

**Budapest Táncművészeti Szakközépiskola, Kortárs Művészeti Gimnázium és
Alapfokú Művészeti Iskola, a Budapest Kortárstánc Főiskola Gyakorlóiskolája
Budapest Kortárstánc Főiskola**

Goli Tánchely, 1036 Budapest, Perc utca 2. Tel: 250 3046 Fax: 250 3056

E-mail: budapest@tanc.org.hu Honlap: www.tanc.org.hu

**Diák munkatervek / Study plans
that arrived after deadline
2015/16 II. félév/semester**

Oberfrank Réka

2016.01.04 1:25

A következő, hivatalos értelemben vett utolsó félévémet, nem az iskolában fogom eltölteni, sőt nem is ebben az országban. Koppenhágába utazom, a The Danish National School of Performing Arts diákja leszek az Erasmus+ keretében.

Elindultam az „életbe”. Érdekes ez a kettős állapot. Indul a szárnybontogatás, kifele kacsintgatás, keresgélés, közeg keresés, de itthon is van a szívem, alkotói vágyam. Nagyon nyitott vagyok. Két fő irányban, a fizikális, kihívásokkal teli, dinamikát, energiát igénylő táncban, illetve egy sokkal emberközelibb, a színpad világától elszakadt alkotási metódusban gondolkodom. Az előbbit most próbálom inkább kicsit külföldön keresni, az utóbbinak az első iskolán kívüli lenyomata pedig a napokban lesz látható a Gólyában.

Keresem az utat, a helyet, ismerkedem, alkotni fogok, fejlődni testben, lélekben tovább. Tervezem a szakdolgozat befejezését is a félévben. Abban számomra az lenne igazán fontos, hogy egy lenyomat, kézzel fogható érték is képződjön abból, ami bennem összeállt, összeért, amit használok, amivel élek jelenleg. Szerintem másoknak is hasznos lesz, de érzem, hogy talán nekem lenne a leghasznosabb. Visszanyúlhatnék, nézhetnék, ahhoz képest gondolhatnék majd újakat.

Nagyon kíváncsi vagyok, mit látok, tapasztalok majd. Hogy alkotnak külföldön? Mik a szempontjaik? Hogyan képzik a táncosokat? Mit tudok én meríteni abból majd?

Arra készülök, hogy sok fizikalitással fogok találkozni, a testemet még funkcionálisabbá alakíthatom majd. Izgalmas számomra, hogy az a bázis mind fizikális mind szellemi értelemben, hogyan fog majd egy új közegben működni. Biztos fogok tanulni, nagyon várom. A másik, amire készülök, hogy valóban megnézzem mi zajlik máshol. Milyen színház, kapcsolatok, táncosok?

Bízom magamban, bízom az életben. Remélem, hogy ahogy építem én is, és ahogy az élet adja, lesznek további tervek, lesz hova tovább évről évre.

Úgy érzem, kell most egyfajta nyitás, megnézni, megérezni testközelből még számomra ismeretlen táncosokat, alkotókat. Közben az itthoni működésre is nagyon vágyom, és úgy érzem végül majd valahogy vissza fogok egyébként kanyarodni ide Budapestre.

Érdekes ez az állapot nagyon. Nézem a naptáram. Január 16-ig teljesen tele, utána csak üres rublikák, fehér lapok. Minden tiszta még. Egy nagy tiszta fehérség, az ismeretlen, ami valahol félelmetes is, de ugyanakkor nem érzem, hogy ne lennék biztonságban. Ilyen még nem volt.

Boldog is vagyok és vágyakozó. Alkotni, táncolni, keresni, kapcsolatokat építeni, szeretetben lenni! Ezeket tervezem az új félévben.

Varga Dóra

2016.01.04 22:43

A szünet nem hozott új lendületet, de remélem az, hogy újra belevetem magam a munkába, kisegít az elakadásból. Őszintén szólva nehéz így munkatervet írnom, hogy még nem látom a kiutat, de kitűzők pár irányt, amit fontosnak gondolok.

