

МІНІСТЕРСТВО КУЛЬТУРИ ТА СТРАТЕГІЧНИХ КОМУНІКАЦІЙ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ КУЛЬТУРИ
ФАКУЛЬТЕТ ХОРЕОГРАФІЧНОГО МИСТЕЦТВА
КАФЕДРА СУЧАСНОЇ ХОРЕОГРАФІЇ
ТА СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ



РОБОЧА ПРОГРАМА
навчальної дисципліни

КЗВ «КОНТЕМПОРАРІ ДЕНС»

Другий (магістерський) рівень вищої освіти
Галузь знань 02 Культура і мистецтво
Спеціальність 024 Хореографія
Освітньо-професійна програма Хореографія

Розробник:

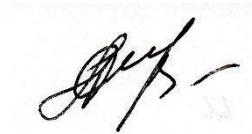
кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри сучасної хореографії та спортивно-оздоровчих технологій – Хендрик Ольга Юріївна

Мова навчання – українська

Робочу програму затверджено на засіданні кафедри сучасної хореографії та спортивно-оздоровчих технологій

Протокол №2 від «28» серпня 2025 р.

В.о. завідувача кафедри сучасної хореографії та спортивно-оздоровчих технологій, доцент, кандидат педагогічних наук



Ольга ХЕНДРИК

Робочу програму затверджено на засіданні ради факультету хореографічного мистецтва

Протокол №1 від «1» вересня 2025 р.

Голова ради ФХМ

декан факультету хореографічного мистецтва, доцент, кандидат мистецтвознавства



Ірина МОСТОВА

1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітня програма, ступінь	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна/заочна форма навчання	
Кількість кредитів 6	галузь знань 02 Культура і мистецтво	Вибіркова	
Загальна кількість годин 180	спеціальність 024 Хореографія освітня програма Хореографія	Рік підготовки:	
		1-й/2-й	
		Семестр	
		2-й/3-й	
		Аудиторні	
Тижневих годин для денної форми навчання: 3 сем. – 2 год.	Ступінь Другий (магістерський) рівень вищої освіти	60	18
		Лекції	
		34 год.	2 год.
		Практичні заняття	
		26	16 год.
		Самостійна робота	
		120 год.	162 год.
		Вид контролю	
		Залік	
		2 сем.	3 сем.

Примітка

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить:

для денної форми навчання - 60/120

для заочної форми навчання — 18/162

2. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ ДИСЦИПЛІНИ

КЗВ: «Контемпорарі денс» – дисципліна з вибірових освітніх компонентів, загальним обсягом – 6 кредитів.

Мета – Здобуття компетентностей в галузі найсучаснішого танцю – контемпорарі денс, формування нових способів хореографічного мислення за допомогою застосування експериментального досвіду танцю контемпорарі, що сприятиме генерації та реалізації творчих ідей, розширення кордонів хореографічного дослідження попередньо опанованих видів хореографії відповідно до сучасних тенденцій хореографічного мистецтва.

В результаті вивчення дисципліни здобувач вищої освіти повинен

Знати:

- особливості виразних засобів контемпорарі денс;
- історію розвитку контемпорарі денс;
- особливості розвитку контемпорарі денс в Україні;
- видатних хореографів контемпорарі денс, а також особливості їх творчої діяльності;
- різновиди розминки та варіанти побудови уроку;
- основні принципи утворення рухів контемпорарі денс;
- розподіл рухів контемпорарі денс на основні групи;
- вимоги до рушення, принципи взаємодії з простором та з часом;
- методичні засади техніки Вісь-Периферія;
- принципи роботи з підлогою в contemporary dance.
- особливості виконання обертів із використанням спіралей.
- особливості виконання технічно-складних рухів в contemporary dance.
- причинно-наслідковий зв'язок рухів як принцип побудови просторової комбінації.

