

Криворотенко Анастасія,
Прилуцька Олена

ВИКОРИСТАННЯ МЕТОДУ «ЛАБАН-АНАЛІЗ» ІЗ МЕТОЮ ФОРМУВАННЯ ТВОРЧОЇ ІНДИВІДУАЛЬНОСТІ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ХОРЕОГРАФІЇ

*«Свідомість виражає себе через творчість.
Світ, у якому ми живемо, є танцем Творця.
Творець і творіння зливаються у повноті радощів».*

Майкл Джексон

Галузь хореографії закономірно сповнена креативними актами щодо створення оригінальних художніх композицій, що передбачає яскравий вияв творчої індивідуальності митця. У контексті фахової підготовки майбутнього педагога-хореографа ця проблема є в центрі уваги сучасних дослідників (Л. Андрощук, Л. Мільто, О. Отич, О. Пехота, О. Реброва, О. Таранцева та ін.). Вона особливо актуалізується у зв'язку із розробленням ефективних методик навчання хореографії.

Серед великої кількості хореографічно-методичних напрацювань нині значний інтерес становить оригінальний метод «Лабан-аналіз» або «Лабанотація», запропонований наприкінці 20-х років минулого століття австрійським хореографом Р. Лабаном. Його сутність полягає в аналізі й графічному фіксуванні довжини, амплітуди і напрямку танцювальних рухів суб'єктів хореографічно-педагогічного процесу. Це дуже важливий рефлексивний акт щодо самооцінки власних рухових дій у категоріях «система форм-зусиль» та

За системою форм-зусиль, аналізом рухової поведінки людини передбачено врахування таких критеріїв, як простір, сила, час і потік. На підставі саме цих вимірів виокремлюється вісім базових типів зусиль, на які можна диференціювати будь-який рух. Це прямі й багатофокусні (фактор простору), потужні і легкі (фактор сили), швидкі і повільні (фактор часу), обмежені та вільні (фактор потоку) рухи [3].

Термін «кінесфера» позначається як простір, усередині якого особистість має навчитися бути собою та, відповідно до своєї істинної природи і призначення, самовиражатися [1, с. 206]. У Лабан-методі це поняття постає інструментом усвідомлення формотворної сили різноспрямованих рухів із урахуванням центру ваги тіла та крайніх точок, до яких може дотягнутися людина, не рухаючись із місця [2].

Акт самоусвідомлення руху із позиції кінесфери дає змогу суб'єкту хореографічно-педагогічного процесу зрозуміти власну автономію та місце в зовнішньому творчому просторі. При цьому силові потоки спрямовують рухову енергію вгору чи вниз, що в інтегративному контексті сприяє розширенню потужності хореографічного ресурсу. Урахування фактору часу, яким охоплено темп і ритм руху, допомагає дослідити власну швидкість у хореографічній діяльності й, залежно від умов і потреб, навчитися її змінювати. За критерієм потоку виявляється інтенсивність докладених зусиль, ритміка напруги й розслаблення у тілі танцівника.

Слід зазначити, що хореограф Р. Лабан надавав особливого значення безпосередньому впливу руху на внутрішній емоційний стан людини, який існує на дану мить. Однак існує і зворотний зв'язок – за умови зміни руху, цей стан може стати іншим [4]. Наприклад, страх перед сценічною чи педагогічною діяльністю, який локалізується в грудній клітині, можна змінити через усвідомлене глибоке дихання та поступовий рух шиї, плечей і грудного відділу хребта. Стан смутку, що характеризується повільністю і скутістю у танці, трансформується через усвідомлену зміну рухів із повільних на швидші (фактор часу), розширення у танці (фактор простору), спрямування енергії вгору (фактор сили), докладання більше усвідомлених зусиль (фактор потоку). Агресивний стан може перетворитися на радість відчуття сили, адже емоція гніву має потужний потенціал, який необхідно навчитися вивільняти у танці і спрямовувати у позитивне русло. Зі зміною руху відбувається якісно нова трансформація у танці і житті. Саме тому за Лабан-методом студентам-хореографам важливо досліджувати кожен категорію руху, здійснювати самодіагностику, аналізуючи думки і відчуття у кожен конкретну

мить, відстежуючи при цьому відгуки у тілі та звертаючи увагу на взаємодію із простором.

Отже, доцільність використання окресленого методу в процесі формування творчої індивідуальності майбутнього вчителя хореографії очевидна. Адже завдяки цьому у нього активізується рефлексія щодо усвідомлення цінності свого «Я», гармонії свідомості, емоцій і тіла, цілісності власної особистості та ресурсності в контексті розкріпачення індивідуальної творчої енергії. Усе це конкретизується на основі:

- глибокого усвідомлення власного «Я» через рух у танці;
- гармонізації всіх частин тіла за параметрами зміни якості його руху;
- активного емоційного самовираження танцювально-руховими засобами;
- пошуку свого місця в зовнішньому творчому просторі, тобто можливість самореалізації у творчій хореографічній та педагогічній діяльності;
- генерування нових ідей для створення хореографічних композицій та оригінальних методик навчання хореографії.

Відтак, для успішного та ефективного виховання творчої, гармонійно розвиненої особистості майбутнього педагога-хореографа вкрай необхідні постійні практичні тренування з активним використанням методики Лабан-аналізу.

Список використаних джерел

1. Липинская С. Как вернуть себе Себя Настоящего? / С. Липинская – К.: Альфа Реклама, 2013. – 296 с.
2. Маншилін О. Хореологія Рудольфа Лабана [Електронний ресурс] / О. Маншилін. – Режим доступу : <http://irbis-nbuv.gov.ua>.
3. Мова Л. Танец и рисунок как возможность трансформации. [Электронный ресурс] / Л. Мова. – Режим доступа : <http://psychol.ru>.
4. Ясыр А. Анализ движений Рудольфа Лабана. [Электронный ресурс] / А. Ясыр. – Режим доступа : <http://totemdancegroup.com.ua>.