємодія танцюристів.

Кожен однаково важливий. Відсутність зовнішніх знаків розходження між танцюристами, таких як порядок виходу, тривалість танцю, костюм.

Хоча контактна імпровізація за визначенням є спонтанною формою танцю, у неї є техніка. Це досить узагальнені принципи, розроблені, щоб забезпечити і відкрити можливості пошуку цікавих рухів.

Готовність до руху. Першніжвйдбудеться контактна імпровізація, необхідно підготувати тіло до руху. Дуже важливий внутрішнє налаштування імпровізатора, що подумки проходить й уявляє собі весь етап підготовки тіла до імпровізації. Існує специфічний розігрів: по-перше, комплекс самостійних вправ для власного тіла – це допоможе залишатися в безпеці, зберегти гнучкість і дасть тілу виконавця більше вибору під час руху, а, по-друге, релаксуючий масаж – це надзвичайно розслаблює, підсилює циркуляцію крові в тілі, і є чудовим способом почати заняття.

Подолання страху перед дотиком. На першому контактному занятті складніше за все відчутти комфорт від дотику до незнайомих людей. У навколишньому світі дотик дуже значимий і сильно впливає на почуття. Легкий і швидкий шлях, щоб позбутися від цього страху – почати кожне заняття з кола, усвідомляється, і щось говорять про себе. Інший шлях переборювати страх торкання – це танцювати, не торкаючись партнера. Ця вправа також змушує думати про місце знаходження точки контакту. Також деякі

вправи на довіру виявляються гарним засобом навчити дотику.

Центр у контактній імпровізації. Звичайно, говорячи про центр, мають на увазі дві речі. Перша – це фізичний центр або центр ваги тіла. Віншому випадку – це ментальне або духовне джерело сили й творчості. Ці центри зв'язані один з одним. Коли відбувається робота з одним із них, другий також розвивається. Визначення свого центру – це більше, ніж тримати рівновагу. Це місце, звідки народжуються всі ваші рухи.

Точка контакту – це місце фізичного з'єднання тіл партнерів, що імпровізують. З нею пов'язані дві основні ідеї – збереження цієї точки й переміщення її по тілу.

Відчуття безпеки (як фізичної, так і ментальної). Без цього жоден інший принцип контакту не працює. Знання того, як можна скотитися з партнера, тобто як захистити чутливі частини тіла, є одним із самих значимих навичок. Також важливо дотримуватися техніки безпеки під час взаємодії в танці та русі.

Питання до самостійної роботи:

1. Охарактеризувати поняття «контактна імпровізація».
2. Джерела виникнення контактної імпровізації.
3. Внесок Стіва Пекстона у розвиток контактної імпровізації.
4. Принципи роботи, які використовуються в контактній імпровізації, зокрема підтримках.

Література: 1, 3, 5, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 21, 22, 23.

Лекція № 2

Тема: Поняття «партнерингу» та специфіка підтримок в contemporary dance.

Мета вивчення: знайомство з хореографами, які працюють в цій техніці, розуміння специфіки та сфери застосування.

План.

1. Специфіка партнерингу.
2. Аналіз і порівняння принципів підтримок в класичному танці та в contemporary dance.
3. Техніка безпеки при розучуванні і виконанні підтримок.

Основний зміст

Специфіка партнерингу

Термін «партнеринг» застосовується до контактних танців, незалежно від їхньої естетичної складової, що вимагає розгляду джерел, що звертаються до відмінних від фізичних характеристик взаємодії. Контактна імпровізація ґрунтовно увійшла в стилістику сучасного танцю у вигляді контактного партнерингу, що спирається на фізіологію, фізичні закони (вага, момент руху), психологічну взаємодію. В автентичній контактній імпровізації рідко використовується музика і сам процес є важливішим за результат.

Партнеринг – це риторичний акт, що спирається на певний тип невербальної фізичної та енергетичної взаємодії між двома та більше людьми й включає час, баланс, силу, тілесну форму та індивідуальність, з'єднані в русі.

Розглядаючи партнеринг через теорії взаємодії та комунікації, можна виділити два фокуси уваги: психологічна теорія взаємодії та звернення до фізичного контакту.

Фізичний аспект представлений характером взаємин, фізичними параметрами виконання, зовнішньою формою існування, та містить різноманітні тілесні, технічні, композиційні принципів, такі як мінімальна напруга, використання гравітації, свобода у розподілі гендерних

ролей, рівноправне існування та незалежність від відмінних від тіла медіа, уникнення прямих наративно-сміслових асоціацій, розуміння тощо.