Уміти:

- визначати основні характерні риси контемпорарі денс;
- виконувати варіанти рухів контемпорарі денс;
- створювати і розвивати комбінації рухів;
- аналізувати особливості балетмейстерського почерку видатних хореографів контемпорарі денс;

Мати навички:

- аналізу хореографічних творів видатних балетмейстерів контемпорарі денс;
- визначення та розуміння причинно-наслідкових зв'язків рухів;
- виконання основних рухів контемпорарі денс;
- виконання технічно-складних рухів в contemporary dance;
- створення комбінацій рухів та просторових комбінацій.

Критерієм засвоєння теоретичного та практичного матеріалу дисципліни КЗВ: «Контемпорарі денс» можна вважати досягнення мінімального порогового рівня у 60 балів.

3. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

3.1. Тематичний план навчальної дисципліни

1 курс 2 семестр (дфн)/2 курс 3 семестр (зфн)

Розділ 1. Теоретичні аспекти контемпорарі денс.

Тема 1. Поняття contemporary dance. Мета та завдання дисципліни

«Контемпорарі денс». Параметри аналізу руху .

Contemporary dance як напрям сучасного танцю. Основа та складові contemporary dance. Мета та особливості курсу «Контемпорарі денс». Основні завдання дисципліни.

Тіло людини як інструмент, що знаходиться в певному просторі в певний проміжок часу. Задача «тут і зараз». Енергоємність руху, інерція. Взаємозв'язок руху та дихання. Використання ваги - легкий/важкий рух. **Динаміка** руху, що залежить від закладеного в нього рівню енергії та імпульсу. Використання зусилля, розслабленості, інтенсивності. Якість руху. Баланс. **Потік** – вільний/обмежений рух.

Простір – направленість/ненаправленість руху. 3 кінесфери. Рівні. Площини. Ракурси.

Час. Швидкість, тривалість, ритм, пауза. Різновиди рушення за швидкостями: континуум, баунс, ребаунд, імпульс, імпакт.

Розділ 2. МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ КОНТЕМПОРАРІ ДЕНС.

Тема 2. Різновиди розминки та варіанти побудови уроку.

Побудова уроку залежить від мети. Завдання на імпровізацію можна включати до кожного розділу. Це буде стимулювати інтерес студентів до пошуку, поглиблювати відчуття та закріплювати новий досвід.

Розминка:

- вправи із йоги, стретчингу,
- імпровізація із завданнями (gaga) або сім «центрів руху»: голова-шия, плечі, лікті, кисті, стегна (таз), коліна, ступні- body jazz Габрієлли Рот.
- розминка «Port de bras» із застосуванням різних рухів тулубу (contraction — release, drop — recover, décalée, arch, curve, bounce, stretch, side stretch, tilt, twist.), body rolls (roll down, roll up), waves (ripple, worm, snake, dolphin) та позиціями рук на ніг,
- release travel: базові переكاتи та елементи лежачі на підлозі,
- переміщення звичайними шагами, в яке додаються вправи на базові відносини «Тіло + Простір », «Тіло + Час », розширення уваги назовні, на інших учасників завдання.

Побудова уроку по класичній схемі:

- розминка,
- основні тренувальні вправи можуть нагадувати екзерсис класичного танцю, але мають свої особливості (plie, battement tendu-point, flex, brush, push, , ronds, swing- розігрів тазостегнового суглобу, adagio, grand battement jete)

- ізоляція/ координація,
- вправи з flying low,
- кроси,
- технічно-складні рухи: обертання, стрибки, акробатичні елементи,
- танцювальні комбінації та імпровізації із завданнями.

Побудова уроку по методу імпровізації:

- розминка,
- крос вправи в парі. Наприклад, один робить переكاتи, інший робить перепони та шукає можливості керувати першим.
- крос партер. Наприклад, 1. завдання на фокус «до» дальньої точки, створення імпульсів від різних частин тіла. 2. завдання на фокус «від» точки, можна додати в роботу партнера. 3. на поєднання «до» та «від» точки, виведення руху назовні, додавання пауз у незвичних положеннях.
- на середині: завдання на пошук можливостей – рух за певним суглобом або відділом хребта – незвичні положення, траєкторії, зупинки та реверси,
- завдання на розвиток руху від простого до складного, від малого до великого по групах (виконують/спостерігають),
- завдання з межами (у просторі, у часі, у русі певними частинами тіла),
- завдання на переміщення в вільну точку простору та зміну дії по сигналу (стояти/рухатись, низько/високо, вузько/широко, частини тіла, характер, швидкість, шум, ритм та ін.)

