

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный профессионально-педагогический
университет»

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА РАЗВИТИЯ КРЕАТИВНОСТИ
БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ ХОРЕОГРАФОВ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ
ДЖАЗОВОМУ ТАНЦУ**

Выпускная квалификационная работа
по направлению подготовки 44.04.04
Профессиональное обучение (по отраслям)

Идентификационный код ВКР: 025

Екатеринбург
2017

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный профессионально-педагогический
университет»
Институт психолого-педагогического образования
Кафедра профессиональной педагогики

К ЗАЩИТЕ ДОПУСКАЮ:
Заведующий кафедрой ППД
_____ С.А. Днепров
« ____ » _____ 2017 г.

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА РАЗВИТИЯ КРЕАТИВНОСТИ БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ ХОРЕОГРАФОВ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ ДЖАЗОВОМУ ТАНЦУ

Направление подготовки 44.04.04
Профессиональное обучение (по отраслям)

Идентификационный код ВКР: 025

Автор:
студент группы мПТ-201

А.В. Берсенева

Руководитель:
докт. философск. наук,
профессор

Л.М. Андрюхина

Нормоконтролер:
к.п.н., доцент

С.Н. Уткина

Екатеринбург
2017

АННОТАЦИЯ

Работа состоит из двух глав, включающих пять параграфов, введение, заключение, список литературы и приложения. Работа выполнена на 115 страницах, содержит 15 рисунков, 13 таблиц, 83 источников литературы, а также 6 приложений.

Ключевые понятия исследования: креативность, студент, джазовый танец, педагог хореограф, импровизация, педагогические средства развития, учебно-методический комплекс по развитию креативности по средствам джазового танца.

Объект исследования – процесс обучения джазовому танцу как средство развития креативности будущих педагогов хореографов.

Предмет исследования – развитие креативности будущих педагогов хореографов в процессе обучения джазовому танцу

Цель исследования – теоретически обосновать развивающий креативность потенциал джазового танца, изучить педагогические средства её развития, разработать и в ходе опытно-поисковой работы апробировать учебно-методический комплекс заданий по развитию креативности средствами джазового танца у будущих педагогов хореографов.

Задачи исследования:

- рассмотреть понятие и концептуальные основания креативности, в педагогическом и психологическом аспектах, а также в аспекте хореографического искусства;
- определить педагогические средства развития креативности у студентов в процессе обучения джазовому танцу;
- разработать учебно-методический комплекс по развитию креативности средствами джазового танца для будущих педагогов хореографов;
- апробировать и внедрить составленный комплекс заданий по развитию креативности средствами джазового танца в условиях среднего профессионального образования.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ КРЕАТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ ДЖАЗОВОМУ ТАНЦУ	14
1.1. Сущность понятия «креативность» и концептуальные основания креативности.....	14
1.2. Особенности развития креативности у студентов хореографов в процессе обучения джазовому танцу	32
2. РАЗРАБОТКА И АПРОБАЦИЯ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО КОМПЛЕКСА ПО РАЗВИТИЮ КРЕАТИВНОСТИ СРЕДСТВАМИ ДЖАЗОВОГО ТАНЦА В УСЛОВИЯХ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ.....	50
2.1. Описание опытно-поисковой работы и содержание учебно-методического комплекса по развитию креативности средствами джазового танца у будущих педагогов хореографов	50
2.2. Апробация учебно-методического комплекса на развитие креативности средствами джазового танца у будущих педагогов хореографов на базе Свердловского областного музыкально-эстетического педагогического колледжа	72
2.3. Результаты апробации учебно-методического комплекса по развитию креативности средствами джазового танца	82
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	98
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	103
Приложение 1	110
Приложение 2	152
Приложение 3	155
Приложение 4	157
Приложение 5.	166
Приложение 6.	173

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность проблемы исследования. В условиях XXI века креативная личность становится наиболее востребованной в обществе, поскольку изменения, происходящие в образовании, творческой и социальной жизни за короткие периоды времени, требуют от человека качеств, позволяющих творчески и продуктивно подходить к любым жизненным изменениям, адекватно реагировать на них.

В социально-педагогическом аспекте: особенно актуальна проблема формирования креативности у студентов педагогических образовательных учреждений. Учебная деятельность студентов, получающих педагогическое образование, и профессиональная деятельность педагогов включают в себя творческий аспект, поскольку необходимо уметь быстро, грамотно и целесообразно реагировать, на любые, не запланировано, возникающие, ситуации в процессе работы: смена ли образовательного стандарта или новые технологии и методики в обучении или же «особый» случай в профессиональной деятельности. Важной составляющей педагогической деятельности является индивидуальный творческий стиль работы педагога. Индивидуальный стиль еще более значим в деятельности педагога хореографа, будущего балетмейстера и руководителя танцевального коллектива. И лишь с помощью развитой креативности каждому специалисту возможно обрести свой личный стиль работы как танцовщику, постановщику, организатору и педагогу. Креативность возникает тогда, когда есть большое и глубокое знание профессии и её отраслей. Невозможно развить креативность личности в целом, танцуя, зная лексику и философию лишь классического танца, необходимо познавать философию, принципы и лексическую базу различных стилистических направлений. Например, джазовый танец внутри себя имеет еще разветвления на подстили, каждый из которых отличается своей лексикой, принципами и философией, имея лишь единую техническую базу исполнения. Поэтому джазовый танец в силу его

импровизационной природы имеет большой педагогический потенциал развития креативности. Только владея множеством языков телесного танцевального выражения мысли, танцовщик станет хорошим исполнителем, а в последствии постановщиком и креативным педагогом.

Рассмотреть возможности развития креативности будущих педагогов хореографов в процессе обучения джазовому танцу, – в этом видится теоретическая актуальность темы.

Научно-методический аспект актуальности. С появлением первого в России учебного методического пособия и книги о модерн-джаз танце В.Ю. Никитина в 2000 году российские педагоги стали включать структурные компоненты урока джазового танца в занятия самодеятельных детских коллективов, вводили и привнесенное новшество в средние и высшие учебные заведения, обучающие танцоров. С тех пор существует множество учебных и рабочих программ по джазовому танцу, а также практических занятий по множеству новопришедших из-за рубежа его ответвлений: broadway jazz, классический джаз, афро джаз, contemporary jazz, танцевальный рок-н-ролл, буги-вуги, линди-хоп, и множества других стилей джаз танца. Взять одну из таких программ или уроков, выучить лексическое содержание направления, развиваться и познавать философию одного стиля труда не составит, но наиболее эффективным результат развития креативности станет при использовании нескольких стилей джазового танца одновременно, гармоничном синтезе и органичном соединении истории, теории и практики. Поэтому актуальным является разработка таких педагогических средств обучения джазовому танцу, которые позволяли бы в полной мере раскрыть его развивающий креативный потенциал, как одного из наиболее импровизационных, «многоязычных» и полистилевых по своим танцевальным техникам направлений хореографического искусства.

Ключевые понятия исследования: креативность, импровизация, студент, джазовый танец, педагог хореограф, педагогические средства

развития креативности, учебно-методический комплекс по развитию креативности средствами джазового танца.

Цель исследования – теоретически обосновать развивающий креативность потенциал джазового танца, изучить педагогические средства её развития, разработать и в ходе опытно-поисковой работы апробировать учебно-методический комплекс заданий по развитию креативности средствами джазового танца у будущих педагогов хореографов.

На основе анализа актуальности данного исследования нами сформулирована *проблема исследования*, заключающаяся в актуализации развивающего креативность потенциала джазового танца и формировании необходимых для этого педагогических средств обучения джазовому танцу.

Актуальность, недостаточная теоретическая и методическая разработанность сформулированной проблемы обусловили выбор *темы исследования*: «Педагогические средства развития креативности будущих педагогов хореографов в процессе обучения джазовому танцу».

Объект исследования – процесс обучения джазовому танцу как средство развития креативности будущих педагогов хореографов.

Предмет исследования – развитие креативности будущих педагогов хореографов в процессе обучения джазовому танцу

Состояние исследуемой проблемы. В настоящий момент времени проблема исследования разработана недостаточно. Вопрос о развитии креативности хореографов через джазовый танец ставился только в работах В.Ю.Никитина и А.Г. Богуславской. Алла Георгиевна Богуславская, первый преподаватель джазового танца в России, придерживается точки зрения, что «творчество развивается через совокупность профессиональных педагогических и хореографических дисциплин. Важную роль в становлении профессионала как исполнителя играет классический танец; народно-сценический и характерный танцы важны для проявления театрального мастерства, яркости характера исполнителя; джазовый и модерн танец необходимы для современного взгляда на инновации в хореографическом

искусстве. Все эти направления занимают свою значимую роль в процессе обучения профессии хореограф, если же выпустить какую либо составляющую студент не будет полноценно готов к конкуренции на сцене» [62, с. 131]. Вадим Юрьевич Никитин – доцент кафедры сценического танца Российской Академии театрального искусства (ГИТИС) и профессор кафедры эстрадного танца Московского государственного университета культуры и искусства, первый исследователь, который облёк практику джазового танца в теорию и методику. В своей книге «Модерн-джаз танец: этапы развития, метод, техника» В.Ю. Никитин говорит о многогранности джазового танца: «джаз пришел к нам из Африки, получил развитие в США благодаря народным танцам переселенцев англичан, ирландцев и шотландцев. Отсюда рождались такие направления как чистый «афро джаз», американская чечетка – «тип степ» сочленение негритянских движений тела с ирландским степом, «шимми», «чарльстон», «джиг» и множество других направлений. Позже эти танцы стали попадать на сцены – так появился жанр музыкальной комедии, а в нем и переродился «бродвейский джаз». Позже появился современный танец, два этих стиля не могли не повлиять друг на друга, так появилось направление «модерн-джаз».

У каждого направления своя история, суть, философия, лексика движений, парадигма отношений к человеку, обществу, миру, каждое из этих направлений способно дать наиболее целостное наполнение творческой личности и активный стимул к профессиональному становлению танцора». [62, с. 69].

В данном контексте возникает ряд *противоречий* между:

- опережающим развитием практики преподавания материала различных направлений джазового танца и недостаточным уровнем ее теоретической обоснованности;
- высоким развивающим креативность потенциалом джазового танца и отсутствием адекватных задачам развития креативности

педагогических средств обучения, что не позволяет в полной мере реализовать этот потенциал;

– полистилевой, «многоязычной» по своим танцевальным техникам, импровизационной природой джазового танца и недостаточной готовностью педагога использовать эти особенности для развития креативности студентов хореографов в процессе обучения

Гипотеза исследования уровень креативности у студентов, будущих педагогов хореографов повысится при условии, если педагогическая деятельность по обучению джазовому танцу будет опираться на:

- теоретическое понимание роли джазового танца в развитии креативности;
- изучение и проектирование педагогических средств, позволяющих в полной мере использовать развивающий креативность потенциал джазового танца (овладение студентами многообразной технической базой джазового танца классический, бродвейский, лирический, афро джаз; гармоничного сочетания различных направлений джазового танца и мотивирующего содержания комплекса заданий и т.д.);
- разработку на основе обобщения существующего опыта обучения джазовому танцу учебно-методического комплекса занятий и заданий, целенаправленно ориентированных на развитие креативности, и применение его в процессе обучения джазовому танцу.

Для достижения цели и доказательства гипотезы исследования были определены следующие *задачи исследования*:

- рассмотреть понятие и концептуальные основания креативности, в педагогическом и психологическом аспектах, а также в аспекте хореографического искусства;
- определить педагогические средства развития креативности у студентов в процессе обучения джазовому танцу;

- разработать учебно-методический комплекс по развитию креативности средствами джазового танца для будущих педагогов хореографов;

- апробировать и внедрить составленный комплекс заданий по развитию креативности средствами джазового танца в условиях среднего профессионального образования.

Теоретико-методологическую основу исследования составляют философские исследования проблем творчества, которые были предметом глубокого интереса на протяжении всей истории человечества (Сократ, Платон, Аристотель, Г. Гегель, И. Кант, Л. Фейербах, Ф. Шеллинг и др.); зарубежные исследования в области психологии творчества и креативности (Ф. Баррон, Дж. Гилфорд, Х. Гарднер, Р. Джонс, С. Медник, В. Смит, К. Тейлор, Е. Торренс, Х. Трик); а также отечественные психолого-педагогические исследования Я.А. Пономарёва, С.М. Бернштейна, Н.В. Кипиани, А.М. Матюшкина, В.С. Библера, О.К. Тихомирова, Н.Г. Фролова, М.Г. Лрошевский). Механизмы творчества и структура креативности с позиции психофизиологии разработаны такими исследователями, как М.Я. Басов, В.М. Бехтерев, Л.С. Выготский, Д.В. Колесов, Е.Н. Соколов, Б.М. Теплов.

Исследованиями креативности в танцевальном искусстве, в частности вопросами развития студентов средствами джазового танца занимались Н.В. Басин, А.Г. Богуславская, В.Ю. Никитин, Н.В. Огрызков; вопросы импровизации в танце рассматривали А. Гиршон, С. Пэкстон; проблема развития креативности средствами джазового танца была поставлена в работах А. Эйли, Э. Таха, Е. Шевцова.

В качестве концептуальных основ понимания креативности в работе выделены такие значимые концептуальные подходы, как: 1) понимание креативности как ресурса личности, который развивается на протяжении всей жизни человека; 2) идея множественности интеллектов, взаимобусловленности интеллекта и креативности, но не сводимости их друг

к другу. Сделан акцент на взаимосвязи кинестетического, эмоционального интеллектов и креативности, что особенно важно для хореографического искусства; 3) полимодальный подход в понимании креативности, сущность которого раскрывается на примере интегративных концепций креативности Э.де Боно, Р. Дилтса, Г. Алдера и Дж. Гилфорда.

Теоретико-методологической базой исследования стал также огромный потенциал развивающей и гуманистической педагогики (Я.А. Коменский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, Л.С. Выготский, А. Маслоу и другие), а также активизировавшиеся в последнее время исследования креативности в современной педагогике в целом (Л.М. Андрюхина, А.В. Морозов, Д.В. Чернилевский и др).

Для реализации поставленных задач и проверки выдвинутой гипотезы использован комплекс теоретических, эмпирических и диагностических методов исследования:

- *теоретические:* изучение и анализ философской, психологической, педагогической и методической литературы по проблеме исследования, федеральных государственных образовательных стандартов, нормативной и учебно-программной документации; педагогическое проектирование и моделирование; методы дедуктивной и индуктивной логики;

- *эмпирические:* изучение опыта обучения джазовому танцу в образовательном процессе отечественных образовательных учреждений и за рубежом; частные эмпирические методы сбора информации (педагогическое наблюдение, анкетирование, беседа), методы организации опытно-поисковой работы;

- *диагностические методы исследования:* для исследования уровня самооценки студентами личной креативности и уверенности в себе в процессе обучения был сформирован комплекс диагностических средств, в который вошли две апробированные методики исследования: тест В.Г. Ромека по определению уровня уверенности в себе и опросник на

выявление уровня самооценки креативности, разработанный французскими исследователями Asselin С. и Tha А. Также была использована методика экспертной оценки. Для ее проведения составлен лист экспертной оценки. В ходе экспертной оценки использовались средства видеофиксации. Для обработки результатов исследования использовались статистические методы.

База исследования – Свердловский областной музыкально-эстетический педагогический колледж. Количество респондентов составило 13 студента второго курса отделения «Педагогика дополнительного образования в области хореографии».

Новизна научного исследования заключается в обобщении теоретических представлений о влиянии джазового танца на креативность студента, в определении особенностей педагогических средств развития креативности студентов хореографов и в разработке учебно-методического комплекса заданий по развитию креативности в процессе обучения джазовому танцу

Практическая значимость исследования представлена в проектировании учебно-методического комплекса заданий по развитию креативности средствами джазового танца у будущих педагогов хореографов, который включает в себя разработку занятий и заданий по классическому, лирическому (lirical jazz), бродвейскому (broadway jazz) и афро джазу. Разработанный учебно-методический комплекс может использоваться в учреждениях среднего и высшего профессионального образования, где обучают студентов творческих специальностей связанных с движением на сцене – артистов театра и кино, танцоров, и педагогов хореографов. Также данный комплекс, в адаптированной форме, возможно, применить в сфере дополнительного образования детей и взрослых.

1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ КРЕАТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ ДЖАЗОВОМУ ТАНЦУ

1.1. Сущность понятия «креативность» и концептуальные основания креативности

В приказе Минтруда России от 08.09.2015 №613н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» основной целью вида профессиональной деятельности выдвигается «создание педагогических условий для формирования и развития творческих способностей, удовлетворения потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, ...» [67, с. 1]. Следуя этой цели мы должны понимать, то, что педагог дополнительного образования сможет развить творческие способности у воспитанников лишь в том случае, если будет обладать ими сам. Что же такое творческие способности? Творчество? Креативность? Верно ли что творчество и креативность одно и то же?

Понятие «креативность» в российской языковой культуре стало широко употребляться относительно недавно. Слово «креативность» – имеет ярко выраженные нерусские корни, это заимствование термина из английского языка. Он появился в русском языке, когда стало востребованным разделение и различение понятий «творчество» и «креативность». Дело в том, что расслоение смыслов и утверждение в дискурсе любого ранее не использовавшегося слова не является просто чьей-либо прихотью, данью моде, или только чьим-то субъективным желанием. Это, как правило, объективная фиксация процессов, которые набирают силу и нуждаются в новых формах обозначения, в том числе, в использовании новых слов. Именно поэтому так важно проанализировать

те расходящиеся сегодня смыслы, которые вкладываются в понятия «творчество» и «креативность».

Но поскольку этот процесс расслоения смыслов видимо находится еще в самом начале, то не стоит удивляться, что разные авторы по разному фиксируют это, проводя различие между понятиями «творчество» и «креативность».

Так, Н.Ю. Хрящева и С.И. Макшанов под творчеством понимают процесс, приводящий к созданию нового, а креативность рассматривают как потенциал, внутренний ресурс человека [73, с. 175]. Под креативностью можно понимать «способность человека отказаться от стереотипных способов мышления или способность обнаруживать новые способы решения проблем» [19, с. 59].

И.Н. Дубина считает, что «творчество – это деятельность, обладающая новизной и значимостью для индивида и его культуры» [49, с. 152]. Он выделяет две смысловые сферы в понятии «творчество»: генеративную и нормативно-селективную. «Генеративная включает понятия новизны, случайности, индивидуальности, непредсказуемости, уникальности, другая – личностно-социально-историко-культурно-нормирующие критерии (ценность, признанность, значимость, обязательность, традиционность и др.)» [45, с. 44]. «Мы считаем, – пишет И.Н.Дубина, – целесообразным использовать для обозначения сферы «субъектно-значимой новизны» (т.е. субъектно-личностного феномена творчества) понятие «креативность», которое уже достаточно прочно закрепилось в отечественной философской и научной литературе по проблематике творчества благодаря, отчасти, двойственности переводов английского creativity, переводимого и как «творчество» и как «креативность» для подчеркивания тех или иных смысловых оттенков понятия» [45, с. 44]. Понятие «творчество» И.Н. Дубина предлагает «рассматривать как более общее понятие, включающее в т.ч. и креативность, отражающее помимо субъективных моментов, также процесс взаимодействия новизны, порождаемой субъектом деятельности,

с существующим социокультурным контекстом. «Это понятие, – пишет он, – мы связываем с образованием социально-культурной новизны и значимости» [45, с. 44].

Таким образом, креативность и творчество разводятся как оппозиции субъективно-личного и социокультурного. На наш взгляд, это не очень удачное разграничение смыслов. Оно не работает и не совпадает со сложившимся словоупотреблением понятия креативность в целом ряде областей. Например, в современном дополнительном образовании креативный продукт – это то, что принципиально отличается от ранее существующего в хореографическом искусстве, то есть креативность предполагает принятие и социокультурную оценку. Современные концепции креативности включают, как правило, и средовые, и социально-культурные компоненты. В то же время творчество и его сущность нельзя свести к нормативно-социальному ценностному аспекту. Вместе с тем, важно, что автор видит необходимость в разграничении этих понятий и справедливо пишет о том, что размытость и неотчетливость понятия «творчество» уже начинает вызывать трудности, так как маскирует целый ряд проблем.

В психологической практике имеет место и другой взгляд на соотношение «творчества» и «креативности». Креативность рассматривается как отдельный аспект изучения творчества, и рассматривается как способность к развитию, как внутренний ресурс человека. Например, советский и российский психолог, доктор психологических наук, автор работы «Психология творчества» Я.А. Пономарев [65, с. 71], предлагая целостную концепцию творчества как психического процесса, выделяет креативность как один из аспектов творческого потенциала личности. Я.А. Пономарев, применяя системный подход к изучению творчества, сформулировал важный принцип формирования, развития и реализации творческих способностей – закон ЭУС (этапы, уровни, ступени): в развитом психологическом механизме поведения этапы его развития, трансформируясь, превращаются в структурные уровни его организации

и выступают как функциональные ступени решения творческих задач. Системный фактор здесь – способность действовать «в уме» (СДУ), определяемая высоким уровнем развития внутреннего плана действий. Основная особенность центрального звена психологического механизма творчества – единство интуитивного и логического. Функция интуитивного – созидание нового, функция логического (рефлексивного) – его выявление. Со способностью к творчеству, по мнению Я. А. Пономарева, сопряжены два личностных качества – интенсивность поисковой мотивации и чувствительность к «побочным» продуктам деятельности. То есть суть креативности представляет собой интеллектуальную активность и чувствительность к побочным продуктам своей деятельности. Творческий человек видит побочные результаты, которые являются творением нового, а нетворческий видит только целесообразные результаты, проходя мимо новизны.

Другие авторы считают, что креативность – это технологический элемент творчества. Креативность при этом всегда прагматична. Вот как в этом случае рассматривается соотношение творчества и креативности.

«Творческий процесс основывается на вдохновении автора, его способностях, традициях, которым следует автор. Если же говорить о креативном процессе, то главной его составляющей становится прагматический элемент, то есть изначальное понимание, зачем нужно что-то создавать, для кого нужно что-то создавать, как нужно что-то создавать и, собственно, что именно нужно создавать. Знание ответов на эти вопросы и построение работы по соответствующим принципам обеспечивает максимальный эффект представления результата работы окружающим людям. Как правило, художники, хореографы, композиторы, писатели и все остальные творческие люди, не задают себе этих вопросов и творят, руководствуясь собственными настроениями и эмоциями. Поэтому творчество не тождественно креативности. Творчество всегда первично и фундаментально. Однако в креативном продукте оно подчинено

прагматической цели. Креативный продукт – это картина, которая будет помещена в заранее выбранную раму, с заранее предназначенным местом в заранее выбранном музее, картина, которая будет вызывать восторг у посетителей, выбранных заранее. Креативность вне творчества невозможна. Креативность – это только технология организации творческого процесса, которая бесплодна сама по себе, какие бы задачи перед ней не ставились» [11, с. 89].

Не вызывает сомнения большая доля технологичности и прагматичности в понятии «креативность» по сравнению с понятием «творчество». Однако вряд ли правомерно сводить креативность к сугубо технологической стороне творчества, и по существу к техникам креативности. В этом случае все было бы слишком просто и не возникало бы столько проблем в развитии креативности и создании условий для креативной деятельности и креативного образования педагогов хореографов.

На наш взгляд, соотношение понятий «креативность» и «творчество» сложнее, их сущности наиболее глубоко вплетены друг в друга, любая креативность – это творчество, но не любое творчество – креативно.

Во-первых, креативность, также как и творчество не может быть определено только через какую-либо одну характеристику, так как является сложным многоплановым и многоаспектным по своему содержанию.

Во-вторых, соотношение понятий «креативность» и «творчество» не может быть раскрыто только в рамках простых бинарных оппозиций: «часть и целое», «субъектно-личностное – социально-культурное», «технологичное – фундаментальное» и т.д., так как по своему существу креативность и есть творчество, только в особом его проявлении. Не исключено, что понятие «креативность» возникает для обозначения новых качеств и характеристик творчества, или их особого, сочетания. В этом случае понятие «креативность» может быть даже шире, чем понятие «творчество» (А. Высоковский).

Рассмотренные точки зрения на соотношение понятий «творчество» и «креативность» позволяют сформировать следующее определение креативности. Креативность – это уровень творческой одаренности, способности к творчеству, составляющий относительно устойчивую интегральную характеристику личности, но это и процесс (креативная деятельность), это та сторона творчества, которая уже стала подконтрольна человеку, может быть целенаправленно выстроена, нацелена на получение нового результата, оснащена набором техник креативности.

Современный этап развития представлений о сущности креативности характеризуется целым рядом новых концептуальных положений. Рассмотрим важные, на наш взгляд, положения применительные к профессии педагога хореографа.

На первое место можно поставить утвердившееся в психологии и других науках положение о том, что уровень креативности не задан от рождения человека, но креативность и креативные ресурсы личности можно развивать на протяжении всей жизни.

Это концептуальное положение относительно «креативности» появилось в работах советского и российского психолога Л.С. Выготского. Он выдвигал концепцию о том, что креативные способности не создаются, а как бы высвобождаются и имеют возможность развития. Согласно американскому психологу Абрахаму Маслоу «креативность – это творческая направленность, врожденно свойственная всем, но теряемая большинством под воздействием сложившейся системы воспитания, образования и социальной практики» [60, с. 210]. Психологические науки, исследуя взаимосвязи креативности и интеллекта, сегодня все больше вселяют уверенность в том, что как интеллект, так и креативность – это не только то, что обусловлено чисто генетически, но может развиваться при жизни человека, в том числе в результате его целенаправленной деятельности.

Ранее существовало положение о том, что творчество и креативность должны присутствовать и проявляться в человеке изначально с детства.

Считалось если человек не способен создавать нечто новое, творить, значит и не начнет этого делать в течение жизни, ибо не дано природой, не заложено генетически. Лишь благодаря А. Маслоу и Л.С. Выготскому в психологии утвердилось положение о возможности развития творческой и креативности. Все зависит от того, какие возможности предоставляет окружающая среда и социум для реализации того потенциала, который в различной степени присущ каждому человеку. Свободная творческая среда, окружающая ребенка с раннего детства может послужить проявлению креативных качеств как в детстве, так и иметь накопительный эффект и проявиться в более сознательном возрасте. Главное не время воздействия, а заинтересованность субъекта в развитии тех самых креативных способностей. Для специфики творческих профессий это открытие чрезвычайно важно, так как это дает шанс на большее раскрытие творческого потенциала хореографического и других видов искусства.

Энгельмейер писал «...оказывается, что гениальность вовсе не такой божественно редкий дар, что он составляет удел всякого, кто не рожден совсем идиотом» [10, с. 59].

Расширение представлений об интеллекте открывает все новые возможности и в понимании феномена креативности. Согласно Гари Алдеру и другим исследователям «креативность» и «интеллект» – понятия, имеющие точки соприкосновения лишь в части своего объекта» [21, с. 193], а, следовательно, как развитие интеллекта может способствовать повышению уровня креативности, так и проявления и реализация креативных способностей обогащают и развивают интеллект.

Особенно интересны в этом отношении две концепции интеллекта, а фактически два новых методологических подхода. Поэтому второе концептуальное положение о сущности креативности связано с идеей множественности интеллектов и с концепцией эмоционального интеллекта.

Идею множественности типов интеллекта выдвинул американский психолог Говард Гарднер, в качестве радикальной альтернативы тому, что он

называет «классическим» взглядом на интеллект как на способность к логическим размышлениям.

Говард Гарднер, автор теории множественного интеллекта, выделяет семь разновидностей интеллекта. «Это:

- лингвистический интеллект: чтение, письмо, языковая компетенция;
- логико-математический интеллект: логические рассуждения, математические способности;
- пространственный интеллект: чтение карт, легкость ориентирования на местности;
- музыкальный интеллект: сочинение музыки, певческое искусство, игра на музыкальных инструментах, способность наслаждаться музыкой;
- телесно-кинестетический интеллект – все, что связано с моторикой: бег, танцы, игровые виды спорта;
- межличностный интеллект – интеллект, обращенный вовне (разум, чутье), понимание других, контактность, коммуникативность, умение ладить со всеми и находить свое место в коллективе;
- внутриличностный интеллект(обращенный в глубь себя): понимание глубинных особенностей своей личности, своего характера, житейская мудрость»[20, с. 106] .

Если раньше креативность в лучшем случае связывалась с развитием только логического интеллекта, то сегодня благодаря появлению концепции множественности интеллектов сфера проявлений креативности существенно расширяется. Так как наше исследование ведется в области педагогики в хореографии, то в сферу наибольшего внимания попадает телесно-кинестетический интеллект. Г. Гарднер утверждает то, что телесно-кинестетический интеллект отражается в способности использовать все части тела при решении задач или создании продуктов; включает контроль за своим телом, а так же контроль над грубыми и тонкими моторными

движениями, отвечает за способность умело манипулировать внешними объектами: примерами являются танцоры, гимнасты, ремесленники и нейрохирурги. Поскольку танец это визуализированный вид искусства, имеющий выразительные средства как: движение, пластика, жест, пантомима, важно чтобы исполнитель на высоком уровне владел мастерством контроля собственного танцевального инструмента. Танцор станет интересен, когда его движения и пластика будут притягивать к себе взгляд зрителя, когда образ и мысль, идущая от исполнителя, найдет отклик в сознании человека смотрящего на него. Подобный уровень контроля, а значит и телесно-кинестетический интеллект подвластен тренировкам, этому способствует многоликость танцевального искусства, а в частности полистилистический джазовый танец.

Даниел Гоулмен ввел в широкий оборот другое понятие – «эмоциональный интеллект» [17, с 89], что еще в большей мере подчеркнуло, что креативность, также как и успешность человека определяются не только развитостью логического или академического интеллекта, измеряемого тестами IQ. В 1980 году Дж. Эйврилл ввел понятие «эмоциональной креативности».

На основании теоретического и эмпирического анализа Дж. Эйврилл выделяет следующие структурные компоненты эмоциональной креативности. Подготовленность (*preparedness*) – обучение пониманию эмоциональных переживаний на базе предшествующего эмоционального опыта. Новизна (*novelty*) – способность переживать необычные, с трудом поддающиеся описанию эмоции. Эффективность/аутентичность (*effectiveness/authenticity*) – умение выражать эмоции искусно и искренне [3, с 346]; кроме того, эмоции расцениваются как аутентичные, если они совместимы с важнейшими интересами личности и способствуют её благополучию [2, с. 98]. Можно выделить несколько уровней эмоциональной креативности. На низком уровне ЕС включает наиболее эффективное использование уже существующих эмоций, созданных внутри культуры; на

более высоком, комплексном уровне она представляет собой видоизменение стандартных эмоций для лучшего удовлетворения потребностей индивида или группы; и на высшем уровне – развитие новых форм эмоций, основанных на изменениях в верованиях и нормах, на которых эмоции основываются [2, с. 270.]. Андреева И.Н., опираясь на исследования Дж. Эйврилла, разводит понятия эмоционального интеллекта и эмоциональной креативности. Она делает вывод, что эмоциональная креативность – более широкое понятие, чем эмоциональный интеллект. В отличие от последнего, она предполагает новизну эмоциональной реакции. Различия отмечаются и в подходе к обработке эмоциональной информации. Взаимосвязи эмоционального интеллекта и эмоциональной креативности в общем соответствуют взаимосвязям между когнитивным интеллектом и когнитивной креативностью.

Так как мы проводим наше исследование в творческой сфере связанной с лицедейством и игрой на сцене, не важно танцор, или вокалист, или театрал, – творческому человеку необходимо развивать эмоциональный интеллект. А поскольку в вокальном, и уж тем более в театральном жанре существует больше способов выразить эмоции – это и слово, и песня, то безмолвным танцорам особенно важно развивать эмоциональный интеллект для того чтобы его персонаж был понятен для зрителя только через его движения тела и мимику.

По мере развития представлений об интеллекте и креативности все чаще выдвигаются представления, согласно которым креативность – «это не один из компонентов интеллекта, а совершенно особое измерение мыслительных процессов и поведения. Именно такое осмысление феномена творчества позволяет объяснить его первостепенную важность для нас и особенно для будущих поколений» [22, с. 209].

В качестве третьей концептуальной идеи в понимании креативности можно выделить идею ее полимодальной природы. То есть креативность возможна и проявляется там, где удастся выйти за рамки устоявшего хода

мысли или деятельности, соединить, казалось бы, несоединимое: различные видения реальности; подходы, ментальные модели, многообразные техники. Для этого нужно выйти в многомерную реальность. Это особенно важно для понимания креативности в хореографии. Джазовый танец, отличающийся большой импровизационностью, сопряжением многих техник и стилей, содержит и наибольший потенциал для развития креативности. Полиmodalный подход находит сегодня выражение в интегральных концепциях креативности Эдварда де Боно, в принципах системного мышления Уильяма Россома Эшби, в концепциях Р. Дилтса и Г. Алдера, в концепции дивергентного мышления Дж. Гилфорда и др.

Эдвард де Боно написал книгу «Латеральное мышление», в которой он описывает, чем отличаются обычное мышление и творческое мышление. Творческое мышление Эдвард де Боно называет латеральным, а обычное вертикальным.

Способность творить начинают ценить выше знаний и умений, поскольку и те другие в наши дни становятся все более и более доступными. Чтобы научиться давать толчок своим творческим способностям, необходимо лишить их ореола таинственности и рассматривать как один из методов применения своего мыслительного аппарата – метод обработки информации. Именно это и входит в задачу латерального мышления.

«Латеральное мышление расширяет возможности вертикального мышления. Вертикальное мышление развивает идеи, рожденные при латеральном мышлении. Нельзя вырыть яму в каком-то ином месте, если только углублять уже существующую. Вертикальное мышление используют для углубления уже имеющейся ямы. С помощью латерального мышления яму роют теперь на новом месте» [21, с 106].

Из-за того, что в прошлом особый упор делался исключительно на вертикальное мышление, обучение латеральному мышлению приобретает теперь особую актуальность.

Латеральное и вертикальное мышления взаимно дополняют друг друга, необходимо владеть навыками и того и другого. Однако в системе образования упор, как считает Э.де Боно, неизменно делается только на вертикальное мышление.

Согласно концепции креативности Роберта Дилтса, одного из основателей НЛП, у каждого из нас есть собственное мировоззрение, основанное на внутренних нейролингвистических картах, построенных нами же. Именно эти нейролингвистические карты – в большей мере, чем сама реальность, – определяют то, как мы интерпретируем мир, реагируем на него и наделяем смыслом собственное поведение и переживания. Таким образом, в большинстве случаев не внешняя реальность ограничивает нас или наделяет могуществом, а внутренняя карта этой реальности [42, с. 416].

Базовая идея НЛП в отношении креативности заключается в том, что если вы способны расширить или усовершенствовать собственную карту, вы сможете воспринимать большее количество альтернатив в той же самой реальности. Базовое предположение НЛП гласит: чем шире и богаче ваша карта мира, тем больше возможностей справиться с любыми трудностями предоставляет вам реальность.

Широко известен тот феномен, что зачастую наиболее креативными в той или иной области или отрасли оказываются дилетанты – люди, не имеющие специального образования. Проявить креативность им позволяет «незамысленный» взгляд.

Вторым базовым предположением НЛП является то, что жизнь и сознание – системные процессы. Иными словами, мы представляем собой систему взаимодействий и в то же время являемся системами внутри более крупной системы. Взаимодействия внутри человека и между ним и его окружением имеют системную природу и организуются по определенным системным принципам. Наши организмы, межличностные отношения и сообщества формируют своего рода экологию систем и подсистем, все компоненты которой взаимно влияют друг на друга. Креативность является

естественным продуктом этого процесса систематического взаимодействия и взаимодействий между системами. Ни на одном уровне невозможно полностью изолировать одну часть системы от других. Очевидно, что сотрудники компании подвержены влиянию многих аспектов окружающей их системы. Частью процесса стимуляции и поощрения креативности является способность учитывать не только процессы, происходящие внутри индивида, но и те влияния, которые оказывает на него окружающая система. Например, если поместить креативного человека в ту или иную систему, система может либо усилить креативность, либо затруднить ее проявление. Необходимо принимать во внимание всю систему взаимодействий, которая стимулирует, поощряет и высвобождает творческий процесс [42, с. 69].

Один из принципов теории систем носит название «закон необходимого разнообразия» [6, с. 6]. Этот принцип играет важнейшую роль в управлении креативностью. Большинство менеджеров согласятся с тем, что, с одной стороны, процесс креативности и инноваций необходим для того, чтобы компании росли, новые технологии развивались, а сотрудники организаций могли адаптироваться к изменчивому миру. С другой стороны, креативность и инновации способны создать массу проблем, если выйдут из-под контроля. Можно оказаться слишком креативным человеком или неумеренным новатором в своей деятельности. Креативность может обладать разрушительным эффектом. Необходимо каким-то образом определить разумную меру креативности, достичь равновесия и сохранять его в контексте всей системы.

Согласно закону необходимого разнообразия, нам приходится постоянно варьировать действия и процессы, которые мы используем для достижения своих целей. Даже процессы, зарекомендовавшие себя как эффективные в прошлом, могут утратить свою эффективность ввиду изменений окружающей среды или внешней системы.

Иными словами, былой успех принадлежит к числу «ловушек», или ограничителей для креативности. Легко поверить, что прежде успешный

метод сохранит свою продуктивность и в дальнейшем. Однако в результате изменения окружающей системы эффективные ранее методы перестают работать.

Все это говорит о том, что креативность – необходимый и непрерывный процесс. В частности, закон необходимого разнообразия подчеркивает, что «для того, чтобы успешно адаптироваться к миру и выживать, элемент системы нуждается в определенном минимальном количестве гибкости, и эта гибкость должна быть пропорциональна потенциальному изменению или неопределенности остальной части системы». Иными словами, человек, желающий достичь определенной цели, должен иметь в запасе несколько способов добиться желаемого. Количество способов достижения результата зависит от количества изменений, которые могут произойти в системе, внутри которой находятся человек и его цель. Приведем простой пример: представим, что вы задались целью отнести стул на другой конец комнаты. Если окружающая среда не изобилует разнообразием, для решения этой задачи не потребуется особой гибкости. Вы просто поднимаете стул и несете его через комнату по прямой. Однако если бы дело происходило в Калифорнии в момент землетрясения, вам понадобился бы большой запас потенциальной вариабельности ввиду изменений, которые претерпевает окружение. Например, по дороге вам приходилось бы уворачиваться от падающей штукатурки. Гибкость – необходимое условие для приспособления и выживания [42, с. 137].

Важно отметить, что креативность – это процесс оценивания взаимоотношений между элементами системы и самой системой. Фактически в периоды изменений и в соответствующих контекстах процесс инноваций и креативности приобретает еще большую значимость.

Еще одним следствием закона необходимого разнообразия является то, что член системы, обладающий наибольшей гибкостью, чаще всего играет роль каталитического элемента системы. Этот принцип значим для лидерства. Способность быть гибким и чувствительным к переменам особо

важна для управления самой системой. Человек, последовательный в стремлении достичь своей цели, должен проявить гибкость в методах. Вопрос в том, на каких уровнях мы способны быть гибкими. В каком-то смысле, место приложения гибкости определяется тем, где именно вы намерены быть негибкими. Представим себе, что человек намерен приобрести компетентность в лидерстве или мотивировании людей и этого намерения стойко придерживается. Ему придется проявить гибкость в том, чтобы адаптироваться к различным мотивациям различных людей, а также к различным окружениям [42, с. 120].

