

**Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного образования
города Иркутска «Дворец детского и юношеского творчества»**



Методические рекомендации

**«Самостоятельное обобщение изученных
фигур европейской программы танцев»**

Иркутск, 2021

Методические рекомендации «Самостоятельное обобщение изученных фигур европейской программы танцев». Автор-составитель: Мошков Г.А., педагог дополнительного образования, - 2021, 11с.

Методические рекомендованы к публикации методическим советом МАОУ ДО г. Иркутска «Дворец творчества» протокол № 12 от 22.06.2021

Данные методические рекомендации представляют собой описание методики самостоятельного обобщения изученных фигур европейской программы танцев для подготовки к проверке знаний. Методические рекомендации могут быть использованы педагогами дополнительного образования, работающими в области балльных танцев и хореографии, а также учащимися для изучения и систематизации знаний фигур европейской программы танцев.

Содержание

| | |
|---|--|
| 1. Введение..... | 4 |
| 2.1. Группы фигур -Медленный вальс | 5 |
| 2.2. Группы фигур- Танго | 6 |
| 2.3. Группы фигур -Медленный фокстрот | 8 |
| 2.4. Группы фигур -Квикстеп | 10 |
| 3. Заключение | Ошибка! Закладка не определена. |
| 4. Список использованных источников | 11 |
| 5. Приложение 1. Вопросы для самоконтроля и тестов..... | 12 |

1. Введение

В современном перечне фигур по Европейской программе танцев, опубликованном в приложении к Правилам вида спорта «Танцевальный спорт», утвержденными Минспорта РФ от 22.02.2019 № 161, находится 201 фигура. 49 фигур – Медленный вальс, 40- Танго, 6- Венский вальс, 49 – Медленный фокстрот, 57- Квикстеп.

Если пытаться изучить фигуры в последовательности, изложенной в приложении или перечне фигур учебника, то процесс запоминания будет проходить не очень успешно, так как близкие по названию фигуры будут находиться в различных разделах в зависимости от танца и класса мастерства. С целью оптимального запоминания фигур европейкой программы танцев, их необходимо систематизировать и создать логические схемы.

Цель данных методических рекомендаций: оказание помощи педагогам и учащимся в изучении фигур каждого танца европейской программы.

Задача методических рекомендаций: пропагандировать наиболее эффективные, рациональные варианты, образцы действий в процессе изучения фигур каждого танца европейской программы.

Данные методические рекомендации разработаны на основе личного опыта работы и видео записи лекций семинара А.Д. Саватина, для судей и тренеров ФТСИО г. Иркутск ноябрь 2015 г.

2. Группы фигур в Европейской программе танцев.

Изучения фигур, как и любой учебный материал, всегда выстраивается по принципу «от простого к сложному», «от медленного к быстрому». По этому принципу они изложены в учебниках. По мере роста технического мастерства исполнителя, происходит переход к изучению фигур с более сложным ритмом и координацией. Таким образом, близкие по названию фигуры часто находятся в разных разделах учебника.

Мною были проанализированы действия педагога при изучении фигур каждого европейского танца и, исходя из этого, для повышения эффективности образовательной деятельности и подготовки к конкурсным мероприятиям предлагаю следующий алгоритм:

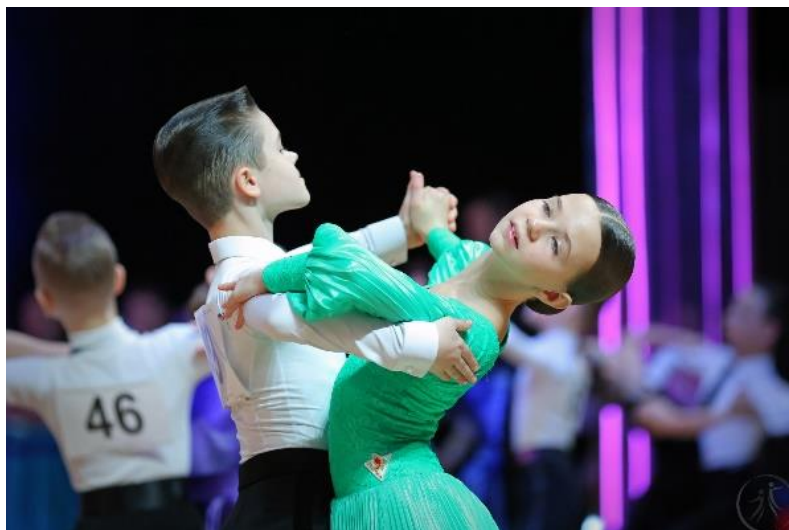
- объединить в группы фигуры близкие по названию или имеющие общие свойства;
- составить из таких фигур учебные соединения- логические схемы;
- показать отличительные особенности фигур.

