

З наукової точки зору, процес формування авторського стилю доцільно розглядати в парадигмі культурної ідентичності та професійної суб'єктності. Хореограф із власним стилем — це не лише митець, здатний до творчого самовираження, а й активний агент культурного поля, який продукує нові сенси, сприяє осмисленню національного спадку в умовах глобалізації та актуалізує діалог між традицією та сучасністю.

Таким чином, авторський стиль постає не лише як прояв індивідуальності, а як стратегічна платформа професійної реалізації хореографа. Його формування потребує інтеграції художнього, методологічного, освітнього та дослідницького підходів. Саме в такому багатовекторному полі зростають митці нового покоління — ті, що мислять концептуально, діють автономно, створюють автентичний танцювальний продукт і залишають свій слід у культурному просторі сучасності.

А. Паладійчук

ПРОБЛЕМА РОЗВИТКУ ГНУЧКОСТІ ТАНЦІВНИКІВ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

A. Paladiichuk

THE PROBLEM OF DEVELOPING THE FLEXIBILITY OF DANCERS IN THE CONDITIONS OF DISTANCE LEARNING

Збройна агресія російської федерації проти України, зокрема зумовлене небезпекою раптових повітряних атак дистанційне навчання, неможливість звичного тренувально-репетиційного процесу, тривалі перерви в танцювальній практиці на новому рівні ставлять питання підтримання оптимальної танцювальної форми як професійних танцівників, так і здобувачів профільної освіти. Як виявилось, звичні з дитинства методи і прийоми або не працюють, або призводять до зниження фізичних кондицій чи травмування.

Перш за все в означених умовах загострюється проблема підтримання і розвитку гнучкості, мабуть, головної турботи всіх сучасних танцівників, зважаючи на панування в сучасній хореографії великих амплітуд і ефектних незвичайних рухів.

Традиційні системи підготовки танцівників, зокрема класичний тренаж, вже півстоліття як виявили свою неспроможність виробляти великі амплітуди, що зумовило звернення танцівників, репетиторів і балетмейстерів до інших систем фізичної підготовки, зокрема до художньої гімнастики і акробатики. Так на додаток до традиційного тренажу біля станка і на середині залу додалися партерний тренаж, вперше запропонований Б. Князевим в середині ХХ ст., і різноманітні розтягування. Усі ці доповнення до класичного тренажу викликали опір педагогів старої школи, котрі наполягали на самодостатності класичного тренажу як засобу формування техніки сценічно виразного тіла. Досвід свідчить, що класичний тренаж до сьогодні є ефективним методом формування і підтримання базової фізичної форми танцівника, однак лише в тому разі, коли застосовується в чистому вигляді і у відповідності до актуального стану танцівника, тобто в разі втрати форми варто повертатися на попередні рівні складності рухів і їх комбінацій. Однак проблема розвитку великих амплітуд вимагає цілеспрямованої роботи з м'язами кора —

комплексом глибоких та поверхневих м'язів, які стабілізують хребет, таз і стегна, відповідають за правильну поставу, рівновагу та ефективність рухів.

Останнім часом в танцювальному середовищі активно поширюються інноваційні методики тренувального процесу, котрі передбачають науково обґрунтований функціональний підхід. Це різноманітні вправи з вагою власного тіла, вертикальні, горизонтальні, з застосуванням міофасціальних ролів, м'язів різного розміру, еластичних стрічок-еспандерів, різних за формою і вагою обтяжувачів.

Тривалі перерви у звичному тренувальному процесі неминуче призводять більшість танцівників до втрати оптимальної фізичної форми і змушують шукати шляхи її відновлення. Причому ті прийоми і методи, які використовували з дитинства, можуть виявитись неефективними і навіть небезпечними. Перш за все йдеться про дуже поширені вправи пасивного розтягування. Ефективні в дитинстві, безпечні для початку тренувального дня, вони виявляються вкрай шкідливими як самостійне тренування. Больові відчуття, що виникають в процесі тренування в дорослому віці, мають стати стимулом шукати інші підходи і вправи для розвитку і підтримання фізичної форми. Перш за все слід акцентувати увагу на розвитку контролю рухів, відчутті власного тіла, активному русі в суглобах, поступовому навчанню нервової системи новим амплітудам, балансі мобільності і стабільності.

Таким чином, українським танцівникам у сучасних умовах слід більше уваги приділяти інноваційним функціональним методикам розвитку гнучкості, в разі потреби відмовляючись від звичних з дитинства травмонебезпечних вправ заради своєї тривалої і успішної творчої кар'єри.

Є. Подкопай

КОМУНІКАТИВНІ СТРАТЕГІЇ В СПІЛКУВАННІ ВИКЛАДАЧА І КОНЦЕРТМЕЙСТЕРА В ХОРЕОГРАФІЧНОМУ КЛАСІ

Е. Подкопай

COMMUNICATIVE STRATEGIES IN THE COMMUNICATION OF THE TEACHER AND THE CONCERTMASTER IN THE CHOREOGRAPHY CLASS

Комунікація є одним із ключових факторів взаємодії між всіма учасниками навчального процесу. Завдяки спілкуванню вирішуються педагогічні, виховні, організаційні завдання, створюється доброзичлива атмосфера уроку. Збалансована модель спілкування та актуальні принципи комунікації, що реалізуються на хореографічному занятті, складають міцний фундамент довіри і підтримки на всіх рівнях особистісної взаємодії в системі «викладач — концертмейстер — здобувач(і)», на якому ґрунтується навчальний процес. Саме завдяки «погляду в одному напрямку», взаємоповазі, порозумінню та узгодженості прагнень і очікувань всіх учасників навчання досягається максимальна ефективність та результативність занять. Представлена тема є малодослідженою в аспекті хореографічної освіти, що зумовлює новизну запропонованого проблемного ракурсу.

Творча складова хореографічного мистецтва вимагає індивідуального підходу в межах обраної комунікативної стратегії. Це спричинено як особливостями фізичного та психоемоційного розвитку, котрі постають впливовими факторами в комунікативній моделі «викладач — здобувач», так і рівнем художнього, зокрема,