

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет культури і мистецтв
Кафедра хореографічного мистецтва**

**СУЧАСНЕ ХОРЕОГРАФІЧНЕ МИСТЦТВО ЯК ЗАСІБ
ВИЯВЛЕННЯ СВОБОДИ, ІНДИВІДУАЛЬНОСТІ Й
СОЦІАЛЬНОСТІ ХОРЕОГРАФА**

Кваліфікаційна робота (проект)

Пояснювальна записка

на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

Виконала: здобувачка 2 курсу
13-231М групи,
Спеціальність 024 Хореографія
Освітньо-професійної (наукової)
програми Хореографія
Логвинченко Лілія Андріївна

Керівник: доцентка Рехліцька А.Є.

Рецензент: викладач
хореографічних дисциплін КЗ
«Херсонський фаховий коледж
культури і мистецтв», Кізяков
В.М.

Івано-Франківськ 2024

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-АНАЛІТИЧНА ОСНОВА	
ХОРЕОГРАФІЧНОЇ КОМПОЗИЦІЇ	7
1.1. Історико-мистецьке обґрунтування хореографічної композиції.....	7
1.2. Ідейно-тематична основа твору.....	10
РОЗДІЛ 2. ЛІТЕРАТУРНО-ГРАФІЧНИЙ АНАЛІЗ	
ХОРЕОГРАФІЧНОЇ КОМПОЗИЦІЇ	14
2.1. Композиційно-архітектонічна побудова твору.....	14
2.2. Літературно-графічний запис хореографічної постановки...	15
2.3.Сценографія.....	19
ВИСНОВКИ	20
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	22
ДОДАТКИ	24

ВСТУП

Актуальність проблеми. Мистецтво загалом, а зокрема, хореографічне мистецтво вносить в емоційне життя людини гармонію, закріплює естетичну, моральну основи людського існування, його духовність. Говорячи мовою танцю, де відсутні слова, а виразність пластики людського тіла, музичних ритмів і мелодій виявляється могутньою силою, людина виражає через рух думки, емоції, вчинки. Проходячи певні етапи свого становлення, танцювальне мистецтво розширювалось, вдосконалювалось, збагачувалось новими елементами, з'являлись нові види та стилі танцю. Але завжди танець був пластичним портретом людства, який розповідає про звички та образ життя, географічне розташування, через танець можна дослідити історію костюма, він є відображенням не тільки темпераменту народу, а й його світовідображенням. Сучасність породила свої ідеали, новий образний світ, і тому прояви душі, психіки людини створюють нові умовні знаки, символи, жести, які стають своєрідним вираженням думок, засобами виявлення свободи, індивідуальності й соціальності людини. Маючи синтетичне походження, хореографічне мистецтво загалом, а зокрема сучасний танець, своїми могутніми чинниками - музикою, пластикою, ритмами, елементами живопису та драматичного мистецтва, стає близьким і доступним, дозволяє самовиражатись, ставати більш відкритим та вільним від стереотипів, реалізовувати потребу в русі.

Слід також зазначити вплив хореографічного мистецтва на молодь. Адже танець, який перед усім є красивим, окрилений рухом, сприяє вихованню почуття прекрасного, дисципліни, правил етикету, навчає спільно діяти, товаришувати, допомагає переборювати фізичні та моральні труднощі, проявляти наполегливість у досягненні мети.

Багаторічна праця дослідників хореографічного мистецтва дозволяє нам глибше та ширше зануритись у вивчення мистецтва танцю.

О.Зав'ялова, О.Кравчук, Я. Грабовська, Ю. Хочик, Г. Каркошко, Т.Медвідь, Т.Повалій та інші є дослідниками історії хореографічного мистецтва. В.Верховинець, А.Гуменюк, А.Нагачевський, Р.Герасимчук та інші розкрили нам красу та різноманітність українського народного танцю. Д.Шариков, В.Грек, О.Шабаліна, О.Плахотнюк займаються дослідженням сучасного танцю. Багато дослідників приділяють увагу формуванню особистості хореографа, його підготовці до професійної діяльності, загальнокультурному розвитку, індивідуальній майстерності та творчій індивідуальності. Серед них слід зазначити В.Звягінського, І.Зезян, С.Сисоєв, І.Бех, В.Молеко, О.Рудницьку та інших.

З огляду на вищезазначене, враховуючи умови постійних соціокультурних змін, які характерні ХХІ століттю, ми вважаємо **тему:** «Сучасне хореографічне мистецтво як засіб виявлення свободи, індивідуальності й соціальності хореографа», яку ми обрали для дослідження – актуальною та потребуючою детального розгляду.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Розробка обраної нами тематики є складовою творчої художньої компетенції майбутнього хореографа оскільки торкається проблем формування особистості хореографа, його підготовки до професійної діяльності, загальнокультурному розвитку, індивідуальній майстерності та творчій індивідуальності. Саме тому вона напряму пов'язана з ініціативною розробкою кафедри хореографічного мистецтва факультету культури і мистецтв Херсонського державного університету «Формування професійно-творчих здібностей майбутніх хореографів в умовах освітнього процесу ЗВО».

Освітні та навчальні програми кафедри хореографічного мистецтва та інших кафедр Херсонського державного університету, що були використані при розробці кваліфікаційного проєкту, підтверджують зв'язок кваліфікаційної роботи (проєкту) з науковими програмами та планами.

Мета. Визначити роль сучасного хореографічного мистецтва як засобу виявлення свободи, індивідуальності й соціальності хореографа. Створити власну хореографічну композицію, що окреслює індивідуальність постановника.

Для досягнення поставленої мети необхідно вирішити наступні завдання:

- проаналізувати теоретичний матеріал з визначеної теми та обґрунтувати історико-мистецькі засади хореографічної композиції;
- визначити ідейно-тематичну основу хореографічної композиції;
- описати композиційно-архітектонічну побудову твору;
- розробити графічну таблицю твору з описом хореографічного тексту;
- розробити оригінальну сценографію та створити костюми.

Об'єкт дослідження. Сучасне хореографічне мистецтво

Предмет дослідження. Особливості втілення сучасної хореографії як засобу виявлення свободи, індивідуальності й соціальності хореографа.

Методи дослідження. Підбор матеріалу, дослідження, аналіз, синтез та порівняння складають методологічну основу кваліфікаційної роботи (проекту).

