

**МІНІСТЕРСТВО КУЛЬТУРИ ТА ІНФОРМАЦІЙНОЇ ПОЛІТИКИ
УКРАЇНИ**

**ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ КУЛЬТУРИ
ФАКУЛЬТЕТ ХОРЕОГРАФІЧНОГО МИСТЕЦТВА**

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття освітнього ступеня Магістр

зі спеціальності 024 Хореографія

на тему: Танцювальний рух – як засіб емоційного відновлення людини в умовах
сьогодення: практичний аспект теорій Р.Лабана

Структура кваліфікаційної роботи:

- теоретична частина творчого проекту
- хореографічна сюїта «Епоха людей»

виконавець: здобувач вищої освіти

рівня магістр

заочної форми навчання

Крістіна Левицька

керівник кваліфікаційної роботи:

доцент, кандидат педагогічних наук

Хендрик Ольга Юріївна

Харків – 2023 р.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ І. МАТЕРІАЛИ ДОСЛІДЖЕННЯ ТА ОСНОВИ РЕАЛІЗАЦІЇ ХОРЕОГРАФІЧНОЇ СЮЇТИ.....	6
1.1. Методи дослідження тілесного руху та їх використання в танцювальному мистецтві.....	6
1.2. Теорії Р.Лабана як джерело дослідження чуттєвого ресурсу танцювального руху.....	16
1.3. Використання методу «Лабан Аналіз» як інструменту самовираження людини в танці.....	20
РОЗДІЛ ІІ. АНАЛІЗ ХОРЕОГРАФІЧНИХ АНАЛОГІВ ТА ПРОТОТИПІВ ТВОРЧОГО ПРОЕКТУ.....	24
2.1. Мистецький доробок в значенні творчості М. Ека.....	24
2.2. Основні ідеї, теми танцювальних вистав Р. Поклітару.....	28
2.3. Танцювальна спадщина О. Ратманського в контексті Світового танцювального мистецтва.....	32
ТВОРЧИЙ ПРОЕКТ	
РОЗДІЛ І. КОМПОЗИЦІЙНИЙ ПЛАН ХОРЕОГРАФІЧНОЇ СЮЇТИ.....	37
1.1. Основні характеристики хореографічного твору.....	37
1.2. Дійові особи та їхня стисла характеристика.....	37
1.3. Лібрето.....	37
1.4. Розгорнутий зміст.....	38
1.5. Драматургія.....	39
1.6. Музичний аналіз.....	42
1.7. Костюми.....	43
1.8. Світлова партитура.....	44
ВИСНОВКИ.....	46
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	47

ВСТУП

Актуальність теми кваліфікаційної роботи: обраної теми полягає у тому, що людство зараз живе в епоху стрімкого розвитку, змін та інновацій. Не завжди людям легко звикнути до чогось нового. І це стосується абсолютно усіх сфер сучасного життя. За останнє десятиліття планета пережила багато катаклізмів, природних та техногенних руйнувань, воєнних конфліктів та захворювань. У зв'язку з подіями останніх років, люди, а на сам перед молодь, має пошкоджену психіку.

Сучасна людина стикається з різноманітними проблемами, які виникають на різних рівнях її існування та взаємодії зі світом. Деякі з цих проблем мають глобальний характер і стосуються всього світу, тоді як інші є більш локальними або індивідуальними. Ось кілька ключових проблем, з якими стикається сучасна людина:

1. Зміни клімату: Загальне потепління клімату, екстремальні погодні умови, підвищення рівня морів та інші аспекти змін клімату створюють серйозні загрози для планети та людського суспільства.
2. Екологічна криза: Забруднення повітря, води та ґрунту, втрата біорізноманіття, незаконний вилов риби та інші проблеми становлять загрозу природним екосистемам та здоров'ю людей.
3. Глобальні економічні нерівності: Розрив між багатими та бідними країнами, а також внутрішні економічні нерівності в багатьох країнах є проблемами, які впливають на якість життя та можливості розвитку.
4. Соціальна справедливість: Наявність дискримінації за ознаками раси, гендеру, класу, сексуальної орієнтації та інших характеристик в суспільстві викликає питання щодо справедливості та рівності.
5. Загроза збройним конфліктам: Військові конфлікти, тероризм та розповсюдження ядерної зброї залишаються серйозними загрозами для

світової стабільності та безпеки.

6. Криза біженців: Велика кількість біженців через війни, конфлікти та екологічні проблеми створює гострі питання та виклики для багатьох країн та міжнародної спільноти.
7. Загроза пандемій: Виникнення нових інфекційних хвороб, як, наприклад, COVID-19, нагадує про важливість глобального санітарного контролю та співпраці.
8. Технологічний вплив: Швидкий розвиток технологій може викликати нові виклики, такі як втрата робочих місць через автоматизацію, проблеми приватності та етичні питання використання штучного інтелекту.
9. Психологічне здоров'я: Сучасний ритм життя, стресові ситуації та соціальні тиск можуть призводити до проблем психічного здоров'я для багатьох людей.
10. Етичні питання: Розвиток науки та технологій породжує нові етичні питання, такі як клонування, генетична модифікація та використання штучного інтелекту.

Спільні вирішення цих проблем вимагають глобальної співпраці, інноваційних підходів та урахування потреб майбутніх поколінь. Мета роботи - дослідити та проаналізувати проблеми сучасного суспільства в контексті хореографічної спадщини видатних балетмейстерів з сучасного танцювального мистецтва.

Завдання кваліфікаційної роботи:

- проаналізувати методи дослідження тілесного руху та їх використання в танцювальному мистецтві;
- охарактеризувати теорію Р.Лабана як джерело дослідження чуттєвого ресурсу танцювального руху;
- обґрунтувати використання методу «Лабан Аналіз» як інструменту самовираження людини в танці;
- дослідити мистецький доробок в значенні творчості М. Ека; -

простежити основні ідеї, теми танцювальних вистав Р. Поклітару;

- дослідити танцювальну спадщину О. Ратманського в контексті Світового танцювального мистецтва;

Об'єкт дослідження- проблематика сучасної української молоді в контексті війни.

Предметом дослідження є відновлення психоемоційного стану людини та її зв'язку у суспільстві через танцювальний рух.

Методи дослідження; Для створення теоретичної частини творчого проєкту використовувалися наступні методи та підходи:

- культурологічний підхід – для вивчення та значення тілесного руху в значенні танцювального мистецтва;

- історичний – для тенденції та розвитку дослідження мистецько-творчої спадщини видатних балетмейстерів сучасного танцювального мистецтва; -

семіотичний – для визначення стилістичних особливостей хореографічного тексту сюїти;

Практичне значення. матеріали та висновки кваліфікаційної роботи можуть бути використані у творчій діяльності студентів та балетмейстерів для створення власних хореографічних творів, а також під час викладання курсів з навчальних дисциплін «Мистецтво балетмейстера», «Сучасний танець та методика його викладання» та «Історія хореографічного мистецтва».

Структура та обсяг кваліфікаційної роботи складається з складається зі вступу, трьох розділів, загальних висновків, списку використаних джерел з 22 позицій. Обсяг основної частини дослідження (від першої сторінки до закінчення висновків) – 51 сторінка.

РОЗДІЛ I. МАТЕРІАЛИ ДОСЛІДЖЕННЯ ТА ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ РЕАЛІЗАЦІЇ ХОРЕОГРАФІЧНОЇ СЮЇТИ

1.1. Методи дослідження тілесного руху та їх використання в танцювальному мистецтві

Тілесний рух – це біоенергетичні, психосоматичні, психофізіологічні прояви людського тіла. Вони характеризуються природними можливостями та соціально-культурним розвитком людини, і здійснюються у просторі соціуму [5, с.78].

Ще у давні часи, коли люди жили племенами, танець був частиною їхнього життя. Тоді він складався зі спонтанних рухів, які виконували завдання комунікації, передавання знань, захисту, допомоги [6. с.60]. Танець відіграв важливу роль у житті різних культур та спільнот на протязі великого періоду історії. У давні часи танці мали значно більше функцій, ніж просто розвага. Ось деякі із специфічних ролей, які танцю відводили у племінних суспільствах:

1. **Культурна виразність:** Танець використовувався для вираження культурної ідентичності племен та спільнот. Він міг символізувати історію, вірування, традиції та інші аспекти культури.
2. **Комунікація:** Танці використовувалися для передачі повідомлень, інструкцій або навіть розповіді про події. Рухи тіла та жести були засобом комунікації, особливо в умовах, коли мовні засоби були обмеженими.
3. **Церемонії та обряди:** Танці часто брали участь у релігійних, церемоніальних та обрядових подіях. Вони могли використовуватися для відзначення важливих життєвих подій, таких як народження, весілля, сходження на владу і смерть.
4. **Воєнні мистецтва:** Танці також використовувалися для навчання та вдосконалення бойових навичок. Елементи танцю можна було використовувати в бойових стратегіях та під час воєнних обрядів.

5. Об'єднання спільноти: Танцювальні події часто об'єднували члени спільноти. Вони сприяли взаєморозумінню, взаємодії та зміцненню соціальних зв'язків.

Таким чином, танець не лише розважав, але й виконував різноманітні практичні та соціальні функції в рамках племінних суспільств, виграваючи роль важливого засобу взаємодії та вираження.

Важлива трансформація тілесних рухів людей почала відбуватись у середні віки, коли з'явилися придворні танці, які вимагали певної структури та строгої форми. Це залежало від оточуючого середовища, розвитку людей та образу життя. В цей час народні танці були імпровізаційними та більш простими. Тілесний рух у танцювальному мистецтві є конструктивним, оскільки він виражається через структуровані рухи та позиції тіла, створюючи виразне танцювальне виконання. Ось деякі аспекти конструктивного тілесного руху в танцювальному мистецтві:

1. Техніка тілесного контролю: танцівники вивчають техніку для ефективного контролю над своїм тілом. Це включає в себе позиції рук, ніг, голови, а також використання м'язів для точного і естетичного виконання рухів.
2. Простір та час: танцівники взаємодіють із простором навколо себе та контролюють час, у якому вони виконують рухи. Це допомагає створювати різноманітні ритми, динаміку та виразність у виставі.
3. Геометрія рухів: тілесні рухи в танцю можуть бути структуровані відповідно до певних геометричних форм чи ліній, створюючи естетично приємні та хореографічно виразні композиції.
4. Експресія та емоційний вираз: тіло в танці використовується для передачі емоцій та виразу. Кожен рух може мати певний емоційний відтінок, і танцівники намагаються максимально передати свої почуття через тілесний рух.
5. Імпровізація та креативність: танцівники можуть експериментувати з

різними стилістичними елементами, створюючи унікальні та інноваційні рухи. Імпровізація відіграє важливу роль у розвитку танцю.

