

# ИЗСЛЕДВАНЕ НА ПРИЛОЖЕНИЕТО НА ОСНОВНИТЕ ЕЛЕМЕНТИ НА ТАНЦОВОТО ТВОРЧЕСТВО В ОБУЧЕНИЕТО ПО ТАНЦИ

**Чен Я-Фен**

Югозападен университет „Неофит Рилски“, Благоевград

**Резюме:** Целта на това изследване е да се опита да приложи концепцията за хореографията в учебната програма по танци, която използва въвеждането и насочването на основните елементи на хореографията и добавя понятията траектория, ниво и връзка, за да вдъхнови учениците да мислят за хореографията, което може да бъде интегрирано в учебната програма по танци като стимул за мислене за хореографията. Чрез лансирането на основните елементи тя помага на учениците да осъзнаят характеристиките на основните елементи и тяхното значение за танца, след което могат да имат асоциации и вдъхновение за танца, а също така е и референция за преподаване на танцови курсове в бъдеще.

**Ключови думи:** Dance creativity; Dance education; Dance education; Curriculum

## EXPLORING THE APPLICATION OF THE ESSENTIAL ELEMENTS OF DANCE CREATIVITY IN DANCE EDUCATION

**Chen Ya-Fen**

Southwest University "Neofit Rilski", Blagoevgrad

**Abstract:** The purpose of this research is to try to implement the concept of choreography in the dance curriculum, which uses the introduction and guidance of the basic elements of choreography and adds the concepts of trajectory, level and relationship to inspire students to think about choreography, which can be integrated into the dance curriculum as a

stimulus for thinking about choreography. By introducing the basic elements, it helps students

t

o

r **Keywords:** Dance creativity; Dance education; Dance education; Curriculum

e

a

## l I. Предговор

i Танцът, като форма на изкуство, предава послания и създава визуална естетика  
през движенията на човешкото тяло. Процесът на обучение включва не само движението  
на тялото, но и използването на интелект, добра памет и създаването на двигателен  
речник за постигане на целта за координация на движенията и физическа и психическа  
хармония. Той може да бъде ефективен и в трите аспекта на познанието, уменията и  
емоциите, необходими за постигане на общите цели на обучението. Целта на урока по  
танци е да възпита у учениците интерес към заниманията в свободното време, да се  
наслаждават на танците, да вдъхновява въображението и творчеството им, да укрепва  
естетическия им опит, да повишава способността им за оценяване и т.н. Преподавателите  
в професионалните колежи и университети винаги се опитват да осигурят по-смислени  
и подходящи курсове за целите на обучението и започнаха да предлагат много избираеми  
курсове на университетско ниво, включително аеробни танци, хореография, мажоретки,  
джаз танци, китайски танци и т.н.

c

t Обучението по танци трябва да включва поне три области: изучаване на танцови  
движения, изследване на движенията и наблюдение. Чрез тези компоненти учениците ще  
могат напълно да изпитат, разберат и оценят съставните елементи на танца, включително  
движението, времето, пространството и силата. Те ще възприемат, изразяват и споделят  
очарованието на танца чрез танцова практика, наблюдение и хореография. Основните  
елементи на обучението в програмата за танцово образование включват тяло, движение,  
пространство, време, сила, плавност и междуличностни отношения. Всеки елемент, всяко

c

s

o

движение е самоизразяване. Разнообразният дизайн на обучението по танци и общият характер на художествените елементи на обучението по танци могат да подобрят обучението на учениците по изобразително изкуство, да оживят учебното съдържание и да повишат интереса на учениците към ученето. В процеса на преподаване на танци се надяваме, че чрез процеса на възприемане и изследване на себе си, своето тяло и околната среда ще се формира самоличност и ще се открият потенциалните способности на индивида.

<sup>1</sup>Креативността е живата вода на живота и движещата сила на живота, липсата на креативност в живота ще направи изненадата рядка, което прави култивирането на креативността в обучението по танци от съществено значение и важна цел на концепцията за образование. В танцовото образование развитието на творчеството се разглежда като ключов показател, тъй като танцовата импровизация и хореография са конкретни прояви на творчеството.