Наукова новизна одержаних результатів полягає в оригінальності сценічного провадження, що виражається в прояві свободи та індивідуальності хореографа, а також в розгляді питань трансформації людських почуттів та проявів в хореографічну композицію шляхом їх відображення засобами сучасного танцю.

Практичне значення одержаних результатів. Розробка даної теми може бути використана в освітніх та навчальних програмах кафедри хореографічного мистецтва як лекційний матеріал. Також матеріали можуть бути використані в роботі психолога як арт – терапія.

Апробація результатів кваліфікаційної роботи. Теоретична частина кваліфікаційної роботи (проєкту) була апробована на засіданні кафедри хореографічного мистецтва факультету культури і мистецтв Херсонського державного університету. Творча частина кваліфікаційної роботи (проєкту) пройшла апробацію в творчій лабораторії факультету культури і мистецтв Херсонського державного університету.

Структура роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів (перший розділ містить два підрозділи, другий розділ містить три підрозділи), висновку, списку використаних джерел та додатку.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИКО-АНАЛІТИЧНА ОСНОВА ХОРЕОГРАФІЧНОЇ КОМПОЗИЦІЇ

1.1. Історико-мистецьке обґрунтування хореографічної композиції.

Озираючись в глиб віків, можна побачити, що танець вже тоді був невід'ємною частиною людської буденності, оскільки виконував низку важливих функцій таких як: спілкування, захист, передача та трансляція досвіду тощо. З часом відбувається певна формація, придворний танець набуває строгої форми та структури, та водночас з цим в народному танці переважає безпосередність та імпровізація. В подальшому хореографічне мистецтво розділяється на форми та напрямки, виокремлюється їх характерний зміст, структура, набір танцювальних елементів. Так, з огляду на історію розвитку хореографічного мистецтва можна сказати, що хореографія є самостійним видом мистецтв, яка використовуючи невичерпні можливості пластики людського тіла, розробляла та відшліфовувала виразні танцювальні рухи, поєднала народно-танцювальне мистецтво та професійну діяльність митців хореографів і є могутнім інструментом у відображенні багатства духовного, емоційного, естетичного життя особистості, розкритті її думок і почуттів.

Розкриваючи природу танцю через його функції (моральну, комунікативну, психологічну, гедоністичну, регенераційну, виховну, розвиваючу і т. д.), митці прагнули до самовираження, свободи, прояву індивідуальності та створення власного стилю. Стосовно соціалізації хореографів, то слід звернутись до новітньої історії, в якій відбуваються швидкі зміни соціально-політичного клімату. Відчуваючи на собі вплив

різноманітних криз, змін, проблем як особистого так і глобального масштабу митці танцю через творчі пошуки, які відбуваються шляхом вираження оригінальних та інколи епатажних дій, намагаються повернути собі відчуття значимості, наповненість життєвою енергією аби не згубитися і не втратити власне «Я».

Базуючись на фундаменті класичного танцю, сучасні балетмейстери-виконавці дуже часто імпровізують, і це є їх танцювальна фантазія на певну тему, виявлення свободи, індивідуальності митця, творчий акт в момент виконання без попередньої підготовки. Представники модерн джазу, перфомансу, хіп-хопу, контемпорарі, постмодернізму, постмодерну, джазу, тепу вважають імпровізацію головним чинником сучасної хореографії. Відомі сучасні хореографи, серед яких варто зазначити М. Канінгема, М. Бєжара, Б. Ейфмана, У. Форсайта, І. Кіліана, М. Екка, П. Бауш, П. Тейлора, Р. Брюса, Р. Рехвіашвілі, Р.Поклітару широко використовують імпровізацію в своїх постановках.

Так, дослідник О.О.Чаус у своїй статті «Танець модерн і танцювальна імпровізація в сучасному хореографічному мистецтві», спираючись на дослідження сучасних науковців, надає наступні види імпровізації в танці:

– «традиційна» – імпровізація всередині певної стилістики, коли творчість танцюриста полягає лише у виборі, поєднанні насамперед заданих танцювальних елементів, форм і фігур;

– «модерністська» – романтична школа модерн-імпровізації, що бере початок від творчості Айседори Дункан. Представники цього напрямку вважають, що відчуття й стани людини можуть виражатися в танцювальному русі;

– «постмодерністська» – мистецтво танцперфомансу, у якому можна виділити кілька ліній:

а) імпровізаційний танцювальний театр, корені якого в театрі абсурду, використовує сильні візуальні й емоційні образи, просту, але при цьому витончену мову рухів, абстрактну або парадоксальну музику, нелінійну композицію;

б) контактна імпровізація, яка спирається на фізіологію і фізичні закони, експериментує з вагою та моментами руху [17 с.114]

Однією з складових сучасної хореографії є бальний танець. Як і все хореографічне мистецтво, він включає в себе елементи різних видів мистецтв (музика, образотворче мистецтво, театр, мода). Та крім естетики і краси – це ще і велике фізичне навантаження. Коли людина засвоює танцювальну лексику, вона долає певні перешкоди, виконує чималу роботу над собою, своїм тілом, таким чином пасивне сприйняття прекрасного переходить в активне і, пізнана в процесі творчості краса відчувається глибше, художній смак стає вишуканішим, а естетичні оцінки явищ життя і мистецтва - більш зрілими.

Сучасній бальний танець представляє сьогодні складне й неоднорідне явище. Розмаїття форм, та засоби художньої діяльності вражають. Існує сценічний бальний танець. Як самостійна форма хореографічного мистецтва, він характеризується унікальною тілесною мовою, професійним виконанням, визначеністю та закінченістю форми. Хтось може сказати, що бальний танець – безсюжетний, та це не так. Завдяки особливому типу композиції у часі та просторі, специфічним виражальним засобам, вибір яких зумовлений жанром вистави або постановки, сценічна бальна хореографія вирізняється особливою багатогранністю завдяки специфічному поєднанню засобів пластичної, музичної та художньо-естетичної виразності, а також спортивно-фізичного та етичного розвитку. Все це є головними класифікаційними ознаками сценічної хореографії та забезпечує комунікацію між глядачем та виконавцем. [6].