Можно провести аналогию с музыкантом, который стремится быть последовательным в том, чтобы неизменно получать определенный звук определенного качества. Такому музыканту придется приспособливаться к акустическим особенностям различных концертных залов, различных музыкальных инструментов и т. п. Действительно компетентный человек вынужден проявлять гибкость в одних областях и ригидность – в других. Таким образом, понятие «креативность» следует рассматривать в контексте всей системы.

Компетентность включает в себя последовательность. Однако, проявляя последовательность в одной области, мы должны проявить гибкость в другой области, чтобы приспособиться к неизменной части системы. Приведем конкретный пример. Небоскребы в Калифорнии должны обладать сейсмоустойчивостью. Чтобы здание устояло при подземных толчках, строителям приходится закладывать такой фундамент, который выдерживает линейные колебания амплитудой 16 футов. Один из настоящих секретов эффективного управления креативностью заключается в том, чтобы определить – какой элемент системы следует сделать гибким.

Рассматривая творческие способности человека в рамках его интеллекта известный психолог Дж. Гилфорд, изучая природу творческого мышления, также приходит к идее полимодальности. Творческий процесс он связывает с дивергентным мышлением. Он разработал большое количество

методик исследования дивергентного мышления, мышление через которое человек ищет множество возможных решений, а не одно единственно верное. Он предложил изучать креативность, привлекая в психологические лаборатории обычных людей и применять психометрические тесты. Тесты креативности, разработанные Гилфордом и его коллегами (1976), нашли широкое применение в практике, они состоят из 10 заданий, содержащих задачи на вербальное (семантическое) и образное дивергентное мышление и предъявляются детям начиная с 4-х-летнего возраста» [80, с. 231]. Гилфорд и сотрудники южно-калифорнийского университета выделили ряд характеристик креативности – беглость (количество идей, возникающих за некоторую единицу времени), гибкость (способность переключаться с одной идеи на другую), оригинальность (способность продуцировать идеи, отличающиеся от общепринятых), а также любознательность (повышенная чувствительность к проблемам, не вызывающим интереса у других), воображение (способность выдвигать фантазийные элементы), разработанность (глубокое исследование проблемы и множество предложенных вариантов), сложность (выработка результата деятельности выше среднестатистического), иррелевантность (логическая независимость реакций от стимулов), и законченность (способность совершенствовать свой «продукт» или придавать ему законченный вид). Часть этих характеристик мы посчитали возможным применить в нашем исследовании как признаки проявления студентами креативности в танце.

Творческие способности представляют собой сплав многих качеств. Гилфорд установил, что творческим личностям свойственно дивергентное мышление. Творческое мышление характеризуется следующими основными особенностями: быстрота (беглость), гибкость, оригинальность, законченность, разработанность, сложность, воображение, любознательность.

На основе анализа различных исследований, раскрывающих характеристики креативности, мы сформировали модель креативности,

которая, на наш взгляд, в наибольшей степени отвечает особенностям проявления креативности в хореографической деятельности, и представили эту модель в виде лепестковой схемы (см. рис 1. – Модель креативности).

Одно из положений концепции креативности Гарри Алдера раскрывает взаимосвязь креативности и среды, креативности и культурного контекста. Межкультурный сравнительный анализ креативности позволяет увидеть еще большую смысловую многослойность этого феномена. Г.Алдер проводит сравнение культур запада и востока, мужской и женской культуры, светских и религиозных, архаических и современных культур, корпоративной культуры и культуры индивидуальной. Он приходит к выводу, что «нет и не может быть универсальной меры «творческойности»» [21, с. 227]

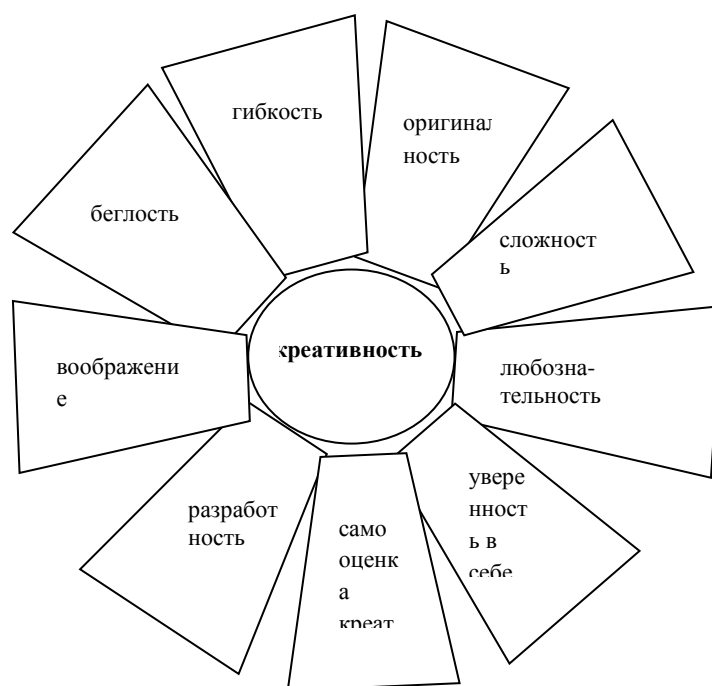


Рис. 1. – Модель креативности

«Определить креативность можно, только рассматривая ее в некоей системе координат – профессиональной области или отрасли знаний. Эта система координат, будь то современное искусство, бухгалтерский учет, молекулярная физика, ... существует в макроконтексте культуры, влияющей на выработку определенной системы координат» [21, с. 124].

Выводы Гарри Алдера в большей степени, чем может быть другие концепции, предлагающие, как правило, некую достаточно замкнутую технологию развития креативности, заставляют задуматься над общими условиями образовательного процесса, а в частности над тем, насколько в образовательном процессе создаются условия:

Во-первых, для развития креативности как интегральной характеристики личности, а именно для работы по интеграции знаний, для выработки в целом умений управлять знаниями, для рефлексии в различных ее формах как средства приращения креативных ресурсов, наконец, насколько создаются возможности для развития многообразных проявлений творческой личности.

Во-вторых, насколько сама система оценки эффективности обучения носит комплексный, интегральный характер, а не служит одностороннему закреплению лишь отдельных умений и способностей.

В-третьих, насколько и какими средствами достигается баланс между условиями, стимулирующими развитие внутренней самомотивации и внешними поддерживающими факторами, способствующими признанию творческих достижений уже в годы обучения.

В-четвертых, насколько образовательная среда позволяет формировать контекстные системы координат креативности: воспроизводит ценности и критерии профессиональной, национальной культуры, а также предоставляет возможности межкультурного диалога и сравнения [21, с. 234].

1.2. Особенности развития креативности у студентов хореографов в процессе обучения джазовому танцу

В параграфе выше мы рассмотрели понятие креативности в психологическом и общепедагогическом её аспектах. Задачей данного параграфа является рассмотреть понятия креативности в танце и хореографии. Также выяснить какую роль играет джазовый танец в процессе развития танцевальной креативности и креативности студента как личности.

Профессия педагога сама по себе имеет творческий аспект деятельности, так как в рамках преподаваемой дисциплины, раз от раза появляются новые неповторимые обстоятельства, новые ученики, новые методы работы, новые способы объяснения материала и другое. В такой профессии как педагог хореограф является возможным ставить знак равенства между словами «работа» и «креативность», так как, снова, в рамках преподаваемой дисциплины появляются всё новые и новые обстоятельства. Меняются ученики, меняются принципы и методы работы, меняются интересы детей и общества, меняются взгляды на вещи у педагога, повышается его профессиональный уровень. Хореографические постановки и танцы должны сменяться одни за другими и все они должны быть актуальными, следовательно, для каждой из них необходимо придумать свой индивидуальный сюжет, подобрать гармоничную музыку, подходящую по образам, поставить новую интересную хореографию, придумать и нарисовать эскизы костюмов танцорам-исполнителям для дальнейшего пошива, а часто костюм является помощником в передаче характера и образа персонажа. И как же существовать в этой профессии в ногу со временем, если не быть креативным человеком в жизни и творчестве, ведь перед профессионалом стоит такое количество творческих задач, взять лишь только прямую обязанность педагога-хореографа – постановка танца, которая от номера к номеру требует нового лексического материала, свежих неординарных

танцевальных связок, иных выразительных средств, которые необходимо выдумать постановщику самостоятельно. Именно поэтому с самого начала обучения этой профессии необходимо развивать способность думать и действовать креативно.

Выше мы упомянули два понятия, на первый взгляд идентичных друг другу – «креативность в хореографии» и «креативность в танце», но стоит разобраться в них с профессиональной точки зрения. Под словом «хореография» ранее понималось искусство записи танца. Начиная с XX века хореографией стали называть «искусство сочинения танца» [9, с. 2]. «Данный термин – хореография – был впервые использован около 1700 года в его буквальном значении – нотации или стенографической записи танцевальных па. Впоследствии смысл термина изменился: он стал применяться как постановка танцев по средствам движений» [9, с. 8].

О танце можно сказать что это «способ невербального самовыражения танцоров, проявляющийся в виде ритмически организованных в пространстве и времени телодвижений» [33, с. 111]. Или танец – это «вид искусства, в котором художественный образ создается посредством ритмичных пластических движений и смены выразительных положений человеческого тела. Танец неразрывно связан с музыкой, эмоционально-образным содержанием, раскрытием образа персонажей которое находит свое воплощение в движениях, фигурах, композициях» [53, с. 63].

Проанализировав, несколько литературных источников мы выяснили различия между понятиями «хореография» и «танец». Танец на наш взгляд более широкое понятие, он включает в себя: музыкальное сопровождение, хореографию, как структурированный набор движений, костюм, грим, атрибуты. Танец как законченный продукт творчества – танцевальный номер, больше, чем просто набор хореографических элементов, это пласт в котором каждая составляющая важна и может варьироваться по необходимости. Хореография же понимается нами, как живое полотно творчества, которое хореограф вправе менять, переставлять и изменять очерёдность элементов,

сменять музыкальное сопровождение, пробовать один и тот же хореографический отрывок положить на различную музыку, с различным характером исполнения и воплощением образов, это эскизы того, что получит развитие в танце. С хореографией постановщик и танцор вольны экспериментировать вне зависимости от задач образа. Хореография – это набор элементов какого-либо танцевального направления собранный в логическую структуру с учетом реализации заданных принципов и требований. Все стили хореографического искусства базируются на системе собственных принципов, на основе индивидуального «языка». Так появляется второй смысл слова «танец», например, существует классический танец (при этом мы не подразумеваем конкретный танец – танцевальный номер). Так же происходит и с другими стилями: народно-сценический, характерный, современный танец это обобщенная система знаний и композиций, а не одна конкретная танцевальная постановка. Изучая какой-либо танец – направление, студенты узнают базу, устоявшуюся систему лексических элементов, затем переводят эти знания в навык, когда наступает момент «я все знаю», студент начинает придумывать что-то свое. Отсюда в употребление входит термин «танцевальная креативность» или «креативность в танце». Определение этим понятиям даёт танцор, психолог, филолог, автор и ведущий тренингов по танцевально-двигательной терапии А. Гиршон: «научиться понимать себя в движении, приобрести радость, уверенность, вариабельность в поведении, создавать свой спонтанный танец через познание и дальнейшее отхождение от шаблонного, это есть креативный танец» [51].

В обучении педагогов-хореографов сформировалась следующая градация изучения рассмотренных нами процессов. Первоочередным для изучения выдвигается танец, как стилевое направление, далее хореография – когда студенты пробуют движения сформировать в логичную структуру комбинации, и третий этап – это изучение дисциплин связанных с танцем, как с концертным танцевальным номером. Вычленив, для себя понятие

«креативность в танце» мы четко понимаем, что обучение креативности в танцевальном направлении первично на начальном этапе обучения, так как лексика какого-либо направления танца является «языком», сам танцевальный номер это уже «рассказ», который повествуется «предложениями» на выбранном «языке».

Нами был принят полимодальный подход, согласно которому, креативность развивается, когда есть обильный лексический запас, когда есть множество средств, которые можно варьировать и применять для решения поставленных задач. Так и танцевальная креативность возникает тогда, когда у исполнителя появляется достаточный запас лексических средств, уверенность в себе, а также собственный взгляд на мир.

Получить обилие танцевальной лексики возможно несколькими способами: дополнительное образование, как в детстве, так и во взрослом периоде жизни; курсы повышения квалификации и мастер-классы, профессиональное образование. Причем обучаясь на профессиональном уровне совершенно не обязательно ограничиваться только колледжем или вузом. Безусловно, педагог хореограф должен владеть и методикой исполнения нескольких танцевальных направлений и методикой их преподавания. К примеру, для постановки корпуса студенты изучают классический танец, который дает крепкий, глубоко проработанный мышечный корсет, так же он воспитывает четкость и грамотность исполнения движений танцором. Классический танец называют «фундаментом профессионального танцора» [33, с. 5]. Народно-сценический и характерный танцы воспитывают у студентов такие выразительные средства как передача характера заданного героя через пластику, жесты и мимику. Народно-сценический, в особенности русский, испанский и ирландский танцы учат воспринимать и понимать синкопированную музыку, так как в этих направлениях преобладают «дробь», «топотушки» и «чечетка». Историко-бытовой танец учит эстетике поведения на танцполе с окружающими в разные эпохи и в разных странах. Современный танец –

contemporary dance учит находить новые принципы работы с весом тела, направлением внутренней энергии и высвобождением её через движение. Это направление больше работает с применением принципа «поиск в себе», танец предлагает изливать внутренние конфликты в сценический образ, по средствам его танцор может решить множество внутренних проблем. Отчасти contemporary dance можно считать танцевально-двигательной терапией для профессиональных исполнителей, поскольку через движения и персонажей проживаются «свои проблемы» через «другую личность». «Направление contemporary всегда рассказывает о горестях и глубоких переживаниях героя, а сцена требует утрирования эмоции, чтобы смысл достиг зрителя, по этой причине contemporary со всеми его глубокими принципами изучается на последних курсах, когда студенты достигают эмоциональной зрелости» [34, с. 50].

Джазовый танец наиболее универсален и позитивен, так как он учит танцовщика высокому уровню владения координацией своего тела по причине того что, одним из главных принципов этого направления является работа с множеством центров тела: голова, плечевой пояс и руки (локти, кисти), грудная клетка, таз и ноги (колени, голеностоп). Работа разным центрами тела в джазе называется *полицентрия*. Этот принцип отличает джазовый танец от других, появился он одним из первых в танце «черных» рабов, которые были привезены в США как рабочая сила. Негры танцевали именно так, как свойственно было им в быту. Танец был «разговором» между людьми и божеством. Поэтому чем детальнее и динамичнее был танец, тем быстрее исполнители входили в транс, что давало ощущение «общения с божеством». На протяжении трех веков с XVI – XIX вв. вместо привычных барабанов черное население Америки приспосабливали удары ногами и хлопки в ладоши как ритмическое сопровождение своему танцу. От этого родился ещё один важный принцип джазового танца «*полиритмия*» и танец «*на слабую долю*». Эти принципы являются очень действенным тренажем для мозга, для выработки скорости реакций, так же для телесной и музыкальной

координации. Этими принципами невозможно овладеть, не переменив способ мышления на более открытый и восприимчивый. Так танцор становится более свободным в музыке, взаимодействии и пространстве. Он более тонко начинает воспринимать музыкальные акценты, которые стремится в дальнейшем выделять движениями. Уходит от страха исследовать пространство, начинает более активно его познавать, совершает прыжки, движение по диагоналям, и другим различным рисункам. Так танец выходит за рамки привычных форм, появляется что-то необычное, новое, что свидетельствует о присутствии потенциала для развития креативности в этом направлении танца.

Одновременно с процессом формирования полицентрии и полиритмии шел и другой процесс развития культуры движения. «Основной контингент населения США состоял из ирландских, шотландских и английских переселенцев, то танцы именно этих национальных культур были важной составной частью искусства и повседневной жизни. Эти танцы можно разделить на две большие группы. К первой принадлежали так называемые «кантри данс», т. е. сельские танцы, носившие фольклорный характер и исполняемые группой или дуэтом. Ирландские танцы «Джиг» и «Клог» исполнялись в специальной деревянной обуви, с помощью которой выстукивался ритм. Ко второй группе танцев, популярных в это время, относились бальные танцы – полонез в XVII веке, менуэт в XVIII веке, котильон, контрданс, кадрили и галоп в XIX веке» [61, с.]. Когда в 1940-е года в селах еще танцуется джигга, в городе во всю успевает развиваться чарльстон и рок-н-ролл – «акробатическая фантазия» [72].

Так же уже в 30-х годах два направления культуры – европейское и негритянское – в Новом Свете оказывали влияние друг на друга и, в конце концов, ассимилировались. Появился «американский степ» – «чечетка» – «tap dance». Черные танцоры чечетки стали добиваться прав на свободу, и уже в 40-х годах на американском телевидении блистал первый черный танцор Бил Робинсон. Поскольку белое население Америки воспринимали выход

афро-американцев на сцены как оскорбление для общества, черным танцорам приходилось выставлять себя в роли «клоунов», они делали шоу-номера с чечеткой, где умолялось их достоинство, где белые танцоры публично унижали черных. Но с появлением стильного, харизматичного танцора Била Робинсона белая публика «оттаяла» и tap dance вошел в моду и у белых танцоров. Далее развитие стиля шагнуло вперед, на сцены и киноэкраны, и уже последователями Б. Робинсона в жанре мюзикла были такие известные исполнители на Broadway как Ферред Астер и Джин Келли. Проводя анализ видео материалов выступлений с различных каналов источника YouTube приведенных выше исполнителей мы можем отметить, что джаз в 40-е годы еще не имеет систему, но обладает преемственностью. Этот стиль джаза является искусством самоиронии и танца «на слабую долю. «Огромную роль джазовый танец сыграл в истории развития мюзикла. В 30-40-е годы происходит процесс художественной эволюции мюзикла. Его тематика становится разнообразной, возрастает хореографическое богатство его выразительных средств. Постановщиками спектаклей становятся известные и талантливые балетмейстеры: Дж. Баланчин, Х. Хольм, А. де Милль, Дж. Роббинс. «Наиболее известным хореографом, танцовщицей, писателем, этнографом и антропологом была Кэтрин Данхэм – человек, которому джазовый танец обязан теорией и методикой. Глубоко изучив историю и конкретно африканские народные танцы, она включила их элементы в свою хореографию. Можно с уверенностью назвать точную дату превращения «черного» танца в сценическое искусство. Это 18 апреля 1940 года, когда Кэтрин Данхэм представила в Нью-Йорке свою первую джазовую постановку «Тропики и горячий Джаз» с подзаголовком «От Гаити до Гарлема» [34, с. 89].

В 50-60-е годы, с появлением молодых талантливых балетмейстеров – Г. Чемпиона, М. Кидда, Б. Фосса, Г. Росса и других, развернутое хореографическое действие стало художественной основой спектакля, а танец средством выражения психологического мира героев спектакля,

мотивировкой их поступков, средством воссоздания уникальной художественной атмосферы.

К концу 60-х годов джаз-танец в США прочно занял свое место в ряду направлений современной хореографии. Его применение было достаточно широко: бытовой танец, танец театральный, танец кино, и, наконец, чисто хореографические спектакли, созданные языком джазового танца. Будучи «открытой» системой, джазовый танец в своих исканиях обращается к средствам выразительности других систем и направлений танца, вбирая в себя достижения, открытые танцем-модерн, классическим танцем, народной хореографией и другими направлениями танцевального искусства. В результате начался процесс слияния основных школ современной хореографии, и возникло новое художественное явление – модерн-джаз танец» [62, с. 28]

Так, по ходу времени, и до сих пор осуществляются эксперименты с направлением джазового танца и его стилями. Мы проследили историю становления джазового танца от черного афро джаза, до современности – сочленением джаза и contemporary, сравнили многообразие его стилей с другими направлениями и сделали для себя вывод, что джазовый танец является наиболее оптимальным, разнонаправленным, многофункциональным направлением хореографического искусства для развития креативности студентов хореографов, так как в этом направлении, возможно познать историю и творить историю своими руками и ногами в настоящее время. Выбран именно джазовый танец, потому что он дает большой потенциал свободы в реализации задуманного и развитию креативности, чем, к примеру, классический танец, который имеет четко структурированную систему движений. Выучив и наработав, которую, в профессиональной карьере танцовщика вариативными становятся лишь руки, дающие характер образа, ноги же соблюдают четкую методичность. Народно-сценический танец не является передовым средством в развитии креативности, так как народная культура становится историей, она не имеет

развития, а лишь передается из поколения в поколение как ценность. Джазовый же танец начал свою историю с XVI века и развивается он по сей день. Это направление на данный момент имеет в своем арсенале систему обучения, методику исполнения и множество родственных стилей: афро джаз, tap dance, broadway jazz, классический джаз, модерн джаз, lirical jazz, contemporary jazz, jazz funk и другие. Именно из-за такого широкого спектра стилей можно считать джазовый танец наиболее перспективным и предпочтительным для развития креативности у будущих педагогов хореографов.

«Classical – взаимодействовал у классического танца дисциплину движений, позиции рук и ног. Основоположник классического джаза, Мэтт Мэтокс. Если говорить о классическом джаз-танце, то основных «китов» здесь три – импровизация, полиритмия и полицентризм. Если с первым все понятно, то остальные два означают движения различных частей тела в разных ритмах. Движение может исходить из головы, плеча, колена, очень часто посредством импульса. Полицентризм, безусловно, требует владения техникой изолированного движения для каждой части тела. Тело используется здесь как метроном: оно отбивает ритм, задаваемый музыкальным инструментом.

Lyrical – это стиль танца, созданный из слияния балета с современным джазом. Отличается большим количеством различных движений на единицу темпа, выполняемых очень мягко, без видимого напряжения. Движения при всей сложности выполняются с максимальным растягиванием их во времени.

Broadway (театральный) – одним из популярных видов современного танца стал бродвейский джаз. Танцевальная техника джаз стала следствием огромной популярности бродвейских мюзиклов и взяла своё название от нью-йоркской улицы Бродвей, где и находится знаменитый театр. Для американцев мюзикл стал настоящим праздником и выделился в отдельное театральное искусство, а танец в нём был обязательным элементом. Бродвейский джаз выделился в особое направление танца, благодаря

многочисленным театральным постановкам. Мюзиклы, ставшие популярными в 20-30-е года XX века, требовали все более сильной хореографии, понятной и зажигательной для зрителя. Тут и появился стиль, позднее названный бродвейским джазом. По сути, сейчас он сочетает элементы спектакля, шоу и современной хореографии.

Afro – объединяет традиционный африканский танец с элементами джаза. Широко использует движения корпуса, плеч, бедер и головы. В качестве музыкального сопровождения используется этническая музыка и ее обработки. Африканцы полностью погружаются в танец, передают движениями каждую свою эмоцию. Ещё Джеффри Говард, известный путешественник, отметил, что любое событие из жизни, радость это или горе, чёрные люди передают посредством танца, без танца жизнь для них невысказана. Танец в этом понимании подразумевает ритм. Безусловно, на ритм накладываются определённые танцевальные движения, но вся толпа и сам солист постоянно занимаются импровизацией. Импровизация вытекает из самой природы танца африканцев. В основе полиритмии лежит движение разных частей тела в разных ритмах, а полицентрия предполагает возникновение движения в различных частях тела. Очень часто посредством импульса движение может начинаться от головы, плеча, колена. Именно полицентрия требует особых навыков, ведь необходимо научиться владеть изолированными движениями каждой части тела.

Модерн-джаз – энергичный и выразительный танец, образный танец, который взял все самое лучшее с джазовой хореографии и модерна, к тому же он заметно улучшает координацию движений. В модерне имеет значение внутреннее наполнение движения, четкость линий, умение работать с дыханием. Занятия развивают музыкальность, чувство ритма, правильное дыхание, постановку корпуса, координацию движений и умение владеть своим телом. Ломаные движения тела, эффектные хореографические ходы, невысказанные акробатические рисунки движутся в разных ритмах – танец полностью зависит от фантазии, единения своего внутреннего мира с миром

пространства. Занятия развивают музыкальность, чувство ритма, правильное дыхание, постановку корпуса, координацию движений и умение владеть своим телом.

Rock-n-roll – это более ударный стиль джаза, основан на характере музыки, свободная, непринужденная манера исполнителя с включением специфических эффектов, характерных для творческой индивидуальности танцора. Акробатический рок-н-ролл относится к спортивной, предназначенной для соревнований форме танца, берущем начало от Линди Хопа. Акробатический рок-н-ролл исполняется под ритмичную музыку. Средняя длительность танцевальной программы составляет полторы минуты. Танцевальная программа в акробатическом рок-н-ролле отличается сочетанием характерных движений ногами и исполнением акробатических или полу-акробатических элементов. Танцевальный рисунок акробатического рок-н-ролла основан на, так называемом, «основном конкурсном ходе»: характерных бросках ног за пол такта «5-6» – это *kik - ball change* и один такт «1-2-3-4» – это *kik - step kik - step* музыки (*kik - ball change - kik - step - kik - step*). Акробатические элементы являются украшением к танцу и жёстко регламентированы, в соответствии со сложностью программы и классом выступления. В рок-н-ролле трюки ценны не сами по себе, а во взаимосвязи с танцем. Такое положение коренным образом отличает акробатический рок-н-ролл от выступления смешанных пар в спортивной акробатике. Ещё одним отличием является отсутствие в рок-н-ролле балансовых элементов, что так же связано с необходимостью сочетания между акробатикой и активным, динамичным танцем. Стойки и равновесия не соответствуют характеру рок-н-ролла» [61, с. 79-82].

Систему и методику обучения джазовому танцу описала американская танцовщица и педагог К. Данхем в 1940-ом году, в России же учебное пособие появилось благодаря В.Ю. Никитину, который обучившись у американских педагогов, перенял систему преподавания, адаптировал и привез ее в отечественную педагогику. В 2000 году вышла первая книга

с теоретическими, педагогическими и методическими указаниями для изучения джазового танца. Сравнивая две системы преподавания, мы можем наблюдать некоторые различия и сходства связанные с культурными ценностями, менталитетом. Американская система больше направлена на самостоятельную и ответственную работу студентов, в уроке мало времени уделяется глубокому разогреву и проработке деталей начального обучения, в класс дети и студенты заходят уже разогретые и готовыми работать в полную силу. В американской системе больше времени уделяется на самостоятельную работу студента в каждом разделе, ему позволяется придумывать, варьировать, прорабатывать. Мы приведем усредненный вариант хода урока с таймингом: *warm up* – танцевальный разогрев – 7-10 минут – разогрев стрейтч-характере, у станка, в партере, мелкая динамика (трамплинные движения), *insulation* – изоляция – 20 минут – в этом разделе происходит глубокая работа с мышцами различных частей тела, здесь добиваемся свободы позвоночника и комбинируем движения нескольких центров (плечи – таз; грудная клетка – голова, ...), *cross* – кросс – раздел урока, построенный на перемещении в пространстве и использовании базовых шагов и прыжков джаз танца, *упражнение для позвоночника* – 10 мин – наклоны торса (*side stretch, deep body bend, flat back*); изгибы торса; спирали; *body roll* (волна); *contraction, release, high release; tilt, lay out, уровни* – 15 минут – основные уровни: стоя (*hight* – высокий, на полупальцах, *middle* – средний, на полной стопе, *low* – низкий, на согнутых коленях), сидя на корточках, стоя на коленях, сидя и лежа, *dancing combination & improvisation* – танцевальные комбинации и импровизация – 15 минут – в этом разделе все зависит от фантазии педагога, здесь могут быть скомбинированы в танцевальную комбинацию изученные элементы, или же что-то иное, *relax* – расслабление – в этот раздел могут включаться упражнения на восстановление дыхания и глубокий стрейтчинг – растяжка.

Развитием креативности посредством афро джаза занимается труппа Американского театра танца Алвина Эйли. В 1953 году Эйли, создает труппу

с отличительной, по тем временам хореографией, он собрал в труппу танцоров классического балета, современного и джазового танца и стал постепенно погружать танцоров в атмосферу афро танца. Распространенными педагогическими средствами работы являлись тренаж лексических основ танца, танцевальные лаборатории, на которых происходил поиск новых форм и средств танца. Также труппа выезжала за рубеж для заимствования опыта у носителей стиля, далее в танцевальных лабораториях этот опыт переводился в сценическую лексику.

Одна из первых российских школ современного танца, которая считала джазовый танец одинаково важной частью обучения, как и классический и фольклорный танцы открылась в 1991 году под руководством Н.В. Огрызкова. [63]. Школа существовала под лозунгом американского танцора и хореографа Мэта Мэттокса «Классический танец танцуют телом, современный – головой, джазовый – сердцем». Н.В. Огрызков ставил перед собой важный критерий перспективного танцора – твёрдость и целеустремленность в танце. Обучение джазовому танцу в школе Н.В. Огрызкова опиралось на следующий набор педагогических средств: тренаж лексической базы классического джаза, экспериментальная лаборатория – это те занятия, на которых дети искали новые для себя способы движения, выражения эмоций. Одним из действенных методов работы с учениками был метод мастер-классов, для проведения которых приглашали зарубежных педагогов для проведения уроков новой техники. На мастер-классах дети применяли уже имеющиеся навыки и погружались в иной стиль преподавания материала, погружались в новую стилистику и манеру движения. Это позволяло детям расширять границы своего восприятия, мышления, творчества, креативности. С каждым классом замечался рост уверенности детей в общении с педагогами и сверстниками, а также ученики более бесстрашно подходили к исполнению новых для себя движений.

Также развитием креативности у студентов хореографических отделений посредством джазового танца занималась первый педагог джазового танца в России А.Г. Богуславская. В своей работе, она применяла следующие педагогические средства работы: тренаж лексической базы джаза привезенного из-за рубежа от американских и французских педагогов М.Гарднер, Э.Роог, Э.Валлентайн, метод импровизации, который был заимствован из музыкального джазового искусства и стиля tap dance. В то же время импровизация уже изучалась в практике танцевально-двигательной терапии А.Гирсона и С.Пэкстона. Импровизация использовалась на базе уже имеющейся лексики студентов, и являлась экспериментальной частью уроков. В дальнейшей практике работы в сфере джазового танца стала прослеживаться тенденция применения импровизации как обязательного элемента урока, например у таких преподавателей как В.Ю. Никитин, Е.С. Шевцов, Э. Таха, Nicolas Lektor (USA), Geraldin Armstrong (UK,France), Rick Odums (France).

Импровизацию как понятие описала В.С. Безрукова. Она определила ее как «деятельность, совершаемую без предварительной подготовки на основе фантазии и творческого подхода [29, с. 69]. С этим определением можно согласиться и относительно импровизации в джазовом танце.

Язык джазового танца и в частности язык импровизации в танце – это, прежде всего выражение человеческих чувств через движение, и если слово что-то обозначает, то танцевальное движение выражает, и выражает только тогда, когда находится в сплаве с другими движениями, которые выявляют всю образную структуру. Поэтому важно чтобы в лексическом запасе танцора было, как можно больше способов выразить те или иные эмоции по средствам движений тела. Одним и тем же движением, выполненным в разном характере, амплитуде, ракурсе и с разным посылом возможно выразить спектр полярных эмоций – от легкой романтической грусти, до полного отчаяния; от кроткой улыбки – до безудержного счастья. Такой точности выполнения элементов возможно добиться через большое

количество часов тренажа лексической базы различных стилей и практики импровизации с постановкой индивидуальных задач.

Характерной особенностью именно джазового танца является знакомство с состоянием «здесь и сейчас», которое поддерживается уже самой включенностью участников в этот процесс. Это состояние связано с интеграцией интеллектуального, эмоционального и физического аспектов, его также можно назвать состоянием целостности. Именно опыт переживания такого состояния сам по себе приводит к гармонизации имеющегося запаса знаний и экспериментов в импровизации. Сохраняя данное состояние в своей памяти, в том числе, и в эмоциональной, танцор раскрывает свой внутренний мир восприятия к новому опыту, который потом способен применить в работе над постановками. Это, в свою очередь, влияет на эффективность процесса развития креативности.

Импровизация в джазовом танце подразумевает глубокую внутреннюю работу, требует развития не только лексического запаса, но и развития личности, индивидуальности, актерского мастерства, чувственного восприятия музыки 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. Тело и чувства связаны нераздельно и оказывают постоянное взаимное влияние друг на друга. Импровизация требует постоянного совершенствования, глубокой душевной и физической работы над своей индивидуальностью, так познавая и углубляясь в различные стили джазового танца, мы позволяем студентам развивать запас характерных движений, погружаться в философию и мироощущение каждого стиля.

Импровизация в рамках процесса обучения является не только диагностом креативности, а еще и педагогическим средством. Возьмем, к примеру, на рассмотрение одну из классификаций педагогических средств, автор, которой является В. Оконь [46, с. 78]. Классификация следующая:

А. Простые средства: 1) словесные средства: учебники и другие печатные тексты; 2) простые визуальные средства: оригинальные предметы, показ, модели, картины, диаграммы, карты.

Б. Сложные средства: 1) механические визуальные средства, позволяющие передавать изображения с помощью технических устройств (например, фотоаппарата, диаскопа, эпидиаскопа, микроскопа, телескопа и др.); 2) аудиальные средства, позволяющие передавать звуки и шумы – с помощью проигрывателя, магнитофона или радио и др.; 3) аудиовизуальные средства, объединяющие изображение со звуком: звуковой фильм, телевидение, видеотелефоны, видеоманитофоны и др.; 4) средства, автоматизирующие процесс обучения. К ним можно отнести дидактические машины, лингвистические кабинеты, называемые лабораториями, а также компьютер с программным обеспечением или электронные и аналоговые цифровые машины. Классификация средств обучения показана на рис. 2. – педагогические средства обучения.



Рис. 2. – Педагогические средства обучения

Выбранная классификация наилучшим образом подходит для работы в творческой среде среднего профессионального образования, а конкретно: из простых педагогических средств в практике мы пользуемся и словесными средствами и простыми визуальными. К словесным относится методическая

литература, книги об истории, технике и методике танца, к простым визуальным средствам относятся постеры и фотографии на которых изображены танцоры с мировыми именами, демонстрируя пример исполнительского мастерства, также главным визуальным средством в процессе обучения танцу будет педагог, так как именно педагог приносит в своем теле материал разогрева, изоляции, кроссов, танцевальных отрывков. И именно благодаря педагогу студент «дословно» понимает все тонкости предлагаемого материала. Из группы «Б» в своей работе мы используем ряд следующих педагогических средств: аудиальные средства, так как хореография это искусство движения под музыку, мы регулярно пользуемся аудио магнитофоном или усиливающими колонками, к которым напрямую подключается телефон, USB-плеер, USB-носитель и аудиовизуальные средства, в эти средства можно отнести просмотр видео материалов записанных самими участниками педагогического процесса, видео материала из всемирной сети Internet, а также просмотр видео из различных тематических каналов на YouTube.

Сплав таких педагогических средств, обозначенных в классификации В.Оконь помогает в полной мере осуществлять процесс обучения джазовому танцу.

В настоящее время разработано большое количество учебных программ для развития объема и качества лексической базы стилей джазового танца, таких как программа «Джазовый танец» Поталициной О.В., 2011 года, «Современный джазовый танец» Киселевой О.А. 2015 года и множество других программ, но они не занимаются развитием креативности. Джазовый танец в России еще достаточно молод, поэтому многие педагоги в своей работе предпочитают экспериментировать на практике.

Однако необходим переход к обобщению практического опыта. Необходимы интегративные педагогические средства развития креативности в процессе обучения джазовому танцу. Таким образом, была поставлена

задача проектирования «Учебно-методического комплекса по развитию креативности средствами джазового танца у будущих педагогов хореографов». Базой для разработки учебно-методического комплекса стал в том числе и собственный опыт освоения различных стилей джазового танца, знакомство с практикой организации самого процесса обучения различными отечественными и зарубежными специалистами, у которых нам довелось обучаться. Рефлексия собственного роста в профессиональной, исполнительской и креативной сферах послужила основой разработки своего авторского подхода, основанного на соединении различных стилей джазового танца, применение которого, может расширить лексическую и техническую базу исполнителей, а также развить личностную креативность и креативность в танце.

2. РАЗРАБОТКА И АПРОБАЦИЯ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО КОМПЛЕКСА ПО РАЗВИТИЮ КРЕАТИВНОСТИ СРЕДСТВАМИ ДЖАЗОВОГО ТАНЦА В УСЛОВИЯХ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

2.1. Описание опытно-поисковой работы и содержание учебно-методического комплекса по развитию креативности средствами джазового танца у будущих педагогов хореографов

Цель опытно-поисковой работы – разработать и апробировать в процессе обучения учебно-методический комплекс по развитию креативности средствами джазового танца у будущих педагогов хореографов

Объект – процесс обучения джазовому танцу будущих педагогов хореографов в системе среднего профессионального образования

Предмет – проявление уровня креативности «до» и «после» апробации учебно-методического комплекса

Гипотеза опытно-поисковой работы: уровень креативности у будущих педагогов хореографов повысится, если в процессе обучения будет использован учебно-методический комплекс заданий по развитию креативности средствами джазового танца.

Для достижения цели и доказательства гипотезы опытно-поисковой работы были определены следующие задачи исследования:

- изучить на констатирующем этапе опытно-поисковой работы уровень проявления креативности студентов до апробации учебно-методического комплекса;
- разработать учебно-методический комплекс занятий и заданий по развитию креативности в процессе обучения джазовому танцу;
- на формирующем этапе опытно-поисковой работы апробировать учебно-методический комплекс занятий и заданий по развитию креативности в процессе обучения джазовому танцу и средствами диагностического

анализа выявить произошедшие у студентов изменения в проявлении уровня креативности.

База исследования – Свердловский областной музыкально-эстетический педагогический колледж. Для проведения опытно-поисковой работы нам была предоставлена студенческая академическая группа второго курса состоящая из 13 человек, отделение Педагогика дополнительного образования в области хореографии, группа 22: Анохина И., Карамова А., Замятина М., Петрунина А., Камкина А., Фатхулина З., Новикова Д., Абдулова Д., Зайцева М., Апрошина Е., Гаврилова В., Бончарук Т., Пискулина Е. Студенты обладают единой базой изучаемого, в рамках колледжа, материала, единым возрастом – 17-18 лет, также все 13 респондентов – девушки. Контингент выбранный нами – студенты среднего профессионального образования, их посещаемость отслеживалась куратором, как посещение запланированных занятий, поэтому те 13 человек, которые были на констатирующем этапе, они же проходили второй этап апробации УМК по развитию креативности средствами джазового танца. И эти же студенты были респондентами на формирующем заключительном этапе.

