

УДК 371.72(438)

РУДОЛЬФ ЛАБАН – ЖИТТЯ, ПЕДАГОГІКА ТА ХОРЕОГРАФІЯ

Анастасія Вільчківська¹

¹Університет Яна Кохановського в Кельцах, Філія в Пйотркуві Трибунальському, Польща, a.wilczkowska@unipt.pl

<https://doi.org/10.29038/2220-7481-2019-04-14-18>

Анотації

У статті проаналізовано життєвий шлях та творчу діяльність відомого хореографа й педагога Рудольфа Лабана – автора концепції експресивної гімнастики, яка була своєрідним протестом проти консервативних методичних вимог щодо структури та змісту занять із фізичного виховання в загальноосвітніх школах. **Мета дослідження** – проаналізувати життєвий шлях та творчу діяльність відомого хореографа й педагога Р. Лабана. **Методи дослідження** – аналіз літератури з педагогіки, теорії та методики музичного й фізичного виховання, хореографії. **Результати дослідження.** Концепція експресивної гімнастики спирається на творчу рухову імprovізацію учнів у супроводі музики. Вона дає вчителю можливості у виборі фізичних та танцювальних вправ, рухливих ігор, музичних творів. Їх виконання стимулює в учнів активність і фантазування в руховій діяльності, позитивно впливає на розвиток естетичних почуттів, формує координацію рухів, узгодження своїх дій із рухами партнерів та ін. Р. Лабан пропонує оригінальні комплекси експериментальної гімнастики, які мають свою тематику. Наприклад, відчуття руху, ваги тіла. Формування вмінь співпрацювати з партнерами й групою, розвиток відчуття руху, ваги тіла, простору, часу та ін. **Висновки.** За своє 79-річне життя Рудольф Лабан зробив значний внесок у мистецтво, педагогіку, ергономіку. Його ентузіазм, енергія та творчий підхід у всіх напрямках діяльності: хореографії, режисурі, педагогіці, фізичному вихованні – дали можливість сформулювати та апробувати на практиці новаторські підходи в цих сферах людської діяльності. Тому новаторська науково-практична спадщина Р. Лабана є актуальною й у наш час, незважаючи на політичні зміни, що відбулись у більшості країн світу.

Ключові слова: Рудольф Лабан, експресивна гімнастика, учні, фізичне виховання, музика.

Анастасія Вільчківська. Рудольф Лабан – жизнь, педагогическая и хореографическая деятельность. В статье анализируются жизненный путь и творческая деятельность известного хореографа и педагога Рудольфа Лабана – автора концепции экспрессивной гимнастики, которая была своеобразным протестом против консервативных методичных требований в структуре содержания занятий физического воспитания в общеобразовательных школах. **Цель исследования** – анализ жизненного пути и творческой деятельности хореографии педагога Р. Лабана. **Методы исследования** – анализ литературы с педагогике, теории и методики физического воспитания, хореографии. **Результаты исследования.** Концепция экспрессивной Р. Лабана в своей основе содержит творческую двигательную импровизацию учащихся. Она даст широкую возможность учителю в выборе физических и танцевальных упражнений, подвижных игр и музыкальных произведений. Их выполнение стимулирует у детей активность и импровизацию в двигательной деятельности, эффективно влияет на развитие эстетических чувств, формирует координацию движений, сочетать свои действия с партнером и группой. Развития чувства движения, веса тела, пространства, времени и др. **Выводы.** За свою 79-летний период жизни Рудольф Лабан сделал значительный вклад в развитие искусства, педагогику и эргономику. Его энтузиазм, энергия и творческий подход во всех направлениях деятельности: хореографии, режиссуре, педагогике, физическом воспитании – дали возможность разрабатывать и апробировать на практике оригинальные подходы в данных сферах деятельности людей. Поэтому новаторское научно-практическое наследие Р. Лабана является актуальным и в наше время.

Ключевые слова: Рудольф Лабан, экспрессивная гимнастика, школьники, физическое воспитание, музыка.

