

Доказывается, что мультимедийные технологии способствуют повышению эффективности процесса обучения в высших учебных заведениях, интегрируют в себе мощный образовательный потенциал, обеспечивают благоприятную среду для формирования профессиональной компетентности будущих учителей технологий.

Ключевые слова: информационно-коммуникационные технологии; мультимедийные технологии; образовательная среда; педагогические условия; профессиональная компетентность; профессиональная подготовка; структурно-функциональная модель.

MARKUS I. Implementation of the structural-functional model of formation of professional competence of future teachers of technologies by means of multicological.

The article describes the implementation of the structural-functional model of formation of professional competence of future teachers of technology by means of multimedia technologies. The conditions for ensuring the implementation of this model in the practice of higher education institutions are determined.

The effectiveness of pedagogical conditions as a practical component of the implementation of the structural-functional model is revealed. The effectiveness of the introduction of multimedia technologies in the process of training future teachers of technology in higher education institutions, which contribute to the assimilation of necessary information, reformatting reproductive education for practical implementation and approaching the conditions of professional activity of future professionals.

A study of the peculiarities of the use of multimedia technologies in the educational process of future teachers of technology, which showed that an important aspect of the use of multimedia technologies in the classroom is the readiness of teachers to use technology in professional activities, motivating students to use multimedia technologies.

A survey of students was conducted, which showed a positive attitude to the use of multimedia technologies in the educational process, which will promote the formation of skills and abilities of informational and communicative interaction, accessibility and clarity of educational material for creative learning and further use of multimedia technologies in professional activities.

It is proved that multimedia technologies help to increase the efficiency of the learning process in higher education institutions, integrate a strong educational potential, provide a favorable environment for the formation of professional competence of future technology teachers.

Keywords: *information and communication technologies; multimedia technologies; educational environment; pedagogical conditions; professional competence; professional training; structural and functional model.*

DOI: <https://doi.org/10.31392/NZ-npu-149.2020.10>

УДК 793.3:159.923

Мова Л. В.

**РЕПРЕЗЕНТАЦИЯ ХАРАКТЕРИСТИКИ ЛИЧНОСТИ ЧЕРЕЗ ТАНЕЦ
КАК ВОЗМОЖНОСТЬ ТРАНСФОРМАЦИИ**

В статье рассматривается возможность использования танца как диагностической и развивающей системы. Использование пяти ритмов, предложенных Рудольфом Лабаном, рассматривается в контексте психологической работы и личностного исследования как репрезентация характеристик личности. Понятие ритма в танце является значимой

составляющей в работе арт-терапевта. Ритм в танцевально-двигательном процессе может быть, с одной стороны, предпосылкой для координации, задаваться музыкальным сопровождением и способствовать развитию чувства сопричастности и солидарности, групповой сплоченности. С другой стороны, ритм может быть навязчивым и сдерживающим моментом для свободного самовыражения. Работа, направленная на поиск своего собственного ритма в процессе слушания себя, своего тела, движения от внутреннего импульса способствует самовыражению и гармонизации личности.

Импровизация рассматривается как возможность трансформации предыдущего опыта в новый стиль мышления. Танцевальная импровизация предполагает эксперимент с движениями, которые имеют непривычный и неосознанный характер. Его результаты не запланированы и непредвиденны, что дает возможность для освобождения от жестких систем значений и привычных моделей поведения. Акцент ставится на том, что танец позволяет установить с собой и окружающим миром новые, осознанные и более гармоничные отношения.

Комбинируя в своей работе Лабан-анализ и техники импровизации, автор делает вывод об эффективности и целесообразности их использования в своей обучающей, развивающей (тренинговой) и терапевтической деятельности. Символический язык танца действительно отражает содержание внутреннего мира личности и позволяет перевести неосознанные паттерны движения в осознанный структурированный материал, который способствует дальнейшему развитию личности, или же наоборот, найти возможность ухода от стереотипных паттернов в безбрежные творческие просторы.

Ключевые слова: танец, рисунок, ритм, линии, самовыражение, саморазвитие.