В поредицата от книги за преподаване на танци на Meng Jia "Creative Dance Curriculum Development and Teaching Methods" се казва: "Творческата танцова програма е курс, в който учителят, като водач, вдъхновява творчеството на учениците като сърцевина на учебния процес и ги кара да използват тялото си като основен инструмент, за да създават свои собствени танци чрез различни начини и стратегии." <sup>2</sup>Творческият танц позволява на учениците да се научат на независимост и уважение към другите в една спокойна и естествена атмосфера, а чрез ритъма на тялото взаимодействието между две страни става по-непосредствено; той може също така да възпитава положителен дух у учениците, като в контекста, организиран от преподавателя, учениците са свободни да изследват, да опитват и да откриват, да използват тялото си, за да изразяват емоциите си, и да дават пълна свобода на въображението си.

В това изследване се прави опит да се приложат основните елементи на

---

<sup>1</sup> Сун Тианлу. Курс по китайска танцова хореография [М]. Издателство за висше образование, септември 2004 г., първо издание.

<sup>2</sup> Мън Джиа. Разработване на учебна програма и методи на преподаване на творчески танци [М]. Пекин: Пекински нормален университет, 2022 г.

хореографията в учебната програма по танци, като се включат някои от елементите на дизайна на преподаването на танцово творчество, опитвайки се да се позволи на учениците да изследват движението, да се помогне на учениците да намерят своя собствен речник на движенията и да им се вдъхне увереност в движенията на собственото тяло, така че това творческо преподаване на танци е специално разработено, за да включи надеждата, че учениците ще могат да се освободят от собствените си ограничения в учебната програма и да танцуват своите

## II. Творческо преподаване на танци

Творческият танц е вид танц, който е свързан с образованието. За разлика от класическия или народния танц, който е изпълнителски танц, започващ с изучаването на техниката, творческият танц се фокусира върху изследването на танцовите елементи и превръща скритите вътрешни ресурси на индивида в директен и ясен изказ на външното тяло по начин, който е подходящ за индивида.<sup>3</sup> Основното намерение е да се изрази цялото преживяване на човека чрез неограничено движение, а на второ място - да се съсредоточи върху себеизразяването и изследването на нови методи, като се използва тялото като основно средство за изразяване и се прилагат практики за физическа активност за постигане на образователните функции за осъзнаване на тялото, когнитивните функции, себеизразяването и изразяването на емоциите, както и за подобряване на физиологичните функции на човека като зрение, тактилни усещания, чувство за равновесие, мускулно възприятие, чувствителност към движението и преживяване на естетически усещания от движението, които Тъй като творческото преподаване на танц е ориентирано към ученика, педагозите позволяват на учениците да изразят своята индивидуалност и спонтанност.

Творческото преподаване на танци, стига да има концепции и методи на изпълнение, съчетани с много опити и експерименти, може да се използва проста идея, концептуализация и чрез словесни насоки в думи и фрази, децата могат бързо да навлязат

---

<sup>3</sup> Ху У. У У. Ф. Дизайн на творчески дейности за преподаване на танци за деца в предучилищна възраст. [М]. Chongqing: Southwest University Press, 2022.10

в самостоятелно експериментиране, изследване, творчество и да се насладят на радостите от разнообразното използване на тялото. Този процес оказва специално и неочаквано въздействие върху двигателното развитие на децата, което не може да бъде постигнато в други спортове, които наблягат само на техническите движения. Въпреки че не е необходимо учителите да притежават задълбочени умения в преподаването на творчески танци, за тях е важно да имат голям опит в ръководенето на програмата, за да гарантират нейното гладко протичане. Когато учениците изучават хореография, те могат да демонстрират движенията на тялото си и да творят свободно. На този етап те могат да създават свои собствени стилове и да добавят към тях нещо сладко, забавно, силно, секси, смешно и т.н. Учителите могат също така да използват учебната програма по танци, за да осигурят основно обучение по основните елементи.