Anastasia Vilchkovskaya. Rudolf Laban – Life, Pedagogy and Choreography. The research paper analyzes life and creative activity of the famous choreographer and pedagogue Rudolf Laban – the author of the concept of expressive gymnastics, which was a kind of protest against the conservative methodological requirements concerned the structure of the content of physical education classes in secondary schools. **The Purpose of the Research** is to analyze R. Laban's life course and creative activity. **The Research Methods:** analysis of literature on pedagogy, theory and methods of music and physical education, choreography. **The Results of the Research.** The gymnastics` expressive concept made by R. Laban basically contains the creative motor improvisation of students under musical accompaniment. It gives the teacher a wide opportunity in choosing physical and dance exercises, outdoor games and musical works. Their implementation stimulates activity and improvisation in motor activity of children, effectively

influences the development of aesthetic feelings, forms the coordination of movements, combines the actions with a partner's ones etc. R. Laban offers original complexes of experimental gymnastics, which have their own theme, for example, the feeling of movement, body weight; developing the ability to work with partners and group, forming a motion sense, body weight, space, time etc. **Conclusions.** During his 79-years period of life, Rudolf Laban made a significant contribution to the development of art, pedagogy and ergonomics. His enthusiasm, energy and creativity in all areas of human life activity: choreography, directing, pedagogy, physical education made it possible to develop and test in practice original approaches in these areas. Therefore the innovative scientific and practical heritage of R. Laban is currently relevant despite political changes that took place in the most countries.

Key words: Rudolf Laban, expressive gymnastics, schoolchildren, physical education, music.

Вступ. У 40-х роках минулого століття в школах різних країн Європи виникла тенденція до зниження інтересу учнів, особливо середніх та старших класів загальноосвітніх шкіл, до уроків із фізичного виховання. Починаючи з 50-х років XIX ст., у школах Німеччини й Швеції ці уроки проводили із застосуванням гімнастики на приладах, запропонованих Фрідріхом Янгом (1778–1852) та П'єром Лінгом (1776–1839).

Ці уроки були підпорядковані чіткій організаційній структурі, суворій дисципліні. У процесі їх проведення існувала муштра школярів, а також простежено їх низьку рухову активність, тому метод музично-рухової експресії Р. Лабана був своєрідним протестом проти застарілих консервативних канонів у структурі та змісті уроків фізичного виховання в загальноосвітній школах Великої Британії, де він пройшов у той період. Цей метод відповідав англійській концепції фізичного виховання дітей та учнівської молоді відповідно до реформи шкільної освіти, яка була запропонована в післявоєнний період.

Мета дослідження – проаналізувати життєвий шлях і творчу діяльність видатного хореографа та педагога Рудольфа Лабана.

Результати дослідження. Життя Рудольфа Лабана (1878–1958), хореографа, педагога й теоретика танцю, нагадує сюжет пригодницького фільму. Народився він у м. Презбурзі (Австро-Угорщина) в сім'ї генерала, який згодом був призначений на посаду військового губернатора Боснії та Герцеговини. Мати була родом із Великої Британії. У 1898 р. він вступив у військову академію м. Вінер-Нойштатд, у якій навчався лише один рік.

У 1900 р. Р. Лабана зараховано до школи мистецтв у Парижі для навчання архітектури та філософії. У цей час Р. Лабан вів спосіб життя, характерний для богемних художників. Він малював карикатури й плакати в стилі модерн. Водночас вивчав технологію праці відомого у Франції теоретика театрального мистецтва Франсуа Дельсарта. Тоді Р. Лабан почав вивчати різні форми рухової діяльності й поведінки акторів-танцюристів під час спектаклів і намагався їх занотувати.

У 1907 р. померла його дружина, художниця Марті Фріке. Він покинув Париж і повернувся зі своїми малими дітьми до батьків у Відень. У 1910 р. Р. Лабан одружився вдруге зі співачкою Майєю Ледерер і переїхав із нею до Мюнхена, де заснував у 1912 р. експериментальну школу «Tanz-Ton-Wort» (танець-звук-слово). Захопившись ідеями американських танцювальників Т. Дзікановської та А. Дункан і їхніми вільними танцями, Р. Лабан розробив концепцію експресивного танцю (Ausdrudentanz). Він вважав, що танець є самостійним видом мистецтва й цю ідею відстоював до кінця свого життя.

Улітку 1912 р. Р. Лабан із групою танцюристів запросили до Швейцарії, де він перебував у колонії утопістів, які своїм прикладом мріяли змінити світ на краще. Його біографи вважають, що там у Р. Лабана виникла оригінальна концепція про те, що молода людина для її всебічного розвитку потребує існування в гармонії з природою та космосом. Він вважав, що рух є спільним знаменником усіх компонентів усіх психофізичної діяльності людини. Стале положення тіла і його стабільність були для Р. Лабана неприємливі, усе характеризувалося нестабільністю та зміною.

У 1915 р. в Цюриху (Швейцарія) він засновує хореографічний інститут, у якого згодом з'явилися рецензії в інших країнах Західної Європи: Німеччини, Нідерландах, Чехії та Словаччини. Р. Лабан відвідував кожну з них декілька разів на рік.