(статья подана мовою оригіналу)

Искусство выступает как средство для интеграции и реинтеграции личности. Богатство красок, линий, форм, ритмов, фактуры, пространственных вариаций обладают ресурсным и развивающим потенциалом: способствуют восстановлению сил, гармонизации эмоциональных состояний и позволяют развивать творческий потенциал человека. С давних времен неоспоримым является факт целительной силы искусства, на который опираются арт-терапевты и все те, кто использует в своей работе природу творчества как корректирующий, развивающий и гармонизирующий фактор.

Поэтому, **целью** данной статьи является анализ средств выразительности танца, которые используют арт-терапевты в своей практике, а также импровизации, как возможности трансформации предыдущего опыта в новый стиль мышления.

Одним из теоретиков и вдохновителей танцевального экспрессионизма в Германии, а затем в Европе, был Рудольф фон Лабан. Во время своего раннего периода в итальянском местечке Аскона, Лабан много работал с импровизацией. Он задавал танцорам общие контуры композиции, внутри которых они создавали свой собственный танец. Он говорил, что в центре его драмы – вселенские вопросы, поиск новых альтернативных форм жизненного опыта, в котором танец играет главную роль. Для этого надо было подвергнуть танец анализу, и Лабан посвятил многие годы созданию системы анализа и записи танца, получившей известность как Лабанотация. Он искал всеобщие законы движения – не просто новый стиль, а универсальную систему, не зависящую ни от какого стиля.

Самая важная из находок Лабана – то, что инструмент экспрессии – это

не тело, а пространство. Оно отражает внутреннюю природу движения. Таким образом, Лабан сосредоточил внимание на теле в пространстве, а не на расположении частей самого тела. В своих попытках продвинуть анализ движения, он создал две концепции – хореотику (Choreutics – от греч., исследование кругов) и евкинетику (Eukenetics – исследование выразительной динамики танца).

Он работал главным образом без музыки, считая, что ритм производится телом – тело создает свою собственную музыку. Он отрицал идею о том, что тело – всего лишь инструмент музыкальной интерпретации. Рудольф Лабан назвал внутренний импульс, вызывающий движение, усилием (мускульной энергией). Его характер зависит от внутренней установки на принятие или отвержение обстоятельств, которые влияют на движение – силы, времени, течения, пространства движения. В таком виде усилие имеет определенные выразительные характеристики. Малейшие изменения усилия или его направления вызывают перемену смысла.

Рудольф Лабан определил связь усилия с внутренней мотивацией. Согласно ему, сила связана с физическими функциями, время – с интуицией, пространство – умственными функциями, а течение – с эмоциями. Движение приобретает выразительные качества, становится осмысленным – становится жестом – только в связи с другими движениями, которые ему предшествуют и за ним следуют. Лабан нашел тесную зависимость между элементами, входящими в усилие, и направлениями в пространстве [1].

Он подчеркивал, что каждое внутреннее усилие имеет свою внешнюю – хореотическую – форму. Эта идея была использована для подготовки актеров. Он выделил физические типы и нашел свойственные каждому из них движения. Он не стремился к идеальному телу, ценя бесконечные возможности, которые несут с собой телесные вариации. Для него свойственно внимание к телу в целом, а не к отдельным его частям, как в балете или некоторых народных танцах. Жест, чтобы быть аутентичным и выразительным, должен соответствовать позе. Именно жест отражает внутренний ритм тела и человеческий характер, именно в нем – ключ к общению. Идея о том, что чувство вызывает Движение, а не просто шаги, легла в основу танцтеатра.

Именно поэтому в своей работе мы активно используем Лабан – анализ как диагностическую и развивающую систему, которая, по данным наших исследований, действительно позволяет выстраивать программы развития, двигаясь от ограничений к свободе, от ригидности к разнообразию и возможности импровизировать, учитывая качество отношений и категорию пространства. А также помогает осознанию центра в теле и выстраиванию связей центр – периферия, что, в свою очередь, способствует развитию координации усилий, целенаправленности и активности действий. Кроме того, по нашим данным ритмы движения в контексте психологической работы и личностного исследования являются репрезентациями характеристик личности.