Охарактеризувавши значення і можливості сучасного хореографічного мистецтва як засобу свободи, індивідуальності та соціальності хореографа, ми переходимо до наступного етапу – створення власної хореографічної композиції. Наша хореографічна композиція представлена сценічним бальним танцем, складається з трьох частин (Ча-ча-ча, Пасодобль, Румба) і має назву «Геометрія кохання».

1.2. Ідейно-тематична основа

Тема. Складні стосунки у коханні.

Ідея. Показ різних проявів кохання.

Надзавдання. Любов не знає меж і перешкод.

Наскрізна дія – вибір партнерів, боротьба за кохану, любовна іділія.

Конфлікт. Сутичка інтересів, проблема вибору.

Видова спрямованість (вид хореографії). Сценічна бальна хореографія.

Танцювальна форма. Хореографічна композиція (триптих)

Танцювальний жанр. Ліричний.

Лібрето. Чи важко знайти кохання? Ні, знайти любов не важко, складніше стати людиною, яку шукають. Тож намагайтесь отримати те, що любите, бо доведеться любити те, що отримали. Життя та кохання, як геометрія. Іноді вибудовуються неочікувані фігури, але час розставляє все на свої місця.

Зібравшись компанією, хлопці гуляли вулицями міста. На зустріч парубкам йшли дівчата. Помітивши привабливих молодниць, парубки намагаються привернути їхню увагу і починають танцювати. Юні особи, знають собі ціну, та, все ж таки, не залишають намагання хлопців без уваги, і починають рухатись в такт їхнього танку. Знаходячись по різні

боки вулиці, молоді люди починають відчувати потяг одне до одного. Так утворюються пари.

Та не все так безхмарно. Двоє парубків уподобали одну і ту саму дівчину, вони палко борються за її прихильність. Їй лестить така увага і вона не може зробити вибір. Утворюється своєрідний «трикутник кохання».

Минає час і все стає на свої місця. Дехто розійшовся назавжди, хтось залишився друзями, а дві пари закохались по справжньому. І, як посвята прекрасному почуттю, вирує їх Румба - танок любові.

Характеристика хореографічних образів. Розкрити сюжет та ідею твору можливо тільки через дію виконавців (музика, сценічне оформлення лише підсилюють сприйняття дійства), тому образ в хореографічному творі це узагальнення через характерність тексту до конкретної типовості, саме такий підхід здатен створити яскраву особистість, що стане окрасою хореографічного дійства, донесе задум хореографа, та надовго залишить побачене в пам'яті глядача. Природність, правдивість хореографічного образу ґрунтується на правді життя, на натуральності взаємовідносин у конкретних сценічних ситуаціях. Тому, підбираючи виконавців, ми звертали увагу не тільки на технічні можливості танцівника, а на його вміння перевтілюватись, відчувати свого героя. Хлопці та дівчата приблизно однакового віку, від 19 до 21 року. Як вся молодь, вони веселі та безтурботні та кожен має свою «родзинку», саме це і відрізняє їх між собою.

Аналіз музичного супроводу.

Перша частина - танець Ча-ча-ча. Його танцюють під кубинську музику чи під латиноамериканський рок и поп. Для нашої композиції ми обрали кубинське Ча-ча-ча, музика відрізняється синкопуванням четвертої долі такту, більш мелодійна і включає складні поліритми. Загалом кубинська музика дуже цікава, вона ввібрала в себе багато автентичних мотивів та класичну обробку. Музика ча-ча-ча створюється

як в мажорному так і в мінорному ладах, має власну особливість – підкреслене обігрування першої долі (восьма, восьма, чверть – перша доля, так зване «ча-ча-ча» або «ча-ча-раз»).

Лад: мінорний.

Форма: одночасна

Розмір: 4/4

Темп: повільний

Кількість тактів: 34

Хронометраж: 1хв. 14 сек.

Друга частина - танець Пасодобль. Музика для Пасодобля – динамічна та енергійна. Вона складається з трьох основних частин. Перша – вступ, що ледь нагадує гітару фламенко, далі - основна тема, вона нагадує складний мікс накладання тоніки і фрігійської збільшеної сексти, та поступово музика стає більш ритмічною та дансотною, третя частина повторює першу.

Лад: мажорний.

Форма: тричастинна.

Розмір: 4/4

Темп: помірно-швидкий

Кількість тактів: 48

Хронометраж: 1хв. 50сек.

Третя частина – танець «Румба». Румба - дух і душа латиноамериканської музики і танцю з чарівними ритмами і рухами тіла. Виконується в темпі 27-28 тактів на хвилину. Супроводом для «Румби» виступають складноритмічні та багатогранні латиноамериканські мелодії, в яких поєднались іспанські та африканські мелодії, що виконуються на гітарі з використанням барабанної перкусії.

Контрастність, яку викликає яскраво виражений еротичний характер танцю та драматичний зміст музики створює неповторне видовище. Для нашої композиції ми обрали пісню у виконанні Andrea Bocelli Lov in Portofino.

Третя частина – танець «Румба»

Лад: мінорний.

Форма: проста

Розмір: 2/4

Темп: рухливий

Кількість тактів: 42

Хронометраж: 1хв. 47сек.




РОЗДІЛ 2.
ЛІТЕРАТУРНО-ГРАФІЧНИЙ АНАЛІЗ ХОРЕОГРАФІЧНОЇ
КОМПОЗИЦІЇ


2.1. Композиційно-архітектонічна побудова твору

Назва частини	Зміст
Експозиція	На вулиці міста група парубків зустрічає дівочу компанію.
Зав'язка	Хлопці намагаються всіляко привернути увагу дівчат.
Розвиток дії	Утворюються пари, розвиваються стосунки.
Кульмінація	Двоє хлопців уподобали одну і ту ж дівчину. Між ними розгортається боротьба за серце обраниці.
Розв'язка	Час розставляє все по місцях. Не всі пари продовжили свої стосунки. Лише справжні почуття, а не минуца закоханість, здатні з'єднати закохані серця назавжди.

2.2. Графічна таблиця твору та опис хореографічного тексту

Оформлюючи таблицю графічної фіксації постановки, ми використовували загальноприйняті умовні позначки та скорочення.