Был выбран именно второй курс обучающихся, по той причине, что на первом году обучения проходит адаптационный период к новой образовательной среде и формирование тела танцора через классический танец, и лишь на втором курсе в учебном плане появляется дисциплина «джазовый танец». По сути, на втором курсе происходит знакомство с многогранностью этого стиля, на наш взгляд это наиболее удачное время для того чтобы открыть в себе что-то новое, поскольку выбрав, к примеру, четвертый – выпускной курс, когда студенты уже прошли все этапы практик и обучения хореографическому искусству воздействие разработанного нами педагогического средства было бы не столь эффективно, так как эти студенты уже мало подвержены педагогическому влиянию, у них уже сформирована модель «педагога хореографа».

– Для проведения экспертной оценки были приглашены: Сентябова Н.В., Поталицина О.В., Вишнякова О.Ю. Сентябова Надежда Валерьевна – выпускница Новосибирского колледжа культуры, бакалавр художественного образования в сфере хореографии Гуманитарного Университета города Екатеринбурга, педагог в Театре Танца «Гавроши», Поталицина Оксана Вадимовна – выпускница Алтайского колледжа культуры, педагог Высшей категории, преподаватель Свердловского областного музыкально-эстетического педагогического колледжа по дисциплинам русский танец, бальный танец, джазовый танец; куратор предоставленной группы респондентов, Вишнякова Оксана Юрьевна – тренер, судья 3 категории по спортивному и танцевальному рок-н-роллу, судья второй категории общероссийской танцевальной организации, художественный руководитель управления по социальной и воспитательной работе УрФу, руководитель коллектива современной хореографии «Лаборатория Танца».

– *Критерии (показатели) оценки креативности.*

– Для оценки развитости креативности у будущих педагогов хореографов мы выбрали следующие критерии: экспертная оценка танцевальной импровизации, самооценка креативности и уверенность

– Занимаясь преподаванием в одном из московских театральных институтов Е.С. Шевцов осуществлял исследование по развитию креативности студентов театрального вуза посредством хореографического искусства. В этом исследовании мы обнаружили несколько критериев оценки креативности. Одним из основных критериев являлась «танцевальная импровизация». В связи с этим фактом нами было принято решение о рассмотрении этого критерия в нашей работе. В разработке Е.С. Шевцова был составлен ряд вопросов для экспертного листа по выявлению уровня креативности студентов театрального вуза, но при условии, что исследователь наблюдал за студентами театрального вуза, а для нашей работы требуется аспект обучения педагогов хореографов в среднем

профессиональном образовании мы разработали собственный ряд признаков, выявляющих уровень креативности у будущих педагогов хореографов. Компоненты, критерии, признаки и метод оценки данного оценочного средства приведены в Таблице 1. Оценка экспертов происходит на 5 уровнях: 1 – не справляется / не соответствует полностью; 2 – справляется / демонстрирует ниже достаточного; 3 – демонстрирует достаточный уровень / средний; 4 – справляется / демонстрирует уровень выше достаточного; 5 – справляется превосходно / соответствует полностью.

Таблица 1 – Диагностические показатели – компонент, критерий, признак, метод оценки

компонент	критерий	признак	метод оценки
танцевальная импровизация студентов	студент находит отдельные варианты исполнения на основе предложенного материала	беглость	экспертная оценка
	студент наиболее полно и глубоко наполняет свою импровизацию пластическим материалом	беглость	
	студент работает в импровизации быстро и продуктивно	беглость	
танцевальная импровизация студентов	студент предлагает варианты развития предложенного танцевального материала	гибкость	экспертная оценка
	студент выдвигает множество вариантов развития предложенной комбинации	гибкость	
	студент легко схватывает ритмическую структуру, легко варьирует акценты	гибкость	
танцевальная импровизация студентов	студент стремится усложнить/развить свою импровизацию разными вариантами в пространстве (прыжок, ноги, партер)	оригинальность	экспертная оценка
	студенту важно выходить за пределы заданного лексического материала в своей импровизации	оригинальность	
	студенту важно дополнить/наполнить заданную комбинацию своими элементами	оригинальность	
танцевальная импровизация студентов	студент берет элементы из предложенного материала и интерпретирует по своему	разработанность	экспертная оценка
	студент целостно заполняет	разработанность	

Окончание Таблицы 1

	музыкальный отрывок	ность	
	студент умеет распределить всю импровизацию на заданный регламент времени (студент занимает танцем весь, отведенный ему музыкальный отрывок)	разработанность	
танцевальная импровизация студентов	студент заинтересован в поиске различных выходов из заданного материала (в импровизации неоднократно возвращается к элементам заданной комбинации и ищет различное развитие из них)	любопытность	экспертная оценка
	студент стремится расширить/экспериментировать с темпом, динамикой и ритмикой музыки	любопытность	
	студент вовлечен в процесс познания пространства и уровней своего движения/танца	любопытность	
танцевальная импровизация студентов	студент через свою импровизацию стремится передать какой-либо художественный образ	воображение	экспертная оценка
	студент «впускает в себя»/вживается в музыку и отражает характер музыкального сопровождения	воображение	
	студент придумывает фантазийные/нестандартные элементы выразительности для своей импровизации/для своего танца	воображение	
танцевальная импровизация студентов	студент стремится к непрерывности движения, проживанию музыки даже в паузе	сложность	экспертная оценка
	студент старается не делать пауз (пустого простоя)	сложность	
	студент предлагает замысловатую импровизацию	сложность	

Ещё одним критерием оценки креативности мы выбрали критерий «уверенность в себе». Тест самооценки уверенности в себе В.Г. Ромека имеет широкое распространение в диагностике социализации личности в разделе исследований по психологии. Поскольку одной из важных задач творческого воспитания является социализация личности, мы посчитали этот тест уместным для использования в нашем исследовании. С компонентами, критериями, признаками и методом оценки возможно ознакомиться в

Таблице 2. Оценка происходит на трех уровнях: часто (верно), очень редко (иногда, трудно сказать), никогда (неверно).

Таблица 2 – Диагностические показатели – компонент, критерий, признак, метод оценки

компонент	критерий	признак	метод оценки
тест уверенности в себе В.Г. Ромек	я - довольно независимый человек	уверенность в себе – неуверенность в себе	тестирование
	я легко выбираю ту линию поведения, которая дает мне наибольшие шансы достичь своих целей		
	я могу сказать, что в целом я контролирую свою судьбу		
	есть много вещей, которыми я могу гордиться		
	я принимаю решения быстро, без долгих сомнений		
	я уверен, что на меня можно положиться в самых ответственных делах		
	обычно я добиваюсь того, что мне нужно		
	у меня достаточно способностей и энергии, чтобы воплотить в жизнь задуманное		
	бывает, что мне приходят в голову мысли о моей неполноценности		
	я вполне могу сказать, что уважаю сам себя		
тест уверенности в себе В.Г. Ромек	в присутствии авторитетной персоны (начальства) я всегда смущаюсь	социальная смелость – робость, застенчивость	тестирование
	если вблизи моего рабочего места появляется мой педагог, то я чувствую себя неловко		
	я чувствую себя неловко, если другие предлагают мне свою помощь		
	я вынужден бороться со своей робостью		
	если пауза в разговоре затянулась, то я стесняюсь обращаться с моими учебными проблемами к педагогам или сведущему человеку		
	часто я не решаюсь звонить в официальные учреждения		
	мне очень трудно начать разговор с незнакомым человеком		
	если кто-либо смотрит, как я работаю, то я смущаюсь, если мне говорят комплимент		
	даже если я отвратительно себя чувствую, я слежу за тем, чтобы не испортить		

Окончание Таблицы 2

в себе В.Г. Ромек	настроение другим	контактах - пассивность	
	в спорах с близкими мне людьми я склонен к тому, чтобы поддаваться и не вступать в пререкания		
	мне приходится отказываться от многого, поскольку обстоятельства сильнее меня		
	мне трудно открыто говорить о своих чувствах		
	мне приходится скрывать свои чувства		
	мне легко удастся потребовать чего-либо		
	если мне срочно нужен мой друг, то я звоню ему даже поздно ночью		
	если близкий и уважаемый мною родственник чем-то разозлит меня, то я		
	я избегаю говорить что-либо, что может обидеть других		
	я стараюсь не обременять друзей своими проблемами		

Для полной и разносторонней картины мы использовали тест самооценки креативности С. Asselin и А. Tha. Это французский опросник на определение креативности менеджеров, а поскольку задачи менеджеров и педагогов дополнительного образования схожи, мы посчитали возможным применить данный критерий оценки для нашего исследования – «самооценки креативности». Диагностические показатели – компонент, критерии, признаки, метод оценки можно увидеть в Таблице 3. Оценка происходит на двух уровнях: согласен с убеждением, не согласен с убеждением. Главным образом этот опросник позволяет нам увидеть ситуацию развития креативности со стороны сами студентов.

Таблица 3 – Диагностические показатели – компонент, критерий, признак, метод оценки

компонент	критерий	признак	метод оценки
самооценка креативности (готовность к освоению нового)	я активен в культурной, спортивной и художественной деятельности	готовность к освоению нового	опросник С. Asselin и А. Tha
	я регулярно обмениваюсь своими взглядами и мнениями со знакомыми и друзьями, потому что это дает мне новые знания		

Продолжение Таблица 3

	я люблю выбирать разные маршруты, когда иду в колледж		
	чтобы привыкнуть к новым методам и новым знаниям в сфере своей деятельности, мне необходимо какое-то время		
	вы испытываете эмоциональный подъем и энтузиазм больше от материальных результатов ваших действий, чем от самого процесса		
	необходимость освоения нового опыта является для вас непростой задачей		
	я предпочитаю подождать, пока другие экспериментируют, а уже после рисковать		
	я предпочту посвятить себя полностью одной сфере деятельности		
самооценка креативности (готовность к неопределенности)	я люблю придумывать воображаемые ситуации, и изучаю нетрадиционные пути выхода	готовность к неопределенности	опросник С. Asselin и А. Tha
	я не рискую идти по пути, который будет задерживать меня при выполнении задачи		
	я не могу эмоционально выразить то, что я чувствую глубоко в себе и я не довольна (ен) этим		
	я чувствую, что могу идти дальше в своих начинаниях, и с нетерпением жду возможности удовлетворить свое желание, преодолев себя		
	часто случается, что мне требуется время для осознания своих интересов		
	я полностью погружаюсь в свою деятельность, и ничто не может отвлечь меня от поставленных мною целей		
	я считаю необходимым соблюдать правила		
	я еще не закончил(а) с имеющимися проектами, но у меня уже есть новые идеи		
	я планирую свой день, и следую плану, что помогает мне высвободить время для личной жизни		
самооценка креативности (в коммуникативной сфере)	я предпринимаю действия, благодаря которым улучшается качество моей учебной деятельности и моей жизни	Креативность в коммуникативной сфере	опросник С. Asselin и А. Tha
	я нахожу новые идеи в сфере своей деятельности и использую различные подходы		
	я люблю шутки, но у меня нет чувства		

Окончание Таблицы 3

	юмора. Мне не нравятся насмешки	Креативность в деятельности	
	я не хотел(а) бы выражать свои чувства перед своими знакомыми. Я думаю, что в этом нет никакого интереса, и я предпочитаю общение, касающееся отношений между людьми и вопросов культуры		
я делаю любое дело или веду свои проекты с искренней смелостью и решимостью			
самооценка креативности (в деятельности)	в сложных ситуациях, я не теряюсь и всегда стараюсь находить решения		
	я не люблю недисциплинированных людей и не придерживающихся общих правил		
	мне нравится носить одежду, которая выделяет меня и что люди замечают ее		
	я думаю, что ведение проекта – это как плавание на лодке. мы должны использовать ветер, если он есть и искать новое, если есть что-то большее		
	я предпочитаю свободно принимать решения, но я считаю с интересами других людей и их правилами		
	в ходе разработки проекта, я объясняю своим партнерам, чего хочу и убеждаюсь в том, что они меня правильно поняли		
	я склонен(а) думать, что я являюсь единственным(ой) ответственным(ой) за успех и хочу, чтобы все взгляды были схожи с моими		
я не люблю давать себе расслабляться и бездействовать, т. к. считаю, что это - потерянное впустую время			

Такая совокупность оценочных средств и выбранных нами критериев оценки позволит, на наш взгляд, адекватно оценить уровень развития креативности у будущих педагогов хореографов. Хотя и данные оценочные средства в такой совокупности не имеют апробации, каждый из них в отдельности имеет не малый опыт применения в диагностике иных процессов креативности личности.

Этапы исследования. Исследование проводилось в три этапа:

1-ый Конституирующий этап опытно-поисковой работы – 06.04.16.

Для подбора оценочных средств уровня развитости креативности у будущих педагогов хореографов мы изучили ряд литературных источников таких разделов науки как, психология, педагогика, хореография. Психология: Дж.Гилфорд, Х.Гарднер, Р.Джонс, Е.Торренс. Педагогика: Я.А. Пономарёв, С.М. Бернштейн, Н.Г. Фролов. Хореография: Н.В. Басин, А.Г. Богуславская, В.Ю. Никитин, Н.В. Огрызков; вопросы импровизации в танце рассматривали А. Гиршон, С. Пэкстон; проблема развития креативности средствами джазового танца была поставлена в работах А. Эйли, Э. Таха, Е. Шевцовым. После долгого анализа различных оценочных средств мы остановились на трех разработках: «Тест уверенности в себе» В.Г. Ромека, «Самооценка креативности» Asselin С. и экспертная оценка с авторской разработкой признаков.

Подобной совокупности оценочных средств еще не существовало ранее, так как в обществе долгое время наблюдалось мнение о том, что танец должен развивать только физически, а о развитии умственных, интеллектуальных и творческих способностях человека через танец не принято думать, так как нет ярких доказательств этому. Так как танец это глубоко практико-ориентированная образовательная деятельность, мы имели возможность наблюдать и принимать непосредственное участие в творческих лабораториях различных стилей джазового танца. Наблюдая за синтезом нескольких направлений джаза, которые еще не описаны в теоретических трудах нам стало чрезвычайно интересно создать и апробировать такие занятия, которые бы привели к качественно новому результату обучения студентов. Так возникла тема исследования – теоретически обосновать развивающий креативность потенциал джазового танца, изучить педагогические средства её развития, разработать и в ходе опытно-поисковой работы апробировать учебно-методический комплекс заданий по развитию

креативности средствами джазового танца у будущих педагогов хореографов.

- на констатирующем этапе:
- изучены теоретические источники по теме исследования, определены концептуальные и методологические подходы к пониманию креативности;
- подобраны и разработаны диагностические средства оценки уровня креативности студентов;
- проведено диагностическое исследование уровня креативности студентов до внесения изменений в процесс обучения джазовому танцу.

2-й Этап опытно-поисковой работы. Разработка УМК (с 06.04.16 по 18.05.17.)

В основу проектирования учебно-методического комплекса по развитию креативности были положены следующие методологические подходы:

- интеграция в процессе обучения джазовому танцу различных стилей и техник исполнения, что создает наиболее благоприятные возможности для проявления креативности;
- целенаправленная работа по стимулированию импровизации в танце;
- соединение различных педагогических средств (аудиоматериалы, видеоматериалов, словесных, символических) обеспечивающих в единстве не только освоение техники исполнения, но и формирование образной выразительности, «вживание» в музыкальную образность и др.

В ГЛАВЕ 2, параграфе 2.1. задания УМК расписаны в качестве примера, весь комплекс заданий приводится в Приложении 1 в бумажном и электронном виде. В распечатанном Учебно-методическом комплексе по развитию креативности средствами джазового танца расписаны технические задания для совершенствования тела танцора-исполнителя, а так же задания, которые способствуют развитию креативности. Данный комплекс рассчитан

на внедрение в образовательную организацию профессионального уровня. Занятия должны проходить по 2 раза в неделю по 90 минут, т.е. 3 часа в неделю в течении всего учебного года. Подробнее содержание обучения джазовому танцу с расстановкой часов можно увидеть в Таблице 4.

МОДЕЛЬ УМК по развитию креативности средствами джазового танца у будущих педагогов хореографов

Раздел 1: Классический джаз

В данном разделе происходит знакомство с системой джазового танца, изучаются позиции рук, ног и корпуса. Познаются главные принципы джазового танца:

1. Использование в танце позы коллапса – вес тела располагается от середины стопы к пальцам ног, тело находится как бы в падении;
2. Активное передвижение исполнителя в пространстве как по горизонтали, так и по вертикали – широта движения;
3. Изолированные движения различных частей тела – возможность двигать несколькими центрами в различном направлении и ритме;
4. Использование ритмически сложных и синкопированных движений;
5. Полиритмия танца – умение отбивать ритм телом (хлопки в ладоши, топот ногами; так же ритм воспринимают визуально, ритм можно создать колебаниями плеч и бедер.
6. Индивидуальные импровизации в общем танце.

Ход занятия: разогрев / изоляция /упражнения для позвоночника / стрейтчинг / кросс / танцевальные комбинации. С подробным содержанием заданий можно познакомиться в Приложении 1 в методической разработке и в видеозаписи.

Обязателен для просмотра и анализа учебный видеоматериал по джазовому танцу с мастер-классов Евгения Шевцова и цикла авторских программ о современных хореографах Аллы Сигаловой «Глаза в глаза» о хореографии Мэта Мэттокса. Также на диске расположена музыка подходящая к занятию.

Таблица 4. – Содержание обучения джазовому танцу

Джазовый танец с методикой преподавания		223	
Раздел 1.			
История развития джазового танца и его стилей.			
Тема 1.1. Классический джаз	<i>Содержание учебного материала:</i> Предмет и задачи курса. Терминология джаз – танца Подготовка креативных педагогов хореографов, готовых учить, заинтересовывать, организовывать и держать аудиторию. Роль предмета в системе профессионального обучения специалиста-хореографа. Наличие изоляционной техники как основное требование при исполнении движений джазового танца. Приземистый тяжелый характер прыжков в джазовом танце. Джазовый танец и его музыка, синкопирование и свинг в джазовом танце.	2	1
	<i>Практические занятия:</i> изучение позиций рук, ног классической базы джазового танца, стрейтчинг		
	<i>Самостоятельная работа:</i> прослушать трек-лист составленный преподавателем для студентов		
Тема 2. Истоки джазового танца: афро джаз	<i>Содержание учебного материала:</i> Выразительные средства джазового танца.. Африканский и афро-американский танец. Философия афро джаза. Развитие и обогащение лексического запаса студентов. Полицентризм основной принцип джазового танца. Vode roll как принципиальная основа афро танца.	2	1
	<i>Практические занятия:</i> просмотр и анализ программы Аллы Сигаловой «Глаза в глаза. Алвин Эйли»		
	<i>Самостоятельная работа</i> обучающихся: прослушать Трек-лист подготовленный педагогом для студентов. Найти информацию и рассказать о ведущих отечественных и зарубежных школах джазового танца		
Тема 3. Lirical jazz	<i>Содержание учебного материала:</i> вторая параллельная позиция, ее эстетические функции. Контракция и релиз в джазовом танце. Relax. Стрейтчинг – растяжка рук, ног, шеи, спины. Перемещения в лирическом джазовом танце. Коллапс - основное положение корпуса. Суспеншн – зависание, как основной принцип лирического джаза. Техника баланса.	2	1
	<i>Практические занятия:</i> просмотр и анализ мастер-классов Евгения Шевцова		
	<i>Самостоятельная работа</i> Прослушать трек-лист составленный педагогом		

Продолжение Таблицы 4

Тема 4. Broadway jazz	<i>Содержание учебного материала</i>	2	
	Манера и осанка в джазовом танце. Эстетические функции осанки. Примеры сценического использования изучаемого движения. Broadway jazz – театральный джаз - танец на каблуке. Эмоция в танце как основной принцип стиля		
	<i>Практические занятия:</i> просмотр и анализ мюзиклов «Поющие под дождем», «The Pagama Game», « Вестсайдская история», «Мама Миа», «Cats», «Ла-ла Ленд», «Призрак оперы». Составление их в хронологическом порядке. Конспектирование либретто		2
	Самостоятельная работа обучающихся: прослушать трек-лист составленный педагогом		
Раздел 2. Знакомство с основными элементами джаз танца.			
Тема 2.1. Джазовый танец как единое целое из многих составляющих.	<i>Содержание учебного материала</i>	2	2,3
	Основная задача практического курса первого года обучения – постановка корпуса, позиции рук, ног, движений головы, развитие элементарных навыков изоляции и координации движений, составление простейших комбинаций на материале пройденной программы с последующим обсуждением.		
	<i>Практические занятия :</i> Освоение техники исполнения основных элементов: 1. коллапс – постановка корпуса, коллапс в афро – джазе. 2. Изоляция головы и шеи: наклоны, подъемы, повороты, перемещение всех шейных позвонков, полукруг, roll. 3. Изоляция плеч: вверх – вниз, вперед – назад, крест, полукруг, roll. 4. Изоляция грудной клетки: контракция, крест, roll, смещение. 5. Изоляция таза: вперед – вправо, вперед – влево, крест, полукруг, roll, восьмерка. 6. Изоляция стоп: flex - сокращенная стопа, point – вытянутое положение стопы. 7. Позиции рук: 1 – ая наружу, 2 – ая вовнутрь, 3 позиция, 4 позиция. 8. Положение Jazz hand – положение кисти, при котором пальцы напряжены и разведены в стороны. 9. Позиции ног: 2 – параллельная, 2 – выворотная, 4 – параллельная, 1 – параллельная, 1 – выворотная. 10. Side stretch (сайд стрэтч) – боковое растяжение торса, наклоны торса вправо или влево. 11. Flat back – наклоны торса вперед, в сторону, на 90* , назад с прямой спиной, без изгиба торса. 12. Arch – арка, прогиб торса назад. 13. Танцевальные комбинации на пройденном материале, по фантазии педагога.	60	

Продолжение Таблицы 4

	устный опрос по теме, демонстрация самостоятельно сочиненной комбинации на пройденном материале.		
	<i>Самостоятельная работа</i> обучающихся: отработка специальных умений и навыков в области джаз танца, разработка и составление рабочей комбинации на пройденном материале урока. практический показ пройденного материала,		
Раздел 3.			
Теоретические и практические аспекты развития джаз танца.			
Тема 3.1. Четкость, динамичность в стиле классического джаза	<i>Содержание учебного материала</i> Сценический джазовый танец и его влияние на развитие танцевальной техники в различных областях хореографического творчества: классический балет, бальный танец, народный танец и его стилизация. Основные формы джазовой хореографии: вариация, дуэтный танец, шоу-номера для кабаре, спектакль. Развитие джаз-танца в России. Фестивали современной хореографии. Представители Московской школы джазового танца – Потоцкий, Уральский. Представитель Санкт-Петербургской школы джазового танца – Лебедев, Тимофеев, Иванов. Два подхода к исполнению в джазовой хореографии: технический и эмоциональный.	2	1
	<i>Практические занятия:</i> на основе анализа представленной литературы определить основные этапы развития джазового танца на современном этапе.		
	<i>Самостоятельная работа</i> обучающихся: сделать анализ темы 1 учебного пособия «Джаз танец №2».		
Тема 3.2. Свобода и широка в движениях афро джаза	<i>Содержание учебного материала</i> Роль музыкального сопровождения на уроке джазового танца. Джаз танец и его музыка. Понятие свинга. Основная длительность полиметрики в афро-джазе: четвертной такт с четырьмя равными ударами. Прослушивание и анализ музыкальных примеров. Соответствие стиля и характера исполняемого движения музыкальному материалу. Отбор музыкального материала для сопровождения отдельных движений и комбинаций.	2	1
	<i>Практические занятия:</i> прослушав музыкальный материал, дайте краткое описание.		
	<i>Самостоятельная работа</i> обучающихся: подобрать и продемонстрировать музыку к уроку джаз танца		
	<i>Содержание учебного материала</i>	2	

Продолжение Таблицы 4

<p>Тема 3.3. Освоение и проживание техники и лексики lyrical jazz</p>	<p>Изучение программы. Задача урока. Определение содержания занятий. План урока: повторение пройденного материала, изучение нового материала соответственно программе курса, подбор музыкального сопровождения с педагогом. Правила использования движений. Построение комбинаций отдельных частей урока и урока в целом.</p>		1
<p>Тема 3.4. Освоение характерной техники, стиля и манеры использования Broadway jazz</p>	<p><i>Содержание учебного материала</i> Основная задача практического курса – продолжение работы по развитию координационных движений и закреплению пройденного материала. Умение координировать два телесных центра (бицентрика) и три центра с движениями рук. Освоение и запись студентами урока джазового танца. Сочетание небольших соло вариаций с целью отработки с исполнителями танцевальной техники и выразительности.</p>	12	2,3
	<p><i>Практические занятия:</i> Освоение техники исполнения основных элементов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Глубокий коллапс – Jerk. 2. Изоляция головы: sundari – смещение головы. 3. Изоляция плеч : Twist. 4. Изоляция таза SHIMMI – спиральное, закручивающиеся движения тазом, вправо или влево. 5. Twist верхней части корпуса. 6. Jeklly Roft – эффект дрожания таза. 7. Координация головы и центра торса. 8. Twist торсом с оппозицией плеч и бедер. 9. Body lift – изоляция грудной клетки лежа на полу. 10. Lay out – вперед, в сторону, назад. 11. TILT (тилт) – угол, поза, при которой торс отклоняется в сторону или вперед от вертикального положения, «рабочая» нога может быть открыта в противоположном направлении на 90° и выше 12. Demi Plie и Grand Plie по I, II, III – позициям на полупальцах. 13. Battement AVVELOPPE - противоположное Battement developpe движение, «рабочая» нога из открытого положения через passe опускается в заданную позицию. 14. Подготовка к туру из I – параллельной позиции, туры. 15. Battement fondu – по параллельной позиции. 	60	

Продолжение Таблицы 4

	<p>16. Body roll – группа наклонов торса, связанная с поочередным перемещением центра корпуса в боковой или фронтальной плоскости. 17. Curve – изгиб верхней плоскости позвоночника (до «солнечного сплетения») вперед или в сторону. 18. DEEP BODY BEND – наклон торсом вперед ниже 90°, сохраняя прямую линию торса и рук. 19. Джаз-бег, джаз – прыжки – Leap, Skip. 20. Jerk – position 21. Catch step – сложная форма. 22. Swastika – положение сидя. 23. Jazz Walk – с координацией таза, рок – техника. Танцевальные комбинации на пройденном материале, по усмотрению педагога. Самостоятельная работа обучающихся: отработка специальных умений и навыков в области джазового танца, разработка и составление рабочей комбинации на пройденном материале урока. практический показ пройденного материала, устный опрос по теме, демонстрация самостоятельно сочиненной комбинации на пройденном материале.</p>		
Раздел 4. Самостоятельная работа студентов.			
<p>Тема 4.1. Импровизация в классическом джазе</p>	<p><i>Содержание учебного материала</i> Импровизация как «мгновенная удача ума». Психологические механизмы импровизационной деятельности в танце. Навыки импровизации: понятия формы, стиля, лексической и ритмической основы хореографической фразы. Способы импровизации в танце. Действия и приемы для овладения импровизацией в танце. <i>Практические занятия:</i> Изучение и практическое исполнение пройденного материала. <i>Самостоятельная работа</i> обучающихся: сделать анализ темы «Импровизация»</p>	<p>2</p>	<p>1</p>
<p>Тема 4.2. Импровизация в стиле афро джаз</p>	<p><i>Содержание учебного материала</i> Методика изучения основных движений сочетается с педагогической, постановочной и репетиционной практикой студентов. Педагогическая практика заключается в составлении урока, проведения занятий под руководством педагога с последующим обсуждением на курсе. Постановочная и репетиторская практика состоит из сочинения и отработки танцевальных этюдов и</p>	<p>2</p>	<p>3</p>

Продолжение Таблицы 4

	небольших вариаций на студентах курса. Основной задачей в этой работе является методически правильное построение комбинаций (вариаций) джазового танца в соответствии с музыкальным материалом и умением отработать с исполнителями технику, выразительность, характер и манеру данной вариации. Работа проводится под руководством преподавателя		
	Практические занятия: на основе анализа представленной литературы определить методику построения урока современного джаз танца.		
	Самостоятельная работа обучающихся: разработать и составить план урока джаз танца.		
Тема 4.3. Импровизация в стиле Liracal jazz	Содержание учебного материала	2	
	Формирование репертуара и построение урока, с учетом этих особенностей. Применение приемов джазового танца для исполнения в различных возрастных категориях.		2
	Практические занятия: апробация традиционных форм, методов и приемов работы с детьми;		
	Контрольные работы: проведение самостоятельно составленного урока на курсе.		
Самостоятельная работа обучающихся: составить урок джазового танца для проведения его в детском хореографическом коллективе. Возможности использования методики джаз танца в воспитании ритмичности у детей.			
Тема 4.4. Импровизация в стиле Broadway jazz	<i>Содержание учебного материала</i>	9	
	На практических уроках продолжается работа по изучению вращений, туров, формы адажио, вариаций в джаз танце, больших прыжком и падений. Все упражнения включают принципы изоляции, координации, полицентрики.		2,3
	<i>Практические занятия:</i> Освоение техники исполнения основных движений 1. «Triples», «Quadruples» - перемещение. 2. Примеры комбинаций на технику изоляции, координации, мультипликации, оппозиции. 3. Координация прыжков с движениями головы, рук, плеч. 4. Подготовка к падению. 5. DROP – падение расслабленного торса вперед или в сторону. 6. Туры с прыжками. 7. Большие джаз – пируэты. 8. Построение сольного танца. 9. HINGE – положение танцора, при котором прямой, без изгибов торс отклоняется назад на	60	

Окончание Таблицы 4

	<p>максимальное расстояние, колени согнуты, стопы на полупальцах.</p> <p>10. JACK KNIFE (джэк найф) – положение корпуса, при котором торс наклоняется вперед, спина прямая, опора на руки, колени вытянуты, ноги во второй параллельной позиции, пятки не отрываются от пола.</p> <p>11. Вариации в различных джазовых стилях: «классический джаз», «джаз модерн», «джаз-быт», «холодный джаз».</p> <p>Танцевальные комбинации на пройденном материале.</p>		
	<p>Контрольные работы: практический показ пройденного материала, устный опрос по теме, демонстрация самостоятельно сочиненной комбинации на пройденном материале.</p>		
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: отработка специальных умений и навыков в области джаз танца, разработка и демонстрация рабочей комбинации на пройденном материале урока.</p>		
Всего:		223	

Раздел 2: Афро джаз

Главенствующие принципы, с которых стоит начинать обучение афро джазу, это история того что олицетворяет афро танец. Основные принципы: утрированный коллапс – положение корпуса схожее с обезьяной, boby roll, твисты, спирали. Позиции рук burd, W position allanje.

Ход занятия:

Warm up / изоляция / упражнения для позвоночника / кросс / импровизация

Warm up и изоляцию расписываю подробно но убираю в приложение. Кросс и танцевальные комбинации на видео в приложении.

Warm up – это интенсивный разогрев тела, включающий в себя глубокие нагибания и перегибы, броски ногами, прыжки от маленьких до баллонных. Изоляция в афро джазе происходит как правило в движении, это составляет головной мозг думать еще усерднее.

Просмотр и анализ учебного видеоматериала по джазовому танцу «Азбука джазового танца» от Эльвиры Тахи и цикла авторских программ о современных хореографах Аллы Сигаловой «Глаза в глаза» о Американском театре танца Алвина Эйли.

Трек-лист урока на диске см. приложение 4

Раздел 3: Lrical jazz

Ход занятия:

Разогрев / упражнения для позвоночника / стрейтчинг / кросс / танцевальные комбинации и импровизация

Упражнения для позвоночника и стрейтчинг описываю подробно и в приложение. Все остальное на видео.

Просмотр и анализ видеоматериалов сценических выступлений эстрадного балета Экситон, образцового коллектива ЭССТА

Рекомендуемые источники для изучения

Трек-лист урока см. Приложение 3

Раздел 4: Broadway jazz

Broadway jazz стоит изучать непременно с просмотра мюзиклов, музыкальных комедий, музыкальных номеров из фильмов.

Мюзиклы: «Театральный фургон» Фред Астер 1953г, «The Pagama game» Бобб Фоссе 1953г., «Поющие под дождем» 1952 Джин Келли и Фред Астер, «Cats» 1989; Chicago. *Музыкальные фильмы:* «Весь этот джаз» Босс Фоссе 1979, «Маска» Джим Керри 2000г, «Ла-ла Ленд» 2017 и др.

Ход занятия:

Warm up / изоляция / кросс / танцевальные комбинации и импровизация

Театральный джаз танцуется преимущественно на каблуках, а это не малая нагрузка на ноги, позвоночник, координацию и равновесие. Поэтому в начале урока проводится интенсивный разогревающий warm up. Затем надеваются каблуки. Далее все структурные элементы (изоляция, кросс, танцевальные комбинации) занятия выполняются на каблуках.

Упражнения warm up и изоляции описываются подробно в Приложении 1. Остальные структурные элементы на видео на диске.

Рекомендуемые источники для изучения

Трек-лист урока

3-й формирующий этап опытно-поисковой работы (апробация УМК) и анализ результатов исследования (18.05.17.)

На формирующем этапе во время занятий со студентами был апробирован учебно-методический комплекс

По итогам выполнения заданий учебно-методического комплекса были проведены показательные выступления студентов.

Перед выступлением, студентам предложили пройти тест В.Г. Ромека и опросник самооценки креативности С. Asselin и А. Tha.

Экспертная комиссия на основе предложенного экспертного листа оценила выступления студентов по критериям на выявление креативности

В середину зала по одному выходят студенты, точно так же как и на констатирующем этапе был создан плей-лист, в который были последовательно включены все танцевальные композиции.

20 секунд студент слушал попавшуюся ему композицию из заранее составленного плей-листа, и затем импровизировал, но уже с той базой движений, что смог вынести за период внедрения УМК в процесс обучения.

Полученные диагностические данные по каждому оценочному средству были обработаны с помощью метода математической статистики (программа Excel и подсчеты по T-критерию Вилкоксона). Расчеты показали, что очевиден положительный сдвиг в развитии креативности студентов.

2.2. Апробация учебно-методического комплекса на развитие креативности средствами джазового танца у будущих педагогов хореографов на базе Свердловского областного музыкально-эстетического педагогического колледжа

Для проведения опытно-поисковой работы был выбран Свердловский областной музыкально-эстетический педагогический колледж не случайно, потому как именно в этом учебном заведении обучают и воспитывают будущих педагогов хореографов. Студенты изучают различные стили хореографического искусства, нарабатывают мастерство исполнителя, так как, на наш взгляд педагог обязан своим примером вдохновлять учеников на глубокое изучение танца. Также студентов обучают педагогическому мастерству. Проходят различные виды практик от ознакомительной, до непосредственного обучения детей танцу. В танцевальных коллективах города наблюдается детский контингент различного характера, начиная от возраста и запросов родителей и детей на обучение, заканчивая стилистической направленностью коллектива. Такая среда требует от педагогов мобильности, лояльности, проявления волевых качеств и главным образом творческой в работе. И где как не на уровне профессионального колледжа постигать и овладевать этими характеристиками.

Генеральная совокупность в нашем случае составила 70 человек – это студенты с 1 по 4 курсы отделения Педагогика дополнительного образования в области хореографии Свердловского областного музыкально-эстетического педагогического колледжа. Для проведения эксперимента нам была предоставлен малый объем выборки – 13 человек – студенты второго курса Специальность 44.02.03, отделения Педагогика дополнительного образования в области хореографии, группа 22. Студенты обладают единой базой изучаемого, в рамках колледжа, материала, единым возрастом – 17-18 лет, также все 13 респондентов – девушки, что гласит об однородности выборки. Был выбран именно второй курс обучающихся, по той причине, что

на первом году обучения проходит адаптационный период к новой образовательной среде и формирование тела танцора через классический танец, и лишь на втором курсе в учебном плане появляется дисциплина «джазовый танец». По сути, на втором курсе происходит знакомство с многогранностью этого стиля, на наш взгляд это наиболее удачное время для того чтобы открыть в себе что-то новое, поскольку выбрав, к примеру, четвертый – выпускной курс, когда студенты уже прошли все этапы практик и обучения хореографическому искусству воздействие разработанного нами педагогического средства было бы не столь эффективно, так как эти студенты уже мало подвержены педагогическому влиянию, у них уже сформирована модель «педагога хореографа».

Для получения данных для опытно-поисковой работы мы выбрали три средства оценки проявления креативности. Студенты работали с методом опросника самооценки на выявление уровня креативности французских исследователей С. Asselin и А. Tha [1, с.167-169], также с методом опросника уверенности в себе В.Г. Ромека [68, с.54]. Третий метод оценивания, это экспертная оценка танцевальной импровизации студентов с помощью диагностического листа наблюдений.

Процедура проведения констатирующего эксперимента проходила следующим образом: в танцевальном классе в начале занятия происходит знакомство со студентами, педагогами и экспертами. Нами были сформулированы следующие требования для выявления креативности студентов: «Предстоит проучивание танцевальной комбинации с применением элементов из различных направлений джазового танца. Затем, убедившись, что студенты усвоили материал, рассказываем их по местам заполнять опросники самооценки уверенности в себе и креативности, и далее по одному вызываем в центр зала для танцевальной импровизации. Комбинация давалась как опорный материал для импровизации. Студенты должны дополнить эту комбинацию своими элементами, связками, переходами и интерпретировать музыкально. Был составлен плей-лист, для

каждого студента включалась последующая мелодия, 20 секунд на прослушивание и 1:30 для импровизации. Так каждый студент, выходя в центр зала, танцевал то, что есть в его лексическом запасе, тем самым показывая свой уровень качества импровизации как критерий танцевальной креативности и эстетическую культуру».

Опросник самооценки на выявление уровня креативности содержит в себе 30 вопросов (признаков). В начале листа приведена инструкция для студентов по заполнению опросника: «отметьте либо в треугольнике, либо в круге ту позицию, которая вас, как вы считаете, характеризует. Опросник анонимный, данные о себе указывать не нужно, но запомните свой порядковый номер в числе сдающих этот бланк экспертам, это понадобится для достоверности результатов сравнения входного и заключительного экспериментов». Результаты опросника подсчитывались следующим образом: если студент считает, что приведенный довод относится к нему, он закрашивает фигуру и тем самым при интерпретации ставится +1 балл. Если же студент считает, что это утверждение не имеет к нему никакого отношения, он не закрашивает фигуру, тем самым на уровне этого высказывания ставится – 1 балл. В итоге подсчитываются баллы с плюсовым знаком, отдельно сумма значений с минусовым знаком, далее находится разница. Эта разница и есть показатель самооценки креативности. Градация оценки креативности данного опросника следующая: от – 30 до – 10 испытуемый считается с полным отсутствием креативности, от – 10 до +10 показатель умеренности и не является выдающимся, от +10 до +30 – студент креативен, и чем выше числительный показатель, тем более креативным респондент себя ощущает.

Опросник уверенности в себе состоит из 30 вопросов. Инструкция по заполнению: «ответьте, пожалуйста, на каждый из следующих далее вопросов так, чтобы это выражало Ваше личное мнение, Ваши собственные представления. Для этого просто перечеркните квадрат рядом с нужным ответом. В каждом ряду должна быть перечеркнута лишь одна цифра.

