

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА
ФАКУЛЬТЕТ КУЛЬТУРИ І МИСТЕЦТВ
КАФЕДРА РЕЖИСУРИ ТА ХОРЕОГРАФІЇ**

**НАУКОВІ СТАТТІ
МАТЕРІАЛИ НАУКОВОЇ СТУДЕНТСЬКОЇ
КОНФЕРЕНЦІЇ**

**«ХОРЕОГРАФІЧНА
КУЛЬТУРА – МИСТЕЦЬКІ
ВИМІРИ»**

Секція: «Хореографічне мистецтво» (Хореологія)

ЛЬВІВ -2013

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА
ФАКУЛЬТЕТ КУЛЬТУРИ І МИСТЕЦТВ**



КАФЕДРА РЕЖИСУРИ ТА ХОРЕОГРАФІЇ

**НАУКОВІ СТАТТІ
МАТЕРІАЛИ НАУКОВОЇ СТУДЕНТСЬКОЇ
КОНФЕРЕНЦІЇ**

**«ХОРЕОГРАФІЧНА КУЛЬТУРА –
МИСТЕЦЬКІ ВИМІРИ»**

Секція: «Хореографічне мистецтво» (Хореологія)

ЛЬВІВ -2013

УДК 793.3
ББК 85.32

Хореографічна культура – мистецькі виміри : наукові статті по матеріалам наукової студентської конференції, секція «Хореографічне мистецтво» (Хореологія). Львів 12 квітня 2013 року. / Упорядник О.А. Плахотнюк. – Львів : ЛНУ імені Івана Франка, кафедра режисури та хореографії, 2013. – 114 с. : іл.

Науковий керівник – доц. О.А. Плахотнюк



Автори статей відповідають за достовірність і вірогідність викладеного матеріалу, за належність поданого матеріалу їм особисто, за правильне цитування джерел та посилань на них.

Матеріали доповідей та повідомлень, уміщені до збірника за матеріалами поданими авторами, друкуються мовою оригіналу.

Редакція не завжди поділяє погляди авторів статей.

Закон охороняє права та інтереси авторів статей.

Відтворення, розповсюдження, передрукування та інше

використання статей без згоди авторів (або посилання на авторів) забороняється

© Львівський національний університет
імені Івана Франка, кафедра режисури та хореографії 2013

ЗМІСТ

Кіптілова Надія Вплив творів образотворчого мистецтва на створення хореографічних образів	5
Пантелеймонов Володимир Втілення теми голодомору засобами мистецтва	11
Бардин Любомир Соціальні питання у п'єсі «Міщанин і шляхтич» Мольєра. Втілення на театральних площадках	17
Козицька Христина Представлення балетів романтизму у репертуарі Львівського національного академічного театру опери та балету імені Соломії Крушельницької	24
Мокрій Роксолана Роман «Майстер та Маргарита» М.А.Булгакова у мистецтві	28
Іващишин Валентина Кінокомедія Біллі Уайлдера «Some Like It Hot» («Дехто любить по гарячіше») – першоджерело для мистецьких творів	38
Коломий Тетяня Контактна імпровізація – у системі підготовки фахівців хореографічного мистецтва	46
Бень Степан Історія виникнення танцювального напрямку «Крамп». «Krampr» - стиль хіп-хопу	50
Іващишин Анастасія Іржи Кіман і його Третій нідерландський театр танцю (NDT 3)	53
Булгакова Тетяня Творчий шлях і педагогічний досвід Едуарда Йосиповича Бутинця	58
Зардіашвілі Анжеліка Ігор Храмов – творча діяльність	61
Бас Ярослав Хореографічні колективи міста Львова періоду 80 – 90 років ХХ століття	66
Ковалишин Наталія Ансамбль народного танцю «Радість» Центру творчості дітей та юнацтва Галичини	69
Вовк Лілія Навики акторської майстерності у професійній діяльності танцівника	73