Спина дівчини  обличчя дівчини
 Спина хлопця  обличчя хлопця
 Напрямок руху 

Архітектоника	Малюнок танцю	Кількість тактів	Хореографічний текст
Експозиція		1-10 т.	На сцені три пари рухаються з різних боків сцени на зустріч.
		11-28 т.	Поєднуються, виконують комбінації.
		29-36 т.	Міняються місцями.

Зав'язка		37-42	До вже наявних пар з лівої задньої куліси приєднуються ще три пари
	дії		Роблять переміщення, виконують комбінації
Розвиток		50-57	Вишикуються у дві лінії, виконують комбінації.
		58-61	Партнери міняють партнерок, виконують комбінації.
		62-69	Пари рухаються по колу. з правої та лівої задньої куліси виходять два хлопці і дівчина. Рухаються в напрямку

		центу сцени
Куль мінац ія	70-74	Пари, що рухались по колу, утворюють півколо, виконують загальну комбінацію. Два хлопця і дівчина в центрі виконують комбінацію.
Куль мінац ія	75-79	Малюнок залишається незмінним. Виконують комбінації.
Куль мінац ія	80-84	Два хлопця і дівчина приєднуються до загалу, утворюють коло.
Куль мінац ія	85-89	Рухаються по колу. Під час руху, один з хлопців залишає сцену.

Розв'язка	90-99	Пари розходяться на дві лінії, утворюють клин, виконують комбінацію.
	100-104	Пари в лініях просуваються вперед. З лівої та правої першої куліси виходять ще чотири пари, проходять по авансцені та залишають сцену.
Розв'язка	105-109	Пари повторюють комбінацію, утворюють новий малюнок.
	110-119	Рухаються по колу
Розв'язка	120-124	На авансцену виходять всі виконавці. Коло також розходиться в лінію.

2.3. Сценографія

Сценографія. Задник сцени оформлений у вигляді масштабної панорами міського пейзажу. Куліси виконані у вигляді елементів міських вулиць (будинки, магазини, кафе тощо).

Протягом всієї композиції **світло** на сцені залишається незмінним. Задник освічений менш яскраво ніж центр сцени та авансцена, це дещо відвертає увагу глядача від малюнку на заднику та зосереджує його на виконавцях.

Ескізи костюмів. Хлопці одягнені в чорні сорочки з глибоким вирізом спереду та чорні брюки.

Дівчата мають різнокольорові сукні з оголеною спиною та глибоким декольте. Низ спідниці має різну довжину. Сукня прикрашена пастками.

ВИСНОВКИ

XXI століття висуває людству все нові виклики, так, враховуючи умови постійних соціокультурних змін, для кваліфікаційного проєкту нами була обрана тема, яка не втрачає своєї актуальності: «Сучасне хореографічне мистецтво як засіб виявлення свободи, індивідуальності й соціальності хореографа». Дослідивши теоретичний матеріал, ми зробили наступні висновки.

Історія розвитку хореографічного мистецтва доводить, що хореографія хоч і є самостійним видом мистецтв, але має синтетичне походження, і в поєднанні з музикою, пластикою, ритмами, елементами живопису та драматичного мистецтва, стає близьким і доступним, дозволяє самовиражатись, ставати більш відкритим та вільним від стереотипів, реалізовувати потребу в русі. Мистецтво танцю - могутній інструмент який відображає багатий духовного, емоційний, естетичний світ особистості, розкриває її думки та почуття.

Створюючи власну хореографічну композицію, ми невідступно слідували меті нашого дослідження, і зробили оригінальну постановку на основі бальної хореографії, що окреслює індивідуальність постановника і складається з трьох танцювальних номерів, об'єднаних однією темою. Ми проаналізували твір, зробивши його своєрідний паспорт, визначили тему, ідею, надзавдання, наскрізну дію, конфлікт. Написали лібрето та підібрали музичний матеріал.

Визначивши дійових осіб, ми підібрали виконавців, донесли до них наш задум, надали детальний опис їх героїв. Такий підхід до постановки надає можливість виконавцям чітко усвідомити свою задачу, вжитися у відведену йому роль.

Створена хореографічна композиція була поділена на частини, короткий опис яких представлений в таблиці композиційно-архітектонічної побудови твору. Малюнки танцю, а також напрямок

руху ми передали умовними позначеннями та внесли їх в графічну таблицю побудови хореографічної композиції. Опис комбінацій надається у додатках.

Щоб ще більше «оживити» твір, ми розробили оригінальну сценографію, що включає в себе оздоблення сцени, світлову партитуру створення костюмів.

Таким чином, проявивши свою індивідуальність, створивши власну хореографічну композицію і представивши її на розсуд кваліфікаційної комісії, ми виконали всі завдання, які були поставлені для досягнення мети кваліфікаційного проєкту.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. А. Є. Рехліцька. Мистецтво балетмейстера. Херсон : 2012. С. 84-93.
2. Голдріч О. Хореографія: Посібник з основ хореографічного мистецтва та композиції танцю. Львів: Край, 2003. 160 с. URL: <https://vseosvita.ua/library/horeografia-ogoldric-dokument-word-docx-282476.html>
3. Голдріч О. Хореографія: посібник з основ хореографічного мистецтва та композиції танцю – видання друге, доповнене. Львів: Сполом, 2006. 172 с.
4. Енська О., Максименко А., Ткаченко І. Композиція танцю та мистецтво балетмейстера. Суми : ФОП Цьома С.П., 2020. 157 с. 35. URL: <https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi75/0055732.pdf>
5. Крись А. І. Генеза та розвиток сценічного бального танцю (VIII ст. до н.е. – XVI ст. н.е.). Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв : наук. журнал. № 2. Київ : ІДЕЯ ПРИНТ, 2020. С. 151-156. URL: <https://elib.nakkkim.edu.ua/bitstream/handle/123456789/3198/Крись%20А.І.%20Генеза.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
6. Крись А. І. Сценічна бальна хореографія: дефініція поняття. Мистецтвознавчі записки: зб. наук. праць. 2020. Вип. 37. С. 73-78. URL: <https://elib.nakkkim.edu.ua/bitstream/handle/123456789/3802/Крись%20А.%20І.%20Сценічна%20бальна%20хореографія%20дефініція%20поняття.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
7. Медвідь Т. А. Історія хореографічного мистецтва від витоків до епохи Просвітництва : навч. посіб. для студентів напрямку