6. Взаємодія з іншими танцівниками: в багатьох видах танцю важлива взаємодія танцівників, де рухи можуть бути взаємозалежними та взаємовпливаючими. Це створює образну і динамічну хореографію [8. с.90-91].

Таким чином, тілесний рух у танцювальному мистецтві відображає не лише красу і грацію, але й конструктивність, оскільки він базується на техніці, вираженні емоцій та творчості.

Далі в історії та розвитку танцю можна спостерігати його перехід до виділення окремих форм, структур, особливим набором танцювальних рухів і фігур, а також поступовою трансформацією до вільного танцю.

Оскільки тілесний рух притаманний кожній людині, має свою історію і закономірності, його дослідженням у XX столітті зацікавились науковці з області хореографії. Дану проблематику активно та змістовно досліджували такі науковці та хореографи, як: Мері Увайтхаус, Джон Кранко, Труді Шуп, Іржі Кілліан та інші.

Одним із фундаментатерів тілесного руху в танцювальному мистецтві – є Рудольф фон Лабан – німецький театральний артист, хореограф, викладач, автор праць про хореотику. Він працював над тим, щоб внедрити у танець принципи індивідуальної цінності людини, виконавця, у танці. Його рішенням було відмовитись від звичайних тренажів і знайти новітній підхід до постановки та вивчення техніки тілесного руху.

Одним із важливих внесків фон Лабана в танцювальне мистецтво була його робота з аналізом і класифікацією рухів, а також розробка системи нотації для фіксації танцю. Він створив Лабанотацію, яка дозволяла фіксувати рухи тіла за допомогою спеціальних символів та діаграм.

Фон Лабан також вивчав поняття простору, часу та ваги у танці, що відіграло важливу роль у розвитку хореографії та розумінні рухів у контексті вистав.

Його підходи та методи вплинули на розвиток не лише танцю, але і сучасних терапевтичних методів, таких як лабанотерапія, яка використовує принципи фізичного руху для підтримки психічного і фізичного благополуччя.

Продовжувачем справи Рудольфа фон Лабан – є Ірмгарда Бартенієфф – хореограф, танцівниця, фізіотерапевт. Вона була ученицею Лабана. Суть її досліджень і роботи полягла у тому, щоб включити просторові концепції свого вчителя в механічну та анатомічну діяльність фізіотерапії, а це в свою чергу мало покращити максимальне функціонування тіла. Це означало, що виконавець повинен був думати над своїм тілесним рухом у просторі, а не просто укріпляти групи м'язів. Таке введення сприяло тому що, виконавець свідомо активізував своє прагнення до пошуку нових форм тілесного руху, а це сприяло на його одужання. Вона вважала, що фізична та психологічна терапії взаємопов'язані, та існують тільки у сукупності [10, с.87-88].

Науковий аналіз розвитку тілесного руху в танцювальному мистецтві України вказує на його історичні корені та еволюцію протягом декількох етапів. Початок цього процесу можна відслідкувати ще у давньому періоді, коли танець був не лише елементом розваг та виразу культурних традицій, але й важливою складовою спілкування в племенах та сільських громадах.

Народний танець в Україні сформувався як важлива частина фольклору, передаючи різноманітні обряди та ситуації через тілесний рух. Цей вид танцю став основою для подальшого розвитку хореографії в етно-сценічному мистецтві, де традиційні рухи отримали новий контекст та інтерпретацію.

Започаткований народним танцем, український класичний балет також вніс свій внесок у використання тілесного руху в мистецтві. Класичні балетні техніки та експресивні рухи стали не тільки окрасою вистав, але й засобом вираження естетичних та емоційних ідей.

Сучасний танець в Україні визначається різноманіттю стилів та технік, де інноваційні рухи відображають сучасні тенденції та ідеї. Експериментальні форми танцю, які з'явилися у останні роки, є свідченням пошуку нових виразових можливостей та творчого розвитку української танцювальної сцени.

Цей науковий аналіз вказує на поєднання традицій та інновацій у розвитку тілесного руху в танцювальному мистецтві України, визначаючи його унікальність та багатогранність у контексті культурного досвіду країни.

Також вагомий внесок зробила Мері Вігман – німецька хореограф і танцівниця. Вона була зацікавлена людськими афектами. Її дослідження полягає у тому, що емоційні переживання людей створюють тілесну форму і визначає якість самого руху. За такими принципами Вігман розвивала імпрровізацію та танцювальну педагогіку. Видатна хореографія працювали по таким методам тілесного руху, як;

1. Когнітивно-аналітичні техніки:

- *Орієнтація:* Аналіз джерел психотравм та вивчення їхніх виявів у соматичних структурах.
- *Задачі:* Досягнення усвідомлення особливостей актуальних тілесних процесів та аналіз ранніх дитячих травм.

2. Дихальні техніки:

- *Орієнтація:* Зняття напруги з респіраторних м'язів, аналіз дихального патерну, контроль респіраторного циклу.
- *Задачі:* Підвищення чи релаксація енергетики тіла через зміну дихальної активності.

3. Техніки релаксації:

- *Орієнтація:* Автокорекція психосоматичної напруги, досягнення аутогенного трансу через зниження м'язового тону.
- *Задачі:* Зниження психосоматичної напруги та досягнення релаксації.

4. Масажні техніки:

- *Орієнтація:* Зовнішні гетеро- або аутотактильні дії для активізації оновлювальних і коригувальних процесів.
- *Функції:* Розминка, розтягання, тонізація та розслаблення м'язів, суглобів, шкірних покривів і тканин органів черевної порожнини.

5. Театральні техніки:

- *Орієнтація*: Досягнення психоемоційної свободи та подолання внутрішніх переживань у театральній дії.
- *Функції*: Творче самовираження, розвиток нового досвіду тілесної активності через театральні постановки.

6. Експресивні техніки:

- *Орієнтація*: Спонтанна рухова активність та психофізичний відреагування на емоційні комплекси.
- *Задачі*: Катарсис та відреагування на емоційні комплекси через експресивні рухи.

7. Танцювально-рухові техніки:

- *Орієнтація*: Формування навичок спонтанності, вільного самовираження та диференціації елементів тілесного сприйняття.
- *Функції*: Емоційне самовираження, подолання рухових стереотипів через танцювальні па, рухи та дії.

8. Тактильно-комунікативні техніки:

- *Орієнтація*: Використання тактильної комунікації для подолання внутрішніх комунікативних бар'єрів [11, с.23-24].

Учениця Лабана і Вігман – Меріан Чейс, досліджувала особливості тілесного руху в імпровізації та індивідуальних проявах виконавця. Маючи власну студію, вона стала помічати, що після пройденої роботи виконавці стали по іншому розкриватися і змінювались як особистості. Меріан Чейс була важливою фігурою в руховому мистецтві, і її внесок здебільшого пов'язаний з розширенням ідей про танець як засіб самовираження та внутрішнього виразу. Ось кілька аспектів її внеску:

1. Експресивність імпровізації: Меріан Чейс активно вивчала імпровізацію в танці та розглядала це як спосіб, щоб танцювальне вираження було більш автентичним і особистим. Вона намагалася розкрити потенціал танцювальника для спонтанного самовираження через рух.
2. Тілесний вираз: Чейс вважала тіло засобом вираження, і її підхід полягав у

тому, щоб дозволити танцювальникам вільно висловлювати свої емоції та стан через тілесний рух. Вона використовувала імпровізацію як засіб підсилити виразність танцю.

3. Індивідуальний стиль: Меріан Чейс розвивала ідеї індивідуального вираження кожного танцювальника. Її студія була місцем, де артисти мали можливість експериментувати зі своїми рухами, вдосконалювати свій власний стиль та виражати унікальні аспекти своєї особистості.
4. Вивчення внутрішнього світу: Її робота була спрямована на вивчення внутрішніх станів, емоцій та внутрішнього світу танцівника. Вона прагнула відкривати та вивчати глибини внутрішнього світу кожного танцівника через рух і танець[4. с.40-41].

Меріан Чейс і Ісадора Дункан були двома суттєвими постатями, що визначили напрям розвитку танцю в ранньому ХХ столітті, і їхні ідеї мають значний вплив на сучасне танцювальне мистецтво.

Свої висновки зробив і учень Зігмунда Фрейда, психоаналітик – Вільгельм Райх. Він стверджував, що емоційний стан людини дуже залежить з її фізичним станом і навпаки. Усе що діється у тілі віддзеркалюється у психіці. Переміни на тілесному рівні впливають на подальші зміни психоемоційного стану.

Якість життя і здоров'я напряму залежить від відчуття свого тіла, порозуміння з ним, що в свою чергу буде впливати на спілкування та стосунки з іншими людьми [5, с.8].

Джоан Смолвуд -аналітик і танц-терапевт вислова свої доводи щодо досліджень тілесного руху, їх суть полягає у тому що, спонтанні рухи беруть свій початок від внутрішніх відчуттів, досвіду переживань, що веде до єднання особистості. Методи виконання автентичних тілесних рухів діють на самовираження, та різних особливостей виконувача, це може відбуватись як усвідомлено, так і навпаки.

Автентичні рухи:

Спільна артерія: «автентичні рухи» часто використовуються в контексті танцю та рухового мистецтва, щоб вказати на рухи або стилі, які відображають

культурні чи історичні традиції певної групи або етнічності. Це може бути пов'язане з танцями, характерними для певного регіону чи культурної спільноти, і такі рухи використовуються для вираження історії та традицій.

Емоційний вираз: також термін може застосовуватися до рухів, які виражають емоції та внутрішні стани. Це може бути важливим в контексті танцю або тілесного виразу, оскільки такі рухи допомагають танцювальнику спілкуватися з глядачем та передавати певний настрій чи повідомлення.

