МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«ЮЖНО–УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО–ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ НАРОДНОГО ХУДОЖЕСТВЕННОГО ТВОРЧЕСТВА

КАФЕДРА ХОРЕОГРАФИИ

«Полифункциональность синтеза музыки и хореографии в спортивном бальном танце»

Выпускная квалификационная работа по направлению

51.03.02 Народная художественная культура

Направленность программы бакалавриата

«Руководство хореографическим любительским коллективом»

Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований:
65,03 % авторского текста
Работа рекомендована к защите
рекомендована/не рекомендована
«01» 08 2025 г.
зав. кафедрой хореографии
_____ Чурашов А.Г.

Выполнил (а):
Студент (ка) группы ЗФ 507–115–5–1
Фельк Вероника Сергеевна

Научный руководитель:
к. филол. н, доцент кафедры хореографии
_____
Ованесян Лариса Геннадьевна

Челябинск
2025

Оглавление

ВВЕДЕНИЕ..... 3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПОЛИФУНКЦИОНАЛЬНОСТИ МУЗЫКИ В ХОРЕОГРАФИИ…… 8
1.1 Музыка, как основополагающий элемент хореографии…… 8
1.2 Методы полифункционального использования музыки в хореографии……..……..... 11
ГЛАВА 2. ОСОБЕННОСТИ БАЛЬНОГО ТАНЦА КАК ФЕНОМЕНА В КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ……. 17
2.1 История формирования и развития бального танца……..…. 17
2.2 Специфика спортивного бального танца……..… 30
ГЛАВА 3. МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СИНТЕЗА МУЗЫКИ И ХОРЕОГРАФИИ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ…….. 36
3.1 Полифункциональность музыки как составная часть комплексной подготовки и развития спортсменов в танцевальном спорте……..... 36
3.2 Анализ результатов исследования…….. 44
ЗАКЛЮЧЕНИЕ..... 48
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ..... 50
ПРИЛОЖЕНИЕ ……..……... 53

ВВЕДЕНИЕ

Одним из основных признаков художественного творчества последних десятилетий является склонность к взаимопроникновению и сочетанию различных видов искусства друг с другом в разных вариантах переплетения стилистик, а так же с их объектами изображения, содержанием, средствами художественного выражения, своим образно–познавательным действием, т.е. их соединения. Спортивные бальные танцы, в свою очередь, выступают одним из ведущих драйверов этого процесса, впитывая и перерабатывая передовой опыт различных видов искусства и творчества с учетом последних достижений психологии, физиологии, педагогики и других наук.

В данном исследовании мы рассмотрим музыкальный вид искусства не просто как отдельную отрасль, а как начало и развитие танцевального мира, в частности основу спортивного бального танца. Музыка является как самостоятельным видом искусства, так и основополагающим элементом для других, не менее красивых, эстетичных и завораживающих видов. Симфонии и звуки направляют людей, наталкивают на определенные образы, мысли, представления о мире; они могут кардинально поменять настроение, например, хореографического произведения, начиная от горячей, веселой бразильской самбы, заканчивая симфониями из балета «Лебединое озеро». Звуки могут передавать различные эмоции героев: любовь, обиду, гнев, счастье, спокойствие, напряжение. Музыка создает хореографию и наполняет ее смыслом. Танцоры в наше время научились «играть» с музыкой, создавая новые ритмические рисунки, показывая в танце тонкие интонации и настроения, подбирая громкость, тембр, ритм, темп, акценты под задуманные «фишки» и детали собственной пластики, дополняя музыку своим телом и наоборот, обыгрывать музыкой то, где и слова и движения излишни. Фраза «Где сердце не затронуто, не может быть музыки» хорошо отражает этот смысл.

Спортивные бальные танцы как синтетический хореографический жанр активно развивались во второй половине XX века по наши дни. Они вобрали лучшее от танца (элементы бального танца как одной из бытовых форм хореографии, пластичность, чувственность, возможность создания художественного образа) и от спорта; создали отдельный, независимый, своеобразный и неповторимый вид искусства и зрелищный, популярный вид спорта. Спортивные танцы совершенствуются, и по сей день, увеличивая значимость в расширении музыкального оснащения, музыкальной чуткости и чувственности танцоров. В настоящих реалиях бального танца проводится много семинаров, сборов, турниров, направленных именно на то, что танец рождается музыкой, танец появляется тогда, когда появляются чувства и эмоции от музыки. Все вышеперечисленные аспекты созвучны общепринятому мнению, что танец, прежде всего, это гармония души и тела.

