

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.  
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»  
Факультет искусств

Кафедра теории, истории  
и педагогики искусства

## **РАЗВИТИЕ НАВЫКОВ ИМПРОВИЗАЦИИ СРЕДСТВАМИ СОВРЕМЕННОГО ТАНЦА**

**АВТОРЕФЕРАТ  
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ БАКАЛАВРА**

студентки 5 курса 541 группы  
направления 52.03.01 «Хореографическое искусство»  
профиль «Искусство современного танца»

**ЛЫКОВОЙ АННЫ АЛЕКСЕЕВНЫ**

Научный руководитель  
профессор, док. пед. наук \_\_\_\_\_ И. Э. Рахимбаева  
(подпись, дата)

Зав. кафедрой  
профессор, док. пед. наук \_\_\_\_\_ И. Э. Рахимбаева  
(подпись, дата)

Саратов 2024

**Введение.** Современная хореография занимает важное место в жизни человека, т.к., обладая своим пластическим языком, она как нельзя лучше отражает стремительный ритм сегодняшней жизни. Понимание физических возможностей своего тела, которое дает современный танец, способствует воспитанию уверенности в себе, предотвращает появление различных психологических комплексов, способствует выражению своей индивидуальности.

Современный танец позволяет проявить все грани творчества, помогает танцору в самовыражении, в осмыслении мира и себя в мире. Особенность искусства XXI в. в том, что полнота выражения индивидуальности становится главным критерием оценки произведения искусства (будь то танец, картина, музыкальное произведение и пр.). Эталонов, которые могли бы служить мерилем совершенства подлинно новаторских произведений, не существует. Неудивительно поэтому, что извечная проблема «соответствия формы и содержания» в современном искусстве вновь обрела свою актуальность. То, насколько новые танцевально-пластические средства выражают новую тему (или новое осмысление традиционной) — по-прежнему основной объективный критерий художественных достоинств произведения.

На рубеже XX и XXI вв. в американском и европейском художественном танце высоко ценится импровизация как исполнительская практика и ее считают отличительной и обязательной составляющей современного танца. Уже в 1980-х и 1990-х гг. импровизация становится одним из ключевых компонентов танцевальных постановок и хореографических систем. Импровизационные методы используются в качестве средств создания и постановки хореографии, тем самым становясь неотъемлемыми составляющими хореографического процесса и танца самого по себе, а также они систематически используются в рамках непосредственного исполнения танца и служат расширению источников движения.

Ученые исследователи и педагоги-практики считают, что импровизация универсальна, так как способна повышать общий уровень танцевальности исполнителя вне зависимости от уровня технической оснащенности танцовщика. Импровизация синтезирует различные техники современного танца, что служит их взаимообогащению и разнообразию любых хореографических стилей и техник в целом. И не стоит забывать, что импровизацию можно рассматривать как метод поиска новой хореографической лексики, средство выработки уникального хореографического языка и пр.

Поэтому импровизация может и должна использоваться в учебном процессе как уникальное всеохватывающее средство развития танцовщика. Внедрение предмета танцевальной импровизации в учебный процесс позволит качественно повысить уровень исполнения и понимания современного танца. Ведь именно в импровизации ребенок как бы раскрепощается, так как ему не надо подражать танцу других, что бывает часто очень нелегко. Выступая с собственными движениями, ребенок не боится танцевать неверно и продемонстрировать тем самым свое неумение. Было замечено, что пробудить интерес ребенка к танцу бывает легче именно в ходе импровизирования.

Это делает тему выпускной квалификационной работы актуальной.

Цель выпускной квалификационной работы: изучить развитие навыков импровизации средствами современного танца.

Задачи работы:

1. Рассмотреть современный танец и определить пути его развития.
2. Представить роль импровизации в современном танце.
3. Выявить формы работы по развитию навыков импровизации средствами современного танца.
4. Разработать методические рекомендации по развитию навыков импровизации средствами современного танца.

**Методологической основой исследования** явились работы таких ученых как: Барышникова, Т.К, Азарова, Л.Н., Абрамов, Г.М, Валукин, Е.П., Даренская, Н.В., Гиршон, А.Е., Никитин, В.Ю., Пономарев, Я.А., Мордовина, И.Н.и другие.

Выпускная квалификационная работа имеет традиционную структуру и состоит из введения, двух глав, заключения и списка использованных источников.

В первой главе представлены теоретические основы развития навыков импровизации при работе педагога-хореографа над современным танцем. Первый параграф представляет материал по современному танцу и его общей характеристике. Во втором параграфе рассмотрена роль импровизации в современном танце.

