

The greatest amount of time on three forward rolls has spent freestylers  $4,31 \pm 0,2s$ . (tab 2.). Also in this test, we have identified three levels of coordination of movements. High levels showed parkourers, BMX riders and skateboarders –100%, average level – freestylers and scooterers and only one roller showed low level.

#### CONCLUSION

Thus, our study revealed that extreme sports (parkour, BMX, freestyle, skateboarding, scootering) contribute to the development of high coordination abilities (orientation in space, evaluation and regulation of space, time and dynamic characteristics of movements, saving of static and dynamic balance). The most effective in influencing on the level of these characteristics of coordination skills were parkour, skateboarding and BMX.

**PROSPECTS OF FURTHER RESEARCHES.** To conduct a comparative analysis of the development of coordination skills between athletes of different extreme sports.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Боген М.М. Навчання рухових дій / М. М. Боген. – К.: Фізична культура і спорт, 2005. – 234 с.
2. Бондарь А.А. Методика совершенствования координационных способностей баскетболистов средствами компьютерных технологий: автореф. дис. на соискание научн. степени канд. пед. наук. – Москва, 2011. – 26 с.
3. Загорко І. П. Фізична підготовка (інструктивно-методичні матеріали до практичних занять) / Загорко І.П., Шаповалов Б. Б., Журавель О. В. – К.: РВВ КЮІ МВС, 2005. – 20с.
4. Карпова, О. П. Экстремальные виды спорта как модель адаптации в условиях психоэмоционального стресса / О.П. Карпова // [http:// www.psychiatry.ua/articles/ paper033.htm](http://www.psychiatry.ua/articles/paper033.htm)
5. Лебедев, В.И. Экстремальная психология / В.И. Лебедев. – М.: Юнити, 2001. – 431с.
6. Психомоторика: контроль та оцінка розвитку: [Навчальний посібник] / Л.П. Сергієнко, Н.Г. Чекмарьова, В.А. Хаджинов. – Харків: ОВС, 2012. – 270 с.
7. Романенко В. А. Диагностика двигательных способностей : [Учебное пособие] / В. А. Романенко. – Донецк : ДонНУ, 2005. – 290 с.
8. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів / Л.П. Сергієнко. – Київ : Олімпійська література, 2002. – 438 с.
9. Davis P. O. Officer Fitness and Readiness / P. O. Davis // The Law Enforcement Trainer. – Volume 17, number 4. – P. 33–37.
10. Tsatsoline P. Strength Training and Testing on the Force: a SWAT Instructor's Notes / P. Tsatsoline // The Law Enforcement Trainer. – Volume 17, number 4. – P. 1.

УДК 372.878.373.5

А. Е. Вільчовська

Університет Яна Кохановського, філія в м.Петрков-Трибунальський, Польща

#### АЙСЕДОРА ДУНКАН – ЖИТТЯ ТА ХОРЕОГРАФІЧНА ДІЯЛЬНІСТЬ

У статті проаналізовано життєвий шлях та творча діяльність відомої танцівниці Айседори Дункан, яка була однією з засновниць сучасного танцю. Вона намагалась реалізувати в танцювальних рухах свої внутрішні емоції, думки, переживання, відкидаючи ті обмеження, які існували у класичних танцях, всі танці виконувалися нею у легкій, прозорій туніці та босоніж. Після Жовтневої Революції у Росії А.Дункан у 1921 року відкрила у Москві школу сучасних танців для дітей пролетаріату. Оригінальна хореографічна система А.Дункан, як вважають фахівці спорту, була покладена в основу художньої гімнастики, синхронного плавання, фігурного катання на ковзанах, а також широко використовується в заняттях ритмічною гімнастикою та хореотерапією.

**Ключові слова:** Айседора Дункан, хореографія, сучасний танець, діти, молодь, музика.

#### А.Э.Вильчовская. Айседора Дункан – жизнь и хореографическая деятельность

В статье проанализированы жизненный путь и творческая деятельность известной танцовщицы Айседоры Дункан, которая была одной из основательниц современного танца. Она реализовывала в танцевальных движениях свои внутренние переживания, эмоции и мысли, отбрасывая ограничения, которые существовали в классических танцах, эти танцы выполнялись в легкой, прозрачной тунике и босиком.

