

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ КУЛЬТУРЫ»**

*На правах рукописи*

Скуратов Тарас Андреевич

**ФОРМИРОВАНИЕ ИСПОЛНИТЕЛЬСКОГО МАСТЕРСТВА БУДУЩИХ  
ПЕДАГОГОВ СПОРТИВНОГО БАЛЬНОГО ТАНЦА В ВУЗЕ**

5.8.7. Методология и технология профессионального образования

Диссертация на соискание ученой степени  
кандидата педагогических наук

Научный руководитель -  
доктор педагогических наук, профессор  
Христидис Татьяна Витальевна

Москва - 2025

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ.....</b>	<b>3</b>
<b>Глава 1. Теоретико-методологические основы формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе .....</b>	<b>15</b>
1.1. Профессиональное обучение будущих педагогов спортивного бального танца в вузе: генезис и методология.....	15
1.2. Содержание понятия «исполнительское мастерство педагога спортивного бального танца».....	29
<b>Выводы по первой главе.....</b>	<b>39</b>
<b>Глава 2. Специфика формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе.....</b>	<b>41</b>
2.1. Педагогические условия формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе .....	41
2.2. Современное состояние проблемы сформированности исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе.....	53
<b>Выводы по второй главе.....</b>	<b>87</b>
<b>Глава 3. Опытнo-экспериментальная работа по формированию исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе .....</b>	<b>89</b>
3.1. Авторская методика формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе .....	89
3.2. Динамика формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе .....	141
<b>Выводы по третьей главе.....</b>	<b>159</b>
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....</b>	<b>160</b>
<b>СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....</b>	<b>163</b>
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ А Мониторинг оценки общего уровня теоретических и практических знаний об исполнительском мастерстве (Анкета 1).....</b>	<b>186</b>
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ Б Мониторинг уровня теоретических знаний об исполнительском мастерстве (Анкета 2).....</b>	<b>189</b>
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ В Ключ правильных ответов для Анкеты 2.....</b>	<b>192</b>

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность темы исследования.** XXI век предъявляет высокие требования к формированию личности и ее профессиональной подготовке в области педагогики хореографического искусства. На современном этапе развития нашего государства, на фоне экономических, политических изменений и вызовов возрастает ценность эстетического, интеллектуально-нравственного, а также профессионального воспитания и развития личности будущего педагога.

Комплексная система обучения спортивному бальному танцу в вузе должна выработать у будущего педагога устойчивый вектор для самосовершенствования, непрерывного внутреннего развития, раскрытия профессионального и творческого потенциала. Именно поэтому процесс обучения будущих педагогов спортивного бального танца требует поиск инновационных форм, основанный на синтезе спортивной педагогики и педагогики хореографического искусства.

Современные тенденции, а также динамика развития танцевального спорта формируют и ряд требований к будущим педагогам спортивных бальных танцев. Модернизация техники исполнения, усложнение танцевальных вариаций, увеличение скоростей и динамики движения выступают ключевыми характеристиками спортивных бальных танцев сегодня. Таким образом, для наиболее эффективного осуществления профессиональной деятельности, современный педагог спортивных бальных танцев должен обладать высоким уровнем исполнительского мастерства, которое, в свою очередь, тесно связано с развитием двигательных навыков и координации.

При анализе имеющейся учебно-методической литературы о технике спортивных бальных танцев можно найти информацию о принципах работы стопы, допустимых положениях и позициях, направлениях и построениях, а также музыкальной структуре танцевальных элементов, но, при этом, отсутствует комплексная теоретико-методологическая основа формирования исполнительского мастерства. Именно поэтому сегодня возникает необходимость

модернизации процесса обучения будущих педагогов спортивного бального танца, направленного на формирование уровня их исполнительского мастерства.

**Степень разработанности темы исследования.** Изучение научно-педагогической литературы показывает, что значительный теоретико-практический опыт может быть использован для формирования исполнительского мастерства у будущего педагога спортивного бального танца с учетом современных тенденций развития танцевального спорта.

Проблему формирования профессиональных компетенций у будущих специалистов в вузах культуры исследовали: А. Д. Жарков, Е. Л. Кудрина, Е. Ю. Стрельцова, Т. В. Христидис, Н. Н. Ярошенко и др.

Теоретические и практические аспекты совершенствования свойств и качеств личности в педагогике хореографического искусства проанализированы в работах: Г. В. Бурцевой, А. С. Буцан, Ю. А. Герасимовой, Е. А. Кузнецова, С. Е. Марченко, Е. Г. Монаховой, В. Ю. Никитина, Е. В. Перлиной, Г. Л. Таранды, Е. Н. Фокиной, К. А. Царегородцевой, Ю. А. Шмаковой, М. Н. Юрьевой и др.

Большой вклад в развитие спортивного бального танца внесли труды о технике исполнения базовых фигур (Г. Говард, У. Лэрд, А. Мур), о фундаментальных основах развития координации движения (Д. Бернс, Д. Херн), о психолого-педагогических аспектах развития эмоциональности танцовщиков (Б.Н. Амброж, Р. Вермий).

Важными для данного исследования являются научные работы отечественных ученых, в которых отражена роль исполнительского мастерства в контексте спортивной педагогики (В. Б. Болтвина-Бутузова, Ю. П. Бредихина, С. Н. Кошелев, И. В. Тарханов) и педагогики хореографического искусства (А. А. Безикова, Р. Е. Воронин, Г. Е. Гунько, М. Ю. Завражин, С. В. Шанкина).

Вышеизложенное и актуальность темы исследования позволяют обозначить следующие *противоречия* между:

- существованием определенных программ подготовки по специальным дисциплинам спортивного бального танца и отсутствием системного,

методологически структурированного подхода к профессиональному обучению будущих педагогов спортивного бального танца в вузе;

- необходимостью развития исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца и отсутствием комплексных научных исследований в данной области;

- наличием специальной учебной литературы по технике спортивных бальных танцев и дефицитом структурированных методик тренажной направленности, нацеленных на повышение уровня исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца.

Данные противоречия позволяют нам определить **проблему исследования**, которая состоит в поиске ответа на вопрос: каковы педагогические условия и эффективная методика формирования исполнительского мастерства будущего педагога спортивных бальных танцев?

Таким образом, актуальность проблемы, ее недостаточная теоретическая и практическая разработанность, а также выявленные противоречия обусловили выбор **темы** диссертационного исследования: «Формирование исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе».

**Объект исследования:** исполнительское мастерство педагога спортивного бального танца.

**Предмет исследования:** процесс формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе.

**Цель исследования:** теоретико-методологическое обоснование процесса формирования исполнительского мастерства будущего педагога спортивного бального танца в вузе; разработка и внедрение авторской методики формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца.

Для реализации цели исследования поставлены следующие **задачи**:

1) обосновать методологические подходы к профессиональному обучению будущих педагогов спортивного бального танца в вузе;

2) определить содержание понятия «исполнительское мастерство педагога спортивного бального танца»;

3) типологизировать группы педагогических условий, обеспечивающих эффективность формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца;

4) критически осмыслить современное состояние проблемы сформированности исполнительского мастерства в спортивном бальном танце у студентов вузов на основе разработанной системы критериев оценки уровня теоретических знаний и практических навыков;

5) разработать и апробировать авторскую методику формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в процессе обучения в вузе;

6) проанализировать динамику формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца, определяющую эффективность авторской методики.

**Гипотезой исследования** выступает предположение, что формирование исполнительского мастерства у будущих педагогов спортивного бального танца окажется наиболее эффективным, если:

- использовать фундаментальные положения наук о движении человека, таких как анатомия, физиология, биомеханика и кинезиология в процессе обучения будущих педагогов спортивного бального танца;

- установить систему критериев оценки уровня исполнительского мастерства в спортивных бальных танцах;

- разработать и внедрить авторскую методику преподавания спортивного бального танца в вузе, которая позволяет обучающимся синтезировать на практике теоретические знания об общих законах движения и специальных принципах движения в спортивных бальных танцах для наиболее качественного исполнения танцевальных элементов с целью повышения уровня исполнительского мастерства.

**Научная новизна диссертационного исследования:**

- определены методологические подходы к профессиональному обучению будущих педагогов спортивного бального танца в вузе, соответствующие

современным тенденциям танцевального спорта и педагогики спортивных бальных танцев;

- научно обоснованы теоретическая сущность и практическое содержание понятия «исполнительское мастерство педагога спортивного бального танца»;

- выявлена взаимосвязь развития физических данных, координации и двигательных навыков с формированием общего уровня исполнительского мастерства;

- доказана целесообразность взаимосвязи и использования в процессе формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе теоретического и практического опыта наук, связанных с движением: анатомия, физиология, биомеханика, кинезиология;

- типологизированы группы педагогических условий формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца: *группа дидактических условий* (доступность материала; наглядность и образность; систематичность и целостность информации), *группа технологических условий* (знание и использование принципов биомеханики; анализ структуры танцевальных элементов на технико-исполнительские подкомпоненты; изучение танцевальных элементов как телесно-двигательного упражнения) и *группа творческих условий* (вариативность выбора варианта исполнения танцевального элемента; ситуативное изменение структуры исполнения танцевального элемента с внедрением различных усложняющих элементов);

- разработан контрольно-измерительный инструментарий, позволяющий констатировать динамику сформированности исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца.

**Теоретическая значимость** заключается в следующем:

- привнесен вклад в развитие педагогики спортивных бальных танцев в вузе на основе учета современных тенденций развития спортивных бальных танцев, определено содержание понятия «исполнительское мастерство педагога спортивного бального танца» и его структурные компоненты;

- обоснованы теоретическая сущность и практическое содержание процесса формирования исполнительского мастерства в системе профессионального обучения будущих педагогов спортивного бального танца в вузе;

- выявлена взаимосвязь физических данных, развития координации и двигательных навыков с формированием исполнительского мастерства;

- установлена система критериев исполнительского мастерства – оценки технических знаний, физических навыков и двигательных способностей в системе спортивных бальных танцев;

- определены группы педагогических условий формирования исполнительского мастерства в процессе обучения будущих педагогов спортивного бального танца – дидактические, технологические и творческие.

**Практическая значимость** исследования заключается в том, что разработана и внедрена авторская методика преподавания латиноамериканской программы спортивных бальных танцев, соответствующая динамике развития танцевального спорта, а также современным требованиям хореографической и спортивной педагогики. С помощью разработанной авторской методики появляется возможность устранения недостатков, оснащение модернизированными принципами, подходами и технологиями процесс формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе.

Результаты исследования и авторская методика могут быть интегрированы в учебный процесс профессиональной подготовки по направлениям подготовки 52.03.01 «Хореографическое искусство» (профиль «Педагогика спортивного бального танца»), 51.03.02 «Народная художественная культура» (профиль «Руководство хореографическим коллективом»), а также 49.03.01 «Физическая культура» (профиль «Теория и методика танцевального спорта») в таких дисциплинах, как «Методология исследования техник спортивного бального танца», «Исполнительская практика», «Секвей», «Формейшн», «Спортивный бальный танец (практикум)».



Авторская методика, разработанная на основе системного, деятельностного и личностно-ориентированного подходов, позволяет оптимизировать и сделать более эффективным процесс формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца, руководителей хореографических коллективов спортивного бального танца, а также тренеров по танцевальному спорту в вузе.

**Экспериментальной базой исследования выступили организации:** ФГБОУ ВО «Московский государственный институт культуры»; ФГБОУ ВО «Московский государственный университет имени М. В. Ломоносова», Российский университет спорта «ГЦОЛИФК», ФГБОУ ВО «Сибирский государственный институт искусств имени Дмитрия Хворостовского», ФГБОУ ВО «Тюменский государственный институт культуры», ФГБОУ ВО «Алтайский государственный институт культуры».

Общее число респондентов – 376 человек, из них в экспериментальной работе – 117 человек (60 в контрольной группе, 57 в экспериментальной группе).

**Этапы исследования.** Исследование осуществлялось с 2016 г. по 2025 г. и состояло из трех взаимосвязанных этапов.

**На первом этапе** (2016–2018гг.) изучалось состояние проблемы формирования исполнительского мастерства в спортивных бальных танцах в условиях вуза; осуществлялся поиск противоречий, основных проблемных вопросов и трудностей педагогического процесса формирования исполнительского мастерства в спортивных бальных танцах; сформулирована тема научного исследования, обозначены цели и определены задачи, выявлены объект и предмет исследования, а также его гипотеза.

**На втором этапе** (2019-2022гг.) определены теоретико-методологические основы, а также научно-практический фундамент для эффективного формирования уровня исполнительского мастерства будущих педагогов спортивных бальных танцев в условиях вуза; конкретизировался спектр деятельности педагога спортивных бальных танцев; установлена система критериев оценки теоретических знаний и уровня исполнительского мастерства;

проведена опытно-экспериментальная работа на основе авторской методики формирования исполнительского мастерства.

*На третьем этапе* (2023–2025гг.) осуществлялась обработка, систематизация и анализ результатов по итогам проведения опытно-экспериментальной работы, оформлялась диссертационная работа.

**Методологическая основа исследования:**

- идеи связи и единства практики и теории в процессе профессиональной подготовки (В. И. Андреев, В. А. Сластенин);

- исследование аспектов системы педагогического проектирования содержания профессионального обучения (Э. Ф. Зеер, И. Я. Лернер);

- теории развития личности в образовательном процессе (Б. Г. Ананьев, К. К. Платонов, Б. М. Теплов);

- фундаментальные положения методологических подходов: системного, деятельностного и личностно-ориентированного (Л. С. Выготский, М. Н. Скаткин, А. Н. Леонтьев, И. С. Якиманская);

- работы по теоретико-методологическим основам изучения техник спортивного бального танца (А. А. Безикова, Ю. П. Бредихина, Г. Е. Гунько, С. Н. Кошелев, И. В. Тарханов, С. В. Шанкина);

- научные концепции анализа биомеханики двигательного процесса в хореографическом искусстве и танцевальном спорте (С. Н. Артановский, Н. А. Бернштейн, А. Я. Ваганова, М. М. Габович, П. Ф. Лесгафт, М. М. Лобжанидзе).

Для решения поставленных задач используются следующие **методы исследования:** анализ, синтез, обобщение, сравнение, мониторинг, изучение педагогического опыта, наблюдение, анкетирование, опрос, беседа, педагогический эксперимент, метод математической статистики по результатам опытно-экспериментальной работы.

**На защиту выносятся следующие положения:**

1. Профессиональное обучение будущих педагогов спортивного бального танца осуществляется наиболее эффективно, если оно основано на

методологических подходах: системном, деятельностном и личностно-ориентированном. Именно синтез методологических подходов способствует комплексному формированию личностных и профессиональных качеств будущего педагога: гибкое мышление, мотивация к непрерывному самосовершенствованию и саморазвитию, умение решать нестандартные творческие и профессиональные задачи. Специфика подготовки педагогов и тренеров по спортивным бальным танцам, основанная на синтезе спортивной и хореографической педагогики, характеризуется не только развитием художественно-творческих компетенций, но и системным развитием двигательных, координационных и исполнительских навыков. Поэтому, модернизация процесса обучения спортивным бальным танцам должна осуществляться на основе синтеза знаний и достижений наук о движении (анатомия, физиология, биомеханика, кинезиология), а также современных, инновационных педагогических технологий и методов обучения для наиболее эффективного формирования уровня исполнительского мастерства будущего педагога спортивного бального танца.

2. «Исполнительское мастерство педагога спортивного бального танца» – высокий профессиональный уровень исполнения танца или отдельных танцевальных элементов, который подразумевает системно выстроенный, технически грамотный процесс движения (танцевания), а также умение наполнить движения художественной идеей конкретного танца и передать ее через эмоциональную выразительность в определенном музыкально-ритмическом рисунке. Для должного уровня исполнительского мастерства необходимы определенные двигательные навыки и творческие способности: художественно-творческие, координационно-двигательные, физические, музыкально-ритмические. Формирование необходимого уровня исполнительского мастерства требует системного развития следующих показателей: координации движений и двигательных навыков, техники исполнения, соответствия исполнения движений музыкальному сопровождению, а также пониманию художественной идеи и образа конкретного танца.

3. Педагогические условия формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивных бальных танцев в вузе систематизированы в три группы: *группа дидактических условий* (доступность материала; наглядность и образность; систематичность и целостность информации), *группа технологических условий* (знание и использование принципов биомеханики; анализ структуры танцевальных элементов на технико-исполнительские подкомпоненты; изучение танцевальных элементов как телесно-двигательного упражнения) и *группа творческих условий* (вариативность выбора варианта исполнения танцевального элемента; ситуативное изменение структуры исполнения танцевального элемента с внедрением различных усложняющих элементов). Реализация данных условий способствует более глубокому пониманию биомеханических основ движения как фундамента для анализа процесса движения и формирования двигательных навыков в спортивных бальных танцах.

4. Критериями сформированности исполнительского мастерства выступают *техника исполнения* (умение сохранять «горизонталь» и «вертикаль» корпуса, а также соблюдение конкретных линий, форм и позиций в танце; равновесие, стабильность танцора в статике и динамике; использование правильной работы стопы, согласно конкретным типам шагов или перемещений; изоляция), *музыкальность движения* (соответствие основному ритму танца, его темпу и характеру; точность использования других ритмов; правильность положения тела на определенный музыкальный удар), *эмоциональная выразительность* (синхронность, равномерность и непрерывность движений; качество передачи и воплощения идеи и характера каждого из танцев; стабильность исполнения).

5. Авторская методика формирования исполнительского мастерства состоит из трех педагогических циклов: *процесс теоретико-практического обучения общим принципам движения в спортивных бальных танцах* – диагностирующий этап, этап дифференциации структуры движения (дать объём теоретико-практической информации об общих принципах движения в спортивных бальных танцах с использованием станка), силовой этап (осуществление наибольшей

нагрузки на опорно-двигательный аппарат без использования станка), координационный этап (формирование координации движения на основе комплексного движения с использованием всех или определенных частей тела танцовщика); *процесс теоретико-практического обучения специальным принципам движения в спортивных бальных танцах* – технологический этап (овладение теоретико-практическими знаниями о специальных принципах движений в спортивных бальных танцах), этап динамического движения в пространстве (использование базовых принципов движения спортивных бальных танцев путем их соединения в комбинацию с поступательным перемещением); *процесс использования и физического воспроизведения двигательных навыков в фигурах спортивных бальных танцев* – композиционно-тренажный этап (применение двигательных навыков и техники танца в фигурах и различных танцевальных комбинациях), вариативный этап (теоретико-практическое обоснование изменения структуры движения тела танцовщика в зависимости от смены ритмической структуры фигуры), трансформационный этап (сформировать навык переноса лексического материала одного танца в другой танец).

6. Положительная динамика приращения уровня сформированности исполнительского мастерства участников опытно-экспериментальной работы доказывает эффективность авторской методики преподавания латиноамериканской программы спортивных бальных танцев, разработанной на основе научно-теоретического базиса наук о движении человека (анатомия, физиология, биомеханика и кинезиология) с использованием современных инновационных технологий. Процесс формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе, в соответствии с динамикой развития танцевального спорта и педагогики спортивных бальных танцев, требует соблюдения баланса между занятиями с теоретико-технологической составляющей и практическими занятиями тренажной направленности с внедрением системного, проблемно-развивающего элемента.

**Степень достоверности результатов исследования** обусловлена использованием системы теоретико-методологических основ для проведения

исследования, а также подтверждена соблюдением определенных педагогических условий проведения опытно-экспериментальной работы по исследуемой проблематике. На каждом этапе экспериментальной работы осуществлялся количественно-качественный анализ данных и сопоставление конкретных результатов. Теоретико-методологическая обоснованность авторской методики преподавания дисциплины «Методика преподавания спортивного бального танца. Латиноамериканская программа» с позиции эффективного формирования исполнительского мастерства в спортивных бальных танцах отражает практическое подтверждение гипотезы исследования.

**Апробация результатов исследования** осуществлена в ряде выступлений и докладов автора: на Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Формы инновационного развития хореографического образования» (Химки, 2022г., 2023г.); на Всероссийской научно-практической конференции «Государственная культурная политика России: традиции и новации» (Химки, 2022г.); на V Международной научно-практической конференции в рамках Всероссийского фестиваля науки НАУКА 0+ (Москва, 2023г.); на Межвузовской научно-практической конференции «Танец в диалоге культур и традиций» (Санкт-Петербург, 2024г., 2025г.).

**Соответствие диссертации паспорту научной специальности.** Диссертация соответствует паспорту научной специальности 5.8.7 Методология и технология профессионального образования (педагогические науки): п.5. Обновление содержания, методик и технологий профессионального образования в изменяющихся (современных) условиях. Обновление трудовых функций и компетенций специалистов как фактор влияния на профессиональное образование.

**Структура диссертации** обусловлена целью и задачами исследования. Она состоит из введения, трех глав, выводов, заключения, списка литературы, включающего 238 наименований, и приложений.

## **Глава 1. Теоретико-методологические основы формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе**

### **1.1. Профессиональное обучение будущих педагогов спортивного бального танца в вузе: генезис и методология**

Современные спортивные бальные танцы, внутри которых тесно переплетены спорт и искусство, открывают новые перспективы и направления своего развития. С позиции спорта бальные танцы наиболее эффективно способствуют физическому развитию тела танцовщика, а со стороны искусства – духовному развитию личности, его творческого потенциала. В этой связи, в процессе подготовки будущих педагогов спортивного бального танца в вузе необходимо осуществлять синтез опыта педагогики хореографического искусства и достижений танцевального спорта.

Современные спортивные бальные танцы отличает сложность танцевальных композиций, а следовательно – должна быть пересмотрена качественная сторона исполнения танцев. Поэтому, высокие требования предъявляются и к уровню исполнительского и технического мастерства танцовщиков.

Профессиональная подготовка будущего педагога спортивных бальных танцев, по мнению доктора педагогических наук Шанкиной С. В., «характеризуется «двойной компетенцией»: с одной стороны, будущий педагог должен быть хорошим исполнителем (уметь грамотно и качественно продемонстрировать то или иное движение), с другой – ориентироваться в теоретической системе и педагогических методах подготовки исполнителей спортивных бальных танцев» [221].

Именно поэтому, специфика подготовки будущих педагогов по спортивным бальным танцам должна проявляться в комплексном развитии личности, которое нивелирует приоритетность физического развития над духовным и способствует гармоничному развитию всех ее уровней.

Данный процесс не может происходить системно без акцента на физическом, техническом, исполнительском развитии танцовщиков спортивных бальных танцев, поскольку танец, в первую очередь, это пластический вид искусства, напрямую связанный с движением тела.

Выдающийся спортсмен СССР, танцор международной категории, педагог и тренер Гунько Г. В. в своем диссертационном исследовании, посвященном подготовке педагогов спортивного бального танца в условиях высшего профессионального образования, отмечает, что главная цель педагогики спортивных бальных танцев, как одной из ветвей художественной – создание условий для развития и саморазвития творческой личности. Автор во всем этом процессе выделяет стимулирующе-мотивационный компонент, в котором педагог стимулирует познавательный интерес обучающихся, что вызывает у них потребность к учебно-познавательной деятельности и творческой активации [50].

Сегодня, хореография как часть художественно-творческой педагогики в условиях высшего образования нацелена на обучение танцовщиков и будущих педагогов, понимающих свое тело, умеющих мыслить телом. Но, без фундаментальных знаний педагогики и психологии, этики и эстетики, анатомии и биомеханики невозможно организовать данный процесс эффективно.

Бальный танец берет свои истоки от салонных танцев Средневековой Европы. В то время он был доступен лишь для самых привилегированных слоев общества. После, когда австрийские композиторы подарили миру вальс, начали зарождаться танцы европейской программы. «В то же время, традиции и обычаи народов стран Латинской Америки, последующее появление и развитие музыки рок-н-ролла и джаза в США сформировали основу танцев латиноамериканской программы» [177].

Позже, Британская ассоциация учителей бального танца и Имперское общество учителей танца заложили основу для развития современных спортивных бальных танцев, разработали первые идеи и критерии исполнения, стандартизировали технику исполнения танцев.



Появление и распространение спортивных бальных танцев в России связано с периодом «оттепели». Тогда, в 1957г., в рамках VII Всемирного фестиваля молодежи и студентов, в Московском колонном зале дома Союзов состоялся первый международный фестиваль по бальным танцам. Именно это событие принято считать датой рождения спортивных бальных танцев как самостоятельного вида хореографического искусства в России, ведь оно определило дальнейшую судьбу спортивных бальных танцев в нашей стране.

Во-первых, на данном мероприятии присутствовали люди высоких должностей, которые наяву увидели «культуру» бальных танцев. О бальных танцах впервые начали говорить, а некоторые даже заинтересовались ими. Во-вторых, известно, что на этом фестивале принимали участие танцевальные пары из-за рубежья. Это позволило большой аудитории познакомиться с их стилем танцевания, манерой и техникой исполнения танцев – произошел некий обмен опытом.

Поскольку уровень иностранных пар был выше, многих танцоров их выступление заставило пересмотреть свой взгляд на бальные танцы. Педагоги же, используя увиденный материал, принялись модернизировать свои методики преподавания, педагогические подходы, методы обучения. Так, с организацией новых соревнований появлялись новые взгляды, инновации. Все это по-иному структурировало процесс подготовки конкурсных танцоров. А после некоторого времени, бальные танцы вошли и в учебные заведения. Но, прежде чем рассмотреть специфику подготовки педагогов по спортивным бальным танцам в условиях вуза, проанализируем сам процесс интегрирования танца и хореографии в систему образования и воспитания.

«Впервые танец как «элемент общего образования» использовал Витторино де Фельтре. Основную задачу он видел в воплощении античного идеала человека: его тела, ума и души с целью развить грацию, гибкость, создать красоту тела» [1, С. 132-133.]. А в эпоху Просвещения, согласно концепции Д. Локка, «танцы придавали движениям изящество, сохраняющееся на всю жизнь» [116, С. 291].

В 1661 году Людовиком XIV учреждается Королевская академия танца, что немало способствовало формализации профессионального танца. Но именно классический танец в ту эпоху выступил «первопроходцем» создания собственной школы подготовки танцовщиков-исполнителей, сформировал собственную идею и эстетику [144].

Заметная роль танцам отведена в системе Монтессори, одной из задач которой было «пробуждение в детях чувства ритма». Он настаивал, что «именно на ритме нужно строить простые легкие танцы» [136].

Первое учебное заведение в России, внедрившее обучение танцам, стало училище, где сам Петр I поддержал предложение Э. Глюка об учреждении школы для юношей. «В то же время, в программе училища под...№ 6 числился для танцевального искусства и поступи немецких и французских «учтивств» – Стефан Рамбур, танцевальный мастер, который телесное благолепие и комплименты чином немецким и французским научает» [41]. Предполагалось, что именно занятия танцами формируют грациозность, красоту тела, хорошие манеры – гармонично развивают не только внешний облик, но и внутренний мир личности.

В 1993 году для специалистов и истинных поклонников бального танца произошло историческое событие. Бальный танец был официально признан видом спорта в нашей стране, а в декабре 1999 года по решению учёного совета Российской государственной академии физической культуры (сегодня «ГЦОЛИФК») создаётся первая в России кафедра «Теории и методики танцевального спорта», выпускающая специалистов по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиль «Теория и методика танцевального спорта».

Процесс изучения теории и методики спортивных бальных танцев в данном вузе тесно связан с получением знаний из области наук об опорно-двигательном аппарате – биомеханика, анатомия, физиология, спортивная педагогика и психология. На наш взгляд, процесс обучения выстроен так, поскольку любой вид деятельности, связанный с движением человека, как и спортивные бальные танцы,

должен опираться на знания этих наук, которые могут объяснить все процессы физического развития и воспитания.

С 2010 года в Московском государственном университете им. Ломоносова, на факультете искусств, кафедре театрального искусства осуществлялась подготовка педагогов спортивных бальных танцев по направлению подготовки 50.03.02 «Изящные искусства», профиль «Исполнительство и педагогика бального и латиноамериканского танца».

Большое количество вузов готовит специалистов спортивного бального танца по направлению подготовки 51.03.02 «Народная художественная культура», профиль «Руководство любительским хореографическим коллективом (спортивного бального танца)».

Сегодня, будущие дипломированные выпускники профиля «Педагогика спортивного бального танца», квалификации «Бакалавр» по направлению подготовки 52.03.01 «Хореографическое искусство» обучаются в 4-х вузах страны: Московский государственный институт культуры (МГИК), Сибирский государственный институт искусств имени Дмитрия Хворостовского, Алтайский государственный институт культуры, Тюменский государственный институт культуры.

Важно подчеркнуть, что в этих образовательных организациях осуществляется глубокое изучение всех хореографических направлений (современный танец, народно-сценический танец, современная хореография), поскольку современный педагог спортивного бального танца не должен быть «односторонним». Сегодня возникает потребность в «универсальном» специалисте, который, наряду с профилирующим видом танца, хорошо разбирается в теории, методиках и технологиях преподавания техник других танцевальных направлений.

Содержание высшего образования по направлению подготовки определяется программой бакалавриата, разрабатываемой и утверждаемой организацией самостоятельно. При разработке программы бакалавриата

формируются требования к результатам ее освоения в виде универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций выпускников.

В рамках программы бакалавриата выделяются обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательных отношений. К обязательной части программы бакалавриата относятся дисциплины (модули) и практики, обеспечивающие формирование общепрофессиональных компетенций, определяемых Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО). Дисциплины (модули) и практики, обеспечивающие формирование универсальных компетенций, определяемых ФГОС ВО, а также профессиональных компетенций, определяемых организацией самостоятельно, могут включаться в обязательную часть программы бакалавриата и (или) в часть, формируемую участниками образовательных отношений.

Программа бакалавриата устанавливает следующие универсальные компетенции: умение осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач; способность определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений; способность осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде; способность осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах); способность воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах; способность управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни; способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; способность создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных

ситуаций и военных конфликтов; способность принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности; способность формировать нетерпимое отношение к коррупционному поведению.

По итогам освоения программы бакалавриата у выпускников формируются следующие общепрофессиональные компетенции: способность понимать и применять особенности выразительных средств искусства на определенном историческом этапе; способность осуществлять творческую деятельность в сфере искусства; способность планировать образовательный процесс, разрабатывать методические материалы, анализировать различные педагогические методы в области искусства; способность ориентироваться в проблематике современной государственной культурной политики Российской Федерации; способность понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности.

Поскольку экспериментальная часть исследования происходила на базе МГИК, рассмотрим более подробно основную профессиональную образовательную программу данного вуза.

Институтом реализуется основная профессиональная образовательная программа высшего образования (ОПОП ВО) – программа бакалавриата по направлению подготовки 52.03.01 «Хореографическое искусство», профиль «Педагогика спортивного бального танца».

Цель ОПОП – формирование у выпускников компетенций – универсальных, общепрофессиональных и профессиональных, позволяющих им успешно работать, осуществлять педагогическую деятельность в области хореографического искусства.

Задачи ОПОП: анализировать факторы формирования и закономерности развития пластического языка, а также современное состояние, особенности и перспективы развития хореографического искусства; овладеть навыками педагогической работы с танцовщиками-исполнителями.

Выпускник, освоивший ОПОП ВО по направлению подготовки 52.03.01 «Хореографическое искусство», должен быть готов решать следующие профессиональные задачи по видам:

*Педагогическая:*

- осуществлять процесс обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность, хореографических коллективах;
- формировать профессиональные знания, умения и навыки, потребность творческого отношения к процессу хореографического обучения, качеству овладения навыками и усвоению знаний;
- создавать психолого-эргономические, педагогические условия успешности личностно-профессионального становления, обучающегося;
- разрабатывать образовательные программы, учебно-методические материалы, учебные пособия в соответствии с нормативными правовыми актами;
- анализировать факторы формирования и закономерности развития современного пластического языка, особенности и перспективы развития хореографического искусства;
- планировать и организовывать учебно-воспитательный процесс, опираясь на традиционные и авторские подходы и модели обучения, воспитания, систематически повышать уровень профессиональной квалификации;
- формировать систему контроля качества образования в соответствии с требованиями образовательного процесса, оценивать потенциальные возможности обучающихся, выстраивать на этой основе индивидуально ориентированные стратегии обучения и воспитания;
- формировать духовно-нравственные ценности и идеалы личности на основе духовных, исторических и национально-культурных традиций, способствовать творческому саморазвитию обучающихся, подготавливая их к выполнению определенных социальных ролей в современном обществе.

*Творческо – исполнительская:*

- осуществление исполнительской деятельности в области хореографии в рамках различных художественных задач;

- продуктивное взаимодействие с профессиональным сообществом (хореографом, балетмейстером, дирижером, артистами) с целью качественного сценического воплощения авторского замысла;

- исполнение поручаемых партий в различных жанрах, техниках и хореографических формах (соло, дуэт, ансамбль);

- совершенствование своего телесного, опорно-двигательного аппарата;

- развитие специальных физических, психомоторных, зрительных и слуховых способностей;

- сохранение и поддержание физической, психологической и профессиональной формы с целью обеспечения, требуемого для исполнительской деятельности уровня двигательной активности организма;

- участие в обсуждении новых произведений, репертуарных планов и вопросов творческой и производственной деятельности.

*Балетмейстерско - постановочная:*

- владеть методикой исполнения хореографического материала, знать музыкальную партитуру, сценографию номера или балетного спектакля, текущий репертуар хореографического коллектива;

- проводить тренаж с хореографическим коллективом, различные виды репетиций, разучивать с артистами партии в хореографических спектаклях, концертных номерах, осуществлять ввод новых исполнителей в текущий репертуар;

- проводить с артистами индивидуальные и групповые занятия, с целью повышения исполнительского мастерства, выявления их творческого потенциала, планировать и корректировать их физические нагрузки;

- владеть спецификой композиционной структуры и принципами хореографического текстосложения в истолковании идеи, художественного образа, смысла произведения, осуществлять контроль качества исполнения сольных партий, групповых и массовых сцен в хореографических произведениях;

- планировать и организовывать творческий процесс, опираясь на традиционные технологии обучения и воспитания танцовщика, уметь

мобилизовать и восполнять его психофизические и психофизиологические резервы;

- формировать исполнительскую, эстетическую и нравственную культуру танцовщика, продуктивно взаимодействовать с профессиональным сообществом.

К профессиональным компетенциям, тесно связанным с темой нашего исследования, мы выделим следующие:

- способность обучать танцевальным и теоретическим дисциплинам, сочетая научную теорию и достижения художественной практики (владение особенностями педагогической деятельности в процессе обучения хореографическому искусству, характеристиками различных, многовариантных технических средств и приёмов обучения);

- способность ориентирования в правилах преподавания и методике исполнения танцевальных движений;

- осуществлять педагогическую и репетиционную работу с исполнителями (корректировать технические ошибки исполнителей, повышать технические возможности исполнителей);

- способность применять в педагогической практике собственный практический опыт исполнения хореографического репертуара (умение анализировать, воспроизводить и демонстрировать исполнителям хореографическую лексику);

- способность эффективно работать с хореографическим произведением, владеть понятийным аппаратом и терминологией хореографии, профессионально использовать методы репетиционной работы с хореографическим коллективом (уметь продемонстрировать движения различных направлений хореографии);

- способность запомнить и стилистически верно воспроизвести (показать) текст хореографического произведения;

- владеть техникой исполнения современных направлений танцевального искусства.



Уже на данном этапе изучения ОПОП мы видим, что большое внимание уделяется процессу формирования у будущих педагогов спортивного бального танца исполнительских навыков и компетенций.

Спортивный бальный танец также входит в модуль обязательных дисциплин. Поскольку бальный танец как хореографическая система состоит из двух программ, обучение осуществляется отдельно по дисциплинам – «Методика преподавания спортивного бального танца. Европейская программа» и «Методика преподавания спортивного бального танца. Латиноамериканская программа».

Рассмотрим латиноамериканскую программу, поскольку именно на ней построено наше исследование.

Цели и задачи дисциплины: овладение техникой и методикой преподавания танцев латиноамериканской программы; расширить и систематизировать знания и навыки методики исполнения и преподавания танцев латиноамериканской программы; освоить пластическую манеру, разнообразные стили и технику исполнения спортивных бальных танцев латиноамериканской программы.

В результате обучения студент должен:

Знать: технику и методику исполнения и преподавания фигур латиноамериканской программы; принципы развития художественно-творческих способностей, личностных качеств и черт характера; закономерности формирования профессиональных способностей, средства и способы развития выразительности; концепцию определяющей роли собственной деятельности в развитии личности.

Уметь: развивать зрительное восприятие, воображение, пространственное представление, память, чувства и эстетическое восприятие у обучающегося; работать с различными источниками; использовать профессиональные термины; определять и изучать возрастные особенности психики человека на всех этапах его жизненного пути; использовать знания в своей педагогической деятельности; приёмы изучения техники и принципов исполнения фигур танцев латиноамериканской программы.

Таким образом, на этой основе и формируются понимание сущности учебно-познавательной деятельности, развитие познавательных потребностей, анализ учебного материала, применение знания на практике, самоконтроль и внесение коррективов в учебно-познавательную деятельность.

Известный хореограф и режиссер Д. Зайфферт заявил: «Мы прикрываемся методами обучения танцевальной технике (техника классического танца, техника Грэхем, техника Пилатес, техника Фельденкрайз и многих других). При желании, – продолжает Зайфферт, – можно все эти методы, поскольку они основаны на принципе развития от простого к сложному, считать педагогическими подходами. Но психические и физические проблемы, реально существующие во время учебы и в течение трудовой деятельности педагогов-репетиторов, балетмейстеров и танцовщиков, по-научному не освещаются» [70].

В исследовании доктора педагогических наук, профессора Никитина В. Ю. отмечено, что «система хореографического образования дает результаты в области подготовки исполнителей классического и народного танцев, поскольку в ее основе лежат программы и методики обучения, разработанные несколько столетий назад». Но, по мнению автора, они актуальны только для обучения специалистов в сферах классического балета и народного танца [144].

Также, Вадим Юрьевич предлагает авторскую классификацию и характеристику «танцевальных систем». Под «системой» автор подразумевает направление танцевального искусства, которое имеет следующие модули: эстетический; лексический модуль; систему воспитания подготовки исполнителей и балетмейстеров; определенный характер творческого мышления хореографа. Дадим краткую характеристику ведущих танцевальных систем.

Так, *народный танец* — это огромный пласт в хореографии, со своими отличительными особенностями, в основе которых лежат быт, нравы, ментальность, территориальное положение и история того или иного народа. Именно в Советском Союзе была заложена фундаментальная база народно-сценического танца, обогащенного собственной техникой. Величайшие педагоги-хореографы, И. А. Моисеев, Н. С. Надеждина, Т. А. Устинова, И. Сухишвили и

Н. Рамишвили, П. П. Вирский, а также созданные ими ансамбли народного танца, подарили миру «новый» танец в тесной связи с академическими методами формирования исполнительского мастерства танцоров.

*Классический танец*, бесспорно, является «прародителем» методики и системы подготовки исполнителей любого профиля, поскольку классический танец является уникальной системой, «школой» профессионального воспитания человеческого тела. Именно классический танец выступил базой новаторской деятельности многих поколений педагогов танца, возглавляемой А. Я. Вагановой. Ее фундаментальную книгу «Основы классического танца», изданную в 1934 г., знает весь хореографический мир [119, С. 236]. В «системе Вагановой» шаг за шагом излагаются основы классического балетного танца – от форм классического танца, основных понятий и техники исполнения движений, до примеров построения урока.

Что касается *современного танца* (в данном контексте понятие «Современный танец» – техники танца модерн), то широкую популярность он получил в начале XX века как антитеза системе классического танца. Во главу современного танца становится исполнитель и «свобода» его тела, влияние внутреннего состояния танцовщика на форму танца [144]. Первым педагогом и хореографом, последовательно создающим новую технику современного танца, стала М. Грэхем. Ее называли «Шекспиром танца» [199]. Она стремилась создать такой язык танца, который способен передать весь спектр человеческих переживаний.

Говоря о становлении отечественной школы исполнителей спортивных бальных танцев, в 1930-х г. в Москве были открыты курсы, выпускавшие учителей бальных и западных танцев. Одним из таких выпускников был А. Дегтяренко.