Станішевська Марія Еластичність м'язів, види розтяжок при виконанні танцювальних па у сучасній хореографії	77
Цивінська Ірина Формування правильного дихання танцівника під час виконання хореографічних рухів	85
Гуняк Юлія Арт-терапія засобами хореографічного мистецтва	94
Мосійчук Юлія Роль знань з анатомії та фізіології людини в процесі діяльності танцівників, та педагогів-хореографів	102
Мирончук Віта Жест рукою як один з основних виразних засобів у хореографічному творі	109
Плахотнюк Олександр Науковий студентський гурток кафедри режисури та хореографії факультету культури і мистецтв Львівського національного університету імені Івана Франка	114



Юлія МОСЕЙЧУК

*студентка IV курсу, група КМХ-41
Кафедри режисури та хореографії
Факультету ту культури і мистецтв
Львівського національного університету імені Івана
Франка*

РОЛЬ ЗНАНЬ З АНАТОМІЇ ТА ФІЗІОЛОГІЇ ЛЮДИНИ В ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ТАНЦІВНИКІВ, ТА ПЕДАГОГІВ- ХОРЕОГРАФІВ.

В статті розглядається відношення анатомії та фізіології тіла людини в роботі танцівника, а саме те, яку роль відіграють ці науки в навчанні мистецтва хореографії. Наведено як аргументи цитати з книг відомих авторів, які працювали над цією темою.

Ключові слова: анатомія, фізіологія, хореографія, м'язи, скелет, дихання.

Мета: розкрити основні принципи застосування знань з анатомії та фізіології людини в роботі хореографа як танцівника і викладача.

Завдання: розкрити значущість вивчення анатомії людини для танцівників та педагогів. Обґрунтувати відношення цих наук до хореографії та аргументувати матеріалами з авторитетних джерел.

Кожен поважаючий себе хореограф повинен знати основи анатомії та фізіології людини, оскільки хореографія спрямована на розвиток тіла танцівника, і, зокрема, його фізичних здібностей.

Виклад основного матеріалу.

Танець – це не лише вид мистецтва, який так чарує око глядача пластичними можливостями тіла, гарними па, позами, положеннями, стрибками, амплітудою та гнучкістю, а й вид спорту, що розвиває тіло танцівника і дає можливість вдосконалювати його силу і техніку.

Красивий танець – правильний танець, що не суперечить природним анатомо-фізіологічним характеристикам. Нажаль, працюючи над вдосконаленням хореографічних навичок тіла танцівники отримують велику кількість травм, оскільки, зосереджуючись на естетиці танцю, забувають про стан свого здоров'я. Кожен професійний танцівник повинен володіти своїм тілом, знати, як воно працює, розвивається і вдосконалюється. Адже саме він найкраще відчуває навантаження і зміни у ньому. Будь-яка біль в м'язах, спині чи суглобах є наслідком не зовсім правильних навантажень. В подальшому це може спричинити травми кісток, розтягнення м'язів, зв'язок чи сухожилів, а це, в свою чергу – погіршення загального стану здоров'я танцівника, що негативно вплине на його подальший професійний розвиток. «Якщо тіло змушують виконувати рухи, до яких воно не пристосоване, це буде суперечити його природі. Тоді професійний танець перестає бути природним для танцівника» – пише Джозеф С. Хавілер у своїй книзі «Тіло танцівника» [3].

Для того, щоб уникнути плачевного результату, необхідно вивчати своє тіло, його будову, функції і можливості.

Цю думку підтверджують і слова М. С. Міловзарової: «Під час навчання та творчої діяльності артисти балету (танцюристи) повинні постійно удосконалювати техніку рухів. Тому, крім відомостей про будову організму людини і його потреби, артисти балету зобов'язані добре розумітися в закономірностях руху всього тіла, його частин і в тому, які м'язи беруть участь у виконанні різних рухів і утриманні поз, від чого, наприклад, залежить рівновага тіла і виворотність всієї ноги, чому необхідно правильно тримати голову в танці і як вберегти себе від травм.

Тільки знаючи будову та функції організму, артист балету (танцюрист) зможе усвідомлювати свої рухи, розуміти їх значення в кожній комбінації. Поєднання виконання рухів з розумінням анатомо-фізіологічних закономірностей, що лежать в їх основі, покращує їх техніку, робить її більш віртуозною, допомагає розвивати і зберігати високу працездатність і здоров'я» [2; с. 4 - 5].