Благодаря своим индивидуальным психо-физическим качествам А.Дункан достигла высокого мастерства в передаче зрителям своих мыслей, чувств, настроения, внутренних переживаний. Она не использовала условных жестов и поз классического балета и выполняла в танцах реальные движения.

После Октябрьской Революции в России А.Дункан в 1921 году открыла в Москве школу современного танца для детей из пролетарских семей. В том же году она вышла замуж за известного поэта Сергея Есенина, совместная жизнь с ним длилась всего два года. В 1927 году А.Дункан трагически погибла в Ницце – Франция.

Оригинальная хореографическая система А. Дункан, как считают специалисты спорта, была положена в основу художественной гимнастики, синхронного плавания, фигурного катания на коньках, а также широко используется в занятиях ритмической гимнастики и хореотерапии.

**Ключевые слова:** Айседора Дункан, хореография, современный танец, дети, молодежь, музыка.

#### A. Vilchovska. Isadora Duncan Isadora Duncan – life and choreographic actives.

The article analyzes the life and activities of creative famous dancer Isadora Duncan which was by one the founders of

modern dance. She realized in dancing movements of their inner feelings, emotion and thoughts, rejecting limitations that existed in the classical dances, these dances were performed in easy, transparent tunic and barefoot. A. Duncan in their dance was fan of Greek „trochee” they were built to simulate natural postures and movements, as well as direct transfer of emotional experience, they had a bright expression rhythm. Thanks to its own individual physical features (good motor coordination, their plasticity, flexibility, etc.). It has achieved excellence in the transmission of the speech group”, their thoughts, feelings appropriate internal experience. She thought dance should take consist three interrelated components: music, plastic arts movements and clothing.

Due to their individual psychophysical qualities A. Duncan achieved excellence in the transfer of the audience their thoughts, feeling, moods, internal experience. She did not use conventional gestures and postures of classical ballet and dance in real motion.

In her work clearly traceable relationship with the ancient cult of the body. By choreographed new dance were movements that were in harmonious relationship with the shape of the human body, they contributed to its development and improvement.

After the October Revolution in Russian in 1921 A. Duncan opened in Moscow school of contemporary dance for children of proletarian families. In the same year she married the famous lyric poet Sergey Yesenin, living together with lasted a year and half a half. In 1927 A. Duncan tragically died in Nice in France.

The original choreographic system A. Duncan as sport experts believe was the basis for rhythmic gymnastics, synchronized swimming figure skating and also widely used in studies of rhythmic gymnastics and chronotherapy.

**Key words:** Isadora Duncan, choreography, modern dance, children, youth, music.

У 50-х роках XIX століття в дартистів музичного мистецтва, які виступали на сцені оперних театрів, поряд з вимогами, що ставились до виконання оперних партій з метою більшої достовірності ролі, обов'язковим стало виразність міміки, жестів, переміщення на сцені, граціозність рухів та ін. Першим про опанування цими необхідними для артиста якостями висловився французький оперний співак та педагог Франсуа Дельсарт. Він тривалий час працював викладачем дикції та акторської майстерності у студентів консерваторії. В той час арії виконувались співаками, в основному, у статичному положенні (без відповідної міміки та жестів), Ф. Дельсарт вважав, що у виконання своєї ролі актор повинен обов'язково вкладати також й „душу”, йому недостатнє внутрішнє почуття, його необхідно втілити у відповідний рух. Актору належить вміти виражати свої думки та переживання не тільки словами або у співах, а й в рухах свого тіла, які створюють „мову жестів”.

На підставі спостережень за малими дітьми, які мімікою і жестами безпосередньо виражають свої емоції (радість, страх, агресію та ін.) він сформулював так звані „закони естетичних пізнань”. Наприклад, Ф. Дельсарт дає таку пораду закоханій дівчині: „Якщо молодий чоловік говорить, що він тебе кохає, пишається тобою, страждає без тебе й тому подібне, не вір йому, якщо його плечі залишаються нерухомими. Не вір йому навіть й в тому випадку, якщо у нього відповідно до його слів є певна міміка на обличчі. Не вір йому, він бреше, плечі суперечать його словам”. Внутрішні переживання, вважав Ф. Дельсарт, породжують відповідні рухові дії, глибокі емоції сприяють виконанню більш активних рухів.

