

ОБЪЕДИНЕНИЕ ФИГУР В ГРУППЫ В ЕВРОПЕЙСКОЙ ПРОГРАММЕ СПОРТИВНО-БАЛЬНЫХ ТАНЦЕВ

Каргин Р.В

Спортивные бальные танцы - прекрасное сочетание спорта и искусства - очень популярны во всём мире. В России в настоящее время спортивные бальные танцы являются самым массовым видом спорта среди детей и молодежи. Огромное количество танцевальных клубов во Всероссийской федерации танцевального спорта объединяют в своих рядах более 10 тысяч спортсменов и воспитанников. Дети и подростки, занимающиеся спортивными бальными танцами, имеют возможность развиваться физически и эстетически, укреплять своё здоровье и вести здоровый образ жизни; повышать культурный уровень, знакомясь с танцевальной культурой народов разных стран; развивать творческие способности в области хореографии, дизайна танцевальных костюмов и причёсок; совершенствовать мастерство, участвуя в конкурсных мероприятиях; являясь членом танцевально-спортивного клуба, коллектива единомышленников, участвовать в командных соревнованиях и выступлениях, клубных мероприятиях, развивать своё чувство коллективизма и взаимопомощи.

Спортивные бальные танцы - очень зрелищный вид выступлений. Исполнители спортивных бальных танцев могут показать свои способности в различных видах соревнований как в личном, так и в командном зачёте, проявить себя в различных концертных программах, конкурсах и фестивалях, что немаловажно для детей и подростков. Кроме того, универсальный язык танца (ритм) делает

возможным его использование в сочетании с национальными мелодиями в реализации регионального компонента образования.

Кроме того, несмотря на огромную популярность спортивных бальных танцев, танцевальный спорт несёт сейчас большие потери среди начинающих танцоров: количество детей, бросивших занятия танцами, примерно равно количеству вновь записавшихся детей, и прирост начинающих танцоров-спортсменов практически отсутствует. Одной из причин этого является то, что слишком рано (уже на первом и втором годах обучения) дети, ещё не достигшие нужного уровня специальных умений и навыков, выпускаются на соревнования, конкурсы, фестивали. А ведь ребёнку достаточно несколько раз не пройти отборочные туры на соревнованиях или занять последние места, как его интерес к спортивным танцам падает, и в конечном итоге он бросает занятия.

Предлагаемые в статье приемы обучения могут быть использованы как эффективные стимулы для творческого роста детей и подростков, облегчение и систематизирование подачи материала и информации воспитанникам, сохранения контингента обучающихся и их интереса к занятиям спортивными бальными танцами в течение длительного времени.

1. Прежде чем открыть педагогом перечень фигур или учебники по спортивно бальным танцам для подготовки к уроку или при составлении учебного плана необходимо прочитать и изучить вводную часть этой литературы. Очень важно понять и разобраться в таких понятиях:

Позиции стоп - термин описывает позицию одной стопы по отношению к другой в конце шага.

Променадная позиция – правая сторона партнера и левая сторона партнерши расположены в контакте, а противоположные стороны развернуты, образуя латинскую букву V.

Позиция противодвижения корпуса – расположение работающей стопы на шаге вперед или назад на линии или с пересечением линии траектории опорной ноги, что производит внешнее впечатление противодвижения корпуса, но без поворота корпуса.

Построение – термин определяет положение стопы или стоп, а не собственно корпуса по отношению к площадке в конце шага.

Направление шага – перемещение ноги по отношению к площадке.

Линия танца – линия перемещения вокруг площадки в направлении против часовой стрелки.

Степени поворота - полная степень поворота на фигуре или угол между позициями стоп на отдельных шагах.

Работа стопы – термин указывает какая часть стопы касается паркета при выполнении шага.

Свей - отклонение от вертикали корпуса вправо или влево от щиколотки вверх. Используется для поддержания баланса на повороте, но в основном для создания внешнего эффекта.

Баланс - распределение веса тела на стопах. При выполнении шага вперед или назад есть два типа баланса: передний и когда вес распределен равномерно.

Положение рук в паре и т.д.

2. В литературе по спортивным танцам описаны фигуры в хаотичном порядке. Автор статьи предлагает более системный подход, объединив фигуры для удобства, а также восприятия информации, в большую группу фигур, которые схожи по названию или схожи по свойствам. И уже объединив фигуры в группы их изучать.

Пример: существует огромное количество вариаций с фигурами шассе или спин поворот. И если их изучать по отдельности, то у воспитанников могут появиться трудности, а если их изучать группой, как одной общей вариацией объединяющей эти фигуры, это гораздо облегчает процесс обучения. К этой группе можно отнести фигуры: телемарки, форстепы и файвстепы, левые повороты в танго, плетения и т.д.

3. Также возможно объединить те фигуры, которые не вписываются в ту или иную группу. Изучать такие фигуры можно с предшествующими и последующими фигурами, что сразу дает полную ясность и полную картину о фигуре, где и как она может использоваться и исполняться.

Пример: фигура левый поворот на поступательном боковом шаге в танце танго. Данную фигуру невозможно включить в группу левых поворотов, так как она глобально отличается от основных фигур левого поворота в танце танго. Данную фигуру можно изучить в вариации: поступательное звено, променадное звено, левый поворот на поступательном боковом шаге, форстеп, закрытый променад.

4. Изучение фигур можно объединить в одну хореографию какого-либо танца или класса.

Хотелось подчеркнуть, что особое значение в изучении имеют фигуры «D» класса танцевания так как имеют самый большой список перечня фигур. Так как фигуры «E» класса - это самые базовые фигуры для изучения, а список фигур «C» класса очень короткий. И если в одну хореографию объединить все фигуры, например, «D» класса, то затем будет очень легко разобраться в остальных танцевальных фигурах. Безусловно, для соединения фигур в одну хореографию используются соединительные фигуры «E» класса танцевания.