В 1962 г. Дегтяренко одним из первых в стране создал студию бального танца «Студия-62» при Московском Доме учителя. Первыми учениками коллектива стали профессора, доценты и преподаватели некоторых вузов

столицы. Люди приходили в зал не за техникой или спортивными победами, а за удовольствием и хорошим настроением.

Александр Тимофеевич говорил: «Мы должны сделать все, чтобы конкурсный бальный танец существовал и развивался, несмотря на все трудности и запреты. Я твердо верю, что такое время настанет, и новое поколение танцоров с удивлением будет слушать рассказы педагогов о том, что за право исполнять европейские или латиноамериканские танцы приходилось выдерживать жестокую борьбу. И пусть тогда уже не будет нас, но давайте представим себе это замечательное будущее».

Из-за нехватки профессиональных навыков, дефицита учебной литературы, в методике обучения превалировали знания, полученные после немногочисленных занятий с иностранными специалистами. Именно на их основе формировались, а затем модернизировались техника танца, методика преподавания, критерии исполнения [221].

Конечно, основной и самой ценной информацией, которую получали и танцоры, и педагоги бального танца на этих семинарах, являлась система фигур. Ведь именно фигуры различных танцев, их вариации и давали новый виток модернизации техники. Помимо основных базовых фигур, появлялись иные фигуры, в составе которых были, так называемые, «непривычные» шаги. Появились критерии исполнения, в основу которых легли критерии оценки и судейства исполнителей на соревнованиях, а такие понятия как «музыкальность», «техника», «характер танца» стали известны в России, благодаря сотрудничеству наших педагогов с иностранными специалистами.

Таким образом, для правильного исполнения той или иной фигуры, необходимым условием стала отработка и закрепление действий, происходящих внутри тела танцоров, которыми сопровождались фигуры. Как следствие, все это и легло в основу понятия «техника спортивного бального танца».

Технически грамотное и качественное исполнение танцев является обязательным условием для достижения высоких результатов в танцевальном спорте, но, из-за отсутствия общепринятых принципов и методик формирования

исполнительского мастерства в спортивных бальных танцах, не все танцоры понимают сущность движения, функциональное назначение определенных действий внутри тела в составе фигуры с позиций фундаментальных основ биомеханики движения. А ведь именно она определяет закономерности, взаимосвязи внутри цепочек движения и характеристики мышечного обеспечения танцевальных элементов.

## **1.2. Содержание понятия «исполнительское мастерство педагога спортивного бального танца»**

В толковом словаре русского языка Ожегова слово «мастерство» обозначает некое «умение, владение профессией, трудовыми навыками», «высокое искусство в какой-нибудь области» [151]. По словарю Ушакова к данной трактовке добавляется «исключительное умение» [206]. В энциклопедии «Русская цивилизация» мастерством считается «способность качественно выполнять те или иные виды работ или ремесла» [160]. О мастерах говорили всегда уважительно и с особой теплотой: «он на все руки мастер», «золотой человек, золотые руки», «к чему рук ни приложит, все кипит».

Что касается понятия «исполнительское мастерство», в исследовании Анисимова М. В., посвященному исполнительскому мастерству музыкантов-духовиков, приведены некоторые его характеристики, а именно – «высокая и постоянно совершенствуемая степень овладения определёнными видами исполнительской деятельности, а в узком смысле – двигательной и художественной техникой, интерпретационной и эмоциональной культурой игры» [6].

Для того, чтобы выстроить фундамент процесса эффективного формирования исполнительского мастерства у будущих педагогов спортивного бального танца, необходимо обратиться к самому понятию «исполнительское мастерство» в хореографии и, в частности, в спортивных бальных танцах.

В классическом танце понятие «исполнительское мастерство» связывают с наличием «внутренней техники».

Педагог-хореограф Р. В. Захаров так определяет «внутреннюю технику»: «Это, прежде всего, умение управлять мыслями и чувствами, наполнять ими движения, жесты позы. Подлинное искусство начинается лишь тогда, когда эта поза, во взаимосвязи со всеми остальными компонентами танцевальной композиции, озаряется внутренним светом человеческого чувства...» [71].

Исполнительское мастерство как навык является индивидуально-психологическим качеством личности, умением наполнить движение определенным содержанием, скрыть от глаз технические трудности, передать музыку в пластике человеческого тела, что и будет отличать одного танцора от других.

И. П. Ратов в своем исследовании утверждает, что «совершенствование отдельных элементов внутри движения качественно отражается на повышении уровня технического исполнения элементов, улучшает всю двигательную структуру» [164]. В бальном танце к элементам внутри движения (фигуры) мы можем отнести мышечные сокращения, ротации сторон, движения тазобедренных суставов, работу стопы и т.д. Следовательно – правильное исполнение этих элементов в определенной последовательности и будет являться технической составляющей исполнительского мастерства танцовщика.

Обращаясь к современному танцу, отметим, что А. Дункан видела смысл и назначение танца в естественном выражении с помощью танцевальных движений мыслей, эмоций человека. Под «внутренней техникой» она подразумевала умение танцовщика руководствоваться не только приобретенной механической техникой движений, но и искать источник движения внутри себя, слушая внутренние ритмы, а затем – позволить творческим импульсам выбраться наружу [20]. То есть, внутреннее состояние личности, наряду с технической составляющей, выступает одним из компонентов исполнительского мастерства танцовщика.

Таким образом, понятие «исполнительское мастерство» в хореографии характеризуется как процесс освоения техники конкретного танца или

определенного танцевального направления, его художественного стиля и характерной манеры исполнения движений.

В спортивном бальном танце потребность танцоров выполнять фигуры максимально правильно и точно стала сегодня основой тренировочного и образовательного процесса. Ведь результаты и достижения танцоров на соревнованиях напрямую зависят от результатов и достижений танцоров в процессе тренировок и отработки полученной информации. При этом, важными компонентами уровня танцевальной пары и качества ее исполнения программы спортивных бальных танцев являются точное соблюдение парой работы стопы, позиций и положений в паре, степеней поворота и направлений; музыкальное соответствие ритму и таймингу танцевальной фигуры в конкретном танце.

Поскольку обучение любому направлению хореографического искусства напрямую связано с показом, будущий педагог спортивного бального танца должен сам обладать таким уровнем исполнительского мастерства, чтобы демонстрация любого танцевального движения, действия или фигуры, в целом, были технически, музыкально и идейно правильными и точными.

Сделаем вывод – понятие «исполнительское мастерство педагога спортивного бального танца» обозначает высокий профессиональный уровень исполнения танца или отдельных танцевальных элементов, который подразумевает системно выстроенный, технически грамотный процесс движения (танцевания), а также умение наполнить движения художественной идеей конкретного танца и передать ее через эмоциональную выразительность в определенном музыкально-ритмическом рисунке.

Мы полагаем, что высокий уровень исполнительского мастерства предполагает наличие исполнительских навыков и способностей: художественно-творческих, музыкально-ритмических, координационных и двигательных (физических).

Произведем краткий исторический обзор к научному изучению движений в науке и в хореографии, ведь исполнительское мастерство непосредственно

связано с умением пластически воспроизводить движения и танцевальные элементы.

Изучение движений является центральным вопросом науки «биомеханика». Именно из биомеханики мы можем черпать ту научно-техническую базу, которой так не хватает в сфере спортивных бальных танцев, ведь именно движение и его сущность являются основным объектом исследования биомеханики.

Теоретические основы и их формализация в отечественной биомеханике связаны с именем Николая Александровича Бернштейна [22]. Его идеи служат теоретической основой синтеза внутренних двигательных качеств исполнителя спортивных бальных танцев и психолого-творческой стороны процесса исполнения в спортивных бальных танцах, поскольку исполнение определенного танца, в этом случае, должно быть рассмотрено как многоуровневая система.

В искусстве термин «биомеханика» как двигательное действие, состоящее из определенных цепочек движения, был впервые применён В. Э. Мейерхольдом [138].

«В. Э. Мейерхольд добивался от актеров и учеников совершенного владения жестом, движением тела, требовал от них движения на сценической площадке по различным геометрическим рисункам. Знание законов биомеханики Мейерхольд считал важным и необходимым для совершенного владения сценическим движением» [39].

Именно он утверждал, что, наравне с приобретенными навыками тела, существуют «естественные» двигательные способности: «Биомеханика стремится экспериментальным путем установить законы движения актера на сценической площадке, прорабатывая на основе норм поведения человека тренировочные упражнения игры актера» [129, С. 273-297].

Говоря об изучении процесса движения в хореографии, нельзя не упомянуть о том, что еще Ж. Ж. Новерр активно пропагандировал изучение механических и анатомических законов движения тела, которые, по его мнению, совершенствовали технику танца в процессе самостоятельного анализа и контроля движения. «Мускулы, рычаги и шарниры, составляющие пружины



нашей машины, требуют всесторонних упражнений во избежание утраты их подвижности, игры и эластичности» [147]. Более того, данный подход при подготовке хореографов-исполнителей актуален до сих пор. Но открытым остается вопрос – какими средствами достигается то самое «осознание»?

Изучение движения в области спорта и двигательных дисциплин связано с именем «отца отечественной биомеханики» – Н. А. Бернштейна. Он определяет техническое мастерство спортсменов как умение двигаться с минимальными мышечными усилиями [23].

Так, любое действие или движение танцовщика призвано способствовать грамотному перемещению с рациональным использованием физических сил и энергии. Именно этот принцип лежит в основе науки биомеханики.

В исследовании «Принципы биомеханики в методике преподавания классического танца» отмечено, что «развитие танцевальных навыков, соблюдение алгоритмов движения и точного технического выполнения требует совершенствования двигательных навыков, скоростных, силовых качеств исполнителей. Из этого следует – развитие двигательных способностей и физических качеств должно быть системным и регулярным» [45].

К сожалению, стоит отметить, что в описании техники бального танца биомеханические характеристики действий внутри фигур не описаны вовсе. Во всей учебно-методической литературе по спортивным бальным танцам, при описании техники танцев, изложена лишь схематика – «картинка» перемещения (техническая составляющая танца). Она не раскрывает полноты движения и не позволяет исполнителю осознать процесс исполнения той или иной фигуры в полной мере.

Полагаем, что хореографическая педагогика в процессе подготовки исполнителей и танцовщиков, а также формирования их уровня исполнительского мастерства должна опираться на практический опыт наук, изучающих особенности и закономерности процесса движения. Именно методы биомеханики могут позволить усилить физическую готовность мышц к сложно-координационным движениям, ведь овладение техникой и есть овладение

навыками управления танцевальными движениями. Важно опираться в процессе формирования исполнительского мастерства студентов на формирование и развитие у них координации и координационных способностей.

Некоторые определяют координацию как «возможность спортсмена эффективно реализовать процесс движения за счет распределения мышечных усилий» [211]. Другие под координационными способностями подразумевают «умение выстраивать двигательные цепочки» [108].

Наиболее полная классификация координационных способностей предложена в 1989 году: общие, специальные и специфические [184]. То есть – общие, которые человеку даны с рождения (баланс при ходьбе), специальные, которые развиваются в процессе взросления (равновесие при беге) и специальные, характерные для определенной сферы деятельности с определенными рамками (равновесие в спортивных бальных танцах) [123].

К важнейшим специфическим координационным способностям, которые лежат в основе спортивных бальных танцев, автор относит:

*Способность к ориентированию* – способность человека точно определять и своевременно изменять положение тела и осуществлять двигательное действие в определенном направлении.

В бальных танцах данная способность проявляется в движении тела в зависимости от положения. К примеру, при переходе из фигуры «Веер» в фигуру «Алемана», в зависимости от нужной степени поворота, в одном случае мы будем использовать меньшую степень скручивания центров тела, в другом – большую.

*Способность к дифференцированию* параметров движений отвечает за высокую точность и экономичность пространственных, силовых и временных параметров движений.

В нашем случае это способность рационального использования физических усилий согласно правилам исполнения той или иной фигуры. Не стоит тратить физическую энергию на каждое действие в отдельности. Гораздо важнее найти начальный импульс и распределить его на несколько действий. Это и будет являться экономией физических сил.

*Способность к реагированию* — это возможность точно и быстро выполнять целое кратковременное движение на ожидаемый или неожиданный сигнал телом или его частью.

Например, при падении тела во время танца, сохранить его устойчивость путем корректирующих движений. Более того данная способность тесно связана со *способностью к равновесию* в определенных позах, чаще всего, статичных.

*Способность к перестроению двигательных действий* – способность быстро преобразовать выработанные формы движений или переключаться от одного двигательного действия к другому в зависимости от меняющихся условий.

К данному принципу мы можем отнести переход внутри танца с одного ритма на другой – с основного ритма на синкопированный, который характеризуется сменой скоростей движений частей тела. При этом, именно *способность к ритму* отвечает за точность воспроизведения заданного ритма внутри двигательного действия и позволяет адекватно варьировать его в связи с изменяющимися условиями.

Таким образом, на основе анализа материала о координационных способностях, сформулируем понятие «координации», наиболее подходящее для спортивных бальных танцев – это «функциональные возможности частей тела, взаимодействие которых определяет согласование отдельных элементов движения в единое смысловое двигательное действие» [125].

Формирование исполнительского мастерства также не может происходить эффективно без наличия у танцовщика должного уровня физических данных.

В. В. Кузнецов развитие физических качеств – силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости – считает фундаментом общей физической подготовки спортсменов. При этом, развитие и совершенствование какого-либо одного физического качества способствует развитию других [105].

Данная концепция очень важна в спортивных бальных танцах как сложно-координационном виде спорта. Так, скорость выпрямления опорной ноги в танце «Ча-ча-ча» не только «усиливает» этот танец, но и способствует более

правильному и музыкальному перемещению тела, например, в танце «Самба», улучшает эстетическую сторону основных шагов в танце «Румба».

Для спортсмена, занимающегося спортивными бальными танцами, большое значение имеет пластичность и плавность (способность к повышенному контролю чувства времени) [120]. Именно пластика и эластичность мышц позволяет исполнить движение на более высоком уровне, за, так называемыми, «привычными рамками» – с большей амплитудой, при более высокой скорости. В некоторых же случаях – наоборот – необходимо «остановить» чрезмерную работу мышц, для концентрации в определенном положении. К таким примерам мы можем отнести повороты.

Все приведенные исследования движений помогают создать теоретический фундамент процесса формирования исполнительского мастерства в спортивных бальных танцах. Но, поскольку спортивный бальный танец является «молодым» направлением, в процессе формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца нам следует обращаться и заимствовать опыт формирования исполнительского мастерства танцовщиков из других хореографических систем [184].

Преподаватель джазового танца и современной хореографии МГИК Гофман Н. С. уникально использует техники современных направлений хореографического искусства при обучении будущих педагогов спортивного бального танца. У студентов улучшается мышечная координация, мышечная работоспособность, двигательные качества в спортивных бальных танцах, в особенности, улучшается работа корпуса и его возможности. Занятия современной хореографией способствуют укреплению мышц спины, но, в то же время, развивают гибкость и вытянутость (стрейтчинг) позвоночника. После занятий у студентов видны улучшения в постановке корпуса на уроках бального танца. Это связано с тем, что в современных направлениях хореографического искусства корпус, находясь в определенных условных «рамках», имеет большую степень свободы движения, в отличие от классической или народно-сценической хореографии, в которых корпус танцовщиков более статичен и закреплён.

Так, изучение современной хореографии помогает понять откуда берется то или иное движение, что является его основой, а главное – как это почувствовать, что и является, отчасти, центральным вопросом педагогики спортивных бальных танцев в области формирования исполнительского мастерства студентов. Именно поэтому, все большую популярность обретает изучение современной хореографии танцовщиками спортивных бальных танцев.

Изучение будущими педагогами спортивного бального танца народно-сценического экзерсиса, возникает позитивное влияние и на сам бальный танец. Например, такие движения как «Веревочка», «Каблучное упражнение», в основе которых лежит достаточно глубокое приседание (plie), эффективно развивают силу ног, которые важны в танце «Самба».

Стоит отметить, что во многих танцевально-спортивных клубах классический танец является формой разогрева перед основными уроками. Благодаря изучению классических элементов «батман тандю жете», «гранд батман жете» развиваются мышцы внутренней поверхности бедра. Эти мышцы очень важны в латиноамериканской программе танцев. Их правильное использование способствуют дополнительной устойчивости и сохранению баланса, а движение получает большую степень контроля и взаимодействия с танцевальным паркетом.

Вывод – занятия современными направлениями хореографического искусства помогают расслабить корпус танцовщика спортивного бального танца, а классический танец и народно-сценический танец эффективно развивают силу и способствуют развитию мышечных способностей.

Немаловажным фактом является то, что, для формирования должного уровня исполнительского мастерства в спортивных бальных танцах, танцовщик должен обладать и определенными внутренними качествами личности.

На наш взгляд, к внутренним качествам можно отнести *стремление к постоянному развитию, стремление к творческой креативности и вариативности, а также потребность в реализации творческого потенциала в будущей педагогической деятельности.*

Поскольку спортивные бальные танцы является парным видом танца, при формировании исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца, существенным является тот факт, что танцоры должны научиться двигаться не только самостоятельно, но и в паре.

Для отработки техники движений и их качества в паре, педагоги предлагают практиковаться, к примеру, с разными партнерами. Причем, не подготавливать комбинации или композиции заранее, а отпустить мысли и попробовать импровизировать, сосредоточив внимание на ощущении партнера – почувствовать его вес, динамику и амплитуду перемещения. Это улучшит качество ощущения собственного партнера. Тем более – достижение сверхцели будет возможно только в случае достаточного развития параметров личности каждого партнера, что, к тому же, будет помогать танцевальному дуэту передать и донести до зрителей художественную идею конкретного танца.

Каждый танец несет определенную идею и имеет свой характер – атмосфера карнавала в самбе, кокетливость в ча-ча-ча, атмосфера корриды в пасодобле, палитра чувств и взаимоотношений партнеров в румбе, и, наконец, энергия и «драйв» в джайве. Высшим проявлением мастерства танцоров является передача идеи танца внутри движений. То есть, если исполнить танец без характерного музыкального сопровождения, должно быть понятно, какой танец исполняется. Причем, не по определенным фигурам, а по идейности шагов, жестов, эмоций и т.д.

Необходимость владения будущим педагогом спортивного бального танца определённым уровнем исполнительского мастерства как набора различных компетенций и двигательных способностей продиктована ФГОС ВО по направлению подготовки 52.03.01 «Хореографическое искусство», а также ОПОП ВО<sup>1</sup>.

При формировании исполнительского мастерства обучающихся, педагог сталкивается с сопутствующими задачами. На начальном этапе необходимо

---

<sup>1</sup> Основная профессиональная образовательная программа высшего образования по направлению подготовки 52.03.01 «Хореографическое искусство», профиль «Педагогика спортивного бального танца».  
<https://www.mgik.org/sveden/files/000897.pdf>

изучить личность студента – его психологическую устойчивость, уровень мотивации, а также уровень физического потенциала и физических способностей. Отметим, что, при использовании профессионального «языка» в процессе подачи материала, данный материал гораздо быстрее и глубже усваивается студентами.

Только при использовании научной обоснованности каждой технологии или методики исполнения того или иного танцевального элемента, промежуточные достижения студентов как исполнителей, со временем, будут трансформироваться в исполнительские навыки.

Более того, глубокий анализ студентами практического материала в синтезе с правильно изложенным педагогом теоретическим материалом будет способствовать и грамотной самостоятельной работе обучающихся, что является важной частью образовательного процесса в хореографии. Как показывает практика, различные варианты анализа студентами той или иной фигуры рожают различные возможные варианты ее исполнения (вариативность исполнения).

Таким образом, процесс формирования исполнительского мастерства у будущих педагогов спортивного бального танца носит творческий характер, несмотря на то обстоятельство, что в бальных танцах существуют определенные «рамки» исполнения. Через танец обучающийся анализирует культуру своего тела, воспринимает процесс исполнения танца как способ воспроизведения полученных знаний сквозь призму собственной мотивации к развитию. К тому же, процесс обучения любому танцу из программ спортивных бальных танцев предполагает наличие некой тренировочной (спортивной) составляющей, благодаря спортивному компоненту современных бальных танцев.

### **Выводы по первой главе**

1. Федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования ориентируют процесс подготовки и обучения будущего педагога спортивного бального танца на личностно-ориентированный подход для воспитания творческой личности и высококомпетентного специалиста.

2. С целью приобретения общих и профессиональных компетенций, знаний и умений, а также развития высокого уровня исполнительского мастерства в спортивном бальном танце, необходимо провести модернизацию методического обеспечения. Это можно достичь путем использования научных достижений в области изучения движения, а также внедрения современных и инновационных педагогических технологий в хореографическое образование.

3. Современное состояние спортивных бальных танцев характеризуется сложностью танцевальных композиций и высоким уровнем их исполнения. Именно поэтому, наряду с увеличением сложности танцевальных элементов, должна прогрессировать и качественная сторона исполнительского мастерства, что представляет собой технически и идеологически грамотный, целостный процесс движения (танцевания), для осуществления которого предполагается наличие определённого уровня исполнительских навыков и способностей: художественно-творческих, музыкально-ритмических, координационных и двигательных (физических), а сам процесс формирования исполнительского мастерства является процессом синтеза физической и духовной красоты танцовщика.

4. Поскольку спортивные бальные танцы являются не только хореографической дисциплиной, но и сложно-координационным видом спорта, очень важно опираться в процессе формирования исполнительского мастерства на танцевальные навыки и двигательные способности исполнителей.

5. Во многих танцевальных техниках спортивных бальных танцев отсутствует, так называемая, теоретико-методологическая основа формирования исполнительского мастерства и двигательных навыков: нет должного, всеобъемлющего толкования критериев исполнения, определения закономерностей, взаимосвязей внутри цепочек движения и характеристик мышечного обеспечения танцевальных элементов.



## **Глава 2. Специфика формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе**

### **2.1. Педагогические условия формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе**

В словаре русского языка С. И. Ожегова «условие» толкуется как: 1) обстоятельство, от которого что-либо зависит; 2) правила, установленные в какой-либо области деятельности; 3) обстановка, в которой что-либо происходит [151].

Стоит отметить, что для решения проблем, возникающих при осуществлении педагогического процесса формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе, необходимо учитывать не только этимологию слова «условие», но и само понятие «педагогические условия». Обратимся к имеющимся исследованиям по этой проблематике.

Проблема педагогических условий широко рассматривается в исследованиях А. Я. Найна, М. В. Зверевой, Б. В. Куприянова, Н. М. Яковлевой, В. И. Андреева, С. А. Дыниной, Н. В. Ипполитовой.

Одни исследователи под «педагогическими условиями» понимают меры, содержание, методы и организационные формы обучения и воспитания [5].

Другая позиция связывает педагогические условия с конструированием педагогической системы, где они являются ее составным компонентом и отражают совокупность внутренних и внешних элементов, обеспечивающих эффективное функционирование и развитие [81].

Еще одно понятие педагогических условий трактуется как «процесс уточнения закономерностей и устойчивых связей образовательного процесса, обеспечивающий возможность контроля качества процесса» [107, С. 101-104].

Таким образом, педагогические условия отражают потенциал возможностей образовательной среды и обеспечивает её эффективное функционирование. В этой связи, говоря о процессе формирования исполнительского мастерства у

обучающихся в вузе, появляется необходимость создания таких педагогических условий, при которых студенту будет необходимо усваивать, анализировать теоретический материал и выстраивать алгоритм действий в практической деятельности так, чтобы это способствовало повышению уровня его исполнительского мастерства.

На основе анализа имеющихся научно-педагогических исследований, выделим и обобщим основные группы условий формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в процессе обучения в вузе.

*Дидактические условия* призваны обеспечить определенные педагогические меры воздействия на развитие личности будущих педагогов, способствующие повышению уровня эффективности образовательного процесса [121]. Опираясь на исследование В. Ю. Никитина об особенностях формирования художественно-творческого мышления балетмейстера в системе современного танца, применительно к проблематике и теме нашего исследования к таким условиям можно отнести:

*Доступность материала* – постепенное нарастание нагрузки в пределах допустимого. Чтобы установить объем знаний, навыков, которые должны быть усвоены, педагог должен знать уровень развития и потенциальные возможности студентов — умственные, психические, физические [144];

*Наглядность и образность* – показ определенных двигательных упражнений, который сопровождается словесным разъяснением сущности и задачи того или иного упражнения;

*Систематичность и целостность информации* – подача материала от простого к сложному. К тому же, данное условие содержит важное требование логичности, последовательности и преемственности, когда каждое последующее знание базируется на предшествующем и продолжает его. Естественно, сам процесс обучения будущих педагогов спортивных бальных танцев является «системой» знаний и умений, включающей в себя овладение теоретическими

понятиями, способностью оперирования практическими способами их преобразования в движения – грамотные и правильные [20].

*Технологические условия* выступают научно-теоретической основой для разработки методики эффективного и рационального совершенствования двигательных и физических качеств, используемых в спортивных бальных танцах. Благодаря этому движения становятся технически грамотными, направленными и осознанными, способствуют улучшению контроля двигательных действий.

*Знание и использование принципов биомеханики* в процессе формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца является одним из ведущих педагогических условий, которое позволяет глубоко проанализировать каждое движение и его биомеханическую структуру, необходимые для достижения качества исполнения движений и фигур в спортивных бальных танцах.

К тому же, повышенные требования к исполнению хореографии требуют применения эффективных методов для улучшения навыков исполнителей, которые могут быть основаны на достижениях и открытиях в области двигательных процессов, прежде всего, в биомеханике. Это позволяет наиболее рационально выстроить систему хореографических упражнений, лучше понять их взаимосвязь и точнее определить способы совершенствования исполнения.

Наши размышления подтверждаются в диссертационном исследовании М. М. Габовича. Автор делает следующие выводы:

- понимание техники физических упражнений создает возможность верной оценки исполняемых движений, эффективного и рационального использования внешних и внутренних, действующих на тело исполнителя;

- биомеханический анализ техники физического упражнения позволяет создать научно-обоснованную методику совершенствования сложных двигательных упражнений;

- знание биомеханики физических упражнений необходимо как для совершенствования техники упражнений, так и для совершенствования двигательных навыков исполнителей;

- разработка научных положений, связанных с совершенствованием технического мастерства исполнителей, должна быть творческим процессом, объединяющим специалистов, педагогов и исполнителей в единый союз, направленный на поиск новых, эффективных методов преподавания;

- основные принципы биомеханики физических упражнений как научной дисциплины могут быть использованы в хореографии в сочетании с данными об эмоционально-психологических особенностях творческого процесса;

- для системного контроля отдельных показателей исполнительского мастерства в учебно-тренировочном процессе, выявив несовершенные элементы исполнителя и внося коррективы в план учебно-тренировочной работы, можно добиться создания оптимального режима работы и эффективных ее результатов посредством перераспределения объема основной нагрузки;

- общие закономерности хореографических и спортивных движений, основанные на принципиальных положениях биомеханики физических упражнений, представляют возможность создания научно обоснованной методики совершенствования сложных структурных групп хореографических упражнений [45].

На основе данных позиций мы можем увидеть важность биомеханического подхода в процессе формирования исполнительского мастерства в спортивном бальном танце.

*Анализ структуры танцевальных элементов на технико-исполнительские подкомпоненты* – понимание сущности танцевальной фигуры, какими мышцами оно осуществляется. Это позволит точно «подключать» именно необходимые части, а умение их использовать по отдельности или одновременно станет основным средством развития координации студента. Данное условие помогает осознать, что по своей структуре любой танец состоит из фигур. Фигура, в свою очередь, – из системы двигательных действий с определенной техникой исполнения, относительно требований бального танца как спортивной дисциплины.

При анализе элементов и фигур спортивных бальных танцев как системы движений, мы видим, что в ее основе лежат шаги. Все они отличаются между собой амплитудой, направлением, скоростью и различными сочетаниями одновременных и разнонаправленных движений звеньев тела. Все это многообразие необходимо реализовать в строгих пространственных и временных параметрах, в пределах ритмического рисунка исполняемого танца [148, С. 13-16].

К примеру, большинство движений в танцевальной программе имеют в основе, так называемое, «маятниковое движение», где маятнику необходим лишь начальный импульс потенциальной энергии, после чего движение осуществляется практически без расходования этого запаса энергии [32].

Рациональное использование биомеханических свойств двигательного аппарата танцовщика приводит к увеличению силы, скорости и экономичности движений. Так, сила и скорость движения могут быть повышены за счёт упругих сил, а экономичность – за счёт рекуперации механической энергии [76].

В диссертационном исследовании Бредихиной Ю. П. определено, что большинству спортивных движений предшествуют движения, направленные в противоположном основному направлению (некоторые движения танца «Джайв»). Степень использования энергии зависит от условий выполнения движений, в частности, от времени между растягиванием и укорочением мышц. Увеличение паузы между предварительным растягиванием и последующим укорочением мышц снижает экономичность движения и спортивный результат. Причиной этого является релаксация мышц и сухожилий. Релаксация — это потеря энергии упругой деформации, происходящей в результате того, что со временем связки и сухожилия вытягиваются на длину растяжения и теряют упругость, а накопленная энергия рекуперации полностью рассеивается и последующая фаза движения осуществляется лишь за счёт энергии мышечного сокращения [32].

Таким образом, на первом этапе изучения нового двигательного действия или танцевальной фигуры необходимо проанализировать ее форму, состав,

количество действий, какими мышцами они осуществляются, а главное – для чего и каким образом происходит действие.

Формой в нашем случае является направление движений, шагов – «рисунок» фигуры. Характер определяет суть движения во времени – медленно, быстро или в среднем темпе. Все это относится к кинематическим характеристикам движений. Также следует рассмотреть конкретное действие с позиции компонентов – пространственный элемент несет задачу движения в пространстве, временной – определяет, когда начинается движение, как долго длится, как согласуется с остальными движениями.

В процессе совершенствования уровня мастерства исполнения танцевальных движений, частной целью является не простое исполнение фигуры или простого шага, а понимание того, как они должны быть исполнены. Качество не должно быть позади простого желания выполнить действие. Если действие происходит без внимания на качестве, его необходимо приостановить.

Качественное исполнение танцевальных элементов и их автоматизация приводит к преобразованию этих элементов в более сложные, что и составляет основу прогресса, развития и конкуренции в танцевальном спорте. Если желаемый результат не достигнут, каждую танцевальную фигуру необходимо разбирать от истоков, анализируя и совершенствуя каждое действие или технический элемент.

*Изучение танцевальных элементов как телесно-двигательного упражнения* – знание принципов воздействия телесно-двигательных упражнений на развитие качества танцевания, основанное на развитии двигательных способностей через анализ сущности движения, выявление его алгоритмов, фаз и последующий контроль его воспроизведения телом.

Без использования теорий и методик создания танцевальных двигательных упражнений, у исполнителя теряется «ориентир», его деятельность утратит алгоритм, и как следствие – двигательные действия станут необдуманными, исходящими «не изнутри». К тому же, именно системное формирование всех

двигательных и координационных способностей приведет к формированию общего исполнительского мастерства.

Так, существует отдельная сфера изучения биомеханики – «биомеханика хореографических упражнений». Она изучает закономерности двигательных действий при выполнении хореографического тренажа, элементов танцевальной композиции, обоснование развития способностей танцовщиков. А такие распространенные танцевальные термины, как равновесие, устойчивость, баланс, являются классическими терминами и в биомеханике. Хореографическое понятие «растяжка» описано в биомеханике как один из видов мышечной деформации, а любое техническое действие в хореографии (батман, «восьмерка» тазобедренного сустава и др.) являются ничем иным, как телесно-двигательным упражнением.

Наша позиция находит подтверждение в исследовании М. М. Габовича. Данное условие, по мнению автора, помогает осуществить «системно-структурный анализ хореографических упражнений на основе принципов биомеханики и может способствовать не только выявлению причин того или иного движения и устранению ошибок при его исполнении, но и успешному решению проблемы повышения уровня исполнительского мастерства как взаимосвязи эмоционального и физического факторов движения» [45].

Педагогу необходимо четко составить не только само телесно-двигательное упражнение, определить его структуру, но и осуществить с обучающимися совместный анализ используемых мышц, особенности их работы, а также причинно-следственные связи в процессе использования.

Вывод – выполнение фигуры в качестве телесно-двигательного упражнения направлено на освоение его состава, основы и смысла, а значимость телесно-двигательного упражнения определяется осмыслением его цели и назначения.

**Творческие условия** – совокупность таких методов и приемов, с помощью которых, на основе лично-ориентированного подхода, в процессе обучения участники образовательного процесса могут внедрить авторский индивидуальный компонент, для корректировки, отработки или усиления определенного компонента исполнительского мастерства в процессе изучения спортивных

бальных танцев. Данные условия не являются постоянными, а наоборот – могут изменяться по своей структурной наполняемости в зависимости от конкретной педагогической задачи.

*Вариативность выбора варианта исполнения танцевального элемента* – возможность выбора обучающимися того или иного варианта исполнения фигуры, которое позволяет осуществить, так называемые, качественные изменения характера движений с перспективой развития определенных качественных показателей фигуры – амплитуда, скорость, динамика, координационная насыщенность.

Поскольку, биомеханика утверждает, что система телесно-двигательного упражнения носит открытый характер, а классификация фигур и перечень допустимых элементов танцевального спорта по классам мастерства и возрастным категориям регулярно дополняется и корректируется, это позволяет осуществлять неограниченный выбор исполнения танцевальных фигур, а также, регулярно производить модернизацию способов их исполнения для выявления наиболее эффективных способов использования двигательных навыков и возможностей исполнителей в спортивных бальных танцах.

Вариативность – свойство системы, которое позволяет иметь несколько различных путей развития или решений одной и той же проблемы. Это означает, что одна и та же танцевальная фигура может быть исполнена различными способами, в зависимости от индивидуальных особенностей танцовщика. Вариативность позволяет исполнителю создавать уникальные и неповторимые формы исполнения традиционных танцевальных элементов и фигур.

Как подчеркивает один из исследователей творческого процесса развития личности Кудин В. О., «где перейдена грань стандарта, механичности, где разорваны путы обычного, возникает неудержимость людского стремления к совершенству и целесообразности» [102, С. 38]. Нам импонирует данное высказывание, ведь спортивный бальный танец требует постоянных внутренних поисков. А без творческого анализа собственного «Я» невозможно организовать процесс становления будущего педагога.



Отметим, что, при подготовке будущих педагогов в сфере спортивных бальных танцев, «свобода в принятии самостоятельных решений» может означать именно индивидуальную оценку ситуации (исполнение движения) обучающегося сквозь призму уровней его теоретических знаний и ощущений собственного тела. То есть – реакция исполнителя на любое движение носит индивидуальный характер, исходя из двигательных способностей и возможностей конкретного исполнителя.

Также отметим, что, при формировании исполнительского мастерства, данный процесс носит творческий характер, несмотря на то обстоятельство, что в спортивных бальных танцах существуют определенные рамки исполнения.

Как показывает практика, различные варианты анализа студентами той или иной фигуры рожают различные возможные варианты ее исполнения. На этом этапе педагогу важно разглядеть позитив в творческом поиске студента. Недопустимо заикливаться на одном варианте, как единственно правильном. Необходимо направить творческую активность и креативность студента в рождение чего-то «нового», что и будет являться одной из составляющих роста и развития исполнительского мастерства танцовщиков в спортивных бальных танцах.

К примеру, фигура «Стационарный самба ход» танца Самба в оригинальном исполнении состоит из трех шагов, исполняемых в ритме «Slow-a-slow» («Медленно-а-медленно»).

Первый шаг фигуры представляет собой приставной шаг на месте (подставку), стопа наступает с носка в плоское положение. На втором шаге работающая нога выполняет быстрый шаг назад на внутреннее ребро подушечки стопы. Скорость данного шага и особенность движения таза назад способствуют незначительному проскальзыванию (слипу) опорной стопы назад. На третьем шаге происходит движение веса вперед и давление в опорную стопу.

Согласно музыкальной структуре танца Самба возможные варианты ритмов исполнения фигуры, состоящей из трех шагов, могут быть: Slow-quick-quick

(Медленно-быстро-быстро), Quick-quick-slow (быстро-быстро-медленно), а также ритм 1-2-3 (клависный ритм).

Отметим, что базовый ритм Самбы «Slow-a-slow» предполагает наличие действия баунса в теле. Таким образом, при выборе иного альтернативного ритма исполнения фигуры, действие баунса не будет использоваться.

Например, при использовании ритма «Slow-quick-quick» первый шаг будет осуществляться на протяжении целого музыкального удара, что допускает использование дополнительного продолженного действия. Таким добавочным элементом может являться действие ронда – круга свободной ногой по полу.

При использовании ритма «Quick-quick-slow» необходимо помнить, что, при исполнении данной фигуры в паре, форма между партнерами должна контролироваться в большей степени, чтобы избежать чрезмерной подвижности и «разбросанности» фактуры.

*Ситуативное изменение структуры исполнения танцевального элемента с внедрением различных усложняющих элементов – совершенствование двигательных навыков студента и развитие его личностно-исполнительских качеств и способностей происходит путем большого количества повторений одних и тех же телесно-двигательных действий подряд. Цикличное исполнение базовых фигур можно считать частью некоего тренажа, при исполнении которого формируются определенные качественные двигательные и физические показатели, базирующиеся на критериях оценки исполнителей в спортивных балльных танцах. Допускается использование отягощающих обстоятельств – утяжелители, специальные тонеры-эспандеры и иные вспомогательные атрибуты, а также отягощение через естественные возможности – выполнение упражнений только на полупальцах, в ускоренном или замедленном темпе и т.д.*

Данное условие подразумевает, что базовые фигуры спортивных балльных танцах в большей степени определяют технические задачи и художественную идею конкретного танца, а следовательно – их непрерывное повторение в течение определенного временного промежутка позволяет эффективно сформировать технические навыки, музыкальность и образность исполнения не только

конкретной фигуры в конкретном танце, но и оказывает влияние на развитие двигательных и координационных способностей исполнителя в целом.

К примеру, фигура «Нью-йорк» в танце Ча-ча-ча содержит в своей структуре определенные характеристики: наличие закрытой позиции с нижними замками рук; смена направления за счет использования свивла опорной стопы; движение партнеров в открытой обратной променадной позиции; поворот за счет использования свивла опорной стопы и возврат партнеров в исходное положение. Эти же технические компоненты содержатся в фигуре «Открытые щеки из променадной/обратной променадной позиции» танца Румба, а также в альтернативном варианте исполнения фигуры «Открытые ботафого» танца Самба.

Исполняя данную фигуру без остановок в течение длительного времени, у исполнителей появляется возможность почувствовать в полной мере каждую промежуточную позицию, техническое действие, а также общую координационную структуру движения. Если исполнять фигуру в более медленном темпе возрастет и контроль качества исполнения. К тому же, определение технических составляющих, входящих в структуру исполнения фигуры в одном танца и последующие их отработка и закрепление на примере конкретной фигуры, позволяют сократить время изучения аналогичных действий и технических принципов движений в других фигурах в будущем.

Таким образом, процесс формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе на основе *системного подхода* предполагает наличие *дидактических* (доступность материала; наглядность и образность; систематичность и целостность информации), *технологических* (знание и использование принципов биомеханики; анализ структуры танцевальных элементов на технико-исполнительские подкомпоненты; изучение танцевальных элементов как телесно-двигательного упражнения) и *творческих* (вариативность выбора варианта исполнения танцевального элемента; ситуативное изменение структуры исполнения танцевального элемента с внедрением различных усложняющих элементов) условий, способствующих

профессиональному развитию личности и профессиональной компетентности будущего педагога.

Помимо системного подхода и описанных выше педагогических условий обучения, существуют иные общепедагогические подходы, следование которым необходимо в процессе подготовки будущих педагогов спортивного бального танца в вузе.

Так, идея *деятельностного подхода* заключается в том, что развитие личности происходит в ее собственной деятельности, содержащей новые для обучающегося элементы. При этом важно, чтобы деятельность организовывалась в зоне «ближайшего развития», в которой обучаемый отзывчив к педагогической помощи и поддержке [50]. На наш взгляд, деятельностный подход в обучении хореографов выражается, прежде всего, в творческо-практической деятельности студентов.

Поскольку мы воспитываем обучающихся с уникальным характером, уникальным духовным миром и уникальными физическими возможностями, возникает необходимость в процессе воспитания новой генерации творческих личностей на идеях *личностно-ориентированного подхода*.

