



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**(ДГТУ)**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**  
к рабочей программе дисциплины  
**«Техника танцевальной импровизации»**  
для студентов направления  
51.03.02 Народная художественная культура  
профиль «Руководство хореографическим коллективом»  
(заочная форма обучения)

Ростов-на-Дону  
2022 г.

## **I. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.**

**Для проведения текущего контроля предусмотрены следующие задания:**

**Задания для оценивания результатов обучения в виде знаний**

**Вопросы к зачету:**

1. Понятие Release based technique как основа современной хореографической импровизации.
2. Понятие высвобождения тела.
3. Понятие исследования тела.
4. Освобождение от стереотипных паттернов и привычных способов мышления, пробуждая творчество и спонтанность.
5. Телесная структура.
6. Джоан Скиннер – основоположница техники Release.
7. Понятие метода активации образного мышления.
8. Специфические и тотальные образы.
9. Роль партнера в технике Release.
10. Баланс и артикуляция; импульс, инерция, гравитация; центр тяжести и работа с весом.
11. Техника parterre, как важный аспект техники release.
12. Техника падения и смещения баланса
13. Анализ стилистики балетмейстерских работ Джоан Скиннер

**Устный ответ на вопросы:**

1. Основы народно-сценического танца в импровизации
2. Разновидности бального танца и их элементы в импровизации
3. Элементы хореографической импровизации в сопровождении вокального номера
4. Корректирующие движения.
5. Основы композиции в импровизации.
6. Построение пластической формы и фразы в импровизации.
7. Позиции рук, ног. Пластика тела в импровизации.
8. Темпо-ритм движения в импровизации.
9. Дыхательно-двигательная координация в импровизации.
10. Особенность структурного построения направлений уличных танцев и использование их элементов в танцевальной импровизации.

**Практическое задание для текущего контроля знаний.**

Подготовить план занятия с обучающимися на тему:

1. “Техника Скиннер релиз – система кинестетического тренинга (тренинга мышечного чувства).
- 2.Понимание собственного тела, развитие хореографической лексики танцовщика.
- 3.Базовые программы: баланс, артикуляция (импульс, инерция),гравитация (центр тяжести, работа с весом)”.

## **КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ.**

**(Развитие навыков общего характера, психических и психофизических качеств. Корректирующие упражнения. Основы композиции. Построение пластической формы и фразы. Позиции рук, ног. Пластика тела. Разогрев. Основные виды разогрева).**

Метод структурной танцевальной импровизации является способом постичь танец одновременно из двух сторон: осмысляя и действуя. В то время как формулировка каждой импровизационной задачи сосредотачивает внимание танцоров на достижении общей структурной цели, танцоры должны реагировать физически в каждый момент времени на движения остальных. Структурированная групповая импровизация акцентируется на процессе интеграции в трех областях: индивидуума с группой; новых навыков с уже имеющимися; и физическую изобретательность со структурной интуицией. Структурированная импровизация - это смесь осознанного выбора и спонтанной реакции. Она включает периоды непрерывной концентрации и моментов невоспроизводимой магии. Отвечая на воображение, интеллект, стиль и энергию каждого человека, танцоры находят пути прорыва через стереотипы мышления и движения, которые ограничивали их. Ведущим группы по импровизации может быть преподаватель, балетмейстер, терапевт, или танцор.

Танцевальная импровизация не требует предварительных навыков и мастерства. Многие из упражнений по импровизации могут быть адаптированы для групп от трех и до тридцати человек, хотя оптимальной считается группа от десяти до двенадцати танцоров. Двенадцать танцоров могут легко разделяться на маленькие группы, каждая из которых может работать одновременно, или поочередно; несколько танцоров могут быть наблюдателями, в то время как другие - двигаются. В простых упражнениях группа может работать вся целиком. Наилучшим местом для работы является чистая, большая танцевальная студия с приподнятым деревянным полом. Группа может также использовать гимнастический зал, сцену, большую комнату или заниматься на открытом воздухе. Группа может встречаться от двух раз в неделю в течение одного или двух часов и до пяти раз в неделю по четыре часа. Одна встреча в неделю - это минимум, для того, чтобы сплоченность группы развивалась. Более регулярные занятия, конечно, лучше для прогресса каждого из участников. В большинстве случаев ведущий группы отвечает за определение цели сеансов в целом и для каждой отдельной встречи - будь то введение творческих аспектов в класс техники танца, развитие драматических сцен, представление методов хореографии в классе композиции танца, или обеспечение направления и характера исследования для актеров. Занятия по импровизации обучают навыкам, но они также требуют навыков и умений. Танцоры должны приучиться, привыкнуть к процессу импровизации, к концентрации и