Ф. Дельсарт не мав спеціальних публікацій (книжок, статей), в яких була б розглянута його концепція про виразність рухів, які доповнюють мову людини. Після його смерті залишилися лише окремі записки та учні, з якими він працював. Вони продовжували впроваджувати його ідеї у підготовці акторів та танцівників балету, щодо формування у них техніки виразності рухів у своєму виді мистецтва.

Одним з його учнів М. Жироде була видана у 1895 році в Парижі книга – „Фізіономія жести. Практичний метод за системою Ф. Дельсарта”. У 1913 році в Петербурзі мистецтвознавець С. Волконський також описав систему Ф. Дельсарта у книзі – „Выразительный человек”. Система Ф. Дельсарта була спрямована на удосконалення всіх аспектів майстерності актора: вміння володіти голосом, жестами, мімікою, виразними рухами і позами, відповідно до характеру ролі ходити, бігати, танцювати, падати на підлогу, нахилитись, тримати голову і корпус в статичному положенні, у динаміці та ін. Тому цю систему ще називали – „виразною гімнастикою”.

Слід також зазначити, що концепція Ф. Дельсарта була спочатку реалізована у США в процесі створення сучасних танців – „Moderne danse”, які широко пропагував американський актор С. Мак Кей. Він раніше працював з Ф. Дельсартом, а з 1869 року почав викладати сучасну хореографію у США. Техніка цих танців має значний арсенал рухів у зв'язку з тим, що вона пов'язана із можливостями довільної імпровізації актора, його емоціями, естетичним смаком, танцювальною технікою, фізичною підготовленістю.

Творчий сучасний танець передбачає імітацію природних явищ: пориви вітру, хвилі на морі, схід сонця, а також характерні рухи тварин, птахів, що виконуються під музику. В основі їх покладено широке використання танцювальної імпровізації, тобто спонтанне створювання відповідної форми танцювальних рухів. Заняття сучасними танцями визначило пляяду відомих танцівниць: А. Дункан, М. Грам, Д. Натпре, М. Кінінгхат та ін.

**Мета дослідження:** проаналізувати життєвий шлях та творчу діяльність відомій у світі танцівниці Айседори Дункан.

Серед послідовників Ф. Дельсарта особливу популярність мала американська танцівниця Айседора Дункан, яка народилась 26 травня 1877 р. або 27 травня 1878 р. в Сан-Франциско (записи народження Айседори не збереглися, вони були знищені під час землетрусу у 1906 році), у цьому місті вона провела своє дитинство. Мати Айседори була вчителькою гри на фортепіано, вона сама виховувала чотирьох дітей, яких батько залишив, коли вони були ще малими. Виховання їх було ліберальним, мати вважала, що будь-які обмеження гальмують розвиток здібностей, таланту, радість від обраної дітьми діяльності та творчість.

Айседора не мала систематичної школи танця, в основному, вона самостійно створила свій оригінальний стиль хореографії, який спирався на важливий аспект концепції Ф. Дельсарта – виразність рухів у сучасних танцях. Вона намагалась реалізувати у танцювальних рухах свої внутрішні емоції, думки, одночасно відкидаючи ті обмеження, які існували у класичних танцях.

Наприкінці XIX століття в США і Західній Європі дещо знизився інтерес до балету, це сприяло пошуку нових форм у мистецтві хореографії. Ренесанс культури старожитньої Еллади, її філософія, які у зв'язку з археологічними дослідженнями, публікаціями на цю тематику, відродженням сучасних Олімпійських Ігор стали відомими широким масам людей різних країн світу, значно вплинули на світогляд та творчість у хореографії А.Дункан. Це наштовхнуло її на відродження античних танців, деякі з них були відображені на рисунках ваз та в скульптурах, що залишились із старожитньої Греції. Безумовно, що ці твори мистецтва не мали можливості показати динаміку танцювальних рухів і відображали лише окремі статичні пози. Айседора ніколи не одягала класичну пачку і балетки, завжди танцювала в легкій туніці і босоніж. Вона вважала, що ноги так само як і руки, повинні виражати характер танця, а балетки значно обмежують ці рухи.