Таким образом, фигуры будут запоминаться лучше, вероятность ошибок при написании тестов для итоговой/промежуточной аттестации будет меньше, а педагогам,

работающим в области бальных танцев, будет проще использовать их в практической работе.

Ниже представлены танцы европейской программы танцев с фигурами, объединёнными общими свойствами и близкими названиями.

2.1. Группы фигур - Медленный вальс



Группы:

1. «Хэзитейшн» (3). 2. «Спины» (4). 3. «Шассе» (3). 4. «Локи» (3). 5. «Виски» (2). 6. «Плетения» (3). 7. «Корте» (2). В скобках указано количество фигур в группе.

Таблица 2.1

| Хэзитейшн | Спины | Шассе | Локи | Виски | Плетения | Корте |
|---|----------------------|-------------------------|---|--------------|---|--------------|
| 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | |
| Правый поворот с хэзитейшн (Перемена хэзитейшн) | Правый спин поворот | Шассе из ПП | Лок степ назад (Лок назад) (мужчина и дама) | Виск | Плетение в ритме вальса (Основное плетение) | Левое кортэ |
| Дрэг хэзитейшн | Двойной левый спин | Поступательное Шассе ВП | Поворотный лок влево | Виск назад | Плетение (Плетение из ПП) | Ховер кортэ |
| Кросс хэзитейшн | Наружный спин | Поступательное шассе ВЛ | Поворотный лок вправо | | Бегущее плетение из ПП | |
| | Бегущий спин поворот | Бегущее кросс шассе | | | | |

Примеры вариаций для одной из групп.

Группа «Хэзитейшн» (3).

Начинаем лицом диагонально к стене

1. *Правый поворот с хэзитейшн*
2. *Дрэг хэзитейшн.*
3. Наружная перемена, законченная в ПП.
4. *Кросс хэзитейшн.*
5. Виск назад.
6. Шассе из променадной позиции.

Заканчиваем лицом диагонально к стене.

Данная логистическая схема из фигур, позволяет объединить фигуры, содержащие в названии слово *хэзитейшн* в одну вариацию. Запомнить фигуры и понять их отличительные свойства значительно проще.

2.2. Группы фигур -Танго



Группы:

1. «Левые повороты» (9) (с учетом 4 ритмов основного левого поворота и включая фигуру «левый поворот на поступательном боковом шаге», который отнесен к этой группе только по названию, а не по свойствам).
2. «Фо- и фивстепы» (5).
3. «Променады» (4).
4. «Звено» (2).

Таблица 2.2

| Левые повороты | Фо- и фивстепы | Променады | Звено |
|------------------------|----------------|-----------|----------------|
| 9 | 5 | 4 | 2 |
| Основной левый поворот | Фо-степ | Закрытый | Поступательное |

| | | | |
|--|-------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------|
| ББМБМ | | променад | звено |
| Основной левый поворот ББиББи | Файв-степ | Открытый променад | Променадное звено |
| Основной левый поворот ББиББМ | Файв-степ в повороте влево | Открытый променад назад | |
| Основной левый поворот БиББМ | Фоллэвей фостеп | Фоллэвей променад | |
| Открытый левый поворот, дама — сбоку (с закрытым окончанием) | Фостеп-перемена | | |
| Открытый левый поворот, дама — сбоку (с открытым окончанием) | | | |
| Открытый левый поворот, дама — в линию (с закрытым окончанием) | | | |
| Открытый левый поворот, дама — в линию (с открытым окончанием) | | | |
| Левый поворот на поступательном боковом шаге | | | |

Пример вариации.

Группа «Фо- и файвстепы» (5).

Вариация 1.

1. Фостеп — променадное звено.
2. Фоллэвей фостеп — променадное звено.
3. Файвстеп — закрытый променад.
4. Левый файвстеп — закрытый променад.
5. Фостеп-перемена — поступательное звено — открытый променад.

В данной логической схеме объединены фигуры группы «Фо- и файвстепы», «Звено» и «Променады». в одну вариацию. Группа фигур – музыкально фразирована. В предложенном соединении фигур явно видны их отличительные особенности.

Группа «Левые повороты (9).

Вариация 2.