Та не лише танцівник, а й хороший, професійний викладач хореографічних дисциплін повинен вивчати анатомію та фізіологію, щоб знати як розвивається тіло дитини відповідно до її віку, яке навантаження потрібно давати для правильного розвитку м'язів, як продуктивно працювати над розтяжкою, акробатичними вправами і т.п.

Створюючи чи то класичний, чи народний, чи сучасний тренаж потрібно враховувати величину навантаження, чергуючи вправи для розвитку одних м'язів з іншими, щоб уникнути травматизму. Також, що не є менш важливим, вміти надавати першу медичну допомогу при розтягненнях, забоях та вивихах до моменту звернення в медичний пункт.

Найбільше виховує і налаштовує тіло танцівника до майбутніх фізичних навантажень класичний танець, який є основою даного виду мистецтва. Саме тренаж класичного танцю спеціально розроблено для розвитку гарного, гармонійного, сильного й пропорційного тіла танцівника.

Жакі Грін Хаас у своїй книзі «Анатомія танцю» говорить таке: «Кожна вправа має певний сенс. Робота біля станка – це не просто послідовність пліє і тандю. Вона призначена для того, щоб поліпшити фізичну організацію тіла. У той же час, технічна підготовка повинна бути спрямована на розвиток м'язової сили і координації рухів, щоб уберегти вас від травм. Ви повинні розуміти як працюють різні групи м'язів в кожній з танцювальних позицій. Так, наприклад, м'язи які викликають розгинання кінцівки в суглобі, повинні скорочуватися по всій довжині. Якщо ви не знаєте, які саме м'язи викликають це розгинання, як же ви зможете ефективного виконати композицію? Ви

будете залучати не ті м'язи, що може призвести до їх гіпертрофії і навіть травми» [1, с. 5].

Вступивши на навчання до університету, я повністю змінила своє ставлення до класичного танцю і зрозуміла, яким чином його тренаж правильно розвиває і готує тіло до навантажень, характерних для моєї професії. І саме завдяки хорошему викладачу, яка постійно пояснює, які м'язи потрібно відчувати під час виконання того чи іншого руху, як вони працюють, як розвиваються і допомагають у виконанні танцювальних рухів, обертів та стрибків. Це, в свою чергу, допомагає уникнути неправильних положень тіла і відповідно, травм.

Тому, на мою думку, в усіх школах, коледжах, училищах та університетах, де вивчають хореографію, в обов'язковому порядку потрібно вводити такі дисципліни, як анатомія та фізіологія людини.

М. С Міловзарова виділила таку точку зору, щодо взаємозалежності цих дисциплін та хореографії: «Анатомія вивчає окремі органи і системи органів людини, їх зовнішню форму, внутрішню будову і взаємне розташування. Фізіологія вивчає діяльність серця, м'язів і інших органів, роботу систем органів і складні процеси, що протікають в цілому організмі. Фізіологія – наука про функції (життєдіяльність) органів і всього організму людини.

Анатомія і фізіологія, що вивчають будову і функції організму, тісно пов'язані одна з одною. Знаючи будову організму, можна зрозуміти, які його функції; знаючи функції органу, легко пояснити особливості його будови.

Між будовою і функціями органів існує взаємозв'язок і залежність. Наприклад, будова руки пов'язана з її функціями. Рука є органом праці і дотику. Цим пояснюється рухливість її суглобів, розташування кісток, м'язів та інші особливості її анатомії. Будова ноги також пов'язана з її функціями – опорою і пересуванням тіла. Значні відмінності в будові ноги і руки пояснюються їх функціональними відмінностями.

Функції органів можуть змінюватися. До занять хореографією ні в кого з нас ноги не працювали в балетних позиціях і в положенні en dehors, тобто

виворотно, а на початку вивчення їх не легко було утримувати в цих незвичних положеннях. Тепер позиції ніг і виворотне їх утримування не складає труднощів. Це відбулось тому, що змінились функції суглобів ніг і м'язів, утримуючих їх в незвичному для інших людей положенні. Зміна функцій викликає зміну будови органів. За роки занять хореографією в артистів балету змінюється форма стопи, збільшується маса розташованих на ній м'язів, потовщуються деякі її кістки. Якщо змінюється будова органів, то це тягне за собою зміну їх функцій» [2, с. 3].