А.Дункан у своїх танцях була прихильницею грецької „хорей”, вони будувались на імітації природним позам і рухам, а також на безпосередньої передачі емоційних переживань, в них мав яскравий вираз ритм. Дякуючи власним індивідуальним фізичним особливостям (доброї координації рухів, їхньої пластичності, гнучкості та ін.) вона досягла високої майстерності у передачі мовного танця”, своїх думок, почуттів, відповідного настрою, внутрішніх переживань. Вона відмовилась від умовних жестів та поз класичного балету і використовувала в танцях реалістичні рухи. В її танцях мали місце легкій біг широкими кроками, складні за координацією пози без піднімання на пуанти, коли тулуб, голова і руки повинні приймати певні положення, щоб фіксувати рівновагу балерини. За її думкою танець повинен складатись з трьох взаємопов'язаних компонентів: музики, пластики рухів та певного костюма.

У 1889 році А.Дункан разом з родиною переїхали до Лондона. В США вона залишила свої нездійснені мрії танцювати на сценах кращих театрів і стати відомою танцівницею, а також неприємні спогади про тяжке напівсиротське дитинство. У Лондоні, який вважався в той час „столицею класичного та сучасного танця”, вона отримала свій перший успіх. Айседора багато працювала над удосконаленням техніки танців, а також відвідувала Британський музей і детально вивчала різні танцювальні позиції на малюнках ваз, фресках і скульптурах старожитньої Еллади, які можна було демонструвати у своїх танцях на естраді.

В її творчості яскраво простежується взаємозв'язок з античним культом тіла. До хореографії нового танцю входили рухи, які знаходились у взаємозв'язку із гармонічною формою тіла людини, вони сприяли його розвитку та удосконаленню. „Греки були надзвичайними спостерігачами природи, в якій не має кінця, ні зупинок. Такі рухи завжди будуть залежати від тіла, яке їх народжує і повинні повністю йому відповідати” [1, с. 21].

У А.Дункан не було чітко розробленої техніки танцю, головними елементами її були: природні, вільні танцювальні рухи, які вона виконувала у прозорій туніці і босоніж, все це спочатку викликало у глядачів певний шок. Вона бігала по сцені, виконувала стрибки, падала, приймала різні пози, а її вулканічна експресія і досконала координація рухів заряджала своєю енергією всіх присутніх глядачів на її концертах. Тому її виступи в Лондоні, Парижі, Берліні, Будапешті та інших великих містах Європи мали високу популярність і вона почала отримувати за них солідні гонорари. Це дозволило її родині покінчити з фінансовими проблемами.

Дякуючи покращенню матеріального стану А.Дункан разом із родиною виїхали на рік до Греції, де вони жили як справжні греки в античний період існування своєї країни. Вони споживали виключно грецьку їжу, ходили одягнутими в хітони, робили тривалі прогулянки серед старожитніх руїн храмів Еллади, брали участь у різних дискусіях, що стосувались грецької культури та ін. А.Дункан навіть за свої кошти почала будувати храм, який назвали „Κοραπος”, однак забракло грошей, щоб завершити його будівництво. У грецьких газетах відмічалось, що цей храм у недобудованому вигляді, природно вписувався до краєвиду старожитніх руїн Еллади.

Після відвідування Греції А.Дункан виїхала до Берліну де почала з 1903 року виступати на сцені одного з найкращих театрів – „Krolloper” й мала на першому та наступних концертах великий успіх, глядачі понад дві години просили її продовжувати танцювати. „Легка як дихання, швидка як хвиля й літає у повітрі” – писала про танці А.Дункан берлінська преса. У танці вакханок вона стала символом модернізму у хореографії. Публіка нарешті зрозуміла її танці й всі наступні концерти проходили з аншлагом. Айседора знаходилась у постійних гастрольних подорожах по Європі, Північній та Південній Америці, Росії, де на її виступи приходили тисячі глядачів, щоб познайомитись з новими для них сучасними танцями.

У 1906 році А.Дункан уродила доньку – Дердре від британського сценариста і режисера Г.Крайга, з яким вона швидко розсталась. Через три роки вона зійшлася із П.Зінгером, батьком якого був багатий фабрикант швейних машин. У 1910 році вона народила сина – Патрика. У зв'язку з важким характером П.Зінгера, його заздрістю до її популярності, частою зміною настрою від ейфорії до депресії (зі слів Айседори) вони розійшлися. Однак все життя Айседори П.Зінгер здійснював матеріальну допомогу та опіку у найгірші періоди її життя. 19 квітня 1913 року двоє її малих дітей разом з нянею виїхали з Парижу до Версалю. Шофер зупинив автомобіль на пагорбі дороги біля берегу ріки Сени й вийшов з машини не поставивши її на ручний гамулець. Автомобіль несподівано швидко з'їхав до річки, в якій діти та няня загинули. Цю трагедію Айседора Дункан пам'ятала все своє життя і вона значно вплинула на її психічний стан.