Як і будь-який контакт, партнеринг базується на трьох складових: 1) контакт (безпосередній фізичний, емоційний, зоровий тощо); 2) договір (узгодженість дій); 3) взаєморозуміння (технічні характеристики: збіг ритму, візуальна узгодженість, узгодженість кроків, а також етична складова контакту). Перший пункт обумовлює перехід від простого руху до цілеспрямованої дії, що часто відповідає такій якості танцівника сучасного танцю, як наповнення; другий та третій забезпечують успіх взаємодії вцілому.

Почуття єднання може виникати через процес динамічного взаємообміну тілесної та чуттєвої інформації, при цьому обов'язковими атрибутами партнерингу, крім комунікації, є довіра та емпатія.

Танець не є суто фізичною справою, але включає роботу м'язів, суглобів, психічну та емоційну активність виконавців. Через це розвиток довіри до дотиків і контакту він набуває особливого значення. Важливість методики розвитку довірчих відносин є важливою складовою опанування партнерингу.

Наприклад, одним із основних комунікативних каналів є дотик, який сам по собі інтимний. Дотик вимагає як співналаштування, знання та відчуження емоційного фону реципієнта, так і звернення уваги на частини тіла, яких торкатися заборонено. Сучасний партнеринг у цьому відношенні як продовжувач традиції контактної імпровізації має меншу кількість табу на дотик, ніж інші види танцю, однак і в ньому слід враховувати вікову специфіку, відданість обраній естетиці, ступінь досвідченості танцівників та їхні особисті взаємини. Найчастіше до будь-яких дотиків можна підійти через поступовий шлях від безконтактної взаємодії або об'єктно-орієнтованого партнерингу до щільного тілесного контакту.

Ступінь довіри у сучасному партнерингу практично ніколи не сягає ста відсотків. Рухи власного тіла та його положення у просторі щодо тіл інших танцівників або підлоги, стін, елементів сценографії чи інтер'єру завжди контролюються. Сліпа довіра в танці вимикає увагу до руху, музики, безпеки та позбавляє танцівника можливості перебувати «в моменті», у реальному часі вистави чи перформансу. Ситуація довіри більшою мірою характеризується відсутністю очікувань до результату та розвитку процесу дії, а також готовністю до будь-якої зміни ситуації як у бік позитивних зсувів.

Важливими складовими партнерингу також є турбота та відповідальність. Турбота полягає як у гігієнічній (чистий та зручний одяг), так у фізичній (вербальна комунікація перед та після класу чи виступу, увага на безпечному русі партнера за допомогою підтримки) підготовки свого тіла та визначається як зосередженість на виконанні чогось або діях, спрямованих на благополуччя партнера. Відповідальність - це готовність до виконання будь-яких дій та здатність відповідати за них та їх наслідки.

Турбота та відповідальність взаємопов'язані і, з одного боку, беруть участь у створенні ситуації довіри, з іншого — характеризуються активною увагою танцівників один до одного, навколишнього простору та аудиторії. Всі три аспекти є фізично видимими.

Поряд з цим важливою є також емоційна сфера та пізнання інших сторін особистості, наприклад, мислення, при чому мислення парне або колективне. Здатність людини розуміти досвід іншого в безпосередньому тілесному контакті або на відстані є емпатією. Наявність багатого життєвого досвіду, саморозвиток танцівника, його інтенція на пізнання себе, іншого, навколишньої дійсності, а також виражена художня мотивація діяльності є необхідними умовами емпатії, а отже, і партнерських відносин в цілому.

Головним визначальним чинником партнерингу партнерства є етика. Вона обумовлює формування, застосування та поєднання технічних тілесних, комунікативних та якісних характерних особливостей контактної танцю і поєднує в собі усі вище перелічені складові. Етичні аспекти партнерингу поєднують фізичні параметри (розвиток тілесних можливостей та технічних навичок), емоційні якості (співчуття, співпереживання, взаємну зацікавленість, тілесно-орієнтоване слухання тощо), а також звертають увагу на розвиток тілесного та загального мислення як необхідних якостей танцівників, що практикують контактну взаємодію.

Методологічною основою вивчення партнерингу є створення ситуації довіри через вдалий досвід взаємодії, що повторюється. Здається очевидним вибудовування навчання від простого до складного, але не настільки очевидне обов'язкове проходження етапів комунікації від візуального контакту через вербальний контакт (наприклад, через педагога або хореографа) до простих дій, таких як спільний дотик, мінімальна передача ваги, своєчасне перемикання ролей ведучий - ведений і до подальшого руху та пропозиції розвитку ситуації. Паралельно необхідно фокусуватися на розвитку активної уваги, соматичного мислення та тілесного відчуття, психіки, логіки та емоційної сфери.