Тілесні рухи:

Фізична активність: «тілесні рухи» можуть вказувати на будь-які рухи чи дії, пов'язані із фізичною активністю чи рухами тіла загалом. Це може охоплювати широкий спектр рухів від повсякденних життєвих дій до спеціально оркестрованих танцювальних чи тренувальних рухів.

Загальна фізична активність: термін також може використовуватися для визначення будь-яких рухів, пов'язаних із загальною фізичною активністю, такою як вправи, тренування або повсякденні рухи, не обов'язково пов'язані з якою-небудь конкретною культурною або хореографічною традицією.

Отже, різниця полягає в контексті використання цих термінів: «автентичні рухи» зазвичай вказують на традиційні чи культурні рухи, а «тілесні рухи» можуть бути загальним терміном для опису рухів тіла у різних фізичних контекстах.

А Фредерік Перлз – основоположник гештальт-терапії, підкреслив, що автентичний тілесний рух акцентований на незалежність людини, автономність, самотність. Вона має усвідомлення, свободу та спонтанність. Під час виконання людина занурюється у свій внутрішній стан емоцій, що їй дає змогу відчувати себе та навколишній світ.

Підтвердженням цього є доводи психолога Абрахама Маслоу – що під час виконання автентичних тілесних рухів людина здатна відчувати внутрішні голоси, а саме – імпульси [7. с.80].

Отже, праці різних дослідників тілесного руху дають нам зрозуміти, що психоемоційний стан людини напряду залежить від фізичного. Створені техніки і терапії існують для того, щоб допомогти людям вивільнити свої переживання та проблеми. Пів час такого руху відбуваються внутрішні процеси пізнання своєї особистості, що впливає на відчуття та відносини в соціумі.

У танцювальному мистецтві це допомагає виконавцям розширити свої можливості, зрозуміти як їх тіло може рухатись, а також вільно імпровізувати без зажимів та перепон. Тілесний рух може стати поштовхом до нових ідей, як виконавців, так і постановників. Дані дослідження можуть використовуватись, як у танцювальному мистецтві, терапії, так і у повсякденному житті. Фізичний і психоемоційний стан людини завжди були взаємопов'язаними аспектами, а дослідження тілесного руху, зокрема в контексті танцю та тілесної практики, розкривають глибокий взаємозв'язок між ними. Провідні вчені, такі як Рудольф фон Лабан і Меріан Чейс, присвятили своє життя вивченню тілесного руху та його впливу на психіку та емоції. Зокрема, Меріан Чейс, учениця Лабана та Вігман, детально досліджувала індивідуальні прояви виконавців під час імпровізації та його вплив на особистість.

Її спостереження в студії вказують на те, що через роботу з тілесним рухом виконавці не лише розкриваються як танцюри, але й зазнають істотних змін у своїй особистісній сфері. Техніки і терапії, спрямовані на тілесний рух, розглядаються як засіб вивільнення емоцій та розв'язання психологічних труднощів. Цей підхід виходить за рамки звичайних терапевтичних методик, пропонуючи взаємодію між фізичним і психічним рівнями. Самопізнання через тілесний рух сприяє глибшому розумінню себе, власних можливостей та обмежень. Це не лише про фізичний розвиток, але й про осмислення внутрішніх процесів, які можуть впливати на взаємодію з іншими та на загальний психоемоційний стан. У танцювальному мистецтві тілесний рух є не лише способом вираження, але і творчим інструментом для виконавців та постановників. Здатність вільно імпровізувати та творити без зажимів відкриває нові можливості для танцівників. В тілесному русі використовуються різні

методи, які спрямовані на розвиток, самопізнання та покращення фізичного і психічного стану особи. Ось деякі з них:

1. Когнітивно-аналітичні техніки:

- *Метод аналізу джерел:* Аналіз психосоматичних наслідків психотравм та дослідження особливостей актуальних тілесних процесів.
- *Робота з дитячими травмами:* Аналіз та усвідомлення ранніх дитячих травм та їх впливу на фізичний і психічний стан.

2. Дихальні техніки:

- *Аналіз дихального патерну:* Спостереження та аналіз того, як відбувається дихання, з метою покращення його ефективності.
- *Контроль респіраторного циклу:* Оптимізація і регулювання респіраторного процесу.
- *Енергетична терапія:* Використання дихальних технік для підвищення чи релаксації енергетики тіла.

3. Техніки релаксації:

- *Аутогенний транс:* Досягнення глибокого релаксаційного стану через зниження м'язового тону.

4. Масажні техніки:

- *Розминка, розтягання:* Використання зовнішніх впливів для активізації оновлювальних і коригувальних процесів в організмі.

5. Театральні техніки:

- *Драматичні етюди, психодрама:* Використання театральних технік для вираження та подолання внутрішніх переживань.

6. Експресивні техніки:

- *Спонтанна рухова активність:* Використання рухових і мовних виразів для катарсичного відреагування на емоційні комплекси.

1.2. Теорії Р Лабана як джерело дослідження чуттєвого ресурсу танцювального руху

Р. Лабан вважається новатором у танцювальному мистецтві, його праці є невід'ємною частиною розвитку хореографії, а вплив його роботи сприяв піднесенню танцю на новий рівень.

На відміну від його колег, інших митців, які протестували проти проти стандартних прийомів класичного танцю, він аргументував свою філософську модель та ідеї хореографії. Захоплений роботами таких митців як Платон, Лукіан, математичним досвідом Піфагора, філософією експресіонізму, Лабан почав досліджувати тілесні рухи у системі відносин людини і простору. Його метою було відстежити загальні принципи – «хореологічний порядок».

Ця ідея була обґрунтована тим, що танець – не є закономірною послідовністю рухів. Завдяки внутрішнім законам виконавця, поняттям та структурі – це незалежний засіб вираженн [13,с .60]..

Р. Лабан приділяв багато уваги в своїх дослідженнях чуттєвому ресурсу танцювального руху, а саме при роботі пояснював виконавцям, що людина повинна рухатись для того, щоб догодити собі, та своїм потребам, в такому випадку емоційний ритм буде визначати ритм рухів. Якщо ці ритми не співпадають, потрібного ефекту не буде, і танець стане переважно фізичним і тілесним. Оскільки він вважав, що ритм задає саме тіло людини – він працював частіше без музики. За його спостереженнями тіло створювало власну музику, але він відторгував той факт, що тіло може бути тільки інструментом для музичної інтерпретації.

Лабан пояснив ключове значення тілесних рухів для злагодженого розвитку молоді та дітей. Він підкреслив, що кожна людина має хист до побудови розуміння між собою завдяки рухам, жестам, міміці, адже це є уроджежений, фундаментальний спосіб для комунікації та зв'язку.

Р. Лабан приділяв багато уваги вивченню хореографії різних народностей і класичному танцю. Але його методики не схожі ні на одну з відомих технік хореографії. В свої праці він поклав основу самореалізації людини за допомогою

довільних рухів, через які простежуються її емоційність, темперамент, самовідчуття, неповторність. Тому просував таку думку: «Кожна людина має в собі щось від танцюриста» [16. с.48].

У своїх працях стосовно Р. Лабан, проявляв ініціативу застосовувати музику, бо надавав велике значення ритму. Основними методами такої тілесної практики були музично-рухові дійства, ігри, які включали в себе танцювальні елементи, та драматичні епізоди доступні для внутрішнього пізнання. Новатор вважав, використання таких вправ, дає змогу проявити себе творчо, підключити фантазію, розвивати любов до мистецтва, естетичного мислення, базує культуру, узгоджує дії з рухами. Р. Лабан представив 16 технік роботи експресивної гімнастики. Де кожна має свою тему, це можуть бути: відчуття свого тіла, розвиток умінь співпрацювати з партнером або у групі, свідомість своїх рухів, відчуття ваги, часу та простору, вміння керувати своїми рухами залежно від ситуації. Він не пропонував у своїх працях точного змісту уроку, завдяки яким викладач має діяти певними кроками. Він надавав загальні відомості і рекомендації щоб вчителі мали змогу самостійно, вільно для себе проводити заняття. Ось декілька основних технік;

Дихальні техніки:

Глибока дихальна практика: Зосереджене та свідоме дихання для зниження рівня стресу та покращення емоційного стану.

Дихальні вправи з розслабленням: Комбінація рухів та дихальних вправ для досягнення розслаблення та вивільнення напруги.

Рухові техніки:

Елементи йоги: Йога-поза, зокрема ті, що спрямовані на зняття напруги та поліпшення гнучкості.

Спрямовані рухи: Спеціально розроблені рухи для вивільнення енергії та вираження емоцій.

Танцювальні техніки:

Вільний танець: Танцювальні рухи, які не обмежені жорсткими правилами, сприяють вільному самовираженню та емоційному вивільненню. *Танцювальні*

етюди: Спеціальні композиції рухів, створені для вираження конкретних емоцій чи ідей.

Медитація та візуалізація:

Тілесні сканування: Медитативні техніки для усвідомлення і вивчення власного тіла.

Візуалізація через рух: Використання рухів для візуалізації та концентрації на певних образах чи ідеях.

Групові вправи:

Синхронізація рухів у групі: Рухи, спрямовані на зближення та взаємодію учасників групи.

Групове самовираження: Застосування рухів для вираження та спілкування в груповому контексті.

Ці техніки можуть варіювати в залежності від конкретних програм та методик, але вони спільно спрямовані на збереження фізичного здоров'я, релаксацію та вираження емоцій через рух [6, с.54-55].

Цікаво те, що при створенні своїх праць, Рудольф Лабан, не приділяв великої уваги на танцювальні можливості виконавців, та їх схильність до фізичних нагрузок. Він брав до уваги, психічні та духовні аспекти.

Отже, видатний митець відкрив новий спосіб пошуку себе і своєї цінності. Та надав змогу це робити правильно і розмірковано як для дорослих виконавців, так і для дітей. В своїх працях він приділив особливу увагу чуттєвим ресурсам танцювальних рухів і дав виконавцям можливість порозумітись зі своїм тілом. Деякі ключові аспекти внеску Р. Лабана в складовій Світового мистецтва:

Лабановська аналіз і нотація:

Його система нотації (Labanotation) є однією з перших інструментів для запису танцю. Вона надає можливість зафіксувати рух та композицію танцю в письмовій формі, що робить можливим передачу танцювальних творів та їх вивчення від покоління до покоління.