Після початку Першої Світової війни у 1914 році в Європі А.Дункан виїхала з Франції до США, а через рік до Швейцарії. Однак місцевим бюргерам не сподобались її виступи з новочасними танцями, а особливо її убрання (прозора туніка і відсутність балеток).

Після звершення Жовтневої Революції 1917 року у Петербурзі частина відомих у світі інтелектуалів, художників, артистів (Герберт Уельс, Ромен Ролан, Робіндранат Тагор, Пабло Пікассо та ін.), а також А.Дункан стали прихильниками Радянської Росії. Вона вірила, що більшовистська революція дозволить у Росії створити справжню демократію і збудувати країну щасливих та заможних людей.

Мрією А.Дункан було створення шкіл, в яких засобами музики та образотворчого мистецтва мало здійснюватись гармонійне духовне і фізичне виховання дітей. Вона вважала, що їх тіло повинно бути у русі легким і граціозним, а це у

значній мірі буде впливати на їх свідомість і навіть у майбутньому на покращення суспільного життя. А.Дункан стверджувала: „Якщо Ви навчите людину володіти своїм тілом, якщо Ви при цьому будете вправляти її у вираженні високих почуттів, зробіть так, щоб рухи її очей, голови, рук, ніг, тулуба будуть виражати спокій, глибоку думку, любов, ласку, дружбу або гордий жест величної відмови від чогось недоброго, ворожого і т.д., це відбивається на самій особовості, на її душі [ 1, с. 127].

А.Дункан намагалась відкрити школи мистецтв у різних країнах: Франції, Німеччини, США однак її пропозиції до влад цих країн закінчувались *fiasco* у зв'язку з відсутністю на це коштів. Тому вона звернулась до народного комісара науки та мистецтва А.Луначарського з проханням відкрити в Росії школу сучасного танця, яку б мали можливість відвідувати діти пролетаріату і опановувати в неї новим танцювальним мистецтвом. В цьому листі вона писала: „На превеликий жаль не можу запропонувати своє мистецтво для тих людей, для яких я створена, замість цього продавати його за п'ять доларів за місце. Хочу танцювати для мас, які не мають достатньо грошей, щоб побачити мене.” А.Луначарський запросив А.Дункан до Москви і обіцяв відкрити школу танців для тисячі дітей.

Московська школа, яка була відкрита у 1921 році А.Дункан не стала масовою, як обіцяв А.Луначарський, її відвідувало лише біля 40 дітей. Слід пам'ятати, що в Росії у танцювальному мистецтві на першій позиції завжди були народні танці, які виконувались на всіх святах і танцювальних вечорах, а також класичний балет (у інтелігенції), який вважався найкращим у світі. Російська балетна школа, починаючи з другої половини ХІХ століття, була еталоном якості балетного мистецтва не тільки у країнах Північної та Південної Америки і Сходу, а й у Західній Європі, яка також мала високі досягнення у цьому виді танцювального мистецтва. Тому не було ажіотажу під час набору до її школи. Вона також вимагала значних коштів для оплати вчителів, акомпаніаторів, експлуатації будинку та ін.

У А.Дункан не було чітко складеної програми хореографічного виховання дітей. „Часто педагоги питають про програму моєї школи і я на це відповідаю: перш за все навчимо дітей правильно дихати, вібрувати, відчувати. Навчайте дитину підносити руки до неба, щоб в цьому русі вона зрозуміла безкінечність вселеної. Вчите дитину чудесам і красоті оточуючого її безкінечного руху.” На питання - Як навчити цьому конкретно? Вона відповідала: „Чи можна навчити танцям? У тих, хто має призвання – просто танцює, живе танцюючи і рухається прекрасно” [ 1, с. 9].

У Москві А.Дункан зустрілась з талановитим поетом С.Єсеніним, який очарував її своїм оригінальним виглядом, голосом, усмішкою, золотим волоссям”, безкорисними поступками, що притягали до нього десятки різних людей, які не завжди відносились до когорта діячів літератури або мистецтва, а лише бажали випити за його рахунок. Не дивлячись на значну різницю у віці – 18 років, вони 22 серпня 1922 року одружились, Айседора взяла прізвище Єсеніна і відмовилась від громадянства США. Це давало їм можливість проживати в одній кімнаті в готелях, під час подорожей на пароплавах, не пояснюючи журналістам та іншим обивателям, чому вони проживають разом.