Първоначално за начинаещите е достатъчно постепенното въвеждане в уроците по творчески танци, първоначално само няколко минути в началото или в края на класа, за да се въведе концепцията за творческа дейност, като същевременно това може да се използва за изграждане на увереност, за да станат учители по творчески танци. Учениците, които се занимават с творчески танци, ще се запознаят не само с музика, ритми за броене и фиксирани движения, но ще могат да движат телата си свободно и творчески, стимулирайки радостта от танца и потенциала за създаване на движение. Креативните танцьори, като се фокусират върху това как да движат телата си, често са в състояние да се движат с безкрайна радост и удовлетворение. Творческият учител по танци е обичан и желан от децата. Той не само осигурява на децата ефективно творческо преживяване, в което те се учат да контролират тялото си, да притежават себе си, да се изразяват, да изграждат увереност в използването на тялото си и да развиват основни фитнес умения чрез игра и свободно движение, но и прави програмата на занятията цветна, жива и пълноценна. Той също така прави програмата на упражненията по-цветна и жизнена.

Творческите стратегии за преподаване на танци, освен чрез използване на учебни помагала, могат да се реализират и чрез прилагане на графично преподаване, така че учителят в хода на творческите дейности по преподаване да насърчава креативността на

учениците, да повишава графичната креативност на мисленето, гъвкавостта, оригиналността, изтънчеността на учениците и да увеличава графичната креативност.

Това изследване интегрира концепцията за хореографията в дизайна на преподаването и ученето на танци и представлява програма за преподаване и учене, предназначена да представи елементите на танца като част от дейност, включително време, пространство и сила на движението, в опит да накара учениците да разпознаят и да се насладят на творческа танцова програма.

### III. Интегриране на творчески танцови елементи в учебната програма

#### I. Преподаване на целия клас

Творческият танц няма фиксирана форма, а по същество е насочвано от учителя обучение по танци, което насърчава учениците да изследват елементите на танца, като използват творчеството си, развиват телата си и манипулират движенията си, и тъй като не се ограничава до изучаването на конкретни танцови форми и техники на движение, има големи възможности за развитие и може лесно да се комбинира с други свързани дисциплини. Още в самото начало се опитахме да добавим креативност и мислене към преподаването на танц, така че курсовете по танц и творческа импровизация са комбинирани. В началото учениците бяха помолени да легнат на пода, да затворят очи и, използвайки само пръстите си (пръстите на краката, пръстите на ръцете, дланите, ръцете, краката, лактите и други части на тялото), да следват музикална мелодия, за да се движат свободно, като обикновено е по-добре, ако се използва малко парче жива, интересна музика. Със затворени очи учениците е по-малко вероятно да се срамуват и да ограничават себеизразяването си, а учителят по танци може ясно да наблюдава различните качества и потенциала на вродената способност на всеки ученик да създава движения и да насърчава и хвали в подходящия момент.

#### II. Преподаване на основни елементи и практикуване на хореография в групи

В рамките на курса всеки клас ще бъде преподаван постепенно, като първоначално ще се избира само една тема за творчество, а след това постепенно ще се увеличават до две теми, така че учениците да не се чувстват уплашени и отхвърлени, а смело да изразяват езика на тялото. Към творческия процес се добавят основните елементи на

пространството, времето, силата, потока и взаимоотношенията:

(i) Пространство: пряко, непряко.

1. <sup>4</sup>Форма: отнася се до използването на части от тялото за моделиране, но също така и други предмети като костюми и реквизит могат да се използват за формиране на форми с помощта на . В обучението по танци е много важно да се насърчава творчеството на учениците, тъй като творческото изразяване в танците може да предостави на учениците много визуални стимули и вдъхновение. Учителите трябва да насочват учениците да изследват движенията и формите на различните животни в класа и да ги насърчават да се наблюдават и учат един от друг. Учениците трябва също така да имат възможност да се насладят на класически танцови произведения, свързани с животни, като "Лебедово езеро", "Котки" и "Духът на врабчето". Чрез тези пиеси учениците скоро ще могат да изследват двигателните качества и произхода на животни като лебеди, котки и пауни например, което ще спомогне за стимулиране на въображението и творчеството на учениците.

2. Хоризонтално: В танцовото пространство танцьорите се движат и изпълняват хоризонтално на сцената. Хоризонталното пространство може да включва движение на танцьора напред и назад по сцената, движение наляво и надясно и въртене по хоризонталната ос. По-специално, определението за хоризонтално пространство включва следните аспекти: движение напред и назад, описващо движението на танцьора по сцената в посока напред и назад, което може да бъде скок напред, крачка назад или поклащане напред и назад и т.н.; движение наляво и надясно, описващо движението на танцьора по сцената в посока наляво и надясно, което може да бъде движение наляво, движение надясно или поклащане надясно и наляво и т.н.; въртеливо движение, движението на танцьора около себе си или фиксирана точка за въртене, което може да бъде движение наляво и надясно и т.н.; и въртеливо движение, движението на танцьора около себе си или фиксирана точка за въртене, което може да бъде движение наляво и

---

<sup>4</sup> [Написано от Карина Уанг, преведено от Джън Хуйхуей. Танцова хореография [М]. Шанхайска музикална издателска къща, март 2006 г., първо издание.