Аналіз рухів та лабанівські концепції:

Лабан вивчав тіло як інтегровану систему, розглядаючи рухи як вираз

емоцій, ставлень та індивідуальності. Його аналіз рухів включає в себе концепції простору, часу, динаміки та фігур, що розширює розуміння танцю та тілесного вираження.

Танцювальна терапія:

Лабан був одним із піонерів танцювальної терапії, розвиваючи підходи до використання тілесного руху для покращення фізичного і психічного здоров'я. Він визначав танець як форму комунікації та засіб вираження емоцій.

Лабан-Бартенієффер метод:

Лабан розробив інноваційний метод тілесного розвитку, відомий як Лабан-Бартенієффер метод. Цей метод поєднує рухові вправи, розслаблення, дихальні техніки та елементи імпровізації для покращення координації та самосвідомості.

Танцювальна експресія:

Лабан вважав, що танець повинен виражати внутрішній світ людини. Він розвивав ідеї танцювальної експресії, яка надавала виконавцям можливість вільно виражати свої емоції та ідеї

Соціальна динаміка:

Лабан вивчав соціальну динаміку через аналіз тілесних рухів у групах. Його дослідження дали можливість краще розуміти взаємодію та комунікацію між людьми через тілесний рух. Система видатного мистця та ідеї вплинули на багато галузей, включаючи танець, театр, педагогіку та тілесну терапію, і його спадок живе в сучасних дослідженнях та практиках у галузі тілесних практик та танцю.

1.3. Використання методу «Лабан Аналіз» як інструмент емоційного відновлення людини в танці

Рудольф Лабан вклав багато зусиль, щоб розвинути танцювальне мистецтво, його роботи направлені цілком на людини та її почуття. Він вважав що рух має великий вплив на людей, то розкриває їх внутрішній стан. Наприклад, якщо виконавець рухався мляво, нешвидко, то це може означати, що він відчуває занепокоєність, можливо страх. Але якщо змінити поведінку рухів – є ймовірність змінити стан людини. Якщо дати можливість виконавцю підняти голову, зробити рухи об'ємними, розправити плечі – вона стане більш упевненою у собі, а це буде відображатись у її повсякденному житті.

Лабан називав поняття «зусилля» – маючи на увазі внутрішні імпульси, які викликають тілесний рух. Рух для нього був об'єднуючим чинником людини і простору [15. с.40].

Тіло – вважав зразком стійкої архітектури. Лабан звертав велику увагу на структуру тіла своїх виконавців, на симетрію в цілому та окремих органів. Він прагнув бачити баланс який забезпечує рівновагу. Також у його працях окремо виділяються такі аспекти, як дихання, гнучкість і хребет, пози і жести, тіло в просторі та його орієнтація.

Щодо дихання, він зазначав, що це безумовно є основою існування людей, але й також основою правильного виконання рухів танцю. Під час правильного дихання, коли повітря проникає у кров та органи, активізуються не тільки фізичні процеси, а й збагачуються емоційні, інтелектуальні можливості. Також наголошував на тому, що воно є однією з головних складників розвитку та пізнання себе та свого потенціалу.

Гнучкість та хребет також мають важливу роль в його дослідженнях, адже він вважав, що індустріалізація сильно вплинула на поставу, силу і еластичність тіл людей, тому зауважував на потребі практикування піднімати голову ввверх,

спрямовувати плечі вниз, подовжувати хребет, адже це важливо для підтримки вертикальності і рівноваги. Люди почали втрачати природну гнучкість через розвиток промисловості, а у його роботах постава корпусу відігравала важливу експресивну роль.

Щодо поз і жестів, Лабан вважав що, ноги, руки і тулуб так само, як і мозок – насичують сприйняття світу людиною. У цьому плані він розглядав тіло – подібно інструменту. Завдяки міцній поставі сильним м'язам забезпечується опір силам гравітації, чим забезпечується краще сприйняття до взаємодії і руху.

У аспекті «Тіло в просторі та його орієнтація», Лабан виокремлював чотири питання «де відбувається рух», «як відбувається рух», «які є обмеження у русі» та «чому рух відбувається». Відповідями на ці питання, він аналізував динаміку, час і простір.

Не можна не згадати, про геометричні фігури, про які писав Лабан. Він співвідносив тілесний рух і геометричні форми, які відтворювало тіло виконавця, таким чином Рудольф Лабан досягав двох цілей: ведення основного словника, який спонукає роботу уяви, і активнівність послідуєчих досліджень. Фігури якими він користувався були: спіралі, кола, фігури з восьми ліній. Така задача для виконавця стимулювала уяву та мислення.

Задля характеристики опису орієнтування тіла у просторі, Лабан ввів поняття «кіносфера». Це означає тривимірна частина простору, яка доступна людині. У її межах людина може займати різні положення, від малих до об'ємних. Лабан також визначив основні чинники які можуть впливати на такі зміни це:

- розмірність – висота, глибина і ширина, які дозволяють визначити рух по всім напрямкам;
- наближеність – фактор, що значить місце, у якому відносно тіла відтворюється рух;
- площини – поверхні стосовно розмірностей;
- спрямованість простору – вибір руху по короткому або довгому шляху;
- центральний напрямок – по який траєкторії йде рух, від тіла чи до

нього.

Такий аналіз Лабана є складною системою яка потребує знань та навичок для спостереження. У ній він об'єднав поняття «зусиль» та «кіносфери». Також слід зауважити, що діаметри таких кіносфер залежать від виконавця, і не постійними. Основна мета такого аналізу є те, що виконавець повинен навчитись відчувати простір, його діаметр та вміти з ним працювати. Аналізуючи рухи Лабан зміг зрозуміти сутність виконавця, як особистості та його чуттєві ресурси.

Тож, методи Лабана є цікавими тим, що допомагають розкривати образність виконавців, їх сутність. Його роботи є філософськими, абстрактними, що дало змогу ввести новаторство у танцювальне мистецтво.

Його погляди на тілесний рух та танець також мали філософський вимір. Однак прямі філософські трактати або систематичні філософські праці Лабана менш поширені.

Лабан фокусувався на вивченні тіла та його рухів як засобу вираження і взаємодії. Він вважав танець за мову, яка може передати емоції, ставлення та ідеї. Таким чином, його підходи більше схожі на феноменологічний та екзистенційний напрямки в філософії, які підкреслюють важливість індивідуального досвіду та вираження.

Хоча безпосередні філософські трактати можуть бути обмежені, Лабан висловлював свої ідеї в контексті танцю, рухів та взаємодії тіла з оточуючим середовищем. Він долучав теоретичний підхід до своєї практичної роботи, розглядаючи тіло як основу для розуміння людського буття та взаємодії.

Р. Лабан зміг розкрити поняття існування людини, її закономірності поведінки у соціумі та просторі, модернізував сприйняття хореографії. Завдяки його системі з'явилась можливість аналізу рухів як виконавцем, так і викладачем, що в свою чергу покращує виконання танцювальних рухів. Це дає змогу глядачеві повністю насолоджуватись процесом дійства.

Таким чином, підводячи підсумок першого розділу можна затвердити, що дослідження тілесного руху, допомагає людям краще зрозуміти своє тіло, знайти

проблеми психічної системи та їх рішення. Безліч викладачів використовують подібні техніки при роботі зі своїми підопічними, що допомагає їм змогу розкрити внутрішній світ виконавця та полегшити роботу. Для артистів, це спосіб контролю над своїм тілом та свого роду терапія, за допомогою якої лікується не тільки тілесні зажими, а й психоемоційні.

Тілесний рух тісно взаємопов'язаний з руховим апаратом людини та її емоціями. Психоемоційний стан віддзеркалюється у рухах, жестах, позах та міміці. Приводячи до контролю обидві складові, танцівник відчуває свободу та легкість, що навіть у повсякденному житті йому допомагає. Тілесний рух, як виправдана засобом вираження емоцій та фізичного самовираження, справді тісно пов'язаний з руховим апаратом людини та її психоемоційним станом. Вивчення та розвиток технік тілесного руху має велике значення, особливо для дітей, які формують своє сприйняття світу та власного тіла.

РОЗДІЛ II. АНАЛІЗ ХОРЕОГРАФІЧНИХ АНАЛОГІВ ТА ПРОТОТИПІВ ТВОРЧОГО ПРОЕКТУ

2.1. Мистецький доробок в значенні творчості М. Ека

Матс Ек – шведський танцівник, театральний режисер, хореограф мав свій стиль, та своє бачення прекрасного. Він створював балети, які вражали своїм дійством глядачів. Одним з таких був балет «Жизель» поставлений у 1982 році на музику А.Адана.

Така оновлена «Жизель» відноситься до проявів постмодернізму. Матс Ек зробив нове бачення, де використовував уже існуючі форми, щоб мати змогу кращим способом показати свою концепцію твору. Одним із важливих прийомів, які він використав це був інтертекстуальний діалог, завдяки якому зіштовхнулись дві епохи. Через що контури попередньої оригінальної версії набули нових значень.

Матс Ек намагався підкреслити контрасти, якими був наповнений балет. Тож виокремив другу дію балету, де була показана «жива смерть». Жизель була центром таких протиріччя, через що вони її розривали зсередени. Також для хореографічного тексту Ека притаманні «знаки-символи», які легко зчитуються і розкривають зміст для глядача. Коли Жизель розчарована – її тіло ніби згинається, а руки розслаблено звисають. Танцівники систематично осідають на розслаблених ногах, заводять руки наверх, хапають повітря. Селяни більш наближені до землі, а їх протилежності виконують всілякі стрибки та арабески.

Цікавий факт, що Матс Ек не ставив задачу використовувати один конкретний вид танців, чи напрям. Він використовував ті форми, рухи і прийоми які хотів, та відштовхувався від того, що саме він має донести до глядача. Його танці повністю пронизані драматургією і в той же час ширші за сюжет. Матс Ек приділив увагу пластичному матеріалу і створив «танець володіння», «танець-провокацію», «танець-божевілля». Так у першій дії, під час дуету Жизелі та Альберта, він ніби «говорить» мовою рухів до неї, Жизель це

вабить і вона починає рухатись такими ж пластичними засобами, які раніше не були притаманні їй.

