

<https://doi.org/10.31516/2410-5325.084.08>*
УДК 792.8:378.091.39](477)(045)

PROGRESSING BALLET TECHNIQUE (PBT) ЯК МЕТОД ФОРМУВАННЯ СУЧАСНОГО ТАНЦІВНИКА

A. A. Паладійчук

Харківська державна академія культури, м. Харків, Україна
paladiy79@gmail.com

Н. В. Цигановська

Харківська державна академія культури, м. Харків, Україна
ncyganovskaa@gmail.com

A. Paladiichuk

Kharkiv State Academy of Culture, Kharkiv, Ukraine
<https://orcid.org/0000-0003-3658-4004>

N. Tsyhanovska

Kharkiv State Academy of Culture, Kharkiv, Ukraine
<https://orcid.org/0000-0001-8168-4245>

A. A. Паладійчук, Н. В. Цигановська. Progressing Ballet Technique (PBT) як метод формування сучасного танцівника

У статті розглянуто розроблену й апробовану балетними установами методику підготовки танцівників, яка поєднує класичний екзерсис і результати новітніх наукових досліджень руху людського тіла — Progressing ballet technique (PBT). Доведено, що ця методика не лише сприяє оптимізації фізичних кондицій і технічної вправності танцівників, а й формує сучасне постмодерне світосприйняття в результаті розширення інтероцептивного і пропріоцептивного діапазону відчуттів. Послідовне й осмислене впровадження цього методу в українські навчальні заклади допоможе підготувати нове покоління танцівників відповідно до сучасних стандартів хореографії. PBT підвищить конкурентоспроможність українських артистів на міжнародній арені та сприятиме розвитку хореографічної культури в Україні.

Наукова новизна статті полягає у висвітленні методу PBT у мистецтвознавчому контексті як одного зі способів формування постмодерного танцювального світосприйняття.

Ключові слова: *progressing ballet technique, PBT, мистецтво постмодерну, танець, балетна техніка, хореографічна освіта.*

A. Paladiichuk, N. Tsyhanovska. Progressing ballet technique (PBT) as a method of a modern dancer development

The purpose of the article is to highlight PBT as a postmodern approach to the development of a modern dancer.

The methodology is based on an art history approach with the use of general scientific methods of observation, analysis, synthesis and generalization.

The PBT system is becoming not only a technical tool, but also an artistic phenomenon that unites different cultural and artistic traditions. This global view emphasizes the importance of PBT for the development of choreography as an art form and facilitates the international exchange of artistic experience. The integration of PBT into Ukrainian dance education enriches the training of young dancers and facilitates the exchange of ideas between the global community of choreographers and national traditions, expanding the cultural influence of Ukrainian art.

The use of this method contributes to balanced physical development, improvement of technical skills and enhancement of dancers' skills. Its implementation in Ukrainian educational institutions will help train a new generation of talented dancers in accordance with modern choreography standards, which will increase the competitiveness of Ukrainian artists on the international stage and promote the development of choreographic culture in our country.

Thus, progressing ballet technique (PBT), developed in Australia and tested by numerous ballet institutions around the world, is a method of training dancers that combines classical expression and the results of the latest scientific research on human body movement. It has been proven that this technique not only helps to optimize the dancers' physical condition and technical skills, but also shapes the modern postmodern worldview by expanding the interoceptive and proprioceptive range of sensations. Consistent and meaningful implementation of this method in Ukrainian educational institutions will help train a new generation of dancers in accordance with modern choreography standards. PBT will increase the competitiveness of Ukrainian artists in the international arena and contribute to the development of dance culture in Ukraine.

* This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License.

The scientific novelty of the article consists in highlighting the PBT method in the art history context as one of the ways of development of a postmodern dance worldview.