Тому викладач повинен розуміти, як правильно працювати з дитиною, організм якої ще формується, яке навантаження можна давати, щоб тіло розвивалося сильним і здоровим. Є також люди, які починають займатись хореографією уже в старшому віці. В цьому випадку треба дуже обережно розробляти тренажі відповідно до вікових особливостей, щоб уникнути травм чи ушкоджень.

«Травми пов'язані з заняттями танцями відбуваються через неправильну техніку виконання» – пише Джозеф Ф. Хавілер [3; с.13].

«Професійний студент-танцівник і, перш за все, викладач балету, повинні володіти знаннями зі спортивної медицини і біомеханіки, пов'язаними з їх роботою, щоб краще розумілись в механізмі танцювальних рухів. Це повинно бути не просто медичне вивчення анатомічних явищ, більшою мірою до класичного балету потрібно підходити з наукової точки зору (виходячи з наукового бачення життя). Точні описи характерних особливостей людського тіла (зміни тазостегнового суглобу і стопи, рухливі верхні кінцівки, викривлення хребта) можуть бути прекрасно відображені в балеті» [3; с.13].

Використовуються знання з анатомії та фізіології не лише класичному танці, а й в усіх стилях хореографії. Так, навіть для елементарного вивчення положення паралельної позиції ніг в сучасному танці потрібно розглянути будову тазостегнових суглобів, щоб зрозуміти це на наочному прикладі.

Професійний викладач хореографії не повинен обмежувати свої знання лише будовою скелету чи м'язів. Детальніше вивчати кістки, суглоби, хрящі, м'язи, сухожилля і зв'язки, їх функціональність і природну рухливість, як максимально можна розвинути їх можливості для досконалішої розтяжки, виворотності чи технічності.

Важливим є також знання будови і роботи внутрішніх органів, органів дихання, нервової та серцево-судинної системи. Організм людини – це цілісна система, де робота одних органів тісно пов'язана з іншими. Тому потрібно звертати увагу і на правильність харчування, артеріальний тиск, роботу серця та нервову систему. Після важких тренувань організм повинен максимально відновитись, чому прекрасно сприяють активний відпочинок, прогулянки на свіжому повітрі, масаж, водні процедури і т.п.

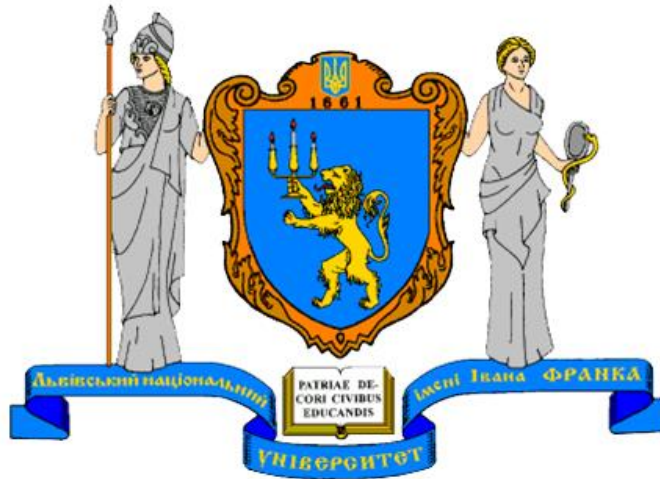
На даному етапі розвитку хореографії велике значення приділяється правильному диханню.

Жакі Грін Хаас це підтверджує: «Хоча дихання являється найбільш природним процесом, в результаті якого в легені надходить кисень, більшість танцівників не мають чіткого уявлення про те, як потрібно правильно дихати! Звичайно, дихати вміють всі, але чи можете ви активно користуватись диханням, щоб зняти зайве навантаження з м'язів тіла і підвищити їх віддачу? Ви, звичайно, не одноразово отримували від викладача вказівку «підтягнути живіт» і «випрямитись». При цьому, ви, зазвичай, втягуєте живіт, піднімаєте грудну клітку і плечі, внаслідок чого підвищується напруження м'язів верхньої частини тіла, що ускладнює дихання! Як же навчитись рухатись легко і граційно? Дихання вважається важливою складовою частиною будь-якого руху, в тому числі і танцю. Якщо ви – хореограф, обов'язково включіть в програму освоєння танцювальних композицій дихальні вправи. Вони прекрасно поєднуються з музикою, що дозволяє танцівникам краще усвідомити механізм свого дихання. Ритм є прекрасним засобом для засвоєння правильної моделі дихання» [1; с.41].