- підготовки (спеціальності) «Хореографія» вищих навчальних закладів. Херсон : МПП «Видавництво «ІТ», 2015. 240 с.
8. Погребняк М.М. Танець «модерн» у художній культурі ХХ ст.: дис... кандидата мистецтвознавства: 26.00.01 «Теорія та історія культури» К., 2009. 320 с. URL: <https://elib.nakkkim.edu.ua/handle/123456789/3292>
 9. Терешенко Н.В. Психолого-педагогічні особливості навчання старшокласників засобами бальної хореографії = Psychological and pedagogical features of education of senior pupils by facilities of ball choreography / Pedagogy theory: collective monography: Pedagogy theory : collective monography. International Science Group. – Boston : Primedia eLaunch, 2020. - 321 p. - P. 121-131 URL: <https://ekhsuir.kspu.edu/handle/123456789/13370>
 10. Терешенко Н.В. Бальна хореографія в системі освіти та естетичного виховання // Развитие науки в ХХІ веке : междунар. конф. (г. Донецк, 16 ноября 2013 г.). – Донецк : Научно-информационный центр «Знание», 2013. С. 155-160. URL: <https://ekhsuir.kspu.edu/handle/123456789/2799>
 11. Терешенко Н.В. Історія та методика бального танцю. Навчально-методичний посібник. Херсон. 2014. 324 с. URL: <https://ekhsuir.kspu.edu/handle/123456789/16438>
 12. Терешенко Н.В. Естетичне виховання старшокласників засобами бальної хореографії. Дис.. канд. пед. наук. Київ.2019. 180с. https://ipv.org.ua/wp-content/uploads/2019/05/Tereshenko_dis.pdf
 13. Шабаліна О.М. Книга М. Пастернакової «Українська жінка в хореографії» як спроба осмислення творчості емансипованих сучасниць. Культура України : зб. наук. пр. Вип. 19. — Х. : ХДАК, 2007. — С. 168-173.

14. Шариков Д. І. Теорія, історія та практика сучасної хореографії: Монографія / Шариков Д. І. – К.: КиМУ. – 2016. – С. 55 URL: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/4244/>
15. Шариков Д. Мистецтвознавча наука хореографія як феномен художньої культури. Філософія балету та онтологія танцю: монографія / Д.Шариков. – К.: КиМУ. – 2013. – Ч.1, 204 с. URL: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/4244/>
16. Шиліна О.О. Термінологічний словник. Херсон: Видавництво ХДУ, 2007.
17. Якуб'як Я. Аналіз музичних творів: музичні форми. Тернопіль: СМП «Астон», 1999.
18. О.О.Чаус. Танець модерн і танцювальна імпровізація в сучасному хореографічному мистецтві URL: https://lgaki.info/wp-content/uploads/2019/10/TENDENTSIYI-ROZVITKU-SUCHASNOYI-HOREOGRAFIYI_II-MNPS-2010.pdf,

ДОДАТКИ

Додаток А

Рухи та комбінації.

1. Румба

1 такт програш

2-3 такт прогресивний хід вперед (Progressive forward Walks).

Рахунок 2,3,4,1 Хід вперед три кроки.

Перш, ніж почати рухатися треба домагтися правильного положення в корпусі і розподілу ваги. Вага повністю переноситься над опорною стопою, ПС опорна і витягується ЛС назад без ваги. Щоб почати хід вперед, дозволимо корпусу рухатися вперед із злегка зміщеною вперед верхньою частиною тіла, завдяки відповідному розподілу ваги. Безпосередньо перед тим, як буде досягнуто нестійке становище, рухаємо Л ногу вперед, ковзаючи носком по підлозі, потім подушечкою стопи, чинячи тиск на підлогу. Перед тим, як завершити крок випрямляє Л ногу і починаємо опускати каблук. Потім доносимо вагу на ЛС. Хід вперед три рази. Фізичне зусилля прикладається до П ноги, яка залишається без ваги, але прямою. Вкінці кроку стегно і носок П ноги будуть розгорнуті приблизно на 1/16 повороту.

Рахунок і 2 і 3 4 1 прогресивний хід вперед але виконується з синкопованим ритмом. Робимо хід вперед три рази. Закінчуємо рух у позиції Чек (Check), зберігаємо позицію, рахунок 4 і 1. Починаємо перший крок з 3 точки і закінчуємо у 7 точці.

4 такт. Позиція круазе назад, права нога вперед, ліва рука у 3 позиції, права рука в вільній підготовчій позиції, перехід на ліву ногу у позу круазе вперед, шаг правою ногою ефасе, ліва нога уперед і оберт с круазе на круазе, демі пліє на лівій нозі с одночасним гранд рондом правої ноги з положення ефасе вперед до круазе назад, сотеню зобертом вири ходою на праву ногу в точку 1, ліва позаду витягнута.

5-6 такт. Прогресивний хід вперед один крок. 6 такт вісімка стегнами, 7 такт гранд фуєте з лівою ногою на полу. 8 такт. Хід назад (Backward Walks). Перш, ніж почати хід назад. Треба досягти правильного положення в корпусі і розподілу ваги. Вагу переносимо над опорною стопою ПС та витягуємо ЛС вперед без ваги. Щоб почати хід назад, рухаємо ЛС назад без зміни положення корпусу, спочатку подушечкою, потім носком стопи з невеликим тиском на підлогу, в точку, куди буде зручно перенести вагу на опорну ногу. Коліно якої буде випрямлятися. Коліно Л ноги злегка зігнуте. Каблук опускається, Л нога випрямляється. Вкінці кроку Л нога випрямиться і буде перпендикулярна підлозі. Л стегно і носок розгорнуто приблизно на 1/16 повороту. Фізичне зусилля направлено в ПС (тепер залишилася без ваги), яка буде прямою, а П каблук трохи піднятий над підлогою. Оберт на 360 градусів з закінченням відкритої позиції ніг до сторони, права нога опорна, з бочки в 6 точку.

9-10 такт на 2 і 3 і рахунок: збирання ніг через позицію браш (Brushing) легке ковзання лівою стопою о праву стопу та на рахунок 4 один уповільнений хід назад (Backward Delayed Walks) . Уповільнений хід назад виконується: ліва стопа виводиться в положення без повного перенесення ваги, вага переноситься пізніше ніж зазвичай. Рахунок і 2 один хід назад та ускладнений хід назад в over balance (over balance- це позиція, коли партнери переносять вагу тіла за площу своєї опори але стоять в балансі завдяки фізичного ведення), з рухом лівої ноги поперек. Рухунок «3 і 4 1» повернення ваги тіла на праву опорну ногу.