Понятие ритма в танце является значимой составляющей в работе арт-терапевта. Ритм в танцевально-двигательном процессе может быть, с одной стороны, предпосылкой для координации, задаваться музыкальным сопровождением и способствовать развитию чувства сопричастности и солидарности, групповой сплоченности. С другой стороны, ритм может быть навязчивым и сдерживающим моментом для свободного самовыражения. Работа, направленная на поиск своего собственного ритма в процессе слушания себя, своего тела, движения от внутреннего импульса способствует самовыражению и гармонизации личности.

Именно поэтому особое внимание в своей работе мы уделяем “движенческим ритмам” (Movement Rhythms), которые были предложены Рудольфом Лабаном, а именно: Impulse (импульс), Impact (удар). Swing (свинг), Rebound (пружина), Continuous (без акцента, линия). Данные ритмы имеют три составляющие: Time (время), Weight (вес), Energy (энергия) [1].

Это глобальные пять ритмов, которые характерны для жизни людей. Вопрос лишь в том, какие из них являются наиболее привычными, а использование каких ритмов вызывает сопротивление, трудности и удивление.

Одна из тем, которые включают наши программы, это “Я реальное, Я идеальное”. Попросив сделать рисунки в соответствии с названием, на втором этапе работы, мы просим найти движения (создать небольшие танцевальные композиции), которые соответствовали бы рисунку “Я реального” и “Я идеального”. Наш опыт работы показывает, что чаще всего в танце “Я реального” используются движения Continuous и Rebound. В танцах “Я идеального” появляются Impulse и реже Impact. Очень редко встречаются ситуации, когда для создания композиции, соответствующей теме “Я реальное”, используются все ритмы: **Continuous, Impulse, Rebound, Swing, Impact**.

Также наш опыт показывает, что чаще всего в импровизациях используются Continuous и Rebound, а работа над Impulse, Impact и Swing вызывает определенные трудности. Так как наличие Impulse и Swing в движенческом репертуаре свидетельствует, по нашим данным, об инициативности и умении использовать Swing как подготовку к Impulse.

Кроме того, существуют различные нюансы: например, некоторые люди воспринимают **Swing** как **Rebound**. Или же возможны варианты создания **Impulse** одной частью тела (например, только кисти рук) или одной половиной тела (например, только правая часть относительно центра инициирует движение). Как один из вариантов работы с ритмами как раз предполагает осознание личностных движенческих паттернов и особенностей, включение недостающих ритмов в движенческую базу и развитие навыка использования при необходимости всех ритмов в своей жизни.

Rebound часто используют люди, которым сложно проявлять инициативу, что соответственно вызывает трудность при работе с Impulse и Impact.

Impact вызывает затруднение у людей, которым сложно “ставить точки над і” и говорить “нет”.

Движение **Continuous** характерно для многих людей, разница лишь в том, что для одних это ведущий стиль существования, а для других – один из моментов развития, отдыха и своеобразной остановки.

Участники групп, чувствуя себя наиболее гармонично, как правило, используют в своем репертуаре все пять ритмов, чередуя Continuous, Swing, Impulse и Impact, а Rebound используют как отдых.

В сознании многих взрослых нередко существует уверенность в полном отсутствии у них способностей к различным видам творчества. В своей практике мы часто сталкиваемся с тем, что студенты или просто взрослые участники групп говорят о том, что не умеют танцевать. Поэтому, каждый раз акцентируем внимание: когда мы используем различные виды искусства для саморазвития или в терапевтических целях, то не беспокоимся относительно красоты произведений, правильности и соответствия танцевальных движений. Мы используем искусство в целях высвобождения, самовыражения, самораскрытия, поиска, осознанности, развития рефлексии. Постепенно происходит углубленное самопознание, самопринятие, гармонизация развития. Это потенциальный путь к самораскрытию и самореализации личности.

Человек устает от однообразных привычных движений, которые совершает автоматически на работе, дома, посещая магазин. Поэтому, попадая в ситуацию, где есть возможность подвигаться, тело начинает восполнять недостающее и выполнять различные движения. Важным является создание определенных условий для самораскрытия участников – самостоятельный поиск ими способов решения собственных психологических проблем.