Keywords: *progressing ballet technique, PBT, postmodern art, dance, ballet technique, choreographic education.*

Постановка проблеми. Наразі в Україні існує 37 навчальних закладів, які готують фахівців у галузі 024 «Хореографія» на рівнях бакалаврату та магістратури. Це свідчить про значний попит на кадри в цій сфері, а також вказує на наявні виклики та проблеми в українському хореографічному мистецтві. Авторський аналіз освітніх програм і методичних комплексів у провідних закладах вищої освіти, що спеціалізуються на хореографії, підтвердив необхідність їх модернізації та вдосконалення з метою реакції на поточні виклики й тенденції в цій галузі. Традиційні методики навчання в хореографічному мистецтві, хоча і вирішували завдання розвитку професійних навичок танцівників, нині потребують ще більш продуктивних та інноваційних стратегій. Останні спрямовані на поліпшення технічних, фізичних і, найголовніше, світоглядних аспектів виконавської танцювальної майстерності. Проблема перегляду світоглядних та методичних засад української хореографічної освіти ускладнюється у зв'язку з війною, недостатнім фінансуванням, від'їздом кваліфікованих кадрів та консерватизмом педагогічного складу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасний період розвитку українського хореографічного мистецтва відзначається значними досягненнями — як у теоретичній, так і в практичній сферах методології танцю.

Вплив постмодернізму на хореографічне мистецтво останнім часом постійно перебуває в центрі уваги українських дослідників, зокрема О. Чепалова (2007), М. Погорілої (2017). Соцреалізм як стиль творчості вітчизняних митців висвітлено в публікаціях, зокрема Т. Гундорової (2008) та О. Роготченка (2014). Інноваційні підходи в розвитку хореографічної виконавської майстерності розглядають вітчизняні науковці К. Бортник (2020), О. Хендрик (2020), Є. Кущенко (Кущенко, 2021), Н. Цигановська

й А. Паладійчук (2022, 2023) та іноземні фахівці Дж. М. Алстін (Alsteen, 2019), З. Ковіч (Kovich, 2007), А. Скарлі (Schärli, 2017), Н. Сато, Х. Нуноме, Й. Ікегами (Sato, Nunome, Ikegami, 2015), Д. Альвес, Ф. Клементе (Alves, Clemente, Gonçalves, Lagoa, Silva, 2023) та ін.

Проте аналіз освітніх програм, силабусів та навчальних методичних комплексів провідних мистецьких та педагогічних закладів України¹ виявив певну непослідовність у залученні інноваційних технологій, методик та прийомів для поліпшення професійної підготовки в хореографічній освіті. Це свідчить про потребу в цілеспрямованій модернізації навчальних програм та підвищенні уваги до вимог сучасної хореографічної культури для забезпечення якісної підготовки майбутніх танцюристів.

Мета статті — висвітлити метод PBT у мистецтвознавчому контексті як один зі способів формування постмодерного танцювального світосприйняття.

Методологія розвідки має в основі мистецтвознавчий підхід. У процесі дослідження застосовано загальнонаукові методи спостереження, аналізу, синтезу й узагальнення.

Джерельну базу розвідки склали освітні програми, силабуси, навчально-методичні комплекси провідних мистецьких та педагогічних закладів України, різноманітні матеріали на відеоплатформах: репетиції, майстер-класи, балетні вистави, блоги з вправами за системою PBT, публікації на балетну тематику в соцмережах.

Виклад основного матеріалу дослідження. Протягом другої половини ХХ ст. в західній культурі і хореографічному мистецтві утверджувалося постмодерністське світосприйняття, котре привело до «переосмислення засадничих принципів балетного театру, естетики і технік у сфері хореографічного мистецтва в цілому» (Погоріла, 2017, с. 66). «Завдяки постмодернізму змінюються вимоги до мистецького твору, що викликає трансформації сталих форм, зокрема і в балеті... Особливо яскравого прояву в балетному театрі набули такі риси постмодернізму, як мозаїчна структура, сегментація, полістилістика мистецького твору, цитування, реабілітація і використання ідей минулого в контексті

1. Хореографія. Education.ua. <https://www.education.ua/universities/khoreohrafia>

сьогодення» (там само, с. 68). Інший дослідник західноєвропейського хореографічного мистецтва О. Чепалов окремо підкреслює, що «постмодернізм задає новий горизонт представлення в сучасній культурі ідей і текстів культурної традиції» (Чепалов, 2007, с. 42). Постмодернізм формує принципово інше ставлення до тіла танцівника, потребуючи здатності до широкого спектра нюансів і відчуттів, яскравої індивідуальності, осмисленості рухів. Танець завжди формується під впливом соціальних, культурних та фізичних чинників. А. Грау, танцювальний антрополог, стверджує, що «не існує такого поняття, як природне тіло, не існує архетипного тіла, а є тіла, які є культурно і соціально сконструйованими» (Grau, 1993, p. 21). Постмодернізм спричинив перегляд усталених підходів та методик виховання балетного тіла, спроможного акумулювати й транслювати новий світогляд.