По мнению В. Ю. Никитина, «в основе личностно-ориентированного обучения лежит признание индивидуальности каждого человека, его развития как индивида, наделенного своим неповторимым субъектным опытом» [144].

В исследовании Г. Е. Гунько, посвященном подготовке специалистов бального танца в условиях высшего профессионального образования, автор рассматривает личностно-ориентированный подход как «методологическую основу педагогической деятельности, направленной на саморазвитие, самореализацию личности будущего педагога бального танца, развитие его индивидуальности, где преподаватель выступает не столько в качестве транслятора знаний, сколько как проектировщик, организатор и координатор учебной деятельности студентов» [50].

Процесс развития исполнительского мастерства в спортивных бальных танцах требует постоянной тренировки, корректировки и закрепления движений и

навыков. Без тщательного анализа движений тела в различных танцевальных фигурах представление о танцевальной фигуре будет неполным, поверхностным. Постоянный контроль качества и постановка индивидуальных задач способствует самоанализу ученика, его пониманию важности баланса между умственным, физическим и духовным развитием.

Следование этим условиям и принципам способствует эффективному общению и глубокому пониманию между педагогом и обучающимся. Студент получает возможность не только изучения определенного упражнения, фигуры, но и глубокого осознания биомеханических основ движения, которые являются главным фундаментом качественного исполнения в танцевальном спорте. Педагог, следуя ведущим идеям методологических подходов, должен структурировать техническую базу на составляющие элементы, а затем находить способы интеграции конкретных аспектов, предоставлять инструменты для анализа информации, корректировки движений и контроля эффективности, которые являются фундаментом ведущими задачами при создании и реализации методики формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе. Только так спортивный бальный танец будет стимулировать все уровни активности личности: интересы, потребности, стремление к развитию, увлеченность процессом и результатами обучения, чтобы естественная творческая активность раскрывалась на принципиально новом уровне.

## **2.2. Современное состояние проблемы сформированности исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе**

В первой главе нашего исследования мы определили теоретические основы повышения исполнительского мастерства, уточнили сущность этого процесса. В первом параграфе второй главы определили некоторые практические принципы и педагогические условия, которые в синтезе могут стать основой модернизации и улучшения процесса формирования исполнительского мастерства у будущих

педагогов спортивного бального танца. Также мы видим, что нехватка специальной современной учебно-методической литературы на русском языке по спортивным бальным танцам негативно сказывается на формировании исполнительского мастерства в области спортивного бального танца в системе высшего образования.

Приступая к практической части нашего исследования, мы построили его таким образом, что данный параграф будет подчинён задаче констатирующего эксперимента. Чтобы составить представление о современном состоянии проблемы сформированности исполнительского мастерства у будущих педагогов спортивного бального танца в вузе, представим процесс организации и результаты констатирующего эксперимента более подробно.

Констатирующий эксперимент осуществляется с помощью разнообразных методов исследования, таких как анализ, наблюдение за учебно-практической частью дисциплин, опрос, как выпускников, так и действующих студентов вузов, беседа, анкетирование.

Констатирующий эксперимент мы разделили на два промежуточных, но взаимосвязанных этапа – **пилотажная работа** (диагностика состояния проблемы формирования исполнительского мастерства у будущих педагогов спортивного бального танца) и сам **констатирующий этап** (определение конкретного уровня исполнительского мастерства учащихся вузов, с целью проведения дальнейших педагогических мероприятий по его повышению и улучшению исполнительских качеств студентов).

Целью констатирующего эксперимента выступила проверка гипотезы исследования – формирование исполнительского мастерства у будущих педагогов спортивного бального танца станет более эффективным, если: использовать фундаментальные положения наук о движении человека, таких как анатомия, физиология, биомеханика и кинезиология в педагогике хореографического искусства; определить систему педагогических условий реализации процесса формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивных бальных танцев на основе методологических подходов – системном,

деятельностном и личностно-ориентированном; установить систему критериев и диагностический инструментарий оценки уровня исполнительского мастерства в спортивных бальных танцах; разработать и внедрить авторскую методику преподавания дисциплины «Методика преподавания спортивного бального танца. Латиноамериканская программа».

Основными задачами констатирующего эксперимента явилось выявление современного состояния сформированности исполнительского мастерства у студентов вузов в сфере спортивных бальных танцев, а также диагностика теоретических и практических знаний об исполнительском мастерстве в спортивном бальном танце.

Базами констатирующего эксперимента явились: Московский государственный институт культуры; Российский университет спорта «ГЦОЛИФК», Московский государственный университет имени М. В. Ломоносова, Сибирский государственный институт искусств имени Дмитрия Хворостовского, Алтайский государственный институт культуры, Тюменский государственный институт культуры.

Общее количество респондентов – 376 человек. Респонденты, принимающие участие в пилотажной работе и констатирующем этапе, являются будущими педагогами, тренерами, руководителями коллективов в сфере спортивных бальных танцев. Отметим, что лишь 9 человек из 376 респондентов поступили в вуз после окончания колледжа, остальные – после 11 классов школы.

Целью **пилотажной диагностической работы** стал мониторинг общего уровня теоретических знаний и практических навыков об исполнительском мастерстве в спортивных бальных танцах.

Анкета мониторинга для определения состояния общего уровня ориентирования респондентов в вопросах исследуемой проблемы разбита на **блоки 1, 2 и 3**, каждый из которых позволяет в предложенных условиях охватить некоторые стороны изучения состояния проблемы сформированности исполнительского мастерства студентов вузов (Приложение А).

**Блок 1** позволяет определить уровень ориентирования студентов в системе спортивных бальных танцев в целом, а также, на основе ответов на вопросы данного блока, проанализировать специфику и общее состояние процесса преподавания спортивных бальных танцев в конкретном образовательном учреждении. Основная задача студента выбрать один ответ из двух предложенных. Отметим, что ответы не подразделяются на «правильные» и «неправильные». Вопросы составлены так, что студент «открывается» нам, показывает свое отношение к выбранной специальности.

**Блок 2** позволяет выявить уровень теоретических знаний в дисциплине «Методика преподавания спортивного бального танца (Европейская и Латиноамериканская программы)». Более того, мы можем сделать попытку проанализировать уровень сформированности исполнительского мастерства студентов, его техническую и теоретическую стороны, поскольку вопросы позволяют определить степень той или иной проблемы и предполагают варианты выбора качественных характеристик, исходя из индивидуальных профессиональных взглядов студентов. К тому же, в случае отсутствия того или иного качественного показателя, студент может привести свой вариант ответа.

**Блок 3** дает представление о том, каким способом на занятиях по спортивным бальным танцам у студентов развиваются двигательные и физические качества, т.е. исполнительские навыки в спортивных бальных танцах. Отметим, что мы можем проследить видение студента возможных перспектив модернизации образовательного процесса с его точки зрения. В данном блоке нет вариантов ответа. Респонденты сами предлагают свои собственные варианты ответов.

Вопросы мониторинга адаптированы к образовательному процессу обучения спортивным бальным танцам в вузе, пронумерованы, расположены в определенной последовательности от общего состояния к частной оценке. Заполняя бланк мониторинга, студент выбирает нужный вариант ответа, в некоторых вопросах выбирает ответы в определенном порядке, в иных случаях описывает свой вариант ответа.



Оценка результатов данного мониторинга сформировалась на основании совокупности ответов респондентов по всем трем блокам анкеты, для которых были установлены следующие критерии:

**Вопрос 1:** Занимались ли Вы спортивными бальными танцами до поступления в учебное заведение?

0%-40% ответов «Да» – низкий уровень ориентирования в системе спортивных бальных танцев;

41%-69% ответов «Да» – средний уровень ориентирования в системе спортивных бальных танцев;

70%-100% ответов «Да» – высокий уровень ориентирования в системе спортивных бальных танцев.

**Вопрос 2:** Считаете ли Вы спортивные бальные танцы сложно-координационным видом деятельности?

0%-40% ответов «Да» – низкий уровень понимания координационной составляющей при исполнении танцев;

41%-69% ответов «Да» – средний уровень понимания координационной составляющей при исполнении танцев;

70%-100% ответов «Да» – высокий уровень понимания координационной составляющей при исполнении танцев.

**Вопрос 3:** Занятия спортивными бальными танцами влияют на общее физическое состояние организма в повседневной жизни?

0%-40% ответов «Да» – низкая оценка степени влияния спортивных бальных танцев на общее физическое состояние организма;

41%-69% ответов «Да» – средняя оценка степени влияния спортивных бальных танцев на общее физическое состояние организма;

70%-100% ответов «Да» – высокая оценка степени влияния спортивных бальных танцев на общее физическое состояние организма.

**Вопрос 4:** Занятия спортивными бальными танцами даются мне тяжело?

0%-40% ответов «Да» – высокий уровень доступности материала в учебно-практической деятельности студентов;

41%-69% ответов «Да» – средний уровень доступности материала в учебно-практической деятельности студентов;

70%-100% ответов «Да» – низкий уровень доступности материала в учебно-практической деятельности студентов.

**Вопрос 5:** Занятия по спортивным бальным танцам в учебном заведении, в основном, носят теоретический характер (мало занятий практической формы)?

0%-40% ответов «Да» – в дисциплине «Методика преподавания спортивного бального танца (Европейская и Латиноамериканская программы)» практически отсутствуют занятия теоретической формы (Высокий уровень практической деятельности);

41%-69% ответов «Да» – в дисциплине «Методика преподавания спортивного бального танца (Европейская и Латиноамериканская программы)» занятия практической и теоретической форм находятся в одинаковой пропорции (Средний уровень практической деятельности);

70%-100% ответов «Да» – в дисциплине «Методика преподавания спортивного бального танца (Европейская и Латиноамериканская программы)» практически отсутствуют занятия практической формы (Низкий уровень практической деятельности).

**Вопрос 6:** Планируете ли Вы в дальнейшем заниматься преподавательской деятельностью в области спортивных бальных танцев?

0%-40% ответов «Да» – низкий уровень осознанности выбора будущей профессии;

41%-69% ответов «Да» – средний уровень осознанности выбора будущей профессии;

70%-100% ответов «Да» – высокий уровень осознанности выбора будущей профессии.

**Вопрос 7:** В процессе обучения спортивному бальному танцу используются интерактивные технологии обучения: видеоматериалы, записи лекций, семинаров, соревнований?

0%-40% ответов «Да» – низкий уровень интерактивности и инновационности образовательного процесса;

41%-69% ответов «Да» – средний уровень интерактивности и инновационности образовательного процесса;

70%-100% ответов «Да» – высокий уровень интерактивности и инновационности образовательного процесса.

**Вопрос 8:** Знакомы ли Вы с понятием «исполнительское мастерство» в спортивных бальных танцах?

0%-40% ответов «Да» – низкий уровень знаний об «исполнительском мастерстве»;

41%-69% ответов «Да» – средний уровень знаний об «исполнительском мастерстве»;

70%-100% ответов «Да» – высокий уровень знаний об «исполнительском мастерстве».

**Вопрос 9:** Больше относите спортивные бальные танцы к... (нужное подчеркнуть):

1. Спорту;

2. Искусству.

0%-40% ответов «1» – спортивные бальные танцы считают искусством (низкий уровень спортивной составляющей);

41%-69% ответов «1» – нет четкого позиционирования спортивных бальных танцев (средний уровень спортивной составляющей);

70%-100% ответов «1» – спортивные бальные танцы считают спортом (высокий уровень спортивной составляющей).

**Вопрос 10:** Из каких, по Вашему мнению, критериев складывается исполнительское мастерство танцора? (Пронумеруйте группы критериев в порядке их важности, с 1 по 3, где номер 1 – самые важные, номер 3 – менее важные критерии).

...Технические знания танцора; уровень физической подготовки; двигательные навыки и способности;

...Природный талант и харизма; актерские данные; сообразительность;

...Мотивация; трудоспособность и упорство; уверенность в себе.

Последовательность ответов «1-2-3» – полагаем, что потребность в технологичности и научности образовательного процесса должна находиться в равных пропорциях с развитием физических данных танцовщика;

Последовательность ответов «2-1-3» – полагаем, что уровень исполнительского мастерства, в большинстве случаев зависит от природных данных;

Последовательность ответов «3-2-1» – полагаем, что уровень исполнительского мастерства напрямую зависит от психологической устойчивости.

**Вопрос 11:** Какими средствами, в основном, пользуется Ваш преподаватель при отработке технических навыков исполнения фигур спортивных балльных танцев (нужное подчеркнуть):

1. Отдельными упражнениями, связанными с определенными фигурами;
2. Многократным повторением самой фигуры;
3. Технические навыки, как отдельный аспект, не отрабатываются;
4. Фигуры не требуют особых технических навыков, все фигуры объединяют общие технические положения.

Большинство ответов «1» – процесс обучения носит тренажный характер, подразумевает отработку отдельных технических навыков (высокий уровень формирования исполнительского мастерства в процессе обучения);

Большинство ответов «2» – процесс обучения однообразен, отсутствует вариативность и право выбора индивидуального варианта исполнения движений (средний уровень формирования исполнительского мастерства в процессе обучения);

Большинство ответов «3» – процесс обучения лишен технической отработки отдельных навыков, фигуры не рассматриваются как «уникальная самостоятельная система» (низкий уровень формирования исполнительского мастерства в процессе обучения).

Большинство ответов «4» – процесс обучения лишен анализа фигуры как системы технических действий (средний уровень формирования исполнительского мастерства в процессе обучения).

**Вопрос 12:** Каким образом, по Вашему мнению, в процессе обучения спортивному бальному танцу должна развиваться музыкальность (нужное подчеркнуть):

1. Многократное повторение фигуры и закрепление ритма ее исполнения;
2. Воспроизведение отдельной фигуры в разных ритмах;
3. Синкопирование фигур путем смещения ритма и количества шагов.

Большинство ответов «1» – в процессе обучения отсутствует анализ музыкальности, доминирование примитивного «шаблонного» представления о фигурах (низкий уровень формирования исполнительского мастерства в процессе обучения);

Большинство ответов «2» – в процессе обучения достаточно глубоко изучается музыкальность, различные ритмы внедряются в привычные фигуры, что делает их «необычными» (высокий уровень формирования исполнительского мастерства в процессе обучения);

Большинство ответов «3» – в процессе обучения уделяется внимание музыкальности, но способы ее развития немногочисленны, поскольку знания о вариативности ритмов основываются на синкопированности, что кардинально меняет структуру фигуры (средний уровень формирования исполнительского мастерства в процессе обучения).

**Вопрос 13:** Использует ли педагог в процессе объяснения материала по спортивному бальному танцу научную аргументацию и терминологию? (нужное подчеркнуть)

1. Да;
2. Нет;
3. Использует довольно часто;
4. Практически не использует.

Большинство ответов «1» – высокий уровень научно-теоретической обоснованности представляемого педагогом материала;

Большинство ответов «2» – очень низкий уровень научно-теоретической обоснованности представляемого педагогом материала;

Большинство ответов «3» – средний уровень научно-теоретической обоснованности представляемого педагогом материала;

Большинство ответов «4» – низкий уровень научно-теоретической обоснованности представляемого педагогом материала.

**Вопросы 14:** Каким способом на уроках бального танца у Вас развивают двигательные и физические качества (представьте краткую характеристику развития вышеперечисленных способностей на собственном примере):

1. Сила и скорость ног (приведите пример):
2. Пластичность корпуса (приведите пример):
3. Подвижность суставов (приведите пример):
4. Выносливость (приведите пример):

Вариант анализа ответов «1» – ответы не развернуты, отсутствует специальная терминология, не раскрывается сущность вопроса, отсутствуют примеры (низкий уровень сформированности теоретических и практических знаний об исполнительском мастерстве в спортивных бальных танцах);

Вариант анализа ответов «2» – ответы имеют некую аргументацию, видно ориентирование респондента в вопросе, отсутствует специальная терминология, отсутствуют примеры (средний уровень сформированности теоретических и практических знаний об исполнительском мастерстве в спортивных бальных танцах);

Вариант анализа ответов «3» – ответы развернуты, присутствует специальная терминология, полностью раскрывается сущность вопроса, приведены примеры (высокий уровень сформированности теоретических и практических знаний об исполнительском мастерстве в спортивных бальных танцах).

**Вопрос 15:** Что, по Вашему мнению, может улучшить процесс обучения спортивному бальному танцу в учебном заведении? (свой полный вариант ответа)

В данном вопросе нет четкой установленной количественно-качественной формулы. Результаты данного вопроса будут приведены в виде процентного показателя, но после анализа доминирования той или иной тематической направленности ответа, можно сделать предположение о путях модернизации процесса обучения спортивным бальным танцам в вузах.

**Вопрос 16:** Какой специальной учебной литературой по спортивным бальным танцам Вы пользуетесь в процессе обучения, уточните год выпуска источника (если знаете)? (свой полный вариант ответа).

Вариант анализа ответов «1» (0-4 источника) – низкий уровень доступности специальной литературы;

Вариант анализа ответов «2» (5-6 источников) – средний уровень доступности специальной литературы;

Вариант анализа ответов «3» (7 и более источников) – высокий уровень доступности специальной литературы.

В результате **пилотажной диагностической работы** была составлена матричная таблица всех ответов респондентов с количественно-качественными характеристиками ответов. На основе данной матрицы были выявлены следующие результаты пилотажной работы по диагностике исследуемой проблематики, представленные в Таблице 1:

*Таблица 1– Матричная таблица результатов пилотажной диагностической работы*

№ Вопросы	Вариант ответа/Количество человек/%	Качественный показатель анализа ответов
1.	«Да» / 321 / 85.2 % «Нет» / 55 / 14.8%	Высокий уровень ориентирования в системе спортивных бальных танцев.
2.	«Да» / 299 / 79.6% «Нет» / 77 / 20.4%	Высокий уровень понимания координационной составляющей при исполнении танцев.
3.	«Да» / 293 / 77.8% «Нет» / 83 / 22.2%	Высокая оценка степени влияния спортивных бальных танцев на общее физическое состояние организма.

## Продолжение Таблицы 1

№ Вопроса	Вариант ответа/Количество человек/%	Качественный показатель анализа ответов
4.	«Да» / 150 / 39.8% «Нет» / 226 / 60.2%	Высокий уровень доступности материала в учебно-практической деятельности студентов.
5.	«Да» / 303 / 80.5% «Нет» / 73 / 19.5%	В дисциплине «Методика преподавания спортивного бального танца (Европейская и латиноамериканская программы)» практически отсутствуют занятия практической формы (низкий уровень практической деятельности).
6.	«Да» / 252 / 67% «Нет» / 124 / 33%	Средний уровень осознанности выбора будущей профессии.
7.	«Да» / 61 / 16.2% «Нет» / 315 / 83.8%	Низкий уровень интерактивности и инновационности образовательного процесса.
8.	«Да» / 229 / 60.9% «Нет» / 147 / 39.1%	Средний уровень знаний об «исполнительском мастерстве».
9.	«1» / 272 / 72.4% «2» / 104 / 27.6%	Спортивные бальные танцы считают спортом (высокий уровень спортивной составляющей).
10.	«1-2-3» / 224 / 59.6% «2-1-3» / 39 / 10.4% «3-2-1» / 113 / 30%	Полагаем, что потребность в технологичности и научности образовательного процесса должна находиться в равных пропорциях с развитием физических данных танцовщика.
11.	«1» / 24 / 6.4% «2» / 217 / 57.8% «3» / 67 / 17.8% «4» / 68 / 18%	Процесс обучения однообразен, отсутствует вариативность и право выбора индивидуального варианта исполнения движений (средний уровень формирования исполнительского мастерства в процессе обучения).
12.	«1» / 235 / 62.5% «2» / 72 / 19.3% «3» / 69 / 18.2%	В процессе обучения отсутствует анализ музыкальности, доминирование примитивного «шаблонного» представления о фигурах (низкий уровень формирования исполнительского мастерства в процессе обучения)
13.	«1» / 42 / 11.3% «2» / 91 / 24.2% «3» / 134 / 35.6% «4» / 109 / 28.9%	Средний уровень научно-теоретической обоснованности представляемого педагогом материала.
14.	«1» / 189 / 50.2% «2» / 83 / 22.2% «3» / 104 / 27.6%	Ответы не развернуты, отсутствует специальная терминология, не раскрывается сущность вопроса, отсутствуют примеры (низкий уровень сформированности теоретических и практических знаний об исполнительском мастерстве в спортивных бальных танцах).



## Продолжение Таблицы 1

№ Вопроса	Вариант ответа/Количество человек/%	Качественный показатель анализа ответов
15.	Анализ ответов 287 респондентов / 76.3%	Модернизацию и улучшение образовательного процесса студенты видят в увеличении занятий «тренажной» формы и увеличении занятий практического характера.
16.	«1» – указали 0-4 источника до 2005г.в. / 346 / 92% «2» – указали 5-6 источников не новее 2010г.в. / 30 / 8% «3» – указали 7 и более источников за последние 5 лет / 0 / 0%	Низкий уровень доступности специальной литературы по спортивным бальным танцам для студентов.

После анализа **пилотажной диагностической работы** нами были проанализированы следующие данные и выявлены результаты. Остановимся на их разборе более подробно:

**1 вопрос.** Из всех опрошенных респондентов бальными танцами до поступления в учебное заведение занимались 321 человек, что составляет 85.2% опрошенных. Данный показатель очень важен, поскольку показывает, что подавляющее большинство танцовщиков заинтересованы в получении профессии, связанной с преподаванием спортивных бальных танцев и педагогической деятельностью. Более того, именно в учебных заведениях опрошенные видят то место, где они могут получить дополнительные знания в области преподавания бального танца, несмотря на свой предыдущий исполнительский опыт. Данные результаты накладывают дополнительную ответственность на педагогические подходы и методики преподавания, ведь, если образ педагога вуза в глазах студента будет «ниже» образа его тренера в танцевальном клубе, у студента может пропасть мотивация и интерес. Поэтому, на наш взгляд, учебный процесс носит двойной характер – с одной стороны важно поддерживать «опытных» студентов, с другой – ни в коем случае нельзя «задавить» студентов, не связанных с миром бального танца, чрезмерной сложностью и перенасыщенностью процесса подачи информации.

**2 вопрос.** 299 человек (79.9%) опрошенных респондентов считают спортивные бальные танцы сложно-координационным видом хореографии.

Данные показатели очень позитивны. Такой позитив связан с тем, что большинство опрошенных видят в бальном танце синтез физических и психологических составляющих, а значит – готовы анализировать, искать, рассуждать. К тому же, высокий уровень принадлежности спортивных бальных танцев к сложно-координационным видам деятельности частично обосновывает актуальность нашего диссертационного исследования. Развитие координации тесно связано с формированием исполнительского мастерства. Более того, в некоторой степени, эти понятия синонимичны. В итоге, процесс обучения должен содержать практику через призму теоретически-обоснованных знаний о движениях и действиях в теле как системе.

**3 вопрос.** Подавляющее большинство респондентов считают, что спортивные бальные танцы имеют влияние на физическое состояние организма в повседневной жизни. Их количество 77.8% (293 человека) из числа опрошенных. Данный вопрос, скорее, определяет необходимость использования таких методик, которые будут способствовать и развивать физические качества – силу, выносливость, координацию. Но все эти методики преподавания должны иметь научно-теоретическую основу наук о движении (биомеханики), чтобы исключить травматизм и общее ухудшение состояния организма студентов во время обучения. Мы видим, что данный вопрос также тесно связан с темой исследования. Поскольку формирование исполнительского мастерства в спортивных бальных танцах напрямую связано с состоянием тела танцовщика, данному вопросу стоит уделять особое внимание. Можем предположить, что оставшиеся 83 человека (22.2%) не констатировали влияние спортивных бальных танцев на общее состояние организма по нескольким, на наш взгляд, факторам: из числа этих респондентов есть очень опытные исполнители, чьи навыки доведены до автоматизма и не требуют высоких физических затрат, либо наоборот – некоторые студенты недостаточно физически «вкладываются» во время практических часов или не «чувствуют» свое тело, его работу мышц и т.д.

**4 вопрос.** Данный вопрос требует особого анализа. К тому же, анализ количественных показателей можно провести с нескольких позиций. Во-первых,

высокий уровень доступности спортивных бальных танцев в учебно-практической деятельности студентов позволяет констатировать факт, что процесс обучения на занятиях по спортивным бальным танцам является гармоничным в контексте умственной и физических составляющих процесса обучения. Во-вторых, 39.8% опрошенных (150 человек) понимают сущность процесса, в соответствии с его целями и задачами. С другой стороны, данные показатели могут рассматриваться с противоположной призмы – процесс обучения лишен сложности и трудности, а студенты не видят в нем определенной нагрузки. В этой ситуации необходимо руководствоваться принципами «системности информации» и «доступности материала» в процессе обучения, что позволяет включать умственную деятельность студентов, более глубоко погружать их в деятельность, но, при этом, контролировать уровень усвоения материала. Ведь «простое» никогда не будет развивать. В то же время, все «сложное» непременно должно быть доступным, соответствовать законам и правилам сферы деятельности, а главное – должно быть пропущено студентами «через себя». Только в гармонии и правильном распределении трудностей в образовательном процессе можно достичь высокого качества результатов обучения. Любая информация должна побуждать студентов анализировать, определять суть проблемы, а также самостоятельно пытаться находить пути для ее решения на основе полученных знаний и умений.

**5 вопрос.** 303 респондента (80.5%) позволили нам выявить некоторое важное противоречие образовательного процесса. С одной стороны, спортивный бальный танец как хореографическое направление подразумевает большое количество практической двигательной деятельности (непосредственное танцевание) и, как следствие, развитие физических способностей. Но мы видим, что в учебных заведениях занятия теоретической направленности ощутимо преобладают над практико-танцевальной деятельностью. На наш взгляд, данные результаты, мягко говоря, неутешительны, недопустимы и заставляют задуматься над моделью обучения на занятиях по спортивным бальным танцам. Безусловно, в хореографии есть выдающиеся теоретики, но, говоря о вопросе формирования

исполнительского мастерства в спортивных бальных танцах, невозможно развить исполнительские навыки и двигательные способности на «чистой» теории. В доказательство нашему тезису приведем параллели – невозможно научить хирурга делать операции только по учебникам, невозможно научить пилота управлять самолетом без налета часов и т.д. Констатируем то обстоятельство, что танцевальная практика должна занимать достаточное время внутри образовательного процесса, согласно специфике спортивных бальных танцев как хореографического направления. Даже если рассматривается теория, она обязательно должна синтезироваться с практическим осознанием, апробированием и использованием. Более того, воспитанные лишь на теории выпускники, как мы полагаем, не смогут выходить из сложных педагогических ситуаций в процессе обучения будущих учеников спортивным бальным танцам, ведь многие трудности педагогического процесса не поддаются «шаблонам». Только понимание сущности движений, знания движений «своим телом» помогут подобрать информацию, необходимую ученику, с учетом ситуации и индивидуальных особенностей учеников.

**6 вопрос.** Из всех респондентов 67% (252 человека) осознанно выбрали будущую профессию. Поэтому образовательный процесс должен удовлетворять потребности студентов. Таким образом, необходимо создавать такие ситуации, в которых студенты «превращались» бы в педагогов. К таким типам занятий мы можем отнести работы в группах с определением «лидера», либо, вовсе, предлагать тему занятия, а студенты сами бы анализировали и учились подать материал под контролем преподавателя. Несмотря на общий средний и даже приближенный к высокому уровень осознанности выбора профессии, число немотивированных студентов достаточно велико. Это может быть связано со многими факторами. К примеру, студенты, которые до поступления в вуз профессионально и долго занимались танцами, «охладели» и «перенасытились» танцем как исполнители, поэтому нашли наиболее доступный вариант поступить в вуз и просто получить диплом об образовании. Возможно, образовательный процесс не дает возможности раскрыться студенту как педагогу и тормозит

интерес к будущей профессии. Еще одной причиной отсутствия «рвения» к педагогике и преподаванию может явиться страх перед профессией – высокая конкуренция педагогов-тренеров в мире бального танца, трудность роста по карьерной лестнице. Как нам кажется, очень важно дать студенту возможность ощутить и осознать свою уникальность, раскрыть внутренний потенциал, дать «силу» и знания для будущей профессии. Студенты должны обладать таким количеством знаний, благодаря которым они будут чувствовать себя конкурентоспособными, уверенными, а главное – полезными и нужными сфере спортивного бального танца.

**7 вопрос.** Низкий уровень интерактивности и инновационности образовательного процесса подтвердили 61 человек из всего числа респондентов (16.2%). Анализируя данные, можем констатировать то факт, что педагогами достаточно мало используются современные технологии. В современных реалиях количество доступных медиаматериалов по спортивным бальным танцам и их количество очень велико – от записей соревнований, до видео семинаров и лекций. В видеоматериалах мы можем найти танцоров разного уровня, разного рейтинга – как чемпионов, так и начинающих танцовщиков. Более того, можно выявить особенности их исполнительского мастерства, проследить индивидуальную технику исполнения различных танцевальных элементов. Использование видеозаписей позволяет анализировать свое исполнение с другими, выявить плюсы и недостатки, провести коррекцию образовательного процесса на основе личностно-ориентированного подхода. Отметим, что, при достаточном уровне теоретических знаний, данная работа может носить самостоятельный характер работы студентов. Остальным 83.8% респондентов (315 человек) мы посоветовали бы использовать современные интернет-ресурсы, для поиска необходимых видеоматериалов по спортивным бальным танцам. Тем более, что современные технологичные устройства и гаджеты позволяют делать это в любое время и в любом месте.

**8 вопрос.** Число понимающих сущность исполнительского мастерства или, хотя бы, знакомых с этим понятием составило 60.9% (229 человек). Это средний

уровень знаний об исполнительском мастерстве. Данные результаты позитивны, но требуют некоторого улучшения. Как мы отметили ранее, понятие «исполнительское мастерство» является системой, состоящей из подсистем – технические знания, координация, актерское мастерство, сила, выносливость и т.д. Более того, сегодня спортивный бальный танец настолько разносторонен и многогранен, что исполнительское мастерство и техника перестали иметь «общепринятую» форму. Сегодня, как никогда, ценится вариативность мышления и уникальность. Конечно же, данный вопрос, а точнее – способы формирования высоких показателей исполнительского мастерства в спортивных балльных танцах будут подробно рассмотрены в формирующем эксперименте. Но на данном этапе мы уже можем констатировать тот факт, что процесс обучения должен быть тесно связан с научно-теоретическим анализом информации. Ведь именно теоретические знания являются фундаментом практического прогресса студентов как исполнителей. Система теоретических знаний является открытой системой – в ней всегда могут появиться новые положения, новые формы и варианты исполнения. Это наиболее ярко связано с тем, что каждый исполнитель уникален и имеет неповторимую сущность – как физическую, так и психологическую.

**9 вопрос.** При анализе ответов респондентов на данный вопрос мы констатируем, что 72.4% опрошенных (272 человека) видят в спортивных балльных танцах доминирование спортивной составляющей. Находясь в течение долгого времени в соревновательной системе балльных танцев, танцор-спортсмену достаточно тяжело найти сторону «искусства» в занятиях танцами. Ведь с позиции спорта, спортивный бальный танец подразумевает постоянный жесткий тренировочный график, физические нагрузки, а также развитие опорно-двигательного аппарата и координации. Это оказывает влияние и на восприятие самого балльного танца. Отметим, что на базе Московского государственного института культуры студентам прививают творческую сторону спортивных балльных танцев. Такие дисциплины как «Композиция и постановка танца», «Формейшн» и «Секвей» позволяют взглянуть на спортивный бальный танец с иной стороны, а именно – развивают творческое мышление, вырабатывают

особый взгляд на танцевальные фигуры – не как на набор механических движений, а как на средство выражения хореографического образа и идеи. Таким образом, несмотря на необходимость баланса между спортом и искусством в спортивных бальных танцах, данный опрос показал, что студенты мотивированы на достижение высокого уровня развития физических способностей, нуждаются в особой практической составляющей образовательного процесса.

**10 вопрос.** Данный вопрос является ключевым и непосредственно относится к теме данного исследования. 224 респондента (59.6%) выделяют такие компоненты как технические знания танцора, уровень его физической подготовки, двигательные навыки и способности в качестве наиболее важных компонентов при формировании исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца. Данный показатель обосновывает актуальность нашего исследования и напрямую подтверждает важность и необходимость использования знаний биомеханики в образовательном процессе. Лишь 39 человек (10.4%) опрошенных полагают, что исполнительское мастерство и его уровень «предрешен» изначальными природными данными. Безусловно, такие физические параметры как рост, телосложение, длина мышц и рычагов очень важны, но все они являются начальной системой в биомеханике, которая при определенном воздействии изменятся. То есть – каждый уникальный по своим параметрам студент может показывать нужный результат при правильном воздействии педагога на его тело как на систему. 113 человек (30%) считают, что уровень исполнительского мастерства напрямую зависит от психологической устойчивости. Ведь они выделили третью группу компонентов как доминирующую – мотивация, трудоспособность и упорство, уверенность в себе. Конечно, без данных компонентов невозможно системно улучшать уровень исполнительского мастерства, но, в первую очередь, исполнительское мастерство, все же, связано с физической и двигательной деятельностью. Именно научность предлагаемого материала поможет развить уверенность в правильности своих движений у студентов, побудит их к постоянному поиску своей индивидуальности при исполнении спортивных бальных танцев.

**11 вопрос.** К сожалению, показатели ответов на данный вопрос открывают представления о том, что, в целом, уровень формирования исполнительского мастерства в образовательных организациях достаточно низкий. 57.8 % (217 человек) респондентов акцентируют внимание на однообразности процесса обучения, не видят в нем свободы выбора индивидуального варианта исполнения фигур и его вариативности. Безусловно, это связано с отсутствием современной специализированной учебной литературы, в которой прослеживаются современные тенденции спортивных бальных танцев. Например, в книге У. Лэрда «Техника исполнения латиноамериканской программы» приведена схематика, то есть – «рисунок» фигуры, но нет никаких данных о биомеханических показателях – мышечной работе, работе суставов и т.д. Это значит, что фигура рассматривается как «шаблон», исполнение которой не основывается на уникальности творческого восприятия и физических способностей исполнителей. Так, мы видим необходимость в создании такой методики преподавания, которая основывалась бы на личностно-ориентированном подходе и учитывала бы неповторимость студентов.

**12 вопрос.** Данный вопрос определяет варианты путей развития музыкальности – одного из важнейших компонентов исполнительского мастерства в спортивных бальных танцах. Ответ на данный вопрос носит непосредственное отношение и к уровню знаний об исполнительском мастерстве опрошенных. Мы видим, что 62.5% опрошенных (235 человек) используют «шаблонные» варианты музыкального распределения действий и шагов в фигуре и не знают иные способы музыкального выражения, что соответствует низкому показателю. 18.2% опрошенных (69 человек) выделили третий пункт, в котором уделяется внимание музыкальности, но способы ее развития немногочисленны, поскольку знания о вариативности ритмов основываются на синкопированности, что кардинально меняет структуру фигуры. Данные результаты соответствуют среднему показателю. Отметим, что «синкопирование», само по себе, является видоизменением определенного ритма. В нашем случае исполнительское мастерство заключается в умении не синкопировать один ритм, а применять



различные по своей структуре ритмы. 72 респондента (19.3%) определили уровень формирования исполнительского мастерства как высокий, поскольку в процессе обучения достаточно грамотно изучается музыкальность, различные ритмы накладываются на фигуры, что делает их необычными и видоизменяют их.

**13 вопрос.** В процессе обучения научная обоснованность излагаемого материала является важнейшим условием. Мы видим, что лишь 42 человека (11.3%) определили, что в процессе обучения их преподаватели используют терминологию из анатомии, биомеханики и других наук о движении, что соответствует высокому уровню научно-теоретической обоснованности представляемого педагогом материала, но количество респондентов, выбравших данный вариант ответа, по нашему мнению, должно быть достаточно выше. Некоторые респонденты не встречали использование педагогами научной терминологии, что соответствует очень низкому уровню научно-теоретической обоснованности представляемого педагогом материала. Данный показатель является недостаточным, на наш взгляд, в связи с отсутствием научных исследований в области формирования исполнительского мастерства в спортивных бальных танцах. Достаточно позитивным является то обстоятельство, что 134 человека (35.6%) выделили некоторое присутствие научно-теоретической обоснованности представляемого педагогом материала, что соответствует показателю среднего уровня.

**14 вопрос.** У 189 человек (50.2%) ответы не развернуты, отсутствует специальная терминология, не раскрывается сущность вопроса, отсутствуют примеры – это низкий уровень сформированности теоретических и практических знаний об исполнительском мастерстве в спортивных бальных танцах. Как и в предыдущих случаях, это связано с отсутствием современной литературы, а также тесно связано с низкими показателями 13-го вопроса, в котором мы увидели низкий уровень научно-теоретической обоснованности материала. Использование на практике «шаблонных» примеров, которые не отличает уникальность и вариативность, мы проследили в 83 ответах респондентов (22.6%), что является показателем среднего уровня. Развернутое пояснение

примеров с использованием специальной терминологией, полностью раскрывается сущность вопроса, приведены примеры в ответах 104 респондентов (27.6%). Таким образом, при анализе всех ответов, состояние уровня сформированности теоретических и практических знаний об исполнительском мастерстве в спортивных бальных танцах у студентов является низким.

**15 вопрос.** На данный вопрос респондентам не было предложено никаких вариантов ответа. Как ни странно, 76.3% опрошенных (287 человек) видят модернизацию и улучшение образовательного процесса в увеличении занятий «тренажной» формы и увеличении занятий практического характера. Как нам кажется, такой показатель побуждает нас полностью пересмотреть систему формирования исполнительского мастерства студентов по спортивным бальным танцам, где, к сожалению, не доминирует практический характер занятий. 89 человек (23.7%) вовсе оставили вопрос без ответа.

**16 вопрос.** 92% респондентов (346 человек) используют одинаковую литературу: книги У. Лэрда в латиноамериканской программе, книги Г. Говарда и А. Мура в европейской программе. Когда-то эти учебники стали прорывом в педагогике и систематизации знаний о бальных танцах, но последние редакции этих источников были более 30 лет назад, а на русский язык переведены лишь в 2003 г. Сейчас существуют современные книги WDSF, которые позволяют взглянуть на спортивные бальные танцы «по-новому». Но в современных условиях проблема в том, что эта литература попросту не поставляется в Россию, написана только на английском языке, а главное – очень дорогостоящая. Поэтому, без новых «современных» данных в специальной танцевальной учебной литературе по спортивным бальным танцам у студентов не будет научной основы для модернизации техники исполнения, а у педагогов – научно-практической основы для формирования исполнительского мастерства в вузах.

По результатам проведенного мониторинга можно сделать следующие выводы:

- специальные дисциплины по методикам преподавания спортивного бального танца (европейская и латиноамериканская программы) позволяют

реализовать основные требования ФГОС в части профессиональных компетенций, но являются, по нашему мнению, не достаточно насыщенными занятиями практической, двигательной-тренажной, физической направленности для должного уровня формирования исполнительского мастерства у будущих педагогов спортивного бального танца, так как общий уровень теоретических знаний у студентов после проведения пилотажной диагностической работы констатируется как средний, а иногда и ниже средних показателей;

- было выявлено, что итоговые значения показателей теоретических и практических знаний об исполнительском мастерстве в спортивных балльных танцах снижены из-за отсутствия или доступности новых современных исследований в области формирования исполнительского мастерства в спортивных балльных танцах, а имеющаяся учебная литература не корректировалась на протяжении многих лет, исходя из современных достижений и исторических трансформаций спортивных балльных танцев.

Участниками **констатирующего** этапа эксперимента были выбраны 248 человек – из них 60 и 57 человек соответственно участники контрольной и экспериментальной групп будущего этапа формирующего эксперимента.

Констатирующий эксперимент будет состоять из 2-х отдельных, но связанных между собой мониторингов – «Мониторинг уровня теоретических исполнительских знаний» и «Мониторинг уровня практических исполнительских навыков». Констатирующий эксперимент будет проведен исключительно на основе латиноамериканской программы спортивных балльных танцев.

Анкета-тест для выявления уровня теоретических знаний об исполнительском мастерстве состоит из 15 вопросов, с одним правильным ответом из 4-х вариантов ответа (Приложение Б, Приложение В). Качественная оценка первичного уровня теоретических знаний об исполнительском мастерстве в спортивных балльных танцах будет осуществляться по следующим критериям:

Группа 1 - 0-5 правильных ответов – низкий уровень теоретических знаний;

Группа 2 - 6-10 правильных ответов – средний уровень теоретических знаний;

Группа 3 - 11-15 правильных ответов – высокий уровень теоретических знаний.