Например, квадрат, перечеркнутый справа в примере рис. 3, будет означать, что Вы согласны с правым утверждением:

Я хорошо понял инструкцию.		
<input type="checkbox"/> (Нет)	<input type="checkbox"/> (Трудно сказать)	<input checked="" type="checkbox"/> (Да)

Рис. 3. – Пример ответа

Если Вы передумали и хотите исправить уже сделанную оценку, пожалуйста, обведите кружком неправильно перечеркнутую цифру и перечеркните новую, как это сделано в следующем примере, рис. 4:

Я часто ошибаюсь, заполняя тесты		
<input checked="" type="checkbox"/> (Нет)	<input type="checkbox"/> (Трудно сказать)	<input checked="" type="checkbox"/> (Да)

Рис. 4. – Исправление правильного

Постарайтесь, пожалуйста, как можно реже использовать средний, неопределенный ответ (не чаще, чем 1 раз на каждые 3-4 вопроса)». Обработка результатов. Шкала 1 (уверенность в себе – неуверенность в себе), в шкалу преимущественно входят утверждения, содержащие общие оценки способностей к принятию в сложных ситуациях, контроля собственных действий и их результатов. Совокупность оценок по этой шкале автор теста определяет как когнитивный компонент показателя уверенности в себе. Шкала 2 (социальная смелость – робость, застенчивость), утверждения этой шкалы в основном касаются эмоциональных процессов, сопровождающих выбор той или иной альтернативы поведения и возникновения при необходимости оценки собственных навыков и способностей. Автор опросника рассматривает эти утверждения как индикатор робости и застенчивости, сопровождающих негативную самооценку. Ключевыми словами этих утверждений выступают категории негативных эмоций и чувств (смущение, робость, стеснение). Также в эту шкалу входят утверждения, в которых присутствует оценка трудности принятия решения

или осуществления тех или иных действий. В.Г. Ромек считает, что эти утверждения тесно связаны с «эмоциональными» утверждениями и в них эмоциональных процессы представлены косвенно. Шкала 3 (инициатива в социальных контактах – пассивность). Третья шкала объединяет утверждения, характеризующие инициативу в социальных контактах. Это измерение находится в тесной связи с двумя первыми шкалами и складывается, по предположению автора опросника, из высокой уверенности в себе и социальной смелости, сохраняя некоторую независимость.

В опроснике присутствуют прямые и обратные (r) вопросы. Градация по шкалам следующая: шкала 1 – 3r, 6r, 9r, 12r, 15r, 18r, 21, 24r, 27, 30r; шкала 2 – 2, 5r, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26, 29; шкала 3 – 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19r, 22, 25, 28. Значения по шкалам получаются простым суммированием баллов по всем вопросам шкалы. Суммируются значения, получаемые следующим образом, рис. 5.

Ответ	Баллы	
	По прямым вопросам	По «обратным» вопросам (r)
1	1	3
2	2	2
3	3	1

Рис. 5. – Оценка ответов

И наконец, третий метод оценивания уровня креативности это экспертная оценка танцевальной импровизации студентов с помощью диагностического листа наблюдений. В диагностическом листе располагается 7 групп признаков: беглость, гибкость, оригинальность, разработанность, любознательность, воображение сложность. В каждой группе по три раскрывающих суть понятия признака (вопроса). Всего признаков 21. Каждое положение раскрывалось на три признака, диагностирующих качество демонстрации креативности в танцевальной импровизации. *Беглость*: студент находит выходы из предложенного

материала (заданного положения); студент наиболее полно и глубоко наполняет свою импровизацию пластическим материалом; студент работает (в импровизации) быстро и продуктивно. *Гибкость*: студент предлагает варианты развития предложенного танцевального материала; студент выдвигает множество вариантов развития предложенной комбинации; студент легко схватывает ритмическую структуру, легко варьирует акценты. *Оригинальность*: студент стремится усложнить/развить свою импровизацию разными уровнями в пространстве (прыжок, ноги, партер); студенту важно выходить за пределы заданного лексического материала в своей импровизации; студенту важно дополнить/наполнить заданную комбинацию своими элементами. *Разработанность*: студент берет элементы из предложенного материала и интерпретирует по своему; студент целостно заполняет музыкальный отрывок; студент умеет распределить всю импровизацию на заданный регламент времени (студент занимает танцем весь, отведенный ему музыкальный отрывок). *Любознательность*: студент заинтересован в поиске различных выходов из заданного материала (в импровизации неоднократно возвращается к элементам заданной комбинации и ищет различное развитие из них); студент стремится расширить/экспериментировать с темпом, динамикой и ритмикой музыки; студент вовлечен в процесс познания пространства и уровней своего движения/танца. *Воображение*: студент через свою импровизацию стремится передать какой-либо (художественный) образ; студент впускает в себя/вживается в музыку и отражает характер музыкального сопровождения; студент придумывает фантазийные /нестандартные элементы для своей импровизации/для своего танца. *Сложность*: студент стремится к непрерывности движения, проживанию музыки даже в паузе; студент старается не делать пауз (пустого простоя), студент старается не делать пауз (пустого простоя), студент предлагает замысловатую импровизацию.

Содержание признаков было просмотрено и утверждено на внедрение экспертной комиссией проводимого нами эксперимента. В экспертную комиссию входили: Сентябова Надежда Валерьевна – выпускница Новосибирского колледжа культуры, бакалавр художественного образования в сфере хореографии Гуманитарного Университета города Екатеринбурга, педагог в Театре Танца «Гавроши», Поталицина Оксана Вадимовна – выпускница Алтайского колледжа культуры, педагог Высшей категории, преподаватель Свердловского областного музыкально-эстетического педагогического колледжа по дисциплинам русский танец, бальный танец, джазовый танец; куратор предоставленной группы респондентов, Вишнякова Оксана Юрьевна – тренер, судья 3 категории по спортивному и танцевальному рок-н-роллу, судья второй категории общероссийской танцевальной организации, художественный руководитель управления по социальной и воспитательной работе УрФу, руководитель коллектива современной хореографии «Лаборатория Танца».

В то время когда студенты с педагогом проучивают опорную комбинацию для будущей импровизации, эксперты знакомятся с предложенными признаками оценки. По прошествии 20 минут проучивания начинается импровизация. Эксперты отсматривают импровизацию студента, в графу «ФИО» вносят фамилию и инициалы студента, и в режиме on-line проставляют баллы в соответствии со следующими показателями. Напротив фамилии студента ставится балл от 1 до 5, оценив каждый из критериев, где 1 – не справляется / не соответствует полностью; 2 – справляется / демонстрирует уровень ниже достаточного; 3 – демонстрирует достаточный уровень / средний; 4 – справляется / демонстрирует уровень выше достаточного; 5 – справляется превосходно / соответствует полностью. Обработка результатов проходит следующим образом: оценки каждого эксперта в отдельности и по каждому студенту в отдельности баллы по всем признакам суммируются. Получается, по три суммы на каждого студента. Составляется сравнительная ленточная диаграмма.

По обработке данных констатирующего эксперимента мы можем сделать следующие выводы. Опросник уверенности в себе В.Г.Ромека говорит, что лишь 3 из 13 студентов считают себя наиболее уверенными, а это лишь 22% от числа группы, они показали уровень оценки выше среднего, остальные 78% считают свою уверенность на уровне средней оценки (рис. 6)

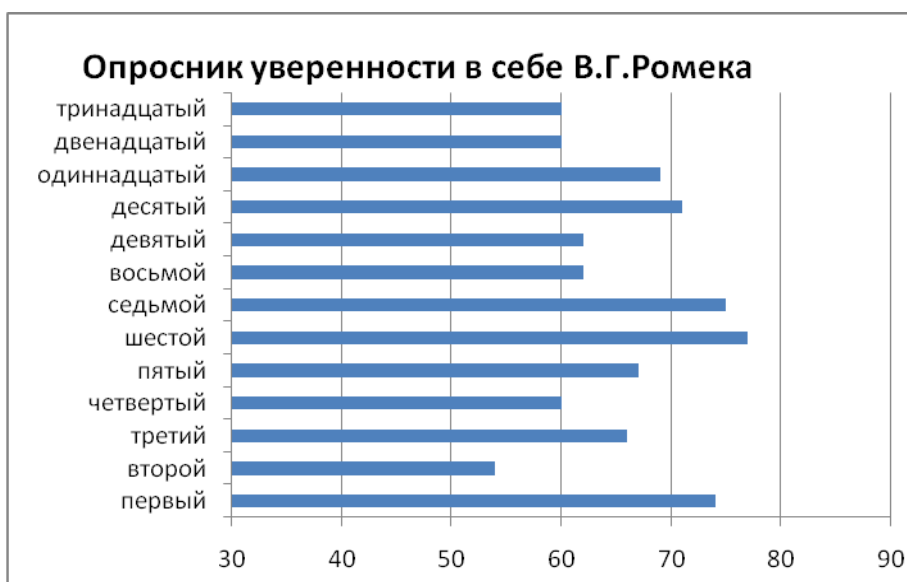


Рис. 6. – Данные опросник уверенности

Опросник самооценки уровня креативности Asselin C. показал, что лишь 15% респондентов чувствуют в себе проявления креативных качеств на уровне выше среднего – отметка +10 баллов. 77% респондентов видят свою творческую на среднем уровне. И 8% респондентов склонны, к мнению об отсутствии собственной креативности (рис. 7).

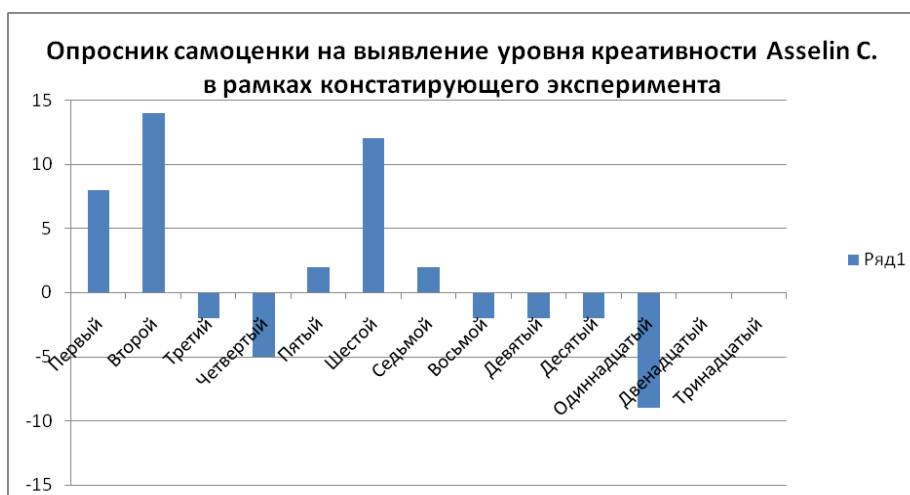


Рис. 7. – Данные опросника самооценки Asselin C.

Среднеарифметическая оценка трех экспертов показала высокий балл проявления креативности лишь у одного студента – 7%, так как его показатели из 105 возможных баллов составляют 81 балл. 31% респондентов – это 4 студента были оценены на балл выше среднего – от 61 единицы. 15% респондентов – 2 студента, показали нулевой уровень танцевальной креативности, они были оценены каждым экспертом по минимальному баллу в каждом признаке, тем самым сумма баллов вышла 21 единица, что является минимальным значением в шкале. Так же 15% респондентов – 2 студента были оценены экспертами в 25, 28 баллов, что свидетельствует об уровне развития креативности даже на средний балл. Все приведенные значения представлены на рис. 8.

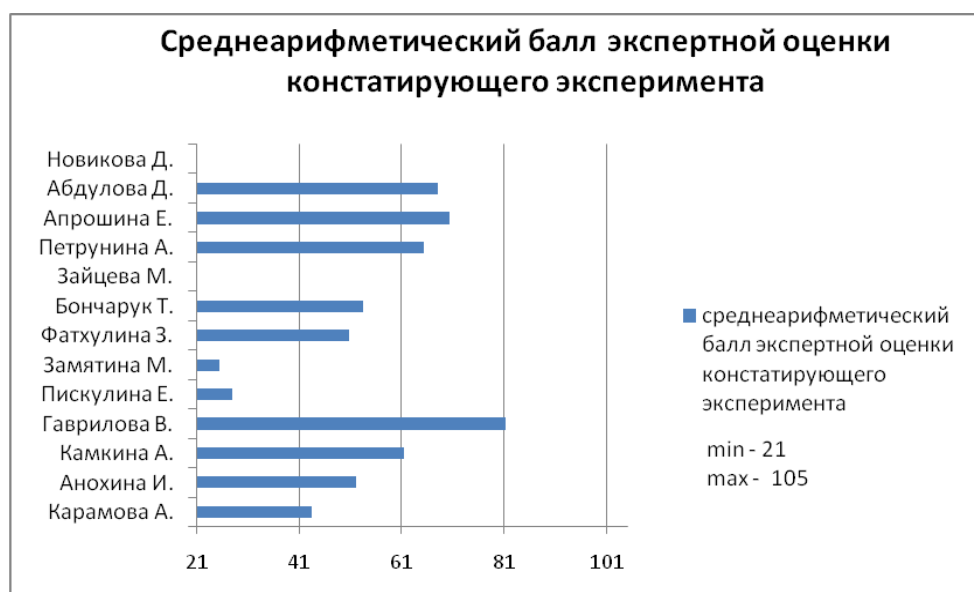


Рис. 8. – Среднеарифметический балл экспертной оценки

График экспертной оценки по выявлению уровня креативности будущих педагогов хореографов в рамках констатирующего эксперимента, приведенный на рис. 9. детализирует экспертную оценку по отношению к каждому студенту.

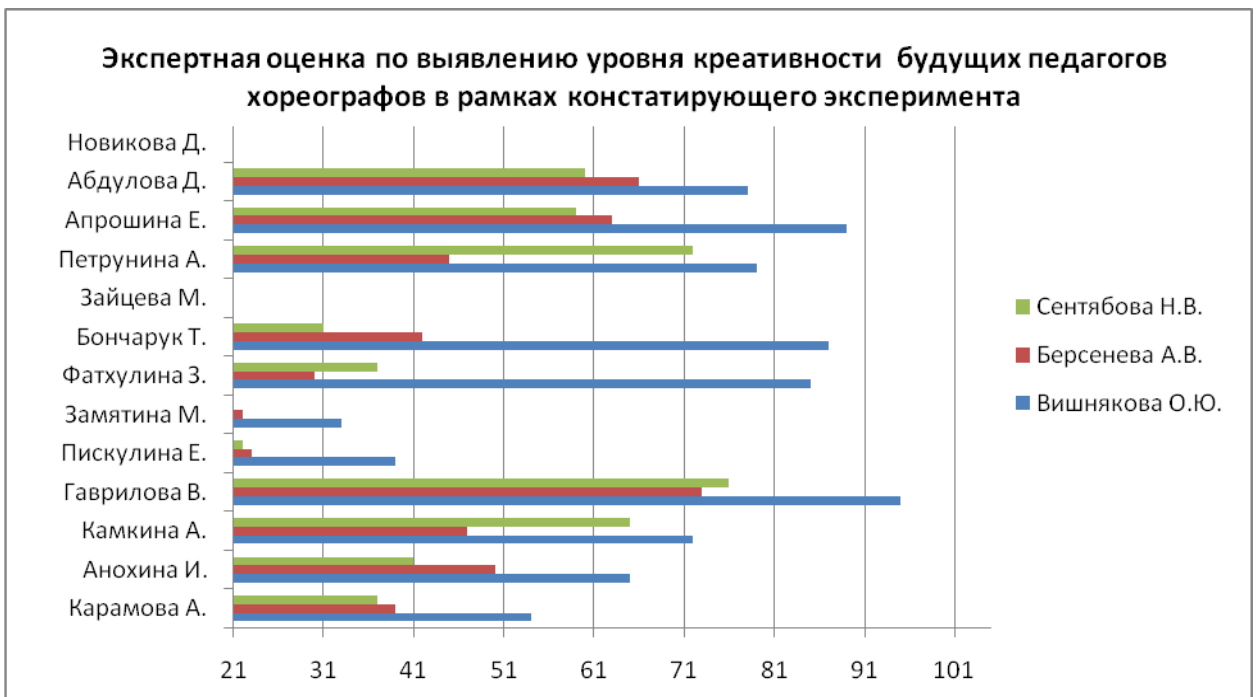


Рис. 9. – Данные экспертной оценки в рамках констатирующего эксперимента

Проанализировав все три метода оценки развития креативности у будущих педагогов хореографов на этапе констатирующего эксперимента мы можем сделать следующие выводы. Критерий самооценки уверенности В.Г. Ромека показал, что лишь 22% респондентов уверены в себе. Критерий самооценки креативности Asselin С. свидетельствует о том, что 15% респондентов ощущают свою собственную креативность. И экспертная оценка показала, что лишь 7% респондентов обладают показателями танцевальной креативности. Такие данные натолкнули нас на мысль о том, что разработанное педагогическое средство в виде Учебно-методического комплекса заданий по джазовому танцу придется важным и интересным опытом, как для студентов, так и для педагогов.

2.3. Результаты апробации учебно-методического комплекса по развитию креативности средствами джазового танца

В проводимом исследовании было запланировано два этапа констатирующий и формирующий. На каждом этапе были проведены замеры данных по трём (критериям креативности) средствам измерения креативности. Для обоснования эффективности и результативности разработанного педагогического средства, необходимо решить *статистическую задачу*: оценка сдвига значений.

Для определения присутствия сдвига, в качестве статистического метода для решения задачи оценки сдвига выбираем T-критерий Вилкоксона. Для решения статистической задачи исследования формулируем две *статистические гипотезы*:

Нулевая гипотеза (H₀): между результатами измерений величины признаков развитости креативности до и после воздействия Учебно-методического комплекса заданий по джазовому танцу положительного сдвига не наблюдается

Альтернативная гипотеза (H₁): в результате измерений величины признаков развитости креативности после применения Учебно-методического комплекса заданий джазового танца наблюдается положительный сдвиг

Проведем статистическую оценку результатов воздействия методом сравнения полученных данных «до» и «после» по трем критериям: уверенность в себе; самооценка креативности; экспертная оценка танцевальной креативности.

Для подсчета критерия «уверенность в себе» мы взяли данные Теста уверенности в себе В.Г. Ромека с констатирующего и формирующего эксперимента. Первый шаг в подсчете T-критерия – вычитание каждого индивидуального значения «до» из значения «после» – таблица 5.

Таблица 5. – Вычитание каждого значения «до» и «после»

До воздействия, t до	После воздействия, t после	Разность (t до – t после)	Абсолютное значение разности
74	74	0	0
54	79	25	25
66	81	15	15
60	61	1	1
67	70	3	3
69	77	8	8
71	75	4	4
62	72	10	10
62	66	4	4
71	66	-5	5
69	72	3	3
60	80	20	20
60	84	24	24

Так как в матрице имеются связанные ранги (одинаковый ранговый номер) 1-го ряда, произведем их переформирование. Переформирование рангов производится без изменения важности ранга, то есть между ранговыми номерами должны сохраниться соответствующие соотношения больше, меньше или равно. Также не рекомендуется ставить ранг выше 1

и ниже значения равного количеству параметров (в данном случае $n = 13$).

Переформирование рангов производится в Таблице 6.

Таблица 6. – Переформирование рангов

Номера мест в упорядоченном ряду	Расположение факторов по оценке эксперта	Новые ранги
1	0	1
2	1	2
3	3	3.5
4	3	3.5
5	4	5.5
6	4	5.5
7	5	7
8	8	8
9	10	9
10	15	10
11	20	11
12	24	12
13	25	13

Гипотезы:

H₀: между результатами измерений величины признаков развитости креативности до и после воздействия учебно-методического комплекса по развитию креативности средствами джазового танца положительного сдвига не наблюдается

H1: в результате измерений величины признаков развитости креативности после применения учебно-методического комплекса по развитию креативности средствами джазового танца наблюдается положительный сдвиг

Таблица 7. – Определение рангового номера разности

До воздействия, t до	После воздействия, t после	Разность (t до – t после)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
74	74	0	0	1
54	79	25	25	13
66	81	15	15	10
60	61	1	1	2
67	70	3	3	3.5
69	77	8	8	8
71	75	4	4	5.5
62	72	10	10	9
62	66	4	4	5.5
71	66	-5	5	7
69	72	3	3	3.5
60	80	20	20	11
60	84	24	24	12
Сумма				91

Сумма по столбцу рангов равна $\sum=91$ (таблица 7)

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы: сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно.

Теперь отметим те сдвиги, которые являются нетипичными, в данном случае – отрицательными. В Таблице 3 эти сдвиги и соответствующие им ранги выделены курсивом. Сумма рангов этих «редких» сдвигов составляет эмпирическое значение критерия T , но т.к. показатель ранга с отрицательным значением единственный, то $T_{\text{эмп}}$:

$$T = \sum R_t = 7$$

По таблице Приложение 2 находим критические значения для T -критерия Вилкоксона для $n=13$:

$$T_{\text{кр}} = 12 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{\text{кр}} = 21 \quad (p \leq 0.05)$$

В данном же случае эмпирическое значение T попадает в зону значимости: $T_{\text{эмп}} < T_{\text{кр}}(0,01)$ (рис. 10)

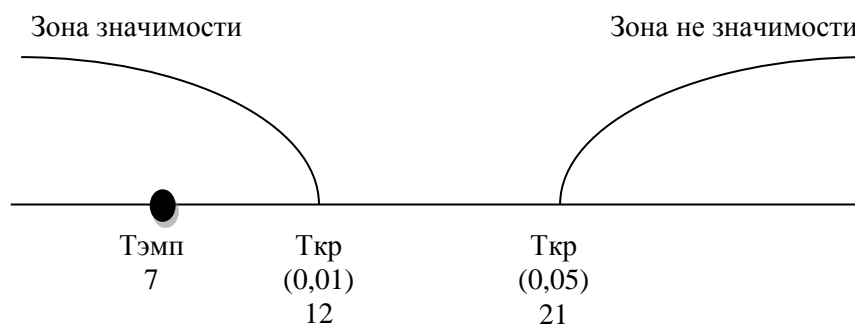


Рис. 10. – Зона значимости данных по тесту уверенности в себе

Гипотеза H_0 отвергается, а H_1 принимается. Интенсивность отрицательного сдвига показателя не превышает интенсивность положительного сдвига, статистика показала, что воздействие Учебно-методическим комплексом заданий по джазовому танцу положительно сказалось на уверенности в себе студентов хореографов.

Статистические расчеты по критерию оценки «уверенности в себе» показали наличие положительного сдвига «до» и «после» внедрения

в процесс обучения разработанного нами педагогического средства, качество положительного сдвига можно наблюдать и на рис. 11.

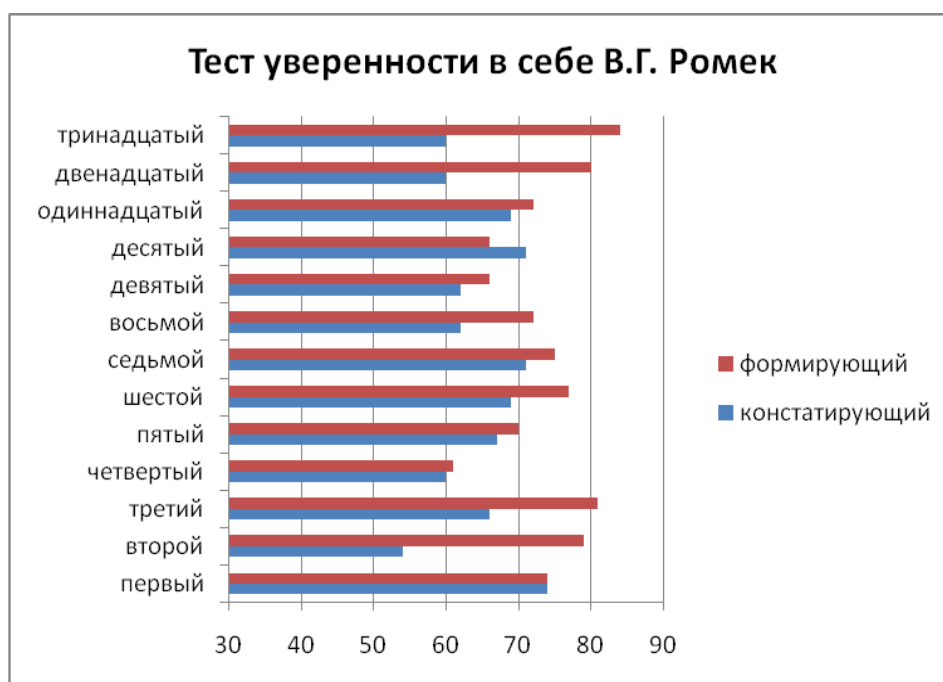


Рис. 11. – Сравнение результатов «до» и «после» по критерию уверенность в себе

Лишь у одного студента – 8% – сдвига не произошло вовсе, также еще у одного студента – 8% – уверенность в себе до внедрения педагогического средства была выше, чем стала после внедрения. У остальных – 84% респондентов наблюдается повышение уровня уверенности в себе. Данные показали, что предлагаемое педагогическое средство «Учебно-методический комплекс заданий по джазовому танцу» является актуальным для работы с будущими педагогами хореографами.

Для подсчета критерия «самооценка креативности» мы взяли данные Опросника самооценки креативности Asselin С. с констатирующего и формирующего эксперимента. Первый шаг в подсчете Т-критерия – вычитание каждого индивидуального значения «до» из значения «после» в таблице 5.

Исключим нулевые сдвиги. В матрице имеются связанные ранги (одинаковый ранговый номер) 1-го ряда, поэтому мы произведем их переформирование.

Таблица 8. – Вычитание индивидуального значения «до» и «после»

До воздействия, t до	После воздействия, t после	Разность (t до – t после)	Абсолютное значение разности
8	12	4	4
14	24	10	10
-2	-2	0	0
-5	0	5	5
2	8	6	6
12	16	4	4
2	10	8	8
-2	4	6	6
-2	2	4	4
-2	2	4	4
-9	-2	7	7
0	5	5	5
0	8	8	8

Переформирование рангов производится без изменения важности ранга, то есть между ранговыми номерами должны сохраниться соответствующие соотношения. Также не рекомендуется ставить ранг выше 1 и ниже значения равного количеству параметров (в данном случае $n = 12$). Переформирование рангов производится в Таблице 8.

Таблица 9. – Переформирование рангов

Номера мест в упорядоченном ряду	Расположение факторов по оценке эксперта	Новые ранги
Продолжение Таблицы 9	.	2.5
2	4	2.5
3	4	2.5
4	4	2.5
5	5	5.5
6	5	5.5
7	6	7.5
8	6	7.5
9	7	9
10	8	10.5
11	8	10.5
12	10	12

Гипотезы.

H₀: между результатами измерений величины признаков развитости креативности до и после воздействия Учебно-методического комплекса заданий по джазовому танцу положительного сдвига не наблюдается

H₁: в результате измерений величины признаков развитости креативности после применения Учебно-методического комплекса заданий джазового танца наблюдается положительный сдвиг.

Таблица 10. – Сумма рангов

До воздействия, t до	После воздействия, t после	Разность (t до – t после)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
8	12	4	4	2.5
14	24	10	10	12

-5	0	5	5	5.5
2	8	6	6	7.5
Продолжение Таблицы 10			4	2.5
2	10	8	8	10.5
-2	4	6	6	7.5
-2	2	4	4	2.5
-2	2	4	4	2.5
-9	-2	7	7	9
0	5	5	5	5.5
0	8	8	8	10.5
Сумма				78

Сумма по столбцу рангов равна $\sum=78$ (Таблица 10)

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы: сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно.

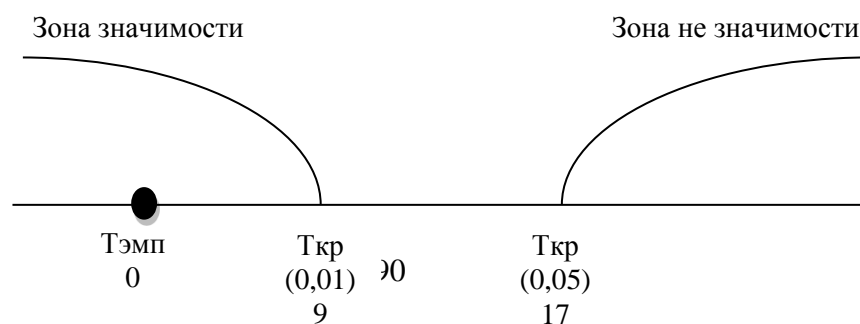
Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае – отрицательными. В Таблице 10 эти данные и соответствующие им ранги выделены курсивом. Сумма рангов этих «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия T:

$$T = \sum R_t = 0$$

По таблице в Приложении 2 находим критические значения для T-критерия Вилкоксона для $n=12$:

$$T_{кр} = 9 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр} = 17 \quad (p \leq 0.05)$$



Зона значимости результатов опросника самооценки креативности. Изначально, если бы «среднее» значение не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю. В данном же случае эмпирическое значение T попадает в зону значимости: $T_{эмп} < T_{кр}(0,01)$ (см.рис. 12)

Гипотеза H_0 отвергается и принимается гипотеза H_1 . Показатели после воздействия Учебно-методическим комплексом заданий по джазовому танцу превышают значения показателей до воздействия педагогическим средством.

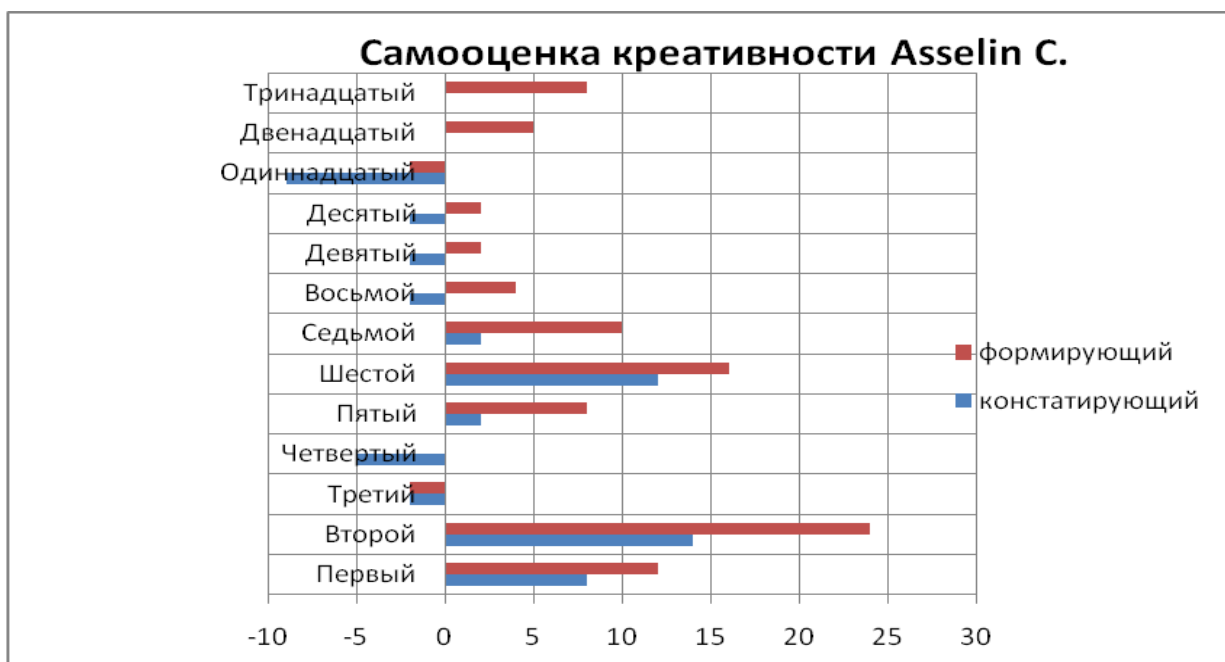


Рис. 13. – Сравнение данных по критерию самооценки креативности

О положительном сдвиге говорит нам и рис. 13 – график, который составлен в соответствии с данными полученными «до» и «после» внедрения комплекса для визуального сравнения результата. На графике также ярко наблюдается тенденция положительного воздействия Учебно-методического комплекса заданий по джазовому танцу на развитие креативности у студентов, 92% респондентов ощутили рост собственной креативности

после и лишь 8% респондентов остались с прежним результатом оценки собственной креативности.

Для подсчета критерия «экспертная оценка танцевальной импровизации студентов» были взяты данные с констатирующего и формирующего эксперимента. Первый шаг в подсчете Т-критерия – вычитание каждого индивидуального значения «до» из значения «после» в Таблице 11.

Таблица 11. – Вычитание каждого значения

До воздействия, t до	После воздействия, t после	Разность (t до – t после)	Абсолютное значение разности
43	88	45	45
52	79	27	27
61	94	33	33
81	99	18	18
28	54	26	26
25	55	30	30
51	78	27	27
53	79	26	26
21	47	26	26
65	94	29	29
70	87	17	17
68	87	19	19
21	49	28	28

Исключим нулевые сдвиги. Наблюдаем, что в матрице имеются связанные ранги (одинаковый ранговый номер) 1-го ряда, произведем их переформирование. Переформирование рангов производится без изменения

важности ранга, то есть между ранговыми номерами должны сохраниться соответствующие соотношения. Также не рекомендуется ставить ранг выше 1 и ниже значения равного количеству параметров (в данном случае $n = 13$). Переформирование рангов производится в Таблице 12.

Таблица 12. – Переформирование рангов

Номера мест в упорядоченном ряду	Расположение факторов по оценке эксперта	Новые ранги
1	17	1
2	18	2
3	19	3
4	26	5
5	26	5
6	26	5
7	27	7.5
8	27	7.5
9	28	9
10	29	10
11	30	11
12	33	12
13	45	13

Гипотезы.

H0: между результатами измерений величины признаков развитости креативности до и после использования Учебно-методического комплекса заданий по джазовому танцу положительного сдвига не наблюдается

H1: в результате измерений величины признаков развитости креативности после применения Учебно-методического комплекса заданий джазового танца наблюдается положительный сдвиг.

Таблица 13. Определение рангового номера разницы

До внедрения, t до	После внедрения, t после	Разность (t до – t после)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
43	88	45	45	13
52	79	27	27	7.5
61	94	33	33	12
81	99	18	18	2
28	54	26	26	5
25	55	30	30	11
51	78	27	27	7.5
53	79	26	26	5
21	47	26	26	5
65	94	29	29	10
70	87	17	17	1
68	87	19	19	3
21	49	28	28	9
Сумма				91

Сумма по столбцу рангов равна $\sum=91$ (Таблица 13)

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы: сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно.

Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае – отрицательными. В Таблице 10 отражается отсутствие отрицательных показателей. Значит T эмпирическое равно 0:

$$T = \sum R_t = 0$$

По таблице в Приложении 2 находим критические значения для T-критерия Вилкоксона для $n=13$:

$$T_{кр}=12 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр}=21 \quad (p \leq 0.05)$$

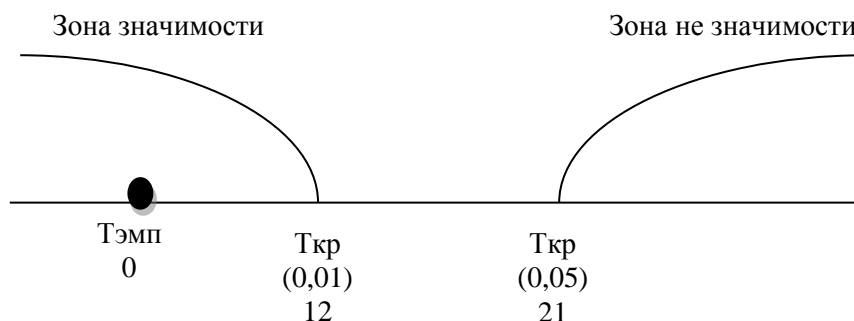


Рис. 14. – Определение зоны значимости по результатам экспертной оценки

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы «редких», в данном случае положительных, направлений не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

В данном же случае эмпирическое значение T попадает в зону значимости: $T_{эмп} < T_{кр}(0,01)$ (рис.14).

Гипотеза H_0 отвергается, гипотеза H_1 принимается. Показатели после эксперимента превышают значения показателей до опыта.

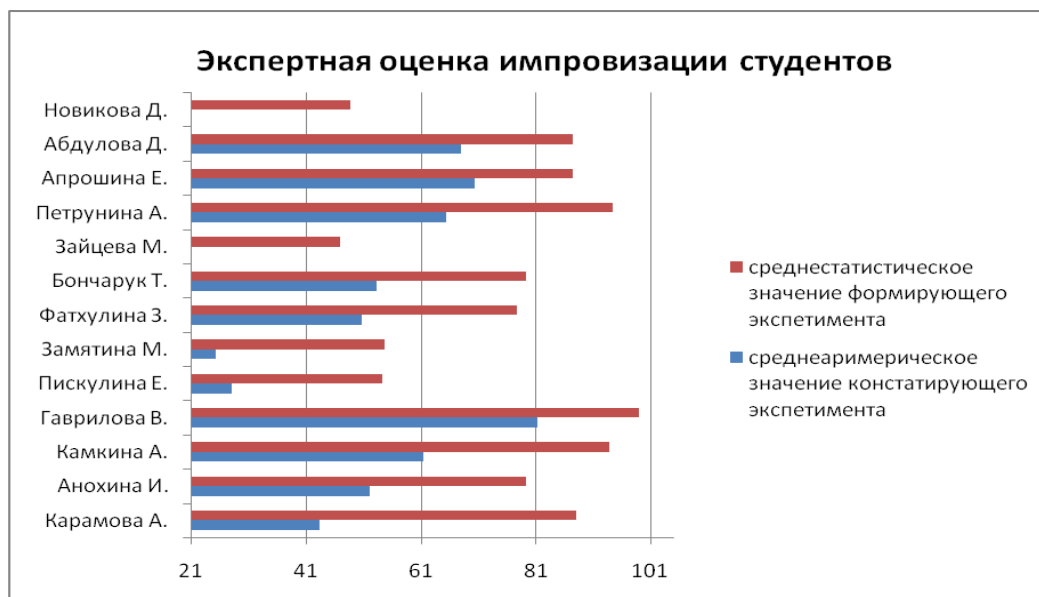


Рис. 15. – Сравнение результатов по критерию экспертной оценки

О положительном сдвиге говорит нам и рис. 15 – график, который составлен в соответствии с данными полученными «до» и «после» внедрения педагогического средства для визуального сравнения результата. На графике также ярко наблюдается тенденция положительного воздействия Учебно-методического комплекса заданий по джазовому танцу на развитие креативности у студентов. На графике мы можем наблюдать тенденцию повышения качества танцевальной импровизации, так 100% респондентов вынесли для себя полезность Учебно-методического комплекса заданий по джазовому танцу, студенты начали более свободно отражать структуру и характер музыки, воплощать собственные движенческие задумки, стали меньше обращать внимания на реакции окружающих, в танце начала проявляться индивидуальность каждого из студентов.