Творча діяльність Р. Лабана в період проживання у Швейцарії до 1925 р. стала популярною в хореографічних колах Західної Європи як теоретика танцю та новатора-режисера. Його метод праці на той час вважався революційним. Він передбачав імпровізацію в танцях: свободу в рухах тіла, змінний неметричний ритм, запровадження на сцені різних позицій людського тіла й ін.

У 1930 р. Р. Лабана призначили режисером танцю та рухової пластики в пруських театрах Берліна. Однак його успіхи в хореографії були поступово втрачені у зв'язку з приходом до влади нацистів на чолі з Адольфом Гітлером. Найближчі з його соратників, особливо єврейського походження, виїхали з Німеччини.

Р. Лабан умів добре працювати з великими групами людей (танцюристів, акторів, спортсменів). Масові видовища цікавили в ті часи керівників нацистської партії Німеччини. Вони використовували їх для пропаганди фашистської ідеології. Однак проігнорували методику його праці в постановці масових танців і виконання вправ експресивної гімнастики. Вони зрозуміли, що такі вистави мають революційний характер та закликають глядачів до свободи. Гебельсс побувавши на репетиції на наступний день заборонив Р. Лабану проводити подібні видовища в Німеччині.

У 1937 р. Р. Лабан отримав візу для поїдки до Франції й виїхав до Парижа. У цей період він почав займатись іншою діяльністю: консультував у галузі ергономіки Ф. Лауренса з питань підготовки жінок до керування обладнанням, які раніше обслуговували лише чоловіки. Вони провели цікаві дослідження з цих питань. На їх підставі Р. Лабан у 1947 р. видав книгу «Effect Economy of Human Movement». У період із 1940 р. по 1948 р. Р. Лабан проживав спочатку в Ньютоні, а потім – у Манчестері, де проводив заняття з експресивної гімнастики з учителями та молоддю на спеціально організованих курсах. На цих заняттях він адаптував свою концепцію науково-рухової гімнастики відповідно до організації й змісту уроків фізичного виховання в школах. Проведення уроків із застосуванням гімнастики Р. Лабана значно підвищило інтерес дітей і молоді до цього навчального предмету, а також позитивно вплинуло на розвиток їхньої моторики. Р. Лабан отримував багато задоволення від спілкування з учителями, які проходили у великій кількості навчатися на його курсах, а особливо їм допомагала розроблена для британських шкіл програма лобаніської гімнастики.

У 1958 р. у м. Вейбриджі помер засновник нової ери танцю, талановитий хореограф, педагог та автор експресивної гімнастики Рудольф Лабан. Він говорив своїм колегам, що «життя людини – це незакінчена симфонія». Цей вислів можна віднести до його методики музично-рухової експресії, яка по 60-ти роках після смерті Рудольфа Лабана залишається актуальною й реалізується в різних сферах: хореографії, фізичному вихованні, медицині (музикотерапія) та ін. Розглянемо більш детально застосування науково-практичного надбання Р. Лабана у фізичному вихованні дітей і учнівської молоді. Його концепція рухової експресії, яка теж отримала назву творчої гімнастики, була схвально прийнята педагогами дитячих садків, початкових класів, основних шкіл, фахівцями фізичного виховання та ритміки у Великій Британії, США, Канади та Німеччини. У 50-х роках ХХ ст. метод рухової експресії Р. Лабана почали активно застосовувати в польських школах завдяки зусиллям ученого в галузі теорії й методики фізичного виховання, професора В. Гнієвковського. Він був головним пропагандистом серед польських учителів та студентів Академії фізичного виховання цього новаторського методу, розповідаючи про нього на науково-практичних конференціях, педагогічних семінарах і в пресі [2].

Р. Лабан обґрунтував тезу про фундаментальне значення рухів для гармонійного розвитку дітей та учнівської молоді, підкреслюючи, що всі люди мають здібності створювати порозуміння між собою за допомогою рухів (жестів, міміки), а рух є природним засобом комунікації [4]. Експресивна гімнастика розвиває в дітей творче мислення, а також ініціативу й інтерес до рухової активності, а також емоційну сферу, дає можливість реалізувати свої індивідуальні можливості відповідно до стану психофізичної підготовленості дитини. Це відповідає сучасним умовам реформ щодо дошкільної та шкільної освіти дітей і молоді.