Матс Ек відображає жести завдяки брутальній енергетиці, та моніторингом за повсякденними рухами людей.

На роль головної героїні Ек обрав свою дружину, і через це деякі критики негодували. Ще митець зробив одну важливу річ, примінив використання відеокамери підчас вистави, тому його «Жизель» рахується фільмом балетом.

Слава оновленої «Жизель» була чутна всьому світу. Дослідники та критики які спочатку обурювались стосовно вибором головної героїні, пізніше ствердували, що саме така «Жизель» дала новий поштовх у розвитку сучасної хореографії. Що є важливим, це те, що хоч Матс Ек інтерпретував вже існуючий балет по своєму, він не став змінювати мораль. Жизель з перебинтованною головою, маючи психічні порушення, відкриває Альберту нове життя та збагачує його душу, але на щасливе закінчення не слід очікувати. У фінальній сцені Ек показав оновлення Альберта та його відмову від минулого життя. Іларіон вкриває його ковдрою, і що станеться з ним далі повинен вирішувати кожен глядач сам для себе. Тобто Матс Ек дає змогу дофантазувати продовження фіналу самостійно, залишаючи його відкритим.

Коли глядачі йшли насолодитись балетом «Жизель», ймовірно, вони сподівались побачити принцесу на пуантах, але вийшло навпаки. Їм було представлене зовсім нове неочікуване дійство, яке було насичене рухами, сильною енергетикою та пристрастю. Матс Ек намагався по своєму розповісти про взаємодію один з одним, відносини та любов. Дослідниця Лариса Венедіткова назвала нову «Жизель» блискучою психологічною драмою.

Матс Ек дуже прискіпливо ставився до музичного супроводу, для нього були важливі яскраво виражені акценти, тому його хореографічний текст ніби пронизаний музикою від якої і починається сам танець.

Під час роботи зі своїми виконавцями хореограф завжди пояснював їх задачі та задум постановки разом з сценографом. Завдяки тому, що він впевнено знав який результат повинен бути в кінці, він плідно працював над цим під час

репетиційного процесу, що приносило йому успіх на прем'єрах. Головним його принципом у роботі з артистами був взаємообмін і зв'язок між виконавцем та балетмейстером.

Отже, М. Ек вразив народ оновленою «Жизеллю» розкривши балет зі сторони психології поведінки людей один з одним. Показав взаємодію у соціумі з нової сторони. Хоча думки критиків деколи розходились, Матсу Еку вдалось внести новаторство у танцювальне мистецтво.

Імпровізація та Психологія: М. Ек відомий своєю здатністю використовувати імпровізацію та експериментальні методи в танцювальних постановках. Він вивчає взаємодію між виконавцем та глядачем, а також спробує зрозуміти, як психологічний стан виконавців впливає на їхні рухи. Його танцювальні твори можуть розкривати внутрішні драми та стан людей через мову тіла.

Новаторство в балеті: М. Ек вніс інновації в балет, переосмисливши традиційні теми та сюжети. Він може використовувати класичні балетні постановки, такі як «Жизель», та перетворювати їх, додаючи свої унікальні елементи та емоційні шари.

Сучасний танець: М. Ек також працює в сучасному танці, де його творчість може включати сучасні рухи та експерименти з формою. Він розглядає танець як засіб вираження та спосіб взаємодії з аудиторією.

Робота з музикою: музика відіграє важливу роль у творчості Матса Ека. Він вибирає музичний супровід у відповідності до теми та настрою вистави, інтегруючи його з рухами виконавців для створення комплексного враження.

Емоційна глибина: його постановки можуть вражати глядача глибокою емоційною зарядкою та спонукати до власного роздуму про сутність та значення подій на сцені. Вплив на глядача: М. Ек часто намагається залишити простір для інтерпретації глядача, дозволяючи кожному індивіду уявляти та відчувати справи по-своєму.

Ці аспекти роблять М. Ека визнаним майстром та інноватором в світі танцю та мистецтва загалом. Його творчість залишається актуальною та

захоплюючою для шанувальників мистецтва. Також він створив низку приголомшливих балетів таких як: «Весна священна» на музику І.Стравінського, «Парк», «Трава», «Ромео і Джульєтта», «Кармен» та багато інших. У всіх своїх роботах він використав свій стиль та бачення. Дав змогу глядачу побачити щось нове, ніким до нього ще використане, додумати свій фінал та завершити дійство, як хоче кожен окремий глядач у залі. Він увіковічнив свої твори з великим успіхом на сцені.

2.2. Основні ідеї, теми танцювальних вистав Р. Поклітару

Творча особистість включає в себе широкий спектр якостей та талантів, які роблять її здатною до творчого виявлення та високопродуктивної діяльності в різних областях мистецтва, науки, бізнесу та інших сферах життя. Давайте розглянемо кілька ключових аспектів творчості та якостей творчої особистості:

Інтуїція та творча Уява: творчі особистості володіють розвиненою інтуїцією та творчою уявою. Вони здатні бачити можливості та розв'язувати проблеми, виходячи за межі звичайних рамок.

Нестандартне мислення та готовність до ризику: творчі люди часто думають нестандартно і готові ризикувати. Вони не бояться висловлювати новаторські ідеї та перевертати встановлені стереотипи.

Допитливість та постійне навчання: Творчі особистості завжди цікавляться новими знаннями та постійно розвиваються. Вони залишаються допитливими та відкритими для нових ідей та перспектив.

Почуття гумору та дотепність: здатність до гумору та дотепності допомагає творчим людям розслаблятися, переймати нові погляди і розвивати творчий підхід до життя та роботи.

Цілеспрямованість та наполегливість: творчість часто вимагає великої цілеспрямованості та наполегливості. Здатність витримувати труднощі та продовжувати працювати над ідеєю — ключовий елемент успіху в творчості.

Сила Волі та Глибоке Мислення: творчі люди можуть працювати наполегливо над своїми проектами завдяки силі волі, а також володіють здатністю глибоко мислити та аналізувати.

Активне мислення та дивування: творчість може бути пов'язана із здатністю активного мислення та здатністю дивуватися. Це дозволяє творчій особистості завжди бачити світ в новому світлі та знаходити натхнення в найпростіших речах. Одним із таких творчих видатних особистостей – є Р. Поклітару.

Радугу Поклітару – український хореограф, постановник, діяч мистецтв, засновник Академічного театру «Київ Модерн-балет». Робити Радугу Поклітару відомі у всьому світі, не винятком стала вистава «Завтра». Важливим є те, що ця постановка була першою у колективі за час повномасштабної війни в Україні. Прем'єра відбувалась на сцені Жовтневого палацу.

Балет «Завтра» був представлений у другому відділенні вечора одноактних балетів. Основною його ідеєю було показати життя людей які мешкають в Україні на даний момент, тут і зараз. Виділити швидкоплинність часу, та звернути увагу на те як наші спільні дії та зусилля впливають на наше майбутнє. У хореографії нового балету були задіяні 13 виконавців, це були нові артисти, які почали працювати у колективі під час війни та ті хто покинув театр, але повернувся щоб відтворити виставу.

У першому акті вистави, глядачі спостерігали за сюжетом, де були задіяні світлові малюнки, сценічні декорації, різноманітні костюми, але у другій частині, коли було представлено «Завтра» все повністю змінилось.

На сценічному просторі не було зовсім декорацій, а виконавці були одягнені у більш прості костюми. Радугу Поклітару зробив акцент на тому, щоб нічого не відволікало уваги глядачів від танцю, бо балет «Завтра» про малюнок, синхронність та техніку. Радугу, створюючи свій новий балет, ставив перед собою задачу не відтворити злість та агресію, а навпаки показати щось добре і світле, що дасть сил, надії та віру у щасливе майбутнє.

«Ми наразі живемо в дуже непростий час. Складно віднайти тему, яка була б співзвучною тембрально та емоційно тому, що переживає весь український народ. Та й чи необхідно її шукати. Тому ідея сюжетної історії на злобу дня була відкинута відразу. Мені здається, чим яскравішим й світлішим буде культурний продукт, створений під час війни, тим легше буде емоційно кожному пережити цей темний час» – прокоментував постановник [2. с.80].

Балет «Завтра» був покладений на музику Шопена, що по задумці автора повинно налаштовувати глядача на абстрактне мислення про краще майбутнє, про нове щасливе завтра та спокійне життя після закінчення воєнних дій. Сама

постановка має задачу спонукати до стійкості, дарувати тепло і спокій, додавати у життя людей позитивні емоції та рятувати від негативних.

Щодо костюмів, Раду Поклітару, обрав вбрання у стилі унісекс, у кольорах променів вогню, які символізують енергію кожної людини, незалежно від її статі [15. с.54].

Хореографічний текст був акцентований на чіткість ліній, плавність рухів, символах і жестах, які були символом проблем людей у їх особистому та колективному житті. Малюнки під час балету були вистороєні так, що час від часу виконавці доторкались одночасно один до одного, створюючи ніби один рухливий механізм – символ єдинства народу.

Точкою дотику до глядача були емоції артистів. Вони були відтворенням соціальних стосунків у різних осередках сучасного суспільства. В українських ЗМІ, балет «Завтра» прозвали «сучасною притчею» тому, що у ньому показані жорстокі правила і закономірності людей, у яких вони самі і винні.

Відтворено боротьбу та любов, де здається панує тільки темрява, яка не дає променям світла освітити життя. Але суть у тому, що має наступити «завтра» – тобто новий день, який принесе гармонію та щастя. І тільки від наших дій сьогодні, у темряві, буде залежати наскільки швидко це завітне «завтра» наступить. Конфлікт, який був винесений у сюжеті балету Раду Поклітару, є актуальним для всіх вікових категорій, тому що вся країна опинилась в однакових складних умовах. І висновком має бути жага до єднання та добра. Наше життя повинно протікати у гармонії, що у Раду Поклітару вправно вийшло вітворити на сцені.

Отже, авторська система підготовки: Р. Поклітару який розробив власну систему підготовки танцівників. Це свідчить про його унікальний погляд на навчання та виховання хореографічних талантів.