Методика навчання партнерингу включає:

- 1) розвиток фізичних даних;
- 2) знайомство з різними техніками руху;
- 3) вправи на розвиток уваги;
- 4) опрацювання навичок сприйняття та контакту;
- 5) загальний розвиток особистості та свідомості виконавця.

Поява відеоматеріалів хореографів Твіли Тарп і Білла Т. Джонса, Арні Зейна, які імпровізували перед відеокамерою, просили танцюристів розучити рухи з екрана,

а потім відбирали, очищали й установлювали послідовність рухів, зумовила окремий виток розвитку імпровізації.

Імпровізаційні виступи переважно з'явилися в другій половині ХХ століття, починаючи з 50-х років і поширилися в 60-і роки разом з розвитком танцювальних експериментів постмодерну. У наступні десятиліття це привело до того, що імпровізаційна практика розширилася до великого спектру форм, починаючи від подання процесу імпровізації як такого й до складно структурованих імпровізацій, що не уступають за складністю витонченій хореографії.

Слід зазначити, що конкретні елементи, підтримки та фігури в контактній імпровізації та всьому контемпорарі не атрибутовані за гендерною ознакою, тут найяскравіше виявляє себе феномен десексуалізації хореографічної лексики: пари "чоловік-чоловік", "жінка-жінка", "чоловік-жінка" рівнозначні. Значення мають лише закони фізики та включеність людей у постійний процес взаємного відгуку на психофізичні відчуття.

Важливість контактної імпровізації та партнерингу у формуванні естетики сучасного танцю полягає в тому, що вона щільно увійшла до технічного та художнього арсеналу практично всіх професійних та непрофесійних театрів контемпораріданс.

Всупереч гаданій еkleктичності або простоті (але скоріше – завдяки всьому цьому) за контактною імпровізацією майбутнє. В умовах такої дезорієнтації людям просто необхідно демонструвати позитивні приклади здорової взаємодії та співробітництва, доброзичливого відношення один до одного.

Аналіз і порівняння принципів підтримок в класичному танці та в contemporary dance

Як класичному, так і в сучасному танці розрізняють партнерні та повітряні підтримки.

Прийоми партнерних підтримок в класичній хореографії:

1. Двома руками за талію партнерки.
2. Двома руками за руки партнерки (за кисті, за зап'ястя).
3. Однією рукою (охоплення за талію, за одну руку (за кисть чи зап'ястя), за талію однією кистю).
4. У падаючих позах.
5. Обводки з переміною поз.
6. Ускладнені переходи з однієї пози в іншу.

Прийоми повітряних підтримок в класичній хореографії:

1. Маленькі стрибки та невеликі підйоми партнерки до рівня грудей та плечей партнера.
2. Великі стрибки та підйоми партнерки з фіксуванням пози на грудях та плечі партнера.
3. Підйоми, великі стрибки партнерки з підкиданням та фіксуванням пози на двох та на одній руці партнера (з поворотом та без повороту в повітрі).

В сучасній хореографії сьогодні можуть використовуватися усі прийоми класичних підтримок, але вони набувають широких інтерпретацій та стирають гендерну приналежність, звісно, за певними виключеннями.

Серед загальних положень в підтримка класичного та сучасного танцю: техніка виконання (робота з вагою, інерцією та увагою); термінологія та структурі навчання (звернення до контактної імпровізації та дуетного танцю як найбільш оформлених та опрацьованих дисциплін); фокусування на етичній складовій контакту.

Щодо відмінностей, то в партнерингу велика увага приділяється тілесній усвідомленості, кінестетичній чутливості, навичкам роботи з візуальними образами, використовуються техніки «заземлення» та розвиток стійкості, перенаправлення енергії та злитість рухів, техніки аналізу та вибудовування ергономічного руху; активно розвивають навички реактивності та уваги, роботи з ризиком, динамікою, безпекою, комунікації, руху в групі, вільної та

миттєвої зміни ролей ведучого та веденого, реагування всіх танців на зміщення ролей, тоді як в дуетно-класичному танці в основі — стосунки з осьовим навантаженням та динамічним балансом навколо вертикальної осі тощо, необхідність урахування ваги та зросту партнерів, їхньої попередньої технічної підготовки тощо.

Очевидно, що підтримки класичного та сучасного танців мають різні цілі та нюанси у виконанні, тому коли в партнерингу в сучасному танці використовуються класичні підтримки вони мають враховувати сучасний погляд на цілісність (соматичність) тіла та розуму, а не використовувати системи «тіло – машина, працюючий – машиніст».

