

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО

Кафедра хореографії та мистецтвознавства

ТЕМИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ
з навчальної дисципліни
„ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ БАЛЬНОГО ТАНЦЮ”

для студентів 4 курсу

спеціальності 024 „Хореографія”
Факультет педагогічної освіти

©доц. Осадців Т. П.

7 семестр (28 год.)

1. Тема № 1. Повільний вальс (6 год.).
2. Тема № 2. Квікстеп (6 год.).
3. Тема № 3. Віденський вальс (4 год.).
4. Тема № 4. Танго (6 год.).
5. Тема № 5. Фокстрот (6 год.).

Тема № 1. Повільний вальс (6 год.).

У результаті вивчення теми 1 студенти повинні **знати**: загальні аспекти танцювання європейської програми і повільного вальсу зокрема; короткий нарис історії, темп, музичний розмір, підвідні та основні фігури танцю повільний вальс; **вміти** виконати навчальну композицію танцю повільний вальс.

Завдання: 1. Вивчити підвідні та основні фігури танцю повільний вальс.

2. Вивчити та вміти виконати навчальну композицію танцю повільний вальс.

Тема № 2. Квікстеп (6 год.).

У результаті вивчення теми 2 студенти повинні **знати**: загальні аспекти танцювання європейської програми і танцю квікстеп зокрема; короткий нарис історії, темп, музичний розмір, підвідні та основні фігури танцю квікстеп; **вміти** виконати навчальну композицію танцю квікстеп.

Завдання: 1. Вивчити підвідні та основні фігури танцю квікстеп.

2. Вивчити та вміти виконати навчальну композицію танцю квікстеп.

Тема № 3. Віденський вальс (4 год.).

У результаті вивчення теми 3 студенти повинні **знати**: загальні аспекти танцювання європейської програми і віденського вальсу зокрема; короткий нарис історії, темп, музичний розмір, підвідні та основні фігури танцю

віденський вальс; **вміти** виконати навчальну композицію танцю віденський вальс.

Завдання: 1. Вивчити підвідні та основні фігури танцю віденський вальс.

2. Вивчити та вміти виконати навчальну композицію танцю віденський вальс.

Тема № 4. Танго (6 год.).

У результаті вивчення теми 4 студенти повинні **знати:** загальні аспекти танцювання європейської програми і танцю танго зокрема; короткий нарис історії, темп, музичний розмір, підвідні та основні фігури танцю танго; **вміти** виконати навчальну композицію танцю танго.

Завдання: 1. Вивчити підвідні та основні фігури танцю танго.

2. Вивчити та вміти виконати навчальну композицію танцю танго.

Тема № 5. Фокстрот (6 год.).

У результаті вивчення теми 5 студенти повинні **знати:** загальні аспекти танцювання європейської програми і танцю фокстрот зокрема; короткий нарис історії, темп, музичний розмір, підвідні та основні фігури танцю фокстрот; **вміти** виконати навчальну композицію танцю фокстрот.

Завдання: 1. Вивчити підвідні та основні фігури танцю фокстрот.

2. Вивчити та вміти виконати навчальну композицію танцю фокстрот.

8 семестр (42 год.)

1. Тема № 1. Румба (8 год.).

2. Тема № 2. Ча-ча-ча (8 год.).

3. Тема № 3. Джайв (8 год.).

4. Тема № 4. Самба (12 год.).

5. Тема № 5. Пасодобль (6 год.)

Тема № 1. Румба (8 год.).

У результаті вивчення теми 1 студенти повинні **знати:** загальні аспекти танцювання латиноамериканської програми і танцю румба зокрема; короткий нарис історії, темп, музичний розмір, підвідні та основні фігури танцю румба; **вміти** виконати навчальну композицію танцю румба.

Завдання: 1. Вивчити підвідні та основні фігури танцю румба.

2. Вивчити та вміти виконати навчальну композицію танцю румба.

Тема № 2. Ча-ча-ча (8 год.).

У результаті вивчення теми 2 студенти повинні **знати:** загальні аспекти танцювання латиноамериканської програми і танцю ча-ча-ча зокрема; короткий нарис історії, темп, музичний розмір, підвідні та основні фігури танцю ча-ча-ча; **вміти** виконати навчальну композицію танцю ча-ча-ча.

Завдання: 1. Вивчити підвідні та основні фігури танцю ча-ча-ча.

2. Вивчити та вміти виконати навчальну композицію танцю ча-ча-ча.

Тема № 3. Джайв (8 год.).