Итак, по факту проведения статистического анализа данных «до» и «после» мы можем сказать о том, что разработанное нами педагогическое средство «Учебно-методический комплекс заданий по джазовому танцу» положительным образом сказался на развитии креативности будущих педагогов хореографов, так как по трем критериям: «уверенность в себе», «самооценка креативности» и «экспертная оценка танцевальной

креативности» выявился положительный сдвиг. Статистические расчеты по критерию оценки *«уверенности в себе»* показали, что у 84% респондентов наблюдается повышение уровня уверенности в себе. По критерию *«самооценка креативности»* полезным Учебно-методический комплекс заданий по джазовому танцу оказался для 92% респондентов, двенадцать из тринадцати студентов отметили рост собственной креативности после обучения по предложенному нами педагогическому средству. По критерию *«экспертная оценка импровизации студента»* статистические расчеты, так же показали наличие положительного сдвига, и методом сравнения результатов «до» и «после» по графику мы можем наблюдать, что 100% респондентов повысили свою креативность в танце. Исходя из полученных результатов, мы можем сказать о том, что разработанное нами педагогическое средство дает определенный положительный сдвиг в развитии креативности будущих педагогов хореографов.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В приказе Минтруда России от 08.09.2015 №613н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» основной целью вида профессиональной деятельности выдвигается «создание педагогических условий для формирования и развития творческих способностей, удовлетворения потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, ...» [67, с. 1]. Следуя этой цели мы должны понимать, то, что педагог дополнительного образования сможет развить творческие способности у воспитанников лишь в том случае, если будет обладать ими сам.

Креативность – это уровень творческой одаренности, способности к творчеству, составляющий относительно устойчивую интегральную характеристику личности, но это и процесс (креативная деятельность), это та сторона творчества, которая уже стала подконтрольна человеку, может быть целенаправленно выстроена, нацелена на получение нового результата, оснащена набором техник креативности.

В качестве концептуальных основ понимания креативности в работе выделены такие значимые концептуальные подходы, как: 1) понимание креативности как ресурса личности, который развивается на протяжении всей жизни человека; 2) идея множественности интеллектов, взаимобусловленности интеллекта и креативности, но не сводимости их друг к другу. Сделан акцент на взаимосвязи кинестетического, эмоционального интеллектов и креативности, что особенно важно для хореографического искусства; 3) полимодальный подход в понимании креативности, сущность которого раскрывается на примере интегративных концепций креативности Э.де Боно, Р.Дилтса, Г.Алдера, Х.Гарднера и Дж. Гилфорда.

На основе анализа различных исследований, раскрывающих характеристики креативности сформирована модель креативности, которая,

в наибольшей степени отвечает особенностям проявления креативности в хореографической деятельности.

Проведен анализ понятий «креативность в хореографии» и «креативность в танце», раскрыто содержание понятия «танцевальная креативность», особое внимание уделено изучению импровизации в танце как интегративной формы проявления качеств креативности.

Анализ истории становления джазового танца от черного афро джаза, до современности (сочленение джаза и contemporary), его стилового многообразия по сравнению с другими направлениями, позволил сделать вывод, что джазовый танец является наиболее оптимальным, разнонаправленным, многофункциональным видом хореографического искусства. Джазовый танец начал свою историю с XVI века и развивается по сей день, и на данный момент имеет в своем арсенале систему обучения, методику исполнения и множество родственных стилей: афро джаз, tap dance, Broadway jazz, классический джаз, модерн джаз, lyrical jazz, contemporary jazz, funk jazz, линди хоп, соул джаз и другие. Именно из-за такого широкого спектра стилей можно считать джазовый танец наиболее перспективным и предпочтительным для развития креативности у будущих педагогов хореографов.

Выбран именно джазовый танец, потому что он содержит большой потенциал свободы в реализации задуманного и, следовательно, большие возможности для развития креативности, чем, к примеру, классический танец, который имеет четко структурированную систему движений.

В настоящее время разработано большое количество учебных программ для развития объема и качества лексической базы стилей джазового танца, таких как программа «Джазовый танец» О.В. Поталициной (2011), «Современный джазовый танец» О.А. Киселевой (2015) и множество других программ, но их авторы не ставят задачу развития креативности. Практика обучения джазовому танцу в России начала развиваться

относительно недавно, поэтому многие педагоги в своей работе предпочитают экспериментировать на практике.

Однако необходим переход к обобщению практического опыта, необходимы интегративные педагогические средства развития креативности в процессе обучения джазовому танцу. Таким образом, была поставлена задача проектирования «Учебно-методического комплекса по развитию креативности средствами джазового танца у будущих педагогов хореографов».

В ходе опытно-поисковой работы, базой для проведения которой стал Свердловский областной музыкально-эстетический педагогический колледж, была поставлена цель - разработать и апробировать в процессе обучения учебно-методический комплекс по развитию креативности средствами джазового танца у будущих педагогов хореографов.

Анализ результатов применения трех выбранных методов оценки развития креативности у будущих педагогов хореографов, таких как: тест уверенности в себе В.Г. Ромека, опросник самооценки креативности С. Asselin, и экспертная оценка танцевальной импровизации студентов на констатирующем этапе опытно-поисковой работы показал следующее. Применение критериев самооценки уверенности В.Г. Ромека выявило, что лишь 22% респондентов уверены в себе. Критерии самооценки креативности Assalin С. свидетельствует о том, что 15% респондентов ощущают свою собственную креативность. И экспертная оценка показала, что 7% респондентов обладают показателями танцевальной креативности. Такие данные подтверждают высказанные предположения, что развивающий креативность потенциал джазового танца используется не в полной мере, и причиной этого является недостаточный уровень разработанности педагогических средств.

Результаты формирующей части опытно-поисковой работы позволяют сделать вывод о том, что разработанное нами педагогическое средство «Учебно-методический комплекс заданий по развитию креативности

средствами джазового танца у будущих педагогов хореографов» положительным образом сказалось на развитии креативности будущих педагогов хореографов, так как по трем критериям: «уверенность в себе», «самооценка креативности» и «экспертная оценка танцевальной креативности» выявился положительный сдвиг. Статистические расчеты по критерию оценки «уверенности в себе» показали, что у 84% респондентов наблюдается повышение уровня уверенности в себе. По критерию «самооценка креативности» полезным Учебно-методический комплекс заданий по джазовому танцу оказался для 92% респондентов, двенадцать из тринадцати студентов отметили рост собственной креативности после обучения с применением предложенного педагогического средства. По критерию «экспертная оценка импровизации студента» статистические расчеты, так же показали наличие положительного сдвига, и методом сравнения результатов «до» и «после» апробации можно наблюдать, что 100% респондентов повысили свою креативность в танце. Исходя из полученных результатов, можно сделать вывод, что в ходе опытно-поисковой работы все положения выдвинутой гипотезы получили подтверждение, разработанное нами педагогическое средство позволяет достичь определенного положительного сдвига в развитии креативности будущих педагогов хореографов.

К перспективам исследования нужно отнести:

- дальнейший теоретический анализ проблемы развития креативности средствами джазового танца, с вовлечением различных областей науки (физиология движения, исследования кинестетического и эмоционального интеллекта, исследования взаимосвязи особенностей национальных культур, ментальности и креативности и т.д.);
- изучение практического опыта обучения джазовому танцу с целью поиска и проектирования интегральных систем педагогических средств развития креативности:

- расширение сферы внедрения разработанного учебно-методического комплекса. Важно отметить, что джазовый танец набирает популярность в сфере дополнительного образования детей и взрослых. Поэтому самостоятельным предметом исследования может стать разработка и апробация заданий на развитие креативности в процессе обучения джазовому танцу людей без профессионального хореографического образования.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

- 1) *Алдер Г.* CQ, или мускулы творческого интеллекта. – М.: ГРАНД : ФАИР-ПРЕСС, 2004. – 193, 227 с.
- 2) *Алан Дж.Роу* Креативное мышление; пер. с англ. Островский В.А. – М.: НТ Пресс, 2007. – 176с.: ил.
- 3) *Андреева И.Н.* Понятие и структура эмоционального интеллекта // Социально-психологические проблемы ментальности: 6 Международная научно-практическая конференция 26 -27 ноября 2004 года, г. Смоленск: В 2 ч. – Смоленск: СГПУ, 2004. – Ч.1. – С. 22-26.
- 4) *Андрюхина Л.М.* Креативное менеджмент-образование: гуманитарные стратегии развития // Россия и Европа: связь культуры и экономики Материалы IX международной научно-практической конференции. Ответственный редактор Уварина Н.В. . 2014. С. 302-307.
- 5) *Андрюхина Л.М.* Креативность как культура отношения к иному и событийные пространства развития субъектности // Гуманитарное образование в креативно-антропологическом измерении сборник научных статей 12-й Всероссийской научно-практической конференции. Науч. Ред. С.З.Гончаров; РГППУ, 2015. С. 147-158.
- 6) *Андрюхина Л.М.* Креативные платформы развития антропных образовательных практик // Креативные основы гуманитарного образования сборник научных статей по материалам 10-й Всероссийской научно-практической конференции. РГППУ; Редколлегия: С. З. Гончаров (отв. Ред.), Ю. П. Андреев, Е. В. Попова (отв. За вып.). 2013. С. 181-217.
- 7) *Андрюхина Л.М.* Культурная типология креативности: возможности человека XXI века // Образование и наука. 2012. № 3. С. 3-16.
- 8) *Андрюхина Л.М.* Эстафеты креативного лидерства как основа креативной экономики // Взаимодействие науки и общества: проблемы и перспективы. Сборник статей Международной научно-практической конференции. 2015. С. 43-47.

- 9) *Арнхейм Р.* Визуальное мышление // Хрестоматия по общей психологии: психология мышления. – М., 1981. с. 289
- 10) *Безрукова В.С.* Основы духовной культуры. – 2000
- 11) *Белова Е.С.* Одарённость малыша: раскрыть, понять, поддержать. Пособие для воспитателей и родителей. – М.: Московский Психологосоциальный Институт, Флинта, 2004. С.396
- 12) *Богоявленская Д.* Психология творческих способностей. – М, 2002. с. 159
- 13) *Боно Э.де* Латеральное мышление. – СПб.: Питер Паблишинг, 1997. – 320 с.
- 14) *Ваганова А.Я.* Основы классического танца. Издание 6. Серия «Учебники для вузов. Специальная литература» – СПб.: Издательство «Лань», 2000. — 192 с.
- 15) *Васенина Е.* Российский современный танец. Диалоги. – 1-е изд., – М.: Emergency Exit, 2005. – 268 с.
- 16) *Вороницын И.П.* К.А. Гельвеций. — М., 1934. с. 68
- 17) *Выготский Л.С.* Психологические основы творческой деятельности. Свободное развитие личности школьника: философские и психолого-педагогические основы образования / сост. В. И. Аксенова, р. Г. Карандашова. – Ставрополь: Скипкрос, 2000. с. 239
- 18) *Высоковский А.С.* Креативность как ресурс. Журнал литературный, политический и учёный. Отечественные записки. Выпуск журнала № 4 (25) 2005, с. 320
- 19) *Галанов А.С.* Психическое и физическое развитие ребёнка от 3 до 5 лет: пособие для работников дошкольных образовательных учреждений и родителей. – М.: Аркти, 2006., с. 179
- 20) *Галстян С.С.* О языковой личности и коммуникативной природе речевого акта // Ученые записки Российского Государственного Социального Университета. - 2010. - № 5, с. 203-207

- 21) *Гарднер Г.* Великолепная пятерка. – М.: Бизнес Букс, 2008. – 160 с.
- 22) *Гарднер Г.* Структура разума: теория множественного интеллекта. – М.: Вильямс, 2007. – с. 512
- 23) *Гилфорд Д.* Структурная модель интеллекта // Психология мышления. – М.: Прогресс, 1965., с.323
- 24) *Гилфорд Дж.* Три стороны интеллекта задач. Психология мышления. – СПб.: М., Прогресс, 1965. – 437 с.
- 25) *Гирион А.* Интервью. Язык танца. Танец и терапия. Свободное движение // Журнал популярная психология 12.03.2010., с. 69-76
- 26) *Годфруа Ж.* Психология: в 2 т. – м.: мир, 1992. – т. 1., с.361
- 27) *Дебрэнн М.* Французский язык в речевой практике русских. Межъязыковая девиатология: Труды Гуманитарного Факультета. Монография. – Новосибирск.: Новосибирский Государственный Университет, 2006.,с 151
- 28) *Дилтс Р.* НЛП. Управление креативностью. – СПб.: Питер, 2003. – с. 416
- 29) *Дубина И.Н.* Задача регулирования креативных новаций в социально-экономических системах // Экономика и информация: теория, модели, технологии. Сб. научн. тр. – Барнаул: Изд-во АлтГУ, 2002. – 0,4 п.л.
- 30) *Дубина И.Н.* К вопросу о разграничении личностных и социокультурных аспектов творчества // Вестник Омского университета. – 2000. – № 3. – С. 44
- 31) *Дубина И.Н.* Креативный менеджмент и перспективы его становления в России // Управление регионом. Сб. научн. ст. Ч.1. – Горно-Алтайск: РИО «Универ-Принт», 2002., с.127
- 32) *Дубина И.Н.* Современные методики поддержки креативно-инновационной деятельности // Менеджмент инноваций. – 2010. – №3. – 0,9 п.л., с. 127-136

- 33) *Дубина И.Н.* Современные программные средства поддержки креативных процессов: назначение, специфика, принципы работы, основные функции // Информационная экономика и динамика переходных процессов. – Барнаул: Изд-во АлтГУ, 2003., с. 209-212
- 34) *Дубина И.Н.* Теоретико-игровые модели и методы организации креативно-инновационной деятельности фирм. – Новосибирск, 2012., с. 301
- 35) *Залевская А.А.* Введение в психолингвистику. – М.: Российский Государственный Гуманитарный Университет, 2000., с.92
- 36) *Кипис М.* Тренинг креативности. – 2-е изд., стер. – М.: Ось-89, 2006. – 128 с.
- 37) *Кинус Ю.Г.* Джаз: истоки и развитие. – Ростов н/Д: Феникс, 2011. – 491, [1] с. + CD-диск. – (Музыкальная библиотека)
- 38) *Костровицкая В.С.* 100 уроков классического танца. – Л.: Искусство, 1981. – 263 с.
- 39) *Кропли А.Дж.* Распознавание творческого потенциала: оценка полезности тестов креативности // Психологическая диагностика. – 2004. – № 1. – С. 74-93.
- 40) *Линдсей Г.* Творческое и критическое мышление / г. Линдсей, к. С. Халл, р. Ф. Томпсон // Хрестоматия по общей психологии: психология мышления. – М., 1981. – с. 149-152.
- 41) *ЛИНИЯ.* Журнал «БАЛЕТ» в газетном формате. №6 /2005., с.196
- 42) *Лук А.Н.* Мышление и творчество. – М.: Издательство политической литературы, 1976. – 144 с.
- 43) *Лук А.Н.* Психология творчества. – М.: Наука, 1978., с. 139
- 44) *Любарт Т., Миширу К., Торжман С., Зенасни Ф.* Психология креативности / Пер. с фр. – М.: «Когито-Центр», 2009. – 215с.
- 45) *Маслоу А.* Мотивация и личность. – С-Пб: «Книга», 2012. – 352 с.
- 46) *Морозов А.А., Чернилевский Д.В.* Креативная педагогика и

психология. – М.: Академический проект, 2004. – с. 560

47) *Никитин В.Ю.* Модерн-джаз танец. Этапы развития. Метод. Техника. – М.: Один из лучших, 2004 г. – с. 414

48) *Никитин В.Ю.* Учебное пособие: Модерн-джаз танец. История. Методика. Практика. - М. : ГИТИС, 2000. - с.4 38

49) *Огрызков Н.В.* . Репортаж П. Ширококовой, А. Бодрикова. Телекомпания ОТВ для студии «Арбат».

50) *Оконь В.* Введение в общую дидактику. Пер. с польского. – М.: Высшая школа, 1990. – с.383

51) *Петров О.А.* Танец Тьерри Маландэна, или Может ли ожить старое дерево. – Екатеринбург: Изд-во «Автограф», 2010. – с. 224

52) *Перл Примус* Strange fruit // The american dance festival's. Dancing in the light, 1943, dvd.

53) *Петрушин в.и.* психологические аспекты деятельности учителя и классного руководителя. – М.: центр «педагогический поиск», 2001.

54) *Пономарев Я. А.* Психология творчества. – М. «Наука», 1976. – 326 с.

55) Приказ Минтруда России от 08.09.2015 №613н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых». Зарегистрировано в Минюсте России 24.09.2015. №38994, стр 1.

56) *Разумникова О.М.* Личностные и когнитивные свойства при экспериментальном определении уровня креативности // Вопросы психологии, 1999, № 5.

57) *Смирнова Е.О.* Дошкольник в современном мире: книга для родителей – М.: Дрофа, 2006., с. 159

58) Студопедия. Преобразование «сырых» показателей в Т-шкалу.

59) *Тагунова И.А.* Процессы развития образования в период перехода к информационному обществу // Вестник университета российской академии образования. – 2009. – № 3.

- 60) *Таха Э.* Азбука джазового танца. CD, 2006.
- 61) *Тихомирова Т.Н.* Интеллект и креативность в условиях социальной среды. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2010. -230с.
- 62) *Торшина В.А.* Современные исследования проблемы креативности в зарубежной психологии // Вопросы психологии, 1998, № 4.
- 63) *Хватова Е.Д.* «Танец в мюзикле (на примере хореографии Боба Фосси в фильме-мюзикле «Весь этот джаз»)» использовался для информации по одному из важнейших преобразований джаз танца – водевиль и мюзикл. Дипломная работа, Екатеринбург, 2015. – 89 с.
- 64) *Хрящева Н.Ю.* Психогимнастика в тренинге : каталог / под ред. Н.Ю. Хрящевой. – СПб.: «Речь», Институт тренинга, 2002. – 175 с.
- 65) *Цейтлин С.Н.* Язык и ребёнок. Лингвистика детской речи. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2000., с. 98
- 66) *Широкова Н.А.* Джаз в художественной культуре постмодерна: основные тенденции развития // Теория и история культуры. Автореферат диссертации на соискание ученой степени Кандидата культурологии. – Кафедра Теории и Истории Культуры ФГБОУ ВПО Санкт-Петербургский Государственный Университет Культуры и Искусств. – СПб, 2011., с. 76
- 67) *Шурухт С.М.* Подростковый возраст: развитие креативности, самосознания, эмоций, коммуникации и ответственности. – СПб.: Речь, 2006.
- 68) *Щукин А.Н.* Обучение иностранным языкам: теория и практика. Учебное пособие для преподавателей и студентов. – М.: ФИЛОМАТИС, 2004.
- 69) *Эльконин Д.Б.* Размышления о перестройке советской системы образования // Вопросы образования. - 2008. - № 2.
- 70) *Ярошевский М.Г.* Логика развития науки и деятельность ученого // Вопросы философии. – 1969. – № 3.
- 71) *Asselin C., Tha A.* La creativite ne s'invente pas, elle se manage!. - Paris, les edition demos, 2007, 182 p. Тест на самооценку креативности. Французский источник. – С.167-169.

72) *Averill J.R. & Thomas-Knowles C.* Emotional creativity. In K.T. Strongman (Ed.), *International review of studies on emotion* (Vol.1, p.p. 269-299). London: Wiley, 1991., с. 39

73) *Averill J.R.* Emotions as mediators and as products of creative activity. In J.Kaufman & J.Baer (Eds.). *Creativity across domains: Face of muse*. Mahwah, N.Y.: Erlbaum, 2005. P.p. 225-243.

74) *Averill J.R.* Individual differences in emotional creativity: structure and correlates // *Journal of Personality*. April, 1999. 67:2. P. 331-371.

75) *Guilford J.P.* Creativity // *American Psychologist*. - 1950. - № 5, p. 444 – 454.

76) Kelly Hanter, BBC Какова природа креативности. Документальный фильм

77) *Mackinnon D.W.* The nature and nurture of creative talent // *American psychologist*. 1962. № 17. P. 484-495.

78) *Morgan D.N.* Creativity today // *Journal of aesthetics*. 1953. № 12. P. 1-24.

79) *Revelations* // An evening with the alvin ailey american dance theatre. VHS.

80) *Sternberg R.J.* Implicit theories of intelligence, creativity and wisdom // *Journal of personality and social psychology*. 1985. № 49. P. 627.

81) *The Incredible Story of Tap-dancing*. Документальный фильм (Франция, 2007).

82) *The nature of human intelligence*, N. Y., 1967; в рус. пер. – Три стороны интеллекта // *Психология мышления*, пер. с нем. и англ., М., 1965.

83) *Welsh G.* Preliminary manual for the Welsh figure preference test. Palo Alto, Ca: Consulting Psychologists Press, 1959.

Учебно-методический комплекс по развитию креативности средствами джазового танца у будущих педагогов хореографов

СОДЕРЖАНИЕ УМК

Раздел 1: Классический джаз

Ход урока:

Разогрев / изоляция / упражнения для позвоночника / стрейтчинг / кросс / танцевальные комбинации

Изоляция и упражнения для позвоночника расписываю подробно но убираю в приложение. Кросс и танцевальные комбинации на видео в приложении.

Просмотр и анализ учебного видеоматериала по джазовому танцу с мастер-классов Евгения Шевцова и цикла авторских программ о современных хореографах Аллы Сигаловой «Глаза в глаза» о хореографии Мэта Мэттокса

Рекомендуемые источники для изучения

Трек-лист урока на диске

Раздел 2: Афро джаз

Ход урока:

Warm up / изоляция / упражнения для позвоночника / кросс / импровизация

Warm up и изоляцию расписываю подробно но убираю в приложение. Кросс и танцевальные комбинации на видео в приложении.

Просмотр и анализ учебного видеоматериала по джазовому танцу «Азбука джазового танца» от Эльвиры Тахи и цикла авторских программ о современных хореографах Аллы Сигаловой «Глаза в глаза» о Американском театре танца Алвина Эйли.

Рекомендуемые источники для изучения

Трек-лист урока на диске

Раздел 3: Lirical jazz

Ход урока:

Разогрев / упражнения для позвоночника / стрейтчинг / кросс / танцевальные комбинации и импровизация

Упражнения для позвоночника и стрейтчинг описываю подробно и в приложение. Все остальное на видео.

Просмотр и анализ видеоматериалов сценических выступлений эстрадного балета Экситон, образцового коллектива ЭССТА

Рекомендуемые источники для изучения

Трек-лист урока

Раздел 4: Broadway jazz

Ход урока:

Warm up / изоляция / кросс / танцевальные комбинации и импровизация

Упражнения warm up и изоляции описываю подробно и в приложение. Все остальное на видео на диске.

Просмотр и анализ видеоматериалов сценических выступлений Фреда Астера, Джина Келли, отрывки из мюзиклов Chicago, Mama Mia, The Pajama Game, Cats.

Рекомендуемые источники для изучения

Трек-лист урока

(диск с видео с практики + упражнения в бумажном варианте)

I. РАЗОГРЕВ

Задача этого урока - привести двигательный аппарат в рабочее состояние, разогреть все мышцы. В отличие от классического тренажа с определенной последовательностью упражнений, в модерн-джаз танце существуют различные способы разогрева: у станка, на середине и в партере. По функциональным задачам

можно выделить группы упражнений. Первая группа - это упражнения стрэтч-характера, т.е. растяжение, связанные со статическим напряжением

мышц различных частей тела. Вторая группа упражнений связана с наклонами и поворотами торса. Они помогают разогреть и привести в рабочее состояние позвоночник и его отделы (именно на позвоночник падает основная нагрузка в дальнейших частях урока). Эти упражнения эффективнее всего стоя или в партере. Третья группа упражнений связана с разогревом ног. Здесь много заимствований из классического экзерсиса: *plié*, *relevé*, *battement tendu*, *battement jeté* и т.д. Четвертая группа упражнений связана с расслаблением позвоночника и включает в себя упражнения свингового характера или падения (*drop*) торса в различных направлениях. При сочетании всех упражнений достигается необходимый разогрев различных групп мышц.

Возможна следующая система разогрева, которая, естественно, может варьироваться в зависимости от задач урока:

1. Упражнения у станка: перегибы и наклоны торса, растяжки, *demi-plié* и *grandplié* по параллельным и выворотным позициям, упражнения для разогрева стопы и голеностопа,

2. Разогрев на середине зала: спирали и изгибы торса, наклоны, упражнения на напряжение и расслабление, упражнения для разогрева позвоночника, упражнения, заимствованные из урока классического танца.

3. В партере: упражнения для позвоночника, упражнения стретч-характера, упражнения для разогрева стопы и голеностопа.

Педагог имеет возможность выбрать тот разогрев, который наиболее полно готовит тело исполнителя для дальнейших нагрузок, необходимых для выполнения задач урока. Темп разогрева также может быть различен: упражнения в медленном темпе, построенные на статическом напряжении, или упражнения, выполняемые в быстром темпе,

О длительности разогрева. Многие молодые педагоги стараются максимально насытить этот раздел урока, однако это не приводит к положительным результатам: учащиеся быстро устают и эффективность дальнейших упражнений снижается. Разогрев должен состоять из 5-10 упражнений на различные группы мышц. Возможно сочетание нескольких движений в единую комбинацию, которая обязательно исполняется с двух ног и во всех направлениях. Возможно также изменять расположение исполнителя, например, несколько упражнений у станка сочетать с упражнениями на середине или упражнения на середине выполнять с изменением уровней, т.е. несколько упражнений выполняются в положении "стоя", затем "сидя" и "лежа" или наоборот из положения "лежа" постепенно подняться в положение "стоя". Здесь нет четких правил и законов, все зависит от уровня подготовки группы (естественно, для слабо подготовленных учащихся требуется больше времени для разогрева).

Достаточно спорным является использование в разогреве прыжков. Многие педагоги придерживаются той точки зрения, что тело исполнителя еще не готово к таким нагрузкам. Однако автор этого пособия на практике убедился, что маленькие прыжки типа *pas sauté* и *emboîte* в конце

разогрева хорошо активизируют мышцы и являются своеобразной кульминацией перед следующим более спокойным разделом урока.

II. ИЗОЛЯЦИЯ

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.

Сначала педагогу необходимо добиться достаточной свободы позвоночника у учеников, т. е. научить держать положение коллапса. Для этого используется несколько упражнений на напряжение и расслабление с тем, чтобы учащиеся более свободно распределяли напряжение на позвоночник.

Изоляции, как правило, подвергаются все центры - от головы до ног. Однако возможны комбинации, когда последовательно выполняется одно движение головой, одно - плечами, одно - грудной клеткой, одно - руками, одно - тазом, одно - ногами. При выполнении подобных "цепочек" очень важно использовать принцип управления, т. е. из одного центра передавать импульс в другой.

Первоначально все движения изучаются в "чистом" виде, причем возможно исполнение двумя способами: медленное сжатие и расширение (например медленный наклон головы вперед и максимальный наклон головы назад) или резко достичь максимального положения. Но в том и другом случае центр, приведенный в движение, должен достигать своего крайне возможного положения. Второй этап обучения - соединение движений одного центра в простейшие комбинации: крест, квадрат, круг, полукруг. Следующий этап - соединение в более сложные геометрические комбинации, более сложные ритмические структуры. И, наконец, последний этап - соединение движений нескольких центров (об этом подробнее в разделе "Координация").

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.

Техника исполнения:

- при наклоне вперед подбородок касается груди, при наклоне назад затылок касается позвоночника;

- при наклоне в сторону голова строго горизонтальна, ухом необходимо стараться коснуться плеча; подбородок направлен точно вперед, не смещаясь вверх или вниз;

- при поворотах голова строго вертикальна, подбородок параллелен плечу; голова не должна запрокидываться, а поворачивается вокруг воображаемой вертикальной оси;

- 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.

На основании четырех основных движений можно составить большое количество комбинаций, которые могут выполняться с различными акцентами в тех или иных точках и в различных ритмических рисунках.

Наиболее распространенные комбинации:

Крест. Наклон вперед, в сторону (вправо или влево), назад в другую сторону, каждый раз возвращаясь в центр.

Квадрат. Те же направления: вперед-вправо-назад-влево, без возврата в центр,

Круг. Слитное соединение всех направлений.

Фиксированный полукруг. Поворот вправо, слитный перевод влево, касаясь подбородком груди.

Свинговый полукруг. Свободное раскачивание головы справа налево, шея максимально расслаблена.

Sundari - крест. Голова вперед-центр-смещение вправо-центр-смещение назад-центр-влево-центр.

Sundari - квадрат. Выполняется аналогично, но без возврата в центр.

Sundari - круг. Выполняется аналогично, но все точки соединяются в слитном движении.

Sundari может также выполняться по диагонали, а круги головой могут выполняться в очень быстром темпе в расслабленном положении торса и шеи. Это последнее упражнение носит название "Экстаз". Длительное исполнение подобного упражнения может привести в трансное состояние, поэтому нельзя задавать более восьми кругов в одну сторону и разрешать закрывать глаза во время исполнения. Очень часто упражнения для головы могут привести к некоторой потере ориентации в пространстве и к головокружению. В этом случае необходимо прекратить упражнение.

Усложненная комбинация движений головой:

1 - Наклон вперед.

2 - Наклон назад.

3 - Наклон вправо.

4 - Наклон влево.

5 - Поворот вправо.

6 - Поворот влево.

7 - *Sundari* вперед,

8 - Центр,

Еще один пример комбинации:

1-8 - Крест вперед-центр-вправо-центр-назад-центр-влево-центр.

1-8 - Так же повторить влево.

1-8 - Два раза исполнить квадрат вправо.

1-8 - Так же влево.

1-8 - Четыре круга вправо.

1-8 - Так же влево.

Пример комбинации с использованием усложненного ритмического рисунка: 1 и 2 - Наклон вперед-назад-центр. 3 и 4 - Наклон вправо-влево-вправо. 6 - Полукруг влево.

6 - Полукруг вправо.

7 - Круг влево.

8 - Центр,

То же повторить, начиная назад и влево.

Плечи

Виды движений:

- подъем одного или двух плеч вверх;

- движение плеч вперед-назад;

- twist плеч;

- шейк плеч.

Техника исполнения:

- при подъеме плеч лопатки поднимаются вверх, руки вытянуты в локтях (наиболее распространенной ошибкой является сгибание локтей при подъеме плеч вверх). Первоначально необходимо изучить следующее упражнение: плечи вверх-центр, плечи вниз-центр. Затем можно переходить к изучению перемещения плеч из крайней верхней в крайнюю нижнюю точку;

- при движении вперед и назад основное внимание необходимо уделить тому, как добиться движения именно плеч, без движения грудной клетки;

- при твисте (изгиб) происходит резкая смена направлений в движении плеч (например: одно плечо вперед, другое - назад, одно - вверх, другое - вниз);

- при шейке (трясти, встряхивать) исполняется 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.

Наиболее распространенные комбинации:

Крест, Вперед-центр-вверх-центр-назад-центр-вниз-центр. Крест может начинаться в любом направлении; возможны акценты в той или иной точке.

Квадрат, Исполняется аналогично кресту, но без возврата в центр. Все точки квадрата должны быть равноудалены от центра.

Полукруги, Могут исполняться одним и двумя плечами одновременно. Наиболее распространены полукруги спереди-назад и сзади-вперед через верхнюю точку, однако возможен переход и через крайнюю нижнюю точку.

Круж, Исполняется в двух направлениях - к себе и от себя; может исполняться двумя плечами одновременно и каждым отдельно.

"Восьмерка". Два круга, которые исполняются поочередно: начинает правое плечо, при достижении им крайней верхней точки приходит в движение левое плечо. Так же, как и круги, "восьмерки" могут исполняться к себе и от себя. Главное при исполнении "восьмерки" - удержать центральную ось, чтобы оба плеча были равноудалены от центра.

На продвинутой ступени обучения могут использоваться различные комбинации более сложного порядка, состоящие из нескольких разнообразных элементов, исполнение которых возможно в различном ритмическом рисунке.

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 таза.

Техника исполнения:

- при движении грудной клетки из стороны в сторону на первом этапе обучения необходимо прибегнуть к помощи рук, которые вытянуты в стороны на уровне плеч, локти вытянуты, а кисти сокращены. Вытягивая правую руку в сторону, необходимо добиться того, чтобы грудная клетка двигалась вправо за рукой. Аналогично влево. Затем руки переводятся в подготовительное положение или в пресс-позицию, и движение грудной клетки из стороны в сторону происходит изолированно;

- при первоначальном обучении движению вперед-назад также приходится прибегать к помощи рук. Руки во второй позиции. При резком сгибании локтей, направленных за поясницу, грудная клетка автоматически выводится вперед. Необходимо почувствовать это движение и постараться повторить его без помощи рук. Аналогично изучается движение грудной клетки назад, но руки предплечьями закрываются вперед, ладони "продавливают" грудную клетку назад;

- подъем грудной клетки первоначально осуществляется в ритме дыхания: при вдохе грудная клетка поднимается, при выдохе опускается. Затем это движение исполняется при помощи мышц.

Наиболее распространенные комбинации:

Крест. Исполняется как в горизонтальной, так и в вертикальной плоскости. Горизонтальный крест: вперед-центр-вправо-центр-назад-центр-влево-центр. Вертикальный крест: вверх-центр-вправо-центр-вниз-центр-

влево-центр. Так же, как в движениях других центров, крест можно начинать с любой точки и в любом направлении.

Квадрат, Исполняется по тем же направлениям, что и крест, но без возврата в центр. Может быть в горизонтальной и в вертикальной плоскости.

Полукруги, Исполняются справа налево и слева направо через крайнюю переднюю точку.

Круги, Исполняются в горизонтальной и вертикальной плоскости за счет слитного соединения всех направлений.

Изучение движений грудной клетки идет, как и в других случаях, от простого к сложному, но здесь этот принцип должен соблюдаться с особой тщательностью; подготовительные упражнения, движения в "чистом" виде, затем комбинации.

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

Пелвис (тазобедренная часть)

Движение пелвиса - наиболее эффективное, часто встречающееся в африканских и латиноамериканских танцах - дает большое количество разнообразных комбинаций. Иногда будет встречаться выражение "подъем бедра" (в этом случае речь идет о движениях лишь внешней передней стороны тазобедренного сустава, а не о части ноги от колена до паха).

Виды движений:

- движение вперед-назад;
- движение из стороны в сторону;
- hip lift - подъем бедра вверх;
- shimmi;
- jelly roll,

Техника исполнения движений:

- 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;

- при подъеме одного бедра вверх "рабочая" нога должна быть "без веса", стоять на полупальцах или быть немного оторванной от пола (нежелательно помогать подъему бедра сгибанием и разгибанием колена или подъемом и опусканием пятки). При подъеме одного бедра в подреберье на уровне диафрагмы возникает сжатие;

- движение shimmi было заимствовано из одноименного танца и заключается в спиральном закручивании пелвиса вправо или влево;

- jelly roll похож на шейк пелвиса: максимально расслабленные глубокие мышцы ягодиц сокращаются и расслабляются, что вызывает дрожание пелвиса.

Наиболее распространенные комбинации:

Крест. Вперед-центр-вправо-центр-назад-центр-влево-центр. Как и во всех остальных движениях изолированных центров, он может исполняться двумя способами: резкий, стаккатированный толчок - thrust и медленное сжатие. Крест может начинаться с любой точки; возможны акценты.

Квадрат, Исполняется по тем же направлениям, что и крест, но без возврата в центр. Основное внимание следует уделить неподвижности коленей и равно-удаленности всех точек от центра.

Полукруги, Исполняются слева направо и справа налево как через переднюю крайнюю точку, так и через заднюю крайнюю.

Возможно соединение полукругов в одной комбинации:

1-2 - Полукруг слева направо через переднюю точку.

3-4 - Так же справа налево.

5-6 - Полукруг слева направо через заднюю точку.

7-8 - Так же справа налево.

Круги, Исполняются вправо и влево. Основное внимание также уделяется неподвижности коленей.

Диагональный крест.

И - Поворот пелвиса спирально вправо.

1 - Thrust пелвисом вперед (спираль сохраняется).

2 - Thrust назад.

И - Спираль диагонально влево.

3 - Thrust вперед.

4 - Thrust назад.

"Восьмерка". Правое бедро выдвигается направо по диагонали, затем полукруг и возврат назад. При возврате правого бедра аналогично начинает двигаться левое. На начальной стадии обучения можно использовать трамплинное сгибание коленей, которое дает дополнительный толчок для движения бедер. В дальнейшем необходимо научиться исполнять "восьмерку" изолированно.

Полукруг одним бедром. В этом случае "рабочая" нога должна находиться "без веса". Полукруги одним бедром могут исполняться наружу и вовнутрь.

Руки

Руки имеют максимальную возможность движения, множество различных положений, описывать которые здесь нет возможности. Достаточно дать основу, принципы движения.

1. Руки могут двигаться вытянутые, без изгибов. Две руки могут исполнить множество сочетаний в различных плоскостях (вперед, вверх, сзади).

2. Каждая часть руки - кисть, предплечье, пальцы - может двигаться изолированно или в сочетании одна с другой.

3. Устоявшиеся положения рук, которые используются различными системами танца и считаются позициями, в модерн-джаз танце более свободны. Это связано прежде всего с разнообразным положением кисти, которая может быть вытянута, может быть сокращена (flex), может поворачиваться в любом направлении. Локоть также может быть и вытянут, и округлен. Таким образом, основные позиции могут иметь большое количество вариантов, связанных с положением кисти и локтя.

Позиции рук:

Нейтральное, или подготовительное положение, аналогичное подготовительному положению классического танца. Руки расположены вдоль торса, локти и кисти могут быть округлены или вытянуты.

Press-position, Локти согнуты, ладони впереди на косточках таза либо на диафрагме.

Первая позиция. Руки перед торсом на уровне "солнечного сплетения" (в округленном или вытянутом положении). Кисти могут быть направлены вниз, в сторону, друг к другу.

Вторая позиция. Позиция, аналогичная позиции классического танца (руки раскрыты в сторону на уровне плеча), положение локтя и кисти может варьироваться.

Третья позиция. Руки над головой. Они могут быть округлены и аналогичны III позиции классического балета, но могут быть вытянуты в локтях и напряжены.

Jerk position. Это специфическая позиция модерн-джаз танца. Руки согнуты в локтях, пальцы сжаты в кулак либо выпрямлены, предплечья параллельны полу и располагаются на уровне диафрагмы сбоку от торса.

Это основные позиции. Однако очень часто в практике встречаются положения, которые нельзя рассматривать как позиции, но их употребление придает большее разнообразие движениям рук во время урока.

Отметим положения:

V-положения. Это положения между основными позициями, кисть в положении jazz hand, т.е. пальцы напряжены и расставлены. V-положение может быть: а) внизу между подготовительной и второй позицией, б) впереди между первой и второй позициями, в) вверху между второй и третьей позициями.

А-В-В-положения. Эти положения часто используются в единой комбинации. А - локти наружу, ладони около груди (иногда это положение называют второй закрытой позицией), Б - локти опущены вниз, ладони около плеч. В - положение аналогично третьей позиции: локти вытянуты, затем руки раскрываются во вторую позицию. Это основная схема, которая имеет множество вариантов. Вот некоторые из них:

Пример 1.

1 - П.Р. положение А.

2 - Л.Р. положение А.

3 - П.Р. положение Б.

4 - Л.Р. положение Б.

5 - П.Р. положение В.