Результаты мониторинга отражены в Таблице 2, где отображены результаты общей группы (ОГ), контрольной группы (КГ) и экспериментальной группы (ЭГ).

*Таблица 2 – Результаты мониторинга уровня теоретических знаний об исполнительском мастерстве*

	ОГ (248 чел.)	КГ (60 чел.)	ЭГ (57 чел.)
Группа 1 0-5 правильных ответов (чел/%)	26 / 10.5%	21 / 35%	21 / 36.8%
Группа 2 6-10 правильных ответов (чел/%)	148 / 59.7%	21 / 35%	27 / 47.3%
Группа 3 11-15 правильных ответов (чел/%)	74 / 29.8%	18 / 30%	9 / 15.7%
Средний показатель правильных ответов	7.1	6.8	5.6
Уровень теоретических знаний	Средний	Средний	Низкий

Для разработки комплекса мер по реализации «Мониторинга уровня практических исполнительских навыков» нам понадобились современные инновационные технологии фотофиксации, а также возможности современных программ фото-видео записи.

Итак, нам известно, что современные гаджеты – смартфоны, фотоаппараты, видеокамеры, экшн-камеры, видео-дроны обладают широким спектром возможностей фото и видео съемки хорошего качества. Такие кадры позволяют разглядеть мельчайшие детали, благодаря качеству таких снимков, от глаз человека не ускользнет ни одна деталь кадра.

Для проведения «Мониторинга уровня практических исполнительских навыков» мы установили 5 гаджетов по разным точкам – 4 смартфона с использованием штативов так, чтобы можно было зафиксировать положение исполнителя во фронтальной плоскости спереди, во фронтальной плоскости

сзади, в правой и левой боковых плоскостях, а также 1 подвесной видео-дрон, для съемки исполнителя сверху.

Поскольку исполнение танца неразделимо связано с музыкой, вместе с установленными гаджетами была синхронизирована специальная медиа программа воспроизведения музыки с доступом к аудио-спектральному анализу музыкальной композиции. Аудио – спектральный анализ — это наглядный способ отображения данных, которые содержатся в музыкальном файле. Каждой музыкальной ноте соответствует определенная частота: низким нотам соответствуют низкие частоты, а высоким нотам – высокие частоты. Все частоты отображаются на спектральной диаграмме (спектрограмме), которая представляет собой графическое отображение всех частот в соотношении с длительностью музыкального файла.

Более того, благодаря этой программе мы можем определить с точностью до миллисекунды положение того или иного музыкального удара на спектрограмме.

Для каждого танца были введены конкретные музыкальные дорожки, с определенным ритмом и положением ударов, во время исполнения которых устройства, фиксирующие исполнение танцовщика, начинали фотографировать его со скоростью 10 кадров/сек, что позволяло зафиксировать положение тела участника эксперимента с 5 точек съемки на определенный удар. В таком режиме танцовщик исполнял фигуру или комбинацию фигур на протяжении 10 секунд.

Затем, не останавливаясь, исполнитель продолжал танцевать еще 10 секунд этой же фигуры или комбинации, но камеры продолжали снимать не только во время заданных музыкальных ударов, а просто на протяжении 10 секунд с той же скоростью. Таким образом, благодаря второму способу настройки программ и гаджетов мы получали 100 кадров перемещения танцовщика в течение 10 секунд с каждой точки съемки, при этом, имея возможность сопоставить фото с музыкальной спектрограммой.

Так, первая настройка параметров съемки нам нужна была для определения статических положений тела танцовщика в определенные музыкальные удары

(для выявления линий горизонтали-вертикали, определения положения веса тела в момент удара, положение позвоночника и его перпендикуляра к полу). Вторая же – для выявления динамических характеристик перемещения, определения фаз работы тела внутри исполнения фигуры (комбинации) – определений ротаций, компрессий, биомеханики движения, отслеживания координации движений.

Респондентам было предложено исполнить 8 фигур и танцевальных элементов:

1. Виски самбы (Самба);
2. Стационарный самба ход (Самба);
3. Таймстеп (Ча-ча-ча);
4. Основное движение через лок-степ вперед и назад (Ча-ча-ча);
5. Кукарача вправо и влево (Румба);
6. Открытый хип-твист; Хоккейная клюшка (Румба);
7. Основное движение (Джайв);
8. Кик-степ (Джайв).

Отметим, что темп музыкальной композиции каждого танца был замедлен на 20% от стандартного, за исключением танца Румба (10%). Это было сделано для того, чтобы исполнитель мог показать максимальный контроль движения, без излишнего физического утомления, а следовательно – продемонстрировать максимальный уровень качества исполнения.

Оценку исполнения респондентов осуществляли – Чемпион Мира среди любителей 2003-2004г. по латиноамериканской программе – Сизинцев Алексей Васильевич; Мастер Спорта РФ, Чемпион России и Европы среди профессионалов 2022г. – Колпащиков Кирилл Игоревич.

Для объективности оценки результатов оценки уровня практических навыков исполнительского мастерства респондентов необходимо особое место уделить **критериям** оценки исполнения.

Спортивные бальные танцы как вид спорта, сегодня, являются частью Всероссийской федерации танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла.

Судьи в танцевальном спорте, при оценке исполнителей, основываются на критериях оценки [178, С. 143-150]:

- Техника исполнения (Technical Quality);
- Музыкальность движения (Movement to Music);
- Партнерство (Partnering Skills);
- Хореография и презентация (Choreography and Presentation).

Мы используем данные критерии, за исключением компонента «Партнерство», поскольку дать ему оценку возможно только в случае исполнения движений в паре. Но количество партнеров/мужчин (35%) и партнерш/девушек (65%) среди респондентов не равно. Поэтому, фигуры, предложенные респондентам, исполнялись ими по одному (сольно).

Мы решили разделить системообразующие критерии-компоненты на подкомпоненты. Так, составными частями критерия *«Техника исполнения»* стали:

- *Осанка, позиция танцора в статике и динамике.* Под осанкой подразумевается сохранение так называемых «горизонтالي» и «вертикали» корпуса. Под «вертикалью» мы имеем в виду прямую, перпендикулярную линию от копчика до макушки головы, которая пролегает через позвоночный столб. Под «горизонталью» подразумевается отрезок плечевого пояса, который имеет продолжение в зависимости от позиции. Очень важно при соблюдении этих векторов использовать правильную постановку корпуса. А именно, в латиноамериканских танцах в нашем корпусе всегда присутствуют два направления растяжения – вертикальное и горизонтальное. Вертикальное растяжение создается по принципу овала, где корпус распределяется по правой его стороне. Наши ребра (верхний центр) находится в тонусе, в закрытом положении. Затылок давит назад, при этом позвоночник постоянно растягивается, подбородок в естественном положении. Направление растяжения (общее в корпусе) – диагонально вверх. Лопатки раскрыты.

- *Баланс – равновесие, стабильность танцора в статике и динамике.* Этот компонент является одним из самых ключевых в техническом мастерстве

исполнителя. Сбалансированное движение позволяет рационально использовать физические усилия. Движение без баланса, как правило, вызывает неустойчивость и падение, что блокирует мышцы и не позволяет исполнить фигуру на максимуме, нарушает координацию движений.

- *Работа ног. Траектории движения и работы стоп, включая построение и форму стоп и лодыжек.* Определенная работа стопы согласно структуре выполняемого типа шага.

- *Латинские действия. Правильное исполнение специфических латинских действий, описанных в технике каждого танца.* К таким действиям можно отнести шаг «Свивл», «Латинский крест (кросс)», «Самба-линия» и т.д. Данные действия имеют общие принципы, но, несмотря на это, каждое действие может носить индивидуальный характер, исходя из особенностей исполнителя.

- *Основные действия. Основные танцевальные действия – растяжения, наклоны, вращения, прыжки, жесты, переносы веса, балансирование.* В основе любой работы, шага или действия лежит работа с весом. Необходимо перемещать вес максимально эффективно, а главное – с минимальными затратами (физическими). Это значит, что исполнение любого действия в танце направлено на облегчение исполнения этого действия. Сложность заключается в том, что латиноамериканские танцы «быстрые» и наш вес постоянно стремится к движению по направлению вперед. Таким образом – перпендикуляр центра должен быть сосредоточен на передней части ступни.

- *Подготовка - действие - восстановление.* Данный критерий одновременно является и алгоритмом действий. То есть, перед любым шагом необходимо найти импульс, начало движения. Этот импульс, затем, трансформируется в движение. После самого акта перемещения (например, переноса веса с одной опорной ноги на другую) необходимо восстановление. Другими словами – необходимо выбрать правильное исходное положение тела, осуществить за счет определенной мышечной работы акт перемещения, а затем завершить движение в другой «конечной» позиции.



- *Изоляция и координация. Использование различных частей тела при исполнении танца, не искажая действий в других частях.* Данный критерий ярко отличает танцоров высокого класса от менее опытных. При сложно-координационных движениях необходимо сохранять вертикаль и горизонталь линий корпуса. Поэтому нам так необходимо уделять внимание развитию изоляции этапов двигательных действий внутри танцевальной фигуры. Как мы видели ранее, линии корпуса являются не отрезками, а векторами, которые стремятся в направление. Таким образом, например, в фигуре «Батукадо», у танцоров высокого уровня линия горизонтали «монолитна», недвижима. И наоборот – при активной работе бедер и компрессии сторон у исполнителей более низкого уровня наблюдается чрезмерная подвижность плечевого пояса, движения выглядят «разбросанными». Поэтому, используя данный подкомпонент, можно определить уровень исполнительского мастерства танцовщика.

- *Динамика. Использование веса, времени, направления и энергетики. Динамические качества: удар, давление, планирование, прикасание, щелчок и др.* С одной стороны, мы имеем в виду перемещение в пространстве, которое характеризуется правильностью положения вертикали позвоночника и центра веса относительно двух ног, с другой – энергетика и направленность движения танцоров в пространстве. Правильность исполнения фаз перемещения тела отличает исполнителей высокого уровня от исполнителей низкого уровня.

- *Линии и форма.* Линии бывают в руках, в ногах, в вертикальной проекции и горизонтальной. Бывают линии в паре, которые характеризуют гармонию уровней высоты позиции, объем и т.д. Чем более целостна линия, тем выше уровень исполнения. Чем более «читаемы», конкретны, понятны, а главное – скоординированы движения рук и ног, тем выше качество линий и исполнения в целом.

Подкомпонентами «*Музыкальности движения*» считают: *тайминг, ритм, музыкальную структуру.*

Музыкальность основывается на соответствии основному ритму музыкального сопровождения, соответствии динамики исполнения танцевальных

движений темпу и характеру сопровождения. Но бывают ситуации, когда танцовщик имеет право использовать другой ритмический рисунок фигуры, тем самым демонстрируя свои уникальные индивидуальные возможности. Но, при этом, все равно, музыкальное исполнение должно обеспечиваться соблюдением правильного технического исполнения фигуры. Так, используя данный критерий, мы можем проанализировать качество и уровень исполнения в предложенных танцевальных элементах.

К подкомпонентам критерия *«Хореография и презентация»* относятся:

- *Структура и композиция;*
- *Характер;*
- *Невербальная связь;*
- *Положение на паркете;*
- *Атмосфера.*

Под данными критериями мы понимаем художественно-образное воплощение исполнителем характерных особенностей музыкального текста и хореографической лексики. В данном случае, оценка хореографии и презентации базируется на:

- синхронности, равномерности, непрерывности всех движений;
- качестве передачи и воплощения идеи и характера каждого из танцев, обусловленного разницей в музыке и ритмах, фигурах и шагах на протяжении исполнения;
- стабильности исполнения, как бы, «на одном дыхании».

В условиях проведения опытно-экспериментальной работы мы переименуем данный критерий в контексте нашего исследования как «Эмоциональная выразительность».

Итак, подводя итог, оценка респондентов в мониторинге их практического уровня исполнительского мастерства будет произведена по 3-м **критериям**:

- Техника исполнения (ТИ);
- Музыкальность движения (МД);
- Эмоциональная выразительность (ЭВ).

Основываясь на данных критериях, судейский состав педагогов оценивает каждого танцовщика в каждой исполняемой фигуре по шкале от 1 до 10 баллов, при этом, выставляя оценку по десятибалльной шкале за каждый критерий. Таким образом, максимально возможный балл после подсчета оценок – 30 баллов.

Шкала оценки базируется на следующих показателях:

- 10 – Идеально;
- 9 – Превосходно;
- 8 – Очень хорошо;
- 7 – Выше среднего;
- 6 – Средне;
- 5 – Ниже среднего;
- 4 – Удовлетворительно;
- 3 – Плохо;
- 2 – Очень плохо;
- 1 – Ужасно.

Качественная оценка уровня исполнительского мастерства после подсчета баллов, полученных респондентами согласно отдельным критериям оценки, будет следующей:

- 1. 8-10 баллов – Высокий уровень исполнительского мастерства;
- 2. 5-7 баллов – Средний уровень исполнительского мастерства;
- 3. 1-4 – Низкий уровень исполнительского мастерства.

А после суммирования баллов по всем 3-м критериям и выявления средней оценки, уровень исполнения респондентом предлагаемой фигуры будет определяться как:

- 1. 21-30 баллов – Высокий уровень исполнительского мастерства;
- 2. 11-20 баллов – Средний уровень исполнительского мастерства;
- 3. 3-10 баллов – Низкий уровень исполнительского мастерства.

Таким образом, после исполнения всех 8-ми фигур, максимальный полученный респондентом балл – 240 баллов. Для оценки уровня

исполнительского мастерства респондентов после исполнения всех танцевальных фигур качественная оценка будет следующей:

1. 161-240 баллов – Высокий уровень исполнительского мастерства;
2. 81 - 160 баллов – Средний уровень исполнительского мастерства;
3. 24 - 80 баллов – Низкий уровень исполнительского мастерства.

Результаты мониторинга практической направленности приведены в Таблице 3:

*Таблица 3 – Результаты мониторинга практического уровня исполнительского мастерства*

<b>Уровень исполнительского мастерства</b>	<b>ОГ (248 чел.)</b>	<b>КГ (60 чел.)</b>	<b>ЭГ (57 чел.)</b>
Высокий (161 - 240)	40 чел. (16.1%)	6 чел. (10%)	9 чел. (15.7%)
Средний (81 - 160)	146 чел. (58.9%)	42 чел. (70%)	30 чел. (52.6%)
Низкий (24 - 80)	62 чел. (25%)	12 чел. (20%)	18 чел. (27.7%)
Средний бал	109.51	106.36	91.53
Средний уровень по группе	Средний	Средний	Средний

Очень важным этапом является анализ мониторинга по критериям оценки исполнительского мастерства, где были выявлены следующие средние показатели после исполнения всех предложенных фигур, представленные в Таблице 4:

*Таблица 4 – Результаты мониторинга исполнительского мастерства по критериям*

<b>Критерий</b>	<b>ОГ (248 чел.)</b>	<b>КГ (60 чел.)</b>	<b>ЭГ (57 чел.)</b>
Техника исполнения (ТИ)	6.8 (средний уровень)	6.1 (средний уровень)	5.3 (средний уровень)
Музыкальность движения (МД)	5.4 (средний уровень)	5.1 (средний уровень)	5.8 (средний уровень)
Эмоциональная выразительность (ЭВ)	5.8 (средний уровень)	5.3 (средний уровень)	5.4 (средний уровень)

Итак, после проведенного мониторинга и анализа полученных результатов мы определяем уровень исполнительского мастерства, а именно - практическую

сторону, непосредственно связанную с физическим движением (танцеванием), как «Средний». Мы видим тенденцию, что полученные результаты более стремятся к порогу нижнего уровня, чем к высокому показателю.

По мнению Колпащикова К. И., к основным проблемам качества исполняемых фигур специалист отмечает недостаточно высокую техническую сторону исполнения, что являлось первым критерием оценки уровня исполнительского мастерства респондентов.

Сизинцев А. В. напротив, выделяет ощутимый недостаток музыкальности исполнения движений танцовщиков.

В любом случае, глубокий и высокотехнологичный подход к проведению основных мониторингов определения уровня исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца позволил нам удостовериться в злободневности темы исследования, ее актуальности.

В констатирующем эксперименте мы определили первичный уровень исполнительского мастерства, как отправную точку формирующего этапа исследования. Подводя итоги проведения мониторинга оценки уровня теоретических и практических знаний об исполнительском мастерстве в спортивных бальных танцах, можно констатировать, что уровень теоретических и практических знаний об исполнительском мастерстве средний, даже ближе к нижнему порогу, что подтверждает актуальность поиска путей его повышения в процессе изучения спортивного бального танца в вузах.

В ходе констатирующего этапа эксперимента мы использовали общетеоретические методы, такие как: сравнение (анализ теоретических и практических знаний об исполнительском мастерстве в спортивных бальных танцах); аналогия (сходство явлений и процессов при оценке уровня теоретических и практических знаний об исполнительском мастерстве в спортивных бальных танцах); анализ; синтез; индукция; дедукция; беседы со студентами, а также систематизация результатов в форме таблиц.

По результатам констатирующего эксперимента нами сформулированы следующие **выводы**:

1. В части формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца, преподавательская работа в области спортивных бальных танцах должна преследовать одну цель – воспитание педагога спортивного бального танца, соответствующего высокому уровню исполнительской подготовки, развитие его двигательных навыков, физических качеств, расширения профессионального кругозора;

2. Изучение студентами связи фундаментальных наук о движении с исполнением спортивных бальных танцев значимо и для формирования самого исполнительского мастерства, и как научную обоснованность выбора вариантов исполнения и использования различных техник в конкретном танце;

3. Современное состояние проблемы формирования исполнительского мастерства у будущих педагогов спортивного бального танца является следствием недостатка практических занятий тренажной направленности, с внедрением системного, проблемно-развивающего элемента;

4. Методики преподавания спортивных бальных танцев в вузе должны базироваться на неразрывности теории и практики в процессе обучения педагогов. Без «фильтрации» через собственное тело теоретических знаний, будущий педагог спортивного бального танца, скорее всего, не сможет выбрать правильное решение тех или иных проблем своих учеников практической направленности, связанной с неправильным исполнением фигур и элементов. И наоборот, танцовщик, который «просто» исполняет фигуру или целый танец, без понимания теоретического фундамента своих движений будет лишён возможности объяснить своим ученикам, как рождается правильное движение (танцевание);

5. Показатели ответов на вопросы, связанные с общей принадлежностью и ориентированием в спортивных бальных танцах гораздо выше, чем ответы на вопросы, связанные непосредственно с темой данного диссертационного исследования.

## Выводы по второй главе

1. Хореографическое искусство, как и сама хореографическая педагогика, должны опираться на закономерности, ведущие принципы и практический опыт таких наук, как психология, физиология, анатомия, биомеханика. Эффективность процесса формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивных бальных танцев в вузе определяется совокупностью *дидактических, технологических и творческих условий*, а именно: *доступность материала; наглядность и образность; систематичность и целостность информации; знание и использование принципов биомеханики; анализ структуры танцевальных элементов на технико-исполнительские подкомпоненты; изучение танцевальных элементов как телесно-двигательного упражнения; вариативность выбора варианта исполнения танцевального элемента; ситуативное изменение структуры исполнения танцевального элемента с внедрением различных усложняющих элементов.*

2. Центральным предметом биомеханики является поиск и изучение методов осуществления двигательных действий с минимальными физическими затратами. В контексте формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца «эффективность исполнения» вместе с развитием координации становятся ключевыми объектами исследования.

3. Констатирующий этап эксперимента показал, что в педагогической работе по спортивному бальному танцу в вузе недостаточно использованы научно-теоретические знания наук о процессе движений человека, таких как анатомия, биомеханика и физиология, а также имеются недостатки в традиционных методах обучения в педагогике хореографии. Современные инновационные методы должны обеспечивать не только высокий уровень теоретической подготовки и знаний, но и развитие исполнительского мастерства и пластических навыков в соответствии с современными тенденциями развития спортивных бальных танцев. Это подтверждает корректное формулирование гипотезы диссертационного исследования.

4. Результаты констатирующего эксперимента позволили определить комплекс требований к методике преподавания дисциплины «Методика преподавания спортивного бального танца. Латиноамериканская программа» в вузе, которые отвечают современным тенденциям и динамике развития танцевального спорта, а также актуальным требованиям хореографической и спортивной педагогики. Эти результаты также обосновывают необходимость внедрения экспериментальной методики преподавания указанной дисциплины.



### **Глава 3. Опытнo-экспериментальная работа по формированию исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе**

#### **3.1. Авторская методика формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе**

Наше исследование посвящено процессу формирования исполнительского мастерства у будущих педагогов спортивного бального танца в вузе. Как было определено ранее, исполнительское мастерство довольно сложная система. Наряду с фундаментальными теоретическими знаниями о технике спортивных бальных танцев, основных принципах каждого танца и его отличительных особенностях у студентов должны сформироваться и практические двигательные навыки – сбалансированное движение (танцевание), скоординированность частей тела во время акта перемещения, а также специальные двигательные характеристики и навыки – скорость, мощность, эластичность мышц, выносливость и др.

Авторская методика формирования исполнительского мастерства представляет собой набор эффективных методов и авторскую педагогическую технологию, которые, безусловно, базируются на педагогических методах, принципах и подходах, а также педагогических условиях, подробно описанных в предыдущих главах нашего исследования.

Анализ теоретико-методологических основ формирования исполнительского мастерства в спортивных бальных танцах в условиях высшего образования показал, что создание авторских нововведений не может осуществляться без использования опыта других хореографических систем. Таким образом, наша авторская методика создавалась с внедрением и использованием методик преподавания академического классического танца, наследия современного танца, а также существующих методик и техник У. Лэрда,

Д. Бернса, Д. Херна в спортивных бальных танцах, в частности в латиноамериканской программе.

Авторская методика построения учебного занятия состоит из определенных педагогических циклов:

*Первый педагогический цикл* – процесс теоретико-практического обучения общим принципам движения в спортивных бальных танцах;

*Второй педагогический цикл* – процесс теоретико-практического обучения специальным принципам движения в спортивных бальных танцах;

*Третий педагогический цикл* – процесс использования и физического воспроизведения двигательных навыков в фигурах спортивных бальных танцев.

Рассмотрим данные циклы более подробно с описанием внутренних педагогических этапов.

### ***ПЕРВЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ЦИКЛ.***

#### ***1. Диагностирующий этап.***

Целью этапа явилось проведение мониторинга о теоретических знаниях студентов об исполнительском мастерстве в спортивных бальных танцах, а также об их фактическом практическом уровне исполнительского мастерства.

Для реализации данного этапа мы использовали классические педагогические методы исследования – диагностика, наблюдение, анкетирование, тестирование, анализ.

#### ***2. Этап дифференциации структуры движения.***

Цель этапа – дать объём теоретико-практической информации об общих принципах движения в спортивных бальных танцах с использованием станка. Данный этап носит тренажный характер, благодаря которому на занятиях системно развиваются и закрепляются такие общие двигательные навыки как баланс, сила ног, изоляция верхней части корпуса от нижней, укрепляется мышечный «корсет», развивается подвижность суставов и сила мышц.

Нами была разработана авторская технология реализации данного этапа – *спортивный бальный экзерсис*, в основе которого лежит методика построения экзерсиса из классического танца. Данный экзерсис содержит ряд упражнений,

которые осуществляют огромное влияние на двигательный аппарат танцовщика, путем синтеза родственных технических принципов элементов классического танца с элементами спортивных бальных танцев.

В основном, упражнения будут выполняться с использованием станка. Использование станка позволяет танцовщикам «не бояться» потери баланса, а за счет дополнительной опоры увеличить уровень нагрузки на мышцы, при этом, не теряя фокуса на контроль качества движения и правильности его исполнения.

Говоря о прямых сходствах методики и принципов исполнения движений спортивных бальных танцев с элементами экзерсиса классического танца, выявим наиболее основные.

Так, «Самба-баунс» (Samba bounce action), по своей сути, дублирует «Demi plie» классического танца, где основным движением является попеременное сгибание и разгибание коленей, а коленный сустав при этом двигается четко по направлению стопы. Исключением является тот факт, что в отличие от «классического» plie, самба-баунс выполняется без выворотного положения стоп.

«Battement tendu» по структуре напоминает исполнение «Сплита» (Cha-cha splits) в танце ча-ча-ча. «Сплит» — это открытие рабочей ноги по полу в сторону, с движением стопы по полу и ее полным, постепенным вытягиванием лишь в конце движения. Открытие ноги в сторону осуществляется внутренними мышцами бедра, без задействования движения корпуса, с сохранением всего веса на опорной ноге.

«Battement tendu jete» – открытие ноги в сторону на воздух (не более 45 градусов) схоже с принципами исполнения «Киков» джайва (Jive kicks). «Кик» – это бросок, «пинок», выбрасывание свободной ноги на воздух в разных направлениях. Единственное отличие «Киков» в том, что движение ноги в сторону осуществляется не прямой ногой с пола, а с положения, напоминающего классическое «Passe» – изначально работающая нога согнута в колене, а затем происходит ее выпрямление на воздух. Акт закрытия ноги происходит в обратной последовательности.

«Rond de jambe par terre» лежит в основе рондов и движения свободной ноги в «Свивлах» (Swivels).

«Свивл» (от англ. swivel – вращать, поворачивать) – вид поворотного движения, при котором опорная нога является осью вращения, рабочая нога является неким «циркулем». Данный технический прием является и самостоятельной фигурой. Свивлы характерны для партии партнерши во многих танцах.

Исходное положение – латинский треугольник; за счет твиста опорной стопы происходит поворот нижней части корпуса, затем происходит шаг с удлинением. При классическом свивле шаг происходит рабочей ногой в противоположную сторону, при внешнем свивле – рабочей ногой в одноименную сторону. После шага мы получаем скрученную позицию в бедрах и корпусе, поскольку плечи стремятся остаться в положении анфас. Далее, за счет использования энергии скручивания верхней части корпуса, твиста стопы опорной ноги, а также ротации бедра опорной ноги, боковых мышц и компрессию опорной стороны происходит вращение нижней части корпуса вокруг опорной ноги. Рабочая нога, которая находится сзади, следует вокруг оси вращения опорной ноги, подобно циркулю. Конечным этапом является сбор ног в позицию латинского треугольника.

Подобно классическому «Ронду» по полу (Rondes), свободная нога в свивлах описывает носком дугу по полу. При этом, желательно, чтобы нога сзади достигла своей предельной точки. Также, к схожей методике исполнения, можно отнести и украшения партнерши, в виде кругов на полу в низком приседании или без него, которые добавляют дополнительную визуальную амплитуду и объемность движения.

Безусловно, простые ронды являются также составляющей фигуры «Ронд-шассе» (Ronde chasse) в ча-ча-ча.

«Battement frappe» напоминает различные приводящие и отводящие движения свободной ноги к опорной ноге в виде «заносок» (Crosses) в различных танцах. Такие «заноски» позволяют обыгрывать и варьировать ритмические

рисунки, насыщать танец синкопами, что поднимает общий уровень музыкальности пары, усиливает скоростное восприятие от ее танца.

«Adagio», как и в классическом танце, «раскрывает» потенциал танцовщиков – как партнеров, так и партнерш, демонстрируя их двигательные, мышечно-силовые способности ног. Сегодня, нередко можно видеть высокие подъемы ног в румбе, а также в более быстрых танцах. Такие линии усиливают эффект восприятия у зрителя и приковывают их внимание во время танца.

Движения рук и перегибы корпуса, например, в танце пасодобль напоминают классическое «Port de bras», в котором руки могут переходить из одного положения в другое, близкое к позициям рук классического танца, а корпус, путем различных его перегибов, дополняет и «углубляет» движения рук в пространстве увеличивая объем движений.

Мелкие амортизирующие движения стопы, похожие на мелкие прыжки, напоминающие малое «Allegro», составляют основу техники исполнения танца «Джайв». Танцовщик перемещается по паркету, подобно «прыгающему мячу», при этом активно задействована работа колена, которая всегда смягчает, амортизирует прыжок.

Таким образом, экзерсис спортивного бального танца можно упорядочить из следующих упражнений, представленных в Таблице 5:

*Таблица 5– Экзерсис спортивного бального танца на основе элементов экзерсиса классического танца*

№	Ведущий технический элемент СБТ	Взятое за основу движение классического экзерсиса	Развивающиеся навыки исполнительского мастерства в СБТ
1.	Самба баунс (Samba bounce action)	Demi plie	Сила ног, работа мышц пресса (исполнение действия «контракшн» и «релиз»), эластичность и плотность движения.
2.	Сплиты Ча-ча-ча (Cha-cha splits)	Bettement tendu	Скорость ног, работа стопы, баланс и контроль паркета.
3.	Кики джайва (Jive kicks)	Bettement tendu jete	Сила и скорость ног, навык быстрого выпрямления ноги, устойчивость и баланс.

## Продолжение Таблицы 5

№	Ведущий технический элемент СБТ	Взятое за основу движение классического экзерсиса	Развивающиеся навыки исполнительского мастерства в СБТ
4.	Ронды (Rondes)	Rond de jambe par terre	Подвижность тазобедренного сустава, эластичность мышц, изоляция частей тела, общая координация движения.
5.	Заноски и закрепчивания (Crosses)	Battement frappe	Скорость ног, устойчивость и баланс, изоляция частей корпуса и общая координация движения.
6.	Высокие медленные подъёмы ног	Adagio	Сила ног, увеличение танцевального шага (амплитуда движения ноги), эстетика линий ног, общая координация движения.
7.	Изменения позиций рук, сочетаемые с перегибами корпуса	Port de bras	Понимание формы рук и корпуса в целом, навык сохранения формы скоординированность рук во время движения, развитие амплитуды движения корпуса в различных плоскостях.
8.	Маленькие прыжки, напоминающие амортизирующие движения	Allegro	Сила ног, выносливость, баланс и устойчивость, эластичность стопы.

**3. Силовой этап.**

Цель данного этапа – осуществление наибольшей нагрузки на двигательный аппарат без использования станка (на середине). На этом этапе также происходит формирование двигательных навыков, в особенности выносливости, силы мышц, увеличение скорости их работы, отодвигается порог мышечной усталости. Отсутствие возможности танцовщика держаться за станок побуждает к усилению уровня контроля над балансом во время движения.

• *Выполнение упражнений/фигур в позиции «Корсета».*

Выполнение любых танцевальных элементов с использованием положения «Корсета», где основной задачей будет являться сохранение этого положения вне зависимости от структуры движения, эффективно развивает изоляцию корпуса, не

позволяет «разваливать» форму корпуса при движении нижней части тела. При этом особая нагрузка осуществляется мышцами, что способствует развитию их силы. К тому же увеличивается качество контроля над движением.

Чтобы правильно выстроить позицию «Корсета», необходимо вывести локти в сторону от диафрагмы. Движение производить до тех пор, пока указательные пальцы рук не достигнут уровня нижнего ребра. Далее, мы обхватываем ребра так, чтобы большие пальцы находились сзади корпуса, остальные спереди и плотно соединены. Кисти при этом находятся в одной горизонтальной плоскости, параллельно полу. В момент того, как позиция будет выстроена, появится 3 отрезка: две точки плеч, две точки локтей, две точки больших пальцев. Если мы соединим все точки, получится зримый шестиугольник, а корпус танцора окажется будто «в корсете». Плечо в данном положении стремится в направлении локтя, осуществляя диагональный стрейтчинг (растяжение). Чем больше плечи давят по направлению вниз, тем больше локти уходят в объем. Локти осуществляют движение диагонально вперед. Данный способ позволяет изолировать лопатки и избавить их от движения назад. Горизонтальное растяжение лопаток, которое способствует увеличению объема позиции и вертикальное растяжение позвоночника придают осанке большую статичность, что необходимо при исполнении латиноамериканских танцев.

Данное упражнение развивает мышцы спины, мышцы рук, которые отвечают за положение корпуса и сохранение его позиции, формы внутри танца. Упражнение должно сопровождаться равномерным дыханием.

Распространенные ошибки:

1) Самой часто встречающейся проблемой является то, что движение локтей вперед приводит к движению грудной клетки назад и «сутулости» спины.

2) Реберная часть чрезмерно выпячивается вперед, что затрудняет свободу дыхания и приводит к избыточному перенапряжению.

• *Упражнения с дополнительным циклическим повтором технического элемента (действия) входящего в состав фигуры.*

- Самба виск с двойным баунсом в латинском кроссе;

- Стационарный самба ход с двойным маятником бедра;
- Боковой самба ход с двойным маятником бедра;
- Ботафого с двойным маятником бедра;
- Повторение входа в положение центрального баланса во время поступательного шага;
- Повторение фазы сбора ноги, сопровождаемой ротацией бедер и др.
- *Упражнения с повторением конкретного базового технического элемента (действия) в виде циклической комбинации.*

### **- Восьмерка;**

«Восьмерка» – основной принцип работы бедра в латиноамериканской программе. Поскольку бедра являются центром соединения корпуса и ног, нельзя отделять бедра в отдельную структуру. Движения бедер всегда взаимосвязаны с движениями корпуса и ног. Необходимо помнить, что, по сути, бедро, с точки зрения анатомии, это часть от тазобедренного сустава до колена. Но, в технике латиноамериканских танцев под бедром подразумевают именно тазобедренный сустав.

Для понимания того, как грамотно исполнять «восьмерку», необходимо вернуться к этимологии данного выражения. Откуда же появился термин восьмерка?

Если мы представим 2 воображаемые окружности вокруг стоп ног, которые пересекаются в центре между двух ног, то мы увидим 8-ку, которая, как бы, «лежит» на полу. И задача бедер, в точности описывать эту траекторию 8-ки, спроецированную на полу.

Мало кому известно, что 8-ка бывает не только «лежащая на полу», но и та, которая лежит на фронтальной плоскости («Cuban action» в ча-ча-ча). Центром окружностей 8-ки является паховая область, верхней границей окружностей являются выпуклости подвздошной кости сбоку, нижней границей – бедренная кость. Тазобедренный сустав так же описывает траекторию 8-ки, не только в горизонтальной плоскости, но и во фронтальной.



Непосредственное участие при описывании траектории «восьмерки» принимают мышцы пресса, боковые мышцы корпуса, мышцы задней поверхности спины. Само упражнение, безусловно, наибольшее воздействие оказывает на развитие подвижности тазобедренного сустава. Но, при этом, необходимо уделять особое внимание изоляции корпуса от активной работы нижней части тела и сохранять форму рук, вертикали и горизонтали корпуса.

Упражнение можно выполнять:

- На месте по 2-й свободновыворотной позиции ног;
- По 6-й позиции ног (Cuban action);
- В динамических фигурах (Кукарача, Основное движение румбы и т.д.)
- С использованием работы колена (Самба Роки с использованием баунса) и др.

#### **- Скручивания;**

Данное техническое действие может осуществляться тазом, а также корпусом. Циклическое повторение данного технического действия в виде упражнения направлено на развитие мышц (сокращения и растяжения) пресса, на увеличение амплитуды работы грудных мышц, боковых мышц, косых мышц живота, мышц задней поверхности спины. Упражнение носит динамический характер, развивает пластику работы тела.

#### **- Маятники;**

Очень часто движения грудной клетки или бедра описывают траекторию полукруга. Полукруг бывает в переднем направлении, а также в заднем направлении относительно фронтальной плоскости. В латиноамериканской программе данное направление движения называют «маятником» из-за траектории движения. Упражнение «маятник» является подготовительной стадией к движению бедра и грудной клетки по полноценной круговой траектории.

«Маятниковое» движение грудной клетки развивает амплитуду движения сторон, увеличивает объем движения грудной клетки, развивает пластичность и эластичность мышц спины и грудных мышц.

После освоения данного упражнения по полукругу целесообразно перейти к движению по круговой траектории.

«Маятниковое» движения таза направлено на подвижность тазобедренного пояса, развитие мышц поясницы и пресса.

Особенностью данного упражнения является то, что его можно выполнять, находясь на полупальцах обеих ног. При это развивается сила икроножной мышцы и укрепляются сухожилия свода, необходимые для большей устойчивости и баланса.

После освоения данного упражнения по полукругу целесообразно перейти к движению по круговой траектории.

Нельзя путать отдельные маятники бедер и грудной клетки с их совместным движением. Существует одновременный маятник бедер и грудной клетки. Принципы работы идентичны работе, описанной выше. Единственным условием является то, что, с точки зрения естественного сохранения равновесия в биомеханике и сохранения вертикали корпуса, движения бедер и грудной клетки разнонаправлены. Если грудная клетка движется спереди по полукругу вправо, то бедра движутся влево по полукругу сзади и наоборот.

Подготовкой к маятникам могут стать простые движения корпуса и бедер в сторону.

• *Упражнения с искусственным усложнением и добавлениемотягощающего элемента.*

- Исполнение упражнений на полупальцах (развивается сила икроножной мышцы и укрепляются сухожилия свода стопы, баланс и устойчивость);

- Исполнение упражнений в легком приседе (развитие мышц ног, увеличение выносливости мышц)

• *Упражнения с интервальным по длительности исполнением движений/фигур на выносливость.*

Суть «интервального» метода в том, что танцовщику дается задание выполнять любое упражнение в течение 15 секунд, затем в течение 30 секунд и

т.д., с увеличением каждого повторения на 15 секунд до последнего подхода повторения упражнения в течение 150 секунд.

Такой метод развивает выносливость, навык распределения нагрузки и сохранения устойчивого дыхания и носит кардио-тренажный характер.

*•Выполнение упражнения/фигуры в течение максимально долгого времени (без ограничения).*

Любую цикличную фигуру или упражнение можно исполнять неограниченное количество раз, но это требует хорошей физической подготовки, а именно – выносливости и силы мышц. Таким образом, непрерывное танцевание в течение максимально длительного времени побуждает необходимые для выносливости навыки к развитию.

Стоит отметить, что качество исполнения во взаимосвязи с временным промежутком исполнения будет ухудшаться – молочная кислота, активно выделяющаяся в мышцах, приводит к их быстрому утомлению и «онемению». Поэтому, очень важен мотивационный уровень студента – студенты с высоким уровнем мотивации к развитию своего исполнительского мастерства будут пытаться «продержаться» как можно дольше, сохранить качество исполнения и не остановиться, сдавшись сразу. Студенты с низкой мотивацией к процессу своего развития, возможно, могут делать остановки при выполнении упражнения.

*•Выполнение упражнений/фигур с замедлением темпа музыкального сопровождения и исполнения, но с повышенной мощностью;*

Если мы представим, что мужчина может сделать 10 отжиманий от пола за 10 секунд, зададим вопрос – сможет ли он выполнить 10 отжиманий, выполняя одно отжимание с распределением его на 10 секунд? Ответ очевиден — это удастся очень сильным людям.

На данном принципе построен наш метод – студенты выполняют фигуры или упражнения максимально медленно, но при этом максимально увеличивая и включая предельную мощность работы мышц, задействованных в движении.

Таким образом, мышцы будут утомляться быстрее, что позволит развивать общую выносливость.

• *Выполнение упражнений/фигур с максимальным увеличением темпа музыкального сопровождения и исполнения.*

Такое исполнение упражнений или фигур также способствует развитию выносливости, отодвигает порог утомляемости мышц в процессе танцевания за счет их систематической чрезмерной работы на пределе.

#### **4. Координационный этап.**

Цель этапа – формирование координации движения на основе комплексного движения с использованием всех или определенных частей тела танцовщика. Данный этап развивает исполнительский навык комплексной работы частей тела танцовщика, при котором те части, которые не должны быть включены в том или ином танцевальном движении в работу, «изолируются» от работы тех частей, которые непосредственно участвуют в двигательном акте.

• *Упражнения на разные типы вращений;*

**- Повороты с использованием действия «Свивла»;**

Свивл – поворотное действие (твистовый характер) с сохранением веса на опорной ноге, которое необходимо для быстрой смены направления. Свивлы бывают нескольких типов – передние наружные, передние внутренние и обратные (задние). Выполнение свивла происходит на всей стопе, подушечка при этом является центральной точкой вращения, каблук находится в контакте с полом. Стоит отметить, что свивлы вперед могут иметь любую степень поворота, а свивлы назад не более 180 градусов.