надясно и т.н. Въртене, танцьорът се върти около себе си или около фиксирана точка по посока на часовниковата стрелка или обратно на нея. Например при преподаване на темата "Нива" учениците могат да бъдат насочвани да се опитат да създадат различни нива на движение, като свързват движенията и ги показват на класа, за да се повиши интересът на учениците към промените в тялото. Стимулирането на потенциала на учениците в подходящия момент често води до неочаквани резултати и повишава тяхната увереност.

3. посока: отнася се до посоката на движение или ориентацията на тялото или движението на танцьора в пространството. Посока може да описва траекторията на движението на танцьора, въртенето на движението или ориентацията, в която е разположен танцьорът.

В процеса на хореография режисурата оказва важно влияние върху изразителността и визуалния ефект на танцовото произведение. Разумното подреждане на посоките може да направи танцовите движения по-последователни и подредени и същевременно да подчертае темата и емоционалния израз на танцовото произведение. Ето защо хореографите трябва цялостно да обмислят насочеността на танцовите движения и внимателно да проектират промяната на посоките, за да постигнат най-добър художествен ефект.

4. амплитуда: Танцовите движения и стъпки могат да бъдат категоризирани по размер и близост, при които разстоянието определя размера и амплитудата на движението. Промените в размера, разстоянието и широчината в танца създават различни измерения на пространството, обогатявайки изразителността на танцовото произведение.

5. Траектория: всяко танцово движение в пространството създава траектория, която не се ограничава само до земята, но включва и траектория във въздуха. Основните форми на тези траектории могат да бъдат грубо категоризирани на линейни, извити, назъбени и т.н., които внасят разнообразни визуални ефекти и динамична естетика в танцовото изпълнение.

Незрелите танцьори или начинаещите, когато трябва да се съсредоточат върху това как да движат тялото си, често се чувстват несигурни. Учителите могат да използват

учебни пособия в работата си, но учебните пособия могат да играят добра роля като фасилитатори и катализатори, които позволяват на децата да освободят контрола над потиснатите и тревожните си емоции и да се отдадат на радостта от танца. Учебните помагала като шалове, възжета, обръчи, вестници, балони, разтеглив найлонов плат и дори сенки на други хора могат ефективно да накарат децата да пренасочат вниманието си от собствените си тела към изразяването на себе си в различни движения. Пространството и силата са обектите, с които танцьорите манипулират по време на танцовия процес, докато координацията и плавността, мускулната сила и гъвкавостта са атлетичните способности на самите танцьори; танцът използва пространството в максимална степен, като освен пространствените отношения, съществуващи в самите танцьори (например субективните и обективните пространствени усещания на танцьорите при техните движения), съществуват и мобилни пространства (например траектории) и групови отношения.

По принцип работата с пространството в танца е много подобна на работата със скулптура и архитектура.<sup>5</sup> Освен визуална симетрия или ред, използването на пространството предизвиква и различни емоции, симпатии и антипатии. Например вдигнатите ръце предизвикват чувство на надежда, а спуснатите - негативно усещане. В група хора центърът и предната част създават усещане за важност и власт, докато задната част на центъра създава усещане за тържественост и авторитет. Кръговете символизират единство и радост, а правите линии символизират величие. В танца използването на смяна на посоките е доста интересно. Учителите могат да комбинират всяко основно движение със смяна на посоката на тялото и учениците ще го намерят за ново и интересно.

(ii) Време: бързо и бавно.

1. Скорост: отнася се до степента, в която движението е бързо или бавно, което влияе на енергията и усещането за движение. Промяната на темпото е начин за привличане на вниманието на учениците в процеса на обучение. Учителят може да променя скоростта, времето или ритъма на движението по всяко време, а не да разчита

---

<sup>5</sup> Джин Цю. Хореография [М]. Издателство "Висше образование", февруари 2006 г., 1-во издание.