Р. Лабан ретельно вивчав хореографію народних танців різних країн, а також класичні танці, які застосовуються в балеті. Однак його метода не спирається на жодну з відомих технік танцю. У його основу покладено самовираження дитини за допомогою довільних рухів, у яких виявляються її темперамент, індивідуальність, емоційний стан, що є характерною специфікою виконання кожного танцю (особливо народного). Тому вчений сформулював таке гасло: «Кожна людина має в собі щось від танцюриста», – і вона повинна ці задатки розвивати та вдосконалювати для зміцнення свого психічного здоров'я, організації активного відпочинку та доброго самопочуття. Діти, особливо дошкільного віку й шкільного віку, часто реалізують свій психічний стан та настрій за допомогою рухів. Тому потрібно створювати для них належні умови для самовираження власного емоційного стану в руховій діяльності [1].

В експресивній гімнастиці Р. Лабана запропоновано поєднання рухів із музикою й ритмом. Науковець постійно підкреслював значення ритму у виконанні фізичних вправ, а тому рекомендував широко застосовувати музику для їх супроводження. Основними засобами цієї рухової експресії є музично-рухові вправи, ігри з елементами танців, різноманітні народні танці, доступні для дітей, драматичні сценки та ін. Їх виконання, на думку Р. Лабана, стимулює в дитини творчість і фантазування в руховій діяльності, позитивно впливає на розвиток естетичних почуттів, формує культуру рухів (особливо їх координацію), узгодження своїх дій із рухами партнерів та ін. [5].

При застосуванні цього методу на уроці фізичного виховання вчитель традиційно визначає оздоровчі, освітні й виховні завдання, інформує учнів про те, що їм потрібно робити для їх реалізації, орієнтує на творчий підхід до виконання запропонованих рухових завдань, на прояв їхньої фантазії, самодіяльності та ін. Вправи можуть бути різні за їх характером: основні рухи (ходьба в різних варіантах, біг, підстрибування, повзання й ін.), гімнастичні та акробатичні вправи, танцювальні рухи, а також вправи на гімнастичних приладах (колода, гімнастична лава й стінка).

У процесі уроків фізичного виховання експресивна гімнастика проводиться в різних формах:

- замість традиційних загальнорозвивальних вправ у підготовчій частині уроку;
- у вигляді коротких фрагментів в основній частині уроку для підвищення інтересу учнів до запропонованих їм вправ;
- вправи та рухливі ігри під музику в різних частинах уроку.

Р. Лабан пропонує 16 основних комплексів експресивної гімнастики, які мають свою тематику, наприклад: відчуття власного тіла й формування вмінь співпрацювати з партнером і групою; розвиток відчуття руху, ваги тіла, простору та часу й відчуття власного тіла як знаряддя, що використовується в різних життєвих ситуаціях [3].

Р. Лабан не подавав у своїх публікаціях детальних конспектів уроків фізичного виховання, які б зобов'язували вчителя працювати згідно з цими рекомендаціями. Він пропонував загальні рекомендації, які вчитель за своїм бажанням мав творчо реалізувати у своїй педагогічній діяльності. Багаторічний педагогічний досвід застосування методи рухової експресії Р. Лабана вчителями польських шкіл дає можливість узагальнити методичні підходи щодо організації занять з експресивної гімнастики:

1. Заняття експресивної гімнастики мають традиційну структуру (підготовча, основна та завершальна частини), у процесі яких реалізується загальнопедагогічні принципи дидактики: свідомості й активності, доступності та індивідуалізації, систематичності й ін.

2. Учні можуть виконувати завдання вчителя тим способом, який їм подобається. Ця інтерпретація мотивує їх до творчості в руховій діяльності. Під час виконання музично-рухових дій широко застосовується імпровізація дітей.

3. Учитель оцінює не техніку вправ, а активну рухову діяльність (оригінальність імпровізації) та творчий підхід учнів щодо виконання рухових дій.

4. Команди вчителя на цих заняттях застосовуються епізодично, як і шиккування та перешикування в шеренгу або колону. Найбільш поширеним розміщенням учнів є коло та в розсіпці на спортивному майданчику або в залі.

5. У процесі проведення занять потрібно регулювати фізичні навантаження на організм учнів, чергувати більш інтенсивні рухи (біг, танці) із рухами, що виконуються в повільному темпі (ходьба, вправи з рівноваги та ін.).

6. Уважно спостерігати за учнями, надавати необхідну допомогу та страхівку для тих, хто її потребує (здійснювати індивідуальний підхід).

7. На всіх заняттях експресивної гімнастики застосовується музика. Вона визначає ритм і теми рухових дій учнів, а також (за завданням вчителя) є чинником, який зумовлює їх творчу мотивацію, підвищує активність та інтерес до рухової діяльності. Музичні твори підбираються відповідно до віку учнів, їхніх інтересів і відповідності руховим завданням, запропонованим вчителем. Р. Лабан пропонував застосовувати поряд з інструментальною музикою для дошкільників й учнів молодших класів перкусійні інструменти (бубон, тамбурин, ксилофон, маракаси та ін.), на яких грають самі діти.