фокусировке. Они должны быть способны видеть и реагировать на то, что они видят. Эти навыки представлены упражнениями "Зеркало" и "Унисон". Освоив эти элементы, танцоры могут начать приобретать новые навыки и соединять их в своей работе в танце. При работе с группой, находки сами по себе не так важны, как способность использовать их в совместной работе с другими людьми. Это начинается с заинтересованности в совместной работе и чувстве доверия к другим членам группы. Обязательная подготовка ко всем упражнениям - разминка. Она подготавливает танцоров физически, чтобы они могли двигаться свободно и безопасно.

### **Базовые основы техники Скиннер Релиз.**

4 основные цели метода Скиннер:

- многомерное регулирование скелетной системы;
- установление многомерного баланса;
- автономия частей тела при движении;
- экономное движение, движение с минимальным усилием и расходом энергии.

Подход Скиннер интегрирует такие сферы, как танец, импровизация, музыка, литература, медитация и все это для создания атмосферы и условий многомерного осознания, в которых тело учится естественному, экологичному движению.

### **Координация. Принципы координации. Темпо-ритм движения.**

#### **Дыхательно- двигательная координация.**

Координация в хореографии — это умение сочетать, варьировать, применять на практике правила и приемы устойчивости (т.е. скоординировать их). Принципы координации:

- способность к реагированию;
- способность к равновесию;
  - ориентационная способность;

Темпо-ритм – это ритмически правильное чередование темпов. В хореографии дыхание, оставаясь физиологически правильным, может быть скоординировано с движениями; в зависимости от мышечной нагрузки оно может видоизменяться по частоте и глубине. Координация дыхания с движением независима от ритма движений, так как движение в хореографии обуславливается временем, метро-ритмом, музыкой, в то время как дыхание зависит от потребности организма в кислороде. Координация дыхания с движениями не для всех одинакова. Необходим индивидуальный подход.

### **Разновидности импровизационных техник в современном танце.**

#### **Использование элементов импровизации в танцевальном сопровождении вокального номера.**

Техника импровизации – техника восприятия импульсов движения и внутренних сигналов, осознание собственного тела, пространства и времени в качестве элементов, из которых рождается композиция. Главное отличие импровизации современного танца от других направлений хореографии – спонтанность, отсутствие

прогнозируемой структуры, непрерывное выполнение движений без их повторения. Импровизация возможна в особом творческом самочувствии, которое сродни вдохновению. Для него характерны высокая степень концентрации внимания, активизация подсознания, пробуждение воображения, интенсивность ассоциативного мышления, снижение самоконтроля.

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ УЧАЩИМСЯ ПРИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ.**

По дисциплине «Техника танцевальной импровизации» предусмотрены лекционные занятия, практическая работа, лабораторные занятия, самостоятельная работа студентов.

Лекция (от лат. *Lectio* – «чтение») является одной из основных форм учебных занятий в высших учебных заведениях, представляющая собой систематическое, последовательное изложение преподавателем определенного раздела конкретной науки или учебной дисциплины. Лекции различаются по своему построению, приемам изложения материала, характеру обобщений и выводов.

Вводная лекция намечает основные проблемы курса в целом или его раздела. В нее включаются «ключевые» вопросы, понимание которых позволяет лучше усвоить материал последующих тем или самостоятельно разобраться в нем.

Установочная лекция читается чаще всего студентам заочного отделения, приступающим к изучению данной дисциплины. Значительная часть времени отводится ознакомлению с необходимой литературой (первоисточниками и учебниками), методическими советами и рекомендациями по ее изучению, написанию контрольных работ, а также с требованиями, предъявляемыми на экзаменах. Для студентов дневных факультетов установочные лекции читаются во время выбора тем курсовых или дипломных работ – это методические лекции, из которых можно узнать, как подготовить курсовую или дипломную работу (подбор литературы, ее изучение, план работы, подготовка текста, защита работы и др.).