Інноваційні підходи до розвитку виконавської майстерності в хореографії на сучасному етапі містять різноманітні напрями, що поєднують фізичну активність з художнім вираженням. Серед найперспективніших слід відзначити систему *Progressing Ballet Technique* (PBT) — інноваційну програму навчання в хореографічному мистецтві, спрямовану на покращення технічно-виконавських навичок танцівників шляхом акцентуації уваги на розвитку м'язової пам'яті, яка є важливою в кожному русі та стилі танцю¹. Засновницею системи PBT є М. Уолтон-Махон, австралійська балерина та педагог класичного танцю, яка в 90-х рр. ХХ ст., працюючи з групою учнів, помітила, що використання фітнес-обладнання, зокрема фітболів, прискорює темпи оволодіння технікою виконання вправ та рухів класичного танцю. Уже за три місяці учні продемонстрували поліпшення в усвідомленні постави, розподілі ваги, відчутті свого тіла. Удосконалюючи свій метод, М. Уолтон-Махон у 2004 р. розробила систему PBT, що вміщувала комплекси тренажів зі спеціальним обладнанням, таким як фітболи (див. рисунки 1, 2, 3), мініболи та гумові еспандери (стрічки) (див. рисунок 4). Ця система ґрунтується на принципах інтероцепції, яка об'єднує здатність

людини сприймати положення свого тіла, його розташування в просторі й часі (пропріоцепція), а також відчувати внутрішні органи, зокрема м'язи, та їх функціонування (вісцероцепція). У контексті PBT інтероцепція використовується для вдосконалення усвідомленості та контролю над позою, рухами, стійкістю під час виконання хореографічних елементів. Застосування цього принципу дозволяє танцівникам не лише поліпшувати технічні аспекти, а і збагачувати свій внутрішній досвід руху, сприяючи виразній та ефективній інтерпретації танцю.

Використання фітболів і мініболів як нестабільних поверхонь зумовлює активізацію глибоких м'язів, що забезпечує оптимальне функціонування інтероцепції. Під час виконання вправ, спрямованих на утримання балансу та стійкості, ці інструменти викликають активний відгук внутрішніх рецепторів м'язів та суглобів. Гумові еспандери (стрічки) використовуються для розширення амплітуди рухів та підвищення гнучкості, забезпечують додатковий опір під час витягання, зумовлюючи появу відчуття власного тіла й руху. Це сприяє швидшому та водночас оптимальнішому вдосконаленню координації рухів й контролю власної постави.

Послідовне застосування методу PBT впливає на формування світогляду танцівника, розширюючи його концепцію простору і сприйняття середовища через фізичне відчуття опору речі (у цьому разі це м'ячі й еспандери). Система вправ складена таким чином, що їх неможливо виконати неправильно, відтак самоконтроль танцівника замінює контроль наставника. Тобто до традиційних для артистів балету зовнішніх вимірів технічної досконалості додаються внутрішні. Традиційний класичний екзерсис незамінний для підготовки виконавців сценічних танців, однак для несценічних має обмежене значення, зокрема для популярного в Україні конкурсного бального танцю, який сповідує принципово іншу концепцію простору і організацію руху (Шкуреев, 2023, с. 65). У контексті професійної підготовки майбутніх хореографів така особливість надає методу PBT окремого

1. *Progressing Ballet Technique*. <https://pbt.dance/en>

значення, адже безпосередньо стосується формування фахових компетенцій не лише сценічних видів танцю, а й рекреаційно-оздоровчих.

Метод РВТ передбачає різноманітні позиції тіла виконавця щодо спеціального обладнання: горизонтальні, вертикальні та позиції під нахилом. Виконання тренувальних рухів танцю в цих позиціях приводить до зміни напрямку сили тяжіння на м'язи та суглоби, створюючи відчутне фізичне навантаження. Це важливо, оскільки такий підхід забезпечує м'язи й суглоби більш значущим функціональним стимулом, сприяючи їхньому ефективнішому розвитку. Водночас різноманітні позиції тіла в просторі не лише готують танцівника до виконання акробатичних елементів сучасного танцю, а й усувають травмонезбезпечні декомпенсації в тілі, до яких призводять сучасні професійні навантаження. Це, у свою чергу, зумовлює нове світосприйняття танцівника, зменшуючи або взагалі знімаючи фізичні дискомфорт і біль, що розширює емоційну палітру його творчості, формує готовність до гри, експерименту, перформансу.