8. Учитель може не мати доброї технічної підготовленості у виконанні танцювальних вправ. Демонстрація їх учням, за необхідності, може бути доручена найбільш підготовленій дитині. Більшість вправ експресивної гімнастики має характер імпровізаційних дій. Вони в основному спрямовані на реалізацію внутрішнього психофізичного стану учня, його емоцій у певних рухових діях, переважно під відповідний музичний супровід.

У представленій системі навчального матеріалу Р. Лабан не спирався на анатомічні або фізіологічні особливості учнів під час вибору рухів. Науковець виходив здебільшого з психологічних аспектів почуття дитиною власного тіла, його ваги, форми руху, співвідношення власних рухів із діями партнера та ін. У його методиці значне місце відводиться музиці, яка супроводжує запропоновані їм рухи й особливо танці. Вважаємо, що метод Р. Лабана дає змогу застосовувати різні форми рухової експресії на заняттях із фізичного виховання, яка цікава та корисна для дітей дошкільного, молодшого й середнього шкільного віку. Цей метод актуальний і на сьогодні, тому що він відповідає сучасним вимогам,

які поставлено перед системою фізичного виховання школярів, забезпечує комплексний вплив на їхній фізичний та психічний розвиток [6].

Отже, можемо констатувати, що метод експресивної гімнастики Р. Лабана спрямовано на інтеграцію рухів, музики й ритму. Засоби творчої експресії, які запропоновано ним (особливо основні рухи, гімнастичні вправи та рухливі ігри, народні танці), доступні й цікаві дітям молодшого та середнього шкільного віку. Вони дають їм можливість значно підвищувати їхній інтерес до виконання рухових дій у супроводі музики. Комплексно впливати на розвиток рухових здібностей, емоційної сфери та всебічної рухової підготовленості учнів.

Висновки. За своє 79-річне життя Рудольф Лабан зробив значний внесок у мистецтво, педагогіку, ергономіку. Його ентузіазм, енергія та творчий підхід у всіх напрямках діяльності й хореографія, режисура, педагогіка, фізичне виховання дали можливість сформулювати та апробувати на практиці новаторські підходи у цих сферах людської діяльності. Тому новаторська науково-практична спадщина Р. Лабана є актуальною й у наш час, незважаючи на політичні зміни, що відбулись у більшості країн світу.

Концепція Рудольфа Лабана отримала широку популярність у школах Західної Європи, США та Канади. Його метод музично-рухової експресії відповідає сучасним вимогам, які поставлено перед системою фізичного виховання дітей і молоді. у плані підвищення її ефективності у вирішенні оздоровчих, освітніх і виховних завдань. Застосування методу музично-рухової експресії Р. Лабана в навчальних та позакласних заняттях із фізичного виховання й спорту забезпечує комплексний вплив на фізичний, психічний та естетичний розвиток учнів, стимулює в них творчість й ініціативу в руховій діяльності під музику.

Джерела та література

1. Bielski J. *Metodyka wychowania fizycznego i zdrowotnego*. Kraków: Oficyn, 2005. 362 s.
2. Gniewaszewski W. *Gimnastyka twórcza (ekspresyjna) dla dzieci i młodzieży niedostosowanej. Wychowanie Fizyczne i Higiena Szkolna*. 1974. Nr 9. S. 16–24.
3. Kurek-Paszczuk A. *Gimnastyka twórcza R. Labana. Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne*. 2010. S. 34–41.
4. Laban A. *Des Kinders Gimnastik und Tanz*. Oldenburg: Staling, 1926.
5. Laban R. *Modern Educational Dance*. London, 1948.
6. *The art of movement in the school. Laban Art of Movement Guld News Sheet 8 (March), 1952. S. 10–16.*

References

1. Bielski, J. (2005). *Metodyka wychowania fizycznego i zdrowotnego*. Kraków: Oficyn, 362.
2. Gniewaszewski, W. (1974). *Gimnastyka twórcza (ekspresyjna) dla dzieci i młodzieży niedostosowanej. Wychowanie Fizyczne i Higiena Szkolna*, Nr 9, 16–24.
3. Kurek-Paszczuk, A. (2010). *Gimnastyka twórcza R. Labana. Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne*, 34–41.
4. Laban, A. (1926). *Des Kinders Gimnastik und Tanz*. Oldenburg: Staling.
5. Laban, R. (1948). *Modern Educational Dance*. London.
6. *The art of movement in the school. Laban Art of Movement Guld News Sheet 8 (March), 1952, 10–16.*

Стаття надійшла до редакції 17.09.2019 р.