само на един ритъм. За по-малките ученици това е особено подходящо при изпълнението на бързи и раздвижени движения, тъй като те привличат вниманието и са вълнуващи. Учителите могат да организират движения с голяма амплитуда, като например бягане, скачане, приземяване и търкаляне, и да наблегнат на понятията скорост и полет, като по този начин предизвикват силни и богати емоционални преживявания у учениците. Когато учениците станат по-ангажирани, учителят може постепенно да се съсредоточи върху структурата на скоковете, ефекта от приземяването и позите, използвани за скачане във въздуха.

2. Дължина на сегмента: музика 4 такта, 3 такта, 2 такта, 1 такт и т.н.

3. Ритъм: използване на различни промени в скоростта и разделението на времето, естествен ритъм.

Значението на времето в танца, по отношение на скоростта, различната скорост ще накара хората да се чувстват по различен начин. Например бавната скорост обикновено кара хората да се чувстват тържествени, сериозни, самотни, спокойни. Докато бързата скорост ще накара хората да се почувстват скокливи, ярки, силни, жизнени, заети и т.н. По отношение на индивидуалното действие, действието в определено време, с определено съотношение между сила и слабост и повтарящото се изпълнение, то се нарича ритъм, представляващ различни значения.

Например двутактовото темпо носи усещане за лекота и невинност, когато е бързо, и може да изглежда тежко, когато е бавно. Начинаещите или бавно реагиращите ученици е по-добре изобщо да не танцуват на музика. Това е така, защото танцуването на музика може да бъде предизвикателство за тях, тъй като те все още не са изградили своя двигателен речник. Затова е по-добре да импровизират на музика, след като по-умело овладеят изискванията на двигателните комбинации, за да могат по-добре да изпитат свободата и радостта от танца.

(iii) Сила: лека и тежка.

Варирането на силата в хореографията е важен аспект, който оказва пряко влияние върху изразителността и възприемането на танцовото произведение. Вариациите на силата могат да бъдат отразени чрез интензивността, скоростта, напрежението и тежестта

на движението. По време на хореографския процес танцьорите могат да регулират тези елементи, за да оформят качествата и емоционалния израз на движението. Промените в силата могат да направят танцовото произведение по-богато и жизнено. Например увеличаването на силата и тежестта на движението може да създаде тържествена и мощна атмосфера; докато в определени контексти отслабването на изразяването на силата може да създаде лек и мек ефект. Освен това промените в силата могат да се използват, за да се подчертаят кулминациите и повратните моменти в танца, като по този начин се засилва изразителността и контрастността на произведението.

В процеса на създаване на хореография танцьорите и хореографите често изследват различни начини за промяна на силите, за да намерят формата, която най-добре отговаря на темата и емоционалния израз на творбата. Именно чрез внимателен контрол и регулиране на силите едно танцово произведение може да постигне най-добрия художествен ефект, да докосне сърцата на публиката и да предаде дълбоки значения и емоции.

(iv) Мобилност: ограничена, неограничена.

В процеса на създаване на танца изразяването на мобилността включва баланса и контраста между ограничението и свободата. Подвижността се изразява в съгласуваността, плавността и раздвижеността на танцовите движения, а ограничението и свободата - в ограничаването и освобождаването на танцовите движения. Плавността в танцовите произведения се изразява не само в плавния преход и съгласуваността на движенията, но включва и промяна и разнообразие на движенията. Тази плавност обаче често е ограничена от различни фактори, един от които е ограничението. Ограниченията могат да идват от техническите възможности на самия танцьор, физическата му подготовка или от хореографа, който е задал формата, стила и темата на танца. Ограниченията могат да ограничат избора на движения и изразяването на танцьора, което до известна степен влияе на плавността на движенията.

Противоположността на сковаността е свободата, която представлява освободеността и откритостта на танцьора в изразяването на движението. Свободата може да бъде изразена, когато танцьорите изразяват своята индивидуалност и креативност в движенията си или когато танцьорите изследват и експериментират с

формите и стиловете на движенията си по време на хореографията. Свободното изразяване прави танцовото произведение по-уникално и новаторско, като в същото време увеличава плавността и гъвкавостта на движенията.