Нині РВТ — це унікальна система тренувань, яка базується на елементах класичного танцю та пропонує спеціально розроблені вправи, спрямовані на поетапне й прогресивне навчання, починаючи від базових основ і вправ, що спрямовані на досягнення високого рівня танцювальної майстерності. У науковій праці “The influence of professional development on dance teachers’ pedagogy and practice: a case study on progressing ballet technique” (Alsteen, 2019), доктор педагогічних наук Дж. М. Алстін зазначає, що система РВТ включає приблизно 80 вправ з різними видами обладнання. На його думку, програма РВТ сконцентрована на укріпленні глибокої м'язової мускулатури, формуванні стійкості та розвитку сили в танцівників, що, у свою чергу, сприяє поліпшенню виконавської майстерності та запобіганню травм. Наразі понад 3500 танцювальних шкіл у таких країнах, як Америка, Канада, Мексика, Бразилія, Австралія та Китай, додали у свої навчальні програми з хореографії тренування за системою РВТ.

Відомі фахівці та авторитетні представники балетного світу, зокрема Д. МакАллістер, який протягом значної частини своєї кар'єри обіймав

посаду художнього керівника Австралійського балету, Лі Цуньсін, балетний танцівник і художній керівник трупи “Queensland Ballet” у Брісбені, Австралія, а також Л. Данн, яка є головним викладачем в Академії Тані Пірсон, відзначають ефективність та важливість системи РВТ для розвитку хореографічної майстерності.

У процесі розгляду накопиченого досвіду видатних хореографічних установ світу, таких як Балетна школа Паризької опери, Королівська балетна школа в Лондоні, Школа американського балету в Нью-Йорку, Школа Джона Кранко в Штутгарті, інші школи в Гавані, Австралії, Сан-Франциско, Канаді, Джульєрдська школа танцю в Нью-Йорку, інші школи в різних кутках світу, де використовують інноваційні методи системи РВТ, можна сформулювати висновок про важливість цього підходу в глобальному контексті хореографії.

У такому разі виникає необхідність дослідження та впровадження інноваційних підходів в українську хореографічну освіту, з метою більш ефективного опанування виконавською танцювальною майстерністю порівняно з традиційними методиками для створення передумов для якнайповнішої творчої самореалізації українських танцівників в умовах викликів сучасності. РВТ має привернути особливу увагу української танцювальної спільноти також як методика, сформована в середовищі австралійського балету, у розвитку якого видатну роль відіграла українська балерина М. Березовська, донька славетного художника Г. Нарбути (Факультет хореографічного мистецтва КНУКІМ (б.а.), 2022), водночас як вітчизняні танцівники вивчали класичний танець під керівництвом російських педагогів, наслідуючи їх стиль, манеру і вподобання. Протягом десятиліть в українському хореографічному мистецтві під впливом радянської ідеології нашарувались хиמרні рештки російського імперського балету, авангардистських пошуків 1920–30-х, хореодрами другої половини 1930-х — першої половини 50-х, симфонічних балетів 1970-х — початку 1980-х рр. На цих різнопланових нашаруваннях утвердилися канон вітчизняного балету, його образний світогляд у протиставленнях добро — зло, хороший — поганий, установки на свідому

відмову від пізнання реальної дійсності, жертовність, самозречення, культ страждання. Зречення реальності, властиве всьому мистецтву соцреалізму (Гундорова, 2008, с. 15), у хореографії набувало всезагальності: танець, як класичний, так і народний, мав змушувати глядачів забувати про трагедії і нестерпні умови життя повсякдення, співчувати несправжнім героям, перейматись фантастичними ситуаціями. Балет став візитною карткою радянської культури, його артисти отримали можливість гастролювати світом, набули статусу елітної творчої професії з ширшим, ніж у пересічних громадян, доступом до матеріальних благ, що робило професію артиста балету привабливою, а методику професійної підготовки — авторитарною, замкненою, байдужою до особистості і фізичного здоров'я танцівника. Зокрема, О. Хендрик зазначає: «орієнтація студента на зовнішньо-естетичну та технічну складові частини навчання приводить до формування, як правило, болючого фізичного й психологічного навантаження в прагненні досягнути ідеалізованої фізичної форми, технічних здібностей та статусу... Багаторазове повторення не сприяє критичному мисленню й рідко сприяє розумінню на більш ніж поверхневому рівні» (Хендрик, 2020, с. 224).