Актуальность исследования заключается в том, что на данный момент развития спортивного бального танца остро встает проблема важности интерпретации музыкального материала в собственном теле танцора и возможность ее передачи через пластику танцевального движения так, чтобы зритель прочувствовал и погрузился в идею танца. В связи с этим возникает необходимость разработки и внедрения методического обеспечения программ развития танцоров на основе музыкального материала.

Цель работы – изучить и выявить эффективные методы использования полифункциональности синтеза музыки и хореографии в спортивном бальном танце.

Задачи исследования: проанализировать историю развития бального танца и его музыкальной составляющей, проследить феномен синтеза музыки и спортивного бального танца, выявить методы и упражнения для развития музыкальности среди спортсменов различного возраста и уровня танцевания в танцевальном спорте.

Объектом исследования является полифункциональность синтеза музыки и хореографии в спортивном бальном танце.

Предмет исследования – организационно–педагогические условия использования многофункциональности синтеза музыки и хореографии в спортивном бальном танце.

Гипотезой исследования является предположение о том, что использование полифункциональности синтеза музыки и хореографии в спортивном бальном танце с учетом возрастных особенностей и уровня подготовки будет способствовать достижению танцорами высоких спортивных результатов

Основу методологической базы нашего исследования составили теории отечественных и зарубежных педагогов и исследователей. Эмиль Жак–Далькроз: основная идея его труда «Ритмика» – связь музыки и движения, где каждое движение соответствует определённому ритму и темпу. Говард Эрл Гарднер: теория множественного интеллекта Говарда Гарднера утверждает, что интеллект человека – это сочетание нескольких типов способностей, каждый из которых проявляется в разных областях. Гай Говард изложил технику европейских танцев в книге «Техника европейских танцев» (2003). Книга посвящена таким танцам, как вальс, квикстеп, фокстрот и танго, а также включает общие принципы и примеры движений. Уолтер Лаэрд разработал технику латиноамериканского танца, которая легла в основу многих современных методик. Его подход основан на систематизации основных принципов, положений и фигур, ставших основополагающими для латиноамериканских танцев. Музыкальное движение – система свободного танца, которая была разработана С. Д. Рудневой (1889–1989) и её учениками. Это метод обучения, основанный на пластическом осмыслении и воплощении музыкального произведения, создании музыкально–двигательной формы. Биомеханика С. Н. Кошелева – исследование, посвящённое теоретическим основам биомеханики спортивного танца. Специалист в области бальных танцев Алекс Мур,

автор книги «Бальные танцы: 100 диаграмм квикстепа, вальса, фокстрота, танго и других танцев». В издании он описывает технические приёмы и схемы исполнения основных танцев, а также даёт общие наставления, Имперское общество любителей танца, а также на личный опыт спортивно–танцевальной и педагогической деятельности.

Теоретическая значимость исследования заключается: в выявлении и анализе полифункциональности двух видов искусств – музыкального искусства и хореографического искусства, синтезирующихся между собой в развитии специфической среды танцевального спорта, а также влияния на качество танца и, как следствие, достижения высоких спортивных результатов.

Практическая значимость исследования заключается в следующем: положения и выводы исследования свидетельствуют о существенной значимости и непрерывной связи музыки и хореографии в спортивном бальном танце и, как следствие, разностороннем развитии качественного танцевания спортсменов разного уровня и возраста; разработана методика развития музыкальности у спортсменов младшего, среднего и старшего возраста с помощью упражнений под музыку, способствующих совершенствованию качества и уровня спортсменов.

Апробация результатов ВКР: Исследование проводилось на базе ТСК «Стиль» в г. Краснодар, руководители Альберт и Виктория Хадагатль, Артур Бабаджанов. Реализация практической части исследования проводилась на танцевальных занятиях групп различного возраста (Дети 5–6 лет, дети 9–12 лет и старшая группа от 16 лет), все методы прошли проверку на спортсменах и дали свои результаты, благодаря чему детям стало проще слышать музыку во время танца и точно попадать в ритм. А взрослым спортсменам методика позволила пропустить музыку через тело и научиться интерпретировать различные ритмические рисунки.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы и приложения.