Педагогічна майстерність: його педагогічна діяльність виявляється у високій якості підготовки його учнів. Створення плеяди талановитих танцівників свідчить про ефективність його педагогічного впливу.

Аналіз впливу постмодернізму: дослідження впливу постмодернізму на

хореографічну культуру України показує глибокий аналіз та розуміння сучасних соціокультурних тенденцій.

Створення Київ модерн-балет: заснування театру Київ модерн-балет та його успіх свідчать про вплив Рада Поклітару на сучасну хореографію в Україні.

Інноваційний підхід до формування трупи: Рішення не вимагати наявності академічної балетної освіти при формуванні трупи Київ модерн-балет підкреслює його відкритість до новаторських ідей та розвиток різноманітності у танцювальному мистецтві.

Творчий експеримент та розвиток нових форм: Київ модерн-балет став важливим центром для творчого експерименту та розвитку нових танцювальних форм, що свідчить про вплив Рада Поклітару на розвиток хореографії в Україні.

2.3. Танцювальна спадщина О. Ратманського в контексті Світового танцювального мистецтва

З початком війни в Україні на деякий час ніби зупинилось життя, всі сфери діяльності людей завмерли в очікуванні миру та спокою, але люди які живуть у нашій країні розуміють, що потрібно вчитись жити далі та боротись проти зла.

«Балет проти війни» – з таким лозунгом у США українські біженці танцівники представили інтерпретацію відомої вистави «Жизель». З початком війни 60 українських артистів балету виїхали за кордон, рятуючи своє життя. Але важкі умови та стресс не завадили їм прославити Україну за допомогою мистецтва.

Американський балетмейстер російського походження Олексій Ратманський був постановником балету «Жизель», та разом з Ігоне де Йон, колишньою прямою-балериною голландської національної опери, вони допомогли українським танцівникам повернутись на сцену та донести до всього світу яку силу та стійкість має наш народ [17, с.80].

О. Ратманський мав задачу відтворити класичну версію балету: притаманні даному балету костюми, музика, хореографічний текст. Але враховуючи долю та життєвий шлях кожного з артистів, балет був сповнений справжніми емоціями, відданою роботою виконавців та майстерністю, підкріпленою тим, що вони всі разом роблять велику справу. Це надало «Жизель» нове бачення та сприйняття глядачами.

Ратманський вирішив не відмовлятися від традиційного вигляду балету «Жизель». Музичний матеріал складався з робіт композитора Адольфа Адана. Костюми схожі до оригіналу, але могли відрізнитись кольорами, відтінками та дрібними елементами. Декорації також представлені схожими до оригіналу. Головний акцент зауважений саме на виконавцях та їх емоційному стані. Для виконавців робота над постановкою мала стати терапією. Це дало їм змогу

повернутись до звичного життя, якісно попрацювати над технікою та образами. Тому на сцені глядач побачив чітку, відпрацьовану техніку, різноманітні малюнки та щирі емоції кожного з артистів. Завдяки терапії танцю під час тренувань та репетицій, Олексію Ратманському вдалось прокричати на весь світ, що мистецтво може подолати навіть війну. Публіка швидко зрозуміла цей посил та підтримала балетмейстера та усіх виконавців.

Після виконаної вистави, Ратманський зробив відокремлену сцену, де до виконавців приєднався український військовий, який втратив обидві ноги на полі бою – Олександр Бুদ্ধко. Разом з трупою він виконав хореографію Емми Евелін. Таке рішення Ратманського було зумовлене його переживанням та спрагою допомогти українському народу. Він відобразив на сцені символ простих людей та військового [6. с.60].

Та як вони залежать один від одного. Народ допомагає хлопцю, а у нього в цей час з'являється мотивація і сили жити та захищати свій народ. Музичним супроводом до цієї окремої сцени стало інструментальне звучання віолончелі.

Костюми у виконавців трупи були майже однакові. Це блакитні лосіни у чоловіків, та трико такого ж кольору у жінок. Головний герой, військовий, одягнений у піксельну сорочку та бежеві шорти. Гармонійне поєднання таких кольорів вдало виглядає на сцені та додає атмосфери.

Ратманський розкрив його образ, як людину з величезною силою, яка навіть втративши кінцівки, може рухатись, танцювати, жити і творити великі справи. Сила в нашому єдинстві, та залежності один від одного. Завдяки підтримці у людей з'являються сили долати будь-які перешкоди. О.

Ратманський зумів вдало передати цей образ на сцені, підкреслюючи важливі істини нашого життя. у своїй хореографії, розкриває потужний образ людини, яка, незважаючи на втрату кінцівок, виявляє надзвичайну силу, здатну танцювати, рухатися, жити та творити. Його творчість стає платформою для висвітлення глибоких філософських та емоційних аспектів життя.

Втрата кінцівок у танцювальному виконанні Ратманського може слугувати символом різноманітних викликів, з якими може стикатися людина у реальному

житті. Через танець він транслює ідею того, що справжня сила не тільки у фізичних можливостях, але і в здатності знаходити підтримку в спільноті. Видатний танцівник та хореограф, використовуючи мову тіла як засіб вираження, створює хореографію, що несе глибокий сенс і емоційний зміст. Він не обмежується лише технічними елементами, але впроваджує філософські та соціальні аспекти у свої роботи.

Образ сили в єдинстві та підтримці стає центральною темою його творінь, де взаємодія і спільнота розглядаються як ключові компоненти для подолання будь-яких труднощів. Його танці дозволяють аудиторії відчувати глибокий зміст та перейнятися важливістю взаємодії та спільності в житті.

Отже, особливість робіт Олексія Ратманського це внутрішній емоційний стан артистів. Завдяки цьому його роботи виділяються та пронизують глядачів, що дає старим постановкам новий підхід. Після всього дійства балетмейстер, у знак поваги до українського народу, розмістив усіх артистів на сцені, де вони тримаючи синьо-жовті прапори заспівали гімн. Таким чином він підкріплює дух виконавців, що дає їм силу для нових робіт.

Видатний митець вдало поєднав реалії життя та мистецтво, не дивлячись на обставини які могли завадити його роботі, він дав поштовх особливій події в історії України. Головна задача була – єднання народу.

Він зробив акцент на тому, що навіть багаторічно відомий балет може заіскритись новими барвами, головне вкласти туди сенс. Роботи О. Ратманського вражають своєю здатністю передавати внутрішній емоційний стан артистів. Це робить його постановки особливими та проникливими, здатними вразити та збурити глядачів, надаючи новий зміст старим творам.

Виділення артистів після вистави та спільне виконання гімну України з синьо-жовтими прапорами є справжнім актом патріотизму та єднання. Це не просто вистава, а вираження підтримки та солідарності з Україною. Такий жест підсилює дух артистів і, безсумнівно, вражає глядачів.

Важливо відзначити, що О. Ратманський не обмежується лише хореографічними аспектами, але також використовує свої роботи як засіб

висловлення соціальних та політичних поглядів. Передача зароблених грошей на гуманітарну допомогу для України свідчить про його активну громадянську позицію та здатність поєднувати мистецтво з реальними викликами сучасності.

Видатний хореограф вдало поєднав мистецтво та активний громадянський стан, роблячи свій внесок у важливу подію в історії України та підкреслюючи силу об'єднання через мистецтво.

Таким чином, в ході дослідження другого розділу, було виявлено та простежено, що Матс Ек, Радуга Поклітару та Олексій Ратманський – три видатних хореографи, кожен з яких вніс свій унікальний внесок у сучасне танцювальне мистецтво. Їх роботи, навіть при всій відмінності стилів, об'єднуються загальною тенденцією розвитку людської сутності, вираження глибоких емоцій та нагадування про ключові цінності сучасного життя.

М. Ек відомий своєю інноваційною хореографією, яка часто звертається до психологічних та соціокультурних аспектів. Його роботи, такі як "Жизеля" і "Весна священна", вражають не лише технічною майстерністю, але й вмінням передавати емоційні стани персонажів. Сцени з його постановок стають віддзеркаленням глибинних переживань та відображенням соціокультурних реалій.

Р. Поклітару, як засновник театру Київ модерн-балет, розробив власну систему підготовки танцівників, що не вимагає обов'язкової академічної балетної освіти. Його постановки відзначаються відкритістю до етнічних та культурних аспектів, а також акцентом на важливості творчого експерименту. Театр Київ модерн-балет став центром для створення нових танцювальних форм, підкреслюючи різноманіття в танці та важливість гуманітарної допомоги через свою творчість.

О. Ратманський вражає своїми танцювальними постановками, які не лише технічно складні, але й проникнуті глибоким сенсом. Він вдало поєднав реалії життя з мистецтвом, створюючи вистави, які акцентують на емоційному стані артистів. Його роботи, такі як та, що була представлена під час гідної реакції на події в Україні, підкреслюють важливість об'єднання народу та сприяють

гуманітарній допомозі.

Усі три митці створюють постановки, що розкривають глибини людських емоцій, нагадують про цінність життя, взаємодії та елементарних людських цінностей. Їхні роботи є не лише хореографічними витворами, але й платформою для сприйняття та відображення сучасних реалій. Кожен з цих митців вніс значний вклад у розвиток танцювального мистецтва.

ТВОРЧИЙ ПРОЕКТ

РОЗДІЛ I. КОМПОЗИЦІЙНИЙ ПЛАН ХОРЕОГРАФІЧНОЇ СЮЇТИ

1.1. Основні характеристики хореографічного твору

Тема. переживання та емоції людей через танцювальних рух

Ідея. донести до глядача, що люди це не завжди зло, а в єдності наша сила.

Вид. сучасна хореографія.

Форма. танцювальна сюїта.

Жанр. лірико-драматичний.

Час дії: XXI ст., літній пізній вечір.

Місце дії: Україна, Наддніпрянщина,

1.2. Дійові особи та їхня стисла характеристика

Головний герой – українська молода дівчина. Виснажена важким ритмом життя, зневірена та слабка. Має надію, що може впоратись зі своїми проблемами самостійно, але їй це не вдається.

Молодий український хлопець, який також змучений вихром життя, який шукає підтримки та розуміння.