**- Повороты с использованием спиральных действий;**

Спиральные действия являются разновидностью поворотного хода вперед, но с увеличенной степенью поворота (более 135 градусов). Такое действие приводит к скрещиванию ног в области лодыжек в форму спирали. Сами же спиральные действия делятся на 2 типа – «Спиральный кросс» (поворот от 270 до 315 градусов) и «Спиральный поворот» (повороты более 315 градусов).

**- Комбинации с использованием поворотных ходов вперед и назад;**

Поворотные ходы позволяют менять направления движений внутри фигуры до 135 градусов степени поворота. Некоторые фигуры содержат в своей структуре именно такой тип движения.

**- «Трехшаговый поворот» или поворот на трех шагах;**

Наиболее часто встречающийся тип поворота, который необходим для полного поворота в 360 градусов. Направление первого шага может быть вперед либо в сторону, причем, как на прямую, так и на согнутую в колене ногу. На втором шаге выполняется подставка. Работа стопы на трех шага – подушечка-плоско/подушечка/подушечка-плоско.

**- Продолженные повороты вправо или влево;**

Данный тип вращений напоминает «Шене» из классического танца. Последовательность из половинных поворотов, когда вес переносится с одной ноги на другую, сохраняя вертикаль позвоночника между двумя ногами, перпендикулярно полу. На протяжении всего вращения ноги прямые в колене, вес расположен на подушечках стоп. На первом шаге нога выполняет шаг по направлению движения, а плечи «противоходят» в другую сторону, для небольшого «замаха». Вращение начинается со второго шага. Стопы при этом параллельны. Голова сохраняет точку направления первого шага как можно дольше, а затем пытается обогнать корпус, создавая вращение. Последний шаг выполняется в положение «перед корпусом», для остановки вращения, а каблук полностью опускается на пол.

**- Повороты на одной ноге с сохранением веса в сторону опорной ноги;**

Такой поворот выполняется на одной ноге с полным поворотом в 360 градусов. При этом, вес тела и вертикаль позвоночника сохраняются на опорной ноге, а свободная нога выполняет движение к опорной в процессе поворота.

• *Упражнения на разные типы шагов;*

- Поступательные шаги вперед и назад;
- Чековые ходы вперед и назад;
- Шаги в сторону;
- Кукарача (вперед, в сторону, назад);

- Роки;
- Чековые ходы (вперед и назад);
- Шаги под корпус;
- Задержанные ходы;
- Шаги с давлением;
- Поворотные ходы (вперед и назад).

• *Упражнения на разные технические принципы.*

- Компактное шассе ча-ча-ча через хип-твист и через «Cuban action»;
- Раскрытия румбы через кукарачу в сторону и румба-роки;
- Основное движение румбы с поступательным шагом и задержанным ходом;
- Кики джайва с работой только опорного колена и амортизацией опорной стопы, чередующиеся с киками с использованием подскока и т.д.

*ВТОРОЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ЦИКЛ.*

**5. Технологический этап.**

Цель этапа – овладение теоретико-практическими знаниями о специальных принципах движений в спортивных бальных танцах. В данном этапе происходит изучение типов шагов, изучение основных позиций, приобретение навыков использования различных ритмических рисунков в той или иной фигуре.

Данный этап можно разделить на 3 фундаментальных уровня, состоящих из подкомпонентов:

*Уровень I* – необходимые фундаментальные обязательные базовые понятия.

1. Типы шагов и перемещений;
2. Положения и работа стопы;
3. Общие действия;
4. Степени поворота и ориентация в пространстве;
5. Ритм и тайминг;
6. Плоскости движения.

*Уровень II* – внешние характеристики танцовщика.

7. Положение корпуса, осанка, поза;

8. Позиции в паре;
9. Ведение и взаимодействие (замок, шейпинг).

*Уровень III* – особые действия и принципы движения.

10. Принципы работы бедер;
11. Мышечное обеспечение движения.

### **1. Типы шагов и перемещений.**

Шаг – согласованный перенос полного или частичного веса с ноги на ногу в динамике и статике. Иногда шаги могут быть объединены с действиями, не требующими особой координации. В таком случае «шаг» трансформируется в «ход». Например, поворотный ход джайва, который не требует особых специальных действий, в отличие от поворотного хода румбы, где необходимы обратная восьмерка в бедре и закрытие внутренних мышц бедра в положении сзади.

*Поступательный шаг* характеризуется наличием положения центрального баланса и последующим перекатом веса, за счет чего и будет осуществляться акт перемещения. Поступательные шаги представляют собой непрерывное перемещение в направлении вперед и назад.

*Шаги под корпус* более компактные, в отличие от поступательных шагов. Шаг под корпус представляет собой наступание рабочей ноги под грудную клетку, с характерным сильным контактом в области внутренних мышц бедер. В основном, такие шаги осуществляются в направлении вперед или назад.

*Шаги перед корпусом* наоборот – нужны для того, чтобы работающая нога «обогнала» корпус. Тем самым, достигая положения «неполного прихода веса». Как правило, такие типы шагов применяются для сбалансированной остановки тела после вращений.

*Шаги в сторону* схожи по технике с поступательным шагом, но, мы не можем сделать несколько шагов в сторону. Возможно движение из стороны в сторону, используя рок или кукарачу.

*Рок* – такой тип перемещения, где вес полностью переносится с одной ноги на другую, как бы «раскачивается» между двумя ногами, но, при этом, отсутствует перемещение стоп.

*Кукарача* – частичное перемещение веса тела, которое осуществляется на плоском положении стопы, с использованием кубинского действия (Cuban action) для возврата на опорную ногу. Выделяют кукарачи вперед, в сторону и назад.

*Задержанные ходы* применяются в том случае, когда необходимо усилить взаимодействие с партнером, сохраняя положение веса на ноге, с последующим осуществлением шага на ускорении. Шаги будут начинаться с выноса свободной ноги при сохранении полного веса на опорной ноге. Вес будет переноситься позже. Как правило, вынос ноги происходит на целый счет музыки, а перенос веса на половинку следующего счета.

*Меренге* – тип шага с давлением на полупалец работающей ноги. Может выполняться вперед, в сторону и назад. Каблук рабочей ноги находится над паркетом, а ставится на пол при осуществлении следующего шага. Несмотря на то, что происходит сильное давление на подушку рабочей ноги, основной вес будет сосредоточен на опорной ноге. Так, колено рабочей ноги согнуто, опорной – прямое. Бедра смещены в сторону опорной ноги, а грудная клетка направлена к рабочей ноге.

*Шаг с переменной направления (чековый ход)* представляет собой перемену движения после шага вперед, при котором свободная нога после шага, смягчаясь в колене, принимает на себя вес. Можно выполнить шаг с переменной направления и после движения назад.

## **2. Положение и работа стопы.**

Положение стопы (foot placement) описывает, где одна нога находится в начале шага и в конце шага относительно другой. Наступание стопы может происходить в любом направлении. Некоторые положения могут содержать дополнительные характеристики – носок наружу, внутреннее или внешнее ребро стопы и др. Наступание, как правило, разделено до центрального баланса и после положения центрального баланса. При описании 2-х положений стопы, первое



означает исходное положение перед шагом, второе – конечное положение после перемещения.

Работа стопы определяет, какая часть находится в контакте с танцевальным паркетом (с весом или без) в процессе шага и как стопа должна наступить.

Выделяют следующие стадии работы стопы:

- Каблук (начало и конец представляют перекал стопы);
- Полупалец (подушечка);
- Палец (наивысшее положение стопы);
- Вся стопа (когда наступание происходит всей стопой целиком);
- Плоско (приход стопы с каблука или пальца в плоское положение вследствие перекал);
- Внутреннее ребро стопы (щиколотка во внутрь);
- Внешнее ребро стопы (щиколотка наружу).

### **3. Общие действия.**

Выделяют следующие основные действия:

- *Действие свивла;*

Свивл – поворотное действие (твистовый характер) с сохранением веса на опорной ноге, которое необходимо для быстрой смены направления.

- *Спиральные действия;*

Спиральные действия являются разновидностью поворотного хода вперед, но с увеличенной степенью поворота (более 135 градусов). Такое действие приводит к скрещиванию ног в области лодыжек в форму спирали.

- *Задержанные действия;*

Такие действия, когда стопа наступает без веса, который переносится позже.

- *Латинский кросс (действие закрепивания);*

Это такое положение верхней части ног и таза. Такая позиция создается путем скрещивания ноги спереди или сзади, после сбора свободной ноги. Колени при этом будут в контакте и согнуты. Каблук задней ноги будет на подушечке, носок развернут наружу. Таз будет находиться в нейтральном положении во

время кросса для того, чтобы выполнить необходимую работу для начала следующего движения. Стопа опорная находится в плоском положении. Колено спереди более согнуто, чем сзади. «Развесовка» баланса зависит от фигуры, как и положение плеч, которые могут быть слегка повернуты.

- *Повороты и вращения (вращательные действия);*

Существует 2 основных действия для вращения в спортивных бальных танцах – *поворот на трех шагах* и *продолженное вращение*. Поворот на трех шагах необходим для осуществления полного поворота на трех шагах. Направление первого шага допустимо как вперед, так и в сторону. Поступательное вращение же представляет собой последовательность из полуповоротов, с одной ноги на другую, при этом положение веса будет по середине двух ног.

- *Действие баунса;*

Баунс – пружинящее, цикличное действие, которое образуется путём сгибания и выпрямления коленей, во взаимосвязи с работой таза и стоп. Данное действие характерно для фигур в ритме «SaS» и его производных – поступательная вольта (Travelling Volta) в ритме «SaSaSaS». Фигурой в ритме «SS», в которой используется баунс, является «Шаги крузадо» (Crusados Walks).

Сложность правильного исполнения действия баунса в том, что мы путаем общий ритм и тайминг фигуры, который характеризуется перемещением наших стоп, с ритмом и таймингом самого баунса, который происходит в коленях.

Самба-баунс имеет свой ритм («QQQQ») и тайминг («1&2&»). О чем нам говорит эта информация? О том, что в действии нет акцентов, действие постоянное, непрерывное и «монотонное».

#### **4. Степени поворота и ориентация в пространстве.**

Данный пункт обозначает количество поворота, которое танцор осуществляет при выполнении шага, определяя направление точки солнечного сплетения. Степени поворота носят рекомендательный характер, поскольку, порой, нужную степень поворота невозможно выполнить и приходится делать поворот большей степени или меньшей степени. При повороте, последующем в

том же направлении, меньшую степень стоит отнять от степени общего поворота. Если же последующий поворот будет в другую сторону, меньшую степень стоит прибавить к общей степени поворота.

Выделяют основные степени поворота (часть от полного круга):

- $1/8$  (45 градусов);
- $1/4$  (90 градусов);
- $3/8$  (135 градусов);
- $1/2$  (180 градусов);
- $5/8$  (225 градусов);
- $3/4$  (270 градусов);
- $7/8$  (315 градусов);
- 1 (полный поворот – 360 градусов).

Построение – описание того, как танцор расположен в пространстве во время исполнения того или иного шага. Этот технический аспект носит композиционно-рекомендательный характер. В таких танцах как ча-ча-ча, румба и джайв, начальным построением, как правило, считается «Лицом к стене», поскольку танцы не склонны к активным перемещениям по паркету, более статичны. В основном используется фронтальная плоскость, в которой партнер обращен к зрителю лицом. Что касается танцев самба и пасодобль, то они носят поступательный динамичный характер движения по кругу (линии танца).

Выделяют следующие построения (определяются по направлению шага, могут исполняться как спиной, так и лицом в конкретное направление):

- К стене;
- Диагонально стене против линии танца;
- Против линии танца;
- Диагонально центру против линии танца;
- К центру;
- Диагонально центру;
- По линии танца;
- Диагонально стене.

## 5. Ритм и тайминг.

Необходимо обладать базовым пониманием музыкальной структуры танца, для изучения и правильного исполнения танцевальных фигур. Тайминг — это правильное использование темпа (скорости музыки) при выполнении шагов или действий. Доля такта – количество ударов, используемых для выполнения шага или действия.

Еще давно артисты уделяли внимание использованию интерпретаций классических музыкальных длительностей, которые необходимы для создания большего художественного выражения. В классическом джазе такой принцип назывался смешанный тайминг (shuffle timing).

Написанные композиции, где звукам и ударам были присвоены фиксированные значения для точности и целостности, могут быть интерпретированными на основе правила, согласно которому продолжительность такта может быть увеличена, пока она не удвоится по сравнению с исходным значением, либо уменьшена, пока не составит половину от начальной длительности. Вот почему при прослушивании классической или джазовой композиции в исполнении разных музыкантов, эффект восприятия и ощущения будут разными, каждый раз создавая у слушателя разные эмоции.

В спортивных бальных танцах тайминг для каждой фигуры четко установлен. Каждому составляющему удару присвоено значение относительно такта:

- Целый удар (1);
- 1/2 удара (&);
- 1/4 удара (a);
- Slow (2 удара для танцев 4/4, 1 удар для танцев 1/2);
- Quick (1 удар для танцев 4/4, 1/2 удара для танцев 1/2).

Однако, исследования показывают, что для насыщения шагов и фигур персонализацией и презентацией, чёткий регламент длительности ограничивает раскрытие индивидуальности танцоров, раскрытия их физических и внутренних качеств. Поэтому, «плавающий» тайминг в спортивных бальных танцах является

значимым для повышения уровня художественной и музыкальной ценности образа.

Стоит отметить, что счета «&» и «а» являются переменными величинами, а не постоянными. Длительность счетов зависит от интерпретаций танцорами длительности, стиля пары и их хореографии. Количество времени, используемое в этих счетах, не всегда берется от предыдущего музыкального удара, но меняется в зависимости от фигуры, стиля и используемой интерпретации танцоров.

Танец основан на сочетании звука и движения, следовательно – тесно связан с музыкой. Базовые танцевальные понятия о музыке, конечно же, не раскрывают определение музыкальности в полной мере, но являются достаточными для понимания связи музыкальной структуры и техники исполнения танца.

Основными компонентами построения музыкальной композиции являются мелодия и ритм. Мелодия – мотив композиции, созданный из серии ритмически организованных отдельных нот (высота и тональность), описанных по горизонтали нотного стана как единое целое.

Как в речи присутствуют предложения, которые в совокупности излагают определенную мысль, так и музыка состоит из музыкальных фраз.

Ритм – регулируемая последовательность сильных и слабых ударов одинаковой продолжительности. Базовый ритм каждого танца собран в такты по 2, 3, 4 удара с использованием разных ударных акцентов. Допускается изменение основного ритма за счет синкоп для увеличения скорости движений.

## **6. Плоскости движения.**

Существует 3 плоскости движения, которая создается двумя осями, формирующими плоскость в трехмерном пространстве:

*Фронтальная плоскость* – вертикальная плоскость, которая разделяет корпус на переднюю и заднюю части. Она сформирована вертикальной и горизонтальной осями. Пересекает плоскость сагиттальная ось, вокруг которой и возможно движения, такие как – наклоны, компрессии, перегибы, сжатия;

*Сагиттальная плоскость* – делит тело на правую и левую половины. Формируется вертикальной и сагиттальной осями, которые пересекает горизонтальная ось, вокруг которой происходят такие действия как – изгибы, растяжения, удлинения, продления сторон корпуса;

*Горизонтальная плоскость* – делит тело на верхнюю и нижнюю части. Такая плоскость собрана горизонтальной и сагиттальной осями, пересекаемые вертикальной осью движения. В этой плоскости осуществляются вращения, ротации, повороты в корпусе.

## **7. Положение корпуса, осанка, поза.**

В целом, поза определяется как положение тела для противодействия силе тяжести. Выделяют 2 типа поз – *статическую*, которая описывает положение тела в состоянии покоя без учета каких-либо движений; *динамическую*, которая описывает тело в процессе движения.

Динамическая поза является результатом сочетания движений, выполняемых одновременно с различными частями тела и постоянно изменяющихся.

Статическая поза не может быть применима к процессу движения, но можно описать базовое положение тела на основе общих принципов. Так, позиция (осанка) корпуса практически неизменна, за исключением танца «Пасодобль», где используется особое положение тела.

В базовом положении в сагиттальной плоскости по вертикали должны быть расположены 3 точки – центр головы, центр плечей и центр бедер. Такая вертикаль может быть расположена в разных точках стопы, в зависимости от действий и движений тела. Вес тела, при этом, должен быть сосредоточен на внутренних частях стопы.

Что касается ног, то возможно экстра-выпрямленное положение колен, а также смягченное положение, для большего контроля уровня плоского движения тела.

Плечи должны быть расслаблены, в то время как мышцы пресса удерживают позвоночник в вертикальном положении, «убирая» его изгибы, за счет подтягивания центра пресса к пояснице назад и вверх к диафрагме.

Из-за специфики танцевальной обуви позиции тела партнёра и партнерши слегка отличаются. Так, для партнерши характерно положение грудной клетки ближе к направлению передней части стопы, а таза к задней части.

### **8. Позиции в паре.**

Для описания позиций в паре внутри исполнения фигуры существует 2 основных подхода:

- Положение относительно партнера;
- Поворот относительно партнера.

По положению партнеров относительно друг друга выделяют следующие позиции:

- Закрытая позиция;
- Открытая позиция;
- Удлиненная позиция;
- Левая диагональная позиция;
- Правая диагональная позиция;
- Левое удлиненное боковое положение;
- Левое боковое положение;
- Правая боковая позиция;
- Правое заднее диагональное положение;
- Заднее закрытое положение;
- Заднее открытое положение;
- Заднее удлиненное положение;
- Заднее левое диагональное положение.

По повороту дамы относительно партнера выделяют следующие положения:

- Оппозиционное положение – направление центра тела партнерши в противоположном направлении центру тела партнера;

- Однонаправленное положение – направления центров тела партнера и партнерши совпадают;

- Положение правого угла – центр партнерши перпендикулярен направлению центра партнера, с левым плечом партнерши ближе к плоскости партнера;

- Положение левого угла – центр партнерши перпендикулярен направлению центра партнера, с правым плечом партнерши ближе к плоскости партнера.

В каждой фронтальной позиции допустимы еще 4 позиции в зависимости от поворота и скручивания тел партнеров относительно друг друга:

- Променадная позиция – V-образное положение для движения партнеров в одном направлении вперед. Партнеры создают скручивание тела не более 45 градусов от центра пары (партнер – влево, партнерша – вправо) в плечах, но немного больше в бедрах и стопах;

- Обратная променадная позиция – V-образное положение для движения партнеров в одном направлении вперед. Партнеры создают скручивание тела не более 45 градусов от центра пары (партнер – вправо, партнерша – влево) в плечах, но немного больше в бедрах и стопах;

- Фолловэй/Обратный фолловэй – аналогичная позиция променадной/обратной променадной позиции, необходимая для движения партнеров назад.

## **9. Ведение и взаимодействие (замок, шейпинг).**

Ведение – способ взаимодействия партнеров, необходимый для внешнего обозначения реакции на особые движения или действия. Существует ведение через физическое управление и взаимодействия, а также через визуальный контакт.

Ведение основано на видах давления. Давление же — это такое действие, без особого тайминга, независимого от скорости выполнения или скорости музыки. Давление активизируется «весом тела» партнеров и его движением относительно центра пары.



При движении центров партнеров к направлению центра пары получается *сильное давление* в замке. При малом движении центров партнеров к замку мы получим *нулевое давление*, необходимое для первичной синхронизации партнеров. К тому же, такой вид взаимодействия можно почувствовать путем незначительного общего мышечного напряжения рук. Если же центры партнеров будут двигаться от общего центра пары, такая реакция будет осуществляться в виде *натяжения* в замке.

Стоит отметить, что осуществление взаимодействия за счет движения тел партнеров приоритетно созданию ведения за счет мышечного напряжения. Замок партнеров необходимо перемещать в одной скорости с движением тела.

В замке партнеров передаются импульсы движения тел партнеров. Давление не должно быть длительным, после сильного давления будет следовать нейтральное положение (нулевое давление), после чего реакция в замке должна измениться.

Замок представляет собой точки контакта партнеров в руках. Существуют следующие виды контакта партнеров в руках:

- Левая кисть партнёра за правую кисть партнерши;
- Правая кисть партнера за правую кисть партнёрши;
- Левая кисть партнера за левую кисть партнерши;
- Верхний основной замок;
- Променадный замок;
- Обратный променадный замок;
- Теневой замок (левая кисть партнера на левом запястье партнерши; левая кисть партнера в левой кисти партнерши; правая кисть партнера в контакте с правым плечом партнерши/ правым бедром партнерши/ правой стороной партнерши/левая рука партнерши накрест корпуса).

Под шейпингом подразумевается формирование формы, путем точек соприкосновения партнеров, создающих определенный «силуэт». Во время исполнения фигур с присутствием одного или двух замков, руки могут находиться на 4-х уровнях высоты:

- На уровне центра пресса партнерши;
- На уровне плеч партнерши;
- На уровне глаз партнерши;
- На уровне бедра партнерши.

### **10. Принципы работы бедер.**

Траектория движения бедер — это движение всего таза во время выполнения шага. Бедра могут двигаться в 3-х плоскостях. Допускается:

- Смещение таза за пределы стоп, перпендикулярно полу во фронтальной плоскости;

- Наклоны во фронтальной плоскости, когда одна косточка бедра становится выше по отношению к другой. Такую позицию можно достичь путем полного переноса веса на одну опорную ногу и расслабления свободной ноги в колене;

- Ротации в горизонтальной плоскости, когда таз вращается относительно плеч, что создает скручивание в туловище;

- В сагиттальной плоскости вкручивание таза вперед или отклонение назад. В первом случае кифоз дорсальной части позвоночника увеличен, а поясничный лордоз нейтрализован. Во втором случае изгиб поясницы увеличен, а спинной кифоз нейтрализован. Вкручивание таза всегда сопровождается реакцией мышц пресса в виде сокращений (контракшн).

Общая работа бедра может осуществляться следующими принципами:

- По восьмерке/ обратной восьмерке;
- Круговая траектория;
- По полукругу;
- Наклон таза вперед/ назад;
- Наклон бедра;
- Твист;
- Кьюбан экшн (Cuban action).

Мышечное обеспечение движения бедер осуществляется согласно разнице танцев в скорости, уровне перемещений по паркету, динамике. Так в бедрах могут осуществляться такие мышечные действия:

- Осаживание (движение бедра за линию плеч);
- Активное движение (бедра остаются внутри плоскости плеч);
- Свинг (маятниковые раскачивания относительно оси центра тела);
- Перевод бедра (движение таза параллельно полу во фронтальной плоскости);
- Ротация (вращение таза по отношению к оси позвоночника в горизонтальной плоскости)
- Вкручивания/выкручивания (движение таза в сагиттальной проекции).

### **11. Мышечное обеспечение движения.**

Мышечные действия, осуществляемые в корпусе от линии бедер до линии плеч. Могут происходить в 3-х зонах: зона плеч, зона туловища, зона нижней части туловища. В данных зонах в теле могут осуществляться следующие мышечные действия:

- Сжатие (компрессия) – активация мышц спины между лопатками и бедрами, как правило, в нижней части корпуса;
- Ротация – вращение одной части корпуса по отношению к другой. Как правило, в области плеч по отношению к бедрам;
- Перевод – движение грудной клетка вперед/назад, вправо/влево, диагонально;
- Наклон/свэй – «раскачивание», изменение положения плеч по вертикали;
- Разгибание/сгибание – сильное растяжение грудных мышц вперед/сильное растяжение мышц спины назад;
- Контракшн (сжатие) – начинается в районе таза и распространяется на весь позвоночник, увеличивая расстояние между позвонками.

Действия в корпусе могут использоваться для координации движения внутри тела или для эстетического усиления восприятия.

### **6. Этап динамического движения в пространстве.**

Цель этапа – использование базовых принципов движения спортивных бальных танцев путем их соединения в комбинацию движений. Поскольку комбинации будут, в основном, содержать поступательные движения и фигуры,

особый акцент будет осуществлен на формирование навыков работы с «весом тела» танцовщиков, с переносом вертикали корпуса, сменой центра тяжести в зависимости от динамического перемещения, а также грамотному использованию ритмов в движении. В основе упражнений лежат следующие движения:

- Шаги крузадо (Самба);
- Лок-степы (Ча-ча-ча);
- Поступательные шаги (Румба, Ча-ча-ча);
- Шассе/Лок шассе/Бегущее шассе (Джайв);
- Кубинские брейки (Ча-ча-ча);
- Шассе в сторону/Кросс шассе;
- Повороты на трех шагах/Поступательные вращения/Спиральные повороты;
- Батукады (Самба);
- Зигзаги;
- Поворотные ходы;
- Сплиты;
- Крисс-кросс/кроссовер и др.

### *ТРЕТИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ЦИКЛ.*

#### **7. Композиционно-тренажный этап.**

Цель этапа – применение двигательных навыков и техники танца в фигурах спортивных бальных танцев и их различных танцевальных комбинациях из разных фигур. Данный этап также существенно повышает координацию тела танцовщиков, поскольку в танцевальных комбинациях будут использованы и соединены в одну общую комбинацию такие элементы, которые содержат абсолютно разную двигательную структуру (шаги, повороты, поворотные шаги и др.). Комбинации будут носить циклический характер, что позволит исполнять их в течение долгого времени, неограниченное количество раз, что также повышает физическую выносливость танцоров.

#### **8. Вариативный этап.**

Цель этапа – дать теоретико-практическое обоснование изменения структуры движения тела танцовщика в зависимости от смены музыкальной ритмической структуры фигуры и наоборот, для последующей трансформации данных знаний в практические педагогические навыки. Также, для данного этапа характерно изучение вариантов «замены» тех или иных шагов на другие, без изменения направления движения.

- *Упражнения на смену музыкального ритма;*
  - «Самба виск» в ритме Slow-a-slow/Slow-quick-quick/Quick-quick-slow;
  - Основное движение ча-ча-ча в базовом исполнении и с использованием гуапача тайминга;
  - Основное движение румбы в базовом исполнении и с использованием хабаннера тайминга;
  - Променадные бега самбы в ритмах 123/ Slow-quick-quick/Quick-quick-slow;
  - Стационарный самба ход в ритмах Slow-a-slow/Slow-quick-quick/Quick-quick-slow и др.
- *Упражнения на смену координации движения;*
  - Компактное шассе ча-ча-ча через активную ротацию бедра и через кьюбн экшн;
  - Шассе джайва через свинг и через прыжковые действия;
  - Боковая кукарача румбы с чередованием с румба роком;
  - Таймстеп ча-ча-ча через полный перенос веса или шага с давлением на 2 шаге шассе в сторону и компактного шассе;
  - Кики джайва в базовом исполнении или с замахом рабочей ноги и др.
- *Упражнения на замену варианта исполнения одной фигуры другим вариантом исполнения аналогичной фигуры;*
  - Нью-йоркское раскрытие ча-ча-ча через ронд-шассе;
  - Основное движение джайва через лок-шассе вперед и назад;
  - Выход из чекового хода вперед в танце ча-ча-ча через ронд-шассе или слип-шассе;
  - Основное движение ча-ча-ча через боковое кросс-шассе;

- Синкопированный таймстеп через виск-шассе и др.

### ***9. Трансформационный этап.***

Цель этапа – на основе понимания стилистических и характерных особенностей каждого отдельного танца, сформировать навык переноса лексического материала одного танца в другой танец, что развивает понимание пространства, а также формирует актерскую выразительность и мастерство, поскольку схожая по шагам хореография должна исполняться в другом внутреннем состоянии, стиле и характере, в зависимости от конкретного танца и музыкального материала.

Например, чековый ход в танцах румбы или ча-ча-ча, можно заменить латинским кроссом в самбе. А такая фигура как ронд-шассе ча-ча-ча может в самбе исполняться путем танцевания самба виска с рондом, но в другом ритмическом рисунке.

На данном этапе возможно меняться партиями при исполнении. Так, партнерши могут протанцевать партию партнера в комбинации и наоборот.

Таким образом, авторская методика формирования исполнительского мастерства у будущих педагогов спортивного бального танца в вузе в виде соотношения упражнений и компетенций, а также умений, входящих в структуру конкретной компетенции<sup>1</sup>, формируемых на каждом из этапов, представлена в Таблице 6.

---

<sup>1</sup> Основная профессиональная образовательная программа высшего образования по направлению подготовки 52.03.01 «Хореографическое искусство», профиль «Педагогика спортивного бального танца».  
<https://www.mgik.org/sveden/files/000897.pdf>

Таблица 6 – Технологическая карта формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе

Компонент компетенции и индикаторы	Умения, входящие в структуру компетенции	Виды упражнений и заданий, направленные на развитие умений	Педагогические условия
<b>ДИАГНОСТИРУЮЩИЙ ЭТАП</b>			
Способен осуществлять управление познавательными процессами обучающихся, формировать умственные, эмоциональные и двигательные действия (ПК-1). ПК-1.1. Осуществляет управление познавательными процессами обучающихся. ПК-1.2. Формирует умственные, эмоциональные и двигательные действия обучающихся.	<i>Знать:</i> психологические методы познания, самопознания, развития, коррекции и саморегуляции; закономерности образовательного процесса, педагогические технологии и методы обучения, формирования профессиональных умений и навыков; научно-педагогические подходы к формированию умственных, эмоциональных и двигательных действий. <i>Уметь:</i> выбирать средства и методы обучения, конструировать собственную педагогическую деятельность на основе применения современных образовательных технологий, выбора оптимальной стратегии преподавания и целей обучения, планировать и проводить педагогическую и воспитательную работу. <i>Владеть:</i> Личностно-ориентированными технологиями обучения, современными образовательными технологиями, направленными на формирование умственных, эмоциональных и двигательных действий.	Проведение мониторинга о теоретических знаниях студентов и уровне их исполнительского мастерства.	<i>Дидактические:</i> Доступность материала; систематичность и целостность информации. <i>Технологические;</i> Анализ структуры танцевальных элементов на технико-исполнительские подкомпоненты;

Продолжение Таблицы 6

Компонент компетенции и индикаторы	Умения, входящие в структуру компетенции	Виды упражнений и заданий, направленные на развитие умений	Педагогические условия
<b>ЭТАП ДИФФЕРЕНЦИАЦИИ СТРУКТУРЫ ДВИЖЕНИЯ</b>			
Способен профессионально осуществлять педагогическую репетиционную работу с исполнителями (ПК-3). ПК-3.1. Профессионально осуществляет педагогическую деятельность.	<i>Знать:</i> основные понятия и профессиональную терминологию; основные методы хореографической педагогики; теорию и методику преподавания хореографических дисциплин. <i>Уметь:</i> планировать и профессионально осуществлять педагогическую работу с исполнителями; корректировать технические и стиливые ошибки исполнителей. <i>Владеть:</i> навыками профессиональной педагогической деятельности.	<i>Упражнения из спортивного бального экзерсиса:</i> Самба баунс; Сплиты Ча-ча-ча; Кики джайва; Ронды; Заноски и закрешивания; Высокие медленные подъёмы ног; Изменения позиций рук, сочетаемые с перегибами корпуса; Маленькие прыжки, напоминающие амортизирующие движения. <i>Упражнения направлены на системное развитие и закрепление таких двигательных навыков как баланс, сила ног, изоляция верхней части корпуса от нижней, укрепляется мышечный «корсет», развивается подвижность суставов и сила мышц.</i>	<i>Технологические</i> Знание и использование принципов биомеханики; Анализ структуры танцевальных элементов на технико-исполнительские подкомпоненты; Изучение танцевальных элементов как телесно-двигательного упражнения.
Способен демонстрировать необходимую технику исполнения хореографии, индивидуальную художественную интонацию, исполнительский стиль (ПК-7). ПК-7.1. Демонстрирует необходимую технику исполнения хореографии. ПК-7.3. Вырабатывает оригинальный исполнительский стиль.	<i>Знать:</i> методику грамотного исполнения хореографических движений, технико-сложных элементов. <i>Уметь:</i> анализировать, воспроизводить и демонстрировать хореографический текст. <i>Владеть:</i> стилистикой и манерой исполнения различных направлений хореографического искусства; музыкальностью исполнения.		



Продолжение Таблицы 6

Компонент компетенции и индикаторы	Умения, входящие в структуру компетенции	Виды упражнений и заданий, направленные на развитие умений	Педагогические условия
<p>Способен использовать в профессиональной деятельности знания о биомеханике, анатомии, физиологии, основах медицинской профилактики травматизма, охраны труда в хореографии (ПК-8).</p> <p>ПК-8.1.</p> <p>Использует в профессиональной деятельности знания о биомеханике, анатомии, физиологии.</p>	<p><i>Знать:</i></p> <p>ориентироваться в сложном строении двигательных действий человека, которая обусловлена сложностью строения его двигательного аппарата, системе управления движениями, подчинение движений законам механики.</p>		
<b>СИЛОВОЙ ЭТАП</b>			
<p>Способен профессионально осуществлять педагогическую репетиционную работу с исполнителями (ПК-3).</p> <p>ПК-3.1.</p> <p>Профессионально осуществляет педагогическую деятельность.</p> <p>ПК-3.2.</p> <p>Проводит репетиционную работу с исполнителями.</p>	<p><i>Знать:</i></p> <p>основные методы хореографической педагогики; основные методы и приемы репетиционной работы; основные виды репетиционной работы; законы, правила, структуру, приемы и принципы учебного, репетиционного, постановочного процесса.</p> <p><i>Уметь:</i></p> <p>планировать и профессионально осуществлять репетиционную работу с исполнителями.</p> <p><i>Владеть:</i></p> <p>основными методами репетиционной работы с исполнителями; способностью профессионально работать с</p>	<p><i>Упражнения</i> в позиции «Корсета»; с дополнительным цикличным повтором технического элемента (действия) входящего в состав фигуры; с искусственным усложнением и добавлением отягощающего элемента; с интервальным по длительности исполнением движений/фигур на выносливость; в течение максимально долгого времени (без ограничения); с замедлением темпа музыкального сопровождения и исполнения, но с повышенной</p>	<p><i>Технологические:</i></p> <p>Изучение танцевальных элементов как телесно-двигательного упражнения.</p> <p><i>Творческие:</i></p> <p>Ситуативное изменение структуры исполнения танцевального элемента с внедрением различных усложняющих элементов.</p>

Продолжение Таблицы 6

Компонент компетенции и индикаторы	Умения, входящие в структуру компетенции	Виды упражнений и заданий, направленные на развитие умений	Педагогические условия
<p>Способен применять на практике методику преподавания хореографических дисциплин (ПК-6).  ПК-6.1. Практикует методику преподавания хореографических дисциплин в профессиональной деятельности.  ПК-6.2. Применяет на практике методику преподавания различных видов танца.</p>	<p>исполнителями, контролировать репетиционный процесс в рамках правильного распределения физической нагрузки исполнителей; создать условия для обеспечения высокой работоспособности исполнителя, активизации его операционно-технических функций, контроля физической нагрузки во время репетиционного процесса.</p> <p><i>Знать:</i> задачи, программное содержание и методы обучения в хореографии.  <i>Уметь:</i> применять на практике принципы развития способностей и личностных качеств обучающихся.</p>	<p>мощностью; с увеличением темпа музыкального сопровождения и исполнения.  <i>На основе упражнений происходит</i> формирование двигательных навыков, в особенности выносливости, силы мышц, увеличение скорости их работы, отодвигается порог мышечной усталости.</p>	
<b>КООРДИНАЦИОННЫЙ ЭТАП</b>			
<p>Способен осуществлять управление познавательными процессами обучающихся, формировать умственные, эмоциональные и двигательные</p>	<p><i>Знать:</i> психологические методы познания и самопознания, развития, коррекции и саморегуляции; закономерности целостного образовательного процесса,</p>	<p><i>Упражнения</i> на разные типы вращений; на разные типы шагов; на разные технические принципы.</p>	<p><i>Дидактические:</i> Доступность материала; наглядность и образность; систематичность и целостность информации.</p>

Продолжение Таблицы 6

Компонент компетенции и индикаторы	Умения, входящие в структуру компетенции	Виды упражнений и заданий, направленные на развитие умений	Педагогические условия
<p>действия (ПК-1).  ПК-1.1.  Осуществляет управление познавательными процессами обучающихся.  ПК-1.2.  Формирует умственные, эмоциональные и двигательные действия обучающихся.</p> <p>Способен профессионально осуществлять педагогическую репетиционную работу с исполнителями (ПК-3).  ПК-3.1.  Профессионально осуществляет педагогическую деятельность.</p>	<p>современные педагогические технологии и методы обучения, формирования профессиональных умений и навыков, в том числе в сфере хореографического образования; научно-педагогические подходы к формированию умственных, эмоциональных и двигательных действий.</p> <p><i>Уметь:</i>  выбирать средства и методы обучения, конструировать собственную педагогическую деятельность на основе применения современных образовательных технологий, выбора оптимальной стратегии преподавания и целей обучения, планировать и проводить педагогическую и воспитательную работу.</p> <p><i>Владеть:</i>  Современными образовательными технологиями, направленными на формирование умственных, эмоциональных и двигательных действий.</p> <p><i>Знать:</i>  основные понятия и профессиональную терминологию; теорию и методику преподавания хореографических дисциплин.</p>	<p><i>Данный этап развивает исполнительский навык комплексной работы частей тела.</i></p>	<p><i>Технологические</i>  Анализ структуры танцевальных элементов на технико-исполнительские подкомпоненты;  Изучение танцевальных элементов как телесно-двигательного упражнения.</p>

Продолжение Таблицы 6

Компонент компетенции и индикаторы	Умения, входящие в структуру компетенции	Виды упражнений и заданий, направленные на развитие умений	Педагогические условия
<p>Способен демонстрировать необходимую технику исполнения хореографии, индивидуальную художественную интонацию, исполнительский стиль (ПК-7). ПК-7.1. Демонстрирует необходимую технику исполнения хореографии.</p> <p>Способен видеть и исправлять технические, стилевые и иные ошибки, собственные и других исполнителей (ПК-9). ПК-9.2. Видит и исправляет технические, стилевые и иные ошибки, собственные и других исполнителей.</p>	<p><i>Уметь:</i> планировать и профессионально осуществлять педагогическую работу с исполнителями; корректировать технические и стилевые ошибки исполнителей.</p> <p><i>Владеть:</i> навыками профессиональной педагогической деятельности</p> <p><i>Знать:</i> методику грамотного исполнения хореографических движений.</p> <p><i>Уметь:</i> анализировать, воспроизводить и демонстрировать исполнителям хореографический текст.</p> <p><i>Владеть:</i> музыкальностью исполнения и способностью передать ее до исполнителя.</p> <p><i>Знать:</i> методику исполнения движений, технически-сложных и трюковых элементов.</p> <p><i>Уметь:</i> умеет видеть причинно-следственную связь появления технических, стилевых и иных ошибок исполнителей; умеет объяснить и раскрыть правильную технику исполнения того или иного движения.</p>		

Продолжение Таблицы 6

Компонент компетенции и индикаторы	Умения, входящие в структуру компетенции	Виды упражнений и заданий, направленные на развитие умений	Педагогические условия
<b>ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ЭТАП</b>			
<p>Способен осуществлять управление познавательными процессами обучающихся, формировать умственные, эмоциональные и двигательные действия (ПК-1). ПК-1.1.</p> <p>Осуществляет управление познавательными процессами обучающихся. ПК-1.2.</p> <p>Формирует умственные, эмоциональные и двигательные действия обучающихся</p>	<p><i>Знать:</i> закономерности целостного образовательного процесса, современные педагогические технологии и методы обучения, формирования профессиональных умений и навыков; научно-педагогические подходы к формированию умственных, эмоциональных и двигательных действий.</p> <p><i>Владеть:</i> Современными образовательными технологиями, направленными на формирование умственных, эмоциональных и двигательных действий.</p>	<p>Овладение теоретико-практическими знаниями о специальных принципах движений: Типы шагов и перемещений; Положения и работа стопы; Общие действия; Степени поворота и ориентация в пространстве; Ритм и тайминг; Плоскости движения; Положение корпуса, осанка, поза, шейпинг; Принципы работы бедер; Мышечное обеспечение движения.</p>	<p><i>Дидактические:</i> Доступность материала; наглядность и образность; систематичность и целостность информации.</p> <p><i>Технологические</i> Анализ структуры танцевальных элементов на технико-исполнительские подкомпоненты; изучение танцевальных элементов как телесно-двигательного упражнения; знание и использование принципов биомеханики.</p>
<p>Способен профессионально осуществлять педагогическую репетиционную работу с исполнителями (ПК-3). ПК-3.1.</p> <p>Профессионально осуществляет педагогическую деятельность.</p>	<p><i>Знать:</i> основные понятия и профессиональную терминологию; теорию и методику преподавания хореографических дисциплин.</p> <p><i>Уметь:</i> корректировать технические и стиливые ошибки исполнителей.</p> <p><i>Владеть:</i> навыками профессиональной педагогической деятельности; способностью профессионально работать с исполнителями.</p>		