**Лабораторные занятия** – связующее звено между теорией и практикой и проводится в целях практического освоения обучающимися научно-теоретических положений изучаемой дисциплины, овладения ими техникой экспериментальных исследований и анализа полученных результатов, привития навыков работы с лабораторными установками, контрольно-измерительными приборами и вычислительной техникой.

Для подготовки обучающихся к лабораторной работе разрабатывается задание. Задания могут быть одинаковыми для всех студентов учебной группы или индивидуальными. Для проведения трудных по организации лабораторных работ в дополнение к заданию могут разрабатываться описания лабораторных работ.

**Практическая работа** – это задание для студента, которое должно быть выполнено по теме, определенной преподавателем. Предполагается также использование рекомендованной им литературы при подготовке к практической работе и плана изучения материала. Рассматриваемое задание в

ряде случаев включает дополнительную проверку знаний студента — посредством тестирования или, например, написания контрольной работы. Главная цель проведения практической работы заключается в выработке у студента практических умений, связанных с обобщением и интерпретацией тех или иных научных материалов. Кроме того, ожидается, что результаты практических занятий будут впоследствии использоваться учащимися для освоения новых тем.

**Самостоятельная работа** обучающихся способствует более глубокому усвоению изучаемой дисциплины, формирует навыки исследовательской работы и ориентирует на умение применять полученные теоретические знания на практике. Результаты самостоятельной работы контролируются преподавателем, ведущим данную дисциплину, и учитываются при допуске магистранта к зачету/экзамену.

## **1. Работа с информативными источниками**

### **1. 1. Подготовка конспекта первоисточника**

*Написание конспекта первоисточника* (статьи, монографии, учебника, книги) — представляет собой вид внеаудиторной самостоятельной работы студента по созданию обзора информации, содержащейся в объекте конспектирования, в более краткой форме. В конспекте должны быть отражены основные принципиальные положения источника, основные методологические положения работы, аргументы, этапы доказательства и выводы. Ценность конспекта значительно повышается, если студент излагает мысли своими словами, в лаконичной форме.

Особо значимые места, примеры выделяются цветным подчеркиванием, взятием в рамку, пометками на полях, чтобы акцентировать на них внимание и прочнее запомнить. Недопустимо формальное переписывание из источника текста целыми абзацами и параграфами.

Работа выполняется письменно. Приветствуется составление развернутого плана прочитанного текста. Контроль может проводиться и в виде проверки конспектов преподавателем.

*Деятельность студента:*

- читает материал источника, выбирает главное и определяет второстепенные моменты;
- устанавливает логическую связь между элементами темы;
- выделяет ключевые слова и понятия;
- заменяет сложные развернутые обороты текста более лаконичными (свертывание).

*Критерии оценки:*

- содержательность конспекта, соответствие плану;
- отражение основных положений, результатов работы автора, выводов;
- ясность, лаконичность изложения мыслей;
- наличие схем, графическое выделение особо значимой информации;
- соответствие оформления требованиям;



- аккуратность ведения конспекта;
- конспект сдан в срок.

## **1.2. Составление плана текста**

**План текста** – это последовательное отображение его ключевых частей в кратких, но четких формулировках, которые полностью соответствуют основной теме и содержанию текста. Для того чтобы составить качественный план, необходимо опираться на основные правила.

*Инструкция:*

1. Сначала прочитайте весь текст от начала до конца. Читайте вдумчиво, не торопитесь. Если вам попадается непонятное слово, обязательно выясните его значение в словаре.
2. Затем определите тему текста и его основную мысль. Тема – это то, о чем говорится в тексте, а основная мысль – это то, для чего он написан. Если у вас не получается сформулировать, прочтите текст еще раз.
3. Далее разделите текст на смысловые части. Внимательно прочитайте каждую из частей. Выделите в ней главное и озаглавьте.
4. Запишите пункты составленного плана на черновик. Снова прочитайте текст.

Обратите внимание на следующее:

- последовательно ли отражаются повороты сюжета текста;
- точны ли формулировки пунктов;
- не повторяются ли заголовки;
- все ли главное вы выделили;
- отражена ли тема и основная мысль текста в вашем плане.