Сучасний український балет переважно існує у своєму окремому замкненому світі зі своїми цілями і цінностями, орієнтуючись в основному на зразки російського радянського й пострадянського балету, оскільки в такому вигляді він користується попитом у світі, надаючи можливість для додаткового заробітку. Зокрема, взимку 2023–2024 рр., коли державні театри Німеччини відмовились від балету «Лускунчик» у репертуарі, саме приватні трупи, що склались у тому числі з українських танцівників, котрі, рятуючись від війни, виїхали з України, виступали з цією виставою.

Переглянути репертуар, а з ним і канон українського балету змусили суспільно-політичні події останнього десятиліття. З 2014 р. у творчому доробку українських театрів невпинно зростає кількість нових оригінальних постановок. Так, з'явилися «Маленький принц», «Красуня і чудовисько» (Й. Нус, «Схід Опера»), у яких «харківські глядачі побачили незвичну хореографію,

гармонійну, професійну, зважену, витриману, різноманітну, у якій майстерно переплетені базові комбінації класичного екзерсису, видатний балет кількасотлітньої давнини і найкращі знахідки хореографії другої половини ХХ ст.» (Шкуреєв, 2020, с. 95). Наступним етапом утвердження нових канонів українського хореографічного мистецтва стали «Тіні забутих предків» (А. Шошин, Львівська опера), «Лісова пісня», «Нескорені» (А. Литвинов, «Дніпро Опера»). Окремо слід відзначити творчість Г. Ковтуна, зокрема балет «Сойчине крило» за мотивами новели І. Франка на музику А. Кос-Анатольського, у день прем'єри якого хореограф-постановник зазначив: «Комуністична та пост-комуністична традиція, яка впиралася у «Лускунчик», вже, на щастя, закінчилася. Ми повинні показувати на Різдво та новорічні свята щось своє. Радянська влада намагалась приховати від глядачів українську самобутність, зокрема і цей твір» (цит. за: Тупальська, 2023).

Таким чином, нові ідеї щодо постановок класичних балетів і створення принципово нових творів поступово утверджуються в українському хореографічному мистецтві, а з ними й інше ставлення до професійної підготовки танцівників. Якщо в радянській традиції визначальними критеріями професіоналізму танцівника була відповідність формі і канону, то в постмодерному — індивідуальність, здатність створювати пластичні образи, знаходити власні трактування класичних партій, розкривати нові або призабуті аспекти танців або їх варіацій.

Культурно-історичні умови сьогодення сприяють подоланню суперечностей українського хореографічного мистецтва, позбавленню чужорідних решток великодержавницької ідеології, а разом з ними і застарілих підходів до професійної підготовки танцівників. Поступово формується нове ставлення до індивідуальності танцівника, виникає нова концепція балетного тіла. Танцівники, користуючись можливостями сучасного інформаційного простору, самі засвоюють нові методики тренувань. Відтак, є потреба системно долучити їх, і зокрема РВТ, у хореографічну освіту.

Висновки. Progressing ballet technique (PBT) є методикою підготовки танцівників, яка поєднує

класичний екзерсис і результати новітніх наукових досліджень руху людського тіла. Доведено, що ця методика не лише сприяє оптимізації фізичних кондицій і технічної вправності танцівників, а й формує сучасне постмодерне світосприйняття в результаті розширення інтероцептивного і пропріоцептивного діапазону відчуттів.

Послідовне й осмислене впровадження цього методу в українські навчальні заклади допоможе підготувати нове покоління танцівників відповідно до сучасних стандартів хореографії.

PBT підвищить конкурентоспроможність українських артистів на міжнародній арені та сприятиме розвитку хореографічної культури в Україні.