3. 4 другорядні дійові особи – символ соціуму, також виснажені молоді люди, які шукають однодумців та допомоги.

1.3. Лібрето

На світ народжується людина, яка вчиться жити. Але з віком вона зіштовхується з проблемами, які збивають її з ніг. Втрати, зради, хвороби. Ця людина намагається з усіх сил з цим впоратись, але її ослаблюють події

останніх років – хвороби та війна. І вона зневірюється. Тоді в її житті з'являється інша людина, з схожим минулим, яка розуміє її почуття, та намагається надати допомогу. Вчить головного героя довіряти, стає для неї другом і надає сил встати і продовжити шлях. Вони вчаться взаємодіяти разом, ніби долають незгоди разом, підтримуючи один одного, і приходять до висновку, що коли вони разом – вони можуть впоратись будь з чим. В цей час вони помічають навколо себе таких самих людей, які прагнуть об'єднатись і допомагати один одному. Вони створюють соціум. У фіналі це сильні люди, які вірять у світле майбутнє та йдуть до нього.

1.4. Розгорнутий зміст.

На початку відтворюються часи України двохтисячних років. На світ з'являється людина, і починає свій розвиток. Вчиться ходити та пізнає навколишнє середовище. Коли вона дорослішає розуміє, що готова до самотійного життя. Далі відтворюється Україна останніх трьох років. Вона пробує для себе щось нове, старається взаємодіяти зі світом. Але в її починаннях трапляються невдачі. Героїня їх обходить. Але вслід приходять ще складніші випробування та проблеми. Героїня зіштовхується зі зрадами, обманом, підставами. Які ламають її внутрішній світ, через що вона падає духом, але все ж таки намагається протидіяти цьому. Наступає час пандемії, яка охопила всю планету, через що героїня дуже змучена і їй важко зробити навіть подих свіжого повітря. І фінальним випробування для неї стає війна. Це лякає дівчину, через що вона закривається в собі повністю зневіряється і чекає загибелі.

Але в її оточенні з'являється молодий хлопець, який розкажує їй танцювальні засоби свою історію, дуже схожу з життям героїні. Хлопець шукає порозуміння та підтримки, і в свою чергу готовий допомогти іншим. Між ними з'являється довіра. Хлопець допомагає героїні долати складнощі, надихає її. Вона в свою чергу відповідає йому взаємністю. З часом вони розуміють, що між ними зав'язалась дружба, і якщо вони разом, вони сильні. В їх просторі

поступово з'являються інші люди. Хлопець та дівчина, які повернулись до нормального ритму життя, приймають нові знайомства та вчаться комунікувати. Такий соціум є символом теперішньої Української молоді, яка в силу свого малого досвіду життя не розуміє як їм жити з психологічними травмами. Вони намагаються знайти однодумців, щоб відчувати себе не самотніми.

Цей соціум молодих людей усвідомлює, що якщо вони будуть рухатись разом, їх стан буде покращуватись і вони можуть бути комусь корисними. Коли один раптово вибивається з групи, йому стає складно і з'являється потреба повернутись назад.

У кінці це впевнені, сильні люди, які готові долати перепони, йти до перемоги і продовжувати жити. Їх обмін знань та досвіду один між одним дав їм змогу зцілитись. Кожен з героїв поступово покидає сцену, і головна героїня залишається сама, але вона впевнена в собі, та стискаючи руки в кулаки починає рухатись у нове життя.

1.5. Драматургія

Загальна драматургія сюїти.

Експозиція. По середині сцени знаходиться людина, яка починає своє життя. Вона знайомиться з навколишнім світом, вчиться рухатись та опановує своє тіло. Це молода українська дівчина, яка починає дорослішати. На її життєвому шляху починають траплятись перепони, які вона долає. Але чим старше вона стає, тим сильніші перешкоди та проблеми. І тепер їй не завжди вдається з легкістю їх долати. Її проблема у тому, що вона одна.

Зав'язка. Їй з кожним кроком стає все важче і важче. Дівчина з усіх сил намагається встати з колін і рухатись далі, але життєві проблеми такі як: хвороби та війна повністю добивають її, через що вона зневірюється та опускає руки.

Але в її житті несподівано з'являється інша людина – хлопець. Розвиток дії. Він також без сил та шукає однодумців. Він намагається знайти контакт до неї, але героїня боїться його та відсторонюється. Хлопець дає їй підтримку та

показує кращі людські якості. Дівчина починає йому довіряти, рухається за ним та між ними виникає дружба. Вони обидва вчаться взаємодіяти один з одним, допомагають та підсилюють свій зв'язок. Героїня повністю починає довіряти партнеру і набирається нових сил. Згодом вони вдвох стоять на сцені і чекають своєї долі.

Кульмінація. Поміж них на сцені починають з'являтися інші хлопці та дівчата, яких герої ще не помічають, бо захоплені один одним. Це образ суспільства яке нас оточує. Далі між ними всіма починається зв'язок, контакт, знайомство. суспільство, крім двох головних героїв, опускається на підлогу, ніби засинає в очікуванні нового дня. Наступає ранок, і усі просинаються. З настанням нового дня, вони сповнені сил та починають рухатись синхронно в одному напрямку, ніби одне ціле. Коли вони об'єднуються, зароджується їх сила. Деколи хтось вибивається із колективу, але на самоті відчуває, що втрачає силу і не може впоратись зі своїми особистими складнощами. Тому одразу повертається до своїх однодумців. Вони виконують багато процесів, змінюючи один одного, але це не відволікає їх, адже вони роблять це заради спільної мети – щасливе майбутнє.

Розв'язка. Сповнені сил вони починають по черзі, хтось по одному, хтось по черзі, віддалятися один від одного, але зв'язок між ними залишається. Коли усі зникають зі сценічного простору, залишається у центра одна головна героїня. Вона впевнено крокує до авансцени, зжимаючи руки в кулаки, що символізує її силу, вона піднімає голову до гори де на неї опускається світло, що є початком нового життя.

Драматургія першої частини танцювальної сюїти.

Експозиція. Дівчина по середині сцени – символ дитини. Вона зростає, та опановує цей світ. Вчиться ходити, розглядає та вивчає своє навколишнє середовище. Довкола неї багато нового та незвичного, з чим вона вчиться взаємодіяти.

Зав'язка. Згодом вона дорослішає, її рухи змінюються та життя теж не стоїть на місці. Героїня показує як справляється з першими складнощами,

робить помилки, але вчиться на них. Вона сповнена сил та весь шукає нових пригод.

Розвиток дії. З віком труднощі стають більшими, але вона самотня, тому зі всіх сил намагається впоратись. Вона зустрічається зі зрадами, брехнею, відторгненням та це робить її вразливо.

Кульмінація. Проблеми зростають, та героїні стає набагато важче. Її спіткають хвороби та епідемії, психоемоційний стан вразливий, тому вона навіть не може впоратись зі своїми емоціями. Вона бігає в пошуках порятунку і допомоги.

Розв'язка. Останнім випробуванням для неї стає війна, через що вона лягає на підлогу та повністю падає духом, незрозуміючи як їй жити далі.

Драматургія другої частини танцювальної сьїти.

Експозиція. У житті героїні з'являється хлопець. Він також знесилений своїми особистими проблемами, та намагається знайти підтримку. Своїми рухами він показує, що йому складно і його переживання рвуться назовні.

Зав'язка. Хлопець намагається познайомитись з героїнею, але та не заважає на нього. Він простягає їй руку, та піднімає з колін. Героїня неохоче рухається за ним.

Розвиток дії. Хлопець починає акуратно контактувати з героїнею, ведучи її за собою, заново вчить її рухатись вільно завойовує її довіру. Героїня неохоче його слухає, але продовжує за ним стежити. Хлопець дарить дівчині спокій та вони починають довіряти один одному. Дівчина стає сміливішою та сама проявляється до хлопця.

Кульмінація. Вони впевнено взаємодіють один з одним та їх психоемоційний стан налагоджується. Герой піднімає дівчину в повітря, крутить та дає їй можливість знову радіти життю.

Розв'язка. Вони зупиняються на середині сцени та довірою дивляться один на одного, в очікування чогось прекрасного, продовжуючи мінімальний тілесний контакт та не помічаючи нічого навкруги.

Драматургія третьої частини танцювальної сьїти.

Експозиція. На сцені поступово починають з'являтися інші хлопці та дівчата. Вони рухаються хаотично символізуючи рух суспільства яке нас оточує. По черзі вони підходять до головних героїв та знайомляться з ними. Після чого кожен з них по черзі лягають на підлогу та засинають. Позаду хлопець та дівчина відходять один від одного та також приєднуються до інших. Усі вони чекають новий день.

Зав'язка. Настає новий день, і всі герої просинаються. Вони піднімаються та починають спільний рух. Відчуваючи один одного вони створюють ніби один механізм, який вправно і впевно рухається. Розділяються на групи, але механізм продовжує працювати. Кожен змінює один одного, але вони продовжують рухатись одним цілим.

Розвиток дії. Кожен з героїв починає рухатись жвавіше, вони сміло контактують один з одним, ніби у них є спільна мета до якої всі рухаються. З часом один з колективу вибивається в сторону, але розуміючи, що він не готовий до самостійності повертається назад до суспільства. Так повторюється багато раз.

Кульмінація. Усі герої сповнені сил, щастя та впевненості, вони сміло біжать уперед долаючи усі перепони. Продовжують допомагати один одному та підтримують.

Розв'язка. Усі виконавці, крім головної героїні, покидають сценічний простір. Але їх ментальний та енергетичний зв'язок залишається. Вони сповнені сил. На сцені залишається дівчина, головна героїня, та крокує вперед, вона стискає долоні в кулаки, що є символом її готовності до нового життя.

1.6. Музичний аналіз

Загальна тривалість хореографічної сюїти – 07:43 хв.

Перша частина – 1:59 хв.

Музична композиція – Черновик

Композитор – Кирилл Ріхтер

Муз. розмір 2/4

Лад. мінорний

Друга частина – 2:04 хв.

Музична композиція – Polly

Композитор – Gem Club

Муз. розмір 4/4.

Лад. мінорний

Третя частина – 5:38.

Музична композиція – In This Shirt

Композитор – The Irrepressibles

Муз. розмір 2/4.

