

МАТЕРІАЛИ

X Міжнародної науково-практичної конференції

СУЧАСНІ СТРАТЕГІЇ РОЗВИТКУ ХОРЕОГРАФІЧНОЇ ОСВІТИ

УМАНЬ - 2023

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
УМАНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ПАВЛА
ТИЧІНИ
НАВЧАЛЬНО-ПРАКТИЧНА ЛАБОРАТОРІЯ «КОНСОНАНС РУХУ ТА ДУШІ»
КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА
БЕРДЯНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ГРОМАДСЬКЕ ОБ'ЄДНАННЯ «УКРАЇНСЬКА СПІЛКА» (ТУРЕЧЧИНА)
ГРУЗИНСЬКИЙ ХОРЕОГРАФІЧНИЙ ЦЕНТР,
ТОВАРИСТВО З РОЗВИТКУ КУЛЬТУРИ ТА ТУРИЗМУ (ГРУЗІЯ),
JUGENDZENTRUM SCHWELM (МОЛОДІЖНИЙ ЦЕНТР У ШВЕЛЬМІ),
ТЕАТР ПЕДРА II (БРАЗИЛІЯ)

МАТЕРІАЛИ

X Міжнародної науково-практичної конференції СУЧАСНІ СТРАТЕГІЇ РОЗВИТКУ ХОРЕОГРАФІЧНОЇ ОСВІТИ

30 березня 2023 р.



м. Умань
ВПЦ «Візаві»
2023

Редакційна колегія

ТЕРЕШКО Інна Григорівна – кандидатка педагогічних наук, доцентка кафедри хореографії та художньої культури, в.о. декана факультету мистецтв Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини, *гол. ред.*;

БИКОВА Ольга Вікторівна – кандидатка педагогічних наук, доцентка, завідувачка кафедри хореографії та художньої культури Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини, *заст. гол. ред.*;

СИЗОНЕНКО Вікторія Анатоліївна – кандидатка педагогічних наук, доцентка кафедри хореографії та художньої культури Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини, *відпов. ред.*

Рецензенти:

АНДРОЩУК Людмила Михайлівна – кандидатка педагогічних наук, доцентка, завідувачка кафедри хореографії Київського університету імені Бориса Грінченка

МАРТИНЕНКО Олена Володимирівна – заслужений працівник культури України, кандидатка педагогічних наук, доцентка, завідувачка кафедри теорії та методики навчання мистецьких дисциплін Бердянського державного педагогічного університету

*Рекомендовано до друку Вченою радою факультету мистецтв
Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини
(протокол № 12 від 28 квітня 2023 року)*

Сучасні стратегії розвитку хореографічної освіти: матеріали X Міжнародної науково-практичної конференції (м. Умань, 30 березня 2023 р.) / ред. кол. : І. Г. Терешко (гол. ред.), О. В. Бикова, В. А. Сизоненко (відповід. ред). Умань, ВПЦ «Візаві», 2023. 140 с.

До збірника увійшли матеріали X Міжнародної науково-практичної конференції «Сучасні стратегії розвитку хореографічної освіти».

У матеріалах конференції розглядаються такі проблеми: «Актуальні проблеми навчання та виховання засобами мистецтва», «Теоретичні та методологічні аспекти формування творчого потенціалу майбутнього вчителя хореографії», «Сучасні стратегії підготовки майбутнього вчителя хореографії», «Інтеграція мистецтв в системі хореографічної освіти», «Мистецтво як засіб підтримки під час війни».

Науковий збірник призначений для усіх, хто цікавиться проблемами розвитку та вдосконалення хореографічної освіти.

Автори опублікованих матеріалів несуть повну відповідальність за достовірність наведених фактів, цитат власних імен та інших відомостей.

Редакційна колегія не несе відповідальності за зміст публікацій та може не поділяти думку автора.