11 такт на рахунок 2 і хід назад в over balance, рахунок 3 повернення ваги тіла на праву опорну ногу. Рахунок 4 і, tour de force з правої ноги, 1 і два кроки навколо партнера з закінченням у точку 8

12-13 такт на рахунок 2 і, зміна ніг через позицію браш. Рахунок 3 і 4 і 1 і рух «віяло» (Fan) з синкопованим ритмом. 3 – ліва стопа вперед, «і» поворотний хід вперед правою стопою (Forward Walk Turning)

рухаючись вперед робимо розворот в ліву сторону на 180 градусів, щоб на наступному кроці назад не переривався звичайний рух стегна і корпусу, зміна напрямку досягається виконанням хода вперед, але з крутим поворотом в потрібному напрямку, зробленому під час перенесення ваги. 4 лівою ногою хід назад (Backward Walks). Рахунок 2 і поворотний хід вперед (Forward Walk Turning) на 180 градусів в ліву сторону. Рахунок 3 прогресивний хід вперед, рахунок «і» оберт з точки 8 в точку 8, зі зміною ніг,

рахунок 4 поворотний хід вперед з точки 8 в точку 3, рахунок 1 оберт.

14-15 такт на рахунок 2 допрацьовуємо правим стеном та готуємо тіло на хід вперед, рахунок і 3 два кроки на пів пальцях, рахунок 4 1 гранд батман лівою ногою, права нога демі пліє, рахунок і 2 два кроки на пів пальцях. рахунок і 3 гранд батман лівою ногою, права нога демі пліє, рахунок 4 1 ногою ефасе, ліву ногу уперед і оберт с круазе на круазе, демі пліє на лівій нозі з одночасним гранд рондом правої ноги з положення ефасе вперед до круазе назад.

16-17 такт на рахунок і 2 шаг правою ногою навхрест назад , перенос ваги до правої ноги в точку 6 та боковий хід з лівої ноги в точку 7, рахунок 3 поворотний хід вперед, рахунок і хід вперед, рахунок 4 поворотній хід вперед, рахунок раз хід назад.

18-19 такт підтримка, ліва нога на 90 градусів уперед, права нога в позі attitude назад, корпус пор де бра назад права рука у 3 позиції , партнер тримає за талію на рівні грудної клітки.

20 такт на рахунок 2 і 3 і хід вперед чотири кроки, рахунок і 4 1 оберт на 180 градусів.

21 - 22 такт – позиція, 3 і хід вперед два кроки, рахунок 4 1 поворотний хід вперед з точки 2 в точку 7

23 такт 2 і 3 позиція підйому на пів пальці, 4 і 1 ліва нога релеве лян назад. 2 і 3 гранд фуєте на 90 градусів , через пассе кінцівка ефасе

вперед. 4 і 1 2 кроки хід вперед, 2 3 поворотний хід, перше пор де бра лівою рукою, потім правою рукою, потім двома

24 такт. Рахунок 2 хід назад. Рахунок 3 оберт. Рахунок 4 і 1 хід вперед.

25 такт позиція чек.

Пасодобль

1ий такт. Рахунок 1 і 2 і 3 і оберт у жіночу позицію з точки 8 в точку 4.

2ий такт. 1 і 2 і 3 і жіноча позиція з рукою в другу позицію

3ий такт. 1 і 2 і 3 жіноча позиція з рукою в третю позицію

4ий такт. Рахунок 1 і 2 і 3 і основний рух «Basic Movement». Права нога робить крок вперед на рахунок 1 і, ліва нога 2 і, права 3 , ліва нога крок назад на рахунок і.

5 ий такт. Рахунок 1 і 2 і 3 і Твіст Оберт «Twist turn» права нога на рахунок 1 крок в точку 7, ліва нога рахунок і в точку 7, права нога рахунок «2 і» попереду лівої ноги навхрест, рахунок лівою ногою крок в бік в точку 1.

6ий такт. 1 і 2 і 3 і Твіст Оберт «Twist turn» права нога на рахунок 1 крок в точку 7, ліва нога, рахунок і в точку 7, права нога рахунок «2 і» попереду лівої ноги навхрест, рахунок 3 і лівою ногою крок в бік в точку 1

7ий такт. 1 і 2 і 3 і . рахунок 1 і жіноча позиція , опорна нога права.

8ий 10ий такт. Підтримка партнер бере партнерку під пахви , тримаючи партнершу на рівні талії, партнерша згинає обидві ноги , права попереду , ліва с заду. Партнер робить оберти з партнеркою, трьома шагами з точки 7 в точку 3

11ий 12ий такт. Ковзаючим рухом кладе партнершу на підлогу , партнерша лягає в позу, в якій була підтримка, тримаючись двома руками за підлогу. Партнерка встає з пози на ліву ногу у поворотний крок.

13ий такт. Рахунок 1 і 2 і 3 і основний рух «Basic Movement», починаємо крок з лівої ноги в точку 6, робимо ще 2 крока

14ий такт. Рахунок 1 і основний рух , рахунок 2і 3і два руха Лок Степ, ліва нога позаду навхрест правої ноги.

15ий такт. Рахунок 1 і 2 і 3 і основний рух «Basic Movement».

16ий такт. Рахунок 1 і основний рух , рахунок 2і 3і два руха Лок Степ, ліва нога позаду навхрест правої ноги.

17ий такт. Рахунок 1 і основний рух до сторони , рахунок 2і 3і два руха Лок Степ, ліва нога позаду правої ноги.

18и1й такт. Рахунок 1і шаг вперед, рахунок 2і спіральний оберт, рахунок 3і шаг назад

19ий-20ий такт. Жіноча позиція на праву ногу з перегином назад

21ий такт. Рахунок 1і оберт з точки 6 в точку 2, та жіноча позиція на ліву ногу, рахунок 2 і основний рух, крок вперед з правої ноги, рахунок 3і основний рух з лівої ноги.