Лад. мінорний.

1.7. Костюми

Жіночий костюм:

Блакитний топ: Це верхній одяг жіночого костюма, який має блакитний колір. Топ може мати різний дизайн, від горловини до крою рукавів.

Блакитні штани: Це нижній одяг жіночого костюма, також виконаний у блакитному кольорі. Штани можуть бути класичними або доповненими якимось декором або деталями дизайну.

Коричнева сорочка: Це, ймовірно, верхній одяг, який може бути носитися під топом або одягнений окремо. Коричневий колір сорочки створює контраст з блакитним топом і штанами.

Босоніжі: Це взуття, яке залишає стопу відкритою, зазвичай без підошви або з мінімальною підошвою. Босоніжі можуть мати різний дизайн і фасон.

Чоловічий костюм:

Коричнева сорочка: Це верхній одяг для чоловіка, виконаний у коричневому кольорі. Сорочка може бути класичної або іншої форми.

Блакитні штани: Це нижній одяг для чоловіка, виконаний у блакитному

кольорі. Штани можуть бути класичними або мають специфічний фасон.

Босоніжі: Це взуття, яке залишає стопу відкритою. Вони можуть бути виготовлені з різних матеріалів і мати різний дизайн.

1.8. Світлова партитура

Перша частина.

Експозиція 0:00 – 0:33

Тепле жовте світло по всій площині сцени.

Зв'язка 0:34 – 0:50

Світло поступово змінюється на холодне, залишається по периметру сценічного простору.

Розвиток дії 0:51 – 1:25

Світло зникає, залишається холодний промінь, який спрямований на героїню, та рухається у заданому нею напрямку.

Кульмінація 1:26 – 1:43

Промінь змінює колір на червоний та продовжує рухатись за героїнею.

Розв'язка 1:44 – 1:59

На сцені повна темрява, промінь змінює колір на білий холодний та залишається на місці де знаходиться героїня.

Друга частина.

Експозиція 2:00 – 2:27

Білий, холодний промінь зникає з героїні, та з'являється на хлопці.

Зав'язка 2:28 – 2:45

Сцена освічується синім світлом повністю.

Розвиток дії 2:46 – 3:40

Сцена освічується білим холодним світлом повністю.

Кульмінація 3:41 – 4:14

Холодний відтінок змінюється на теплий.

Розв'язка 4:15 – 4:40

Сцена свічується жовтим світлом. На хлопця та дівчину посередині, наводиться білий промінь. На останніх п'яти секундах світло повністю зникає. Третя частина.

Експозиція 4:41 – 5:05

З авансцени до кінця сцени починає поступово з'являтися біле світло і три жовтих промені.

Зав'язка 5:06 – 5:52

Промені зникають. Сцена повністю освічується білим холодним світлом.

Розвиток дії 5:53 – 6:39

На середині сцени знаходиться широкий білий промінь, весь інший простір сцени підсвічується блакитним.

Кульмінація 6:40 – 7:28

З авансцени сцена підсвічуються білим кольором. Біля куліс та задній план освічує строб.

Розв'язка 7:29 – 7:43

Зі сцени поступово починає зникати світло, залишається один жовтий промінь який виводиться а героїню до кінця музики.

ВИСНОВКИ

Вивчення тілесного руху людини досить складна тема, якою займаються багато дослідників. В хореографічному мистецтві це має велику значимість, адже усі люди відчують своє тіло по різному. Якість руху може залежати від навколишнього середовища, температури, обставин та психоемоційного стану людини. Усі процеси в нашому тілі взаємопов'язані.

Танцювальна терапія, дослідженням якої займався Рудольф Лабан, принесла світу багато нових відкриттів про людське тіло. Цікаво те, що навіть сьогодні, при роботі з танцівниками, використовують його техніки та праці.

З приходом індустріалізації та швидкого розвитку новітніх технологій, людям не обхідно вчитись до них адаптуватись. Психічна система людей не завжди легко приймає різкі зміни у нашому житті, через що, виникають проблеми з комунікацією, пристосуванням та самовідчуттям. Необхідно вчасно помічати подібного роду проблеми та вирішувати їх різними способами, одним з яких є танцювальна терапія. Це дійсно вдалий шанс налагодити емоційний стан та відчувати своє тіло краще.

Тема емоційного відновлення людини, є актуальною у багатьох танцювальних постановках відомих балетмейстерів. Адже, все частіше люди починають забувати прості істини життя та його цінність. Мистецтво служить не тільки для того, щоб розволікати, але й для того щоб глядачі могли винести для себе якийсь урок.

В умовах сьогодення висвітлення таких тем є особливо необхідністю. Молодь, яка зараз живе у часи війни інколи не може зрозуміти яке їх призначення у цьому світі, ким вони себе бачать та в чому може проявлятись їхня індивідуальність. Люди не можуть порозумітись із собою.

В таких випадках танцювальна терапія та захоплення до мистецтва може чинити лікувальну дію, а саме зцілювати та об'єднувати суспільство. Здорова, розумна та об'єднана нація – це великий крок до щасливого майбутнього. Важливо почати з себе, і зміни навколо не заставлять чекати.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аббязова Б.Т. Хореографічна алеаторика в творчості новаторів М. Каннінгема та Дж. Кейджа. Вісник КНУКіМ. 2017. Вип. 36. С. 58-65. 2.
- Андрощук Л. М. Еволюція хореографічного мистецтва як явища культури в контексті аналізу передумов відкриття хореографічно-педагогічних спеціальностей в вищих педагогічних навчальних закладах України. Проблеми підготовки сучасного вчителя. Умань, 2015. Вип. 12. Ч. 2. С. 272-281. 3.
- Андрощук Л. М. Формування індивідуального стилю діяльності майбутнього вчителя хореографії дис. ... на здобуття наук. ступ. канд. пед. наук: 13.00.04 «Теорія та методика професійної освіти» / Інститут вищої освіти АПН України. Умань, 2009. 200 с.
4. Бернадська Д. Сучасна хореографії в контексті синтезу мистецтв. Актуальні питання гуманітарних наук. Дрогобич, 2013. Вип. 7. С. 78-86. 5. Білаш П. М. Балетмейстерське мистецтво і становлення української сценічної хореографії у контексті розвитку європейської художньої культури 10-30-х рр. XX ст. дис. канд. мистецтвознав / Інститут мистецтвознав., фольклористики та етнології ім. М. Ф. Рильського НАН України. К., 2004. 169 с.
6. Бойко О. С. Художній образ в українському народно-сценічному танці : автореф. дис. канд. мистецтвознав. : 26.00.01 «Теорія й історія культури». / Київський нац. ун-т культури і мистецтв. К., 2008. 19 с.
7. Антіпова І. Аніко Рехвіашвілі: Я вибудовую емоції. // Майдан зірок. – 1998. № 19.
8. Бернадська Д.П. Феномен синтезу мистецтв в сучасній українській сценічній хореографії: автореф. дис. канд. мистецтвознавства: 17.00.001 / КНМА ім. П.І. Чайковського. – К., 2005. – 20 с. йн К. – М.: Сов. художник, 1988. – 456 с. – вып. № 23.
9. Білаш П.Н. Балетмейстерське мистецтво і становлення української хореографії у контексті розвитку європейської художньої культури 10–30 років XX ст.: автореф. дис. канд. мистецтвознавства: 17.00.01 / ДА КККіМ. – К., 2000.

– 18 с.

10. Бойко Є.В. Деякі проблеми українського балетного мистецтва (оглядова довідка за матеріалами преси) // К.: Міністерство культури і мистецтв України. Національна парламентська бібліотека України. Інформаційний центр з питань культури та мистецтва. 1996. – Вип 5/5.

11. Кохан Т.Г. Експресіонізм в контексті видової специфіки мистецтва: автореф. дис. канд. мистецтвознавства: 17.00.01. – К.: ДАКККиМ, 2002. – 19 с.

12. Левчук Л.Т. та ін. Естетика / Левчук Л.Т.. – К.: Вища шк., 2000. – 399 с.

13. Левчук Л.Т. Західноєвропейська естетика XX ст. / Левчук Л.Т. – К.: Либідь, 1997. – 224 с.

14. Пастух В.В. Модерні хореографічні напрями в Галичині (20-30-ті роки XX століття). – К.: Знання, 1999. – 41 с.

15. Пастух В.В. Модерні хореографічні напрями в Галичині (20-29ті роки XX ст.): автореф. дис. канд. мистецтвознавства: 17.00.01. – К.: КНУКиМ, 1999. – 21 с.

16. Погребняк М.М. Біля витоків вітчизняної школи модерну в хореографії. К.: Вісник КНУКиМ, 2003. с. 93 –104. – вип. № 9 17. Чепалов О.І. Хореологія як наукова дисципліна (Пролегомени) / Олександр Чепалов // Культура і сучасність: Альманах. – К.: Держ. акад. керівних кадрів культури, 2004. – С. 80–87.

18. Шариков Д.І. Класифікація сучасної хореографії: наук.-попул. ви-ня / Шариков Д.І. К.: Видавець Карпенко В.М., 2008. – 168 с.

19. Шариков Д. І. Теорія, історія та практика сучасної хореографії.[Генезис і класифікація сучасної хореографії – напрями, стилі, види.]: Монографія / Шариков Д. І. – К.: КиМУ, 2010. – 208 с.

20. Цебенко І. Балетознавство. Енциклопедія сучасної України. 2003. URL : http://esu.com.ua/search_articles.php?id=40114 (дата звернення: 15.11.2020). 21. Чепалов О. І. Мистецтву танцю – широкі наукові обрії. Культура України. Вип. 42. 2013. С.62-70.

22. Яніна-Ледовська Є. В. «Весна священна» І. Стравинського. Від етнографії до філософії буття. Традиції та новації у вищій архітектурно художній освіті: зб. наук. пр. Вип. 2. Харків, 2014. С. 72-76.

23. Яніна-Ледовська Є. Ф. Класифікація стилів та напрямків сучасного хореографічного мистецтва. Культурологія та соціальні комунікації: інноваційні стратегії розвитку: матеріали міжнар. наук. конф. (Харків, 8-9 груд. 2011 р.). Харків, 2011. С. 45-47.