

КОНТАКТНАЯ
ИМПРОВИЗАЦИЯ В
СОВРЕМЕННОМ ТАНЦЕ
КАК СРЕДСТВО
ГАРМОНИЧНОГО
РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ



МЕТОДИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ ДЛЯ ПЕДАГОГА

РАЗРАБОТАН ДЛЯ УЧЕБНОГО
ЗАНЯТИЯ ПО ПРОГРАММЕ
«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСКУССТВО»,
СТАРШАЯ ГРУППА

ПОДГОТОВИЛА: ПЕДАГОГ
МАУДО ЦДО Г. БАЛАКОВО
ПУТИНКИНА ЕЛИЗАВЕТА ГРИГОРЬЕВНА



История развития контактной импровизации

Контактная импровизация - танец, в котором импровизация строится вокруг точки контакта с партнёром. Контактная импровизация является одной из форм свободного танца.

Контактная импровизация была разработана Стивом Пэкстоном в результате исследования танцевальной импровизации. В 1972 году состоялся первый перформанс контактной импровизации Magnesium, проведенный студентами Оберлинского колледжа. Вскоре после этого Пакстон провел перформанс в Нью-Йорке.

Большое влияние на развитие контактной импровизации также оказала Нэнси Старк Смит, танцовщица и гимнаст.

Контактную импровизацию танцуют как отдельную форму танца, отличную от ранних экспериментов Пакстона. Танец контактной импровизации продолжает развиваться благодаря практикующим контактную импровизацию во всём мире.

История развития контактной импровизации

Нормализатор

www.контактная-импровизация.рф



Норма в объятиях:

- взрослому 1-3 объятия в день
- ребенку 7-15 объятий в день
- контактному импровизатору ∞

www.контактная-импровизация.рф



У Двоих больше возможностей,
чем у одного

www.контактная-импровизация.рф



Иногда, договариваясь с партнером
через тело, приходит больше понимания,
чем на словах.

Процесс обучения контактной импровизации

Контактная импровизация - это не исполнение какого-то особенного набора движений, это обучение способу движения. Обычно оно подразумевает взаимодействие с партнером, хотя на начальных этапах обучения навыкам контактной импровизации учащиеся используют как 'партнера' пол. Независимо от различий в подходах, все учителя контактной импровизации учат своих учеников фокусироваться на физических ощущениях прикосновения и давления веса. Таким образом, в процессе обучения, ощущение физического контакта и рефлексивных движений становятся более важными для танцора, чем зрение и сознательно выбираемые действия.

Разница в росте и весе между партнерами не создает трудностей в танцевании контактной импровизации. Контактная импровизация не полагается на мускульную силу, хотя сила несколько расширяет пространство выбора движений. Однако предполагается, что каждый танцор движется в меру своих способностей, и партнеры с совершенно разных комплекций могут успешно танцевать друг с другом. Ключ к хорошему партнерству лежит в осознанности движения в рамках особенностей стиля.

Процесс обучения контактной импровизации

Кроме необходимой чувствительности к весу и прикосновению, студент должен освоить дезориентирующие перевернутые положения тела, спиральные и изогнутые движения в пространстве вместо осевых движений, более привычных в повседневной жизни. Поначалу людей могут пугать ощущения пространственной дезориентации, культивируемые в стиле. На определенном этапе их страхи исходят из естественной реакции на физическую опасность. На начальном этапе развития контактной импровизации форма танца действительно была опасной, поскольку никто не знал что произойдет; танцоры пытались исследовать возможности взаимодействия двух тел, бесконтрольно сталкивающихся в пространстве.

Поэтому, чтобы быстро и адекватно отреагировать на неожиданные ситуации и избежать травм, студенты начали осваивать техники безопасного падения. Определенная степень физической опасности всегда была и остается привлекательной и захватывающей гранью контактной импровизации. Как и многие атлетические занятия, контактная импровизация может доставлять радостное возбуждение безопасностью исполнения опасных трюков.

Процесс обучения контактной импровизации

Традиции балета и модерна включают падение или свободный полет, контролируемые внутри заданной хореографии и в очень четких пространственных границах.