22ий такт. Рахунок 1 і основний рух з правої ноги в точку 2, рахунок 2 і основний рух в точку 3, рахунок 3і апель «Appel»

23-24ий такт. Основна поза пасодобля на пів пальці, тримаючи двома руками праву руку партнера

25ий такт. 1і жіноча позиція, 2 і 3 і два шане в ліво з точки 2 в точку 8

26 такт. 1і 2і 3і шане вправо 3 оберта, з точки 2 в вточку 8

27 такт. 1 і 2 і основний рух назад, 2 кроки починаємо з правої ноги, 3і підставка правої ноги до лівої

28 такт. 1 і 2 і 3 і позиція стопи разом, руки плавно переходять до другої позиції.

29такт. 1і випад у 4ту позицію на ліву ногу, права витягнута поверненням назад в вихідну, позицію, 2і спіральний поворот на правій нозі, 3і поворот на лівій нозі.

30ий такт. 1і поворот на правій нозі, 2і основний рух з лівої ноги, 3і основний рух з правої ноги.

31-32 такти. 1і лок, повторюємо ще 4 рази, 3і пів пальці.

33-34 такт. На 1і 2і 3і кожного такту дві відтяжки від партнера, з поверненням до нього.

35 такт. Відтяжка з пів обертом на пів пальцях

36 такт. Підготовка для підтримки

37 такт. Підтримка *jete enterlace*

38-39 такт. Шаг з лівої ноги, *releve* на двох ногах, з руками у 3 позиції,

40 такт. Падіння на підлогу на праве стегно, ноги навхрест, ліва нога попереду, руки тримаються.

САМБА

1ий такт. рахунок 1 2 3 4 ход крузадос (F) *Cruzados Walks*
Виконуємо 2 крока в 6 точку.

- Хід (або кроки) Крузадо є кроками вперед з провідним плечем. Вони виконуються з використанням Баунс, який виконується за рахунок *quot*; видавлювання *quot*; опорної стопи від зігнутого коліна. У міру перенесення ваги коліно передньої ноги згинається. Кожен крок виповнюється в ритмі *quot*; Повільно*quot*; і може бути повторений протягом одного або двох музичних тактів.

Рахунок 5і 6і 7і Батакада або Батукада (*Batucada*) вперед в точку 6
З правої ноги вперед на рахунок 5, на рахунок «і» виконуємо чек в колінах, повторюємо 3 рази рух та закінчуємо його на правій нозі.

2ий такт. Рахунок 5 6 7 8 свівл (англ. *Swivel* поворотне з'єднання)

Елемент рухів спортивних бальних танців. Являє собою поворотний дію на подушечці опорної ноги, в результаті якого змінюється ракурс і вільна нога отримує інший напрямок для кроку. Виконуємо повільний ритм. На рахунок 5 робимо крок з лівої ноги

навхрест в діагональ, на рахунок 6 свівл скручування на подушечці опорної ноги. Те ж саме танцюємо на рахунок 7, 8

3ий такт. Рахунок 1 2 3 4 виконуємо три свівл, рахунок 5і бі шейк (shake) рух корпусу, який погойдуюється через сильні скорочень м'язів черевної стінки, як ніби ви хочете уникнути удару в сонячне сплетіння. Цей рух має узгоджуватися з рухом плечей, які злегка подаються вперед в момент скорочення черевного преса. З іншого боку, стегна, коліна і щиколотки рухаються відповідно до скорочення або розслаблення м'язів черевної стінки. Рахунок 7 8 підготовчий крок назад через баунс с правої ноги.

4ий такт. Рахунок 1 і2 Шейк, рахунок і3 4 і5 зміна ніг через позицію браш на рахунок і, та один крузадо хід на рахунок 3 4, другий крузадо на рахунок і5, рахунок і боковий самба ход (Side Samba Walk) у точку 6, рахунок 6 самба хід назад (samba walk) з лівої ноги назад в точку 7 рахунок 7 8 ронд правою ногою ронд

5ий такт. Рахунок 1 закінчили ронд, ноги навхрест, права нога позаду, переносимо вагу тіла з лівої опорної ноги на праву. Рахунок 2 крузадо хід з лівої ноги на рахунок, на рахунок і крок з правої ноги чек. Рахунок 3 4 шаг з лівої ноги, праве коліно згинається та вага тіла переноситься до попереднього крокового моменту. Рахунок 5 6 7 8 два рази локі крузадо «Cruzados Locks» Баунс Вимоги до ритмічного виконання цієї фігури дещо специфічні, кожен крок виповнюється з провідним плечем, а невеликий Баунс досягається за рахунок «видавлювання» опорної стопи від зігнутого коліна. Починаємо виконувати лок з лівої ноги на рахунок 5 ліва нога уперед, рахунок 6 права нога закривається у колінах, стопи навхрест. На рахунок 7 8 повторюємо цей рух ще раз.

бий такт. Рахунок 1 2 крузадо хід (повільний) з правої ноги. Рахунок 3 поворот. Рахунок 4 правою ногою до сторони у широку позу. Опорна нога права, ліва нога відкрита до сторони, права рука відкрита.

Рахунок і вага тіла переноситься на ліву ногу та ноги збираються разом через позицію браш. Рахунок 5 6 7 8 два рази локі крузадо «Cruzados Locks» Баунс. Починаємо виконувати лок з правої ноги на рахунок 5 ліва нога уперед, рахунок 6 права нога закривається у колінах, стопи навхрест. На рахунок 7 8 повторюємо цей рух ще раз.

7ий такт. Рахунок 1 і 2 Самба Баунс (Bounce Action - пружинна дія).

Самба Баунс, тобто вертикальний підйом і зниження здійснюється за рахунок згинання і випрямлення коліна і щиколотки опорної ноги. З лівої ноги наступаємо до сторони, переносимо вагу та на рахунок і випрямляємо коліно, танцюємо на самба баунс на ліву ногу, але ноги збираються у позицію браш. Рахунок 3 крузадо хід з лівої ноги, рахунок і поворот, рахунок 4 5 і 6 крузадо хід чотири кроки , починаємо з лівої ноги, рахунок 7 8 самба баунс на 2 рахунка на правій опорній нозі , а ліва нога, підіймається на пассе і корпус виконує скручування у ліву сторону для зміни напрямку.