У результаті вивчення теми 3 студенти повинні **знати:** загальні аспекти танцювання латиноамериканської програми і танцю джайв зокрема; короткий

нарис історії, темп, музичний розмір, підвідні та основні фігури танцю джайв; **вміти** виконати навчальну композицію танцю джайв.

- Завдання:** 1. Вивчити підвідні та основні фігури танцю джайв.
2. Вивчити та вміти виконати навчальну композицію танцю джайв.

Тема № 4. Самба (12 год.).

У результаті вивчення теми 4 студенти повинні **знати:** загальні аспекти танцювання латиноамериканської програми і танцю самба зокрема; короткий нарис історії, темп, музичний розмір, підвідні та основні фігури танцю самба; **вміти** виконати навчальну композицію танцю самба.

- Завдання:** 1. Вивчити підвідні та основні фігури танцю самба.
2. Вивчити та вміти виконати навчальну композицію танцю самба.

Тема № 5. Пасодобль (6 год.).

У результаті вивчення теми 5 студенти повинні **знати:** загальні аспекти танцювання латиноамериканської програми і танцю пасодобль зокрема; короткий нарис історії, темп, музичний розмір, підвідні та основні фігури танцю пасодобль; **вміти** виконати фрагмент композиції танцю пасодобль.

- Завдання:** 1. Вивчити підвідні та основні фігури танцю пасодобль.
2. Вивчити та вміти виконати фрагмент композиції танцю пасодобль.

Рекомендована література

Основна:

1. Осадців Т. П. Спортивні танці : навч. посіб. / Т. П. Осадців. – Львів : ЗУКЦ, 2001. – 340 с.
2. Осадців Т. П. Історія розвитку спортивних танців / Осадців Т. П. // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики гімнастики : зб. наук. ст. Львів. держ. ін-ту фіз. культури. – Львів, 1999. – С. 45–48.
3. Осадців Т. Альтернативний підхід до оцінювання змагальних композицій у спортивних танцях / Тарас Осадців, Костянтин Петренко, Олег Бубела // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини / за заг. ред. Євгена Приступи. – Львів, 2013. – Вип. 17, т. 2. – С. 114–117.
4. Андрушко А. Використання засобів хореографії для формування постави на заняттях з дітьми віком 6–8 років, які займаються спортивними танцями / Артур Андрушко, Олег Бубела, Тарас Осадців // День студентської науки : зб. матеріалів щоріч. студент. наук. конф. – Львів, 2017. – С. 211–213.
5. Осадців Т. Ефективність застосування засобів контролю технічної підготовленості дітей віком 7–9 років, які займаються спортивними танцями / Тарас Осадців // Молода спортивна наука України: зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2006. – Вип. 10, т. 2. – С. 294–300.
6. Осадців Т. Методи контролю тренувальних навантажень у спортивних танцях / Осадців Т. // Молода спортивна наука України: зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2002. – Вип. 6, т. 2. – С. 174–176.
7. Осадців Т. Сучасні підходи, щодо підготовки юних танцюристів на етапі початкової спортивної підготовки (узагальнення досвіду тренерів зі спортивних

- танців) / Тарас Осадців // Молода спортивна наука України: зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2004. – Вип. 8, т. 1. – С. 293–296.
8. Осадців Т. Особливості спортивної підготовки у бальних танцях / Кінезіологія танцю та техніко-естетичних видів спорту : навч.-метод. посіб. / упоряд. О. А. Плахотнюк. – Львів, 2019. – Ч. 3. – С. 89–98.
9. Осадців Т. П. Танець як мистецтво, ритуал та історія (XVIII – XX ст.) / Т. П. Осадців // Схід. – 2016. – № 2 (142). – С. 57 – 61.
10. Осадців Т. Сучасні підходи щодо підготовки юних танцюристів на етапі початкової спортивної підготовки / Тарас Осадців // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики гімнастики і хореографії : зб. наук. матеріалів. – Львів, 2014. – Вип. 13. – С. 110.
11. Осадців Т. П. Профілактика травматизму на заняттях спортивними танцями / Осадців Т. П. // Новітні медико-педагогічні технології зміцнення та збереження здоров'я учнівської молоді : навч.-метод. посіб. – Львів, 2004. – С. 161–162.
12. Alex Moore. Kingston-on-Thames. International Council of Ballroom Dancing and Official Board of Ballroom Dancing: The World Dance Programme. London 1968
13. Marian Wieczysty. Tanczyc moze kazdy. Polskie Wydawnictwo Muzyczne 1986.
14. The Ballroom Technique. The Imperial Society of Teachers of Dancing.- Euston Hall, Birkenhead Street, London WC1H 8BE.
15. Современный бальный танец. – Москва : Просвещение, 1978. – 431с.
16. The Revised Technique of Latin-American Dancing. Published by Order of Council: The Imperial Society of Teachers of Dancing. – Euston Hall; Birkenhead Street, London WC1H 8BE.