6 - П.Р. положение В,

7 -П.Р. 2 поз.

8 -Л.Р. 2 поз,

То же можно исполнить в обратном направлении, начиная с П.Р - положение В, затем положение Б , затем - А и 2 поз.

Пример 2,

1 - П.Р. положение А. Л.Р положение В.

2 - П.Р положение Б. Л.Р положение В.

3 - П.Р положение В. Л.Р положение А.

4 - обе руки во 2 поз.

Пример 3.

И.П., - II поз, рук.

1 - П.Р положение А.

Л.Р остается во 2 поа.

2 - П.Р положение Б. Л.Р положение А.

3 - П,Р положение В, Л.Р положение Б.

4 - П,Р2поз.

Л.Р положение В и все повторяется, начиная с П.Р.

Таких примеров можно составить большое количество, особенно они полезны для развития координации в сочетании с шагами и движениями других центров.

Ноги

Ноги выполняют двойную функцию: передвигают тело в пространстве и выполняют самостоятельные движения. Здесь рассмотрим движения ног без перемещения.

Позиции ног:

В настоящем пособии использованы позиции ног системы Джордано,

Первая позиция. Имеет три варианта: параллельное положение - стопы стоят параллельно друг другу; аут-позиция - аналогична первой позиции классического балета; ин-позиция - носки вовнутрь и соединены, пятки наружу.

Вторая позиция. Также имеет три положения: параллельное положение - стопы параллельны и между ними расстояние, равное одной стопе; аут-позиция аналогична второй позиции классического балета; ин-позиция - носки повернуты вовнутрь, но не соприкасаются, пятки наружу.

Третья позиция. Имеет только один вариант, который аналогичен классическому: стопы развернуты в выворотное положение, пятка впереди стоящей ноги находится в середине стопы сзади стоящей ноги.

Четвертая позиция имеет два варианта: аут-позиция - аналогична классическому балету; параллельное положение - стопы стоят на одной линии одна перед другой, расстояние между ними равно длине одной стопы.

Пятая позиция. Также имеет два варианта: аут-позиция - аналогична классическому балету; параллельное положение - стопы параллельны и находятся рядом, одна стопа чуть впереди другой (примерно на половину ступни).

Отдельные части ноги - стопа, голеностоп - могут двигаться изолированно. Стопа может натягиваться (положениерош?) и сокращаться (положение flex). Кроме того, стопа может делать ограниченные движения из стороны в сторону, а также вращаться. Естественно, все эти движения могут исполняться только свободной ногой, т. е. стопа должна быть оторвана от пола. Голеностоп, так же, как стопа, может совершать движения из стороны в сторону и вперед-назад, кроме того, возможны круговые движения голеностопом, напоминающие *rond de jambe en l'air* классического танца. При всех этих движениях основное внимание уделяется неподвижности бедра.

Движения стопы могут исполняться только в свободном состоянии, однако перемещения стопы вовнутрь и наружу связаны с движениями "нагруженных" стоп. Обычно они применяются при переходе из одной позиции в другую. Примером такого рода движений может служить русская "гармошка". Возможны любые способы такого типа движений: две стопы могут передвигаться по очереди и одновременно, возможно движение одной стопы вовнутрь, а другой - наружу и т. д.

Еще несколько движений, которые используются во время урока:

Prance, Это движение служит для развития подвижности стопы и состоит из быстрой смены следующих положений:

И. П.- 1 аут-поз.

- Поднять вверх пятку правой ноги, на полупальцы, колено согнуто.

- Оторвать стопу от пола на высоту 10-15°, натянув стопу (*point*).

- Вернуть стопу в предыдущее положение, И. П. Так же повторяется с левой ноги,

Kick (пинок). Движение, напоминающее *grand battement developpe* классического танца. Обычно исполняется по четвертой параллельной позиции: "рабочая" нога отводится назад на полупальцы, оба колена сгибаются; резко выпрямляя опорное колено через параллельное *passe*, делается резкий бросок вперед "рабочей" ногой. Так же исполняется *kick* в сторону. "Рабочая" нога также находится сзади на полупальцах, оба колена согнуты. Выпрямляя опорную ногу, исполняется резкий бросок "рабочей" ногой в сторону через положение выворотного *passe*. Возврат в исходное положение происходит также через *passe*.

Для разогрева тазобедренного сустава очень часто используется свинговое раскачивание ногой, согнутой в положении *attitude* вперед-назад или же в сторону. В модерн-джаз танце термин *attitude* относится к положению согнутой в колене под тупым углом ногой, а не к позе *attitude effacee* или *croisee*, как это существует в терминологии классического танца.

Все вышеописанные движения ног созданы в процессе эволюции модерн-джаз танца, однако многие движения именно для тренировки ног были заимствованы из классического экзерсиса. Эти движения могут несколько видоизменяться по ритму, по акцентировке, но по своей функциональной нагрузке выполняют ту же задачу, что и в уроке классического танца.

Demi-grandplie. Исполняются по всем параллельным и выворотным позициям. Возможно изменение динамики исполнения (например, медленное сгибание и быстрое вытягивание коленей), а также сочетания с движениями торса (спирали, твисты, наклоны) и координация с движениями изолированных центров. Зачастую изменяются позиции рук.

Несколько примеров:

Пример 1.

1-4 - Покачивание головой на 1/8 из стороны в сторону и одновременно *grand pile*

по 1 аут-поз. 5-8 - Вытянуть колени, продолжая покачивание головой.

Пример 2.

1-4 - Подъем и опускание плеч вверх-вниз на 1/8 и одновременно *grand pile* по 2

парал. поз. 5-8 - Вытянуть колени, продолжая движения плеч.

Пример 3.

1-4 - Свинговое раскачивание пелвисом вперед-назад, одновременно *grand pile* по

2 парал. поа, (пятки отрываются от пола) 5-8 - Вытянуть колени, продолжая движения пелвиса.

Приведенные примеры позволяют воспитать распределение напряжения, когда один центр свободен и находится в свинговом раскачивании, другой же (в данном примере - ноги) напряжен.

Пример координации на основе *pile*. И.П. - 2 аут-поз, ног, руки во II поз.

1 - *Demi-plie*, руки в положении А,

2 - Не вытягивая колени - *releve* (положение *plie-releve*), руки в положении Б.

3 - Вытянуть колени, оставаясь на полупальцах, руки в положении В.

4 - Опустить на всю стопу, руки во II поз.

Очень часто *demi-* и *grand plie* используются в сочетании с наклонами торса, спиралями, *contraction* и *release*.

Пример 1,

И.П. - 2 парал.поз. ног, руки в III поз. 1-2 - Flat back вперед. 3-4 - *Demi-plie*.

5 - Drop торса вперед.

6 - Вытянуть колени. 7-8 - Roll up.

Пример 2.

И.П. - 2 аут-поз, ног, руки в III поз. 1-2 - Flat back вперед. 3-4 - Demi-plie.

- 5 - Вытянуть колени,
- 6 - Перевести flat back диагонально вперед-вправо.
- 7 - Перевести flat back вперед.
- 8 - Grand plie, одновременно торс и руки в И.П.
- 1 - Plie-releve.
- 2 - Поворот коленей и торса в т. 3 (ноги в 4 парал. поз.),
- 3 - Поставить стопы, вытянуть колени, одновременно flat back вперед в т. 3.
- 4 - Зафиксировать положение,
- 5 - Поворот стоп и торса en face (ноги во 2 парал. поз., торс в положении flat back, руки в III поз.)
- 6 - Demi-plie.
- 1 - Вытянуть колени.
- 8 - И.П,

Demi- и grand plie исполняются по всем параллельным и выворотным позициям; позиции во время упражнения могут меняться из выворотных в параллельные и обратно.

Пример.

И.П. - 1 аут-поз, ног, руки во II поз. 1-2 - Grand plid, руки в положении А.

- 3 - Повернуть стопы и колени во 2 парал. поз., руки в положении Б.
- 4 - Вытянуть колени, одновременно flat back вперед, руки в III поз.
- 5 - Поднять торс в нейтральное положение.
- 6 - Demi-plie с поворотом стоп во 2 аут-поз., руки во II поз.
- 7 - Вытянуть колени.
- 8 - Через battement tendu закрыть П.Н. в И.П.

Demi- и grand pile координируются и сочетаются:

- а) с движениями изолированных центров (головы, плеч, грудной клетки, пелвиса и рук);
- б) с наклонами, спиралями и "волнами" торса;
- с) с другими движениями ног (battement tendu, battement developpe, grand battement и др.).

Battement tendu и battement tendu jete. Исполняются не только по выворотным, но и по параллельным позициям. Также может изменяться динамика исполнения. Возможно исполнение этих движений в сочетании с сокращенной стопой. Возможна координация с движениями других изолированных центров. Особенно эффектна координация с руками.

Несколько примеров:

Пример 1,

И.П., - 1 парал. поз. ног, руки свободны.

- 1 - Battement tendu вперед.
- 2 - Flex стопы П.Н., одновременно demi-plie на Л.Н.
- 3 - Вытянуть Л.П., поднять П.Н. на 45" вперед.

- 4 - Вытянуть стопу П.Н.
- 5 - Параллельное passe.
- 6 - Открыть П. бедро в сторону.
- 7 - Положение 5.
- 8 - Опустить П.Н. в И.П.

Пример 2,

И.П. - 1 аут-поз, ног, руки во II поз.

- 1 - Battement tendu вперед.
- 2 - Demi-pi^e* на обеих ногах, одновременно закрыть стопу П.Н. в ин-пол.

- 3 - Вернуться в положение 1.
- 4 - Battement tendu jete на 45° вперед, б - Demi rand в сторону.
- 6 - Опустить П.Н. на пятку (стопа flex),
- 7 - Перевести стопу П.Н. в положение point,
- 8 - Закрыть в И.П.

То же исполнить, начиная назад с П.Н.

Пример 3. Координация с движением головы.

1-4 - Battement tendu "крестом" начиная из 1 парал. или 1 аут-поз.

В параллель "крест" головой (вперед-центр-вправо-центр-назад-центр).

Пример 4. Координация с движением рук.

И,П. - 1 аут-поз, ног, руки во II поз.

- И 1 - Battement tendu вперед, руки в положение А.
- И 2 - Повторить batement tendu, руки в положении Б.
- И 3 - Battement tendu jete на 45°, руки в положении В.
- И 4 - Flex стопы, руки во II поз.
- И - Point.
- И - И.П.,

Повторить "крестом".

Все эти изменения в исполнении классических движений относятся и к другим движениям классического экзерсиса: rond de jambe par terre, battement frappe, battement fondu, rond de jambe en l'air, grand battement. Практически не используются движения, развивающие "мелкую технику": petit battement, battu, ballote и т. д.

Особое внимание необходимо обратить на passe. В современном танце это движение используется не только как проходящее при battement developpe или при переводе ноги из открытого положения вперед в другое направление, но и как положение пальцев "рабочей" ноги у колена опорной. И поскольку все позиции имеют два положения - выворотное и параллельное, то и passe также может быть выворотным, и тогда пальцы "рабочей" ноги касаются опорного колена вперед (как в классическом танце), и параллельным, и тогда пальцы "рабочей" ноги прикладываются сбоку от колена опорной. В дальнейшем этот термин будет употребляться двояко - как зафиксированное положение и как проходящее связующее движение. В зависимости от контекста.

Adagio, В различных школах по-разному относятся к подъемам ноги на 90° и позам. Подъемы ног, типа *battement releve lent*, *battement developpe*, положение *a la seconde* достаточно часто используются в уроках модерн-джаз танца.

Однако часто эти движения видоизменяются, например исполняются в невыворотном положении, с сокращенной стопой и т. д.

Использование *adagio* в уроке зависит прежде всего от базовой подготовки исполнителей, от их физических возможностей и от задач обучения. В основном подъем ног на 90° используется в III разделе урока "Работа с позвоночником" в сочетании с наклонами, спиралями и твистами торса. При этом, поскольку зачастую исчезает вертикальная ось держания корпуса, возникают определенные трудности в нахождении устойчивости. Это дополнительный тренинг и воспитание апломба у студентов. В этом случае педагогу необходимо объяснить студентам, что устойчивость достигается за счет расположения центра тела над опорной ногой.

При составлении *adagio* педагог может использовать вращение, падения и смену уровней.

Пример,

И,П, - 1 аут-поз, ног, руки скрещены перед грудью.

1-2 - *Battement releve lent* вперед на 90°, руки раскрываются во II поз.

3-4 - *Demi-plie* на Л.Н., одновременно *flex* колена и стопы П.Н., руки также сгибаются в локтях (рис, 3.22).

5-6 - Вытянуть ноги, руки во II поз.

7-8 - *Pass4* (выворотное) П.Н., руки в III поз.

1-2 - *Flat back* вперед, руки раскрываются во II поз., одновременно *battement developpe* в сторону.

3-4 - *DemirondTl.li.* назад, сохраняя *flat back*, одновременно перевести руки в III поз.

5-6 - Повернуть торс и ногу в т. 3 (*lateral*).

1 - Тотре на П.Н., сохраняя направление в т. 3. П.Н. на *demi-plie*, Л.Н. вытянута, П.Р. в подготовительном положении, Л.Р. в III поз.

И - Поворот на опорной П.Н. в т.5, Л.Н. сзади *point*, руки во II поз.

8 - И,П, лицом в т. 5. Все начать с Л.Н. вперед с поворотом в *lateral* в т. 7 и вернуться *en face*.

Координация

Координация присутствует во всех разделах урока, везде, где необходимо соединить движения двух или более центров в одной комбинации.

Первый этап обучения - координация изолированных центров. Координируются два, три, четыре центра в одновременном параллельном движении. Затем эта координация усложняется движением в оппозицию, введением сложных ритмических рисунков. И, наконец, последний этап - координация нескольких центров во время передвижения.

Несколько примеров:

1. Свинговое раскачивание головой и пелвисом вперед-назад.
2. То же оппозиционно: голова начинает движение назад, пелвис вперед.
3. Параллельное движение головы и пелвиса из стороны в сторону.
4. То же оппозиционно.
5. Полукруги пелвисом и головой справа налево и слева направо.
6. То же оппозиционно.
7. Голова двигается вперед-назад, плечи исполняют полукруг спереди назад и сзади вперед.
8. То же оппозиционно.
9. Голова исполняет наклон вправо, одновременно подъем вверх левого плеча, то же в другую сторону.
10. Голова исполняет *sundari* вперед-назад, плечи двигаются вверх-вниз.
11. Голова исполняет крест, в параллель движение пелвиса.
12. Аналогично исполнить квадрат.
13. Аналогично - круг.
14. Оппозиционный крест: голова - вперед, пелвис - назад, оба центра - в нейтральное положение, голова - вправо, пелвис - влево, нейтральное положение, голова - назад, пелвис - вперед, нейтральное положение, голова - влево, пел-вис - вправо, нейтральное положение.
16. Аналогично - оппозиционный квадрат.
16. Голова исполняет повороты вправо, влево, одновременно движение грудной клетки вперед-назад.
17. Голова исполняет круг, одновременно круг кистями, руки во второй позиции.
18. Круг головой и круг предплечьями.
19. Наклоны головы вперед-назад, одновременно *battement tendu* правой ногой.
20. Крест головой с одновременным трамплинным сгибанием и выпрямлением коленей.

Это примеры координации двух центров. Умышленно взяты движения головой в сочетании с другими центрами. И это далеко не полный перечень возможных движений. Если взять сочетания других центров и добавить разнообразные ритмические рисунки, то арсенал движений окажется воистину безграничным,

Второй этап обучения - координация трех центров.

Например:

1. Голова исполняет наклоны вперед-назад, одновременно плечи двигаются вверх-вниз, а пелвис - вправо-влево.
- 2- Грудная клетка двигается вперед-назад, руки в *jerk-position* в оппозицию назад-вперед и одновременно *battement tendu* правой ногой в сторону.

3. Руки во второй позиции, кисти двигаются вверх-вниз, пелвис - вперед-назад, голова - наклоны вправо-влево.

4. Приставные шаги - по четыре вправо и влево, руки двигаются по схеме: А-Б-В-П позиция одновременно, на каждый счет наклоны головы вперед и назад.

5. Thrust пелвиса вправо-влево, руки во второй позиции и правым предплечьем на каждый счет круг к себе, одновременно левая рука движется по схеме А-Б-В-П позиция.

6. Шаги по схеме: два приставных шага вправо, два влево, два вперед, два назад. Одновременно thrust пелвиса вправо-влево. Одновременно руки исполняют основную схему в обратном порядке: В-Б-А-П позиция.

На завершающем этапе обучения возможна координация четырех и более центров, т.е. одновременное движение всех центров тела.

Во всех вышеуказанных примерах координация осуществлялась одномоментным импульсом, приводящим в движение несколько центров одновременно.

Второй способ координации - управление, когда один центр через импульс приводит в движение другой центр.

Пример.

1. Круг головой вправо.
2. Голова активизирует плечи, которые исполняют круг от себя.
3. Плечи активизируют правую руку, которая исполняет круг от себя в вертикальной плоскости.

4. Рука активизирует грудную клетку, которая исполняет круг вправо.
5. Грудная клетка активизирует пелвис, который исполняет круг вправо.

6. Пелвис активизирует правую ногу, которая исполняет мах по дуге справа налево.

Процесс изучения координации строится от простого к сложному. Первоначально педагог объясняет учащимся, как распределить внимание между движением двух центров. Возможно, один из центров находится в свинговом качании, тогда он не требует внимания, а все внимание уделяется движению другого центра.

На первом этапе желательно использовать в музыкальном сопровождении четные ритмы: 2/4, 4/4, 6/8 и т. д. Затем можно переходить к полиритмии более сложного уровня - нечетные ритмы: 5/4, 7/8, 9/8. Упражнения на полиритмию тесно связаны с координацией, но задача усложняется, поскольку необходимо сочетать не только движения двух и более центров, но и различные ритмические рисунки и размеры.

Примеры полиритмического движения.

Пример 1.

И.П. - 2 парал. поз. ног, руки свободны.

1 - Трамплинное сгибание коленей.

2 - Вытягивание коленей ("пружинка").

Продолжить на каждую четверть. Одновременно на 2/4 П.Р. поднимается вверх и на 2/4 опускается вниз.

Одновременно Л.Р, поднимается согнутым локтем в сторону и на каждую 1/8 - потряхивание левой кисти (шейк),

Пример 2,

И.П. - 1 парал. поз, ног, П.Н. немного согнута в колене и на полупальцах. Руки во II поз. Одновременно: П.бедро на каждую 1/8 hip lift (подъем П. бедра вверх), на 2/4 круг П. предплечьем к себе, на 1/4 Л.Р. двигается по схеме А-Б-В - II позиция.

В связи с этим предлагается наиболее функциональный путь изучения координации исходя из опыта практической работы:

- объяснить принципы координации и изучить на примерах;
- изучить координацию рук при переводе из позиции в позицию, использовать схему А - Б - В - II позиция в прямом и обратном направлениях, исполняя движения вместе и поочередно каждой рукой (см. раздел "Руки"). Одновременно с движением рук возможно свинговое качание пелвиса вперед-назад или из стороны в сторону или движение приставными шагами;
- изучить координацию двух центров;
- изучить сочетание шагов с координацией одного центра, начав с рук;
- изучить оппозиционные движения двух центров;
- изучить разноритмическую координацию двух центров;
- изучить координацию трех и более центров;
- координация трех и более центров во время передвижения;
- полицентрия и полиритмия во время передвижения.

Возможно, предложенный путь изучения координации поможет в короткое время обучить необходимым навыкам.

III. УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ПОЗВОНОЧНИКА

Если техника изоляции заимствована из джазового танца, то движение тела целиком, без изоляции отдельных центров - своеобразие танца-модерн. Основой этой техники служит прежде всего позвоночник, поэтому главная задача педагога - развить у учащихся подвижность во всех его отделах.

Виды движений:

наклоны торса;

изгибы торса;

спирали;

body roll ("волна");

contraction, release, high release;

tilt, lay out,

Наклоны торса

Техника исполнения:

1. (плоская спина), или table top (поверхность стола). Речь идет о наклонах, в которых спина, голова и руки составляют одну прямую линию. При наклонах в сторону очень важно наклонять торс без изгиба в грудной клетке. При наклоне назад невозможно достичь угла наклона 90° (как это происходит при наклоне вперед и в сторону), но необходимо стремиться

наклониться как можно ниже, сохраняя прямое положение спины. При сгибании коленей и максимальном наклоне торса назад возможно, что плечи исполнителя практически касаются пола. Но даже при этом наклоне нельзя прогибаться.

Основная ошибка при исполнении - это запрокидывание головы, поэтому педагогу необходимо следить, чтобы голова находилась на одной линии с позвоночником. Другая распространенная ошибка - произвольное округление спины, что особенно заметно у начинающих исполнителей. Поэтому при наклоне вперед необходимо сначала немного выдвинуть грудь вперед и лишь затем наклониться вниз. При наклоне в сторону не должно быть изгиба в грудной клетке, линия наклона на уровне талии.

Наиболее рационально изучать flat back в сторону по 2 аут-позиции ног, при этом перед началом наклона нужно вывести противоположное бедро в сторону.

При всех наклонах ноги являются опорой, а угол между торсом и ногами составляет 90° .

Наиболее распространенной ошибкой является отведение бедер в противоположную от наклона сторону. Бедра должны быть расположены точно над стопами.

2. - глубокий наклон вперед, ниже, чем на 90° . При этом наклоне спина, голова и руки находятся также на одной прямой линии, но торс наклоняется как можно ниже, и если выполнять этот наклон по второй параллельной позиции ног, то голова и плечи исполнителя должны находиться практически между коленей. Основными ошибками считаются расслабление или округление позвоночника.

3. . Наклон в сторону, при котором грудная клетка изгибается. Руки могут находиться в третьей позиции или же при наклоне вправо правая рука - в подготовительном положении, левая рука - в третьей позиции.

Наиболее целесообразно изучать эти наклоны, держась за станок одной или двумя руками, в положении "лицом к станку" или "боком к станку".

Эта группа наклонов может усложняться demi- и grandplie, подъемом на полупальцы, одновременным подъемом ноги на 45° или 90° . Однако в любой комбинации основные правила остаются неизменными.

Комбинации,

Flat back может выполняться крестом, квадратом, flat back в сторону может быть переведен без изменения высоты во flat back по диагонали. В сочетании с demi-plie, relev4 и другими движениями ног можно составить большое количество комбинаций, которые могут быть использованы и в разделе "Разогрев", и в разделе "Упражнения для позвоночника".

Пример комбинации.

И.П. - 2 парад, поз. ног, руки в III поз.

1-4 - Flat back вперед.

5-8 - Demi-plie, торс сохраняет положение.

1-4 - Вытянуть колени,

5-8 -И.П.

- 1-4 - Flat back вправо, руки в III поз.
- 5-6 - Перевести в положение flat back диагонально вправо.
- 7-8 - Перевести в положение flat back вперед.
- 1-4 - Deep body bend, руки касаются пола.
- 5-6 - Расслабить позвоночник.
- 7-8 - КоНириИ.П,

Изгибы торса

Twist или изгиб позвоночника. К этой группе движений относятся наклоны с изменением направления движения. Твист - это движение, т.е. изгиб или загиб, который начинается от головы,

Техника исполнения:

1. Curve (керф). Загиб верхней части позвоночника вперед или в сторону. Начинается от головы и выполняется до точки, расположенной в "солнечном сплетении". Поясница в этом движении участия не принимает. Основное требование - исполнение "через верх", т.е. первоначально вытянуть позвоночник вверх, а затем исполнить изгиб вперед или в сторону.

2. Arch - арка. Во время этого движения происходит прогиб позвоночника в пояснице, при этом голова запрокидывается назад. Примером арки может служить "мост", исполненный на полу.

3. Twist торса. Движение, начинающееся с закручивания плеч, за которыми поворачивается торс, изменяя плоскость своего расположения.

4. Roll down и roll up. Roll down представляет собой постепенное, начиная от головы, закручивание торса вниз, причем все позвонки, один за другим, должны быть включены в это движение. Roll up - обратное движение, подъем и раскручивание позвоночника в исходное положение.

Основное внимание при исполнении этих движений обратить на последовательное распространение напряжения от головы вниз по всем позвонкам, одновременно наклоняя торс вниз.

При изучении этих движений рекомендуется следующее подготовительное упражнение.

И.П. - 2 парал. поз. ног, руки свободно опущены вдоль торса.

1-4 - Загиб головы и плеч вперед-вниз до уровня 7-8 позвонка.

5-8 - Несколько пульсирующих покачиваний на этой точке (bounce).

1-4 - Продолжить наклон вниз до уровня 15-16 позвонка, т.е. включить в движение грудные позвонки.

5-8 - Повторить bounce,

1-4 - Продолжить наклон, включив в движение поясницу,

5-8 - Повторить bounce.

1~16 - Медленное, начиная от пояснично-крестцового отдела, раскручивание позвоночника в И.П., последней выпрямляется голова.

При всех твистовых изгибах педагогу следует внимательно следить за положением головы, поскольку голова никогда не должна двигаться изолированно и выходить из плоскости позвоночника, голова - последний позвонок, начинающий или завершающий движение.

Комбинации.

Твистовые изгибы могут комбинироваться с движениями ног: *demi-* и *grand pile, releue, battement tendu, rond de jambe par terre*. Особенно сложными для исполнения являются твистовые изгибы с подъемом ноги на 90°. Положение ноги (прямая, согнутая), а также прием, которым она поднимается (*develope, releve lent, grand battement*), могут быть различными (вперед, назад, в сторону), направление изгиба также зависит от комбинации, но основная сложность заключается в сохранении устойчивости, поэтому особое внимание необходимо уделить точному расположению центра тяжести над опорной ногой.

Спирали

К этой группе относятся движения, развивающие подвижность позвоночника в тазобедренном суставе. Спирали - это внутреннее движение, оно начинается в тазобедренном суставе, и косточки бедер поворачиваются, приводя в движение позвоночник. Чаще эти движения исполняются в положении "сидя". Положение ног при этом может быть различным. (Подробнее в разделе "Уровни"). Основное внимание педагогу необходимо уделить тому, чтобы движение начиналось именно со смещения тазобедренного сустава и постепенно захватывало весь позвоночник; последним в движение приходит плечевой пояс.

Body roll ("вол на")

Если несколько центров последовательно включить в движение по принципу управления, один за другим, то получается как бы волна всего тела. Например: надо представить, что перед исполнителем на расстоянии 10-15 см находится стена, которой он касается поочередно коленями, пелвисом, грудью, плечами и в заключение - головой. Движение начинается из положения *grandplie* по второй параллельной позиции ног. Это фронтальная волна. Аналогично можно исполнить волну назад и в боковой плоскости. Возможно исполнить волну, перенося вес тела с одной ноги на другую по второй параллельной позиции. При такой волне через воображаемую вертикальную ось перемещается сначала колено, затем пелвис, грудная клетка, плечи, голова.

Contraction, release, high release

Эти основные положения используются во многих техниках современного танца. Прежде всего, необходимо объяснить учащимся, что это не динамические движения. *Contraction* - это сжатие всех мышц и относительное уменьшение объема тела, которое как бы аккумулирует энергию для дальнейшего движения, которое выполняется одновременно с *release*.

1. Первоначальное упражнение:

И, П, - Лежать на спине, колени согнуты, стопы на полу, руки вдоль корпуса.

1-4 - Поднять вверх пелвис, не поднимая поясницу.

6-8 - Поднять вверх плеча и голову как можно выше. Точкой опоры служит только поясничный позвонок. Исполнить движения на выдохе,

Аналогично повторить упражнение, поднимая пелвис и торс одновременно.

2. Следующий этап изучения - в положении "сидя". Наиболее часто для этого используется frog-position.

Сначала в этом положении исполнить упражнение на дыхание. Во время вдоха спина вытягивается и напрягается, во время выдоха - округляется и расслабляется. Учащиеся должны запомнить это естественное округление спины и затем повторить его, только с помощью мышечного усилия. Contraction, как уже указывалось, начинается в середине таза и постепенно, позвонок за позвонком, распространяется вверх. Последней в движение приходит голова.

Положение головы зависит от типа contraction. При deep contraction голова запрокидывается назад, но без напряжения в мышцах. Возможен следующий прием для изучения: исполняя deep contraction, ученики делают выдох через рот, направляя струю воздуха в потолок и произнося гласную "а". При излишнем напряжении шеи звук невозможен.

При исполнении deep contraction в движение приходят ноги и руки. Сокращение ноги приводит стопу в положение flex, колено также сокращается, немного отрываясь от пола, пятка при этом движении с места не сдвигается.

При исполнении contraction в центр тела голова может продолжить округление позвоночника и последней наклонится вперед, завершая дугу.

Тестом проверки правильности исполнения deep contraction служит следующий прием: учащиеся работают в парах. Один исполняет deep contraction, сидя по второй позиции (ноги разведены в стороны как можно шире), руки во второй позиции. Во время упражнения стопы приходят в положение flex, спина округляется, голова запрокидывается назад. В это время второй партнер подходит сзади и, взяв исполнителя под мышки, немного приподнимает от пола вверх. Если deep contraction исполнено правильно, ноги отрываются от пола вместе с торсом. В случае неправильного исполнения ноги остаются на полу.

Contraction - это силовое движение, напоминающее усилие, которое мы затрачиваем при подъеме тяжестей. Особое внимание необходимо уделить положению бедер во время исполнения contraction. Сидеть необходимо точно на косточках бедер, недопустим откат на копчик.

Спина должна первоначально округляться именно в пояснично-крестцовом, а не в грудном отделе. Возможна такая аналогия: позвоночник - это гибкая металлическая линейка, концы которой, голова и таз, остаются неподвижными, а середина оттягивается назад.

3. Затем contraction изучается в положении "стоя на коленях". Первоначальное упражнение: стоя на коленях, опустить пелвис на пятки. Во время выдоха исполнить contraction пелвиса и поднять его немного вверх, не меняя уровень расположения тела, то есть не поднимаясь вверх. Двигается только пелвис. Затем поднять торс вверх, принять вертикальное положение и исполнить contraction, начиная движение именно с пелвиса. От пелвиса

сжатие и округление распространяется на весь позвоночник, и завершает его голова.

Так же снизу вверх распространяется и release, то есть расширение тела. Это движение может усложняться движениями других центров, движениями рук и ног.

4. Наконец, последний этап - изучение contraction в положении "стоя". Сначала упражнения на дыхание, чтобы почувствовать естественное округление позвоночника во время выдоха. Приняв положение demi-plie, начать исполнение contraction опять-таки от движения пелвиса вперед, затем распространить округление и сжатие на весь торс.

В положении "стоя" в движение включаются руки, которые начинают двигаться вперед в тот момент, когда contraction доходит до грудной клетки. Это помогает дольше удержать положение contraction: руки служат как бы противовесом к поступательному движению всего тела назад.

Упражнение можно выполнять в парах. Один ученик выполняет contraction, а другой в это время, взявшись рукой за пояс партнера, тянет его назад. Release выполняется в тот момент, когда тело исполнителя начинает падать назад. В самый последний момент перед падением назад делается вдох, и тело возвращается в вертикальное положение, немного расширяясь. Руки в этот момент обычно поднимаются в третью позицию.

Положение головы.

При исполнении contraction в положении "стоя" голова может повторять движение, аналогичное движению в положении "сидя", запрокидываться назад. А может и продолжать линию округления спины и опускаться на грудь. Но в том и другом случае это движение должно быть завершающим. Contraction не

нужно путать с положением low back, когда спина также округляется, но без напряжения на выдохе. Положение low back - разновидность арки позвоночного столба, который может прогибаться назад и вперед. В отличие от curve округление происходит в пояснице.

Release - понятие, противоположное положению contraction. Тело освобождается и немного расширяется в пространстве. Release выполняется на вдохе.

Положение high release - высокое расширение, т.е. положение вдоха гиперболизируется, торс приподнимается и немного прогибается назад, но голова не запрокидывается и перегиб проходит через 7-й позвонок, грудная клетка приподнимается, руки в V-положении вверху.

Описание движений, подобных contraction и release, достаточно сложно, поэтому в практической работе лучше исходить из естественности, непринужденности движения. Техника Грэхем, из которой пришли эти понятия, опирается прежде всего на это.

Если ученики чувствуют себя комфортно, не испытывают неудобств в этих положениях, значит, они исполнены правильно, А эта правильность в результате приводит к естественности исполнителя в танце.

Tilt

Во всех вышеописанных движениях позвоночник изгибался в различных направлениях и в различной динамике. Во время исполнения tilt (угол) позвоночник является центральной осью тела, но эта ось несколько смещается от строго вертикального положения. То есть корпус, сохраняя прямую линию, отклоняется вправо, влево или вперед.

Обычно tilt выполняется следующим образом:

И, П. - 1 аут-позиция ног, руки свободно опущены вдоль корпуса.

1-2 - Корпус, без изгиба, отклоняется вправо.

3-4 - Послать бедро еще дальше вправо, не изменяя положения ног, торс наклоняется влево. В левом боку сжатие удерживает тело в стабильном положении. Руки поднимаются в III позицию и вместе с торсом наклоняются влево.

Tilt может выполняться и на одной ноге. Другая нога в этот момент может быть в положении "у колена" или быть открытой в любом из направлений.

При открытии ноги в сторону между торсом и ногой образуется тупой угол. При открытии ноги назад торс наклоняется вперед насколько возможно, сохраняя связь с ногой, т.е. чем выше поднимается нога, тем ниже опускается торс. В законченной форме возможно повышение ноги на 180° , торс опускается вниз до предела, спина сохраняет прямое положение.

В технике Л. Хортона очень часто употребляется термин "Т-позиция". В других техниках это движение иногда называют "lay out". Суть его состоит в одновременном подъеме ноги приемом *developpe* или *releve lent* на 90° и одновременном наклоне торса в противоположном направлении. При этом торс, голова и "рабочая" нога составляют одну прямую линию. Первоначально "Т-позиция" изучается с отведением ноги назад как самый простой вариант. Затем - с открытием ноги в сторону. Последней изучается форма с открытием ноги вперед и отклонением торса назад. Положения tilt и lay out могут соответствовать позам

классического балета. Они используются в основном в *adagio*, выполняются в медленном темпе и позволяют воспитать такие качества? как выворотность и шаг, устойчивость и точность позировки.

Пример. *Adagio* с использованием tilt и lay out. И.П. - I аут-поз, ног, руки свободны.

1 - *Battement tendu* П.Н. вперед.

2 - *Ddgage1* и переход в 4 аут-поз, на *demi-plie*. 3-4 - *Passe1parter* Л.Н. вперед, Л.Н. поднимается в положение *attitude* на 45° , одновременно *contraction*, руки в I пониженной поз.

5 - *Relis*, вытянуть колено П.Н., одновременно *demi rond*. Л.Н, в сторону, положение *attitude* сохраняется, руки раскрываются во II поз.

6-7- Вытянуть Л.Н., одновременно отклонить торс вправо, руки диагонально, Л.Р. V-пол. вверху, П.Р. V-пол. внизу, голова на П.Р. (tilt).

8 - Поворот в т. 3, торс продолжает наклон на 90° , Л.Н. приемом *fouette* поворачивается в параллельное положение, руки в III поз. (lay out назад). 1-2 - *Demi-plie* па П.Н., сохраняя положение 8. 3-4 - Вытянуть

колени П.Н., одновременно (параллельно) passe Л.Н. и developpe вперед на 90°, руки опускаются через II поз. вниз.

5-6 - Passe parter Л.Н, назад с одновременным падением торса вперед, руки делают мах назад по кругу и приходят в опору на пол, нога поднимается выше 90°, спина прямая (tilt назад) (рис. I). 7-8 - Flex ч point стопы Л.Н.

1-2 - Перейтив "Т-позицию" en face, Л.Н. на 90° в сторону, торс на одной линии с ногой, руки в III поз. (торс и голова повернуты в т. 1).

3 - Поднять торс в нейтральное положение, Л.Н. passe (выворотню), руки во II поз,

4 - Developpe вперед Л.Н., одновременно demi-plie на П.Н., руки во II поз.

5-6-7- Grand rond en l'air an dehors на 90°

8 - И.П. закрыть Л.Н. через battement tendu в I поз.

Комбинацию повторить с Л.Н.

IV. УРОВНИ

Модерн-джаз танец достаточно широко использует движения исполнителя на полу (в партере). Основные уровни: стоя, сидя на корточках, стоя на коленях, сидя и лежа. Задачи уровней во время урока многообразны. Во-первых, в различных уровнях исполняются упражнения на изоляцию (особенно это эффективно в нижних уровнях, так как нет необходимости держать вес тела, и все центры двигаются более свободно). Во-вторых, в партере очень полезно выполнять упражнения стрэтч-характера, т. е. растяжки. В уровнях "сидя" и "лежа" достаточно много упражнений на contraction и release, спирали и твисты торса. И, наконец, сама смена уровней, быстрый переход из одного уровня в другой - дополнительный тренаж на координацию.

Наиболее распространенные варианты уровней. Стоя:

а) верхний уровень (на полупальцах);

б) средний уровень (на всей стопе);

в) нижний уровень (колени согнуты).

"На четвереньках":

в.) опора на руках и коленях;

б) одна или две ноги вытянуты назад при опоре на руки;

в) одна нога открыта в сторону или назад при опоре на руках и колене.

На коленях:

а) стоя на двух коленях;

б) стоя на одном колене, другая нога открыта в любом из направлений.

Сидя:

а) frog-position (колени согнуты, стопы вместе);

б) первая позиция (ноги вместе, вытянуты вперед);

в) вторая позиция (ноги разведены в стороны);

г) четвертая позиция или "swastic";

д) пятая позиция (ноги согнуты в коленях, одна стопа перед другой).

Пятая позиция ног в положении "сидя" имеет два варианта. Первый, когда колени согнуты, раскрыты в сторону и одна стопа стоит перед другой

стопой в положении point (то есть с вытянутыми пальцами). Другой вариант, т.н. pinch - позиция, когда одна нога находится перед другой, но голень, т.е. пальцы правой ноги около колена левой ноги, бедра плотно примыкают к полу;

е) колени согнуты и соединены (стопы стоят на полу параллельно);

ж) джазовый шпагат (нога впереди вытянута, а сзади согнута);

з) сидя на одном бедре (колени опорной ноги согнуто, тяжесть корпуса переносится с ягодиц на бедро, свободная нога открыта назад или в сторону и оторвана от пола).

Лежа:

а) на спине;

б) на животе;

в) на боку.

Рассмотрим виды упражнений, которые могут выполняться в различных уровнях.

Изоляция.

1. Изоляция головы может выполняться во всех уровнях, в том числе лежа на спине и на животе. Упражнения аналогичны упражнениям в положении "стоя".

2. Изоляция плеч выполняется во всех позициях "сидя". Не может выполняться в нижних уровнях и в положении "стоя на четвереньках".

Изоляция грудной клетки может выполняться в положении "стоя на четвереньках" (движение вверх и вниз). Небольшое смещение из стороны в сторону выполняется во второй позиции. Движение грудной клетки вперед-назад может быть во всех позициях "сидя". Подъем грудной клетки может выполняться в положении "лежа на спине".

