

собою, емоційно яскраве, артистичне, співтворче, технічно досконале втілення музичного твору в реальному звучанні» [1, с. 29].

#### **ЛІТЕРАТУРА**

1. Давыдов Н.А. Теоретические основы формирования исполнительского мастерства баяниста: автореф. дис. на получение науч. степени д-ра искусствоведения: 17.00.02/ КГК. Київ, 1990. 435 с.
2. Рудницька І. Інноваційна діяльність як основа творчої самореалізації вчителя // Вища освіта України. 2008. № 4. С. 79 – 82.
3. Цыпин Г.М. Обучение игре на фортепиано: Учеб. пособие для студентов пед. Институтов. М.: Просвещение, 1984. 176 с.

**Юлія ЯРОШЕНКО,**

студентка 1 курсу магістратури  
факультету психолого-педагогічної освіти та мистецтв  
Наук. керівник: **Олена МАРТИНЕНКО,**  
к. пед.н., доцент (БДПУ)

#### **КОНТАКТНА ІМПРОВІЗАЦІЯ: ТАНЦЮВАЛЬНА І ТЕРАПЕВТИЧНА ПРАКТИКА**

Дослідження еволюції сучасного танцю є актуальним завданням мистецтвознавства, інструментом пізнання дійсності у відображенні, створеному в сучасному мистецтві. Складність дослідження сучасної хореографії полягає в постійній зміні сучасного танцю, появі різноманітних шкіл, напрямів і стилів. Одним з таких напрямів, який набуває популярності в Україні є контактна імпровізація.

Контактна імпровізація (КІ) – вид хореографії, в якому танцювальні фігури будуються відносно точки зіткнення з партнером. Це одна з форм вільного танцювального стилю, яка відноситься до авангардних видів хореографічного мистецтва. Вона являє собою спонтанну форму танцю, яка залучає два тіла до руху і будується навколо точки контакту з партнером. Також її розглядають і як особливу комунікативну практику [1].

Контактну імпровізацію досліджували такі автори, як А. Гіршон, В. Лабунська, В. Козлов, Т. Шкурко, В. Круткін, М. Бебик та ін. Фундаментом для сучасних досліджень залишаються праці зарубіжних авторів-практиків та засновників цього напрямку С. Пекстона, Л. Нельсон, Н. Старк та їх послідовників Д. Хендрікса, Д. Моргенрот, Д. Лепкоффа та ін. Так, С. Пекстон в статті «Контактна імпровізація» аналізує передумови виникнення контактної імпровізації, проводить паралелі між контактною імпровізацією, хореографією та музичним мистецтвом. В. Нікітін у книзі «Модерн-джаз танець» дає низку визначень терміну «контактна імпровізація» та формує принципи її виконання. С. Новак у своїх публікаціях приділяє увагу формуванню уточнюючих питань, щоб описати різні форми імпровізації [4]. Л. Мова у статті «Контактна імпровізація як засіб самопізнання та самовираження» виділяє основні теми, з якими працює контактна імпровізація [1].

Мета – на основі аналізу літератури визначити танцювальні і терапевтичні практики контактної хореографії.

Контактна імпровізація як танцювальна практика актуальна і відома у всьому світі. Н. Роджерс зазначає, що одним з найцікавіших прикладів застосування контактної імпровізації можна вважати те, що вона стала практикуватися серед людей з обмеженими можливостями (сліпих, з паралічем та іншими вадами) і стала розглядатися як терапевтичний напрямок роботи. Так, у роботі зі сліпими пріоритетним є метод торкання і контакт зі зрячим партнером для вільного застосування простору [3]. Терапевтичний потенціал контактної імпровізації вивчали А. Рахманов, М. Лідере та ін.

Вправи контактної хореографії також використовуються під час підготовки медичного персоналу, який повинен перевертати, піднімати і переносити досить важких пацієнтів. Їх вчать приймати на себе вагу партнера без зусилля і без шкоди для свого здоров'я. На думку А. Гірсона, безпека – це найголовніший принцип контактної імпровізації, оскільки без відчуття безпеки (як фізичної, так і ментальної) жоден інший принцип цього напрямку не буде працювати [5]. С. Пекстон зазначав: «Я думаю, що заняття контактною імпровізацією формують хороший, відкритий розум, прийняття навколишнього світу, ведуть до згоди між людьми» [1].