8ий такт. Рахунок 1 і 2 і пробіжка назад з лівої ноги на рахунок 1, на рахунок і з правої ноги назад продовжуємо пробіжку та на рахунок 3 крок назад з лівої ноги , рахунок і зміна напрямку на четверть та свінгова дія у корпусі. Рахунок 3 і 4 і пробіжка в перед з променадної позиції в контр променадну позицію з правої ноги на рахунок 3, на рахунок і шаг з лівої, на рахунок 4 шаг з правої ноги, на

рахунок і зміна напрямку руху та свінгові дія у корпусі , в тіньової позиції у парі. Рахунок 5 і 6 і пробіжка назад з лівої ноги на рахунок 1, на рахунок і з правої ноги назад продовжуємо пробіжку та на рахунок 3 крок назад з лівої ноги , рахунок і зміна напрямку на четверть та свінгова дія у корпусі. Рахунок 7 і 8 поворот шене з переходом в поворотний хід.

9ий такт. Рахунок 1 і 2 променадний біг «Promenade to Counter Promenade Runs» на рахунок 1 шаг з лівої ноги та спіральний оберт, на

рахунок правою ногою до сторони , на рахунок і крузадо хід. Рахунок і3 і4 і5 і6 вольта в просуванні вправо «Travelling Voltas to Right», на рахунок і з правої ноги до сторони, на рахунок 3 ліва стопа навхрест попереду закривається на переноситься вага тіла на ліву. Повторюємо ще 3 рази. Рахунок 7 8 самба баунс, з правої ноги хід в сторону, рахунок і підтяжка лівої ноги через браш та зміна напрямку на наступному кроку.

10ий такт. Рахунок 1 і 2 , крузадо хід з лівої ноги на рахунок 1 , рахунок і оберт на 180 градусів та зміна ніг через браш, рахунок 2 крок з лівої ноги назад, рахунок і3 і 4, рахунок і 3 і оберт шане, рахунок 4 шаг на праву ногу у жіночу позицію, рахунок і5 і6 і7 і8 батакада назад 4 рази , рахунок і з лівої ноги шаг назад, рахунок 3 часткове перенесення ваги тіла на подушечку правої робочої ноги, коліна закриваються та працюють стегна вверх завдяки тиску на подушечку, повторюємо ще три рази.

11ий такт. Рахунок 1 2 маятниковий рух стегнами вперед та назад , крок вперед лівою ногою на рахунок 7 права нога навхрест , стегна підіймаються, рахунок 8 перехід на праву ногу назад , стегна опускаються. Рахунок 3 4 крузадо хід, два кроки , права нога робить перший крок, ліва нога другий крок, рахунок 5 6 , два оберти шене , с закінченням на ваги тіла на правій нозі, рахунок 7 і 8 рух «караоке», караоке на рахунок 7 вольта лівою ногою уперед навхрест правої, рахунок і крок правою ногою по дузі , рахунок 8 «кік» лівою ногою , кік Являє собою акцентований викид ноги в повітря, що нагадує удар по м'ячу.

12ий такт. Рахунок 1 і 2 рух «караоке», караоке на рахунок 1 вольта правою ногою уперед навхрест лівої, рахунок і крок лівою ногою по дузі , рахунок 8 «кік» правою ногою, кік Являє собою акцентований викид ноги в повітря, що нагадує удар по мячу. Рахунок 3 4 , рахунок 3 хід крузадо з правої ноги, рахунок 4 шаг лівою ногою вперед, та ліва

опорна нога робить твіст на 180 градусів, а права робоча танцює ронд. Рахунок 5 і 6 , рахунок 5 перенесення ваги тіла на праву ногу, рахунок і зміна ніг через позицію браш, рахунок 6 чек з правої ноги. Рахунок 7 8 , повільний оберт на 180 градусів на правій нозі, та перенесення ваги тіла на ліву ногу.

13ий такт. Рахунок 1 і 2 3 і 4 самба віскі в право та вліво «Samba Whisks to Left and Right», рахунок 1 права стопа в сторону, рахунок і ліва стопа навхрест позаду лівої стопи (кросс), рахунок 2 права стопа крок на місті та часткове перенесення ваги тіла, рахунок 3 ліва стопа в сторону, рахунок і права стопа навхрест позаду правої стопи (кросс), рахунок 4 ліва стопа крок на місті та часткове перенесення ваги тіла. Рахунок і 5 і 6 і 7 і 8 Батакада , на рахунок і кік, на рахунок 5 виконуємо батукаду з правої ноги назад та повторюємо 4 рази міняючи ноги, закінчуємо батукаду на ліву ногу.

13ий -14ий такт. Рахунок 1 і 2 , перенесення ваги тіла на праву ногу , рахунок і твіст на правій нозі на 180 градусів, рахунок 2 перенесення ваги тіла між двох ніг та позиція чек. Рахунок і 3 і 4, оберт шене, с закінченням на правій нозі попереду. Рахунок 5 6, крок уперед з лівої ноги (підготовчий крок для наступного руху). Рахунок 7 і 8 1 і 2 3 і 4 5 і 6 7 і 8 Натуральний Ролл «Natural roll» рахунок 7 права стопа назад, і ліва стопа в сторони з обертом на $\frac{1}{4}$ вліво, 8 права стопа приставляється до лівої стопи та переноситься вага тіла на праву ногу, 1 ліва стопа вперед, і права стопа в сторону з обертом на $\frac{1}{4}$ вліво , 2 ліва стопа приставляється до правої стопи попереду навхрест та переноситься вага тіла на ліву ногу. Повторюємо рахунки 7 і 8, 1 і 2 втакому ж порядку на рахунки 3 і 4 5 і 6 , на рахунок 7 і 8 повторюємо рух 7 і 8 з 13ого такту.

15 ий такт. 1 і 2 поза в точку 6 витягнуте тіло на пів пальцях, права рука в 3 позицію, 3 4 5 6 пробіжка навкруги партнера. Рахунок 7 оберт

шене. Рахунок 8 вихід у широку позицію , опорна нога права, ліва нога в стороні, рука права наверх.

16 ий такт рахунок 1 2 баунс , ноги зібрані у позиції браш, рахунок 3 і 4 , крузадо хід , три кроки уперед з лівої ноги, рахунок 5 6 чекова позиція з правої ноги, рахунок 7 8 поворот.

Додаток Б