В хореографията танцьорите и режисьорите трябва да намерят баланса между ограничението и свободата. Прекалената ограниченост може да доведе до скука и липса на жизненост, докато прекалената свобода може да доведе до липса на единство и цялостност. Ето защо правилното управление на връзката между ограничението и свободата, така че те да се допълват взаимно, може да направи танцовото произведение по-изразително и смислено.

#### (v) Връзки:

Всяко действие осигурява основно взаимодействие в допълнение към следните взаимоотношения:

##### 1 - Връзка между две лица

Позволете на учениците да опитат всяко действие, повече по пътя на похвалата, с различни партньори, от една страна, вдъхновяват въображението на учениците, стимулират тяхната креативност, от друга страна, учениците идват от различни дисциплини, така че учениците могат да се опознаят и да укрепят отношенията между съучениците си.

##### 2. Групови отношения между индивиди и групи

В група от хора и групова стимулация, ще бъде поради различни хора, учениците ще имат различни творчески вдъхновение, учителят може да бъде съвременно насочване, изхвърли посоката на основните елементи, така че учениците заедно да мислят и създават, ще вдъхнови различни език на тялото, и имат различни чувства. Чрез визуалните различия и вербалните насоки участниците ще могат да разберат по-добре характеристиките на основните елементи.

##### 3. връзката между хората и нещата.

Учениците ще могат да експериментират с различни неща, за да стимулират различни визуални творения. В елемента на взаимоотношенията танцьорите ще могат свободно да използват различни пространствени позиции по замисъл на хореографа,

танцьори и други танцьори или танцьори и реквизит, за да правят различни промени. Взаимодействието между съучениците и учениците също ще бъде полезно за преподаването и ученето. Разбира се, преподавателите могат да научат учениците на основните движения, да изтанцуват прост танц, а след това да ги накарат да организират и хореографират тези движения, да добавят свои собствени творения, да пресъздадат ново произведение и да дадат възможност на учениците да обсъждат, споделят и коментират работата си един на друг.

### III. Обратна връзка и обмен на информация

Учениците ще направят изложба на своите и на съучениците си хореографски етюди и ще ги покажат на съучениците си. В края на изложбата учениците ще бъдат похвалени за отличната си работа и ще бъдат насърчени да продължат да учат и да показват своите танцови движения.

### I

V В курса за преподаване на танци навреме, за да се присъединят към творческото преподаване на принципите може да позволи на учениците да намерят собствения си език на тялото не е лесно да се намери, смелост да покажат своя личен стил и да стимулират потенциала на тялото на учениците, Вярвам, че под ръководството на учителя по танци, за да насърчи учениците да творчески танцови елементи в основните танцови движения, изследването на движенията на тялото, изследването между хората, изследването между хората и нещата и т.н., ще изпитат различни чувства, следователно, курсът на soz Ето защо курсът по танцово творчество, чрез проява на креативност, може да направи учениците пълни с увереност и удовлетворение, ще се превърне в урок по физическо възпитание, изпълнен с радост и преживяване.

### Библиография

1. Сун Тианлу. Курс по китайска танцова хореография [М]. Издателство за висше образование, септември 2004 г., първо издание.
2. Мън Джиа. Творческа програма за обучение по танци и методи на преподаване

[М]. Пекин:

3. Пекински нормален университет, 2022.3
4. Ху У. У. У. Ф. Дизайн на творчески дейности за преподаване на танци за деца в предучилищна възраст. [М]. Chongqing: Southwest University Press, 2022.10
5. [Написано от Карина Уанг, преведено от Джън Хуей. Хореография на танца [М]. Шанхайска музикална издателска къща, март 2006 г., първо издание.
6. Джин Цю. Хореография [М]. Издателство "Висше образование", февруари 2006 г., 1-во издание.
7. Ху Ериан. Психологията на танца [М]. China Drama Publishing House, 2-ро издание, ноември 1998 г.
8. Сали Чен. Прилагане на творческа танцова програма в малки детски градини[J]. Art Education,2019,(01):110-111.
9. Тао Ya-man. Вдъхновение от творческата концепция за танцово образование върху развитието на детска танцова програма[J]. Popular literature and art, 2022, (13):196-198.
10. Хуе Minxue. Изследване на ефекта от творческата танцова програма за развитие на творческото мислене на децата [D]. Jiangsu: Nanjing Normal University, 2020.