Допоміжна:

1. Evaluation system of technique level for children aged 7–9 (who are engaged in dancesport) / Taras Osadtsiv, Valentina Sosina, Fedir Muzyka, Bogdan Vynogradskyi // Journal of Physical Education and Sport. – 2015. – Vol. 15, is. 1. – P. 9–14.
2. Physical and technical preparation control of athletes aged 7-9 years at the stage of preliminary basic preparation in dance sport / Osadtsiv Taras, Sosina Valentina, Lenyshyn Viktoriia, Matviyas Olha, Miagkota Iryna // Journal of Physical Education and Sport. – 2018. – Vol. 18, is. 2. – P. 840–843.
3. Куцериб Т. Анатомія людини з основами морфології : навч. посіб. / Тетяна Куцериб, Мирослава Гриньків, Федір Музика. – Львів : ЛДУФК, 2019. – 86 с.
4. Музика Ф. В. Анатомія людини : навч. посіб. / Ф. В. Музика, М. Я. Гриньків., Т. М. Куцериб – Львів : ЛДУФК, 2014. – 360 с.
5. Петрина Р. Контроль тренувальних навантажень на заняттях спортивними танцями з дітьми 7–9 років / Роман Петрина, Тарас Осадців, Руслан Ленець // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики гімнастики : зб. наук. матеріалів. – Львів, 2003. – С. 12–15.
6. Петрина Р. Методи контролю рівня розвитку фізичних якостей у дітей 9–11 років, що займаються спортивними танцями / Роман Петрина, Тарас Осадців, Руслан Ленець // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики гімнастики : зб. наук. матеріалів. – Львів, 2004. – С. 51–56.
7. Музика Ф. В. Особливості морфо-функціональних показників у спортсменів різних спеціалізацій / Ф. В. Музика // Медичні проблеми фізичної культури та

спорту: досвід, сучасні напрямки та перспективи : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. – Дніпропетровськ, 1999. – С. 39.

8. Музика Ф. Вплив специфіки тренувального процесу на морфофункціональні показники спортсменів різних спеціалізацій / Федір Музика // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики гімнастики : зб. наук. матеріалів. – Львів, 2001. – С. 53–56.

9. Осадців Т. Оценка технической подготовленности детей 7–9 лет, занимающихся спортивными танцами / Осадців Т., Музыка Ф. // Probleme actuale privind perfecționarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice : materialele conferinței științifice internaționale. – Chișinău, 2014. – S. 230–233.

10. Спортивна морфологія : навч. посіб. / за ред. Музики Ф. В. – Львів : ЛДУФК, 2011. – 160 с.

11. Walter Laird: Technique of Latin American Dancing. – London, 1964.

12. Дени Г., Дассвиль Л. Все танцы. – Киев : Музична Україна, 1987.

13. Згурський А. Методика викладання бальних танців у школі. – Київ : Музична Україна, 1978. – 11 с.

Інформаційні ресурси інтернет:

1. Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://3w.ldufk.edu.ua/>
2. Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>
3. Джангобекова Х. Вплив позакласних оздоровчих занять з бадмінтону, бігу та спортивних танців на розвиток рухових якостей підлітка [Електронний ресурс] / Христина Джангобекова, Любомир Вовканич, Федір Музика // Спортивна наука України. – 2014. – № 2 (60). – С. 3–9. – Режим доступу :<http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/213>
4. Структура технічної та фізичної підготовленості юних спортсменівтанцюристів на етапі попередньої базової підготовки [Електронний ресурс] / Тарас Осадців, Ігор Заневський, Валентина Сосіна, Федір Музика// Спортивна наука України. – 2014. – № 5. – С. 30–35. – Режим доступу : <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/261/255>
5. Спортивні танці : ают. трьома мовами бібліогр. покажч. автореф. дис. галузі фіз. культури та спорту / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2015. – 8 с. (Серія „Інформаційне забезпечення фізичного виховання, спорту і туризму”, вип. 2).
6. Ресурси інтернет.