Как известно, линии в пространстве имеют свою выразительную пластику. Они могут быть разные: мягкие, плавные и жесткие, четкие и разорванные, легкие и тяжелые, прямые и изогнутые. Безусловно, каждая из них может быть выражением определенного настроения или же психологического состояния. Направление вверх может символизировать подъем или энергетический потенциал, направление вниз – может свидетельствовать об упадке сил или снижении настроения.

Используя в работе со студентами-хореографами импровизацию, мы сталкиваемся с тем, что танцоров, с одной стороны, характеризуют “подготовленные” тела, а с другой – большое количество заученных паттернов. Заученные движения становятся частью телесного опыта, и главным препятствием на пути к импровизации, которая высвобождает внутренние резервы и активизирует огромный потенциал возможностей, ранее спящих в теле. Поэтому очень важно слушать себя и развивать навык слушания собственного тела. Ведь простые произвольные движения-импровизации позволяют лучше чувствовать и понимать, осознавать свое тело, свои потребности, привычки и возможности. Импровизационный ганец, в

котором руки двигаются подобно морским волнам, например, помогает укрепить так называемый первоэлемент воды в теле. Считается, что вода укрепляет внутреннюю силу, чувство опоры, а образ морских волн способствует гармоничному движению энергии в теле и вокруг него, улучшая защитную энергию.

Вообще определения понятия *импровизации* существуют разные. Мы согласны с тем, что: Импровизация – это процесс создания композиции “здесь и теперь”. Спонтанная Импровизация – это процесс последовательного и структурированного формообразования в конкретный, актуальный момент, который исключает значимость влияния внешних факторов и директив [4, с. 41]. Можно сказать, что Импровизацию характеризуют: самоорганизация и спонтанность.

Самоорганизация: в данном контексте означает последовательность, которая рождается в середине системы, без вмешательства ведущего. Кроме того, происходит некое структурирование на грани хаоса и упорядоченности. На уровне, достаточном для того, чтобы узнать стиль, который является подходящим для адаптации к новой информации. Что, в свою очередь, становится источником для получения нового результата.

Спонтанность означает то, что потенциал приходит в результате самоорганизации. Это тот процесс, благодаря которому, развиваются новые формы, последовательности, стили. Новые возможности возникают и развиваются, в результате чего проявляется потенциал для создания чего-то нового: возникает некая коллективная композиция, которая отличается от просто суммы ее составляющих.

Кроме спонтанности, существует еще несколько факторов, способствующих появлению нового в импровизационном процессе: у участников есть возможность выбора: двигаться или использовать голос (хотя, движение для нас это тоже своего рода возможность “звучать”), Важными компонентами также являются: время и пространство, определение и развитие границ пространства, в котором происходит действие.

Импульс к движению, прикосновению, к возникновению контактов, необходимость отвечать за собственные границы – все это достаточно важные составляющие при работе над созданием собственной композиции, которая в свою очередь влияет на состояние пространства и появление общей (коллективной) композиции. При этом у каждого существует возможность в любой момент прекратить свое участие в создании композиции.

В процессе создания композиции жизни индивидуальные особенности играют важную роль. Человек способен осознавать свой субъективный опыт, который получает в процессе жизни, и сообщать об этом другим людям тем или иным способом. Вопрос только в том, насколько каждый из нас готов к тому, что бы честно говорить и действовать, а не играть и изображать. Для создания собственного стиля важны: спонтанность, как один из ключевых элементов, ритмическое взаимодействие, параллели, сохранение и

аккумуляция энергии, особенности сепарации и контакта, согласованность при взаимодействии (осознанный выбор процессов лидерства, зависимости, равноправного существования). Для того, что бы стиль возникал и “читался”, необходимы определенные правила, которые, в свою очередь, должны быть достаточно гибкими и открытыми, чтобы могли создаваться собственные правила, тогда появляется возможность трансформации предыдущего опыта в новый стиль мышления.

Спонтанная Импровизация входит в повседневную жизнь на разных уровнях. На личностном – позволяет определить свой уникальный и неповторимый потенциал самовыражения и использовать его в отношениях с другими. На уровне коллективного взаимодействия – подтверждает, что спонтанная система является более живой, адаптивно действенной и развивающей, чем иерархичные системы [2].