Перспективи подальших досліджень. Розширення сфери досліджень може охоплювати вивчення методів адаптації системи PBT для різних стилів хореографії та різних категорій вікових груп танцюристів. Теоретичний інтерес становить поширення впливу системи PBT на творчий потенціал танцівників та їхню інтерпретацію музики. Також уваги потребують контрольоване експериментально-практичне застосування методу PBT на конкретній групі танцівників і розробка відповідної дослідницької методики.



Рис. 1. Вправа на розвиток глибокої мускулатури з використанням



Рис. 2. Вправа на розвиток рухливості кульшових суглобів з використанням фітболу



Рис. 3. Вправа на розвиток гнучкості (port de bras) з використанням фітболу



Рис. 4. Вправа на розвиток стабільності та виворотності з використанням гумової стрічки та фітболу

Список посилань

- Бортник, К. В. (2020). Метод Фельденкрайза як інноваційний засіб навчання танцювальному мистецтву студентів театральних ЗВО. В М. Пантюк, А. Душний, І. Зимомря (Ред.-упор.), *Актуальні питання гуманітарних наук: міжвузівський збірник наукових праць молодих вчених Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка* (Вип. 29, Т. 1, сс. 216–221). Видавничий дім «Гельветика».
- Герц, І. І., Бігус, О. О., Маншилін та ін. (2016). *Сучасний танець. Основи теорії і практики*. Ліра-К.
- Гундорова, Т. (2008). Соцреалізм: між модерном і авангардом. *Слово і час*, 4, 14–21.
- Кущенко, Є. О. (2021). Ефективність методу Progressing Ballet Technique для формування навичок виконання класичного танцю. В О. В. Гончар (Відпов. за вип.), В. М. Шейко та ін. (Ред. колегія), *Культура та інформаційне суспільство XXI століття, Матеріали всеукраїнської науково-теоретичної конференції молодих учених, ХДАК*, 168–170.
- Мова, Л. В. (2022). Особливості фахової підготовки хореографів (Contemporary dance). *Наукові записки*, 154, 107–116.
- Паладійчук, А. А., & Цигановська, Н. В. (2022). Удосконалення виконавської майстерності в народно-сценічному танці засобами міофасціального релізу. *Культура України*, 76, 156–161.
- Паладійчук, А. А., & Цигановська, Н. В. (2023). Хореографічна освіта: сучасні технології професійної підготовки (на прикладі розвитку хореографічної стійкості). *Культура України*, 79, 103–112.
- Погоріла, М. (2017). Постмодернізм у балетному театрі. *Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого*, 20, 66–70.
- Роготченко, О. (2014). Нове прочитання соцреалістичної доктрини як обов'язкового стилю художнього життя до- і повоєнної доби СРСР-УРСР. *Мистецтвознавство України*, 14, 169–174.
- Тупальська, О. (2023, Грудень 26). Традиція «Лускунчика» відійшла у небуття разом з СРСР: друга після 1956 року прем'єра балету «Сойчине крило» отримала відзнаку (ФОТО). *Великий Київ*. <https://bigkyiv.com.ua/tradycziya-luskunchyka-vidijshla-z-srsr-druga-pislya-1956-roku-premyera-baletu-sojchyne-gnizno-otrymala-vidznaku/amp/>
- Факультет хореографічного мистецтва КНУКІМ (б.а.). (2022, Лютий 16). Марина Березовська. *Факультет хореографічного мистецтва КНУКІМ*. <https://dance.knukim.edu.ua/marina-berezovska/>
- Хендрик, О. (2020). Основи Бартенієфф: аналітичний підхід до педагогіки сучасного танцю. В М. Пантюк, А. Душний, І. Зимомря (Ред.-упор.), *Актуальні питання гуманітарних наук: міжвузівський збірник наукових праць молодих вчених Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка* (Вип. 28, Т. 4, сс. 223–228). Видавничий дім «Гельветика». http://www.apfn-journal.in.ua/archive/28_2020/part_4/28-4_2020.pdf#page=212
- Цветкова, Л. Ю. (2005). *Методика викладання класичного танцю*.
- Цветкова, Л. Ю. (2019). Практики викладання класичного танцю: проблеми та засоби їх вирішення. В *Художні практики та мистецька освіта у кроскультурному просторі сучасності*, Матеріали V Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Полтава, 7–8 жовтня 2019 р.), ПНПУ імені В. Г. Короленка, 23–26.
- Чепалов, О. І. (2007). Специфіка аналізу постмодерного танцю. *Вісник державної академії керівних кадрів культури і мистецтва*, (1), 42–47.
- Шилова, Л. М., & Дегтяр, Л. П. (2022). *Класичний танець та методика його викладання*. ХДАК.
- Шкурєєв, К. І. (2020). Трансформації соціокультурного змісту українських балетів для дітей (1990-ті — 2010-ті роки). *Культура України*, 70, 90–99. <https://doi.org/10.31516/2410-5325.070.08>
- Шкурєєв, К. І. (2023). Проблеми інституціоналізації вищої професійної освіти спортивних бальних танців. *Культура України*, 81, 63–69. <https://doi.org/10.31516/2410-5325.081.08>
- Alsteen, J. M. (2019). *The Influence of Professional Development on Dance Teachers' Pedagogy and Practice: A Case Study on Progressing Ballet Technique* [Doctoral dissertation, Edgewood College].
- Alves, D., Clemente, F., Gonçalves, C., Lagoa, M., & Silva, A. F. (2023). Analysis of motor competence and physical fitness in dancers: a pilot study. *Human Movement*, 24 (2), 118–126.
- Grau, A. (1993). John Blacking and the Development of Dance Anthropology in the United Kingdom. *Dance Research Journal*, 25/2.