Танцювати контактну імпровізацію можна розглядати як перформанс, або в формі «джемів», де люди можуть як приймати участь в танці, так і виступати в ролі глядача, і міняти ролі в будь-який момент. Контактна імпровізація найчастіше відбувається у формі дуету, але в танці може брати участь і група виконавців. Не є виключенням і сольна форма танцю, партнером для контакту в якому може бути підлога, стіни, сторонні предмети. Серед практиків контактної імпровізації поширена приказка: «Підлога – ваш перший, і найвідданіший партнер».

Засновник контактної імпровізації в Україні Р. Баранов підкреслює, що використання контактної імпровізації може сприяти вдосконаленню професійної майстерності танцівників, яка проявляється в таких результатах: освоєння нових підходів до самопізнання та вдосконалення через підсвідомість; розуміння дотику як сенситивної; дослідження та розширення можливостей тіла на основі безперервного імпровізаційного потоку; гармонійне співвідношення акторської майстерності та віртуозної техніки; розкриття внутрішніх ресурсів завдяки свідомому відношенню до фізичних відчуттів, дихання, розслаблення, розтяжці і масажу; вдосконалення дуєтної роботи (набуття навичок віддавання ваги, відчуття гравітації, дезорієнтації тощо).

Один з теоретиків сучасного танцю В. Нікітін вважає, що контактна імпровізація може значно розширити танцювальний досвід, якщо дотримуватись під час занять наступних принципів: -рух іде за зсувом крапки контакту між тілами партнерів; -відчуття шкірою; -перетікання; -відчуття руху зсередини; -використання сферичного простору (360 градусів); -проходження за інерцією, вагою й потоком руху; -уявна присутність глядачів; -танцюючий – звичайна людина; -дозволити танцю трапитися; -кожен однаково важливий [2].

Отже, розвиток сучасного танцю, який сприяє виникненню нових

танцювальних стилів і технік сприяє не лише професійному удосконаленню танцівників, а й може покращувати соціалізацію людини, вирішувати деякі терапевтичні проблеми. Це питання має подальше вивчення як з боку теоретиків і практиків хореографічного мистецтва, так і з позиції психологів та танцювальних терапевтів.

На сьогодні імпровізація є привабливою для багатьох дослідників різних галузей науки. Так, сутність імпровізації розглядали Е. Міхеєва (як засіб танцювально-рухової терапії), В. Козлов, А. Гіршон, Н. Веремеєнко (як інтеграційну танцювально-рухову терапію), Л. Мова (як потенціал для розвитку особистості та професійну необхідність для танцівників сучасного напрямку), А. Рахманов (як терапевтичний потенціал контактної імпровізації), М. Лідере (дослідження «Контактна імпровізація – танець або світогляд?»), Р. Баранов (як засновник контактної імпровізації в Україні).

Контактна імпровізація – танець, в якому імпровізація будується навколо точки контакту з партнером. Контактна імпровізація є однією з форм вільного танцю.

Контактна імпровізація – це синтетичне явище сучасного мистецтва перформансу, яке виникло і інтенсивно розвивається на перетині театру і танцювальної практики. Вона являє собою спонтанну форму танцю, яка залучає два тіла до руху і будується навколо точки контакту з партнером [12]. Також її розглядають і як особливу комунікативну практику [11,12].

Р. В. Баранов – людина, яка першою почала проводити заняття з контактної імпровізації в Україні, під час проведення занять акцентує увагу на основних принципах, котрі дозволяють відчувати сутність контактної імпровізації. Вони полягають у десяти позиціях (з найпопулярнішого журналу про контактну імпровізацію «Contact Quarterly» у перекладі російських «контактників» Віталія Конанова і Ольги Сорокіної)

#### **ЛІТЕРАТУРА**

1. Бігус О., Мова Л. та ін. Сучасний танець. Навчальний посібник. 2017. С. 264.
2. Никитин В. Ю. Модерн джаз-танец. История. Методика. Практика. М.: Изд-во «ГИТИС», 2000. С.440.
3. Роджерс Н. Творчество как усиление себя // *Вопросы психологии*. 1999. № 1. С. 164–168.
4. Янина-Ледовська Є. В. Напрямки та тенденції розвитку контактної імпровізації у контексті сучасної хореографії. *Вісник Харківської державної академії дизайну і мистецтв*. 2010. № 1. С. 247–249.
5. Контактна імпровізація. URL: <http://girshon.ru/article/kontaktnaya-improvizatsiya/>