Побудова уроку по техніці Release – партерна техніка, що побудована на м'якому відпусканні м'язів і суглобів, працює з принципом інерції.

- розминка-крос в партері - стягування ніг за рахунок центру, на животі «», переكاتи з планки, комплекс на принцип «від периферії до центру»,
- блок на середині партер – комбінації на основі відпрацьованих попередньо принципів, swing,
- блок крос – комбінації з перекатами і стрибкам,
- танцювальна комбінація.

Тема 3.. Вимоги до рушення на прикладі техніки Вісь-Периферія.

Правильна постава та основна позиція. Побудова зв'язків у тілі за допомогою техніки Вісь-Периферія. Реверс. Перенаправлення руху.

Тема 4. Взаємодія з простором та часом.

Простір.

Траєкторії. Рівні. Ракурси. Напрямки. Площини. 3 кінесфери.

Час.

Швидкість. Пауза. Ритм. Динаміка. Континуум, імпульс, імпакт, баунс, ребаунд.

Тема 5. Flying low- екзерсис на підлозі.

Flying low (робота в партері). Принцип рушення на підлозі. Рух у площині та в об'ємі. Використання spiral в роботі з підлогою, а також варіанти переходів між рівнями зі спіральною траєкторією. Використання опори.

Тема 6. Вивчення та вдосконалення технічно-складних рухів.

Варіанти обертів en dehors та en dedans, з паралельних та виворотних позицій, на 1 та 2 ногах, на місці та у просуванні, зі зміщенням вісі, з використанням спіралей.

Стрибки: маленькі, середні, великі, на місці та з просуванням, з додаванням різних положень тулубу.

Падіння через підйоми.

Використання акробатичних елементів.

Тема 7. Створення навчальних та танцювальних комбінацій студентами.

Тема та завдання комбінації. Принципи створення, розвитку та ускладнення комбінації. Проведення на групі.

3.2. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Назви розділів і тем	Заочна форма				
	усього	у тому числі			
		ауд	л	п	с.р.
1	7	8	9	10	11
Тема 1. Поняття contemporary dance. Мета та завдання дисципліни «Контемпорарі денс». Параметри аналізу руху.	12	2	2	-	10
Разом за розділом 1	12	2	2	-	10
Тема 2. Різновиди розминки та варіанти побудови уроку	30	2	-	2	28
Тема 3. Вимоги до рушення на прикладі техніки Вісь-Периферія	30	2	-	2	28
Тема 4. Взаємодія з простором та часом	24	2	-	2	22
Тема 5. Flying low- екзерсис на підлозі	24	2	-	2	22
Тема 6. Вивчення та вдосконалення технічно-складних рухів	24	2	-	2	22
Тема 7. Створення навчальних та танцювальних комбінацій здобувачами	36	6	-	6	30
Разом за розділом 2	168	16	-	16	152
Разом за семестр	180	18	2	16	162

Назви розділів і тем	Денна форма				
	усього	у тому числі			
		ауд	л	п	с.р.
1	7	8	9	10	11

Тема 1. Поняття contemporary dance. Мета та завдання дисципліни «Контемпорарі денс». Параметри аналізу руху.	12	4	4		8
Разом за розділом 1	12	4	4		8
Тема 2. Різновиди розминки та варіанти побудови уроку	30	10	6	4	20
Тема 3. Вимоги до рушення на прикладі техніки Вісь-Периферія	30	10	6	4	20
Тема 4. Взаємодія з простором та часом	24	8	4	4	16
Тема 5. Flying low- екзерсис на підлозі	24	8	4	4	16
Тема 6. Вивчення та вдосконалення технічно-складних рухів	24	8	4	4	16
Тема 7. Створення навчальних та танцювальних комбінацій здобувачами	36	12	6	6	24
Разом за розділом 2	168	56	30	26	112
Разом за семестр	180	60	34	26	120