Продолжение Таблицы 6

Компонент компетенции и индикаторы	Умения, входящие в структуру компетенции	Виды упражнений и заданий, направленные на развитие умений	Педагогические условия
<p>Способен запомнить и стилистически верно воспроизвести (показать) текст хореографического произведения (ПК-4). ПК-4.2.</p> <p>Стилистически верно воспроизводит (показывает) текст хореографического произведения.</p> <p>Способен демонстрировать необходимую технику исполнения хореографии, индивидуальную художественную интонацию, исполнительский стиль (ПК-7). ПК-7.1.</p> <p>Демонстрирует необходимую технику исполнения хореографии.</p> <p>Способен видеть и исправлять технические, стилевые и иные ошибки, собственные и других исполнителей (ПК-9). ПК-9.2.</p> <p>Видит и исправляет технические, стилевые и иные ошибки, собственные и других исполнителей.</p>	<p><i>Знать:</i> методику исполнения базовых движений спортивного бального танца.</p> <p><i>Знать:</i> методику грамотного исполнения хореографических движений.</p> <p><i>Уметь:</i> анализировать, воспроизводить и демонстрировать исполнителям хореографический текст.</p> <p><i>Владеть:</i> музыкальностью исполнения.</p> <p><i>Знать:</i> методику исполнения движений.</p> <p><i>Уметь:</i> умеет видеть причинно-следственную связь появления технических, стилевых и иных ошибок исполнителей; умеет объяснить и раскрыть правильную технику исполнения того или иного движения.</p>		

Продолжение Таблицы 6

Компонент компетенции и индикаторы	Умения, входящие в структуру компетенции	Виды упражнений и заданий, направленные на развитие умений	Педагогические условия
<b>ЭТАП ДИНАМИЧЕСКОГО ДВИЖЕНИЯ В ПРОСТРАНСТВЕ</b>			
<p>Способен создавать учебные танцевальные композиции от простых комбинаций до небольших музыкально-хореографических форм (ПК-2). ПК-2.1. Создает учебные танцевальные хореографические композиции.</p> <p>Способен запомнить и стилистически верно воспроизвести (показать) текст хореографического произведения (ПК-4). ПК-4.1. Запоминает текст хореографического произведения ПК-4.2. Стилистически верно воспроизводит (показывает) текст хореографического произведения.</p>	<p><i>Знать:</i> основные приемы хореографической композиции. <i>Уметь:</i> сочинять хореографический текст и структурировать его в определенных хореографических формах. <i>Владеть:</i> практическими приемами творческой работы с хореографической композицией.</p> <p><i>Знать:</i> методику исполнения базовых движений спортивного бального танца; основные приемы построения хореографической лексики; основные схемы построения хореографической лексики. <i>Уметь:</i> качественно и стилистически верно запомнить текст хореографического произведения (или его фрагмента). <i>Владеть:</i> способностью передачи стилистики и манеры исполнения; музыкальностью исполнения и способностью транслировать, объяснить ее исполнителю.</p>	<p><i>Упражнения на основе динамических комбинаций с использованием движений:</i> Шаги крузадо (Самба); Лок-степы (Ча-ча-ча); Поступательные шаги (Румба, Ча-ча-ча); Шассе/Лок шассе/Бегущее шассе (Джайв); Кубинские брейки (Ча-ча-ча); Шассе в сторону/Кросс шассе; Повороты на трех шагах/Поступательные вращения/Спиральные повороты; Батукады (Самба); Зигзаги; Поворотные ходы; Сплиты; Крисс-кросс/кроссовер и др.</p>	<p><i>Дидактические:</i> Доступность материала; наглядность и образность; систематичность и целостность информации. <i>Технологические</i> Анализ структуры танцевальных элементов на технико-исполнительские подкомпоненты; Изучение танцевальных элементов как телесно-двигательного упражнения.</p>

Продолжение Таблицы 6

Компонент компетенции и индикаторы	Умения, входящие в структуру компетенции	Виды упражнений и заданий, направленные на развитие умений	Педагогические условия
<p>Способен демонстрировать необходимую технику исполнения хореографии, индивидуальную художественную интонацию, исполнительский стиль (ПК-7). ПК-7.1. Демонстрирует необходимую технику исполнения хореографии ПК-7.2. Развивает необходимую художественную интонацию ПК-7.3. Вырабатывает оригинальный исполнительский стиль</p> <p>Способен видеть и исправлять технические, стилевые и иные ошибки, собственные и других исполнителей (ПК-9). ПК-9.2. Видит и исправляет технические, стилевые и иные ошибки, собственные и других исполнителей.</p>	<p><i>Знать:</i> методику грамотного исполнения хореографических движений, технически-сложных элементов; технологию интонирования и художественной образной передачи манеры.</p> <p><i>Уметь:</i> анализировать, воспроизводить и демонстрировать исполнителям хореографический текст.</p> <p><i>Владеть:</i> стилистикой и манерой исполнения ; музыкальностью исполнения и способностью передать ее до исполнителя; хорошей хореографической памятью.</p> <p><i>Знать:</i> методику исполнения движений.</p> <p><i>Уметь:</i> видеть причинно-следственную связь появления технических, стилевых и иных ошибок исполнителей; умеет объяснить и раскрыть правильную технику исполнения того или иного движения.</p>		



Продолжение Таблицы 6

Компонент компетенции и индикаторы	Умения, входящие в структуру компетенции	Виды упражнений и заданий, направленные на развитие умений	Педагогические условия
<b>КОМПОЗИЦИОННО-ТРЕНАЖНЫЙ ЭТАП</b>			
<p>Способен создавать учебные танцевальные композиции от простых комбинаций до небольших музыкально-хореографических форм (ПК-2). ПК-2.1.</p> <p>Создает учебные танцевальные хореографические композиции.</p>	<p><i>Знать:</i> основные приемы хореографической композиции.</p> <p><i>Уметь:</i> сочинять хореографический текст и структурировать его в определенных хореографических формах.</p> <p><i>Владеть:</i> практическими приемами творческой работы с хореографической композицией.</p>	<p><i>Упражнения</i> на применение двигательных навыков и техники танца в циклических комбинациях, которые содержат абсолютно разную двигательную структуру.</p>	<p><i>Дидактические:</i> Доступность материала; наглядность и образность; систематичность и целостность информации.</p> <p><i>Технологические:</i> Анализ структуры танцевальных элементов на технико-исполнительские подкомпоненты; Изучение танцевальных элементов как телесно-двигательного упражнения.</p>
<p>Способен запомнить и стилистически верно воспроизвести (показать) текст хореографического произведения (ПК-4). ПК-4.1.</p> <p>Запоминает текст хореографического произведения ПК-4.2.</p> <p>Стилистически верно воспроизводит (показывает) текст хореографического произведения.</p>	<p><i>Знать:</i> методику исполнения базовых движений спортивного бального танца; основные приемы построения хореографической лексики; основные схемы построения хореографической лексики.</p> <p><i>Уметь:</i> качественно и стилистически верно запомнить текст хореографического произведения (или его фрагмента); анализировать предложенный хореографический текст и мысленно определить его структуру.</p>		
<p>Способен демонстрировать необходимую технику</p>	<p><i>Знать:</i> методику грамотного исполнения</p>		

Продолжение Таблицы 6

Компонент компетенции и индикаторы	Умения, входящие в структуру компетенции	Виды упражнений и заданий, направленные на развитие умений	Педагогические условия
<p>исполнения хореографии, индивидуальную художественную интонацию, исполнительский стиль (ПК-7). ПК-7.1. Демонстрирует необходимую технику исполнения хореографии. ПК-7.2. Развивает необходимую художественную интонацию ПК-7.3. Вырабатывает оригинальный исполнительский стиль.</p> <p>Способен видеть и исправлять технические, стилевые и иные ошибки, собственные и других исполнителей (ПК-9). ПК-9.2. Видит и исправляет технические, стилевые и иные ошибки, собственные и других исполнителей.</p>	<p>хореографических движений. <i>Уметь:</i> анализировать, воспроизводить и демонстрировать исполнителям хореографический текст. <i>Владеть:</i> стилистикой и манерой исполнения; музыкальностью исполнения и способностью передать ее до исполнителя; хорошей хореографической памятью.</p> <p><i>Знать:</i> методику исполнения движений. <i>Уметь:</i> видеть причинно-следственную связь появления технических, стилевых и иных ошибок исполнителей; умеет объяснить и раскрыть правильную технику исполнения того или иного движения.</p>		
<b>ВАРИАТИВНЫЙ ЭТАП</b>			
Способен осуществлять управление познавательными процессами обучающихся, формировать умственные,	<i>Знать:</i> закономерности целостного образовательного процесса, современные педагогические технологии и методы	<i>Упражнения</i> на смену музыкального ритма; на смену координации движения; на замену варианта	<i>Дидактические:</i> Доступность материала; наглядность и образность; систематичность и

Продолжение Таблицы 6

Компонент компетенции и индикаторы	Умения, входящие в структуру компетенции	Виды упражнений и заданий, направленные на развитие умений	Педагогические условия
<p>эмоциональные и двигательные действия (ПК-1).</p> <p>ПК-1.1.</p> <p>Осуществляет управление познавательными процессами обучающихся.</p> <p>ПК-1.2.</p> <p>Формирует умственные, эмоциональные и двигательные действия обучающихся.</p>	<p>обучения, формирования профессиональных умений и навыков.</p> <p><i>Уметь:</i></p> <p>выбирать средства и методы обучения, конструировать собственную педагогическую деятельность на основе применения современных образовательных технологий, планировать и проводить педагогическую и воспитательную работу.</p> <p><i>Владеть:</i></p> <p>Современными образовательными технологиями, направленными на формирование умственных, эмоциональных и двигательных действий.</p> <p><i>Знать:</i></p> <p>методику грамотного исполнения хореографических движений; технологию интонирования и художественной образной передачи манеры.</p> <p><i>Уметь:</i></p> <p>анализировать, воспроизводить и демонстрировать исполнителям хореографический текст.</p> <p><i>Владеть:</i></p> <p>стилистикой и манерой исполнения; музыкальностью исполнения и способностью передать ее до</p>	<p>исполнения одной фигуры другим вариантом исполнения аналогичной фигуры.</p>	<p>целостность информации.</p> <p><i>Технологические:</i></p> <p>Анализ структуры танцевальных элементов на технико-исполнительские подкомпоненты;</p> <p>Изучение танцевальных элементов как телесно-двигательного упражнения.</p> <p><i>Творческие:</i></p> <p>Вариативность выбора варианта исполнения танцевального элемента; ситуативное изменение структуры исполнения танцевального элемента с внедрением различных усложняющих элементов.</p>

Продолжение Таблицы 6

Компонент компетенции и индикаторы	Умения, входящие в структуру компетенции	Виды упражнений и заданий, направленные на развитие умений	Педагогические условия
ПК-7.3. Вырабатывает оригинальный исполнительский стиль.	исполнителя; хорошей хореографической памятью.		
<b>ТРАНСФОРМАЦИОННЫЙ ЭТАП</b>			
Способен осуществлять управление познавательными процессами обучающихся, формировать умственные, эмоциональные и двигательные действия (ПК-1). ПК-1.1. Осуществляет управление познавательными процессами обучающихся. ПК-1.2. Формирует умственные, эмоциональные и двигательные действия обучающихся.	<i>Знать:</i> закономерности целостного образовательного процесса, современные педагогические технологии и методы обучения, формирования профессиональных умений и навыков; <i>Уметь:</i> выбирать средства и методы обучения, конструировать собственную педагогическую деятельность на основе применения современных образовательных технологий, планировать и проводить педагогическую и воспитательную работу. <i>Владеть:</i> Современными образовательными технологиями, направленными на формирование умственных, эмоциональных и двигательных действий. <i>Знать:</i> основные приемы хореографической композиции. <i>Уметь:</i> сочинять хореографический текст и	<i>Упражнения и задания на</i> формирование навыков переноса лексического материала одного танца в другой танец на основе понимания стилистических и характерных особенностей каждого отдельного танца.	<i>Творческие:</i> Вариативность выбора варианта исполнения танцевального элемента; ситуативное изменение структуры исполнения танцевального элемента с внедрением различных усложняющих элементов.
Способен создавать учебные танцевальные композиции от простых комбинаций до небольших музыкально-хореографических форм (ПК-2).			

Продолжение Таблицы 6

Компонент компетенции и индикаторы	Умения, входящие в структуру компетенции	Виды упражнений и заданий, направленные на развитие умений	Педагогические условия
<p>ПК-2.1. Создает учебные танцевальные хореографические композиции.</p> <p>Способен запомнить и стилистически верно воспроизвести (показать) текст хореографического произведения (ПК-4).</p> <p>ПК-4.1. Запоминает текст хореографического произведения.</p> <p>ПК-4.2. Стилистически верно воспроизводит (показывает) текст хореографического произведения.</p> <p>Способен демонстрировать необходимую технику исполнения хореографии, индивидуальную художественную интонацию, исполнительский стиль (ПК-7).</p> <p>ПК-7.3. Вырабатывает оригинальный исполнительский стиль.</p>	<p>структурировать его в определенных хореографических формах. <i>Владеть:</i> практическими приемами творческой работы с хореографической композицией.</p> <p><i>Знать:</i> методику исполнения базовых движений спортивного бального танца; основные приемы построения хореографической лексики; схемы построения хореографической лексики.</p> <p><i>Уметь:</i> качественно запомнить текст хореографического произведения (или его фрагмента).</p> <p><i>Владеть:</i> способностью передачи стилистики и манеры исполнения.</p> <p><i>Знать:</i> технологии интонирования и художественной образной передачи манеры.</p> <p><i>Владеть:</i> стилистикой и манерой исполнения; музыкальностью исполнения; методами создания и воплощения образа.</p>		

Приведем пример учебного занятия по методике преподавания латиноамериканской программы на **тему**: «Основные технические принципы исполнения танца самба», 1 курс, 1 семестр и представим его в Таблице 7.

**Оснащение занятия:** учебник У. Лэрда по технике исполнения латиноамериканской программы танцев «Техника латиноамериканских танцев» [234]; видеоматериалы и видеозаписи в открытых интернет-ресурсах.

**Тип занятия:** теоретико-практический.

**Деятельностная цель:** формирование у будущих педагогов спортивного бального танца навыка самоконтроля правильности исполнения танцевального движения и выявления причин ошибок при исполнении; дать инструменты к овладению на практике техникой исполнения и методикой преподавания танцевальной фигуры.

**Образовательная цель:** формирование способности эффективно работать с хореографическим произведением, владеть понятийным аппаратом и терминологией хореографии, профессионально использовать методы репетиционной работы с хореографическим коллективом.

**Развивающая цель:** формирование исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца.

Таблица 7- Ход занятия

<p align="center"><b>I. ДИАГНОСТИРУЮЩИЙ ЭТАП</b></p> <p>Знакомство студентов с целью занятия. Определение актуальности и проблематики текущей темы. Преподаватель объясняет основные этапы изучения темы в рамках учебного занятия.</p>		
<p align="center"><b>Деятельность преподавателя</b></p>	<p align="center"><b>Деятельность студента</b></p>	<p align="center"><b>Время</b></p>
<p>Производит опрос и определяет общий уровень ориентирования в теме занятия, задает наводящие вопросы, выделяет наиболее сильные и слабые стороны по результатам короткого мониторинга.</p>	<p>Погружаются в процесс анализа собственного теоретико-практического опыта и знаний по теме занятия, отвечают на поставленные вопросы, задают встречные вопросы в случае необходимости дополнительного пояснения.</p>	<p align="center">5 мин.</p>
<p align="center"><b>II. ЭТАП ДИФФЕРЕНЦИАЦИИ СТРУКТУРЫ ДВИЖЕНИЯ</b></p> <p>В предложенной комбинации у станка на основе самба-баунса происходит изучение основных принципов исполнения самба-баунса, к тому же происходит анализ мышечного обеспечения движения, взаимосвязи работы различных частей тела при исполнении самба-баунса в статике и динамике, координация ног и рук в процессе исполнения самба-баунса.</p>		
<p align="center"><b>Деятельность преподавателя</b></p>	<p align="center"><b>Деятельность студента</b></p>	<p align="center"><b>Время</b></p>
<p>Показывает тренажную комбинацию у станка, выделяет основные технические аспекты исполнения, вводит понятия «контракшн», «релиз», «координация центров, «противоход», «сопротивление», исправляет ошибки в исполнении студентов, регулирует комфортный темп комбинации для достижения максимального качества усвоения материала.</p>	<p>Усваивают, запоминают и воспроизводят тренажную комбинацию, анализируют теоретический материал и определяют его важность для правильного исполнения тренажной комбинации, производят контроль качества исполнения.</p>	<p align="center">15 мин.</p>
<p align="center"><b>III. СИЛОВОЙ ЭТАП</b></p> <p>На основе фигур «Самба-виск», «Боковой самба ход», «Стационарный самба ход» предложены тренажные комбинации с повторением технических действий в составе фигуры, при этом корпус в положении «Корсета» (1 мин в 1\2 темпа музыки); затем, в течении 1 минуты в основной музыкальный темп исполняется технический принцип в виде тренажной комбинации «Четыре «восьмерки» в бедрах на прямых ногах – Четыре «восьмерки» в бедрах с самба-баунсом», при этом корпус в позиции «Корсета»; заключительным подходом является исполнение чистой фигуры в течение 1 минуты в основном темпе музыки, корпус при этом в свободной координации. Таким образом происходит «интервальное» исполнение этапа из 3-х частей.</p>		

Продолжение Таблицы 7

Деятельность преподавателя	Деятельность студента	Время
Ставит задачу, определяет силовые компоненты исполнительского мастерства, следит за соблюдением исполнения тайминга упражнений, а также их качества, указывает на недостатки и позитив при исполнении этапа.	Осуществляют непрерывное исполнение этапа, реагируют на замечания преподавателя и осуществляют исправление на ходу (без прерывания исполнения), осуществляют процесс правильного спортивного дыхания.	10 мин.
<p align="center"><b>IV. КООРДИНАЦИОННЫЙ ЭТАП</b></p> <p>1) На основе фигуры «Самба-виск» происходит объяснения и показ различных ритмических вариантов исполнения фигуры и определено влияние смены ритмов на координацию движения:</p> <p>1 вариант – Исполнение фигуры в ритме «Slow-a-slow» с активным действием баунса (базовый вариант);</p> <p>2 вариант – Исполнение фигуры в ритме «Slow-quick-quick» без действия баунса, с использованием действия ронда.</p> <p>2) После исполнения двух вариантов, в течение 2 минут в 1\2 музыкальный темп производить чередование вариантов исполнения по 2 такта на один вариант.</p> <p>3) Заключительным этапом произвести исполнение основного варианта фигуры с добавлением нового технического действия в виде одного полного поворота на 2–3 шагах фигуры.</p>		
Деятельность преподавателя	Деятельность студента	Время
Определяет студентам задачи этапа, обосновывает влияние смены ритма фигуры на координацию исполнения, вводит понятие «Ронд», кратко излагает музыкальную структуру предложенных ритмов, обозначает принципы исполнения поворотных действий внутри фигуры, производит контроль качества исполнения студентами, указывает на ошибки при исполнении.	Осуществляют анализ смены ритма и его влияние на координацию движения, производят самоанализ качества исполнения фигуры, контролируют форму корпуса, изолируя его от активной работы нижней части, ищут ось вращения для сбалансированного движения в поворотах, работают с весом и центрами тела.	15 мин.
<p align="center"><b>V. ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ЭТАП</b></p> <p>Происходит знакомство с фигурой «Шаги крузадо». Четко указывается на то, что фигура является исключением из правил исполнения самба-баунса. На конкретной фигуре углубленно изучаются такие технические принципы и правила в процессе исполнения как «Траектория движения стоп», «Этапы переноса веса», «Плоскости движения», «Мышечное обеспечение».</p>		



Продолжение Таблицы 7

Деятельность преподавателя	Деятельность студента	Время
Осуществляет показ фигуры, определяет основные этапы исполнения фигуры, вводит терминологию и теоретические понятия внутри этапа исполнения фигуры, на основе промежуточных этапов фигуры выявляет возможные общие технические принципы исполнения, объясняет правила координации частей тела в процессе исполнения фигуры через четкий анализ работы этих частей по отдельности, производит контроль качества исполнения, указывает на ошибки при исполнении, контролирует процесс подачи материала для наибольшей степени его усвоения.	Смотрят на показ преподавателя, анализируют информацию, мысленно визуализируют полученную информацию, осуществляют повторение этапов с максимальным контролем правильности исполнения, реагируют на ошибки преподавателя, задают вопросы для наибольшего понимания проблемы.	15 мин.
<p align="center"><b>VI. ЭТАП ДИНАМИЧЕСКОГО ДВИЖЕНИЯ В ПРОСТРАНСТВЕ</b></p> <p>На данном этапе студентам предложена динамическая комбинация, на основе изученных элементов и принципов во время текущего занятия:</p> <p>Два крузато шага – один крузато-лок – самба-виск в ритме «Slow-quick-quick» в продвижении вперед.</p> <p>Данная комбинация будет выполняться с разных ног, по диагонали танцевального зала вначале в 1/2 темп музыки, затем – в основной музыкальный темп.</p>		
Деятельность преподавателя	Деятельность студента	Время
Показывает комбинацию, вводит понятие «Лок» в танце самба, кратко обозначает основные технические принципы его исполнения, контролирует качество исполнения и указывает на ошибки.	Запоминают комбинацию, осуществляют анализ структуры движения в комбинации на основе полученных на конкретном уроке знаний, воспроизводят комбинацию с максимальным самоконтролем.	10 мин.

Продолжение Таблицы 7

<b>VII. КОМПОЗИЦИОННО-ТРЕНАЖНЫЙ ЭТАП</b> Студентам предлагается тренажная комбинация, состоящая из фигур, в основном используемых до этого этапа на конкретном занятии: 1. 4 Самба рока с правой ноги; 2. Поворот на трех шагах вправо и влево с баунсом; 3. Виски самбы в базовом исполнении вправо и влево; 4. Виски самбы вправо и влево с рондом; 5. 2 стационарных самба хода с правой ноги; 6. 2 боковых самба хода с правой ноги; 7. Боковой шаг - поворот вправо с окончанием в ронд - вольта окончание; 8. Боковой шаг - поворот влево с окончанием в ронд - вольта окончание. Вначале комбинация выполняется под счет преподавателя в умеренном темпе, затем - в 1/2 темпа музыки в течение 2 минут, после - в основной музыкальный темп в течение 2 минут.		
Деятельность преподавателя	Деятельность студента	Время
Объясняет и показывает комбинацию этапа, после каждой части этапа указывает на конкретные ошибки исполнения и определяет способы их исправления.	Запоминают комбинацию, осуществляют максимальный контроль качества исполнения, с каждым повторением следующей части этапа пытаются максимально устранить указанные ошибки.	10 мин.
<b>VIII. ВАРИАТИВНЫЙ ЭТАП</b> На данном этапе преподаватель предлагает студентам «заменить» фигуры комбинации из композиционно-тренажного этапа иными вариантами их исполнения (по ритму, координации или с новым дополнительным действием). В конце этапа преподаватель случайным образом выбирает одного студента и предлагает ему продемонстрировать свою комбинацию, указывая на позитив и недостатки. Остальная группа же, анализирует предложенную студентом комбинацию, сопоставляет его вариант с полученными на конкретном занятии знаниями и либо подтверждает, либо опровергает допустимость такой «вариации».		
Деятельность преподавателя	Деятельность студента	Время
Ставит цель и задачи этапа, мониторит процесс, анализирует процесс поиска студентами вариаций исполнения, выявляет наиболее удачный пример «замены» одного варианта другим, выбирает студента из группы.	Задают вопросы по целям и задачам этапа, если необходимо, структурируют полученный материал на занятии, анализируют возможности применения изученных технических принципов в конкретной фигуре и замены их на другие варианты исполнения.	10 мин.

*Продолжение Таблицы 7*

<p align="center"><b>IX. ТРАНСФОРМАЦИОННЫЙ ЭТАП</b></p> <p>Студентам предлагается трансформировать комбинацию из этапа динамического движения в пространстве для танца ча-ча-ча. Данный этап на конкретном занятии носит экспериментальный характер интерактивной направленности для «разгрузки» студентов от активной мыслительной и практической деятельности. В конце этапа подводится общий итог занятия с его кратким анализом.</p>		
<p align="center"><b>Деятельность преподавателя</b></p>	<p align="center"><b>Деятельность студента</b></p>	<p align="center"><b>Время</b></p>
<p>Ставит задачу этапа, помогает студентам, в случае необходимости, трансформировать фигуру одного танца для другого. В конце занятия подводит общий итог.</p>	<p>Анализируя структуру перемещения в исходной комбинации, трансформируют фигуры самбы в шаги ча-ча-ча, задают вопросы, если необходима помощь преподавателя. В конце занятия кратко систематизируют информацию, отвечают на вопросы.</p>	<p align="center">10 мин.</p>

Подведем итоги – методика формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе на примере дисциплины «Методика преподавания спортивного бального танца. Латиноамериканская программа», состоит из трех педагогических циклов:

**- процесс теоретико-практического обучения общим принципам движения в спортивных бальных танцах**, который представляет собой алгоритм, состоящий из четырех этапов: *диагностирующий этап, этап дифференциации структуры движения, силовой этап, координационный этап.*

**- процесс теоретико-практического обучения специальным принципам движения в спортивных бальных танцах**, который подразделяется на следующие этапы: *технологический этап, этап динамического движения в пространстве.*

**- процесс использования и физического воспроизведения двигательных навыков в фигурах спортивных бальных танцев**, состоящий из *композиционно-тренажного этапа, вариативного этапа, трансформационного этапа.*

Включает методы:

По способу транслирования информации:

**- словесные методы** (формулировка и словесное представление целей и задач занятий, объяснение техники исполнения той или иной фигуры, упражнения или движения);

**- наглядные методы** (показ и демонстрация танцевальной комбинации, танцевального элемента);

**- практические методы** (сочинение танцевальных комбинаций в определенных условиях, обучение танцевальным элементам и технике их исполнения).

По характеру взаимной деятельности педагога и обучающихся:

**- объяснительно-иллюстративный метод** (объяснение базовых вариантов исполнения танцевальных движений, описанных в учебниках по спортивным бальным танцам; показ видеоматериалов как примеров согласно изучаемой теме;

практический показ способов исполнения танцевальной фигуры, выполнения того или иного упражнения);

- **репродуктивный метод** (передача теоретических и практических знаний и способов исполнения танцевального движения; организация деятельности обучающихся по воспроизведению и повторению предложенного им теоретического и практического материала; воспроизведение и многократное повторение танцевальных упражнений по определенному образцу);

- **метод проблемного изложения** (последовательно анализируя и систематизируя имеющиеся знания и навыки, выстраивается логическая цепочка взаимосвязей двигательных действий при исполнении той или иной танцевальной фигуры);

- **частично-поисковый метод** (привлечение обучающихся к решению поставленной проблемы, вопроса, тем самым вовлекая их в процесс поиска путей решения проблемы, аргументируя их);

- **исследовательский метод** (консультация обучающихся на определенных этапах, где обучающиеся самостоятельно выявляют противоречия, формулируют проблему, проверяют способы ее решения, формулируют для себя выводы).

Также использовались некоторые **приемы**: *визуализация мыслительного процесса, привлечение внимания через интересную постановку задач, организация самостоятельной работы для закрепления материала, использование наглядных примеров, работа с имеющейся учебной литературой по спортивным бальным танцам, создание проблемных ситуаций, постановка проблемных вопросов, организация коллективного обсуждения и др.*

### **3.2. Динамика формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе**

Целью **формирующего этапа** была апробация созданной нами методики формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе.

Эффективность разработанной нами методики обучения определялась путем изучения динамики исследуемых процессов в контрольной и экспериментальной группах посредством сравнения данных контрольных срезов. Затем, результаты формирования показателей исполнительского мастерства (теоретических знаний и практических навыков) в экспериментальной группе сопоставлялись с данными, полученными в контрольной группе.

Требовалось сформулировать как обязательные для контрольной группы (КГ) и экспериментальной группы (ЭГ), так и варьируемые условия проведения формирующего этапа эксперимента. К обязательным условиям мы отнесли: курс (1 курсы), время и частота занятий (2 раза в неделю, полное учебное занятие), критерии оценки исполнительского мастерства, объем и содержание заданий. К варьируемым условиям были отнесены: разные уровни довузовской подготовки, различная мотивация к будущей педагогической деятельности, желание повысить исполнительские навыки в условиях вуза. В ЭГ использовалась авторская методика формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе на примере дисциплины «Методика преподавания спортивного бального танца. Латиноамериканская программа». В КГ обучение латиноамериканской программе проходило по традиционной методике.

Сравнение данных результатов на диагностирующем и констатирующем этапе эксперимента и данных по результатам формирующего этапа опытно-экспериментальной работы позволили судить об изменении уровня исполнительского мастерства студентов КГ и ЭГ.

После проведения формирующего этапа эксперимента, со студентами была проведена опрос-беседа по группам на тему значения уровня исполнительского мастерства педагога и его важности в профессиональной педагогической деятельности. Мы проанализировали ответы и выделили главные из них. Основные результаты приведены в Таблице 8:

*Таблица 8– Результаты опроса участников контрольной (КГ) и экспериментальной (ЭГ) групп о значении исполнительского мастерства педагога в педагогической деятельности в спортивных балльных танцах*

КГ	ЭГ
<p>1. Исполнительское мастерство помогает чувствовать педагогу уверенность в материале, который он преподаёт.</p> <p>2. Исполнительское мастерство помогает быстрее изложить и уверенней подать материал.</p> <p>3. Высокий уровень исполнения педагогом материала помогает быстрее усвоить материал.</p> <p>4. Возможность показать ученикам хореографию, объяснить ученикам технику исполнения на высоком уровне.</p> <p>5. Педагог сможет наглядно показать техническую задачу при исполнении фигуры.</p> <p>6. Исполнительское мастерство позволяет ученикам объяснять движения не только с помощью теоретической литературы и терминологии, но и через свои ощущения как исполнителя.</p> <p>7. Педагог, имеющий высокий уровень исполнительского мастерства, владеет большим количеством информации и через свой опыт может объяснить новый материал разными примерами.</p> <p>8. Ученикам легче запомнить и воспроизвести движения.</p>	<p>1. Исполнительское мастерство педагога более впечатляет учеников, мотивирует к получению материала.</p> <p>2. Педагог на своем примере может быстрее найти решение проблемной ситуации в исполнении своих учеников.</p> <p>3. Большое привлечение учеников к своей персоне и погружение в материал за счёт исполнительского мастерства педагога.</p> <p>4. Более глубокое понимание проблем ученика из-за схожих ошибок во время развития собственного исполнительского мастерства в прошлом.</p> <p>5. Ученик будет иметь возможность наглядно увидеть правильно выполненное движение, что увеличит скорость его усвоения.</p> <p>6. Благодаря определенному уровню исполнительского мастерства педагог сможет показать пример или придумать упражнение, чтобы ученики поняли алгоритм правильного движения с разных сторон рассмотрения.</p> <p>7. Когда у педагога имеется высокий уровень исполнительского мастерства, ему легче объяснить ученикам не только новый материал, но и ощущения, которые должен прочувствовать танцор.</p> <p>8. Благодаря уровню исполнительского мастерства преподаватель может описать свои ощущения, возникающие во время исполнения и с их помощью передать и объяснить характер движения и его структуру.</p>

На вопрос о том, что было сделано на занятиях во время проведения формирующего эксперимента для повышения уровня исполнительского мастерства студентов, ответы ЭГ были следующие:

- Просмотр и анализ материалов, видеоуроков, семинаров, поиск видео с правильным исполнением движений и его анализ;
- Подробный разбор фигуры и ее техники исполнения, согласно спортивным классам (уровням) мастерства спортивных балльных танцев;

- Составление собственных комбинаций студентами на основе фигур и элементов разного класса мастерства;
- Исполнение танцевальных фигур со сменой исполняемой партии и со сменой партнера;
- Использование нескольких теоретических источников, тем самым апробируется множество вариантов исполнения танцевальных фигур;
- Систематичность повторения механики движения и одинаковых принципов исполнения на разных темах и фигурах;
- Подробный разбор и анализ музыкальных ритмов, использование которых позволяет разнообразить хореографию;
- Демонстрация примеров трансформации базовых фигур для их исполнения в сложных вариациях;
- Возможность выбора студентами индивидуального варианта исполнения в определенных обстоятельствах;
- Построение урока «от простого к сложному», что помогло выстроить систему обучения и модель проведения урока;
- Изучение всех типов шагов и их механики, понимание характера и значения исполнения определенных шагов в фигурах;
- Исполнение одних и тех же фигур в разных ритмических рисунках – вариативность и разнообразие исполнения одинаковых комбинаций;
- Составление композиций на основе базовых фигур – опыт построения танцевальной композиции, разных вариантов соединения фигур, использование разных ритмических рисунков;
- Обучение «базе» латиноамериканской программы танцев на основе постоянных сравнений и анализа разных вариантов исполнения;
- Наглядное изучение координации движения благодаря исполнительскому мастерству педагога;
- Разбор сложного музыкального материала и способов выражения музыки с помощью тела;



- Изучение танцевальных упражнений, которые способствуют повышению уровня исполнительского мастерства;

Стоит отметить, что студенты экспериментальной группы в ходе беседы выделили возможные новые компоненты оценки исполнительского мастерства танцовщика спортивных бальных танцев, наряду с традиционными критериями и компонентами, используемыми в ходе экспериментальной работы:

- Вариативность исполнения движений;
- Использования центров тела в процессе движения;
- Способность к импровизации – изменение хореографии, техники и структуры движения в изменяемых обстоятельствах;
- Трансформация лексического материала в зависимости от музыкального сопровождения;
- Влияние характера личности танцовщика на исполнение и визуальное восприятие его танца зрителем.

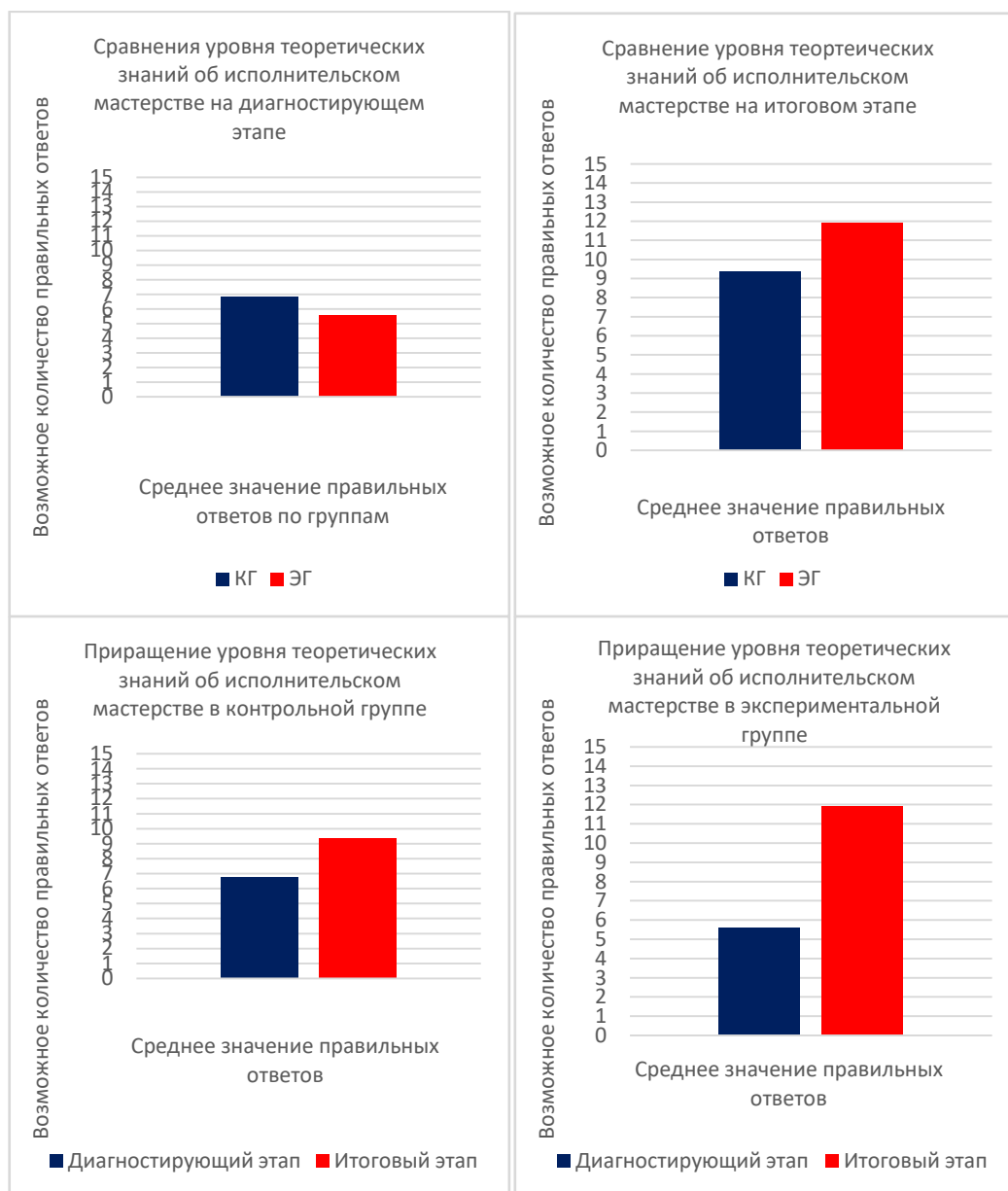
Анкета-тест для выявления уровня теоретических знаний об исполнительском мастерстве, состоящая из 15 вопросов с одним правильным ответом, была повторно предложена студентам КГ и ЭГ после формирующего этапа эксперимента. Результаты итогового среза отражены в Таблице 9, Таблице 10, а также в форме диаграмм на Рисунке 1:

*Таблица 9 – Результаты итогового среза уровня теоретических знаний об исполнительском мастерстве*

	КГ (60 чел.)	ЭГ (57 чел.)
Группа 1 0-5 правильных ответов (чел/%)	12 / 20%	3 / 5.2%
Группа 2 6-10 правильных ответов (чел/%)	18 / 30%	9 / 15.7%
Группа 3 11-15 правильных ответов (чел/%)	30 / 50%	45 / 79.1%
Средний показатель правильных ответов	9.36	11.92
Уровень теоретических знаний	Средний	Высокий

*Таблица 10 – Результаты приращения уровня теоретических знаний об исполнительском мастерстве*

	КГ	ЭГ
Диагностирующий этап	6.8	5.6
Контрольный срез	9.36	11.92
Приращение теоретических знаний в %	37.64%	112.86%



*Рисунок 1 - Приращение уровня теоретических знаний об исполнительском мастерстве*

Приращение уровня теоретических знаний об исполнительском мастерстве в КГ (37.64%) и ЭГ (112.86%) показывает нам эффективность авторской методики

с позиции сбалансированной подачи и усвоения материала, который приводит к росту не только практических, но и теоретических знаний.

Что касается результатов формирующего этапа эксперимента, то, прежде чем обратиться к его количественным показателям, предлагаем проанализировать некоторые проблемы, с которыми мы столкнулись в процессе проведения эксперимента.

Наиболее частой проблемой, встречающейся у большинства участников эксперимента при исполнении заданий на начальном этапе обучения по авторской методике, стали: отсутствие правильной постановки корпуса – отсутствие вертикали позвоночника и горизонтального положения верхней части торса; слабый тонус мышц пресса и центра, что приводило к «разбросанности» движений, их неконтролируемости. Данное наблюдение и сделанные выводы способствовали тому, что некоторым студентам, согласно их индивидуальным ошибкам и потребностям, были предложены специальные упражнения общей физической направленности на улучшение структуры, укрепление их «мышечного корсета» торса, который необходим для формирования и удержания правильной позиции корпуса в танце.