Зміст

Алаєв М. М. <i>Хореографічна культура народного танцю в Україні XXI ст.....</i>	6
Бажаров О. В. <i>Історія виникнення та розвитку грецького танцю.....</i>	10
Бикова О. В. <i>Збереження і оновлення традицій української народної культури за часи занепаду.....</i>	16
Бортник К. В. <i>Популяризація українського танцювального мистецтва в умовах воєнного часу (на прикладі гастрольної діяльності театру танцю «Заповіт»).....</i>	21
Діброва В. М. <i>Вплив української народної хореографії на естетичний розвиток підростаючого покоління.....</i>	25
Долинна М. О. <i>Застосування техніки імпровізації у роботі з хореографічним колективом.....</i>	29
Заєць С. С. <i>Формування екокультури особистості засобами творчих проєктів у підготовці вчителя хореографії.....</i>	34
Когут Н. С. <i>Проблема постановки хореографічної композиції на екологічну тематику.....</i>	42
Колногузенко Б. М. <i>Методологічні основи навчальної та виховної роботи у дитячому хореографічному колективі.....</i>	45
Лавриненко С. О. <i>Актуальні проблеми підготовки хореографів під час навчання в ЗВО.....</i>	50
Люблінська І. О., Благова Т. О. <i>Використання хореографії, як методу впливу на фізичний стан людей з порушенням руху.....</i>	55
Макарчук Я. В. <i>Висвітлення теми радіаційного забруднення засобами хореографії.....</i>	60
Маркіна В. В. <i>Національне виховання студентської молоді засобами народно-сценічного танцю.....</i>	65
Мартиненко О. В. <i>Проблематика підготовки вчителем хореографії відносно проєкту Стандарту вищої освіти зі спеціальності 014 Середня освіта.....</i>	70

ВИКОРИСТАННЯ ХОРЕОГРАФІЇ, ЯК МЕТОДУ ВПЛИВУ НА ФІЗИЧНИЙ СТАН ЛЮДЕЙ З ПОРУШЕННЯМ РУХУ

*Люблінська І.О., здобувачка другого
(магістерського) рівня освіти психолого-
педагогічного факультету,
кафедри хореографії
Полтавського національного педагогічного
університету імені В.Г. Короленка*
*Благова Т.О., докторка педагогічних наук,
доцентка кафедри хореографії
Полтавського національного педагогічного
університету імені В.Г. Короленка*

©Люблінська І. О., 2023

©Благова Т. О., 2023

Танець – це рух, а рух – це життя! Вперше, хореографію почали застосовувати, як різновид лікування ще з давніх часів. Засновницею танцювально-рухової терапії вважається Меріон Чейс, американка, що після травматичного ураження хребта опанувала дану методику на власному досвіді. Вивчаючи та практикуючи сучасний танок, вона довела його практичне значення, як терапевтичного методу для реабілітації хворих із різноманітними психічними розладами. Отримуючи позитивні результати, Чейс почала впроваджувати її в маси. Значної розповсюдженості цей метод набув у часи Другої світової війни та повоєнні часи, як комплексна складова реабілітації військово-службовців [4, с. 384]. Пізніше

Меріон Чейс заснувала Американську асоціацію танцювально-рухової терапії (American Dance Therapy Association) та стала її першим президентом. Дана спілка активно впроваджує своє надбання і у наші дні, залучає до роботи танцювальних терапевтів з усього світу.

Вивчаючи різні джерела та аналізуючи роботи науковців стосовно танцювально-рухової терапії, можна дійти висновку, що це безумовний метод психічної реабілітації, що дозволяє пізнати власне «Я», сконцентруватись на спокої, власному тілі, емоціях, переживаннях [3, с. 43]. Але чи дійсно на цьому все? Як показує практика, заняття танцями з метою лікування не тільки покращують психоло-

гічний стан пацієнтів, але й знаходять своє відображення у фізичному стані танцівників.

Особливо дієвим методом танцювально-рухова терапія є у таких клінічних випадках, як: хвороба Паркінсона, астено-невротичний синдром, постінсультна реабілітація, діти із затримкою психічного розвитку, тривожні та депресивні розлади, відновний післяопераційний період, постімобілізаційний період, реабілітація військово-службовців після травм, протезування, з посттравматичним стресовим розладом.