- Kovich, Z. (2007). Promoting Dexterity in Technical Dance Training using the Feldenkrais Method. *Feldenkrais Research Journal*, 3. http://iffresearchjournal.org/system/files/4-Kovich__IFF_Vol3_2007.pdf
- Sato, N., Nunome, H., & Ikegami, Y. (2015). Kinematic analysis of basic rhythmic movements of hip-hop dance: motion characteristics common to expert dancers. *Journal of Applied Biomechanics*, 31 (1), 1–7.
- Schärli, A. (2017). *Functional movement analysis in dance*. Springer.

References

- Bortnyk, K. V. (2020). Feldenkreis method as an innovative means of teaching dance art to students of theater universities. In M. Pantiuk, A. Dushnyi, I. Zymomria (Eds.-Comps.), *Topical Issues of the Humanities: Interuniversity Collection of Scientific Papers of Young Scientists of Ivan Franko Drohobych State Pedagogical University* (Vol. 29, Vol. 1, pp. 216–221). Helvetica Publishing House. [In Ukrainian].
- Herts, I. I., Bihus, O. O., Manshylin et al. (2016). *Contemporary dance. Fundamentals of theory and practice*. Lyra-K. [In Ukrainian].
- Hundorova, T. (2008). Social Realism: between modernity and avant-garde. *Slovo i chas*, 4, 14–21. [In Ukrainian].
- Kushchenko, Ye. O. (2021). The effectiveness of the Progressing Ballet Technique method for the development of classical dance skills. In O. V. Honchar (In charge of the issue), V. M. Sheiko et al. (Eds.), *Culture and information society of the XXI century, Materials of the All-Ukrainian Scientific and Theoretical Conference of Young Scientists, KSAC*, 168–170. [In Ukrainian].
- Mova, L. V. (2022). Features of professional training of choreographers (Contemporary dance). *Naukovi zapysky*, 154, 107–116. [In Ukrainian].
- Paladiichuk, A. A., & Tsyhanovska, N. V. (2022). Improving performance skills in folk-stage dance by means of myofascial release. *Culture of Ukraine*, 76, 156–161. [In Ukrainian].
- Paladiichuk, A. A., & Tsyhanovska, N. V. (2023). Choreographic education: modern technologies of professional training (on the example of the development of choreographic stability). *Culture of Ukraine*, 79, 103–112. [In Ukrainian].
- Pohorila, M. (2017). Postmodernism in ballet theater. *Naukovyi visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu teatru, kino i telebachennia imeni I. K. Karpenka-Karoho*, 20, 66–70. [In Ukrainian].
- Rohotchenko, O. (2014). A new reading of the socialist realist doctrine as a mandatory style of artistic life in the pre- and post-war era of the USSR and the Ukrainian SSR. *Mystetstvoznavstvo Ukrainy*, 14, 169–174. [In Ukrainian].
- Tupalska, O. (2023, December 26). The Nutcracker tradition went into oblivion with the USSR: the second premiere of the ballet “Soichyne Krylo” after 1956 received an award (PHOTOS). *Velykyi Kyiv*. <https://bigkyiv.com.ua/tradycziya-luskunchyka-vidijshla-z-srsr-druga-pislya-1956-roku-premyera-baletu-sojchyne-gnizno-otrymala-vidznaku/amp/>. [In Ukrainian].
- Faculty of Choreographic Arts of Kyiv National University of Culture and Arts (n.a.). (2022, February 16). Maryna Berezovska. *Faculty of Choreographic Art of Kyiv National University of Culture and Arts*. <https://dance.knukim.edu.ua/marina-berezovska/>. [In Ukrainian].