Техніка безпеки при розучуванні і виконанні підтримок

Розтяжка й гарний розігрів чудово охороняють від травм. Розтягуючись, імпровізатор також починає усвідомлювати діапазон рухів різних частин тіла.

Необхідно засвоїти особливості прийомів підтримок та потрібно якомога частіше відпрацьовувати ці прийоми, відчути правильність положення тіла, рук, знайти потрібну точку опори, розуміти вагу партнера та специфіку її прийняття та віддавання, постійно формувати впевненість у своїх силах. Тільки тоді партнер буде відчувати повну безпеку, розслабитися, і танець буде виглядати легко і невимушено.

При підйомах на плече, на груди, на витягнуті руки нагору не можна прогинати корпус у попереку, спина має залишатися прямою, тому що попереk і коліна найбільш уразливі при порушенні правил у підйомах і великих стрибках.

Не можна робити підйоми тільки за рахунок фізичних сил. Потрібно піднімати партнера гранично використовуючи енергію та поштовх партнера.

Обов'язково слід розвивати почуття взаємного темпу, коли безпомилково уловлюють початок підтримки й узгоджене її завершення.

Не слід самотійно проробляти складні вправи, не пройдені в класі.

Важливу увагу слід приділяти *demi plié*, яке виконується в якості амортизації у більшій кількості підтримок.

Ще один спосіб уникнути травм – не перекочуватися й не віддавати вагу на коліна, щиколотки й голову партнера. Це дуже делікатні частини тіла, які не можна перевантажувати зайвою вагою. Щоб уникнути травм, треба, найголовніше, взяти відповідальність за свої власні дії.

У танцювальному середовищі існують поняття «зручного» або «незручного» партнера. «Зручний» володіє хорошими професійними даними, формою і технікою, він сміливий, спритний, довіряє партнеру, вміє швидко зорієнтуватися в будь-якому скрутному положенні. Тому важливо розуміти усі прийоми, що полегшують виконання підтримок.

Сигнал до початку підйому або стрибка подається непомітно ким-небудь із партнерів, у залежності від прийому підтримки й положення, у якому мають опинитися виконавці. Головною якістю партнерів у підтримках є уміння уловити початок руху і скоординувати дії.

Питання до самотійної роботи:

1. Дати характеристику партнерингу.
2. Порівняти принципів підтримок в класичному танці та в contemporary dance.
3. Запобігання травматизму при розучуванні і виконанні підтримок.

Література: 1, 2, 4, 6, 7, 11, 12, 15, 17, 18, 19, 23, 26.

Література Обов'язкова

1. Бабич О. Модель тілесності «тіло без органів» як продуктивна тілесна парадигма в концепції контактної імпровізації Стіва Пекстона // *Культура і сучасність*. 2023. № 2. С. 16–21.
2. Верховенко О. Партнеринг як засіб розвитку комунікативних та особистих якостей студента-хореографа // *Культура і мистецтво: сучасний науковий вимір : матеріали міжнар. наук. конф. молодих вчених, аспірантів та магістрів, 7-8 груд. 2017 р. / Нац. акад. кер. кадрів культури і мистецтв. Київ, 2017. С. 188-191.*
3. Грек В. А. Імпровізація в хореографії: поліаспектність проявів // *Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв*. 2019. № 2. С. 463-466.
4. Кінезіологія танцю : колект. монографія / Львів. нац. ун-т ім. Івана Франка, Ф-т культури і мистецтв, Каф. режисури та хореографії ; [за заг. ред. О. А. Плахотнюка]. Львів : СПОЛОМ, 2020. 224 с.
5. Контактна імпровізація за Стівом Пекстоном: принцип вільного руху як зв'язок між танцівниками / Ірина Сохан та ін. // *Молодий вчений*. 2021. № 10. С. 35-38. <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2021-10-98-9>.
6. Колногузенко Б. М., Макарова І. І. Сучасний танець та методика його викладання : конспект лекцій для студентів хореогр. від-нь мистец. та пед. вищ. навч. закл. II-IV рівня акредитації / Харків. держ. акад. культури, Харків. обл. осередок Нац. хореогр. спілки України. Харків : Слово, 2015. 136 с.
7. Погребняк М. М. Нові напрями театрального танцю ХХ – поч.. ХХІ століття : історико-культурні передумови, крос-культурні зв'язки, стильова типологія : монографія / М. М. Погребняк. Київ : Астроя. 2020. 327 с.
8. Тураш Д., Домазар С. Багатовимірність технік імпровізації в сучасному танці // *Молодий вчений*. 2019.

№ 11. С. 866–871. <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2019-11-75-184>.