Некоторые студенты впервые слышали о некоторых авторских инновационных упражнениях, теоретическом материале, практических методах работы. Более того, им хотелось как можно быстрее закончить теоретическую часть объяснения материала и попробовать исполнить новое для них упражнение, а также новый вариант исполнения движения или фигуры. Это доказывает, что такая методика подачи материала повышает интерес у студентов к новому материалу, мотивирует на анализ происходящих во время исполнения фигуры процессов в теле, повышает уровень рефлексии студентов.

Перед началом каждого учебного занятия, было замечено, что студенты ЭГ находились в аудитории и уже были погружены в процесс, самостоятельно анализировали материал, пробовали его воспроизвести с сохранением контроля правильности исполнения. Можно предположить, что предложенный материал позволяет сформировать чувство ответственности за собственное развитие, дает

студентам понять закономерность, при которой количество проведенного времени над анализом материала трансформируется в качество исполнения, позволяя ощутить глубину танца, почувствовать удовольствие от движения.

В ЭГ на некоторых этапах мы апробировали технологию, когда поставили в пары студентов одного пола – мужчин с мужчинами, девушек с девушками. По нашему убеждению, это поможет усилить контроль мышц во время движения. Это связано с тем, что в паре мужчина – «ведущий», партнерша же – «ведомая». И когда сталкиваются оба «ведущих» или «ведомых», кому-то из них придется сменить амплуа для корректного взаимодействия и движения. Более того, в будущей педагогической деятельности, придется часто показывать танцевальные партии ученикам противоположного пола. Поэтому, они должны быть к этому готовы.

Особые сложности в обеих группах возникали с исполнением поворотных движений, вращений. Как правило, любая поворотная фигура требует большего анализа, поскольку требует повышенной устойчивости и баланса при исполнении. В свою очередь, повышенный контроль баланса «забирает», «отнимает» часть контроля мышечного обеспечения. Следовательно, движение становится менее уверенным и целостным. Поэтому, приходится максимально близко взаимодействовать со студентами, помогать им точно определять ошибки при движении тела, чтобы сохранить и баланс, и идею целостного движения (танцевания).

В ЭГ мы применили еще один прием – исполнение фигуры в паре, где было дано задание исполнять фигуру или движение без соединения в руках. Это было сделано для того, чтобы партнеры не мешали друг другу, двигались самостоятельно, выполняя собственные задачи. К тому же, данный способ помогает не полагаться на партнера, а контролировать собственное исполнение и нести ответственность за него. Более того, именно двигаясь самостоятельно, танцорам легче определить центральный объем пары (ось движения) и не нарушать его.

Особый акцент хочется сделать на том, что, как в КГ, так и в ЭГ, были студенты, которые до обучения в вузе бальными танцами не занимались, и те, кто имел достаточный высокий уровень исполнения, ввиду своего опыта занятиями бальными танцами до поступления в вуз. У опытных студентов материал усваивался быстрее, но конечный прирост исполнительских навыков у менее «опытных» студентов оказался выше. Это доказывает тот факт, что развитие студентов, до вуза не изучающих спортивный бальный танец, используя традиционные методики преподавания, без учета их исходного уровня исполнительского мастерства, невозможно. Инновационные же решения, используемые в авторской методике, позволяют заинтересовать учащихся любого исходного уровня, а затем – значительно «выровнять» группу.

Хорошие результаты показал такой прием, когда упражнение, движение или фигура выполняется быстрее основного темпа музыки танца. Отметим, что мы апробировали его и в КГ. После некоторого времени «быстрой» практики мы сразу же попросили студентов исполнить фигуру в классическом темпе. Мы увидели, что, благодаря «мышечному шоку» при быстром исполнении фигуры, во время перехода к обычному темпу, тело танцора, будто бы, воспринимает его как что-то медленное и мышцы могут произвести гораздо большую работу. То есть, студенту кажется, что музыка замедлена, хотя темп является стандартным,. Исполнитель словно раскрепощается, у него пропадает внутренний психологический зажим (страх не успеть в музыку), появляется внутренняя уверенность. Результаты этапа отражены в Таблице 11 и на Рисунке 2.

*Таблица 11 – Результаты формирующего этапа эксперимента в сравнении с показателями исходной диагностики*

Критерии	Показатель	Диагностирующий этап		Формирующий этап	
		КГ	ЭГ	КГ	ЭГ
<b>Техника исполнения (ТИ)</b>	Среднее значение	6.1	5.3	6.4	6.9
<b>Музыкальность движения (МД)</b>	Среднее значение	5.1	5.8	5.2	6.7

## Продолжение Таблицы 11

Критерии	Показатель	Диагностирующий этап		Формирующий этап	
		КГ	ЭГ	КГ	ЭГ
Эмоциональная выразительность (ЭВ)	Среднее значение	5.3	5.4	5.5	6.3



Рисунок 2 - Приращение уровня исполнительского мастерства на формирующем этапе

На основании данных диагностирующего и формирующего этапов, можно заключить следующее. В ЭГ отмечено особое улучшение техники исполнения танца: а) умение удерживать осанку и позицию в статике и динамике; б) умение исполнять движение без потери баланса; в) умение правильно исполнять траекторию движения и работу ног, в частности стоп. Положительная динамика наблюдается и в КГ, однако приращение по показателям незначительное.

Так, можно сделать вывод о том, что приращение уровня техники исполнения студентов, которая является важнейшим критерием и показателем общего уровня исполнительского мастерства происходит наиболее интенсивно в том случае, если имеет место целенаправленное, обусловленное, системное применение и использование предложенной нами методики преподавания латиноамериканской программы.

Для большей убедительности представим приращение уровня исполнительского мастерства студентов на формирующем этапе в КГ и ЭГ в Таблице 12.

*Таблица 12 – Приращение уровня исполнительского мастерства на формирующем этапе в контрольной (КГ) и экспериментальной (ЭГ) группах (в %)*

Показатели контроля	КГ	ЭГ
Умение удерживать осанку и позицию в статике и динамике; умение исполнять движение без потери баланса; умение правильно исполнять траекторию движения и работу ног, в частности стоп; правильное исполнение специфических латинских действий, описанных в технике каждого танца; умение правильно исполнять основные танцевальные действия – наклоны, вращения, прыжки, жесты, переносы веса, балансирование; умение выбрать правильное исходное положение тела, осуществить за счет определенной мышечной работы акт перемещения, а затем завершить движение в другой «конечной» позиции; правильное использование различных частей тела при исполнении танца, не искажая действий в других частях.	4.91%	30.18%
Соответствие исполнения танцовщика основному ритму музыкального сопровождения, соответствие динамики исполнения танцевальных движений темпу и характеру музыкального сопровождения; соблюдение темпа музыкального сопровождения, качества исполняемых ритмов, правильности положения тела на определенный музыкальный удар.	1.96%	15.51%
Художественно-образное воплощение исполнителем характерных особенностей музыкального текста и хореографической лексики; синхронность, равномерность, непрерывность всех движений; качество передачи и воплощения идеи и характера каждого из танцев, обусловленного разницей в музыке и ритмах, фигурах и шагах на протяжении исполнения; стабильность и целостность исполнения.	3.77%	16.66%

Таким образом, анализ данных полученных результатов позволяет утверждать, что обучающиеся ЭГ опередили по показателям студентов КГ в области формирования исполнительского мастерства в условиях развивающего, системного обучения, что доказывает эффективность педагогических условий и их соблюдение при реализации авторской методики формирования исполнительского мастерства у будущих педагогов спортивного бального танца в вузе.

Для подтверждения данных и доказательства эффективности, предложенной нами методики, мы провели финальный срез, являющийся **итоговым этапом**

эксперимента, который показал следующие результаты, представленные в Таблицах 13 и 14.

*Таблица 13– Результаты финального среза на итоговом этапе опытно-экспериментальной работы*

Уровень исполнительского мастерства	КГ (60 чел.)	ЭГ (57 чел.)
Высокий (161 - 240)	21 чел. (35%)	36 чел. (63.1%)
Средний (81 - 160)	33 чел. (55%)	21 чел. (36.9%)
Низкий (24 - 80)	6 чел. (10%)	0 чел. (0%)
Средний бал	131.81	161.53
Средний уровень по группе	Средний	Высокий

*Таблица 14– Результаты средних баллов оценки по критериям на итоговом этапе*

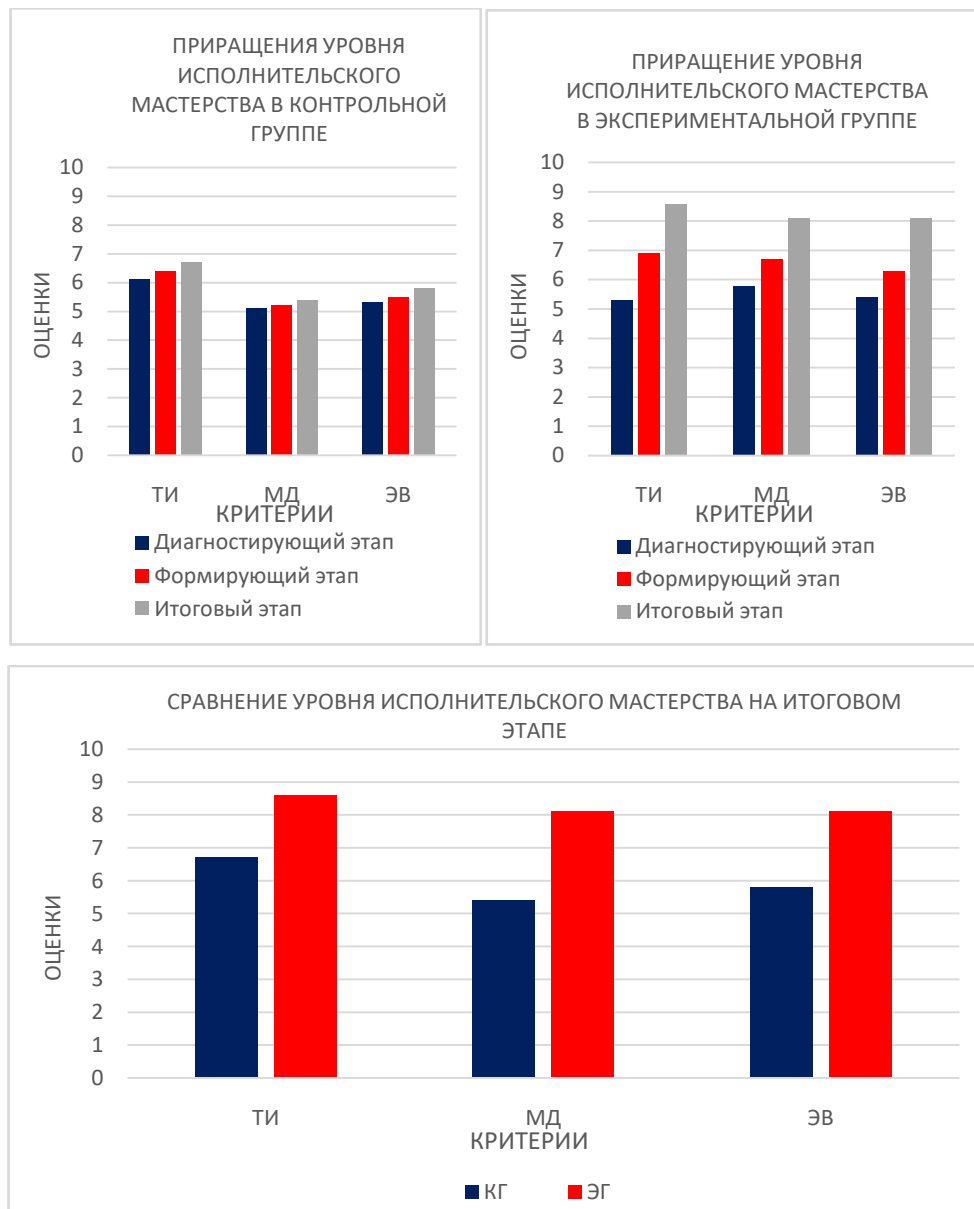
Критерий	КГ	ЭГ
Техника исполнения (ТИ)	6.7 (средний уровень)	8.6 (высокий уровень)
Музыкальность движения (МД)	5.4 (средний уровень)	8.1 (высокий уровень)
Эмоциональная выразительность (ЭВ)	5.8 (средний уровень)	8.1 (высокий уровень)

Результаты проверки уровня исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца по критериям на итоговом этапе приведены в Таблице 15, а также отражены на Рисунке 3.

*Таблица 15 – Результаты финального среза в сравнении с показателями предварительной и промежуточной диагностики*

Критерии	Показатель	Диагностирующий этап		Формирующий этап		Итоговый этап	
		КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ
<b>Техника исполнения (ТИ)</b>	Среднее значение	6.1	5.3	6.4	6.9	6.7	8.6
<b>Музыкальность движения (МД)</b>	Среднее значение	5.1	5.8	5.2	6.7	5.4	8.1
<b>Эмоциональная выразительность (ЭВ)</b>	Среднее значение	5.3	5.4	5.5	6.3	5.8	8.1





*Рисунок 3 - Сравнительный анализ результатов срезов на разных этапах эксперимента*

Сравнительный анализ результатов срезов на разных этапах эксперимента ЭГ и КГ студентов выявил позитивные изменения в развитии умений правильно исполнять основные танцевальные действия, сохранять форму корпуса и осанку, двигаться в балансе, изолировать работу частей тела (критерий «Техника исполнения»).

На формирующем этапе удалось улучшить качество движения в музыку, с соблюдением ритма и тайминга танцевальных фигур, а также уметь применять разные ритмические рисунки на одинаковых фигурах (критерий «Музыкальность движения»).

Задания и материалы в авторской методике не только расширили кругозор студентов, но и углубили понимание студентами истоков каждого танца, его аутентичных, уникальных особенностей, а также научили насыщать движения идеями танца, соблюдать его художественно-творческую задачу (критерий «Эмоциональная выразительность»).

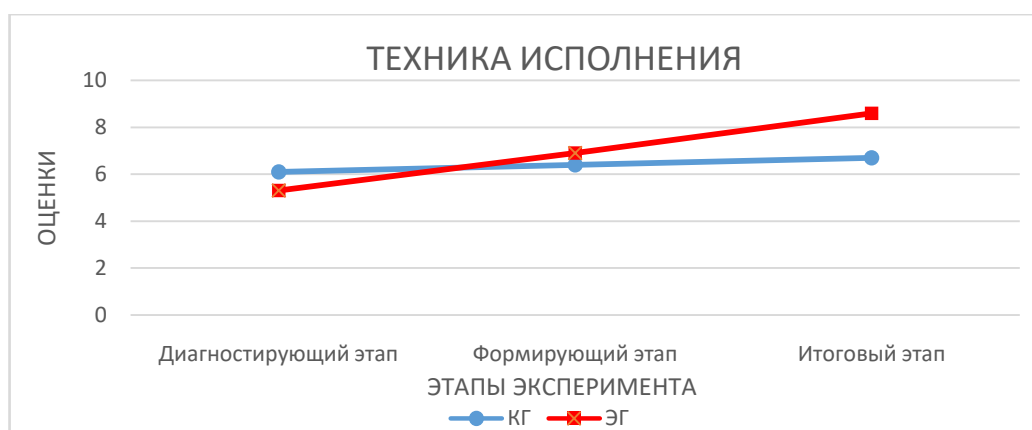
В диаграммах, представленных выше, мы видим, что на итоговом этапе эксперимента в ЭГ видна положительная динамика средних значений всех параметров, в сравнении с диагностирующим и формирующим этапами. Большой разрыв наблюдается в показателях у студентов ЭГ при сравнении их уровня исполнительского мастерства с теми же показателями у студентов КГ.

Представим приращение уровня исполнительского мастерства на итоговом этапе эксперимента в обеих группах в Таблице 16.

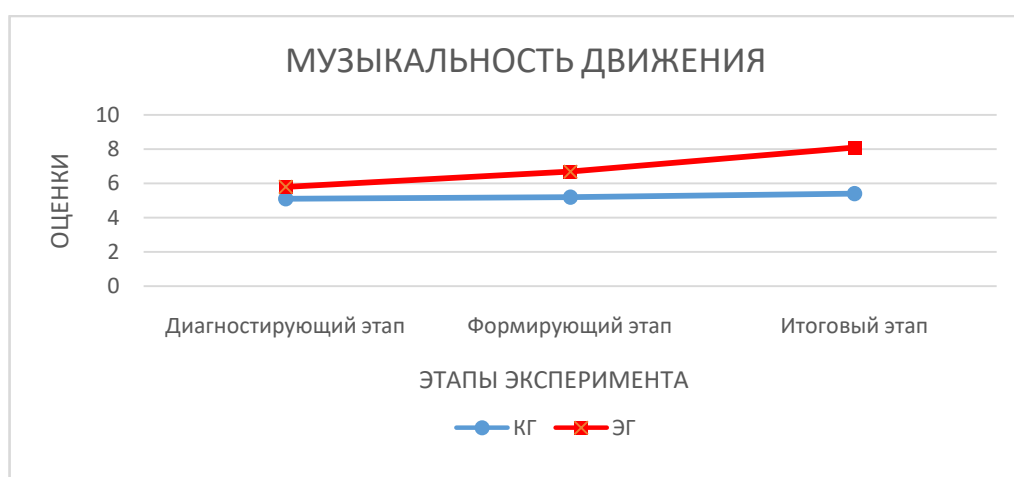
*Таблица 16 – Приращение уровня исполнительского мастерства на итоговом этапе эксперимента в контрольной (КГ) и экспериментальной (ЭГ) группах (в %)*

Показатели контроля	КГ	ЭГ
Умение удерживать осанку и позицию в статике и динамике; умение исполнять движение без потери баланса; умение правильно исполнять траекторию движения и работу ног, в частности стоп; правильное исполнение специфических латинских действий, описанных в технике каждого танца; умение правильно исполнять основные танцевальные действия - наклоны, вращения, прыжки, жесты, переносы веса, балансирование; умение выбрать правильное исходное положение тела, осуществить за счет определенной мышечной работы акт перемещения, а затем завершить движение в другой «конечной» позиции; правильное использование различных частей тела при исполнении танца, не искажая действий в других частях; использование веса.	4.68%	24.63%
Соответствие исполнения танцовщика основному ритму музыкального сопровождения, соответствие динамики исполнения танцевальных движений темпу и характеру музыкального сопровождения; соблюдение темпа музыкального сопровождения, качества исполняемых ритмов, правильности положения тела на определенный музыкальный удар.	3.84%	20.89%
Художественно-образное воплощение исполнителем характерных особенностей музыкального текста и хореографической лексики; синхронность, равномерность, непрерывность всех движений; качество передачи и воплощения идеи и характера каждого из танцев, обусловленного разницей в музыке и ритмах, фигурах и шагах на протяжении исполнения; стабильность и целостность исполнения.	5.45%	28.57%

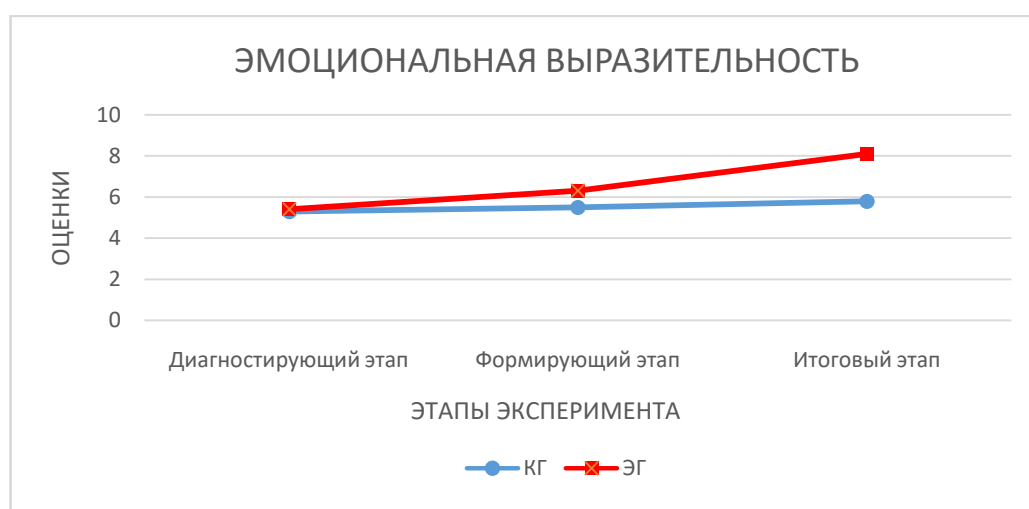
Динамика развития исполнительского мастерства у студентов суммирована и наглядно представлена на Рисунках 4, 5 и 6:



*Рисунок 4 - Динамика развития «Техники исполнения» на разных этапах исследования*



*Рисунок 5 - Динамика развития «Музыкальности движения» на разных этапах исследования*



*Рисунок 6 - Динамика развития «Эмоциональной выразительности» на разных этапах исследования*

Эти диаграммы позволяют утверждать, что внедрение предлагаемой методики значительно повышает технику исполнения танца, музыкальность движения, эмоциональную выразительность и художественную сторону исполнения танца, необходимых для формирования высокого уровня мастерства в спортивных бальных танцах (в ЭГ). И напротив, положительная динамика уровня развития тех же умений слабо проявляет себя в традиционном обучении студентов бакалавриата по профилю «Педагогика спортивного бального танца» (в КГ).

Результаты обработки полученных данных потребовали проверки объективности сделанных выводов. С этой целью была произведена проверка достоверности полученных результатов с помощью метода Т-критерия Вилкоксона. Критерий применяется для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях (диагностирующий этап и итоговый этап) и на одной и той же выборке испытуемых (экспериментальная группа). Он позволяет установить не только направленность изменений, но и их выраженность. С его помощью мы определяем, является ли сдвиг показателей в каком-то одном направлении более интенсивным, чем в другом.

Первый шаг в подсчете Т-критерия – вычитание каждого индивидуального значения «до» из значения «после» (Таблица 17).

*Таблица 17– Вычитание индивидуального значения «до» из значения «после»*

До измерения ( $t_{до}$ )	После измерения ( $t_{после}$ )	Разность ( $t_{до}-t_{после}$ )	Абсолютное значение разности
5.3	8.6	3.3	3.3
5.8	8.1	2.3	2.3
5.4	8.1	2.7	2.7

Исключим нулевые сдвиги.

Гипотезы (Таблица 18):

$H_0$ : Показатели после проведения эксперимента превышают значения показателей до эксперимента.

$H_1$ : Показатели после проведения эксперимента меньше значений показателей до эксперимента.

Таблица 18 – Исключение нулевых сдвигов (гипотезы)

До измерения ( $t_{до}$ )	После измерения ( $t_{после}$ )	Разность ( $t_{до}-t_{после}$ )	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
5.3	8.6	3.3	3.3	3
5.8	8.1	2.3	2.3	1
5.4	8.1	2.7	2.7	2
Сумма				6

Сумма по столбцу рангов равна  $\Sigma=6$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\sum x_{ij} = \sqrt{f((1+n)n;2)} = \sqrt{f((1+3)3;2)} = 6$$

Сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно.

Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае – отрицательными. В Таблице эти направления и соответствующие им ранги выделены цветом. Сумма рангов этих «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия Т:

$$T = \sum R_i = 0$$

По таблице находим критические значения для Т-критерия Вилкоксона для  $n=3$ :

$$T_{кр} = (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр} = (p \leq 0.05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы «редких», в данном случае положительных, направлений не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

В данном же случае эмпирическое значение Т попадает в зону значимости:

$$T_{эмп} < T_{кр} (0,01).$$

Гипотеза  $H_0$  принимается. Показатели после эксперимента превышают значения показателей до эксперимента. Уровень исполнительского мастерства повышен.

**После проведенного экспериментального обучения мы получили следующие результаты:**

1. Положительную динамику развития исполнительского мастерства студентов;

2. Определение прямой связи и влияния научно-теоретической базы и знаний законов движения на развитие исполнительского мастерства в спортивных бальных танцах;

3. Объективные данные и показатели приращения уровня исполнительского мастерства после обучения по экспериментальной методике преподавания латиноамериканской программы спортивных бальных танцев;

4. Доказательность экспериментальной методики преподавания дисциплины «Методика преподавания спортивного бального танца. Латиноамериканская программа» как эффективной.

Анализируя результаты эксперимента по повышению уровня исполнительского мастерства, можно констатировать, что уровень исполнительского мастерства студентов в результате обучения по экспериментальной методике повысился с наивысшими показателями. Экспериментальная группа показала высокий уровень теоретических и практических знаний об исполнительском мастерстве в спортивных бальных танцах. Контрольная группа, с которой были проведены практические занятия, повысила свои исполнительские навыки и двигательные способности, но с меньшими результатами.

Студенты КГ отметили, что ощущают у себя повышение выносливости, пластики тела. Но, к сожалению, использование традиционной методики преподавания не может в полной мере удовлетворить потребности каждого студента, не дает возможности развития должного уровня исполнительского мастерства в спортивных бальных танцах. Инновационный подход к обучению, основанный на учете особенностей и способностей каждого студента в синтезе с использованием принципов движения и биомеханики работы тела, технических законов исполнения танцевальной фигуры позволяет наиболее эффективно развивать их уровень исполнительского мастерства в условиях вуза.

Согласно результатам проведенного исследования, экспериментальная методика преподавания дисциплины «Методика преподавания спортивного бального танца. Латиноамериканская программа» показала свою эффективность при формировании исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе.

### **Выводы по третьей главе**

1. Для достижения ведущих образовательных целей и задач методика преподавания дисциплины «Методика преподавания спортивного бального танца. Латиноамериканская программа» должна предусматривать системное использование инновационных педагогических технологий в обучении будущих педагогов спортивного бального танца, развитии их исполнительского мастерства и художественно-творческого мышления.

2. На всех этапах формирующего эксперимента нами внедрялся многоаспектный дидактический арсенал в виде инновационных методов, приёмов, средств, технологий, формирующих исполнительское мастерство.

3. Из анализа данных формирующего эксперимента следует, что использование комплексной экспериментальной методики преподавания дисциплины «Методика преподавания спортивного бального танца. Латиноамериканская программа», которая включает разнообразные варианты и принципы исполнения фигур, закономерности биомеханики, а также различные тренажные упражнения эффективно способствует повышению исполнительского мастерства и технических знаний в соответствии с требованиями современного спортивного бального танца.

4. Полученные результаты подтверждают, что в экспериментальных группах достигнуты более высокие значения по всем критериальным показателям, чем в контрольных группах. Это подтверждает нашу выдвинутую гипотезу.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результате проведенного исследования «Формирование исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в вузе» были получены следующие основные результаты и выводы.

Спортивный бальный танец имеет свое уникальное культурное предназначение, уникальный художественный смысл и неповторимый образ. Он не просто является синтезом культуры и спорта, но и представляет собой вид хореографического искусства, который отражает все прекрасное в мире, используя только тело танцовщиков – партнера и партнерши - в качестве инструмента. Он воплощает и развивает красоту звуков и ритмов, движений и линий, эмоций и чувств, силы и скорости.

Существующая малочисленная учебно-методическая литература по спортивным бальным танцам содержит некоторые положения о технике исполнения фигур, их пространственные и временные компоненты и характеристики. Но, к сожалению, в ней отсутствует описание педагогической системы формирования исполнительского мастерства как синтеза анатомо-физиологических данных, координации и двигательных навыков танцовщиков. Именно поэтому, педагогическая деятельность в рамках обучения спортивному бальному танцу в вузе должна базироваться на научно-теоретических знаниях и достижениях наук о процессе движения человека, таких как анатомия, физиология, биомеханика и кинезиология.

В ходе анализа современных тенденций в области спортивных бальных танцев и требований к обучению будущих педагогов спортивных бальных танцев в вузе было выявлено, что формирование исполнительского мастерства у будущих педагогов является важным компонентом их профессиональной подготовки. Исполнительское мастерство включает не только технические навыки, но и эмоциональную выразительность, а также музыкальность движений танцовщика. Поэтому, актуализация данной проблемы и разработка эффективного подхода к формированию исполнительского мастерства являются неотъемлемыми



задачами современного вузовского образования в сфере хореографического искусства и педагогики спортивных бальных танцев.

В рамках исследования был проведен детальный анализ педагогического процесса и определены факторы, оказывающие влияние на формирование исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца. Были выявлены основные проблемы и трудности формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в процессе обучения – недостаточное использование ведущих идей методологических подходов; отсутствие баланса между теоретическими занятиями и занятиями тренажно-практической направленности; недостаточный уровень индивидуального подхода к студентам, а также отсутствие инновационных педагогических технологий в процессе преподавания, основанных на учете тенденций и требований современных спортивных бальных танцев.

Для решения указанных проблем в исследовании, была разработана экспериментальная методика преподавания дисциплины «Методика преподавания спортивного бального танца. Латиноамериканская программа». В результате внедрения данной методики в педагогический процесс были получены положительные результаты. Студенты, обучающиеся по экспериментальной методике, показали более высокий уровень развития исполнительского мастерства, устойчивых практических навыков и теоретических знаний в области спортивного бального танца, а также большую эмоциональную выразительность и музыкальность движения. Эти результаты подтверждают эффективность разработанной методики и ее инновационность для формирования исполнительского мастерства танцовщиков спортивного бального танца и комплексной подготовки будущих педагогов спортивного бального танца в целом.

В заключение отметим, что успешное формирование исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца требует комплекс мер, который включает разнообразные методологические подходы,

индивидуальное внимание к каждому студенту, использование современных педагогических технологий и инноваций. Это позволит повысить качество обучения и подготовки высококвалифицированных специалистов, способных эффективно преподавать и передавать знания в области спортивного бального танца.

Совершенствование системы формирования исполнительского мастерства будущих педагогов спортивного бального танца в процессе обучения в вузе позволит выделить спортивный бальный танец как самостоятельную хореографическую систему, со своей школой подготовки танцовщиков-исполнителей, что, в свою очередь, может послужить фундаментом для создания самостоятельных образовательных структур, подразделений и кафедр в вузах со своими уникальными учебными планами и программами подготовки.

Перспективы дальнейших исследований по проблемам формирования исполнительского мастерства в спортивном бальном танце видятся в структуризации методик и педагогических технологий преподавания спортивных бальных танцев, основанных на синтезе спортивной педагогики и педагогики хореографического искусства, которые могли бы быть интегрированы в процесс профессиональной подготовки будущих педагогов спортивного бального танца, тренеров, а также руководителей хореографических коллективов и танцевально-спортивных клубов.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Аверинцев, С.С. Идеи эстетического воспитания / С. С. Аверинцев. - М., 1973. Т. 1. - С. 132-133.
2. Акопян-Шупп, Р. Роль танцевальной практики в хореологии. Голос художника: проблема синтеза в современной хореографии // Материалы международной конференции / Р. Акопян-Шупп. - Волгоград. 1999. - С. 3-15.
3. Ананьев, Б. Г. Психология и проблемы человекознания: избранные психологические труды / Б. Г. Ананьев / Российская акад. образования, Московский психолого-социальный ин-т; под ред. А. А. Бодалева. - 3-е изд. - Москва, 2008. - 431 с.
4. Андреев, А. А. Введение в Интернет-образование: учебное пособие. – Москва: Логос, 2003. – 76 с.
5. Андреев, В. И. Диалектика воспитания и самовоспитания творческой личности / В. И. Андреев. - Казань: 1988. - 238 с.
6. Анисимов, М. В. Исполнительское мастерство как проблема теории и практики искусства игры на духовых инструментах: дис.канд.искусств. / Москва, 2016. - 175 с.
7. Аристотель. О частях животных // Перевод с греческого, вступительная статья и примечания В. П. Карпова / Государственное издательство биологической и медицинской литературы. – М: 1937. - 220 с.
8. Аркина, Н. Е. Анна Павлова: к 100-летию со дня рождения / Н. Е. Аркина. - М.: Знание, 1981. - 56 с.
9. Аронов, А. А. Загадки творчества: Учебное пособие для студ. вузов культуры и искусств / А. А. Аронов. – М: 2004. – 232 с.
10. Аронов, А. А. Мировая художественная культура. Россия. XX век / А. А. Аронов. – М.: Новое в образовании, 1998. – 360 с.
11. Артановский, С. Н. Историческое единство человечества и взаимное влияние культур: Философско-методологический анализ современных зарубежных концепций. - Ленинград: Просвещение, 1967. - 268 с.

12. Архангельский, С. И. Учебный процесс в высшей школе, его закономерные основы и методы / С. И. Архангельский. - Москва: Высш. школа, 1980. - 368 с.
13. Астафьева, Н. Е. Организация вариативно-модульной системы повышения квалификации педагогов в области специального образования и коррекционно-развивающего обучения / Астафьева Н. Е., Бачина О. В. - Тамбов: ТОИПКРО, 2006. - 209 с.
14. Бабанский, Ю. К. Оптимизация процесса обучения: Общедидактический аспект / Ю.К. Бабанский. - Москва: Педагогика, 1977. - 254 с.
15. Базарова, Н. П. Классический танец: Методика четвертого и пятого года обучения / Н. П. Базарова. - 2-е изд., испр. - Ленинград: Искусство, 1984. - 199 с.
16. Бакланова, Н. К., Потапов, Д.А. Теория планомерного формирования умственных действий и развитие креативности ребенка // Национальный психологический журнал / Н. К. Бакланова, Д. А. Потапов. – М: 2010. - №1(3) - С.108-110
17. Бакланова, Т. И. Русская традиционная художественная культура. Экспериментальная художественно-образовательная программа. Комплекс программ. – Москва, 1996. – 192 с.
18. Батаршев, А. В. Психодиагностика пограничных расстройств личности и поведения / А.В. Батаршев. – М., 2004. – 319 с.
19. Бахтин, М. М. Вопросы литературы и эстетики: исследования разных лет / М. М. Бахтин. – Москва: Художественная литература, 1975. – 502 с.
20. Безикова, А. А. Гармонизация взаимодействия партнеров в спортивных бальных танцах (на материале подростковых групп) / дис. канд. культур.
21. Беликов, В. А. Философия образования личности: деятельностный аспект (монография) / В. А. Беликов. - М., 2004. - С. 235
22. Бернштейн, Н. А. О построении движений / Н. А. Бернштейн. – М.: Медгиз, 1947. – 254 с.
23. Бернштейн, Н. А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности / Н. А. Бернштейн. - М.: Медицина, 1966. – 349 с.

24. Бернштейн, Н. А. Физиология движений и активность / Н. А. Бернштейн. - М.: Наука, 1990. – 495 с.
25. Блазис, К. Полный учебник танца / Пер. с фр. яз. О. Н. Брошниковской // К. Блазис. - М. -Л., 1937. - С. 95-101.
26. Блох, О. А. Развитие духовно-творческого потенциала учащихся-музыкантов / автореферат дис. док. пед. наук / О. А. Блох. - М.: МГУКИ., 2005.
27. Боголюбская, М. С. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах / М. С. Боголюбская. - Москва, 1982. - 102 с.
28. Богомолова, Л. В. Формирование эстетической культуры подростков на занятиях хореографией / дис. канд. пед. наук / Л. В. Богомолова. – М., 1997.
29. Болтвина-Бутузова, В. Б. Особенности адаптационных процессов у детей и подростков 11-15 лет, занимающихся спортивными балльными танцами / дис. канд. биол. наук / В. Б. Болтвина-Бутузова. - Тюмень 2004.
30. Бондаренко, Л. А. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях / Л. Бондаренко. - Киев, 1985. - 222 с.
31. Борисенко, С. И. Повышение исполнительского мастерства гимнасток на основе совершенствования хореографической подготовки / дис. канд. пед. наук / С. И. Борисенко
32. Бредихина, Ю. П. Физиологические основы координации парных двигательных действий у спортсменов (на примере спортивных балльных танцев / дис. канд. пед. наук / Ю. П. Бредихина.
33. Буланкина, М. К. Современные технологии совершенствования профессионального мастерства педагога в системе хореографического образования / дис. канд пед. наук (13.00.08 – теория и методика профессионального образования) / М. К. Буланкина. - М., 2016.
34. Бурцева, Г. В. Управление развитием творческого мышления студентов-хореографов в процессе вузовской подготовки / дис. канд. пед. наук / Г. В. Бурцева. – Барнаул, 2000 г.

35. Бурцева, Г. А. Ценностный подход к профессионально-педагогической подготовке студентов университета: на материале специальности «Физическая культура и спорт» / диссертация кандидата педагогических наук: 13.00.08. - Курган, 2002. - 179 с.
36. Буцан, А. С. Личностный фактор в контексте диалога культур: на примере деятельности С. П. Дягилева во Франции / диссертация кандидата культурологии: 24.00.01 / Буцан А. С. - Москва, 2013. - 170 с.
37. Ваганова, А. Я. Основы классического танца / А. Я. Ваганова. - Изд. 9-е, стер. - Санкт-Петербург: Лань - Планета музыки, 2007. – 191 с.
38. Валицкая, А. П. Теория образования в контексте современности: учебное пособие / А. П. Валицкая - Санкт-Петербург: Астерион, 2014. - 165 с.
39. Волков, Н. Д. Мейерхольд / Н. Д. Волков. - М. - Л.: Академия, 1929. - 493с.
40. Воронин, Р. Е. Философско-эстетические и художественные аспекты танцевального искусства: спортивный балльный танец, вторая половина XX века /дис. канд. искусств. / Р. Е. Воронин. - СПб, 2007.
41. Всеволодский – Гернгросс, В. Г. Театр в России при императрице Елисовете Петровне / В. Г. Всеволодский - Гернгросс. - СПб.: Гиперион, 2003. - 333 с.
42. Выготский, Л. С. Педагогическая психология / Под ред. В. В. Давыдова // Л. С. Выготский. - М.: Педагогика, 1991. - 479 с.
43. Вяхирева, Е. А. Развитие творческого мышления младших школьников в процессе личностно-ориентированного обучения / дис. канд. пед. наук / Е. А. Вяхирева. - Саратов, 1997. - С. 23.
44. Габай, Т. В. Учебная деятельность и ее средства / Т. В. Габай. - М., 1988.
45. Габович, М. М. Принципы биомеханики в методике преподавания классического танца / дис. канд. пед. наук / М. М. Габович
46. Гаже, П., Вебер, Б. Постурология. Регуляция и нарушения равновесия тела человека / П. Гаже, Б. Вебер. - СПб.: Изд. дом СПбМАПО, 2008. - 316 с.

47. Герасимова, Ю. А. Развитие педагогических качеств в профессиональной подготовке хореографов в вузах культуры и искусств / дис. канд. пед. наук / Ю. А. Герасимова. – Москва, 2007.
48. Геращенко, В. В. Педагогические аспекты совершенствования самодеятельного хореографического творчества в клубных учреждениях / дис. канд. пед. наук / В. В. Геращенко. - М.: МГИК, 1985.
49. Глушковский, А. П. Воспоминания балетмейстера / А. П. Глушковский. - Москва – Ленинград, 1940. - 248 с.
50. Гунько, Г. Е. Подготовка педагогов бального танца в условиях высшего профессионального образования / дис. канд. пед. наук / Г. Е. Гунько
51. Гурфинкель, В. С., Левик, Ю. С. Механизмы поддержания вертикальной позы // Сборник статей по стабилотграфии / В. С. Гурфинкель – Таганрог, 2006. - С. 5-11.
52. Дмитриев, С. В. Теоретико-методологический анализ информационного моделирования двигательных задач // Теория и практика физической культуры / С. В. Дмитриев, 1985. №7. - С. 9-10.
53. Добровольская, Г. Балетмейстер Л. Якобсон / Г. Добровольская. Л., 1968. - С. 44.
54. Добровольская, Г. Танец. Пантомима. Балет / Г. Добровольская. Л., 1975. - С.124.
55. Добротворская, К. А. Айседора Дункан и театральная культура эпохи модерна / дис. канд. культ / К. А. Добротворская. – ЛГИТМиК., 1992.
56. Донской, Д. Д., Зациорский, В. М. Биомеханика: Учебник для институтов физической культуры / Д. Д. Донской, В. М. Зациорский. - Москва: Физкультура и спорт, 1979. – 264 с.
57. Дорфман, Л. Я. Построение эмоционального образа в пространстве сцены средствами хореографии / Л. Я. Дорфман. - Пермь, 1988. - С. 50.
58. Дорфман, Л. Я. Эмоции в искусстве: теоретические подходы и эмпирические исследования / Л. Я. Дорфман. - М.: Смысл, 1997. – 424 с.