Интересной на наш взгляд является также теория Потока психолога Михали Чиксентмихайи, которая объясняет природу необычных состояний, испытываемых марафонцами, скалолазами, танцорами и другими спортсменами. Михали говорит о неких медитативных состояниях сознания, при которых разум одновременно бдителен и расслаблен, а любое физическое движение осуществляется свободно, без усилий – как бы струится, течет.

Как утверждает Симоне Форти, когда человек пребывает в таком состоянии “потока”, “концентрация на том, что вы делаете, не требует никаких усилий, потому что вся ваша система целиком движется в нужном направлении”. “Вы действуете почти – я бы не сказала, что в состоянии отсутствия разума – но ваша система налажена на исполнение. Я имею в виду то состояние, в котором ваш разум как бы собирается воедино, сосредотачивается в едином действии, и ваше двигательное сознание буквально расцветает” [3].

До сих пор не изученные полностью, переживания, связанные с теорией Потока, представляют очевидный исследовательский интерес. Однако, по нашим данным, подобные состояния достигаются также во время индивидуальных, парных и групповых импровизаций.

Таким образом, комбинируя в своей работе Лабан-анализ и техники импровизации, можем сделать **вывод** об эффективности и целесообразности их использования в своей обучающей, развивающей (тренинговой) и терапевтической деятельности. Символический язык танца действительно отражает содержание внутреннего мира личности и позволяет перевести неосознанные паттерны движения в осознанный структурированный материал, который способствует дальнейшему развитию личности, или же наоборот, найти возможность ухода от стереотипных паттернов в безбрежные творческие просторы.

Движения тела имеют различные траектории, отражающие как осознаваемые, так и неосознаваемые реакции. Танец позволяет понять, что такое “привычное движение”, “привычная картинка” и каким образом они

связаны с неразрешенными в прошлом конфликтами. Когда человек “застревает” на определенных двигательных паттернах, повторяя одни и те же движения вновь и вновь, это препятствует его экспериментам с новыми движениями. Танцевальная импровизация предполагает эксперимент с движениями, которые имеют непривычный и неосознанный характер. Его результаты не запланированы и непредвиденны, что дает возможность для освобождения от жестких систем значений и привычных моделей поведения. Являясь выражением кинетической субъективности, танец дезорганизует регулярность, рутину, или же наоборот выстраивает и структурирует порядок. Танец позволяет установить с собой и окружающим миром новые, осознанные и более активные отношения.

Используемая литература:

1. Newlove J., Dalby J. Laban for all! London : Nick Hern Book, 2004. 255 p.
2. Contact quarterly: a vehicle for moving ideas. *Biannual journal of dance and improvisation*. 2007. Vol. 32. № I. P. 40-46.
3. Greene D. Performance Success, Performing Your Best Under Pressure. New York : Routledge, 2002. 218 p.

References:

- [1] Newlove J., Dalby J. Laban for all! London : Nick Hern Book, 2004. 255 p.
- [2] Contact quarterly: a vehicle for moving ideas. *Biannual journal of dance and improvisation*. 2007. Vol. 32. № I. P. 40-46.
- [3] Greene D. Performance Success, Performing Your Best Under Pressure. New York : Routledge, 2002. 218 p.

МОВА Л. В. Репрезентація характеристики особистості через танець як можливість трансформації.

Стаття присвячена розгляду питання про можливість використання танцю як діагностичної та розвиваючої системи. Використання п'яти ритмів, запропонованих Рудольфом Лабаном, розглядається у контексті психологічної роботи і особистісного дослідження як репрезентація характеристик особистості. Поняття ритму в танці є значущою складовою в роботі арт-терапевта. Ритм в танцювально-руховому процесі може бути, з одного боку, передумовою для координації, задаватися музичним супроводом і сприяти розвитку почуття причетності і солідарності, груповий згуртованості. З іншого боку, ритм може бути нав'язливим і стримуючим моментом для вільного самовираження. Робота, спрямована на пошук свого власного ритму в процесі слухання себе, свого тіла, руху від внутрішнього імпульсу, сприяє самовираженню і гармонізації особистості.