Навчання хореографії, її освоєння, запам'ятовування, опанування техніки виконання, швидкості, музичності і таке інше, допомагають сконцентруватися як на позитивних думках, так і покращити фізичний розвиток за рахунок збільшення толерантності до фізичних навантажень, покращення мобільності окремих сегментів хребта, збільшення об'єму рухів у суглобах, відновлення балансу. Постановка мети та її досягнення відображаються на гормональному фоні пацієнтів, а саме підвищують синтез нейромедіаторів, які впливають не тільки на психологічний стан людини, але й приймають участь у руховій активності, увазі, концентрації [1, с. 120-122].

Організуючи заняття з танцювально-рухової терапії необхідно керуватися, як загальними принципами реабілітаційних програм, так і спираючись на педагогічні методики. Заняття повинні бути цікавими, різноплановими, комплексними, із логічно побудованою структурою, дозованим навантаженням, індивідуальним підходом, систематичні, з реальною, досяжною метою. Тобто, планка повинна бути задана попередньо, не перевищена, але й не занадто низька. Наприклад, вивчаючи рок-н-рол, ми не будемо ставити за мету опанування акробатичних підтримок, проте і простих базових кроків буде замало. Надлегка хореографія не зацікавить пацієнта, не буде мотивувати його, приносити задоволення та зведе нанівець весь ефект тренувань. Безцільний набір рухів, що не поєднані у єдину комбінацію, яку можна було б продемонструвати на сцені/для звіту/поза тренувальним залом в цілому – не мають жодного сенсу, а відповідно і терапевтичного впливу. Рекомендується створювати повноцінні постановки, бажано, сюжетні, залучати пацієнтів до виступів на відкритих заняттях, конференціях або просто у парках, скверах, тим самим ставлячи перед ними чітку мету, змінюючи обстановку, виконуючи певний план, що буде сприяти не аби якому поштовху

до розвитку та мотивації, як у фізичному сенсі, так і у психологічному.

Для того, щоб поставити правильні цілі та досягти їх, необхідно розуміти принципи та підходи до організації самого тренування. З педагогічної точки зору, заняття можна будувати двома шляхами: запам'ятовувати композицію від початку і до кінця, а потім тренувати або вивчати поступово рух за рухом і тут же його відпрацьовувати [2, с. 48-51]. Вибір методики викладання залежить від контингенту з яким доведеться працювати, компенсованості захворювань, особистісного підходу. Попри це, необхідно пам'ятати про делікатність поводження із танцівниками, що мають певні захворювання і обирати першочергову форму заняття: групову чи індивідуальну. Частина пацієнтів комфортніше відчуває себе у соціумі, де люди мають ті ж самі клінічні прояви, захворювання або особливості, що й вони. Це дає можливість активного впровадження соціальної реабілітації, а саме: зменшення психологічного бар'єру між одногрупниками, поява довіри один до одного, обмін проблемами та досвідом у боротьбі з ними і так далі. Проте, є й ті люди, що соромляться своїх вад і віддають перевагу індивідуальним заняттям, можливо, з

послідуючим введенням в групу. Групові заняття мають перевагу не лише з точки зору об'єднання певного соціального прошарку, але й з технічних причин. З'являється більше можливостей для постановки групових номерів, опрацювання хореографії у парах, розширюється коло завдань та цілей, що можна поставити перед танцюючими пацієнтами. Доступними стають більшість ігрових завдань на розвиток когнітивних функцій, більше тренінгів для взаємодії між собою та з тренером. Комфорт та довіра у групі – запорука появи бажання відвідувати тренування знов і знов.

Щодо тривалості одного заняття з танцювально-рухової терапії та кількості їх на тиждень – все також залежить від особливостей учасників, їх фізичних можливостей та досвіду у відвіданні подібних занять. Іноді, має сенс розділяти тренування на дві частини, які відмежовані певним обговоренням, ігровим завданням, дихальними вправами або іншими методиками, що дадуть змогу відпочити та переключити увагу на невеликий проміжок часу. Стосовно кількості, оптимальний варіант – це 1-2 заняття на тиждень.