В первой главе рассматриваются теоретические аспекты полифункциональности музыки в хореографии.

Во второй главе описываются особенности бального танца как феномена в культуре и спорте, история его развития и специфика.

В третьей главе складываются воедино два представленных вида искусства, и выявляются методические аспекты использования синтеза музыки и хореографии в танцевальном спорте.

В заключении представлен анализ результатов исследования.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПОЛИФУНКЦИОНАЛЬНОСТИ МУЗЫКИ В ХОРЕОГРАФИИ

1.1 Музыка, как основополагающий элемент хореографии

Музыка – то, с чего начинается хореография. В творчестве каждого танцора и постановщика она является источником вдохновения, который определяет атмосферу, настрой и характер создаваемого образа.

Французский балетный танцор, хореограф и теоретик балета Жан–Жорж Новерр говорил: «Хорошо написанная музыка должна живописать, должна говорить. Танец, изображающий мелодию, является эхом, повторяющим то, что говорит музыка». Про музыку справедливо говорят, что она – душа танца. Сила воздействия подлинно художественного хореографического произведения – в единстве музыки и танца [1].

В древние времена считалось, что музыка и танцы играют не меньшую роль в развитии личности, чем точные науки. Учителя того времени твердо верили, что всестороннее образование необходимо для формирования творческой личности, которая развивает единство. В древности существовало сочетание музыки, поэзии и танца, которое для греков не было искусством. В древности (во времена традиционного общества) танец был важным, глубоким ритуалом, но также и отличием между древними и традиционными танцами. Если в традиционном обществе участие в ритуальном танце, естественно, повсеместно, то в мире танец уже начали воспринимать как явление. Это важно для дальнейшего развития всех танцев. Главной особенностью танцевальной музыки в древности была адаптация. Танцы Древней Греции, Древнего Рима и Древнего Египта можно разделить на пять групп:

– воинственные танцы – ритуальные и образовательные;

– культовые – эммелия (размеренный танец в медленных ритмах, типа хороводов), танец покрывал и танцы кариатид, а также танцы при рождении, свадебные и погребальные;

– оргиастические танцы;

– танцы общественных празднеств и театральные;

– танцы в быту.

В эпоху Возрождения произошли значительные изменения. композиторы заимствовали мелодии и ритмы из народной музыки и танца для создания инструментальных сочинений, предназначенных исключительно для слушания. Традиция контрастного сопоставления медленного танца – шествия и живого прыжкового танца породила такую музыкальную форму, как сюита, которая, в свою очередь, оказала влияние на становление сонатной формы [28].

Фламенко – хороший пример музыкального синтеза и хореографии. для того, чтобы танцор мог выразить себя в композиции, используя основные термины языка – сапатеадо (дроби), флорео (движения руками), пассео (проходки) и т.п., необходимо, чтобы музыка была неоднородной и чтобы музыка была другой, а композиция имела традиционную структуру и драматургию. Основными характеристиками фламенко являются экспрессия, ритм, вариативность, простота, а также лад и интенсивность. Повышение ценности музыкальных форм часто достигается за счет изменений, что делает музыкальное развитие очень активным. Мелодии фламенко строятся на системе гексахордов, специфическом ладе близком к фригийскому, дорийскому, гармоническом миноре и особом виде мажора (фригийский мажор), сочетающихся в различных вариантах. В музыкальные формы фламенко входят такие, как алегрия, булерия, канья, картахенера, фанданго, солеа, танго, гранадина и т.д. – всего более пятидесяти отличающихся друг от друга форм, каждая из которых имеет свою ладовую характеристику, определенную ритмическую формулу и тип мелодического варьирования. Основой для всех танцев фламенко является «Компас» – удар, ритм, размер, ритмический цикл. Используются три основных размера: двудольный, трёхдольный и разновидность двенадцатидольного такта, характерного только для стиля фламенко.

Музыкально–хореографическое произведение должно иметь драматическое развитие, которое всегда служит основой хореографии. В музыке необходимы приемы контрастов, смена музыкальных ритмов и темпа, настроения. При отборе музыки, прежде всего, нужно решить, окажется ли она, доступна и будет ли развивать творческую фантазию.