Balettből az a legfontosabb, hogy hosszú távon kitartóan, stabilan, egyenletesen dolgozzak, és a teljesítményem, koncentrációm ne legyen ingadozó. Tudom, hogy képes vagyok rá, hiszen tavaly képes voltam rá, és nagyon motivált voltam. Ugyanarról a mozgásvilágról van szó. A csoport más, a tanár és a követelmények. Tudom, hogy tavaly a forma, a technika és a pontosság elsajátításának igénye motivált, és ezt kell észben tartanom, hogy erre koncentráljak, a külső körülményeket pedig leválasszam magamról. Hiszen nem függhetek a körülményektől, hanem csakis magamtól. Rajtam múlik, hogy mennyire koncentrálok és, hogy mennyire keményen dolgozom. Ezt a stabil bázist kell kiépítenem magamban. Leginkább ez most a balett órán hiányzik belőlem. De például a kortárs órákon megvan, szóval van honnan merítenem.

Ahogy írtam a summámban, a területek a testemben, amiken továbbra is szeretnék dolgozni az a belső comb izmai, a gerinc felfelé húzása és a váll-lapocka-mellkas-felsőhát izmai.

A szummámba elfelejtettem beleírni a számomra egyik legfontosabb visszajelzést az előző félévben, amit Constantintól kaptam, és nem voltam tudatában ennek a hiányosságomnak. A mellkasomat, felsőhámat, nyakamat, fejemet (gerinc felső szakasza) sokszor mereven tartom mozgás közben. Azt mondta és mutatta is (amivel nagyon egyértelműen szemléltette), mintha ezt a felső részét a testemnek vinné, cipelné, tartaná a testem alsó része (gerinc alsó része és a lábak), ahelyett, hogy azt is bevonnám a mozgásba és mobilizálnám. Érzem és látom is a mozgásomon, amit mondott. Kortárs és impro

órákon szeretnék a testemnek erre a területére koncentrálni, és keresni a mozgékonyágát, a gerincemben ezeket a felső csigolyákat is amennyire lehet külön mozdítani egymástól.

Néptáncban első félévben a fent és a lent hangsúlyra, és a zene, ritmusok megértésére koncentráltam. Úgy gondolom, ez továbbra is jó irány, szeretném ezt a munkát folytatni. Külső körülmény, de szerintem fontos, hogy végre van karaktercipőm, ami úgy gondolom nagy segítség lehet több technikai dolog megérzésében, a lépések formai pontosságában, a forgásban, a lábfej külön részekre (sarok, féltalp, teljes talp) választásában. Néptáncból szerencsére most motivációból nincs hiány, már előző félévben is úgy éreztem, hogy kezd táncá alakulni a mozgásom. Most már, hogy van karaktercipőm szeretnék táncházba járni rendszeresen, hogy több életbeli tánc élményem lehessen, és újra megtapasztaljam, milyen a páros táncokat férfiakkal táncolni. Az órákon ezért is tanulom most kizárólag női szerepet, mert azt gondolom nőként ez az elsődleges, hogy ezt elsajátítsam. De a későbbiekben szeretném majd a férfi szerepet is tanulni.

Még a kreatív munkára szeretnék kitérni. Itt alapvetően azt tartom az egyik legfontosabbnak, hogy képes legyek egyértelműen, tisztán, egyszerűen megfogalmazni az ötletemet, amin dolgozni szeretnék. Ez számomra nehézséget jelent. A szummám írásakor arra a megállapításra jutottam, hogy például a test anatómiájából kiindulva egész konkrét ötleteket vagyok képes megfogalmazni. Nehezebben látom kívülről magamat, a teret, a társaimat, könnyebb számomra a testből kiindulni. Nem vagyok annyira vizuális típus, sokkal inkább belülről érzékelő, bár a tánc tanulás sokat fejlesztette bennem más testek és mozgások leolvasásának képességét. A kreatív munkáknál az tudott eddig leginkább motiválni, ha a téma, amin dolgoztam technikailag fejlesztett, változtatta a testem, a mozgásom. Számomra eddig ezek voltak a legérdekesebb témák, mivel az egyik fő célom, hogy táncolni tanítsam meg magam, és a testem határait, képességeit bővítsem. Úgyhogy úgy gondolom, ilyen jellegű kreatív munkára szükségem van.

A másik fontos dolog a kreatív munkánál számomra, hogy időben elkezdjem a munkafolyamatot, adjak elég időt a kutató folyamatra és HB esetén a szerkesztésre, a zeneválasztásra és kész anyag a gyakorlására is. Eddig ez hiányzott, és ezért se tudott figyelmem maradni a jelenlétemre. Úgy gondolom, ha felkészültebben állnék ki a bemutatókor, a jelenlétem is biztosabb lenne.