4. Изоляция талии может выполняться только в положении "стоя на четвереньках" и в положении "стоя на коленях".

5. Изоляция рук может выполняться во всех уровнях, за исключением положения "стоя на четвереньках".

6. Изоляция арок ног выполняется в первой и второй позициях, а также в положении "лежа". Эти упражнения заключаются в сокращении и натяжении стопы (положения flex к point), круговых движениях стоп и голеностопа, а также подъемах ног типа grand battement. Упражнения стретч-характера ("растяжки").

Эти упражнения позволяют выработать выворотность, шаг и силу мышц. Выполняются они несколькими способами:

1. Фиксированные наклоны торса к ногам в течение некоторого времени.

2. Пульсирующие наклоны торса (bounce).

3. Открытие ноги с помощью руки или обеих рук. Эти упражнения могут выполняться во всех позициях "сидя" и в положении "лежа на спине", когда с помощью руки "рабочую" ногу можно открыть вперед или в сторону. Эти же "растяжки" можно выполнять в положении "лежа на боку". В

большинстве случаев рука держит "рабочую" ногу за пятку или за щиколотку.

Пример, Комбинации "растяжек" с помощью руки.

И.П, - Frog-position: П.Р. взять пятку П.Н. с внутренней стороны и открыть П.Н. в сторону (рис. II). Стопа flex.

1-4 - Twist торса, перевести П.Н. диагонально вперед (в направлении т. 8). 5-8 - Вернуть в И.П. 1-2 - Перехватить П.Н. Л. рукой сверху за пальцы и раскрыть

в направлении т. 8. 3-6 - Пульсирующие подъемы П.Н. вверх.

7 - Вернуть П.Н. в И.П.

8 - Перенести тяжесть корпуса на колено Л.Н., оторвать П. ~" бедро от пола. П.Н., плечи и Л.Р. на одной линии.

1-2 - Сохраняя flat back, наклон вперед. 3-4 - Подъем в положение 8. 5-8 - Повторить. 1-2 - Вытянуть Л.Р., скользнув ей по полу, и перейти в положение "лежа" на Л.

боку, голова лежит на П.Р., держать П.Н. за пятку. 3-8 - Bounce П.Н.

1-2 - Перекатиться на спину, руками взять пальцы П.Н. 3-8 - Bounce, притягивая ногу к голове,

1-2 - Согнуть колено П.Н. и взять руки в "замок" под коленом ("замок" - держась за локти), колено касается груди. 3-4 - Вытянуть П.Н., удерживая колено около груди.

5 - Flex стопы П.Н.

6 - Point.

7 - Согнуть колено, 8 - пауза.

1-8 - Повторить 2 раза вытягивание колена.

1^2 - Взять пятку П.Н. П.Р. с внутренней стороны и открыть П.Н. в сторону, Л.Р.

положить на Л. бедро, не давая ему возможности подниматься вверх. 3-8 - Bounce П.Р., толкая П.Н. вниз к полу. 1-2 - Перекат через Л. бок на живот, П.Н, остается открытой, П.Р. держится за пятку с внешней стороны.

6-8 - Bounce П.Р., подтягивая П.Н. к голове. 1-8 - Перейти в полный шпагат на П.Н.

Упражнения для позвоночника.

В партере позвоночник более подвижен, поскольку нет необходимости держать вес тела. Contraction и release, спирали и твисты торса в основном исполняются именно в партере.

Автор предлагает следующую последовательность изучения этих упражнений.

Первоначально во frog-position, как самой легкой, затем в первой позиции, в положении "лежа на спине" или "лежа на животе", а затем в порядке возрастания сложности позиции - во второй, четвертой, пятой позиции и, наконец, "стоя на коленях". Сложность каждой позиции зависит от трудности удержания вертикального или нейтрального положения позвоночника, когда спина строго перпендикулярна полу, голова продолжает

линию позвоночника, тазобедренный сустав подтянут и от макушки до копчика сохраняется прямая линия без изгибов. Каждая комбинация может состоять из нескольких движений различного характера.

Пример,

И. П.- Frog-position, локти лежат на коленях, руки вытянуты.

1-2 - Contraction в центр тела.

3-4 - Release, руки в III поз.

5-6 - Положение high release, руки в V-положении вверху,

7-8 - Округлить спину, руками взяться за щиколотки, голова около

стоп.

1-2 - Flat bach диагонально вперед.

3-4 - Поднять торс в нейтральное положение (И.П.).

6-6 - Спираль вправо, П.Р. в III поз. (П. плечо вперед и Л. плечо назад).

7-8 - Открыть в сторону П. Н.

1-2 - Наклон торса боком к П.Н, (П.Р. накрест перед торсом, Л.Р. в III поз.).

3-4 - Вернуться в нейтральное положение (И.П.).

5-6 - Developpe вперед П.Н., руки в III поз.

7-8 - И.П.

1-24 - Повторить комбинацию, исполняя спираль влево и открывая Л.Н.

Во всех упражнениях для развития подвижности позвоночника основное внимание педагог должен уделить положению спины. Учащиеся должны четко осознавать положение, когда позвоночник вытянут вверх и спина вертикальна, и положение, когда позвоночник округляется или изгибается в каком-либо направлении. Большое значение в этих упражнениях, как и в упражнениях стрэтч-характера, имеет дыхание. Все движения должны выполняться в ритме глубокого и ровного дыхания. Вдох через нос, выдох через рот. Дыхание должно проникать как можно глубже. Короткое грудное дыхание не годится. Упражнения на смену уровней.

Эти упражнения состоят из последовательного перемещения исполнителя из уровня в уровень. Подобные "цепочки" могут выполняться с опусканием из положения "стоя" до положения "лежа" или, наоборот, с подъемом вверх. Первоначально каждое положение должно выполняться на 4 счета, затем скорость

увеличивается, каждое движение выполняется на 2 счета, затем на один. В этой же "цепочке" могут использоваться резкие смены уровней, т. е. падения.

Примеры.

1 - Положение "стоя".

2 - Присесть на корточки.

3 - Опираясь на руки, махом обе ноги назад, опора на руки.

4 - Поднять правую ногу вверх.

5 - Лечь на живот.

6 - Перевернуться на спину.

- 7 - Сгруппироваться сидя (ноги сгибаются в коленях и поднимаются вверх, торс поднимается вверх).
- 8 - Опустить колени справа от торса.
- 1 - Перейти в положение "стоя на коленях".
- 2 - Поставить П.Н. вперед.
- 3 - Подняться вверх.
- 4 - Положение "стоя".

Таких "цепочек* можно сочинить очень много, однако необходимо помнить, что подобные упражнения требуют большой затраты сил, и нет необходимости давать более двух, трех упражнений в одном уроке.

V. КРОСС.

ПЕРЕДВИЖЕНИЕ В ПРОСТРАНСТВЕ

Этот раздел урока развивает танцевальность и позволяет приобрести манеру и стиль модерн-джаз танца. Традиционных, зафиксированных шагов, прыжков и вращений немного. Каждый из педагогов волен импровизировать и варьировать, как подсказывает ему педагогическое чутье.

Виды движений:

- шаги;
- прыжки;
- вращения.

Шаги

Шаги разделяются на четыре основные группы: I. Шаги примитива. II. Шаги в модерн-джаз манере. III. Шаги в рок-манере. IV. Шаги в мюзикл-комеди-джаз манере, т.е. раннего джаза. Существуют еще и связующие шаги.

I. Шаги примитива были заимствованы из афро-танца, а также популярных бытовых танцев, о которых упоминалось выше. Все шаги этой группы исполняются в позе коллапса, колени согнуты, стопы исключительно в параллельном положении. Обычно шаги исполняются с легким трамплинным покачиванием, однако уровень расположения тела должен оставаться неизменным.

Наиболее распространенные виды шагов:

Flat step,

И.П., - Ноги во 2 парал. поз., колени немного согнуты и направлены вперед. Торс немного наклонен вперед. Вся стопа во время шага полностью плоско касается пола.

Camel walk ("верблюжья ходьба"),

При этом шаге колено "рабочей" ноги поднимается вверх, одновременно опорная нога сгибается. Акцент направлен вниз.

Шаг из танца "Ча-ча-ча",

Состоит из четырех движений:

И. П.- 1 парал, поз. ног, колени согнуты.

- 1 - Шаг П.Н. в сторону. И - Приставить Л.Н.
- 2 - Повторить П.Н. шаг в сторону.
- 3 - Л.Н. поставить на полупальцы сзади П.Н.

И - Перенести тяжесть корпуса на Л.Н. (колени согнуто) и приподнять вверх П.Н.

4 - Шаг на месте П.Н.

5-8 - Аналогично исполнить влево с Л.Н.,

Latin walk. Шаг, при котором тяжесть корпуса на одной ноге, другая нога свободна. Она подталкивает опорную ногу вперед или в сторону, на короткое время принимая тяжесть корпуса. При этом бедро поднимается вверх.

Все шаги примитива исполняются с координацией с изолированными центрами. Первоначально изучается шаг в "чистом" виде, затем добавляется один центр, два центра и так далее.

Несколько примеров на основе flat step: шаги исполняются по диагонали класса или по кругу.

1. С движением таза вперед-назад при каждом шаге.
2. То же с движением таза из стороны в сторону.
3. С полукругами тазом слева направо при первом шаге и справа налево при втором шаге.
4. С "восьмеркой" тазом, которая исполняется на два шага.
5. С подъемом бедра вверх на каждый шаг.
6. Координация в различных ритмических рисунках: шаги исполняются на каждый счет, таз двигается вперед-назад в два раза быстрее.
7. С движением грудной клетки вперед-назад,
8. Аналогично движение грудной клетки из стороны в сторону.
9. Координация с движением рук: flex и вытягивание кисти на каждые два шага, круги кистями, круги предплечьями, переводы рук из позиции в позицию.
10. Руки двигаются вдоль тела в положении "locomotor".
11. С поворотами головы вправо-влево.
12. С наклонами головы вперед-назад.
13. С sundari, исполняемым вперед-назад.
14. С полукругами головой свингового характера справа налево и слева направо.
15. С движением плеч вверх-вниз.
16. С твистом плеч.
17. С кругами плечами.
18. С шейком плеч.
19. Исполнение jelly roll во время шага.
20. С кругом тазом, исполняемым на два шага.

Несколько примеров координации трех центров на основе flat step:

1. Таз из стороны в сторону, голова вперед-назад, плечи вверх-вниз.
2. Таз из стороны в сторону, руки locomotor, повороты головы вправо-влево.
3. Таз из стороны в сторону, плечи - twist, одно - вверх, другое - вниз, повороты головы вправо-влево.

4. Пелвинс вперед-назад, грудная клетка в оппозицию назад-вперед, руки согнуты в локтях, предплечья закрываются и открываются.

Кроме того, шаги всех видов могут мультиплицироваться. (Вопрос мультипликации был подробно рассмотрен ранее.) Несколько примеров на основе flat step:

1. Удар подушечкой правой стопы перед Л.Н. и шаг с правой ноги вперед.
2. Аналогично удар пяткой и шаг с этой же ноги.
3. Мазок всей стопой по полу перед шагом и шаг вперед.
4. Два удара: носок, пятка и шаг вперед с этой же ноги.
5. Полукруг сзади вперед и шаг вперед с этой же ноги.

При исполнении мультиплицированных движений необходимо помнить, что все дополнительные акценты не должны занимать основные доли такта. Так, во всех вышеприведенных примерах дополнительное движение выполняется на "и", а шаг выполняется на "раз",

II. Шаги в модерн-джаз манере. Эти шаги выполняются с акцентом на "раз". При координации с руками используется оппозиция, т. е. в движение приходят правая нога и левая рука. Темп движения этих шагов резко поступательный. Это значит, что ученики должны очень энергично продвигаться вперед, как бы стремясь достичь какой-то цели. Поскольку все эти шаги были заимствованы в основном из танца-модерн, они максимально естественны, не требуют выворотных положений ноги и специального "выстраивания" позы или положения. Первоначально ученики должны освоить простой поступательный шаг с носка.

Первоначальное упражнение:

И.П. - 1 парал. поз. ног.

И - П.Н., вывести вперед на носок.

1 - Как бы проскальзывая вперед П.Н., перенести на нее тяжесть корпуса; Л.Н.

остается сзади вытянутой. И - Через параллельное *pas de terre* вывести Л.Н. вперед на носок.

2 - Все повторить с Л.Н.

Затем это движение выполняется с оппозиционным свинговым раскачиванием рук. И вот здесь возникают затруднения: учащиеся пытаются шагнуть и послать вперед одноименную руку и ногу, т.е. нарушается принцип оппозиции. Также оппозиция должна сохраняться при шагах назад, при шаге с правой ноги назад правая рука посылается вперед. Этот момент требует особого внимания педагога и соответствующей корректировки.

Дальше возможно изучение различных видов простых шагов: на полупальцах, в *demi-plié*, со сменой направления движения, с поворотами, но при исполнении всех шагов педагогу необходимо строго контролировать энергичный, поступательный характер движения. Для того чтобы ученики лучше его усвоили,

в технике Грэхем есть упражнение, которое называется "Бег против ветра", т. е. бег с сопротивлением: грудная клетка выдвигается вперед,

корпус прогибается назад, и ученики исполняют бег с ускорением по диагонали класса. Это поможет почувствовать энергию движения.

Шаги в модерн-джаз манере тоже могут мультиплицироваться. Наиболее распространенным примером такой мультипликации служит триплет - комбинация трех шагов на два счета. Самый яркий пример триплета - два шага на полупальцах с вытянутыми коленями, правой, левой и один шаг *tombe* с правой ноги. По счету это выглядит следующим образом:

- 1 - Шаг П. Н, на полупальцах вперед, И - Аналогично Л. Н.
- 2 - Шаг *iambi* вперед П. Н.
- 3 и 4 - Все повторить с Л, Н,

Триплет может исполняться из стороны в сторону. Очень часто педагоги используют термин "*step ball change*",

И.П. - 1 парад, поз. ног, руки свободно опущены вдоль торса.

1 - Шаг *tombe* П.Н. вправо, Л.Н. остается вытянутой носком в пол.
И - Поднимаясь на полупальцы П.Н., подставить вытянутую Л.Н. сзади, перенести на нее тяжесть корпуса.

2 - Оставаясь на полупальцах, сделать небольшой шаг П.Н. вправо во 2 парал. поз.

3 и 4 - Повторить 1 с Л.Н,

Более сложен квадроуплет, при котором на счет "и-два" делается три шага на полупальцах - таким образом шаг *tombe* исполняется все время с одной ноги. Триплет и квадроуплеты могут быть с продвижением вперед, назад, по кругу и из стороны в сторону. Особую сложность вызывает координация движения ног и рук. При триплете и квадроуплете руки всегда двигаются оппозиционно, т.е. правая нога, левая рука. Это же правило сохраняется и при передвижении назад: шаг назад правой ногой, правая рука вперед. Триплеты часто усложняются твистами и спиралями торса, а также соединением с *contraction* и *release*.

III. Шаги в рок-манере. Эти шаги исполняются на счет "и-раз". Таким образом, сильное акцентированное движение, связанное с переносом веса тела, идет на слабую музыкальную долю, из-за такта; так, например, в триплете шаг *tombe* будет исполняться на "и", а на "раз" - первый шаг на полупальцах. В рок-манере возможна координация рук и ног в параллельном движении.

IV. Шаги в мюзикл-комеди-джаз манере. Эти шаги родились и рождаются до сих пор в театральном танце, танце варьете и эстрады. В основном к этой группе относятся все канканирующие шаги, т.е. шаги с одновременным броском ноги вперед или в сторону. Правил исполнения подобных шагов не существует, их изучение зависит от фантазии и хореографического мастерства педагога. В эту же группу могут быть отнесены шаги, заимствованные из модных стилей бытовой хореографии, таких как "брейк", "вог", "диско", "рэп" и т.д.

При переходе из одного положения или позы в другое используются связующие шаги. Это могут быть *chasse*, *pas de bourree*, *glissade*, *coupe*, *degage*. Техника их исполнения не изменяется, но возможно изменение

направлений, например, *chasse* выполняется боком и, естественно, изменяется координация, т.е. поло-

жения рук и головы. Шаги могут объединяться в комбинации, координироваться с другими центрами. Это наиболее импровизированная часть урока. Основная задача - усвоить манеру, стиль движения. Поэтому педагогу желательно использовать единую технику в одном уроке, например, предложить для изучения комбинацию, используя шаги в рок-манере.

Прыжки

Прыжки в уроке модерн-джаз танца используются в сочетании с шагами и вращениями.

Прыжки условно можно разделить на 4 группы:

- с двух ног на две (*jump*);
- с одной ноги на другую с продвижением (*leap*);
- с одной ноги на ту же ногу (*hop*);
- с двух ног на одну.

Характерной особенностью является исполнение прыжка как с акцентом вверх, так и с акцентом вниз. Так же, как шаги, прыжки могут координироваться с другими центрами, торс может быть не вытянут вверх, как это требует классический танец, а быть наклонен или изогнут. Наиболее оптимальным для педагога может быть путь трансформации какого-либо прыжка, заимствованного из арсенала классического танца за счет иной координации или изменения направления. Вот, например, как можно трансформировать прыжок *temps saute*:

1. Исполнить по параллельным позициям.
2. Начать из выворотной позиции, а во время приземления перевести стопы в параллельную позицию.
3. Во время прыжка согнуть колени, голень завести назад и пятками коснуться ягодиц.
4. Согнуть одну ногу во время прыжка в положение "у колена".
6. Исполнить *contraction* в центр торса во время прыжка.
6. При взлете исполнить *arch* торса.
7. Согнуть оба колена и соединить стопы (*лягушка*).
8. Раавести прямые ноги в стороны ("разножка").
9. Согнуть колени и прижать их к груди.

Как и в классическом танце, прыжки могут исполняться на месте и с передвижением в пространстве. Возможно сочетание различных по характеру прыжков в единую комбинацию: в модерн-джаз танце нет деления на большие, средние и малые прыжки.

Вращения

Вращения, как и прыжки, могут исполняться на месте и с передвижением в пространстве.

Основные виды поворотов:

- на двух ногах;
- на одной ноге;
- повороты по кругу вокруг воображаемой оси;

- повороты на различных уровнях;
- лабильные вращения.

Повороты на двух ногах. Этот тип поворотов и вращений, как самый легкий, изучается первым. Начинается изучение с так называемого "трехшагового поворота", который исполняется следующим образом:

И.П., - 1 парал, поз. ног.

1 - Шаг П.Н. вправо.

2 - Шаг Л.Н. в том же направлении, одновременно полуповорот на 180°.

3 - Шаг П.Н. в том же направлении, завершая полный поворот.

4 - Приставить Л.Н. к П.Н.

Так же исполнить с продвижением влево с Л.Н.

Corkscrew повороты - повороты, аналогичные *soutenu en tournant*. "Рабочая" нога скрещивается впереди или сзади опорной ноги, и поворот осуществляется в направлении *en dehors* или *en dedans*. Зачастую при таком повороте происходит изменение уровня исполнителя, т.е. поворот начинается из *demi-plie* и заканчивается на полупальцах.

Tour chains исполняется так же, как в классическом танце, однако может измениться уровень вращения (на полупальцах, на полной стопе, на *demi-plie*).

Повороты на одной ноге. Техника исполнения аналогична технике исполнения пируэтов и партерных туров классического танца. Возможно изменение положения "рабочей" ноги. Она может быть в положении *cou-de-pied*, "у колена", открыта в любом из направлений или находиться в положении *attitude*. Также возможны различные варианты положения опорной ноги: на полупальцах, на всей стопе, на *demi-plie*. Однако в любом варианте спина служит осью вращения, руками берется форс, а голова "держит точку". Как в классическом танце, действуют понятия *en dehors* и *en dedans*.

Повороты по кругу вокруг воображаемой оси. Исполняются на одной или двух ногах вокруг воображаемой оси. Техника исполнения аналогична технике исполнения в классическом танце.

Повороты на различных уровнях. В модерн-джаз танце широко используются повороты, когда танцор меняет уровень расположения тела во время вращения. Эта смена может осуществляться и при вращении на месте, когда исполнитель, постепенно сгибая колени, опускается вниз или, наоборот, поднимается вверх ("штопорные повороты"), и при передвижении в пространстве, когда исполнитель меняет уровень постепенно. Например, исполнить *tour chaines* по диагонали Класса: четыре раза на полупальцах, четыре на полной стопе, четыре на *demi-plie* и закончить поворотом на коленях. Повороты на коленях и ягодицах, а также различные виды перекатов в партере очень распространены в различных техниках современного танца.

Лабильные вращения. Во всех вышеописанных поворотах осью вращения служил позвоночник и центр тяжести располагался над опорной

ногой. Однако в модерн-джаз танце существует группа поворотов, когда позвоночник наклонен в каком-либо направлении или расслаблен. Эти неустойчивые повороты заканчиваются либо падением, либо переходом в стабильное вращение (т.е. с опорой), либо исполнитель делает несколько шагов, чтобы обрести равновесие.

Обычно исполняется не более одного лабильного поворота, и в основном эти повороты исполняются за счет сильного форса, который берут руки. Положение рук во время вращения может быть различным: в любой из позиций или положений, описанных выше, - скрещенными на груди, заведенными за поясницу и т.д. Но эти положения рук фиксируются уже во время самого вращения, перед ним руки должны взять форс и дать энергию для вращения.

Кроссовые комбинации. Обычно в уроке используются сочетания из нескольких шагов, прыжки и вращения, которые исполняются по диагонали класса с активным продвижением вперед.

Пример,

Комбинация начинается из т. 4 с П.Н. с продвижением в т.8

1 и 2 - Triplet с П.Н. вправо.

8 и 4 - Triplet с Л.Н. влево.

5 и 6 - Triplet en tournant с П.Н.

7 - Kick Л.Н. вперед на 90°

8 - Тотре на Л.П., опускаясь на колено П.Н. на пол.

1 и 2 - Перекат через спину вправо, прийти в положение 8, опора на колено Л.Н., колено П.Н. впереди, Л.Р. в I поз., П.Р. во II поз.

3 - Пируэт en dehors на Л.Н, поднимаясь с колена, П.Н. passe (параллельно).

4 и - Шаг на П.Н. и подскок (hop), Л.Н. passe (параллельно).

5 и - Шаг на Л.Н. и hop.

6 - UIsLT-tompe на П.Н.

7 - Grand rand de jambe jete П.Н. en dehors.

8 - Coutenu en tournant en dehors, П.Н. сзади.

VI, Комбинация или импровизация

Последним, завершающим разделом урока модерн-джаз танца является комбинация. Здесь все зависит от фантазии педагога и его балетмейстерских способностей. Нет никаких рецептов построения комбинации: они могут быть на различные виды шагов, движения изолированных центров, вращений. Могут быть комбинации в партере, связанные с положениями contraction и release, спиралями и твистами торса, а также с нетрадиционными передвижениями на полу типа перекатов, кувыркков и т.п. Комбинации могут быть на основе движений, заимствованных из модных стилей бытовой хореографии.

Однако главное требование комбинации - ее танцевальность, использование определенного рисунка движения, различных направлений и ракурсов, чередование сильных и слабых движений, т.е. использование всех средств танцевальной выразительности, раскрывающих индивидуальность

исполнителя. Обычно комбинация изучается на протяжении 3-4 уроков, шлифуется и отрабатывается. Возможен путь, когда несколько комбинаций соединяются в единый, хореографически выстроенный номер. Естественно, на первом этапе обучения комбинации должны быть достаточно просты для усвоения, их длительность не должна превышать 32 или 64 такта, затем, совершенствуя и усложняя, педагог должен создавать развернутые комбинации, близкие к законченным, возможно, сюжетным хореографическим номерам. В них должен быть использован весь арсенал выразительных средств современного танца. Возможно, хотя

это и занимает много времени, создание полифонических хореографических произведений, где каждая группа учащихся имеет свой хореографический текст.

В разделе "Упражнения для позвоночника" должны быть усвоены следующие положения:

1. Flat back вперед, назад, в сторону, полукруги и круги торсом. Deep body bend. Twist и спираль.

2. Contraction, release, high release. Положение arch, low back, curve и body

roll ("волна" - передняя, задняя, боковая). В разделе "Координация" изучаются:

1. Свинговое раскачивание двух центров.

2. Параллель и оппозиция в движении двух центров.

3. Принцип управления, "импульсные цепочки".

4. Координация движений рук и ног, без передвижения. В разделе

"Уровни" изучаются:

1. Основные уровни: "стоя", "сидя", "лежа".

2. Упражнения стрэтч-характера в различных положениях.

3. Переходы из уровня в уровень, смена положения на 8, 4, 2 счета.

4. Упражнения на contraction и release в положении "сидя".

б. Твист и спирали торса в положении "сидя".

6. Движения изолированных центров.

В разделе "Кросс. Перемещение в пространстве*" изучаются:

1. Шаги с трамплинным сгибанием коленей при передвижении из стороны в сторону и вперед-назад.

2. Шаги по квадрату.
3. Шаги с мультипликацией.
4. Основные шаги афро-танца.
5. Трехшаговые повороты и полуповороты на двух ногах.
6. Триплеты с продвижением вперед, назад и по кругу.
7. Прыжки: hop, jump, leap.

В разделе "Комбинация или импровизация" изучаются: Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней и т. д.

На базовом уровне обучения вводятся новые технические понятия:

1. Разогрев с использованием уровней.
2. Комплексы изоляций.
3. Сочетания различных ритмов во время движения.
4. Комбинации, состоящие из спиралей, твистов и contraction в положении "стоя" и "сидя".
5. Упражнения стрэтч-характера во всех положениях: "сидя", "лежа", "стоя у станка".
6. Комбинации шагов в различных направлениях, координация шага и движений изолированных центров.
7. Вращения на двух ногах и повороты на одной ноге на 360°.
8. Танцевальные этюды, возможно, сюжетного характера. В разделе "Разогрев*" могут использоваться:

1. Смена нескольких положений исполнителя во время разогрева (у станка, на середине, в партере.)
2. Разогрев в положении "сидя" и "лежа", используя упражнения стрэтч-характера, наклоны и твисты торса.
3. Соединение разогрева в единую комбинацию из нескольких движений.

Новые понятия в разделе, "Изоляция":

1. Комплексы изоляций.

2. Голова: комбинации из движений и геометрических фигур, изученных ранее, sundari-КВ&РраТ и sundari-круг. Соединение движений головы с движениями других центров.

3. Плечи: комбинации из движений, изученных ранее, разноритмические комбинации, соединение с движениями других центров.

4. Грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскости, соединение в комбинации движений, изученных ранее, разноритмические комбинации.

5. Пелвис: соединение в комбинации изученных движений, hip lift, полукруги и круги одним бедром.

6. Руки: комбинации из движений, изученных ранее, соединение с движениями остальных центров, соединение с шагами.

7. Ноги: соединение в комбинации движений, изученных ранее, соединение движений ног с движениями рук, с движениями других изолированных центров, с движениями торса (спираль, твист, contraction и release).

В разделе "Координация*" изучаются:

1. Бицентриа: движения двух центров в параллель и оппозицию.

2. Перемещение в пространстве шагами с координацией рук и изолированных центров. 8. Трицентриа в параллельном направлении.

4. Соединение движений нескольких центров в различных ритмических рисунках,

5. Использование различных ритмов в исполнении движений, например один центр исполняет движение медленно и плавно, другой - акцентирование и резко.

В разделе "Упражнения для позвоночника" изучаются:

1. Соединение в комбинации движений, изученных ранее.

2. Использование падений и подъемов во время комбинаций.

3. Соединение contraction и release с одновременным подъемом одной ноги

в воздух и перемещение в пространстве. В разделе "Уровни" изучаются:

1. Комбинации с использованием contraction, release, спирали и твисты торса.
2. Перемещение из одного уровня в другой.
3. Упражнения стрэтч-характера в соединении с твистами и спиралями

торса. В разделе "Кросс. Передвижение в пространстве*" изучаются:

1. Комбинации шагов, соединенные с вращениями и стабильными позами (вращение на двух ногах и на одной ноге).
2. Использование contraction и release, во время передвижения.
3. Вращение как способ передвижения в пространстве.
4. Комбинации прыжков, исполняемых по диагонали.
5. Соединение шагов с изолированными движениями двух центров.

В разделе * Комбинация или импровизация" изучаются:

Развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращения и прыжков.

Третий уровень, продвинутый, предназначен для профессиональных исполнителей, владеющих не только основами модерн-джаз танца, но и классическим и народно-сценическим танцем.

Упражнения выполняются по тем же разделам, но полицентрически, поли-ритмически, с координацией всех центров. Более сложными становятся прыжки и вращения.

В разделе "Разогрев" изучаются все виды разогрева в комплексной форме. Время для разогрева максимально сокращается.

В разделе "Изоляция*" изучается:

Полиритмия и полицентрия. Движения трех, четырех и более центров одновременно, возможно в различных ритмических рисунках и в оппозиционном направлении.

В разделе "Упражнения для позвоночника" изучается:

Соединение всех возможных движений торса (спиралей, твистов, contraction, release, high release, наклоны торса во всех направлениях) в единые развернутые комбинации, с использованием падений и подъемов, а также с поворотами на одной ноге.

В разделе "Партер" изучаются:

Развернутые комбинации с использованием движений изолированных центров, движений позвоночника (твисты, спирали, contraction и release), падения и подъемы, а также переходы из уровня в уровень. Возможны нетрадиционные способы передвижения: перекаты, кувырки, колеса и другие.

В разделе "Кросс. Передвижение в пространстве*" изучаются:

Использование всего пространства класса. Шаги с координацией трех, четырех и более центров, шаги с использованием contraction и release, смены направлений в комбинации шагов. Соединение шагов, прыжков и вращений в единые комбинации. Изучение вращений по кругу и со сменой уровня, а также лабильных вращений.

МУЗЫКАЛЬНОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ УРОКА

Подбор музыкального материала целиком зависит от задач урока и его построения. Обычно для разогрева используется ритмическая музыка свингового характера размера 2/4, однако возможна и медленная музыка на 4/4, особенно при исполнении наклонов, спиралей торса.

Для "Изоляции" подходит быстрая, ритмичная музыка с четким акцентом на первую долю.

Главное в музыкальном материале - простая мелодия и постоянный ритм, не усложненный модуляциями или ритмическими фигурами. Возможно использование только ударных инструментов.

В разделе "Упражнения для позвоночника" в основном используются музыкальные размеры 4/4 или 3/4, возможны более сложные размеры, но тогда комбинации должны быть "неквадратными".

В разделе "Кросс. Передвижение в пространстве" выбор музыки зависит от задач и предложенных комбинаций. Шаги афро-танца желательно исполнять под ударные инструменты, причем ритм музыкального сопровождения зависит от типа шага.

При изучении комбинации на начальном этапе музыкальное сопровождение должно быть с простым мелодическим рисунком и устойчивым ритмом. В дальнейшем может использоваться более сложная музыка различных стилей: поп-музыка, джазовая музыка, симфо-джаз, рок-музыка, музыкальный материал из мюзиклов и музыкальных фильмов.

Спорным является вопрос о точном соответствии комбинации или упражнения зафиксированному музыкальному отрывку. Некоторые педагоги четко выстраивают упражнения, фиксируют их и каждому подбирают соответствующий музыкальный материал. Другие импровизируют в выборе упражнений в зависимости от музыкального сопровождения, которое идет по принципу "нон-стоп". И в том и в другом случае музыкальный материал должен соответствовать разделу урока, а комбинации должны выстраиваться в зависимости от целей и задач, поставленных педагогом.

Таблица критических значений t-критерия Вилкоксона

N	$p < 0,05$	$p < 0,01$
5	0	—
6	2	—
7	3	0
8	5	1
9	8	3
10	10	5
11	13	7
12	17	9
13	21	12
14	25	15
15	30	19
16	35	23
17	41	27
18	47	32
19	53	37
20	60	43
21	67	49

Продолжается Таблица t-критерия Вилкоксона

22	75	55
23	83	62
24	91	69
25	100	76
26	110	84
27	119	92
28	130	101
29	140	110
30	151	120
31	163	130
32	175	140
33	187	151
34	200	162
35	213	173
36	227	185
37	241	198
38	256	211
39	271	224
40	286	238
41	302	252

Продолжается Таблица t-критерия Вилкоксона

42	319	266
43	336	281
44	353	296
45	371	312
46	389	328
47	407	345
48	426	362
49	446	379
50	466	397

Трек – лист для танцевальной импровизации студентов

- 1) !DelaDap – Crazy swing
- 2) Acorn Lane – Swing thing
- 3) AQUILO – I gave it all
- 4) Billie Holiday – Love me or leave me
- 5) Birocratic – Sleepyface
- 6) Bruno Mars – Just the way you are
- 7) Brayan Adams, Sting, Rob Stewart – All for love
- 8) Caravan Palace – Electro swing
- 9) Carmen Twillie – Circle of life (The Lion king)
- 10) Caro Emerald – That man
- 11) Carola – Circle of life (The Lion king)
- 12) Cesaria Evora – Nho antone escaderode
- 13) Cher – Welcome to Burlesque
- 14) Chris Cornell – Part of me
- 15) Diana Krall – Temptation
- 16) Doris Day – Let's keep smiling
- 17) Fergie feat. Q-Tip – A little party never killed nobody
- 18) Florence feat. The Machine – Shake it qut
- 19) Ghostly Kisses – Empty Note
- 20) Ghostly Kisses – Such Words
- 21) Jasmin Thompson – Let her go
- 22) Jason Mraz – Did you get my message
- 23) Jessica Rabbit – Why don'tyou do right
- 24) John Legend – All of me
- 25) Judy Garland – Puttin on the ritz
- 26) Justin Hurwitz – Herman's habit
- 27) Marcus Collins – Mercy
- 28) Mary J.Blige – Mirage
- 29) Mellissa Morgan – Is you or is you ain't my baby
- 30) Nina Simone – Come on back Jack
- 31) Nina Simone – Feeling good
- 32) Oona – Tore my heart
- 33) Christina Agilera – Show me how you Burlesque
- 34) Tuxedo – Livin 4your lovin
- 35) Sweet dreams
- 36) The world of Jeeves and Wooster – Jeeves and Wooster
- 37) DJ Mingi Mix – Swing baby
- 38) Mr.Pinstripe suit – Big bad voodoo daddy
- 39) Les Paul - Meet Mister Callaghan
- 40) Johnnie Ray - All Of Me
- 41) Louis Armstrong & Ella Fitzgerald - The Frim Fram Sauce

- 42) Edmundo Ros & His Rumba Band - The Coffee Song
- 43) Lee Wiley – Manhattan
- 44) Blossom Dearie - I Won't Dance
- 45) Al Jarreau - My Favorite Things
- 46) Carmen Mcrae - New York State Of Mind
- 47) Tony Bennett - Lullaby Of Broadway
- 48) Hot Club De Frans - I Can't Give You Anything But Love
- 49) Sandor Vidak Piano Medley - Je Suis Seul Ce Soir J'attendrai
- 50) Dave Brubeck - Singin' In The Rain
- 51) Ella Fitzgerald & Louis Armstrong - Cheek To Cheek
- 52) Victor Sylvester Orchestra - Tea For Two
- 53) Peggy Lee - Black Coffee
- 54) Chet Baker - Moon Love
- 55) Glenn Miller & His Orchestra - Moonlight Serenade
- 56) 18. Clifford Brown - Portrait Of Jenny
- 57) Nat King Cole - That's All
- 58) Rosemary Clooney - Half As Much
- 59) Duke Ellington & His Orchestra - Take The 'a' Train
- 60) Glenn Miller & His Army Air Force Orchestra - American Patrol
- 61) Ella Fitzgerald - Happy Talk
- 62) Tony Paster & The Clooney Sisters - 'a' You're Adorable
- 63) Bobby Short - Gimme A Pigfoot (Snd A Bottle Of Beer)
- 64) Benny Goodman & Dottie Reid - It's Only A Paper Moon
- 65) Perez Prado - Cherry Pink And Apple Blossom White
- 66) Billy May Orchestra - Little Brown Jug
- 67) Mel Torme - Cross Your Heart
- 68) Perry Como - Magic Moments
- 69) Bing Crosby & Louis Armstrong - Gone Fishin'
- 70) Chet Atkins - St. Louis Blues
- 71) Winifred Atwell - Britannia Rag
- 72) Ron Goodwin Orchestra - Skiffling Strings (Swinging Sweethearts)
- 73) Jerry Murad's Harmonicats – Bewitched
- 74) Harry James & His Orchestra - You Made Me Love You
- 75) Les Brown & His Orchestra - Sentimental Journey
- 76) Jimmy Dorsey & His Orchestra - Maria Elena
- 77) Les Baxter - April In Portugal
- 78) Louis Armstrong - Sittin' In The Sun

Оценочные средства развития креативности

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный профессионально-педагогический
университет»
Институт психолого-педагогического образования
Кафедра профессиональной педагогики

**СРЕДСТВА ВЫЯЛЕНИЯ УРОВНЯ КРЕАТИВНОСТИ
У БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ ХОРЕОГРАФОВ**

**ОПРОСНИК ДЛЯ САМООЦЕНКИ УРОВНЯ ПРОЯВЛЕНИЯ
КАЧЕСТВ КРЕАТИВНОСТИ**

ОПРОСНИК УВЕРЕННОСТИ В СЕБЕ (В.Г. РОМЕК)

**ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЛИСТ ДЛЯ ЭКСПЕРТОВ ПО ВЫЯВЛЕНИЮ
УРОВНЯ ГОТОВНОСТИ БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ ХОРЕОГРАФОВ
ДЕМОНСТРИРОВАТЬ ВЛАДЕНИЕ КАЧЕСТВАМИ КРЕАТИВНОСТИ**

Цель: диагностика развитости креативности у будущих педагогов хореографов по средствам опросника самооценки и экспертной оценки

Задачи:

- организовать встречу студентов профильного колледжа для проведения опросника самооценки и процедуры диагностирования развития креативности у будущих педагогов хореографов;
- произвести набор экспертной группы для проведения процедуры диагностирования;
- сбор информации по средствам выявления уровня креативности у будущих педагогов хореографов;
- обработка информации.

Уважаемые студенты! Вашему вниманию предлагается **ОПРОСНИК САМООЦЕНКИ НА ВЫЯВЛЕНИЕ УРОВНЯ ВАШЕЙ КРЕАТИВНОСТИ**. Отметьте либо в треугольнике, либо в круге ту позицию, которая вас, как вы считаете, характеризует. Опросник анонимный, данные о себе указывать не нужно..