Вторая глава также состоит из двух параграфов. В первом параграфе рассмотрены пути и формы работы по развитию навыков импровизации при работе педагога-хореографа над современным танцем. Во втором параграфе представлены методические рекомендации по развитию навыков импровизации при работе педагога-хореографа над современным танцем.

Работу завершает список использованных источников и приложения, которые расширяют и дополняют основное содержание работы.

### **Основное содержание работы.**

Танец – самый древний и красивый способ общения, способ самовыражения. Помимо «спортивной» функции - развития и понимания тела, приобретении пластики и грации, танец несет в себе коммуникативную и психологическую функцию. Как жест и мимика – танец - это выражение чувств и эмоции. Причем выражение это происходит не совестно, т.е. не рациональным способом, а инстинктивно - телесно. Поэтому язык танца универсален, в нем нет рамок. Каждое танцевальное движение несет в себе смысловую нагрузку - определенный код. Этот код - отношение танцующего к музыке, к тому, что он «играет» танцем. Первичная функция танца - это и есть сам танец, это движение, движение под определенную музыку.

Вторичная же функция - непосредственное значение каждого движения в танце, его расшифровка. Таким образом, танец очень богат такими кодами, которые нуждаются в расшифровке. Расшифровка же происходит каждым человеком в зависимости от его собственного восприятия танца, а так же правильность расшифровки зависит от того, насколько четко и ясно танцующий движениями передал сообщение. Восприятие танца происходит только на визуальном уровне.

Основной задачей педагога в хореографическом коллективе является гармоничное развитие интеллекта, воли и эмоций ребенка. Дисгармония возникает в случае, когда развивается только одна из этих составляющих. В тоже время общее гармоничное развитие предполагает более или менее правильное физическое развитие в той мере, в которой это позволяют сделать объективные факторы.

Импровизация в искусстве представляет собой специфический вид творчества, имеющий многовековую историю. Импровизация предполагает создание произведений экспромтом. Двумя основными признаками термина «импровизация» являются мгновенное создание и одновременное воспроизведение созданного материала. Сущность импровизации специфична и представляет собой либо отдельный вид творчества, либо значимую часть творческого процесса.

Импровизация подразумевает глубокую внутреннюю работу, требует развития личности, индивидуальности, и этим отличается от “чистой” техники танца. Импровизация требует изменения мышления, особого отношения к своему телу, к личной истории, внутренним импульсам, которые становятся, в каком-то смысле, “соавторами” импровизационного танца.

Занятия по танцевальной импровизации направлены на формирование индивидуальной культуры танца каждого ребенка, овладение навыками импровизационного и композиционного развития танца в единстве индивидуального и ансамблевого мастерства исполнения.

Главная задача художественно-эстетического образования в области танца заключается в том, чтобы научить ребенка танцевать красиво, в свободной, непринужденной манере владеть ритмопластикой танца, помогающей быть искренним, привлекательным, непосредственным. Тогда и культура общения в танце станет естественной и необходимой нормой поведения, без которой нельзя реализовать свои лучшие качества. Поэтому основным направлением должна стать не только подготовка отдельных танцев, обучение технике танца, но и посильное развитие в каждом ребенке творческих способностей, умение оперировать «танцевальными, пластическими» образами, соответствие внутреннего и внешнего образа ребенка в единстве с развитием его нравственных устремлений.

В системе обучения импровизации в танце на первый план выходит не относительная самостоятельность отдельного танца, а внутренняя связь движений, их единство с эмоциональными впечатлениями и музыкально-ритмического слушания. При обучении импровизации все формы практических занятий способствуют проявлению собственной инициативы детей, их стремления сделать что-то свое, новое, лучшее. Формирование танцевальной культуры достигается, с одной стороны, развитием способности «слёту» выявить в движениях эмоциональное, импульсивное, спонтанное прочтение незнакомой прежде музыки, а с другой стороны внимательного прочтения метро-ритмического построения в композиционном построении, составленном с помощью педагога и самостоятельно.

Создавая атмосферу творческой заинтересованности, в которой процесс обучения будет не только логически понятным, но и эмоционально увлекательным, важно пробудить в детях веру в самого себя, уважение к каждому самостоятельно найденному решению, пусть даже не всегда интересному. Ведь обучение танцевальной импровизации учит выражать свои чувства, эмоции, возникающие обычно спонтанно в различных

жизненных ситуациях, где действовать приходится не по разученному сценарию.