9. Хендрик О. Ю. Поняття contemporary dance та композиції його хореографічного тексту // Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв. 2017. № 3. С. 128–132.

10. Хоцяновська Л. Ф., Рехвіашвілі А. Ю. Методика виконання імпровізації та контактної імпровізації : навч. посіб. Київ : КНУКіМ, 2017. 104 с.

11. Цемах Д. Г. Contemporary dance. Теорія та методика викладання сучасного танцю. Теорія в ілюстраціях : навч.-метод. посіб. Кривий Ріг, 2019. 210 с.

12. Шабаліна О. М. Пластичність. Мова. Тіло : монографія. Харків. держ. акад. культури. Харків : ХДАК, 2018. 192 с.

Додаткова

13. Даниленко Ю. В. Проблеми та перспективи розвитку Contemporary dance в Україні // Хореографічні мистецькі, педагогічні та наукові школи України та світу : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Київ, 21 квіт. 2018 р.) / М-во освіти і науки України [та ін.]. Київ, 2018. С. 138-141.

14. Журавльова А. В. Контактна імпровізація в контексті соціального танцю ХХІ століття: особливості відкритої танцювальної форми "джерем" // Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв. 2021. № 4. С. 108-112.

15. Лук'яненко К. А. Особливості кінестетичної емпатії в сучасному танці // Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв. 2022. № 2. С. 148-152.

16. Макарова З. Методика виконання сучасних напрямків хореографічного мистецтва / З. Макарова. Київ, КНУКіМ, 2017. 116 с.

17. Пастухов О. А. Чуттєві та психосоматичні переваги сучасного танцю: high heels // Мистецтвознавчі записки :

зб. наук. пр. / Нац. акад. кер. кадрів культури і мистецтв. Київ, 2023. Вип. 43. С. 64-69.

18. Погребняк М. М. Танець «модерн» ХХ ст. : витоки, стильова типологія, панорама історичної ходи, еволюція : монографія. Полтава : ПНПУ імені В. Г. Короленка. 2015. 312 с.

19. Сучасне хореографічне мистецтво: підгрунття, тенденції, перспективи розвитку : навч.-метод. посіб. У 3 ч. / упор. О. Плахотнюк. Львів : СПОЛОМ, 2016–2020. Ч. 1. 240 с. ; Ч. 2. 222с. ; Ч. 3. 134 с.

20. Сучасний танець: шляхи творчого вдосконалення : навч. посіб. / І. І. Герц та ін. Київ : Видавничий центр КНУКіМ, 2021. 241 с.

21. Федотова Н. В. Естетико-філософські основи танцю контемпорарі // Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв. 2023. № 1. С. 132-139.

22. Федотова Н. В. Культурологічні засади та основні техніки танцю контемпорарі // Питання культурології. 2023. Вип. 40. С. 349–358. <https://doi.org/10.31866/2410-1311.40.2022.269394>.

Інформаційні ресурси

23. Бібліотека Харківської державної академії культури: сайт. – Режим доступу: <http://lib-hdak.in.ua/>.

24. Репозиторій ХДАК. – Режим доступу: <http://195.20.96.242:5028/khkdkak-xmlui/>.

25. Харківська міська спеціалізована музично-театральна бібліотека імені К. С. Станіславського : сайт. – Режим доступу: <http://mtlib.org.ua/>.

26. Харківська державна наукова бібліотека імені В. Г. Короленка : сайт. – Режим доступу: <https://korolenko.kharkov.com/>.

27. Вікіпедія: вільна енциклопедія [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://ru.wikipedia.org/wiki>.

Навчальне видання

КЗВ: ПІДТРИМКА У СУЧАСНОМУ ТАНЦІ

Конспект лекцій

Освітньої програми СУЧАСНА ХОРЕОГРАФІЯ

галузі знань 02 Культура і мистецтво
спеціальності 024 Хореографія
факультету Хореографічного мистецтва

Укладач

Євгенія Вікторівна Янина-Ледовська,
доцент кафедри сучасної та бальної хореографії,
кандидат мистецтвознавства

Друкується в авторській редакції

Комп'ютерний набір та верстка Янина-Ледовська Є. В.

План 2024

Підписано до друку 27.11.2024 р.
Формат 60x84/16, Гарнітура «Times».
Папір для мн. ап. друк ризограф.
Ум. друк. арк. Обл. вид. арк. Тираж 50. Зам. №

Надруковано в копіювальному центрі ФОП Іванової М. А,
свідоцтво В01 № 057818 м. Харків, віл. Римарська, 3/5
т. (057) 764-93-64, 755-79-12