Как Вы оцениваете свою креативность? Установите для каждого предложения метку, которая вам подходит.	Метки		
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Сумма
Я активен в культурной, спортивной и художественной деятельности	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Я регулярно обмениваюсь своими взглядами и мнениями со знакомыми и друзьями, потому что это дает мне новые знания	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Я люблю выбирать разные маршруты, когда иду в колледж	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Чтобы привыкнуть к новым методам и новым знаниям в сфере своей деятельности, мне необходимо какое-то время	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Вы испытываете эмоциональный подъем и энтузиазм больше от материальных результатов Ваших действий, чем от самого процесса	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Необходимость освоения нового опыта является для Вас непростой задачей	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Я предпочитаю подождать, пока другие экспериментируют, а уже после рисковать	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Я предпочту посвятить себя полностью одной сфере деятельности	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Я люблю придумывать воображаемые ситуации, и изучаю нетрадиционные пути выхода	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Я не рискую идти по пути, который будет задерживать меня при выполнении задачи	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Я не могу эмоционально выразить то, что я чувствую глубоко в себе и я не довольна(ен) этим	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Я чувствую, что могу идти дальше в своих начинаниях, и с нетерпением жду возможности удовлетворить свое желание, преодолев себя	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Часто случается, что мне требуется время для осознания своих интересов	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Я полностью погружаюсь в свою деятельность, и ничто не может отвлечь меня от поставленных мною целей	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Я считаю необходимым соблюдать правила	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Я еще не закончил(а) с имеющимися проектами, но у меня уже есть новые идеи	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Я планирую свой день, и следую плану, что помогает мне высвободить время для личной жизни	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Я предпринимаю действия, благодаря которым улучшается качество моей учебной деятельности и моей жизни	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Я нахожу новые идеи в сфере своей деятельности и использую различные подходы	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Я люблю шутки, но у меня нет чувства юмора. Мне не нравятся насмешки.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Я не хотел(а) бы выражать свои чувства перед своими знакомыми. Я думаю, что в этом нет никакого интереса, и я предпочитаю общение, касающееся отношений между людьми и вопросов культуры	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Я делаю любое дело или веду свои проекты с искренней смелостью и решимостью	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
В сложных ситуациях, я не теряюсь и всегда стараюсь находить решения	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Я не люблю недисциплинированных людей и не придерживающихся общих правил	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Мне нравится носить одежду, которая выделяет меня и что люди замечают ее	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Я думаю, что ведение проекта – это как плавание на лодке. Мы должны использовать ветер, если он есть и искать новое, если есть что-то большее	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Я предпочитаю свободно принимать решения, но я считаю с интересами других людей и их правилами	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
В ходе разработки проекта, я объясняю своим партнерам, чего хочу и убеждаюсь в том, что они меня правильно поняли	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Я склонен(а) думать, что я являюсь единственным(ой) ответственным(ой) за успех и хочу, чтобы все взгляды были схожи с моими	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Я не люблю давать себе расслабляться и бездействовать, т. к. считаю, что это - потерянное впустую время	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Результат			

Тест уверенности в себе

ИНСТРУКЦИЯ:

Ответьте, пожалуйста, на каждый из следующих далее вопросов так, чтобы это выражало Ваше личное мнение, Ваши собственные представления. Для этого просто перечеркните квадрат рядом с нужным ответом. В каждом ряду должна быть перечеркнута лишь одна цифра. Например, квадрат, перечеркнутый справа в следующем примере, будет означать, что Вы согласны с правым утверждением:

Я хорошо понял инструкцию.

(Нет) (Трудно сказать) (Да)

Если Вы передумали и хотите исправить уже сделанную оценку, пожалуйста, обведите кружком неправильно перечеркнутую цифру и перечеркните новую, как это сделано в следующем примере:

Я часто ошибаюсь, заполняя тесты

(Нет) (Трудно сказать) (Да)

Постарайтесь, пожалуйста, как можно реже использовать средний, неопределенный ответ (не чаще, чем 1 раз на каждые 3-4 вопроса).

Заранее благодарим за Вашу работу.

ТЕСТ:

Даже если я отвратительно себя чувствую, я слежу за тем, чтобы не испортить настроение другим.

(Верно) (Трудно сказать) (Неверно) [1]

В присутствии авторитетной персоны (начальства) я всегда смущаюсь.

(Верно) (Трудно сказать) (Неверно) [2]

Я - довольно независимый человек.

(Верно) (Трудно сказать) (Неверно) [3]

В спорах с близкими мне людьми я склонен к тому, чтобы поддаваться и не вступать в пререкания.

(Часто) (Иногда) (Очень редко) [4]

Если вблизи моего рабочего места появляется мой педагог, то я чувствую себя неловко.

(Неверно) (Иногда) (Почти всегда) [5]

Я легко выбираю ту линию поведения, которая дает мне наибольшие шансы достичь своих целей.

(Верно) (Трудно сказать) (Неверно) [6]

Мне приходится отказываться от многого, поскольку обстоятельства сильнее меня.

(Часто) (Иногда) (Очень редко) [7]

Я чувствую себя неловко, если другие предлагают мне свою помощь.

(Верно) (Трудно сказать) (Неверно) [8]

Я могу сказать, что в целом я контролирую свою судьбу.

(Да) (Трудно сказать) (Нет) [9]

Мне трудно открыто говорить о своих чувствах.

(Да) (Иногда) (Нет) [10]

Я вынужден бороться со своей робостью.

(Постоянно) (Иногда) (Очень редко) [11]

Есть много вещей, которыми я могу гордиться.

(Да) (Трудно сказать) (Нет) [12]

Мне приходится скрывать свои чувства.

<input type="checkbox"/> (Часто)	<input type="checkbox"/> (Иногда)	<input type="checkbox"/> (Очень редко)	[13]
Если пауза в разговоре затянулась, то я			
<input type="checkbox"/> (чувствую себя очень неловко)			
<input type="checkbox"/> (Нечто среднее)			
<input type="checkbox"/> (всегда нахожу, что сказать)			
Я принимаю решения быстро, без долгих сомнений			
<input type="checkbox"/> (Верно)	<input type="checkbox"/> (Нечто среднее)	<input type="checkbox"/> (Неверно)	[15]
Мне легко удастся потребовать чего-либо.			
<input type="checkbox"/> (Нет)	<input type="checkbox"/> (Трудно сказать)	<input type="checkbox"/> (Да)	[16]
Я стесняюсь обращаться с моими учебными проблемами к педагогам или сведущему человеку.			
<input type="checkbox"/> (Верно)	<input type="checkbox"/> (Трудно сказать)	<input type="checkbox"/> (Неверно)	[17]
Я уверен, что на меня можно положиться в самых ответственных делах.			
<input type="checkbox"/> (Да)	<input type="checkbox"/> (Трудно сказать)	<input type="checkbox"/> (Нет)	[18]
Если мне срочно нужен мой друг, то я звоню ему даже поздно ночью.			
<input type="checkbox"/> (Верно)	<input type="checkbox"/> (Иногда)	<input type="checkbox"/> (Неверно)	[19]
Часто я не решаюсь звонить в официальные учреждения.			
<input type="checkbox"/> (Верно)	<input type="checkbox"/> (Трудно сказать)	<input type="checkbox"/> (Неверно)	[20]
Обычно я добиваюсь того, что мне нужно.			
<input type="checkbox"/> (Нет)	<input type="checkbox"/> (Трудно сказать)	<input type="checkbox"/> (Да)	[21]
Если близкий и уважаемый мною родственник чем-то разозлит меня, то я			
<input type="checkbox"/> (...предпочитаю скрыть свою злость и не говорить ему об этом)			
<input type="checkbox"/> (Нечто среднее)			
<input type="checkbox"/> (...тотчас же говорю ему об этом).			
Мне очень трудно начать разговор с незнакомым человеком.			
<input type="checkbox"/> (Верно)	<input type="checkbox"/> (Трудно сказать)	<input type="checkbox"/> (Неверно)	[23]
У меня достаточно способностей и энергии, чтобы воплотить в жизнь задуманное.			
<input type="checkbox"/> (Верно)	<input type="checkbox"/> (Трудно сказать)	<input type="checkbox"/> (Неверно)	[24]
Я избегаю говорить что-либо, что может обидеть других.			
<input type="checkbox"/> (Верно)	<input type="checkbox"/> (Трудно сказать)	<input type="checkbox"/> (Неверно)	[25]
Если кто-либо смотрит, как я работаю, то ...			
<input type="checkbox"/> (...это мне очень мешает)			
<input type="checkbox"/> (Нечто среднее)			
<input type="checkbox"/> (...это мне совершенно безразлично).			
Бывает, что мне приходят в голову мысли о моей неполноценности.			
<input type="checkbox"/> (Часто)	<input type="checkbox"/> (Очень редко)	<input type="checkbox"/> (Никогда)	[27]
Я стараюсь не обременять друзей своими проблемами.			
<input type="checkbox"/> (Верно)	<input type="checkbox"/> (Трудно сказать)	<input type="checkbox"/> (Неверно)	[28]
Я смущаюсь, если мне говорят комплимент.			
<input type="checkbox"/> (Часто)	<input type="checkbox"/> (Иногда)	<input type="checkbox"/> (Очень редко)	[29]
Я вполне могу сказать, что уважаю сам себя.			
<input type="checkbox"/> (Верно)	<input type="checkbox"/> (В основном - верно)	<input type="checkbox"/> (Неверно)	[30]

ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЛИСТ ДЛЯ ЭКСПЕРТОВ НАПРАВЛЕННЫЙ НА ВЫЯВЛЕНИЕ УРОВНЯ КРЕАТИВНОСТИ У БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ ХОРЕОГРАФОВ

Инструкция по работе экспертов:

Напротив фамилии студента проставьте балл от 1 до 5, оценив каждый из ниже приведенных критериев, где 1 – не справляется / не соответствует полностью; 2 – справляется / демонстрирует ниже достаточного; 3 – демонстрирует достаточный уровень / средний; 4 – справляется / демонстрирует уровень выше достаточного; 5 – справляется превосходно / соответствует полностью.

Со студентами разучивается танцевальная связка, которая будет являться опорной/отправной точкой для их самостоятельной импровизации. В течении 20-25 минут проучивается комбинация, затем студенты вызываются по одному в центр класса. Включается музыка, в течении 20-25 секунд студент знакомится с композицией, вникает в ее структуру. По истечении обозначенного времени музыкальная дорожка включается сначала и студент начинает импровизировать. Максимальное время импровизации 1 минута 30 секунд. Наблюдая этот процессом, члены экспертной группы ставят отметки в диагностическом листе.

Вся процедура снимается на видеокамеру.

ПРИЗНАКИ ПОЯВЛЕНИЯ КРЕАТИВНОСТИ

Раздел 1. БЕГЛОСТЬ

1.1. Студент находит выходы из предложенного материала (заданного положения)

1.2. Студент наиболее полно и глубоко наполняет свою импровизацию (пластическим материалом)

1.3. Студент работает (в импровизации) быстро и продуктивно

Раздел 2. ГИБКОСТЬ

2.1. Студент предлагает варианты развития предложенного танцевального материала

2.2. Студент выдвигает множество вариантов развития предложенной комбинации

2.3. Студент легко схватывает ритмическую структуру, легко варьирует акценты

Раздел 3. ОРИГИНАЛЬНОСТЬ

3.1. Студент стремится усложнить/развить свою импровизацию разными уровнями в пространстве (прыжок, ноги, партер)

3.2. Студенту важно выходить за пределы заданного лексического материала в своей импровизации

3.3. Студенту важно дополнить/наполнить заданную комбинацию своими элементами

Раздел 4. РАЗРАБОТАННОСТЬ

4.1. Студент берет элементы из предложенного материала и интерпретирует по своему

4.2. Студент целостно заполняет музыкальный отрывок

4.3. Студент умеет распределить всю импровизацию на заданный регламент времени (Студент занимает танцем весь, отведенный ему музыкальный отрывок)

Раздел 5. ЛЮБОЗНАТЕЛЬНОСТЬ

5.1. Студент заинтересован в поиске различных выходов из заданного материала (в импровизации неоднократно возвращается к элементам заданной комбинации и ищет различное развитие из них)

5.2. Студент стремится расширить/экспериментировать с темпом, динамикой и ритмикой музыки

5.3. Студент вовлечен в процесс познания пространства и уровней своего движения/танца

Раздел 6. ВООБРАЖЕНИЕ

6.1. Студент через свою импровизацию стремится передать какой-либо (художественный) образ

6.2. Студент впускает в себя/вживается в музыку и отражает характер музыкального сопровождения

6.3. Студент придумывает фантазийные/нестандартные элементы для своей импровизации/для своего танца

Раздел 7. СЛОЖНОСТЬ

7.1. Студент стремится к непрерывности движения, проживанию музыки даже в паузе

7.2. Студент старается не делать пауз (пустого простоя)

7.3. Студент предлагает замысловатую импровизацию

ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЛИСТ ЭКСПЕРТНОЙ ОЦЕНКИ ПО ВЫЯВЛЕНИЮ УРОВНЯ КРЕАТИВНОСТИ У БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ ХОРЕОГРАФОВ (ЛИСТ 1)

База проведения исследования: _____

ФИО эксперта: _____

Курс: _____

№	ФИО	Беглость			Гибкость			Оригинальность			Разработанность		
		1.1.	1.2.	1.3.	2.1.	2.2.	2.3.	3.1.	3.2.	3.3.	4.1.	4.2.	4.3.
1.													
2.													
3.													
4.													
5.													
6.													
7.													
8.													
9.													
10.													
11.													
12.													
13.													
14.													
15.													
16.													
17.													
18.													
19.													
20.													

Раздел 1. БЕГЛОСТЬ

1.1. Студент находит выходы из предложенного материала (заданного положения);

1.2. Студент наиболее полно и глубоко наполняет свою импровизацию (пластическим материалом);

1.3. Студент работает (в импровизации) быстро и продуктивно.

Раздел 2. ГИБКОСТЬ

2.1. Студент предлагает варианты развития предложенного танцевального материала;

2.2. Студент выдвигает множество вариантов развития предложенной комбинации;

2.3. Студент легко схватывает ритмическую структуру, легко варьирует акценты.

Раздел 3. ОРИГИНАЛЬНОСТЬ

3.1. Студент стремится усложнить/развить свою импровизацию разными уровнями в пространстве (прыжок, ноги, партер);

3.2. Студенту важно выходить за пределы заданного лексического материала в своей импровизации;

3.3. Студенту важно дополнить/наполнить заданную комбинацию своими элементами.

Раздел 4. РАЗРАБОТАННОСТЬ

4.1. Студент берет элементы из предложенного материала и интерпретирует по своему

4.2. Студент целостно заполняет музыкальный отрывок;

4.3. Студент умеет распределить всю импровизацию на заданный регламент времени (Студент занимает танцем весь, отведенный ему музыкальный отрывок).

**ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЛИСТ ЭКСПЕРТНОЙ ОЦЕНКИ ПО ВЫЯВЛЕНИЮ УРОВНЯ КРЕАТИВНОСТИ У БУДУЩИХ
СТУДЕНТОВ ХОРЕОГРАФОВ (ЛИСТ 2)**

База проведения исследования: _____

ФИО эксперта: _____

Курс: _____

№	ФИО	Любознательность			Воображение			Сложность		
		5.1.	5.2.	5.3.	6.1.	6.2.	6.3.	7.1.	7.2.	7.3.
1.										
2.										
3.										
4.										
5.										
6.										
7.										
8.										
9.										
10.										
11.										
12.										
13.										
14.										
15.										
16.										
17.										
18.										
19.										
20.										

Раздел 5. ЛЮБОЗНАТЕЛЬНОСТЬ

5.1. Студент заинтересован в поиске различных выходов из заданного материала (в импровизации неоднократно возвращается к элементам заданной комбинации и ищет различное развитие из них);

5.2. Студент стремится расширить/ экспериментировать с темпом, динамикой и ритмикой музыки;

5.3. Студент вовлечен в процесс познания пространства и уровней своего движения/танца.

Раздел 6. ВООБРАЖЕНИЕ

6.1. Студент через свою импровизацию стремится передать какой-либо (художественный) образ

6.2. Студент впускает в себя/ вживается в музыку и отражает характер музыкального сопровождения

6.3. Студент придумывает фантазийные/нестандартные элементы для своей импровизации/для своего танца

Раздел 7. СЛОЖНОСТЬ

7.1. Студент стремится к непрерывности движения, проживанию музыки даже в паузе

7.2. Студент старается не делать пауз (пустого простоя)

7.3. Студент предлагает замысловатую импровизацию

6.4. Студент

Приложение 5

**Результаты экспертной оценки в
рамках констатирующего
эксперимента**

ГБПОУ СО СОМЭПК

Сентябова Надежда Валерьевна

№	ФИО	Беглость			Гибкость			Оригинальность			Раработанность			Любознательность			Воображение			Сложность			ИТОГО
		1.1.	1.2.	1.3.	2.1.	2.2.	2.3.	3.1.	3.2.	3.3.	4.1.	4.2.	4.3.	5.1.	5.2.	5.3.	6.1.	6.2.	6.3.	7.1.	7.2.	7.3.	
1	Карамова А.	2	1	1	1	2	4	2	2	2	2	2	1	2	2	3	1	3	1	1	1	1	37
2	Анохина И.	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	1	2	2	1	41
3	Камкина А.	4	3	4	3	2	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	2	3	2	3	3	2	65
4	Гаврилова В.	4	4	4	3	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	76
5	Пискулина Е.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	22
6	Завякина М.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
7	Фатхулина З.	2	2	2	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	1	37
8	Бончарук Т.	1	1	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2	1	31
9	Зайцева М.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
10	Петрунина А.	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	2	2	3	3	4	4	3	72
11	Атрошина Е.	1	2	3	1	1	4	4	4	2	3	4	4	1	3	2	3	4	2	4	4	3	59
12	Абдулова Д.	1	2	3	2	1	4	2	4	4	2	4	4	2	3	2	3	4	2	4	4	3	60
13	Новикова Д.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21

Результаты экспертной оценки в рамках констатирующего эксперимента

ГБПОУ СО СОМЭПК																							
Поталицина Оксана Вадимовна																							
№	ФИО	Беглость			Гибкость			Оригинальность			Разработанность			Любознательность			Воображение			Сложность			ИТОГО
		1.1.	1.2.	1.3.	2.1.	2.2.	2.3.	3.1.	3.2.	3.3.	4.1.	4.2.	4.3.	5.1.	5.2.	5.3.	6.1.	6.2.	6.3.	7.1.	7.2.	7.3.	
1	Карамова А.	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	1	4	3	1	1	1	1	1	1	1	1	39
2	Анохина И.	3	2	2	3	3	3	1	2	2	2	3	4	4	4	4	1	2	1	2	1	1	50
3	Камкина А.	2	2	2	2	1	1	1	2	2	3	1	4	2	3	1	3	5	2	3	2	3	47
4	Гаврилова В.	3	4	4	3	2	3	1	4	4	4	5	5	4	4	2	2	4	3	3	5	4	73
5	Пискулина Е.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	23
6	Завякина М.	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22
7	Фатхулина З.	3	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	30
8	Бончарук Т.	1	3	2	1	1	3	3	2	4	1	2	2	1	2	5	1	1	2	2	2	1	42
9	Зайцева М.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
10	Петрунина А.	3	2	3	1	1	2	4	3	5	2	2	1	1	2	4	1	2	2	2	1	1	45
11	Атрошина Е.	1	4	5	1	1	4	2	4	5	1	4	4	1	4	3	3	3	2	3	5	3	63
12	Абдулова Д.	1	5	5	1	1	5	2	4	5	1	4	2	1	5	4	2	4	4	3	3	4	66
13	Новикова Д.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21

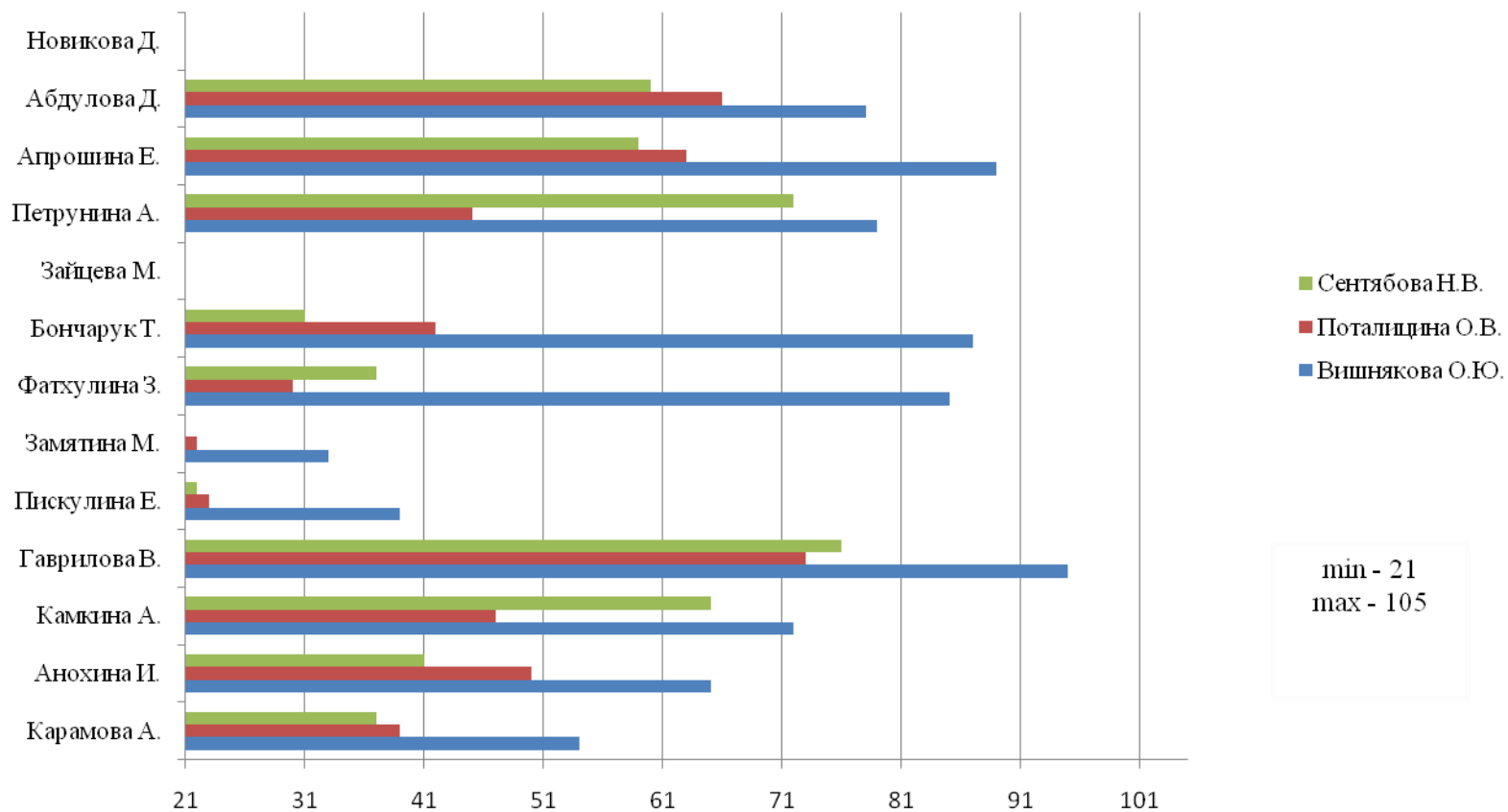
Результаты экспертной оценки в рамках констатирующего эксперимента

ГБПОУ СО СОМЭПК																							
Вишнякова Оксана Юрьевна																							
№	ФИО	Беглость			Гибкость			Оригинальность			Разработанность			Любознательность			Воображение			Сложность			ИТОГО
		1.1.	1.2.	1.3.	2.1.	2.2.	2.3.	3.1.	3.2.	3.3.	4.1.	4.2.	4.3.	5.1.	5.2.	5.3.	6.1.	6.2.	6.3.	7.1.	7.2.	7.3.	
1	Карамова А.	3	2	3	2	1	3	1	1	2	4	5	4	2	3	1	1	2	2	5	5	2	54
2	Анохина И.	4	3	2	3	4	4	3	3	4	4	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	2	65
3	Камкина А.	4	3	3	4	3	5	4	4	4	5	2	2	4	3	2	4	4	3	3	2	4	72
4	Гаврилова В.	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	4	3	5	4	4	3	5	5	5	5	4	95
5	Пискулина Е.	1	1	1	1	1	5	1	2	1	1	3	1	4	3	1	4	4	1	1	1	1	39
6	Завякина М.	3	1	1	1	1	2	1	3	3	1	1	1	3	1	1	1	1	2	1	2	2	33
7	Фатхулина З.	4	5	5	5	4	5	3	4	5	5	4	5	4	3	2	2	4	4	4	4	4	85
8	Бончарук Т.	5	5	5	5	3	3	4	5	5	5	5	4	4	3	1	3	4	4	5	5	4	87
9	Зайцева М.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
10	Петрунина А.	3	4	4	5	5	4	5	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	79
11	Атрошина Е.	5	5	4	4	5	4	5	5	5	4	3	4	4	4	3	3	4	5	5	4	4	89
12	Абдулова Д.	3	4	4	5	4	3	4	4	5	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	78
13	Новикова Д.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21

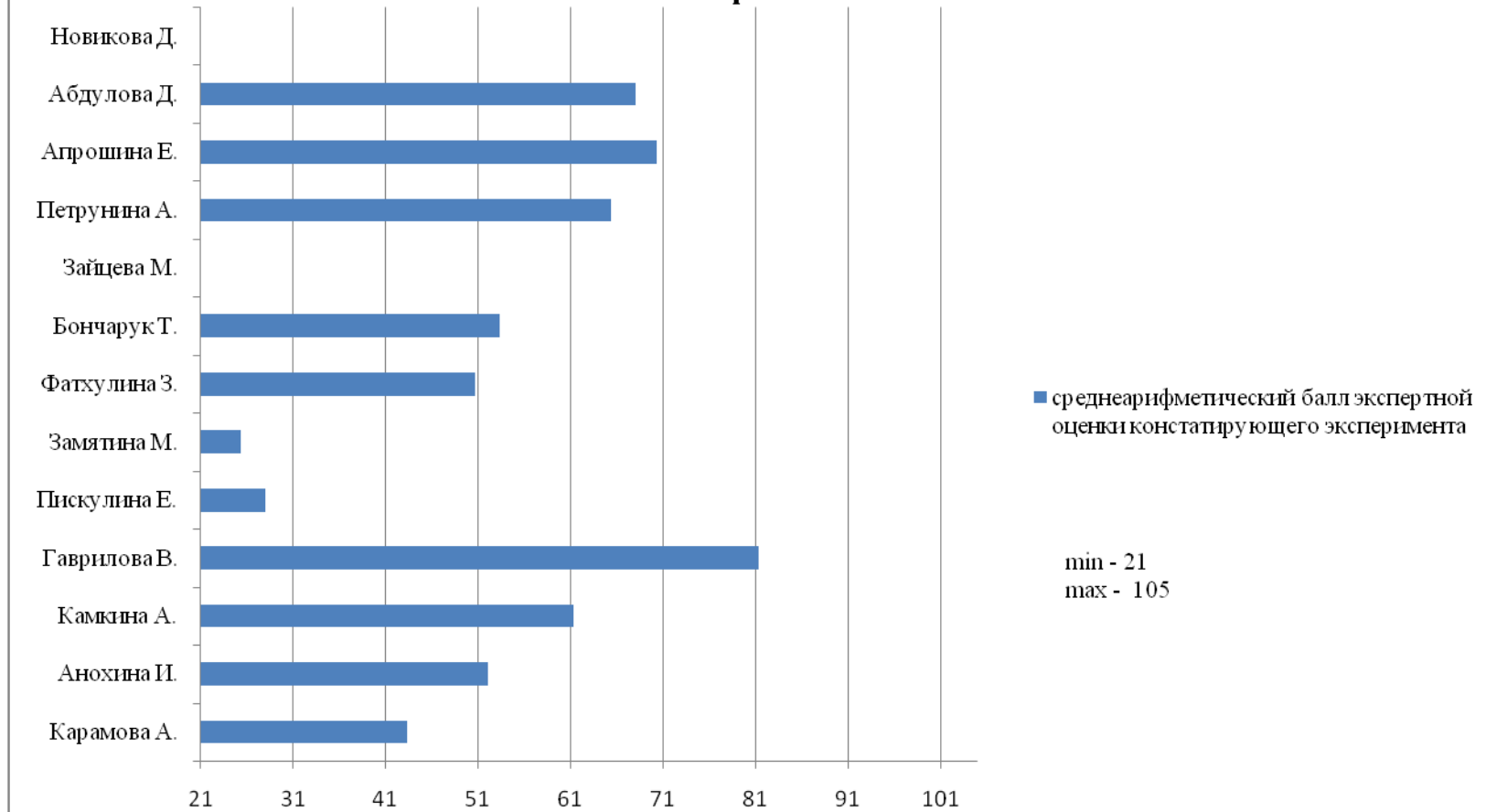
Результаты экспертной оценки в рамках констатирующего эксперимента

	Вишнякова О.Ю.	Поталицина О.В.	Сентябова Н.В.	ИТОГО	среднеарифметический балл экспертной оценки констатирующего эксперимента
Карамова А.	54	39	37	130	43
Анохина И.	65	50	41	156	52
Камкина А.	72	47	65	184	61
Гаврилова В.	95	73	76	244	81
Пискулина Е.	39	23	22	84	28
Замятина М.	33	22	21	76	25
Фатхулина З.	85	30	37	152	51
Бончарук Т.	87	42	31	160	53
Зайцева М.	21	21	21	63	21
Петрунина А.	79	45	72	196	65
Апрошина Е.	89	63	59	211	70
Абдулова Д.	78	66	60	204	68
Новикова Д.	21	21	21	63	21

Экспертная оценка по выявлению уровня креативности у будущих педагогов хореографов в рамках констатирующего эксперимента



Среднеарифметический балл экспертной оценки констатирующего эксперимента



Результаты экспертной оценки в рамках формирующего эксперимента

ГБПОУ СО СОМЭПК																							
Сентябова Надежда Валерьевна																							
№	ФИО	Беглость			Гибкость			Оригинальность			Раработанность			Любознательность			Воображение			Сложность			ИТОГО
		1.1.	1.2.	1.3.	2.1.	2.2.	2.3.	3.1.	3.2.	3.3.	4.1.	4.2.	4.3.	5.1.	5.2.	5.3.	6.1.	6.2.	6.3.	7.1.	7.2.	7.3.	
1	Анохина И.	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	72
2	Карамова А.	4	4	4	5	5	5	4	5	4	5	5	5	4	3	4	5	4	5	5	5	4	94
3	Замятина М.	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	52
4	Петрунина А.	5	5	4	5	4	5	5	5	4	5	5	5	4	4	5	4	5	5	5	5	5	99
5	Камкина А.	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	101
6	Фатхулина З.	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	64
7	Новикова Д.	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	52
8	Абдулова Д.	2	3	4	3	2	5	3	5	5	3	5	5	3	4	3	4	5	3	5	5	4	81
9	Зайцева М.	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	51
10	Апрошина Е.	2	3	4	2	2	5	5	5	3	4	5	5	2	4	3	4	5	3	5	5	4	80
11	Гаврилова В.	5	5	5	4	3	5	4	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	4	96
12	Пискулина Е.	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	49
13	Бончарук Т.	2	2	3	3	2	3	3	4	3	2	3	4	2	2	3	3	4	2	3	4	4	61

Результаты экспертной оценки в рамках формирующего эксперимента

ГБПОУ СО СОМЭПК																							
Поталицина Оксана Вадимовна																							
№	ФИО	Беглость			Гибкость			Оригинальность			Разработанность			Любознательность			Воображение			Сложность			ИТОГО
		1.1.	1.2.	1.3.	2.1.	2.2.	2.3.	3.1.	3.2.	3.3.	4.1.	4.2.	4.3.	5.1.	5.2.	5.3.	6.1.	6.2.	6.3.	7.1.	7.2.	7.3.	
1	Анохина И.	4	3	4	5	5	5	5	5	5	5	3	2	5	5	4	2	2	4	4	5	3	85
2	Карамова А.	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	3	5	4	5	5	5	101
3	Замятина М.	1	3	2	1	1	2	5	4	4	1	1	1	1	3	5	1	1	3	5	3	2	50
4	Петрунина А.	4	5	5	5	2	5	5	5	5	5	5	4	2	5	5	2	5	4	5	5	5	93
5	Камкина А.	4	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	3	5	5	5	4	5	96
6	Фатхулина З.	3	3	4	4	3	4	5	5	5	5	3	3	4	3	4	1	2	3	4	3	4	75
7	Новикова Д.	2	1	1	2	1	3	4	3	3	2	1	1	3	2	3	1	2	1	1	1	2	40
8	Абдулова Д.	5	5	5	5	4	4	5	5	5	4	5	5	5	4	4	3	3	4	4	4	5	93
9	Зайцева М.	3	1	1	3	2	2	4	3	3	4	1	1	3	1	4	1	1	1	1	1	1	42
10	Апрошина Е.	3	5	5	3	3	5	5	5	5	4	4	5	4	5	5	4	5	4	1	1	2	83
11	Гаврилова В.	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	4	5	5	5	4	5	101
12	Пискулина Е.	3	2	1	3	2	3	4	4	4	4	2	3	3	3	4	2	3	2	2	2	3	59
13	Бончарук Т.	3	3	3	4	3	4	5	5	5	4	4	5	4	5	5	3	5	3	3	3	4	83

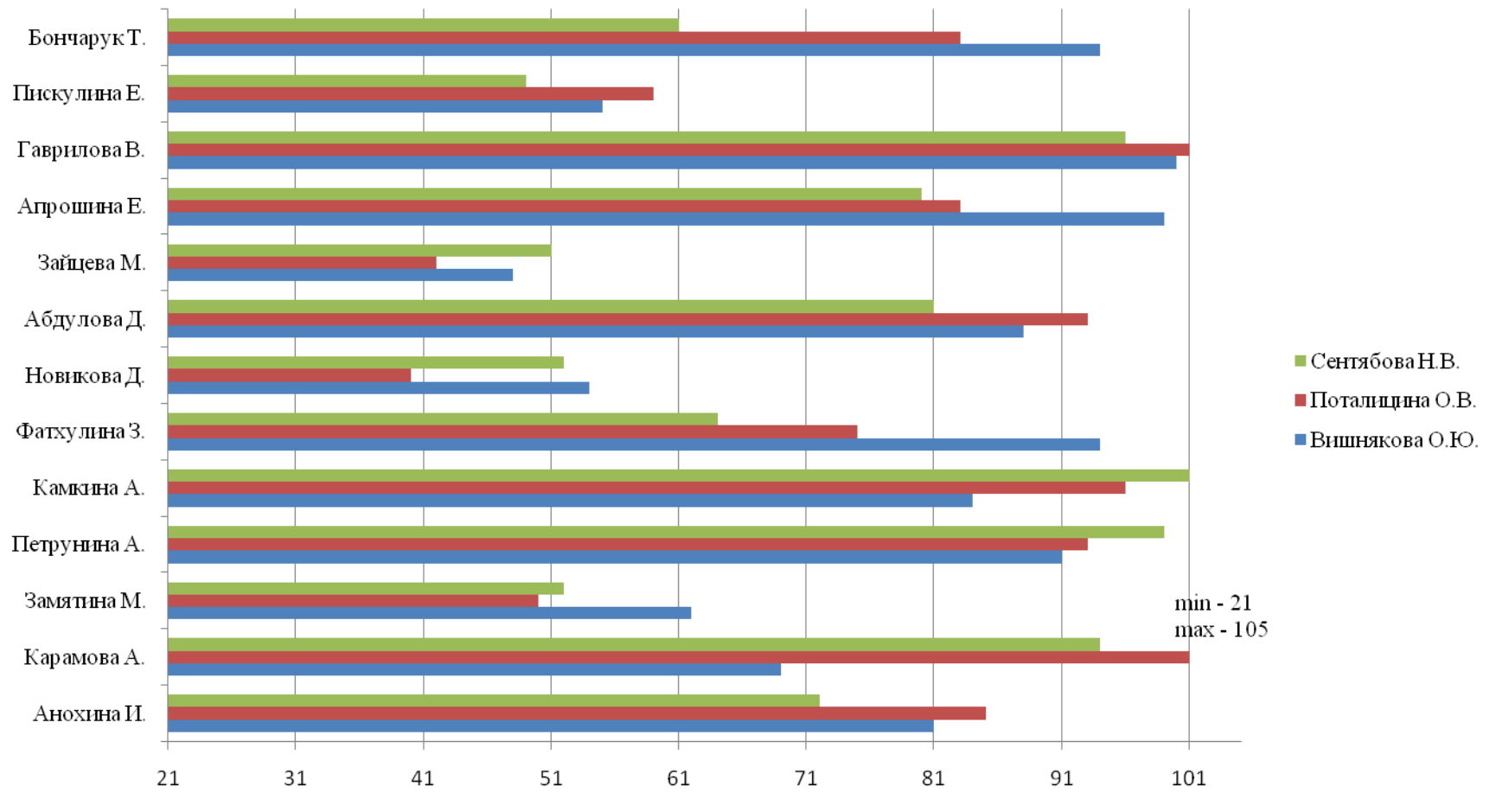
Результаты экспертной оценки в рамках формирующего эксперимента

ГБПОУ СО СОМЭПК																							
Вишнякова Оксана Юрьевна																							
№	ФИО	Беглость			Гибкость			Оригинальность			Разработанность			Любознательность			Воображение			Сложность			ИТОГО
		1.1.	1.2.	1.3.	2.1.	2.2.	2.3.	3.1.	3.2.	3.3.	4.1.	4.2.	4.3.	5.1.	5.2.	5.3.	6.1.	6.2.	6.3.	7.1.	7.2.	7.3.	
1	Анохина И.	5	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	81
2	Карамова А.	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	5	5	3	3	3	2	3	2	5	5	4	69
3	Замятина М.	4	3	2	2	3	3	3	4	3	4	3	2	4	2	3	3	2	3	2	3	4	62
4	Петрунина А.	4	4	5	5	5	4	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	91
5	Камкина А.	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	5	84
6	Фатхулина З.	5	5	5	5	4	5	4	4	5	5	5	5	4	3	4	3	4	5	4	5	5	94
7	Новикова Д.	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	54
8	Абдулова Д.	3	4	5	5	4	4	4	4	5	5	4	5	3	4	4	4	4	4	5	4	4	88
9	Зайцева М.	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	1	2	2	2	3	2	2	2	48
10	Апрошина Е.	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	4	99
11	Гаврилова В.	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	4	100
12	Пискулина Е.	2	2	3	2	1	2	2	2	2	3	3	2	4	3	3	4	4	3	3	2	3	55
13	Бончарук Т.	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	3	4	4	4	5	5	4	94

Результаты экспертной оценки в рамках формирующего эксперимента

	Вишнякова О.Ю.	Поталицина О.В.	Сентябова Н.В.	ИТОГО	среднеарифметический балл экспертной оценки формирующего эксперимента
Анохина И.	81	85	72	238	79
Карамова А.	69	101	94	264	88
Замятина М.	62	50	52	164	55
Петрунина А.	91	93	99	283	94
Камкина А.	84	96	101	281	94
Фатхулина З.	94	75	64	233	78
Новикова Д.	54	40	52	146	49
Абдулова Д.	88	93	81	262	87
Зайцева М.	48	42	51	141	47
Апрошина Е.	99	83	80	262	87
Гаврилова В.	100	101	96	297	99
Пискулина Е.	55	59	49	163	54
Бончарук Т.	94	83	61	238	79

**Экспертная оценка по выявлению уровня креативности будущих педагогов
хореографов в рамках формирующего эксперимента**



Среднеарифметический балл экспертной оценки формирующего эксперимента