Тяжко зрозуміти, що пов'язувало різних за своїм вихованням і менталітетом цих талановитих людей? Айседора не знала російської мови, крім декілька слів, які вона засвоїла за період проживання у Москві і тому не могла оцінювати поезію С.Єсеніна, а він не розумів англійської мови. Спілкування між ними відбувалося, в основному, за допомогою жестів. Було то мабуть лише фізіологічне почуття Айседори до молодого чоловіка і спроба затримати час свого старіння. З боку С.Єсеніна - снобізм і можливість отримати славу поета у Західній Європі. Однак можна зробити висновок, що лише в одному вони були єдині – це в систематичному уживанню алкоголю, який завжди був в їхньому домі.

У 1922 році Айседора із чоловіком виїхали з Москви до Берліна. С. Єсенін бажає опублікувати за кордоном свої вірші і вилікуватись від депресії, яка у нього часто виникала під час перебування у Росії. Вони також відвідали США, де А.Дункан виступала с концертами і почала з естради виглашати більшовистські гасла, що викликало негативну реакцію місцевих влад, які забороняли її виступи. За границею С.Єсенін не отримав той популярності, яку він мав у себе на Вітчизні, тому часто впадав у меланхолію або фрустрацію, яка закінчувалась бійкою с Айседорою, частими гучними скандалами, знищенням меблі та ін. Це продовжувалось також й в період їх приїзду до Парижу. Коли С.Єсенін у черговий раз знищив посуд та меблі в кімнатах парижського готелю де вони проживали, Айседора поклала його до психіатричної лікарні, а весною 1923 року відвезла до Москви. Там вони на завжди розсталися. Одному з друзів С.Єсеніна вона сказала – „Я привезла Вам цю дитину”. Після виступів з концертами у Казахстані вона повернулась до Західної Європи. Свою школу у Москві А.Дункан залишила під опікою приємної доньки Ірми. 28 грудня 1925 року в Ленінградському готелю С.Єсенін покінчив життя самогубством. Однак існує версія, що допомогли йому в цьому агенти НКВД.

По поверненню до Європи А.Дункан продовжувала виступати у різних містах, в основному, на приватних концертах але її вік, зайва вага тіла та втрата легкості в танцях викликали у глядачів лише співчуття до її минулого успіху на естраді. Однак оригінальна хореографічна система А.Дункан, як вважають фахівці спорту (Д.Крадман, Т.Ротерс та ін.), була покладена в основу художньої гімнастики (нового виду спорту для жінок), а її засоби також широко використовуються в заняттях з ритмічної гімнастики та хореотерапії [ 2, 3].

14 вересня 1927 року у м. Ніцца – Франція А.Дункан сіла до кабриолету, щоб поїхати на зустріч до свого приятеля Б.Фальхета, який був молодший він неї на 20 років. Обкрутила на шиї довгий шарф , який під час їзди намотався одним кінцем на спиці колеса автомобіля і задушив її. Останні слова, які вона сказала своїй подрузі Марії Деслі були – „Прощайте, відїжджаю до слави”. Так відійшла із життя велика танцюристка світу, новаторка хореографії, авторка сучасного танцю – Айседора Дункан.

#### ВИСНОВОК

Життя Айседори та її доля були трагічними. Втрата дітей, невдалий шлюб з С.Єсеніним, безперервні гастролі у різних країнах з великими нервовими напруженнями під час концертів, відсутність свого рідного дому, богемне оточення та ін. Все це негативно впливало на її психофізичний стан і здоров'я. За все своє коротке життя вона не мала можливості (за виключенням проживання у Греції) нормально відпочити і полікувати свої психічні і фізичні травми.