Висновок. Отже, отримуючи якомога більше вичерпних знань в галузі анатомії та фізіології людини й застосовуючи їх на практиці, танцівник та педагог забезпечують тим самим високий рівень професіоналізму, що прямо пропорційно відображається на коефіцієнті результативності, а це, в свою чергу, позитивно позначається на якості роботи. Ці знання, без сумніву, дозволяють запобігти професійному травматизму, допомагають в розробці комплексів для тренувань з навантаженням на різні групи м'язів, гармонійно й без шкоди для здоров'я розвивають тіло танцівника, сприяють вдосконаленню технічної майстерності та правильному функціонуванню внутрішніх органів, дихальної та серцево-судинної систем. В сукупності це робить танець досконалим, естетичним, природнім і, головне, здоровим, а тренування – приємними та безболісними. Танець – це рух, а рух – це життя!

ВИКОРИСТАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Хаас Ж.Г. *Анатомия танца* / Ж. Г. Хаас. – Минск : Попурри, 2011. – 200 с.
2. Миловзорова М.С. *Анатомия и физиология человека* / М. С Миловзорова. – Москва : Медицина, 1972. – 227 с.
3. Хавилер Д. С. *Тело танцора* / Д. С.Хавилер. – М. : Новое слово, 2004. – 107 с.



ЛЬВІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА

ФАКУЛЬТЕТ КУЛЬТУРИ І МИСТЕЦТВ

Запрошує на навчання:

за напрямком підготовки освітньо-кваліфікаційного рівня
«бакалавр», «спеціаліст», «магістр»

Книгознавство, бібліотекознавство та бібліографія (денна та заочна форма навчання).

Театральне мистецтво:

- Театральне мистецтво (театрознавство).
- Театральне мистецтво (акторське мистецтво).
- Театральне мистецтво (режисура драматичного театру).

Хореографія (денна та заочна форма навчання).

Музичне мистецтво (музична педагогіка і виховання).

Культурологія (історія і теорія культури).

Контактні адреси:

ПРИЙМАЛЬНА КОМІСІЯ ЛНУ ім. ІВАНА ФРАНКА:

вул. Січових стрільців, 14, м. Львів, 79000

тел. (+38 032) 239 43 30, 272 20 68

e-mail: pkunivlv@lnu.edu.ua

<http://www.lnu.edu.ua>

ФАКУЛЬТЕТ КУЛЬТУРИ І МИСТЕЦТВ ЛНУ ім. ІВАНА ФРАНКА:

вул. Валова, 18, м. Львів, 79008

тел. (+38 032) 239 41 97

e-mail: ultart@franko.lviv.ua

КАФЕДРА РЕЖИСУРИ ТА ХОРЕОГРАФІЇ ЛНУ ім. ІВАНА ФРАНКА.

тел.: (+38 032) 240 36 23

e-mail: lny_k_choreog@i.ua

УДК 793.3

ББК 85.32

Хореографічна культура – мистецькі виміри : Наукові статті по матеріалам наукової студентської конференції, секція «Хореографічне мистецтво» (Хореологія). Львів 12квітня 2013 року. / Упорядник О.А. Плахотнюк. – Львів : ЛНУ імені Івана Франка, кафедра режисури та хореографії, 2013. – 114 с. : іл.

Упорядник і науковий керівник студентського наукового гуртка: *Плахотнюк О.А.* – доцент кафедри режисури та хореографії ЛНУ ім. Івана Франка

Рекомендовано до друку:

Методичною радою кафедри режисури та хореографії факультету культури і мистецтв Львівського національного університету імені Івана Франка (протокол № 16 від 23 квітня 2013 року).