Контактная импровизация поистине единственная форма современного танца, акцентирующая естественность и неловкость падения, основанного скорее на рефлексорном контроле.

Опыт контактной импровизации может научить удовольствию от дезориентации и пересмотру пространственных связей.





Контактная импровизация

Современный танец является более прогрессивным видом пластики, по сравнению с классикой,

несет в себе более глубокий потенциал с точки зрения развития психофизиологических и эстетических возможностей человеческого тела как средства художественной и духовной выразительности

(богаче лексика, свободнее пластика, отсутствие присущего классике консерватизма).



Контактная импровизация

В современном танце зачастую анализ языка движений лексического модуля заменяется рассуждениями о современности темы произведения, современности звучания музыки, современности героев произведения.

Это связано с тем, что сам термин «современный танец» включает в себя довольно большое количество танцевальных техник и постоянно пополняется новыми образованиями, которые носят стихийный характер.



Современный танец – понятие временное, то есть танец, который исполняется сейчас, в наше время. Но зачастую возникает определенная путаница, поскольку наряду с танцевальными техниками, которые имеют определенную школу, точно выстроенный урок и свою систему подготовки (джаз и модерн), в это же направление относят и бытовой (социальный) и бальный (спортивный) танец, танец эстрады (варьете и кабаре) и многие другие направления хореографического искусства.

Большой интерес к современному танцу, особенно в любительских коллективах, очень часто приводит к тому, что педагоги и руководители коллективов, не знающие основ современного танца, подменяют технику джазового танца или танца модерн другими направлениями.



России существует довольно обширная сеть детских учреждений дополнительного образования, в которых возможно изучение дисциплины «Современный танец».

Это в первую очередь проявляется в формах организации хореографических коллективов. Есть танцевальные кружки, студии танца, ансамбли, коллективы и детские театры танца. Каждое из этих объединений имеет свои специфические черты и задачи: где-то дети занимаются исключительно для поддержания здоровья и физической формы, в другом случае дети поверхностно изучают азы хореографии; но есть детские коллективы профессиональной направленности – это ансамбли или детские театры (часто имеющие звания «образцовый»), где учебный процесс базируется на качественном и глубоком изучении дисциплин, занятия проводятся практически ежедневно, имеется обширный танцевальный репертуар.

В силу того, что современный танец развивается в России всего несколько десятилетий, в дополнительном образовании не имеется единых образовательных программ по этому направлению. Это говорит о том, что система образования в современном танце еще находится на стадии формирования, поэтому детский современный танец в стране развивается на любительском уровне.

Ансамбль «ЭКСИТОН» г. УЛЬЯНОВСК



Контактный танец и импровизация используется в танцевальной терапии, которая начала практиковаться на тренингах при различных психических и психологических расстройствах. Объединение контакта, терапии, и импровизации – это лечебная смесь, а движение – это целительная сила. Танец помогает снять эмоциональное и психологическое напряжение.

Можно с уверенностью утверждать, что в совокупности контактный танец поддерживает творческое сознание, спонтанность и развитие физических и психических особенностей детей. Это гармоничное развитие личности как на физическом, так и на духовном уровне. Еще одна особенность контактной импровизации – это помощь в социальной адаптации детей, т.к. в основном это танец в паре. На занятиях развивается умение общаться и слушать партнера. помогает общению в коллективе. Дети становятся более увереннее в себе, быстрее адаптируются в новом коллективе.



Существующая система дополнительного образования позволяет сотрудничеству обучающихся разных возрастов. Это особенно помогает проявить свою инициативу, самостоятельность, лидерские качества, умение работать в коллективе.

Современный танец –это восприятие красоты окружающего и своего внутреннего мира, возможность самопознания и самовыражения на уровне ума, души и тела.Это способ быть гармоничным и свободным в выражении своих мыслей, чувств через движение.

Система дополнительного образования, при правильной ее организации и ценностном подходе к проблеме воспитания имеет огромный потенциал для создания той благодотворной почвы, тех условий, которые необходимы для свободного творчества растущей личности в современном танце.