С точки зрения возможности отразить лучшее, самое современное и наиболее ориентированное на танец, с помощью хореографии, эту идею нельзя превратить в прекрасное произведение, если его музыка скучная и блеклая.

Танец определяет форму и содержание музыки как образ движения тела, ритмические особенности искусства, ритмические паттерны, интонацию и т.д. Если выразительность музыкального звука в танце представлять в виде системной организации, то системообразующим свойством здесь должна будет выступать кинетика исполняемых под данную музыку танцевальных движений (неважно, будь то движения свободно–пластические, бытовые, народные, классические, джазовые и пр.).

Музыка и искусство играют большую роль в повышении духовности, культуры, эмоций, эмоционального и когнитивного развития личности человека. Также можно сказать, что уроки музыки являются важным этапом музыкального образования детей.

Сегодня существуют исследования, которые доказали положительное воздействие музыки на младенцев в утробе матери. Всем известно, что будущий человек, который живет в животе матери, все понимает и слышит. Звуки музыки сохраняются в мозгу ребенка, оставляя там определенные впечатления. Они влияют на активное развитие коры головного мозга. В свою очередь, она отвечает за способность запоминать, анализировать и, одним словом, показывает уровень обучаемости ребенка.

Основное положительное влияние музыки проявляется в улучшении двигательной реакции. Также музыка активизирует волевые усилия,

вызывает эмоциональные переживания и стремление к творчеству. Она должна быть ритмичной, жизнерадостной, побуждать к движениям [2].

Как показывают исследования, мелодии, доставляющие человеку удовольствие, создающие приятное настроение, замедляют пульс, увеличивают силу сердечных сокращений, снижают артериальное давление, расширяют сосуды, положительно влияют на работу мышц. И, наоборот, когда музыка раздражает – пульс учащается, сила сердечных сокращений становится слабее и работа мышц снижается.

1.2 Методы полифункционального использования музыки в хореографии.

Музыка – это ритмический организационный принцип танца. Музыкальное сопровождение в основном отражает человеческий опыт, тем самым придавая танцу особое выражение, сочетая движения, мимику и жесты. Без строгой ритмической системы танец был бы не танцем, а совершенно другой последовательностью движений.

Профессиональное искусство танца, особенно в прошлом веке, стремится умело и лаконично «считывать» музыкальную структуру и ее содержательные образы. Поэтому мастера прошлого века часто использовали независимую музыку для создания своих танцевальных произведений, а не для того, чтобы танцевать по замыслу композитора. Они считают, что ее образы полностью соответствуют выразительным возможностям современного танцевального искусства.

Танцы в сочетании с играми помогают снять эмоциональное напряжение, а музыка помогает выразить радость и непринужденность в исполнительских движениях. Такого рода работа между учителями и детьми имеет познавательное значение и ценность, необходимую для личностного и социального развития детей. Участие ребенка в активных танцевальных занятиях позволяет ему приобрести практический жизненный опыт.

Музыкальное сопровождение танцевального занятия должно быть постоянным, ритмичным и состоять из мелодий, знакомых детям. Чтобы на занятиях дети приобретали опыт восприятия музыки. Главная задача учителя – вызвать у ребенка эмоции на уроке.

Отсюда, вытекают требования к музыкальному оформлению занятий:

– правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполненным движением;

– художественное и выразительное исполнение музыки, которое является главным методическим приёмом

Для того, чтобы дети умели слышать музыку и попадать движениями в удары, им нужно разъяснить простые музыкальные понятия: музыкальный квадрат; ритм и темп музыки; начало музыкальной фразы.

Музыкальный квадрат – это законченная музыкальная фраза, которая обычно состоит из четырех тактов, это может быть восемь, двенадцать, шестнадцать и так далее счетов, в зависимости от музыкального размера танца.

Ритм – это время, которое проходит между акцентированными ударами в музыке, они могут быть сильными и слабыми. Обозначается ритм счетом и звуками (и раз и два), а показывается в музыке барабаном.

Подсчитав количество ударов в минуту, можно определить темп музыки, от которого зависит скорость танца или данных тренером, или хореографом танцевальных упражнений.