3.3. ТЕМИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

№ з/п	Назва теми	Кількість годин ДФН/ЗФН
Розділ 2. Методичні засади контемпорарі денс		
1	Тема 2. Різновиди розминки та варіанти побудови уроку	4/2
2	Тема 3. Вимоги до рушення на прикладі техніки Вісь-Периферія	4/2
3	Тема 4. Взаємодія з простором та часом	4/2
4	Тема 5. Flying low- екзерсис на підлозі	4/2
5	Тема 6. Вивчення та вдосконалення технічно-складних рухів	4/2
6	Тема 7. Створення учбових та танцювальних комбінацій здобувачами	6/6

3.4. ТЕМИ САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ

№	Назва	Кількість годин ДФН/ЗФН
1.	Контемпорарі денс як окремий вид хореографічного мистецтва.	8/10
2.	Методика побудови уроку контемпорарі денс	20/28
3.	Опанування техніки Вісь-Периферія	20/28
4.	Основні принципи взаємодії танцівника з простором і часом.	16/22

5.	Опанування Flying low	16/22
6.	Опрацювання технічно складних танцювальних рухів	16/22
7.	Робота над створенням навчальних та танцювальних комбінацій	24/30

3.5. МЕТОДИ НАВЧАННЯ

Практичні заняття, самостійна робота, наочні (ілюстрація, демонстрація), методи стимулювання і мотивації, методи перевірки знань на практиці.

4. ФОРМИ ПОТОЧНОГО ТА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

4.1. Форми контролю

Підсумковий контроль засвоєння знань здійснюється у формі заліку.

Передбачено **рубіжні етапи контролю** для здобувачів вищої освіти денного та заочного відділень **у формі** перевірки виконання завдань самостійної роботи, якості підготовки до практичних занять та роботи на практичних заняттях.

4.2. Розподіл балів, які отримують студенти

Схема нарахування балів, які отримують здобувачі вищої освіти

РОЗДІЛ 1	РОЗДІЛ 2						ЗАЛІК 40		Сума
Т 1	Т 2	Т 3	Т 4	Т 5	Т 6	Т 7	Теоретичне опитування	Практичний показ	100
6	8	8	8	8	11	11	20	20	

4.3. РОЗПОДІЛ БАЛІВ ЗА ФОРМАМИ КОНТРОЛЮ

Шкала орієнтовного нарахування балів за основні форми навчальної діяльності:

- Виконання завдань самостійної роботи – 5, 10 балів.
(тема 1 – 6 балів, тема 2, 3, 4, 5 – 5 бали, тема 6, 7 – 6 балів)
- Виконання практичних завдань – 5, 10 балів (тема 2, 3, 4, 5 – 3 бали, тема 6, 7 – 5 балів)

Можлива максимальна кількість балів, набраних до підсумкової форми контролю – 60 балів.

Підсумковий контроль – 40 балів.

Всього: 100 балів.

Критерії оцінювання досягнень здобувачів вищої освіти на підсумковій формі контролю

Оцінка «відмінно»/«зараховано» (31-40 балів) ставиться, якщо здобувач отримав 90-100% балів з тесту. Під час практичної частини продемонстрував високий рівень виконавської майстерності, виявив яскраву емоційну виразність, володіння високою технікою виконання рухів.

Оцінка «добре»/«зараховано» (21-30 балів) ставиться, якщо здобувач отримав 70-89 % балів з тесту. Під час практичної складової допустив незначні неточності у методиці виконання рухів, практичний матеріал виконав не на високому рівні, про що свідчать деякі помилки в послідовності рухів, а у характері виконання показав недостатню або посередню емоційну виразність.

Оцінка «задовільно»/«зараховано» (11-20 балів) ставиться, якщо здобувач отримав 50-69 % балів з тесту. Під час практичної складової продемонстрував наявні недоліки та/або помилки у методиці виконання рухів, допускав багато неточностей у послідовності рухів в танцювальних комбінаціях, практичний матеріал засвоєно на середньому рівні. Відсутня емоційна виразність.