59. Дранков, В. Л. Многогранность способностей как общий критерий художественного таланта // Художественное творчество / В. Л. Дранков. - Л.: Наука, 1983.
60. Дранков, В. Л. О природе художественного таланта / В. Л. Дранков. -Л., 1973. - С. 47.
61. Дружинин, В. Н. Психология общих способностей / В. Н. Дружинин. - СПб.: ПитерКом, 1999. – 368 с.
62. Дьяченко, О. М. Развитие воображения в дошкольном детстве / диссертация доктора психологических наук: 19.00.07 / Акад. пед. наук СССР. НИИ общей и пед. психологии. - Москва, 1990. - 312 с.
63. Ересько, И. Е. Методика совершенствования тренировочного процесса танцоров 7-9 лет на основе использования средств хореографии / дис. канд. пед. наук / И. Е. Ересько. – Хабаровск, 2005.
64. Ершова, Н. В. Хореография на льду. Становление и пути дальнейшего развития / дис. канд. пед. наук / Н. В. Ершова.
65. Жак-Далькроз, Э. Ритм, его воспитательное значение для жизни и искусства. 6 лекций / Э. Жак-Далькроз. - СПб., 1912. – 147с.
66. Жарков, А. Д. Организационно-методические основы культурно-просветительной деятельности / диссертация доктора педагогических наук: 13.00.05 / Ленингр. гос. ин-т культуры им. Н. К. Крупской. — Ленинград, 1990. — 498 с.
67. Завражин, М. Ю. Социально-культурные условия формирования навыков этикета у дошкольников в процессе хореографической деятельности / дис. канд. пед. наук / М. Ю. Завражин. - Тамбов, 2012.
68. Загвязинский, В. И. Теории обучения и воспитания: учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению подготовки «Психолого-педагогическое образование» / В. И. Загвязинский, И. Н. Емельянова. - Москва: Академия, 2012. – 254 с.
69. Загrevский, В. И. Биомеханика физических упражнений // Учебное пособие / В. И. Загrevский. - Томск: ТМЛ-Пресс, 2007. - 274 с.



70. Зайфферт, Д. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа / Д. Зайфферт. - СПб.: ПЛАНЕТА МУЗЫКИ, 2015. – 128 с.
71. Захаров, Р. В. Беседы о танце / Р. В. Захаров. - М., 1963.
72. Захаров, Р. В. Записки балетмейстера / Р. В. Захаров. - М.: Искусство, 1976. - С. 351.
73. Захаров, Р. В. Искусство балетмейстера. Программа. / Р. В. Захаров. - М.: ГИТИС., 1975.
74. Захаров, Р. В. Слово о танце / Р. В. Захаров. - М., 1977. - С. 160.
75. Захаров, Р. В. Сочинение танца / Р. В. Захаров. - М.: Искусство, 1983. - С. 67.
76. Зациорский, В. М. Биомеханика двигательного аппарата человека / В. М. Зациорский. - М.: Физкультура и спорт, 1981. - 70 с.
77. Зверева, М. В. О понятии «дидактические условия» / М. В. Зверева // Новые исследования в педагогических науках. - М.: Педагогика, 1987. - С. 29-32.
78. Зеер, Э. Ф. Психология профессионального образования: учебник для вузов / Э. Ф. Зеер. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 395 с.
79. Зейгарник, Б. В. Теория личности в зарубежной психологии / Б. В. Зейгарник. - М., 1982. - С. 128.
80. Зимняя, И. А. Педагогическая психология / учеб. для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по пед. и психол. направлениям и специальностям / И. А. Зимняя. — 2-е изд., доп., испр. и перераб. — Москва: Логос, 2001, 2002, 2003, 2004. — 383 с.
81. Ипполитова, Н. В. Теория и практика подготовки будущих учителей к патриотическому воспитанию учащихся / дис. д-ра пед. наук / Н. В. Ипполитова. — Челябинск, 2000. — 383 с.
82. Кабалевский, Д. Б. Музыка и музыкальное воспитание / Д. Б. Кабалевский. - Москва: Знание, 1984. - 64 с.

83. Кавалерова, В. А. Спорт как одно из эстетических средств формирования гармонически развитой личности / диссертация кандидата философских наук: 09.00.04 / МГУ им. М. В. Ломоносова. - Москва, 1988. - 174 с.

84. Каган, М. С. Философия культуры / М. С. Каган; Акад. гуманитар. наук и др. - СПб., 1996. – 414 с.

85. Казакова, А. Г. Высшее профессиональное и послевузовское научное образование (аспирантура, докторантура): монография / А.Г. Казакова. – М.: Экон-Информ, 2010. - С.465

86. Казакова, А. Г. Основы педагогики высшей школы: Учебное пособие / А. Г. Казакова. – М.: Профиздат, 2000. – 544 с.

87. Казакова, А. Г. Педагогика профессионального образования: монография / А. Г. Казакова. – М.: ЭконИнформ., 2007. – 550 с.

88. Калашникова, Т. И. Становление готовности студентов-хореографов к развитию художественно-творческого потенциала учащихся / дис. канд. пед. наук/ Т. И. Калашникова. - Улан-Удэ, 2004.

89. Каракозов, С.Д. Направления развития содержания специализированной подготовки учителя информатики в контексте модернизации образования // Ученые записки. – М.: ИИО РАО, 2005, № 17.

90. Карпеев, А. Г. Двигательная координация человека в спортивных упражнениях баллистического типа / А. Г. Карпеев. - Омск: СибГафк, 1998. - 324 с.

91. Киссельгоф, А. Тридцать лет новаторства в танце // Диалог-США / А. Киссельдорф. - 1988 №25. - С. 52.

92. Коваленко, Е. А. Литературные произведения как основа создания хореографических спектаклей / Е. И. Коваленко // Национальная культура глазами молодых: сборник материалов итоговой научной конференции студентов, магистрантов, аспирантов (22 марта 2017 г.) / Белорусский государственный университет культуры и искусств. - Минск, 2017.

93. Козырева, Е. И. Школа педагога-исследователя как условие развития педагогической культуры / Е. И. Козырева // Козырева, Е.И. Методология и

методика естественных наук. - Вып. 4. - Сб. науч. тр. – Омск: Изд-во ОмГПУ, 1999. – С. 4- 9.

94. Королев, В. В. Проблемы развития творческой активности студентов - хореографов (научная монография) / М. - 208 с.

95. Королев, В. В. Формирование творческой активности студентов-хореографов в процессе вузовской подготовки / дис. канд. пед. наук / В. В. Королев. - Москва, 2003.

96. Костикова, М. Н. Психологические особенности готовности детей к школьному обучению // Автореф. дис. на соиск. учен. степ. канд. психол. наук: (19.00.07). - М., 1985. - 27 с.

97. Котельникова, Е. Г. Биомеханика хореографических упражнений // Учебное пособие / Е. Г. Котельникова. - Л.: Ленингр. Гос. ин-т культуры им. Н.К. Крупской, 1973. – 169 с.

98. Кошелев, С. Н. Биомеханика спортивных танцев / С. Н. Кошелев. - Москва, 2006 - 140 с.

99. Краевский, В. В. Методология педагогики / В. В. Краевский. - Чебоксары: Изд-во Чуваш. ун-та, 2001. – 243 с.

100. Красовская, В. М. История русского балета / В. М. Красовская. - 3-е изд., стер. - Санкт-Петербург: Планета музыки, 2010. – 286 с.

101. Кривсун, С. Н. Концепция спортивной миографии // Теория и практика физической культуры / С. Н. Кривсун. - 2012. - № 9. - С.46-49.

102. Кудин, В.О. Эстетика и творчество / В. О. Кудин. - Киев, 1973. - С. 38.

103. Кудрина, Е. Л., Ремизов, А. А. Студенты творческого вуза: ценности воспитания в условиях вызовов XXI века // Вестник МГУКИ, 2022, № 6 (110), С. 43-49.

104. Кудрина, Е. Л., Хижняк, Н. Л. Современная потребность учреждений сферы культуры и искусств в подготовке талантливых кадров / Вестник Казанского государственного университета культуры и искусств. 2016. № 3. С. 136-139.

105. Кузнецов, В. В. Специальная силовая подготовка спортсмена / В. В. Кузнецов. - М.: Советская Россия, 1975. - 194 с.
106. Кузнецов, Е. А. Творческая мотивация как фактор формирования профессиональных компетенций у студентов хореографических специализаций. Вестник МГУКИ. 2 (64) 2015г./ С. 242–246.
107. Куприянов, Б. В. Современные подходы к определению сущности категории «педагогические условия» / Б. В. Куприянов, С. А. Дынина // Вестник Костромского гос. ун-та им. Н.А. Некрасова. - 2001. - № 2. - С. 101-104.
108. Курамшин, Ю. Ф. Теория и методика физической культуры // Учебник под ред. Ю. Ф. Курамшина - 3-е изд., испр. и доп. - М.: Советский спорт, 2007. - 450 с.
109. Лейбович, А. Н. Механизмы обеспечения преемственности профессиональных и образовательных стандартов / А. Н. Лейбович // Инновационные подходы и информационные технологии для внедрения нового поколения государственных стандартов высшего профессионального образования: международная конференция: сборник докладов – Москва , 2009. – С. 50-56.
110. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. - 2-е изд. - Москва: Политиздат, 1977. - 304 с.
111. Лернер, И. Я. Процесс обучения и его закономерности. - Москва: Знание, 1980. - 96 с.
112. Лесгафт, П. Ф. Избранные педагогические произведения. В 2-х томах. (Составитель, примечания и вступит статья проф. Г. Г. Шахвердова) / П. Ф. Лесгафт. - М.: АН РСФСР, 1951. - 335 с.
113. Лисицкая, Т., Сиднева, Л. Аэробика с большой буквы // Спорт в школе / Т. Лисицкая, Л. Сиднева, 2003.
114. Лихачев, Б. Т. Педагогика: курс лекций / учеб. пособие для студентов пед. учеб. заведений и слушателей ИПК и ФПК / Б. Т. Лихачев. - 4-е изд., перераб. и доп. – М.: Юрайт-М, 2001. - 607с.

115. Лобжанидзе, М. М. Эстетика спортивного зрелища / М. М. Лобжанидзе. - Тбилиси: Мецниереба, 1980. - 138 с.
116. Локк, Д. Педагогические сочинения / Д Локк. - М., 1985. Т. 3.- С. 291
117. Ломакина, Л. И. Личность и хореографическое творчество // Человек и современный клуб: перестройка взаимоотношений. Мат. Всесоюз. науч. конф / Л. И. Ломакина. – Пермь, 1989. - С. 151-152.
118. Лопухов, Ф. В. Хореографические откровения / Ф. В. Лопухов. - М.: Искусство. 1972. - С. 55.
119. Лопухов, Ф. В. Шестьдесят лет в балете / Ф. В. Лопухов. - Л.- М.: Искусство, 1972. - С. 236.
120. Лоу, Б. Красота спорта // Пер. с англ. И.Л. Моничева, под ред. В.И. Столярова / Б. Лоу. - М.: Радуга, 1984. - 120 с.
121. Лысенко, А. В. Психолого-педагогические условия формирования профессионально-ценностных ориентаций будущего учителя музыки / дис. канд. пед. наук / А.В. Лысенко. - Майкоп, 2005. - 203 с.
122. Лях, В. И. Координационные способности: диагностика и развитие / В. И. Лях. - М.: ТВТ Дивизион, 2006. - 290 с.
123. Лях, В. И. О классификации координационных способностей // Теория и практика физической культуры / В. И. Лях. - 1987. - №7.
124. Майстрова, Л. Ф. Воспитание эмоционально-нравственного отношения к природе у младших школьников средствами хореографии / дис. канд. пед. наук / Л. Ф. Майстрова. – Москва, 2003.
125. Максименко, А. М. Теория и методика физической культуры / А. М. Максименко. - М.: Физкультура и спорт, 2005. - 205 с.
126. Мариупольская, Т. Г. К вопросу о традициях и новаторстве в музыкальной педагогике // Высшее педагогическое образование России: традиции, проблемы, перспективы: Тезисы междунар. науч. практ. конф. – М., 1997. – Ч. 2. – С. 270–273.
127. Марченко, С. Е. Проблемы развития современного танца в России / С. Е. Марченко // Современное состояние и тенденции развития культуры и

искусства России и региона: материалы Омской регион. науч.- практ. конф.- Омск, 2008.- С.112-114.

128. Матюшкин, А. М. Творческая одаренность // Общественные движения и социальная активность молодежи / Материалы Всесоюзной научной конференции «Человек в системе общенаучных отношений» / А. М. Матюшкин. - М. 1999. - С. 149-159.

129. Мейерхольд, В. Э. Мастерство актера (сборник статей) / В. Э. Мейрхольд. - М.: Художественная литература, 1935. - С. 273-297.

130. Митина, Л. М. Личностное и профессиональное развитие человека в новых социально-экономических условиях / Л.М. Митина // Вопросы психологии. - 1997. - №4. - С. 28-38.

131. Моисеев, И. А. Я вспоминаю...Гастроль длиною в жизнь / И. А, Моисеев. Москва: Согласие, 1996. – 224 с.

132. Молоткова, Н. В. Педагогическая технология непрерывного профессионального образования / Н. В. Молоткова // Профильное обучение как социально-педагогическая система трудового воспитания молодежи: Сб. материалов Всерос. науч. метод. конф. - Липецк, 2002.

133. Молоткова, Н. В. Стратегия развития образовательных систем в современных условиях / Н.В. Молоткова // Профессиональное образование. - М., 2003.

134. Моль, А. Социодинамика культуры / А. Моль. - М.: Прогресс, 1972. - 406 с.

135. Монахова, Е. Г. Формирование эстетической культуры воспитанников интернатных учреждений средствами спортивного бального танца // диссертация кандидата педагогических наук: 13.00.01. - Новокузнецк, 2005. - 221 с.

136. Монтессори, М. Метод научной педагогики, применяемый к детскому воспитанию в домах ребенка / М. Монтессори. - М., 1920.

137. Москалева, О. А. Fred Astaire dance international / Москалева О. А. / Современный спортивный бальный танец. Исторический опыт, современные

проблемы, перспективы развития: II Межвузовская научно-практическая конференция (28 февраля 2014 года). СПб., С. 29-31.

138. Навиславская, Е. Е. Актерское мастерство и пластическая выразительность в хореографии // Труды Санкт-Петербургского государственного университета культуры и искусств / Е. Е. Навиславская.

139. Назаренко, Л. Д. Пластичность как двигательльно-координационное качество // Теория и практика физической культуры / Л. Д. Назаренко. - 1999. - № 8. - С. 48.

140. Найн, А. Я. О методологическом аппарате диссертационных исследований / А. Я. Найн // Педагогика. - 1995. - № 5. – С. 44-49.

141. Никитин, В. Ю. Инновационный подход к профессиональному обучению балетмейстеров современного танца. Монография / В. Ю. Никитин. - М.: МГУКИ., 2006.

142. Никитин, В. Ю. Модерн-джаз танец. Этапы развития. Метод. Техника / В. Ю. Никитин. - М.: Один из лучших, 2004.

143. Никитин, В. Ю. О некоторых аспектах методики преподавания композиции современного танца // Вестник МГУКИ. № 4 / В. Ю. Никитин. - М.: МГУКИ., 2006.

144. Никитин, В. Ю. Профессионально-педагогическая подготовка балетмейстера в учебных заведениях культуры и искусств / дис. док. пед. наук / В. Ю. Никитин.

145. Никитин, В. Ю. Теория и практика формирования художественно-творческого мышления балетмейстера в современной хореографии. Монография / В. Ю. Никитин. - М.: МГУКИ., 2005.

146. Нилов, В. Н. Хореография в системе художественного воспитания младших школьников (теория и практика) / дис. канд. пед. наук / В. Н. Нилов. – Москва, 1998.

147. Новерр, Ж.- Ж. Письма о танце / Пер. А. А. Гвоздевой, примеч. и статья И. И. Соллертинского / Ж. – Ж. Новерр. - Л.: Академия, 1927. – 316 с.

148. Новик С.А., Ключин Н.В. Проблематика исследования технических действий в танцевальном спорте // Проблемы развития танцевальных видов спорта: Материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции. М, 2004. С. 13-16.

149. Новиков, А. М. Методология учебной деятельности / А. М. Новиков. - М., 2005.

150. Нуйкин, А.А. Роль искусства в нравственном воспитании молодежи / А.А. Нуйкин // Искусство и эстетическое воспитание молодежи. - М.: Наука, 1981. - С. 108-136.

151. Ожегов, С. И. Словарь русского языка: ок. 53000 слов / С. И. Ожегов // под общ. ред проф. Л.И. Скворцова. – 24-е изд., испр. – М.: ООО «Издательство Оникс», 2007. – 640 с.

152. Орешкина, А. К. Педагогические системы в логике культурологической парадигмы / А. К. Орешкина. - М.: Профессиональное образование, 2008. - 220 с.

153. Орешкина, А. К. Формирование педагогической системы проектно-технологического типа организационной культуры деятельности // Образование и общество в условиях глобализации: материалы V международной научной конференции / А. К. Орешкина. - М.: МИЭМП, 2009. - С. 191-193.

154. Орлов, А. Б. Психология личности и сущности человека: парадигмы, проекции, практики / А.Б. Орлов. - М.: Логос, 1995. -215 с.

155. Осеннева, М. С. Теория и методика музыкального воспитания. Учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности 050708 - Педагогика и методика начального образования, направлению 050100 - Педагогическое образование / М. С. Осеннева. - 2-е изд. - Москва: Академия, 2013. – 264 с.

156. Павлов, С. Н. Организационно-педагогические условия формирования общественного мнения органами местного самоуправления / дис. канд. пед. наук / С. Н. Павлов. – Магнитогорск, 1999.



157. Перлина, Е. В. Хореографическая координация в педагогике балета: теория, история, методика развития: монография / Е. В. Перлина. - Москва: МГУКИ, 2012. - 139 с.

158. Петелин, А. С. Современные педагогические технологии музыкального образования: монография / А. С. Петелин, Е. А. Петелина; Гос. образовательное учреждение высш. проф. образования «Воронежский гос. пед. ун-т». - Воронеж, 2011. – 162 с.

159. Платонов, К. К. Об изучении и формировании личности учащегося / К. К. Платонов, Б. И. Адаскин. - Москва: Высш. школа, 1966. - 224 с.

160. Платонов, О. А. Энциклопедический словарь «Русская цивилизация» / Москва: Алгоритм, 2010. - 943 с.

161. Попов, Г. И., Самсонова, А. В. Биомеханика двигательной деятельности / учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования / Г. И. Попов, А. В. Самсонова. - Москва: Академия, 2014. – 320 с.

162. Попова, Е. Н. Формирование эстетических компетенций и ориентаций в процессе профессиональной подготовки студентов педагогического университета (на примере хореографии) / дис. канд. пед. наук. / Е. Н. Попова. – Самара, 2005.

163. Праздников, Г. А. Искусство и спорт / Г. А. Праздников / Ленинград, 1981. - 36 с.

164. Ратов, И. П. Биомеханика - средство педагогического контроля // И. П. Ратов / Легкая атлетика, 1965. - № 8.

165. Рогов, Е. И. Настольная книга практического психолога в образовании // Учеб. пособие / Е. И. Рогов. М.: ВЛАДОС, 1996. – 529 с.

166. Роджерс, Н. Творчество как усиление себя // Вопросы психологии / Н. Роджерс., 1990. №1. - С. 164-168.

167. Родионов, А. В. Психодиагностика спортивных способностей / А. В. Родионов. М.: ФиС, 1973. – 216 с.

168. Ромм, В. В. Секреты танцев Древней Греции / В. В. Ромм. - Новосибирск: ТРИНА, 1999. - 156 с.

169. Рубинштейн, С. Л. Проблемы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. - М.: Педагогика. 1973. – 294 с.
170. Рутковская, М. В. Формирование мотивов выбора педагогической профессии у старшеклассников / дис. канд. пед. наук / М. В. Рутковская – Л., 1955.
171. Рындина, О. А. Занятия хореографией в системе дополнительного образования как средство эстетического воспитания детей 9-12 лет / дис. канд. пед. наук / О. А. Рындина Москва, 2004.
172. Савельева, Л. А. Подготовка тренеров-хореографов по спортивной гимнастике на основе комплексного анализа вольных упражнений / дис. канд. пед. наук / Л. А. Савельева. – Москва.
173. Сверчков, А. В. Организационно-педагогические условия формирования профессионально-педагогической культуры будущих спортивных педагогов / Сверчков А. В. // Молодой ученый, - 2009. - №4. - С. 279-282.
174. Сиротин, О. А. Экспериментальное исследование психофизиологической природы эмоциональной устойчивости: по материалам исследования борцов высшей квалификации / дис. кандидата психологических наук: 19.00.00 / О.А. Сиротин. - Москва, 1972. - 182 с.
175. Скаткин, М. Н. Проблемы современной дидактики / М. Н. Скаткин. - 2-е изд. - Москва: Педагогика, 1984. – 95 с.
176. Скворцов, Д. В. Клинический анализ движений. Стабилометрия / Д. В. Скворцов. - М.: АОЗТ «Антидор», 2000. - 192 с.
177. Скуратов, Т. А. Использование принципов биомеханики в процессе профессионального обучения в вузах для будущих специалистов в области спортивного бального танца / Т. А. Скуратов // Вестник Московского государственного университета культуры и искусств. 2017. № 5 (79). С. 235-245.
178. Скуратов, Т. А. Критерии исполнительского мастерства в спортивных бальных танцах (на примере латиноамериканской программы) / Т. А. Скуратов // Актуальные проблемы совершенствования педагогического мастерства преподавателей высшей школы. Сборник статей преподавателей, аспирантов,

соискателей, участников научно-методической межвузовской конференции в МГИК. 2018. С. 143-150.

179. Скуратов, Т. А. Личностно-ориентированный подход в процессе обучения спортивному бальному танцу в вузе / Т. А. Скуратов // Актуальные проблемы совершенствования педагогического мастерства преподавателей высшей школы. Сборник статей преподавателей, аспирантов, соискателей, участников научно-методической межвузовской конференции в МГИК. 2018. С. 150-155.

180. Скуратов, Т. А. Некоторые аспекты моделирования тренажа спортивных бальных танцев на основе экзерсиса классического танца / Скуратов Т. А. // Танец в диалоге культур и традиций. Материалы XIV Межвузовской научно-практической конференции. Санкт-Петербург, 2024. С. 38-42.

181. Скуратов, Т. А. Педагогические особенности формирования музыкальности в спортивных бальных танцах в возрастной категории «Дети-1» / Т. А. Скуратов // Танец в диалоге культур и традиций. Материалы XV Межвузовской научно-практической конференции. Санкт-Петербург, 2025. С. 61-65.

182. Скуратов, Т. А. Реализация дидактических принципов преподавания спортивных бальных танцев / Т. А. Скуратов // Артпедагогика и артпсихология в век инноваций. Сборник статей по материалам V Международной научно-практической конференции в рамках Всероссийского фестиваля науки НАУКА 0+. Москва, 2024. С. 282-289.

183. Скуратов, Т. А. Спортивный бальный танец в системе высшего образования: Формы, тенденции, инновации / Т. А. Скуратов // Формы инновационного развития хореографического образования. Сборник статей I и II Всероссийских научно-практических конференций с международным участием . Москва, 2025. С. 47-54.

184. Скуратов, Т. А. Сущность понятия «Исполнительское мастерство» в спортивных бальных танцах / Т. А. Скуратов // Вестник Московского государственного университета культуры и искусств. 2022. № 3 (107). С. 143-149.

185. Скуратов, Т. А. Теоретико-методологические основы подготовки будущих специалистов спортивных бальных танцев в вузе / Т. А. Скуратов // Вестник Московского государственного университета культуры и искусств. 2016. № 5 (73). С. 201-206.

186. Скуратов, Т. А. Формирование исполнительского мастерства в спортивных бальных танцах / Скуратов Т. А. // Вестник Московского государственного университета культуры и искусств. 2022. № 6 (110). С. 73-78.

187. Скуратов, Т. А. Формирование исполнительского мастерства у студентов-хореографов в процессе обучения спортивным бальным танцам / Т. А. Скуратов // Культура и образование. 2018. № 1 (28). С. 88-95.

188. Сластенин, В. А. Психология и педагогика / учеб. пособие для студентов вузов пед. профиля / В.А. Сластенин, В.П. Каширин. - 4-е изд., стер. - Москва: Академия, 2006. – 477с.

189. Слепокуров, В. С. Поиск новых ориентиров // Вестник МГУКИ, 2022, № 4 (108), С. 6-14.

190. Слонимский, Ю. Хореография Карло Блазиса / Ю. Слонимский. - Л.-М.: Искусство, 1937- С.90.

191. Спинжар, Н. Ф. Постановка цели самореализации в профессиональной подготовке будущего специалиста // Вестник МГУКИ / Н. Ф. Спинжар. – 2013. - №3. - С. 155–159.

192. Столяров, В. И. Социализм и эстетические ценности спорта / В. И. Столяров // Теория и практика физической культуры. - 1982. - №12. - С. 5-8.

193. Столяров, В. И. Спорт и культура (методологический и теоретический аспекты проблемы) / В. И. Столяров // Спорт, духовные ценности, культура. Вып. 1. Исторические и теоретические основания: Сб. / Сост. и ред.: В. В. Кузин и др. - М.: Гуманитарный Центр «СпАрт» РГАФК, 1997.

194. Столяров, В. И. Спорт и эстетическое воспитание / В. И. Столяров, А. Е. Басин // Пути и средства эстетического воспитания. - М.: Наука, 1989. - С. 163-79.

195. Столяров, В. И. Спорт, эстетическая культура и искусство / В. И. Столяров, П. В. Лазарев, В. И. Самусенкова // От идей Кубертена к модели спорта XXI века (Духовность. Спорт. Культура.): Сб. - Москва-Смоленск: Гуманитарный Центр «СпАрт» РГАФК, Смоленская Олимпийская Академия, 1996. Вып. 1. -С. 84-102.
196. Столяров, В. И. Эстетические проблемы спорта / В. И. Столяров, М. Я. Сараф. - М, 1982.
197. Стрельцов, Ю. А. Социальная педагогика / Учеб. пособие / Ю. А. Стрельцов; Моск. гос. ун-т культуры. – Москва., 1998. - 144 с.
198. Стрельцова, Е. Ю. Развитие теории и практики клубного публицистического театра: 1917-1930гг. // диссертация кандидата педагогических наук: 13.00.05. - Москва, 1993. - 206 с.
199. Суриц, Е. А. Баланчин - истоки творчества / Е. А. Суриц. // Сб. Музыка и хореография современного балета. -Л: Музыка. 1987. - с. 66.
200. Таранда, Г. Л. Развитие профессионально-личностных качеств будущего руководителя хореографического коллектива в вузе: интегративно-коммуникативный подход / дис. кандидата педагогических наук: 5.8.7. / Таранда Гедиминас Леонович. - Москва, 2024. - 200 с.
201. Тарасенко, Т. В. Взаимосвязь традиционных и инновационных методов в профессиональной подготовке руководителей детских хореографических коллективов / дис. канд. пед. наук / Т. В. Тарасенко. – М., 2006.
202. Тарханов, И. В. Биомеханическая структура выполнения шагов назад в спортивных танцах / дис. канд. пед.наук / И. Д. Тарханов. - Москва, 2016.
203. Темлянцева, С. Н. Проектирование содержания специализации «бальная хореография» в народном художественном творчестве / дис. канд. пед. наук / С. Н. Темлянцева. – Барнаул, 2004.
204. Теплов, Б. М. Психология: учебник для средней школы / Б. М. Теплов. - Изд. 8-е восстановленное с оригинала 1954 года - 255 с.

205. Торопова, А. В. Психолого-педагогическая концепция изучения и развития музыкального сознания личности / Методология музыкального образования. Учебник. – М., 2011. – С. 346 – 358.

206. Ушаков, Д. Н. Толковый словарь современного русского языка / Д. Н. Ушаков; под ред. Н. Ф. Татьянченко. – Москва: Альта-Пресс, 2005. – 1207 с.

207. Ушакова, Ю. В. Педагогические особенности занятий образной хореографией с детьми младшего возраста / дис. канд. пед. наук / Ю. В. Ушакова. – Москва, 2001.

208. Фарфель, В. С. Методы срочной информации в спортивной тренировке // Международная научно-методическая конференция по проблемам спортивной тренировки / В. С. Фарфель. - М., 1962. - С.173-182.

209. Фокина, Е. Н. Хореография в общеобразовательной школе как средство гармонизации развития личности / дис. канд. пед. наук / Е. Н. Фокина – Тюмень, 2002.

210. Фомкин, А. В. Исторические традиции современного балетного образования (на материале деятельности Танцевальной Ея Императорского Величества школы – Академии Русского балета имени А. Я. Вагановой) // дис. канд. пед. наук / А. В. Фомкин. – СПб., 2009.

211. Холодов, Ж. К., Кузнецов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж. К. Холодов, Ж. К. Кузнецов. - М., 2006. - 245 с.

212. Христидис, Т. В. Готовность студентов к межкультурному взаимодействию как вызов глобализации / Т. В. Христидис // Вестник МГУКИ, 2013. № 2. - С. 165–170.

213. Христидис, Т. В. Формирование профессионально-педагогического мастерства специалистов социально-культурной деятельности / Т. В. Христидис // Вестник МГУКИ, 2013. № 5. - С. 172-175.

214. Царегородцева, К. А. Формирование профессиональной компетентности будущих артистов балета на основе интеграции учебной и сценической практик // дис. кандидата педагогических наук: 13.00.08. - Казань, 2018.

215. Чванова, М. С. Информатизация системы непрерывной подготовки специалистов: методология, теория, практика: Монография / М. С. Чванова, И. А. Липский; М-во образования Рос. Федерации. Тамб. гос. ун-т им. Г. Р. Державина. - Тамбов; М.: Изд-во ТГУ, 2000. - 518 с.

216. Череднякова, А. Б. Формирование имиджа будущего педагога-хореографа в вузе культуры / дис. канд. пед. наук / А. Б. Череднякова. – Екатеринбург, 2006.

217. Шадриков, В. Д. Психология деятельности и способности человека / В. Д. Шадриков. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва: Изд. корпорация «Логос», 1996. – 318 с.

218. Шанкина, С. В. Бальный танец в общеобразовательной школе // Учеб. - метод. пособие / С. В. Шанкина, Ю. В. Шанкин. - Тамбов: ТГУ, 1999. - 53 с.

219. Шанкина, С. В. Бальный танец. Ч. 1. Танцы Европейской программы // Учеб. - методич. пособие / С. В. Шанкина. - Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина, 2005. - 122 с.

220. Шанкина, С. В. Бальный танец. Ч. 2. Танцы Латиноамериканской программы // Учеб. -методич. пособие / С. В. Шанкина. - Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина, 2006. - 235 с.

221. Шанкина, С. В. Теория и методология формирования системы непрерывной профессиональной подготовки специалистов спортивных бальных танцев / дис. докт. пед. наук / С. В. Шанкина.

222. Шкурко, Т. А. Танцевально-экспрессивный тренинг. Речь / Т. А. Шкурко. - СПб. 2003. - С. 20-21.

223. Шмакова, Ю. А. Проблемы формирования профессиональной направленности личности будущего преподавателя-хореографа // Вестник Московского государственного университета культуры и искусств. – 2010. – №2 (34). – С. 179-183.

224. Эльконин, Д. Б. Проблемы развивающего обучения / Д. Б. Эльконин, Л. В. Занков. - М., 1986. - С. 18-32.

225. Юдина, А. И. Развитие хореографического искусства в Кузбассе: кластерный подход // Культура в евразийском пространстве: традиции и новации. 2021. № 1 (5). С. 29-34.
226. Юрьева, М. Н. Профессионально-педагогическое взаимодействие субъектов в процессе подготовки педагога-хореографа в вузе / дис. канд. пед. наук / М. Н. Юрьева. – Москва.
227. Якиманская, И. С. Личностно-ориентированное обучение в современной школе / И. С. Якиманская. - М. 1996. - С. 9-10.
228. Яковлева, Н. М. Теория и практика подготовки будущего учителя к творческому решению воспитательных задач / дис. докт. пед. наук / Н. М. Яковлева. – Челябинск, 1992. – 403 с.
229. Ярошенко, Н. Н. Многофункциональные культурные центры в дискурсе современной российской культуры / Ярошенко Н.Н., Чижиков В.М. Монография / Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Московский государственный институт культуры». Москва, 2017. 160 с.
230. Ambroz, B. N. Back to the Roots: The Authentic Cuban Footprint in Competitive Latin American Dancing // Barbara Nagode Ambroz / 2018, 189 p.
231. Burns, D., Burns, H. Burns Latin Tec / Donnie Burns M.B.E., Heidi Burns, 2001.
232. Hearn, G. A technique of advanced Latin-american figures // Geoffrey Hearn / 2012, 272 p.
233. Howard, G. Technique of ballroom dancing. Basic syllabus // Guy Howard / 2011.
234. Laird, W. The Laird Technique of Latin Dancing // Walter Laird (издание 7-е), 2014.
235. Latin American ISTD // 6-е пересмотренное издание, в составе пяти книг: [2-1] Rumba, 1998 год; [2-2] Cha Cha Cha, перепечатанное и исправленное в 2003 году; [2-3] Paso Doble, 1999 год; [2-4] Samba, перепечатанное и исправленное в 2002 году; [2-5] Jive, перепечатанное и исправленное в 2002 году.



236. Moore, A. Ballroom dancing (10th edition) / Alex Moore, 2002, 320 p.
237. Vermey, R. Thinking, sensing and doing in Latin American dancing / Ruud Vermey, 1994, 192 p.
238. WDSF Latin Technique Books — WDSF, 2018.

## Приложение А

(справочное)

Мониторинг оценки общего уровня теоретических и практических знаний об исполнительском мастерстве (Анкета 1)

## БЛОК 1

1) Занимались ли Вы спортивными бальными танцами до поступления в учебное заведение?

1. Да

2. Нет

2) Считаете ли Вы спортивные бальные танцы сложно-координационным видом деятельности?

1. Да

2. Нет

3) Занятия спортивными бальными танцами влияют на общее физическое состояние организма в повседневной жизни?

1. Да

2. Нет

4) Занятия спортивными бальными танцами даются мне тяжело?

1. Да

2. Нет

5) Занятия по спортивным бальным танцам в учебном заведении, в основном, носят теоретический характер (мало занятий практической формы)?

1. Да

2. Нет

6) Планируете ли Вы в дальнейшем заниматься преподавательской деятельностью в области спортивных бальных танцев?

1. Да

2. Нет

7) В процессе обучения спортивному бальному танцу используются интерактивные технологии обучения: видеоматериалы, записи лекций,

семинаров, соревнований?

1. Да
2. Нет

8) Знакомы ли Вы с понятием «исполнительское мастерство» в спортивных бальных танцах?

1. Да
2. Нет

## БЛОК 2

9) Больше относите спортивные бальные танцы к... (нужное подчеркнуть):

1. Спорту;
2. Искусству.

10) Из каких, по Вашему мнению, критериев складывается исполнительское мастерство танцора? (Пронумеруйте группы критериев в порядке их важности, с 1 по 3, где номер 1 - самые важные, номер 3 - менее важные критерии).

.... Технические знания танцора; уровень физической подготовки; двигательные навыки и способности;

.... Природный талант и харизма; актерские данные; сообразительность;

.... Мотивация; трудоспособность и упорство; уверенность в себе.

11) Какими средствами, в основном, пользуется Ваш преподаватель при отработке технических навыков исполнения фигур спортивных бальных танцев (нужное подчеркнуть):

1. Отдельными упражнениями, связанными с определенными фигурами;
2. Многократным повторением самой фигуры;
3. Технические навыки, как отдельный аспект, не отрабатываются;
4. Фигуры не требуют особых технических навыков, все фигуры объединяют общие технические положения.

12) Каким образом, по Вашему мнению, в процессе обучения спортивному бальному танцу должна развиваться музыкальность (нужное подчеркнуть):

1. Многократное повторение фигуры и закрепление ритма ее исполнения;
2. Воспроизведение отдельной фигуры в разных ритмах;
3. Синкопирование фигур путем смещения ритма и количества шагов.

13) Использует ли педагог в процессе объяснения материала по спортивному бальному танцу научную аргументацию и терминологию? (нужное подчеркнуть)

1. Да;
2. Нет;
3. Использует довольно часто;
4. Практически не использует.

### БЛОК 3

14) Каким способом на уроках бального танца у Вас развивают двигательные и физические качества (представьте краткую характеристику развития вышеперечисленных способностей на собственном примере):

1. Сила и скорость ног (приведите пример):
2. Пластичность корпуса (приведите пример):
3. Подвижность суставов (приведите пример):
4. Выносливость (приведите пример):

15) Что, по Вашему мнению, может улучшить процесс обучения спортивному бальному танцу в учебном заведении? (свой полный вариант ответа):

16) Какой специальной учебной литературой по спортивным бальным танцам Вы пользуетесь в процессе обучения, уточните год выпуска источника (если знаете)? (свой полный вариант ответа):

## Приложение Б

(справочное)

Мониторинг уровня теоретических знаний об исполнительском мастерстве

(Анкета 2)

1) На каком расстоянии друг от друга находятся партнеры в основной закрытой позиции?

1. 30-35см;
2. Не менее 40см;
3. 20-30см;
4. Примерно 15см.

2) Сколько точек контакта имеют партнеры в основной закрытой позиции?

1. 5
2. 4
3. 3
4. 2

3) В каком танце мы можем встретить ритм «Хабанера»?

1. Пасодобль;
2. Самба;
3. Ча-ча-ча;
4. Румба.

4) Сколько видов «Брейков» существует в танце «Джайв»?

1. 3
2. 1
3. 5
4. 4

5) Выберите правильно утверждение «Пасодобль – это...»

1. ...Испанский танец;
2. ...Французский танец;
3. ...Французский танец, сформированный в Испании;

4. ...Испанский танец, сформированный во Франции.

6) В каких танцах латиноамериканской программы танцоры двигаются по «линии танца»?

1. Джайв и самба;
2. Только самба;
3. Пасодобль и самба;
4. Только пасодобль.

7) В каких ритмах танца «Самба» используется bounce-action?

1. Во всех ритмах;
2. SaS; SQQ
3. SQQ; SaS; 123;
4. SaS.

8) Правильная работа стоп во время исполнения «Шассе джайва»?

1. BF; B; BF;
2. B; B; B;
3. B; B; BF;
4. BF; BF; BF.

9) Степень поворота партнера в фигуре «Хоккейная клюшка» в ча-ча-ча?

1.  $1/8$ ;
2.  $1/4$ ;
3.  $1/8$  на шагах 6-10;
4.  $1/8$  на 5-ом шаге.

10) На каком счете происходит «сохранение» предыдущего положения в ритме «Гуапача»?

1. And;
2. a2;
3. 1
4. 2.

11) Максимально допустимая степень поворота для «Спирального поворота»?

1.  $7/8$ ;
2.  $3/4$ ;
3.  $3/8$ ;
4.  $1/2$ .

12) Как меняется работа стопы 3-го шага «Шассе-джайва» во время поворотных фигур?

1. Никак не меняется;
2. Вместо В – BF;
3. Вместо BF – В;
4. Вместо В - Т.

13) Выберите правильное утверждение...?

1. Все утверждения верны;
2. Первый шаг фигуры «Хип-твист шассе» относится к типу Delayed Forward Walks;
3. «Променадные бега» Самбы танцуются в ритме «Slow a Slow»;
4. Степень поворота в «Нью-Йоркском» раскрытии после «Шассе в сторону» -  $1/4$ .

14) На каком ударе происходит акцент в танце Ча-ча-ча?

1. 1;
2. 2;
3. 1 и 3;
4. 3.

15) В каком танце положение «центра тела» наиболее опущено, «приземлено»?

1. Самба;
2. Румба;
3. Джайв;
4. Ча-ча-ча.

## Приложение В

(справочное)

## Ключ правильных ответов для Анкеты 2

1 – 4;

2 – 2;

3 – 4;

4 – 1;

5 – 4;

6 – 3;

7 – 4;

8 – 3;

9 – 3;

10 – 4;

11 – 1;

12 – 3;

13 – 2;

14 – 1;

15 – 4.