5. Если погрешностей вы не заметили, то следует проверить себя.

Перескажите или письменно изложите текст, руководствуясь составленным вами планом. Если план составлен хорошо, то вы без проблем сможете воспроизвести исходный текст.

6. Теперь аккуратно перепишите окончательный вариант плана в тетрадь.

## **1.3. Оформление выписки из текста**

В толковом словаре говорится: «Выписать - значит списать какое-нибудь нужное, важное место из книги, журнала, сделать выборки» (от слова «выбрать»). Вся сложность выписывания заключается как раз в умении найти и выбрать нужное из одного или нескольких текстов. Выписки особенно удобны, когда требуется собрать материал из разных источников. Они могут служить подспорьем для более сложных видов записей, таких как тезисы, конспекты. Выписки можно составлять в гибкой форме, которая облегчала бы их накопление, изменение, а также подбор по какому-либо признаку или принципу.

*Инструкция:*

1. Выписки делайте после того, когда текст прочитан целиком и понятен в целом.
2. Остерегайтесь обильного автоматического выписывания цитат, взамен творческого освоения и анализа текста.
3. Выписывать можно дословно (цитатами) или свободно, когда мысли автора

излагаются своими словами. Большие отрывки текста, которые трудно цитировать в полном объеме, старайтесь, предельно сократив формулировку и сконцентрировав содержание, записать своими словами. Яркие и важнейшие места приводите дословно.

4. Записывая цитаты, заключайте их в кавычки, оберегайте текст от искажений. Но если выписки делаются из одного и того же текста, кавычки возле каждой цитаты можно не ставить. В этом случае все свои мысли излагайте на полях тетради, строго отделяя от цитируемого текста. Цитата, вырванная из текста, часто теряет свой смысл, поэтому не обрывайте мысль автора.

#### **1.4. Правила оформления тезисов**

*Тезисы* позволяют обобщить изучаемый материал, выразить его суть в кратких формулировках, помогая раскрыть содержание книги, статьи и доклада. Тезисы принято подразделять на основные, простые, сложные. Простые тезисы (иногда их записывают в виде цитат) обнаруживаются при первоначальном ознакомлении с текстом, а основные можно составить лишь при уяснении сути и направленности источника в целом.

Основные тезисы часто создаются на базе простых, путем их обобщения, переделки и исключения как второстепенных.

Существенную помощь при написании тезисов оказывает предварительно составленный план, который полезно приложить к тезисам.

Если тезисы составляются к пунктам сложного плана, то главным пунктам могут соответствовать основные тезисы, подпунктам — простые тезисы.

*Инструкция:*

1. При составлении тезисов не приводите факты и примеры.
2. Сохраняйте в тезисах самобытную форму высказывания, оригинальность авторского суждения, чтобы не потерять документальность и убедительность.
3. Изучаемый текст читайте неоднократно, разбивая его на отрывки; в каждом из них выделяйте главное, и на основе главного формулируйте тезисы.
4. Полезно связывать отдельные тезисы с подлинником текста (на полях книги делайте ссылки на страницы или шифры вкладных листов).
5. По окончании работы над тезисами сверьте их с текстом источника, затем перепишите и пронумеруйте.

#### **1.5. Правила оформления схемы-конспекта**

*Конспект-схема* - это схематическая запись прочитанного. Наиболее распространенными являются схемы «генеалогическое древо» и «паучок». В схеме «генеалогическое древо» выделяются основные составляющие наиболее сложного понятия, ключевые слова и т.п. и располагаются в последовательности «сверху вниз» — от общего понятия к его частным составляющим. В схеме «паучок» название темы или вопроса записывается и заключается в овал, который составляет «тело паучка». Основные понятия записывают на схеме так, что они образуют «ножки паучка». Для того чтобы

усилить устойчивость «ножки», к ним присоединяют ключевые слова или фразы, которые служат опорой для памяти.

*Инструкция:*

1. Подберите факты для составления схемы и выделите среди них основные, общие понятия.
2. Определите ключевые слова, фразы, помогающие раскрыть суть основного понятия.
3. Сгруппируйте факты в логической последовательности, дайте название выделенным группам.
4. Заполните схему данными.