Імпровізація розглядається як можливість трансформації попереднього досвіду в новий стиль мислення. Танцювальна імпровізація передбачає експеримент з рухами, які мають незвичний і неусвідомлений характер. Його результати не заплановані і непередбачені, що дає можливість для звільнення від жорстких систем значень і звичних моделей поведінки. Акцент ставиться на тому, що танець дає змогу встановити з собою і навколишнім світом нові, усвідомлені й більш гармонійні стосунки.

Комбінуючи в своїй роботі Лабан-аналіз і техніки імпровізації, автор робить висновок про ефективність і доцільність їх використання в своїй навчальній, розвивальній (тренінговій) і терапевтичній діяльності. Символічна мова танцю дійсно відображає зміст внутрішнього світу особистості і дає змогу перевести неусвідомлені патерни руху в усвідомлений структурований матеріал, який сприяє подальшому розвитку особистості, або ж навпаки, знайти можливість відходу від стереотипних патернів у безмежні творчі простори.

Ключові слова: танець, малюнок, ритм, лінії, самовираження, саморозвиток.

MOVA L. Representation of description to personality through dance as possibility of transformation.

The article deals with the possibility to use dance as a diagnostic and development system. Use of five rhythms proposed by Rudolf Laban is regarded in the context of psychological work and personality research as personality characteristics representation. The concept of rhythm in dance is a significant component in the work of an art therapist. Rhythm in the dance-movement process can, on the one hand, be a prerequisite for coordination, be given musical accompaniment and contribute to the development of a sense of belonging and solidarity, group cohesion. On the other hand, rhythm can be an obsessive and restraining moment for free expression. Work aimed at finding your own rhythm in the process of listening to yourself, your body, movement from an internal impulse contributes to self-expression and harmonization of the personality.

Improvisation is regarded as possibilities to transform the former experience into a new style of thinking. Dance improvisation involves experimenting with movements that are unusual and unconscious. Its results are not planned and unforeseen, which makes it possible to free oneself from rigid systems of values and habitual patterns of behavior. It is accentuated that dance lets person establish new conscious and more harmonious relations with oneself and environment.

Combining Laban analysis and improvisation techniques in his work, the author concludes about the effectiveness and appropriateness of their use in his educational, developmental (training) and therapeutic activities. The symbolic language of dance really reflects the content of the inner world of the personality and allows you to translate unconscious patterns of movement into a conscious structured material that contributes to the further development of the personality, or, on the contrary, to find an opportunity to escape from stereotypical patterns into boundless creative spaces.

Keywords: dance, drawing, rhythm, lines, self-expression, selfdevelopment.

DOI: <https://doi.org/10.31392/NZ-npu-149.2020.11>

УДК 37. 091. 12: 004.77 (438)

Мухацький М.

**ПЕДАГОГИ ЯК УЧАСНИКИ ОНЛАЙН-ОСВІТНІХ ПРОЦЕСІВ
У ПОЛЬСЬКІЙ РЕСПУБЛІЦІ**

У статті розглянуто особливості професійного просування вчителів, які залежать від багатьох чинників. У сучасних умовах вчитель повинен не лише володіти знаннями щодо конкретного навчального предмета, а ще й уміти проявляти креативність, зацікавленість, швидко вирішувати проблемні ситуації та приймати рішення, знаходити індивідуальний підхід до кожного здобувача освіти. Вказані аспекти суттєво впливають на службове просування педагога, що надає йому більше можливостей для подальшої реалізації професійних планів та ідей.

Проаналізовано наукові погляди вчених на службове просування, яке асоціюється, насамперед, з кар'єрою та зміною умов праці. За таких умов важливо пам'ятати, що необхідно зберігати своєрідний баланс між задоволенням власних амбіцій під час професійного просування та якісним виконанням своїх обов'язків, адже від цього залежить ефективність навчання здобувачів освіти.

Зазначено, що лише особистість, яка прагне самоудосконалюватися і розвиватися, може досягти найвищих результатів у професійній діяльності. Педагог має чітко визначати власні цілі, життєві пріоритети, а також бути орієнтованим на активність, самостійність і