Оцінка «незадовільно»/«не зараховано» (0-10 балів) вказує на те, що здобувач не впорався з тестом, отримавши менше 50% балів. Під час показу практичних компетентностей продемонстрував неволодіння методикою виконання хореографічних рухів, відсутність знань практичного матеріалу, про що свідчить велика кількість помилок у послідовності рухів та методиці їх виконання. Емоційно невиразний.

Зарахування результатів неформальної та інформальної освіти

Неформальна освіта передбачає освіту, яка здобувається, як правило, за освітніми програмами та не передбачає присудження визнаних державою освітніх кваліфікацій за рівнями освіти, але може завершуватися присвоєнням професійних та/або присудженням часткових освітніх кваліфікацій.

Інформальна освіта (самоосвіта) передбачає освіту, яка є самоорганізованим здобуттям особою певних компетентностей, зокрема під час повсякденної, громадської, професійної або іншої діяльності.

Зарахування результатів неформальної та/або інформальної освіти відбувається за наявності відповідного документу, що передбачає підтвердження отриманих компетентностей, які зафіксовані у декларації про попереднє навчання.

Відповідно до Положення про порядок визнання результатів навчання здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти у ХДАК здобувачеві може бути зараховано повний об'єм кредитів або частину кредитів у разі співпадіння з

темами освітнього компоненту, або додатково нараховано бали у розмірі — до 2% від можливої кількості балів набраних до форми підсумкового контролю.

4.4 ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ: НАЦІОНАЛЬНА ТА ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
		для заліку
90 – 100	A	зараховано
82-89	B	
74-81	C	
64-73	D	
60-63	E	
35-59	FX	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

5. МАТЕРІАЛЬНО-ТЕХНІЧНА БАЗА ТА ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

Переносна мультимедійна система: проектор ViewSonic VS13870 2015 р., колонки Sven BF21R 2015 р., переносний екран, ноутбук Lenovo ThinkPad T480S (введення у експлуатацію – 2022 р.); ПЗ: Firefox 130.0.1, Chrome 129.0.6668.70/71, LibreOffice 24.8.2, OpenOffice 4.1.15, PDF XChange Viewer 10, 7-zip 23-01, Zoom 6.2.0 (не потребує ліцензування); Classroom, Meet у корпоративному освітньому сервісі Google Workspace for Education у разі навчального процесу онлайн.

6. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

Основна

1. Контемпорарі денс : конспект лекцій до дисципліни для здобувачів другого (магістер.) рівня вищої освіти, галузь знань 02 «Культура і мистецтво», спец. 024 «Хореографія», освітня програма «Хореографія» / М-во культури та інформ. політики України, Харків. держ. акад. культури, Ф-т хореогр. мистецтва, Каф. сучас. та бальної хореогр. ; [уклад. О. Ю. Хендрик]. — Харків : ХДАК, 2024. — 21 с.

URI <https://repository.ac.kharkov.ua/handle/123456789/3078>

2. Даниленко Ю.В. Сучасний танець та методика його викладання : конспект лекцій з дисципліни, розділ «Contemporary dance» для студентів спец. 024 «Хореографія», спеціалізація «Сучас. хореогр.» / М-во культури України,

Харків. держ. акад. культури, Ф-т хореогр. мистецтва, Каф. сучас. та бальної хореогр., [уклад. Даниленко Ю.В.]. – Харків : ХДАК, 2018. – 35 с.

3. Чепалов О. Хореографічний театр Західної Європи ХХ ст. : монографія / О. Чепалов. – Х. : Харківська держ. академія культури, 2007. – 344 с.

4. Шабаліна О. М. Пластичність. Мова. Тіло : монографія / О. М. Шабаліна ; Харків. держ. акад. культури. – Харків : ХДАК, 2018. – 192 с.