Айседора Дункан - талановита і романтична актриса подарувала суспільству новаторський сучасний танець, який

захопив тисячі людей своєю динамічністю, енергією, своєрідною красою і доступністю рухової імпровізації під музику. Її творчість також вплинула на теорію та практику естетичного і фізичного виховання дітей і молоді, формування у них краси, граціозності та виразності рухів, зміцнення психічного і фізичного здоров'я. Слід також підкреслити, що хореографія А.Дункан була використана у спортивних дисциплінах, які супроводжуються музикою: художня гімнастика, фігурне катання на ковзанах, синхронне плавання, а також у заняттях ритмічною гімнастикою, хореотерапією та руховою рекреацією.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Dunkan A. Моє життя / А.Дункан. Краків, 1983
2. Крадман Д.А. Истоки выразительного движения / Д.А.Крадман // Физкультура в школе, 1969, №2, С.24-25
3. Ротерс Т.Т. Теория и методика развития личности ребенка на ритмических занятиях в общеобразовательной школе / Т.Т.Ротерс. Луганск, 2001.- 280 с.

УДК 371. 72 (438)

*Е.С.Вільчковський, В.Р.Пасичник*

*Університет Яна Кохановського, філія в м. Петрков-Трибунальський, Польща*

### ЗАСТОСУВАННЯ ТЕСТІВ В ОЦІНЮВАННІ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДІТЕЙ ТА УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ В США

*У статті розглянуто систему тестування фізичної підготовленості дітей та молоді у загальноосвітніх школах США. Показано технологію застосування науково обґрунтованих тестів для об'єктивного оцінювання школярів у процесі фізичного виховання. Для прикладу наведено різні тестові програми, які популярні у шкільній освіті США: Асоціації здоров'я, фізичного відпочинку і танців; Президентські тести для учнів від 6 до 17 років та ін. Застосування тестових програм дозволяє учням отримати від учителя об'єктивну оцінку особистої фізичної підготовленості до суспільного життя, яка позитивно сприяє успішній праці у майбутньому у різних сферах промисловості, виробництва, сільського господарства, освіти, культури, підготовку частини юнаків до військової служби тощо.*

*Широке застосування тестів та об'єктивного оцінювання учнів в американських школах вважається одним з головних чинників ефективності дидактичного процесу з фізичного виховання. Важливою метою оцінювання учнів є виховання у них позитивного відношення до систематичних занять фізкультурою та спортом, орієнтування їх на активний, здоровий стиль життя. У школах США також застосовується самооцінювання учнів, яке дає можливість проаналізувати їм свої успіхи і недоліки у фізичному розвитку, рухової підготовленості та рівні знань теоретичних питань з фізичного виховання та гігієни.*

**Ключові слова:** США, учні, школа, тести, фізична підготовленість, оцінка, фізичне виховання.

### **Е.С.Вильчковский, В.Р.Пасичник Использование тестов в оценивании физической подготовленности детей и учащихся школ в США.**

*В статье рассмотрено систему тестирования физической подготовленности детей и молодежи в общеобразовательных школах США. Показано технологию использования научно-обоснованных тестов для объективного оценивания школьников в процессе физического воспитания. Для примера приведены разные тестовые программы: Ассоциации здоровья, физического отдыха и танцев; Президентские тесты для учащихся от 6 до 17 лет и др.*

*Широкое использование тестовых программ позволяет учащимся получить от учителя объективную оценку своей физической подготовленности к общественной жизни, успешной работе в разных сферах промышленности, сельского хозяйства, образования, медицины, культуры, подготовке части юношей к воинской службе и др.*

**Ключевые слова:** США, учащиеся, школа, тесты, физическая подготовленность, оценка, физическое воспитание.

### **E. Vilchkowski, W. Pasichnyk Jan Kochanowski University Branch in Piotrkow The use in the assessment fitness of children and school students in the United States**

*In the article the system of testing fitness of children and young people in secondary schools in the United States. Showing application technology research-based test for objective evaluation of pupils education. For example given the various test programs that are popular in schools education USA: Association of Health, Physical and Dance, President Test for students from 6 to 17 years and other.*

*Offered for different age group of schoolchildren test are not basic standards of their physical education that teacher should be the basic standards of their physical education that teacher should be the basic of content classes on the subject and work with students to get better results in these exercises, as in the former Soviet Union and other countries socialist camp to prepare students for drafting standards and system RLD.*

*The use of test programs allows students get from the teacher an objective assessments of personal physical fitness to public life, which positively contributes work in the future in various fields of industry, manufacturing, agriculture, training of youths for military service and more.*

*Widespread use of benchmarks and objective assessments of students in American schools is one of the main factors of efficiency of didactic process of physical education. Important to assess students. Have education in their positive attitude to systematic physical culture and sports orientation of an active healthy lifestyle in US schools also apply self-assessment of*