- Khendryk, O. (2020). Barthenieff’s Foundations: An Analytical Approach to Contemporary Dance Pedagogy. In M. Pantiuk, A. Dushnyi, I. Zymomria (Eds.-Comps.). *Topical Issues of the Humanities: Interuniversity Collection of Scientific Papers of Young Scientists of Ivan Franko Drohobych State Pedagogical University* (Vol. 28, No. 4, pp. 223–228). Publishing house “Helvetica”. doi.org/10.24919/2308-4863/4/28/208842. [In Ukrainian].
- Tsvietkova, L. Yu. (2005). *Methods of teaching classical dance*. [In Ukrainian].
- Tsvietkova, L. Yu. (2019). Practices of teaching classical dance: problems and means of their solution. In *Artistic Practices and Art Education in the Cross-Cultural Space of Modernity, Proceedings of the VAll-Ukrainian Scientific and Practical Conference (Poltava, October 7–8, 2019)*, V. H. Korolenko National Pedagogical University, 23–26. [In Ukrainian].
- Chepalov, O. I. (2007). Specificity of the analysis of postmodern dance. *Visnyk derzhavnoi akademii kerivnykh kadrov kultury i mystetstva*, (1), 42–47. [In Ukrainian].
- Shylova, L. M., & Dehtiar, L. P. (2022). *Classical dance and methods of its teaching*. KHSAC. [In Ukrainian].
- Shkuryeyev, K. I. (2020). Transformations of the socio-cultural content of Ukrainian ballets for children (1990s — 2010s). *Culture of Ukraine*, 70, 90–99. <https://doi.org/10.31516/2410-5325.070.08>. [In Ukrainian].
- Shkuryeyev, K. I. (2023). Problems of institutionalization of higher professional education in sports ballroom dancing. *Culture of Ukraine*, 81, 63–69. <https://doi.org/10.31516/2410-5325.081.08>. [In Ukrainian].

- Alsteen, J. M. (2019). *The Influence of Professional Development on Dance Teachers' Pedagogy and Practice: A Case Study on Progressing Ballet Technique* [Doctoral dissertation, Edgewood College]. [In English].
- Alves, D., Clemente, F., Gonçalves, C., Lagoa, M., & Silva, A. F. (2023). Analysis of motor competence and physical fitness in dancers: a pilot study. *Human Movement, 24* (2), 118–126. [In English].
- Grau, A. (1993). John Blacking and the Development of Dance Anthropology in the United Kingdom. *Dance Research Journal, 25/2*. [In English].
- Kovich, Z. (2007). Promoting Dexterity in Technical Dance Training using the Feldenkrais Method. *Feldenkrais Research Journal, 3*. http://iffresearchjournal.org/system/files/4-Kovich__IFF_Vol3_2007.pdf. [In English].
- Sato, N., Nunome, H., & Ikegami, Y. (2015). Kinematic analysis of basic rhythmic movements of hip-hop dance: motion characteristics common to expert dancers. *Journal of Applied Biomechanics, 31* (1), 1–7. [In English].
- Schärli, A. (2017). *Functional movement analysis in dance*. Springer. [In English].

Надійшла до редколегії 16.02.2024

А. А. Паладійчук

викладач, кафедра народної хореографії, Харківська державна академія культури, м. Харків, Україна

Н. В. Цигановська

завідувач кафедри фізичної культури і здоров'я, Харківська державна академія культури, м. Харків, Україна

A. Paladiichuk

lecturer, Department of Folk Choreography, Kharkiv State Academy of Culture, Kharkiv, Ukraine

N. Tsyhanovska

Head of the Department of Physical Culture and Health, Kharkiv State Academy of Culture, Kharkiv, Ukraine