1. Основной левый поворот ББМБМ

2. Основной левый поворот БиББМ
3. Основной левый поворот ББиБМ
4. Основной левый поворот ББиБи

В данной логистической схеме объединены четыре разновидности ритмов «Основного левого поворота». Степень поворота каждой фигуры 3\4. Таким образом, учебное соединение представляет из себя большой квадрат. Запомнить ритмические отличия значительно проще.

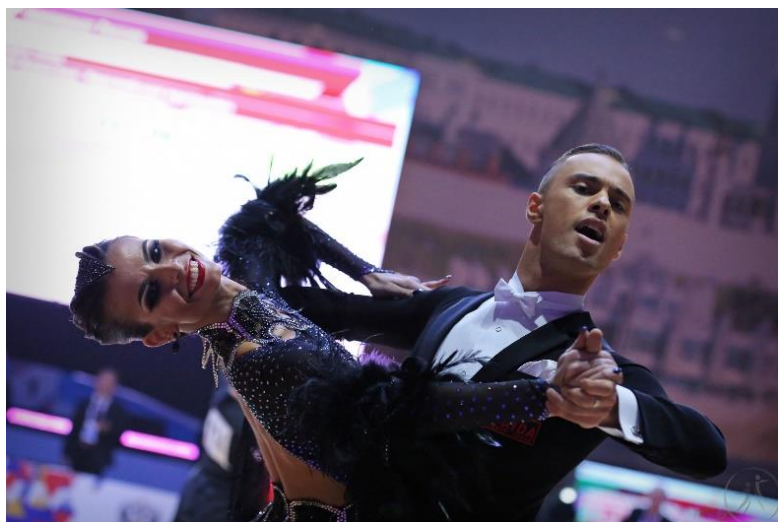
Вариация 3.

1. Открытый левый поворот, дама — сбоку (с закрытым окончанием)
2. Открытый левый поворот, дама — сбоку (с открытым окончанием)
3. Открытый левый поворот, дама — в линию (с закрытым окончанием)
4. Открытый левый поворот, дама — в линию (с открытым окончанием)

В данной логистической схеме объединены четыре разновидности ритмов «Открытого левого поворота». Степень поворота каждой фигуры 3\4. Таким образом, учебное соединение представляет из себя большой квадрат. Запомнить отличительные особенности значительно проще.

Левый поворот на поступательном боковом шаге – фигура, содержащая в названии общее слово «Левый поворот», но отличная по своим свойствам, поэтому запоминать ее нужно отдельно.

2.3. Группы фигур- Медленный фокстрот



Группы:

1. «Плетения» (5). 2. «Телемарки» (5). 3. «Перо» (8).

Таблица 2.3.

| Плетения 5 | Телемарки 5 | Перо 8 |
|---|--|------------------------------------|
| Плетение (Основное плетение) | Закрытый телемарк (Телемарк) | Перо-шаг |
| Основное плетение , включая вариант Продолженное основное плетение | Открытый телемарк (Телемарк в ПП) | Перо-окончание МББ |
| Правое плетение | Правый телемарк | Перо-окончание БББ |
| Плетение из ПП | Ховер телемарк | Перо из променадной позиции |
| Быстрое правое плетение из ПП | Правый ховер телемарк | Изогнутое перо |
| | | Изогнутое перо из ПП |
| | | Перо назад |
| | | Ховер-перо |

Пример вариаций.

Группы «Перо» (8).

Вариация 1

Начинаем лицом ДЦ.

Перо-шаг — левый поворот (шаги 4–6 — перо-окончание) — Ховер телемарк, законченный в ПП, — перо из ПП. Закончить лицом ДЦ.