В центре хореографии используется разогрев у станка.

Упражнения у станка:

- 1) упражнения для разогрева стопы и голеностопа, ахиллесово сухожилия;
- 2) проучивание положения «flatback», demi – plie по 2-ой параллельной позиции ног в положении «flatback»;
- 3) волна от копчика до головы из положения «flatback»;
- 4) перегибы и наклоны торса;
- 5) растяжки (выпады на правую и левую ногу).

Темп разогрева также может быть различен: упражнения в медленном темпе, построенные на статическом напряжении, или упражнения, выполняемые в быстром темпе.

Изоляция – следующий раздел урока по современному танцу.

Эта часть урока более насыщена упражнениями, чем предыдущая. И если в разогреве все тело активизируется, то при изоляции происходит глубокая работа с мышцами различных частей тела.

Изоляции, как правило, подвергаются все центры - от головы до ног. Основная задача педагога во время изучения движений изолированных центров - следить за тем, чтобы движения были действительно изолированными, чтобы во время движения одного центра не двигался другой. Эта, на первый взгляд, простая задача вызывает трудности, так как анатомически все центры тесно связаны.

Теперь рассмотрим движения изолированных центров и технику их исполнения.

Голова.

Виды движений:

- наклон вперед и назад;
- наклоны-вправо и влево;

- повороты вправо и влево;
- «sundari» вперед-назад и из стороны в сторону.

При исполнении «sundari» происходит смещение только шейных позвонков вперед-назад или из стороны в сторону; голова сохраняет строго нейтральное положение, подбородок направлен точно вперед, смещение происходит за счет удлинения и сокращения мышц шеи.

Наиболее распространенные комбинации:

- 1) Крест. Наклон вперед, в сторону (вправо или влево), назад в другую сторону, каждый раз возвращаясь в центр.
- 2) Квадрат. Те же направления: вперед-вправо-назад-влево, без возврата в центр,
- 3) Круг. Слитное соединение всех направлений.
- 4) Свинговый полукруг. Свободное раскачивание головы справа налево, шея максимально расслаблена.

Плечи.

Виды движений:

- подъем одного или двух плеч вверх;
- движение плеч вперед-назад;
- twist плеч;
- шейк плеч.
- полукруги, «восьмерка».

При твисте (изгиб) происходит резкая смена направлений в движении плеч (например: одно плечо вперед, другое - назад, одно - вверх, другое - вниз). При шейке (трясти, встряхивать) выполняется волнообразное потряхивание плечами за счет расслабления мышц плечевого пояса и перемещения плеч в очень мелком и быстром движении вперед-назад. Это напоминает движение из цыганского женского танца. Шейк может начаться в плечевом поясе, затем охватить грудную клетку, пел вис и все тело целиком.

Грудная клетка.

Виды движений:



- движение из стороны в сторону;
- движение вперед-назад;
- подъем и опускание.

Несмотря на то, что возможных движений грудной клетки довольно много, это - центр наименьшей подвижности. Поэтому развитие ее подвижности - важная задача педагога. Прежде чем приступить к изучению движений, необходимо объяснить учащимся, что должна двигаться только грудная клетка, только ребра, без движений плеч или пелвиса.

Наиболее распространенные комбинации:

- крест: вперед – центр – вправо – центр – назад – центр – влево – центр;
- квадрат. Исполняется по тем же направлениям, что и крест, но без возврата в центр;
- полукруги. Исполняются справа налево и слева направо через крайнюю переднюю точку;
- круги. Исполняются в горизонтальной за счет слитного соединения всех направлений.

Задача педагога - добиться мышечной свободы, так как при зажатых мышцах и несвободном позвоночнике движения грудной клетки невозможны.

Пелвис (тазобедренная часть).

Виды движений:

- движение вперед-назад;
- движение из стороны в сторону;

При движении вперед пелвис чуть приподнимается и резко посылается вперед. При движении назад поясница остается на месте и между ней и ягодицами образуется арка. Колени согнуты и направлены точно вперед (очень важно сохранять неподвижность коленей при движении); движение из стороны в сторону может быть двух видов: просто смещение из стороны в сторону, не повышая и не понижая пелвиса, или движение по дуге,

полукругу, который проходит через крайнюю нижнюю точку. Такое движение обычно используется во время свингового раскачивания пелвиса из стороны в сторону;

Наиболее распространенные комбинации:

- крест. Вперед-центр-вправо-центр-назад-центр-влево-центр;
- квадрат. Исполняется по тем же направлениям, что и крест, но без возврата в центр;
- полукруги. Исполняются слева направо и справа налево как через переднюю крайнюю точку, так и через заднюю крайнюю.