Обираючи напрям хореографії, не слід концентруватися на чомусь одному. Комплексно оцінюючи стан

пацієнта, його потреби у відновленні та особисті вподобання, рекомендовано вивчати той чи інший стиль, а можливо, відразу й декілька. Було виявлено, що вправи на розтягування та заняття стилем танцю Vouge зменшують тремор під час руху; Нір-нор слід обирати у післяімобілізаційному періоді, коли є проблеми із ставанням на кінцівку, ходою; бальна хореографія покращує мобільність усіх суглобів, а контемпорарі не аби як допомагає встаткувати психологічний стан. Як приклад, наведені основні напрямки танцю, які активно впроваджуються у реабілітаційній практиці, проте й інші стилі заслуговують на увагу та використання з лікувальною метою. В даному випадку, доречно приймати до відома думку і самих пацієнтів та їх побажання. Не слід змушувати людину вивчати той чи інший танок, якщо вона почуває себе некомфортно або їй банально не подобається хореографія. Те саме стосується й музичного супроводу. Він повинен бути в міру складним, відповідати напрямку хореографії, бути ритмічним, приємним на слух, подобатись пацієнтам. Пам'ятаємо, що готуємо не професійних танцівників, а ставимо пріоритетом саме емоційний стан виконавців. Тому, якщо ви спеціаліст у бально-спортивній хореографії, а ваші учні просять гопак – підберіть декілька

простих рухів, зміксуйте їх у щось на кшталт фристайлу і це задовольнить як пацієнтів, так і стане певним досвідом у опануванні іншого стилю для вас.

Відходячи від впливу на психічний та фізичний стан пацієнтів, хотілося б навести приклад, коли заняття танцювально-руховою терапією приносять користь і у повсякденному житті. Зі слів хворого, який тривалий час практикував заняття хореографією, згадавши зв'язку танцю танго він врятував себе від падіння у людному місці. Їдучи автобусом, при виході на зупинці, пацієнта із хворобою Паркінсона «понесло» на швидкості до дверей. Роблячи крок з правої ноги, він помітив перешкоду під лівою, але вже не міг зупинитися або перескочити її. Згадавши комбінацію, пацієнт виконав синкопований крок та знову пішов на праву ногу, таким чином відновивши баланс та не збавляючи швидкість.

Даний прецедент вказує на те, що заняття танцювально-руховою терапією доцільно призначати не лише з метою психологічного розвантаження або боротьби з депресією, але й у випадках, коли потрібно вдумливо опанувати хореографію і застосувати її у біомеханіці повсякденного руху, навчитись контролювати власне тіло, позбавитись від певних пагубних стереотипів руху,

що розвинулись внаслідок того чи іншого захворювання.

Зважаючи на вищеперераховані вимоги до організації занять, бажано, щоб спеціалістом виступав хореограф із медичною освітою. Рідкісне поєднання знань та навичок обох сфер дозволить досконало пропрацювати проблему, встановити найвдаліші цілі, підібрати найвлучнішу хореографію для їх досягнення. Медична освіта тренера є запорукою

того, що людина зможе об'єктивно оцінити стан компенсованості хворого, зрозуміє патогенез захворювання, зможе надати першу допомогу при потребі. В той час, як хореографічна складова буде більш корисною у знаннях біомеханіки руху, дасть можливість логічно побудувати кроки та пояснити техніку їх виконання, що якомога швидше призведе до бажаного результату.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Neil R. Carlson, Melissa A. Birkett., *Physiology of Behavior* 12th Edition (January 1, 2017) 120-122 с.
2. Благова Т. О. Професійно-практична підготовка хореографа в умовах вищої педагогічної освіти / Т. О. Благова // *Мистецтво та освіта.* – 2017. – № 1(83). – С. 48–51.
3. Бриндіков Ю.Л. Арт-терапія: суть, можливості роботи з військовослужбовцями учасниками бойових дій / *Науковий вісник ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота».* – 2017. – випуск 2, 43 с.
4. Люблінська І. О. Особливості застосування танцювально-рухової терапії у пацієнтів з хворобою Паркінсона / І. О. Люблінська // *The XIII International Scientific and Practical Conference «Multidisciplinary academic research, innovation and results»*, April 05–08, 2022, Prague, Czech Republic. – Prague, 2022 – P. 384–388.