Додаткова

1. Бернадська Д. Феномен синтезу мистецтв в сучасній українській сценічній хореографії : автореф. дис. канд. мистецтвознавства : спец. 17.00.01 – теорія та історія культури / Д. Бернадська. – К. : Київ. нац. ун-т культури і мистецтв, 2005. – 20 с.

2. Бігус О. О., Маншилін О. О., Кондратюк Д. О., Мова Л. В., Журавльова А. В., Герц І. І., Донченко Н. П., Батєєва Н. П. Сучасний танець: основи теорії і практики : навч., посіб. / О.О.Бігус та ін., М-во освіти і науки України, М-во культури України, Київ. нац. ун-т культури і мистецтв, Каф. сучас. хореогр. – Київ : Ліра-К, 2019. – 262 с.

3. Колногузенко Б. М. Види мистецтв і хореографії : [метод. посіб.] / Б. М. Колногузенко ; М-во культури України, Нац. хореогр. спілка України. – 2-ге вид., допов. – Харків, 2014. – 319 с.

4. Кучин С.П. Особливості державної політики в сфері культури та освіти (соціально-економічний аспект) / С. П. Кучин // [Зовнішня торгівля: економіка, фінанси, право](#). - 2013. - № 2. - С. 40-48. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/uazt_2013_2_8

5. Федотова Н. Поширення танцю контемпорарі в Україні. Культура і сучасність : альманах. 2021. № 2. С. 97–103.

6. Хендрик О.Ю. Основи Бартенієфф: аналітичний підхід до педагогіки сучасного танцю / Актуальні питання гуманітарних наук : міжвуз. зб. наук. пр. молодих вчених / Дрогобицьк. держ. пед. ун-т імені Івана Франка. — Дрогобич: Видавничий дім «Гельветика», 2020. — Вип. 28, том 4. — С. 223–228.

7. Хендрик О. Педагогічні підходи до створення contemporary dance під час навчання балетмейстерському мистецтву студентів українських ЗВО // Культура України : зб. наук. пр. / Харків. держ. акад. культури. – Харків, 2019. – Вип. 65. – С. 196–206.

8. Хендрик О. Педагогічні прийоми композиції contemporary dance: досвід Каролін Карлсон // Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. – Умань, 2020. – Вип. 2. – С. 145–153.

9. Хендрик О. Поняття contemporary dance та композиції його хореографічного тексту / О. Ю. Хендрик // Вісн. Нац. акад. кер. кадрів культури і мистецтв. – 2017. – № 3. – С. 128–132.

10. Шабаліна О. Розвиток українського хореографічного мистецтва на початку XX ст.: джерела та тенденції. Вісник Львівської національної академії мистецтв : зб. наук. праць. Львів, 2016. Вип. 28. С. 263–273.
11. Hays J. Modern Dance: A Biomedical Approach to Teaching. – St. Louis, MO: C.V. Mosby, 1981.
12. Horst L., Russell C. Modern Dance Forms. – Princeton, NJ: Dance Horizons/Princeton Book Co., Publ., 1987.
13. Humphrey D. Construire la danse. – Bernard Coutaz, 1990. – 224 p.
14. Fitt S. Dance Kinesiology. – New York : Schirmer Books, 1988.
15. Foster S. L. Reading Dancing: Bodies and Subjects in Contemporary American Dance. – Berkeley, CA : The University of California Press, 1986.
16. Livett A. Contemporary Dance. – New York : Abbeville Press, 1978.
17. Minton S. C. Choreography: A Basic Approach Using Improvisation. – Champaign, Illinois : Human Kinetics Publishers, Inc., 1986.

Інформаційні ресурси

1. Бібліотека Харківської державної академії культури
2. Харківська міська спеціалізована музично-театральна бібліотека імені К. С. Станіславського
3. Харківська державна наукова бібліотека імені В. Г. Короленка
4. Google Scholar : безкоштовна онлайн-служба для пошуку наукових публікацій, статей, дисертацій, книг та інших академічних матеріалів з різних дисциплін.
[Електронний ресурс] // <https://scholar.google.com.ua>