Человеческое тело - уникальное архитектурное сооружение, которое построено по невероятным, необъяснимым по сложности чертежам. Да, это действительно самое совершенное на сегодняшний день "природное строение", но в то же время, оно есть и самое уязвимое потому, что только одно оно способно испытывать эмоции и благодаря этому, постоянно трансформировать самое себя. Работая с импровизацией, сталкиваешься с индивидуальной архитектурой каждого тела. И каждый раз, когда меняешь задачу танцору, сразу "включается" новая эмоция, которая тут же изменяет предыдущую форму" телесного сооружения" на неповторимую новую, и эта метаморфоза происходит на глазах, очень быстро, в условиях "здесь и сейчас". Тела танцоров уникальны в способности трансформироваться, и развивается эта уникальность именно в импровизации. Это действительно есть практика удовольствия - создавать новую архитектуру, используя неисчерпаемые возможности своей телесности.

**Заключение.** Современный танец как жанр хореографического искусства, появившейся относительно недавно, порождает вокруг себя немало споров: начиная от его определения и структуры и заканчивая спорами о наличии или отсутствии языковой системы. Во внешних отличиях в современном танце можно проследить несколько особенностей: взаимоотношения движений танцовщика и ритмообразующей основы; максимально выраженная градация физического напряжения тела; наличие

большого количества ведущих точек вектора; визуальное смещение главного центра движения из основного во вспомогательные; поиск второго, третьего и т.д. планов музыкального сопровождения. Однако более важные отличия возникают во внутреннем содержании постановки стилей современного танца. Каждое из крупных танцевальных направлений ставит перед собой определенные задачи внутреннего содержания. Народный танец выражает душу народа, историко-бытовой - душу эпохи, бальный - удовольствие и кураж и т.п. Но только современный танец может касаться наиболее глубоких и философских тем, вскрывая самые потаенные первоосновы человеческого существа. Именно в современном танце происходит выражение индивидуальности через пластику, которая включает в себя эмоциональную и двигательную выразительность, развивающуюся на основе индивидуальных особенностей танцующего в процессе усвоения танцевальной лексики.

Сформулирована и проанализирована дефиниция понятия «импровизация», которая выражает дихотомию «традиции- инновация», в содержании которой импровизацию можно представить как компонент творческой деятельности, сопровождающий процесс создания художественного произведения - от формирования замысла до исполнения, его воздействия на зрителя. Импровизацию можно представить как трех уровневую подсистему в системе человеческой деятельности. На институциональном уровне она представлена как подсистема человеческой деятельности; на функциональном - деятельность в подсистеме протекает по законам творчества; на социальном уровне данный феномен диалектически связан с традицией, с опытом, выступает как средство обучения, как тип публичного творчества и как самостоятельный жанр, в котором наиболее полно выражен рассматриваемый феномен.

Рассмотрев пути и формы работы по развитию навыков импровизации при работе педагога-хореографа над современным танцем, то было выявлено, что очень важно в этом возрасте научить детей фантазировать и

придумывать свои движения или позы, пока они не так зажаты как в подростковом возрасте. Нужно предлагать им различные ситуации или темы, в которых они будут придумывать свои лексические движения или позы. Педагоги при этом преследуют свои цели (например, научить использовать различные уровни, придумывать статичные позы, или бесконечное движение, научить работать с пространством и временем и т.д.), а для детей это всего лишь игра.

Развитие навыков импровизации возможно при работе педагога-хореографа над современным танцем. Работа может начинаться даже с детьми пяти-шестилетнего возраста, т.к. для них импровизация является естественной формой существования. Опыт практической работы по развитию навыков импровизации позволяет отметить, что каждый танцор индивидуален и каждый раз выполняя одну и ту же задачу получаешь разный результат. Так же, как и уникально тело танцора, также уникальна и та импровизация, которая им создается. И каждый раз, когда меняешь задачу танцору, сразу "включается" новая эмоция, которая тут же изменяет предыдущую форму "телесного сооружения" на неповторимую новую, и эта метаморфоза происходит на глазах, очень быстро, в условиях "здесь и сейчас". Занятия по импровизации обучают навыкам, но также требуют от обучающихся привыкания к процессу импровизации, к концентрации и фокусировке. Они должны быть способны видеть и реагировать на то, что они видят.