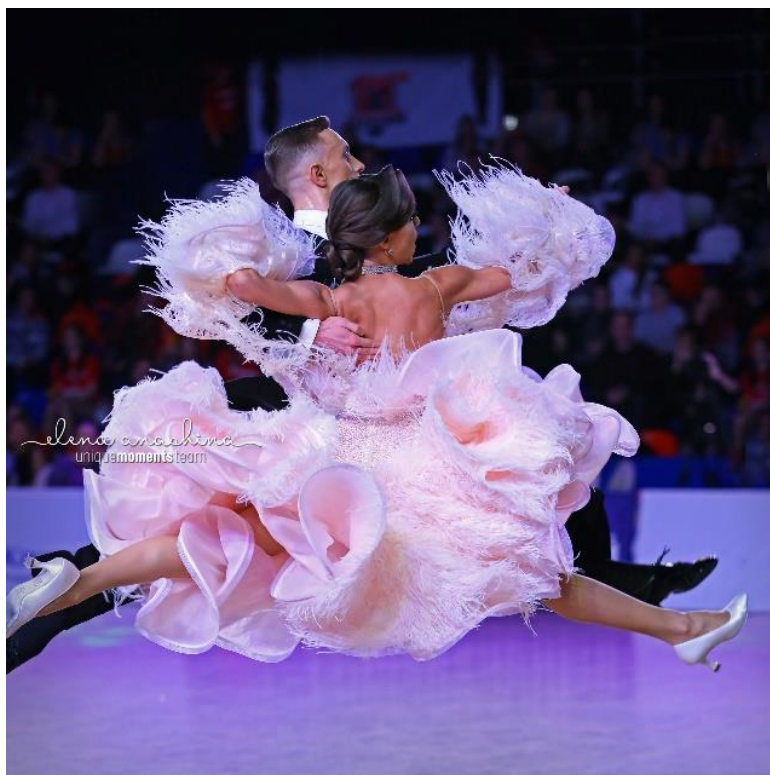
Вариация 2

Начинаем лицом ДС.

Изогнутое перо (поворот на 3/8) — перо назад — тройной шаг назад — пулл-степ — ховер-перо — открытый телемарк — изогнутое перо из ПП. Закончить лицом ДС против линии танца.

В двух вариациях используются все возможные варианты фигур имеющих в своем сочетании названий *перо*.

2.4. Группы фигур -Квикстеп



Группа:

1. «Шассе и локи» «Шассе и типси» (11).

Группа состоит из следующих фигур:

1. Типпль шассе вправо
2. Типпль шассе влево
3. Типси вправо
4. Типси влево
5. Прогрессивное шассе.
6. Поступательное шассе вправо.
7. Локстеп вперед
8. Локстеп назад
9. Поворотный лок вправо
10. Кросс шассе.
11. Бегущее кросс шассе.

Пример вариации.

Начать лицом ДС в начале длинной стороны.

1. Правый поворот с хэзтейшн.
2. Кросс шассе.
3. Локстеп вперед.
4. Поступательное шассе вправо.
5. Поступательное шассе.

6. Типси влево, типси вправо, переходя на новую линию танца.
7. Типплъ шассе влево.
8. Локстеп назад
9. Типплъ шассе вправо, включая локстеп вперед.
10. Бегущее кросс шассе.

В данной вариации используются фигуры, относящиеся к группе «Шассе и локи» «Шассе и типси».

3. Заключение

Используя метод объединения фигур со сходными свойствами в специальные группы и составлении вариаций с примерами их использования, позволяет систематизировать фигуры, ускорить и упорядочить процесс изучения. Определить общие и отличительные особенности.

4. Список использованных источников

1. Правила вида спорта «танцевальный спорт»: утв. приказом Министерства спорта Российской Федерации от 22 февраля 2019 г. № 161, с изменениями, внесенными приказами Минспорта России от 08.10.2019 № 814, от 30.12.2019 № 1163 – 107 с.
2. Technique of Ballroom Dancing—Guy Howard, 6-е издание, 2011 год.
3. The Ballroom Technique—ISTD, 10-е издание, исправленное, 1994 год.
4. WDSF Ballroom Technique Books—учебники по технике европейских танцев, издание WDSF, 2013 год: [5-1]Waltz; [5-2]Tango; [5-3]Viennese Waltz; [5-4]Slow Fox; [5-5]QuickStep

Вопросы для самоконтроля и тестов.

1. В какие основные группы фигур можно объединить фигуры в танце Медленный вальс?
2. Количество и названия фигур в группе «Хэзитейшн».
3. Количество и названия фигур в группе «Спины».
4. Количество и названия фигур в группе «Шассе».
5. Количество и названия фигур в группе «Локи».
6. Количество и названия фигур в группе «Виски».
7. Количество и названия фигур в группе «Плетения».
8. Количество и названия фигур в группе «Кортэ».
9. В какие основные группы фигур можно объединить фигуры в танце Танго?
10. Количество и названия фигур в группе «Левые повороты».
11. Количество и названия фигур в группе «Фо и файфстеппы».
12. Количество и названия фигур в группе «Променады».
13. Количество и названия фигур в группе «Звено».
14. В какие основные группы фигур можно объединить фигуры в танце Медленный фокстрот?
15. Количество и названия фигур в группе «Плетения».
16. Количество и названия фигур в группе «Телемарки».
17. Количество и названия фигур в группе «Перо».
18. В какие основные группы фигур можно объединить фигуры в танце Квикстеп?
19. Количество и названия фигур в группе «Шассе и локи, Шассе и типси».