Начало музыкальной фразы – это сильная доля первого такта музыкального квадрата, обычно на начало музыкальной фразы приходится нарастание в танцевальном рисунке, а иногда и новая танцевальная история.

Специфические особенности танцевального тренинга связаны с постоянной физической активностью. Влияние музыкального произведения на звучание движений ребенка помогает установить баланс

между процессами возбуждения и торможения, а также развивает эмоциональную гибкость и способность переключаться с отрицательных эмоций на положительные. С раннего детства дети учатся управлять своими эмоциями в процессе творчества. Умение понимать музыку – важная часть общей культуры, и к этому нужно привыкать с раннего возраста. Эмоции до и после занятий очень важны. Музыка может помочь вам быстрее включиться в предстоящую работу, а так же выйти из нее.

На занятиях музыкальное сопровождение должно подбираться в соответствии с возрастом ученика, его физическим состоянием, этапом обучения, структурой учебной программы, задачами, которые необходимо решить, и т.д. Рекомендуется постоянно обновлять музыкальную программу и использовать различные музыкальные произведения.

Рекомендуется знакомить детей с музыкальными понятиями и развивать музыкальный слух в ходе игровых упражнений и музыкальных занятий. Сочетание музыки, физических упражнений и хореографии – прекрасная возможность для детей развить чувство ритма, музыкальное чутье, а также умение слушать музыку и реагировать на нее красивыми движениями тела. Любая хореография напрямую зависит от музыкального материала.

Музыкальное сопровождение развивает ритмичность, умение различать музыкальные фразы и чувствовать ритм музыки. Мелодия не должна быть монотонной, потому что повторение одной и той же мелодии изо дня в день вызывает скуку и притупляет музыкальное восприятие.

Музыкальное оформление урока должно быть в законченной форме, соответствующей танцевальным движениям, ритмическим паттернам и динамике, присущим природе танцевального движения, и объединяться с ними в единое целое.

В младших классах преимущество заключается в том, что дети получают простые и понятные музыкальные материалы. Ритмический рисунок тренировочного примера должен соответствовать ритмическому

рисунку танцевальной музыки, но даже в самой простой форме он должен сохранять единство с движением. В среднем классе музыкальные материалы становятся более разнообразными. Преподаватель уже может создать музыку для упражнений, которые наиболее близки к окончательному варианту танцевальной музыки. Музыкальное оформление школьной программы характеризуется использованием более сложных размерностей, более быстрого ритма, выразительности и более сложных элементов, объединенных в одну комбинацию.

В старших классах учащиеся должны стремиться сочетать технические трудности с характером выполняемых элементов и привносить спортивные элементы в различные эмоциональные и музыкальные выражения. Музыка должна помогать учащемуся, не только заниматься художественными видами спорта, но и воспитывать его эмоции и интуицию, вызывать у него определенные эмоции. Подбор соответствующих музыкальных материалов формирует чувство стиля, музыкальную эстетику и способствует развитию исполнительского мастерства и музыкальной выразительности. Это в значительной степени зависит от правильного музыкального оформления урока.

Руководитель учит танцоров понимать драматизм музыки, ее форму и средства выражения, потому что у каждого свое восприятие. Каждый слушатель представляет себе определенный музыкальный образ. Чем выше качество музыки, тем больше она соответствует поставленным художественным задачам и тем сильнее ее влияние на участников. Они стали более глубоко интегрированы в ее образы и эмоции. Согласно музыке, исполнители создают определенный образ в своем воображении. Различные формы самовыражения, основанные на драматизации музыки [3].

Руководитель подбирает музыку в соответствии с идеей и композиционным планом, а также выбирает тип музыки, соответствующий содержанию, теме и идее танца. С помощью музыкального произведения руководитель группы меняет ритм и звучание исполнения, подчеркивает

нюансы, акценты и в целом, полностью сохраняя содержание произведения, находит объяснение, соответствующее его идеям. Основываясь на детальном понимании музыки, руководитель вносит незначительные изменения в композиционный план танца. Руководитель сам определяет музыкальные темы, которые присутствуют в произведении, их характер и эмоции, мелодические и ритмические особенности каждой темы, ее размер, динамический акцент и художественный образ, связанный с произведением.

В результате работы руководитель полностью овладел содержанием, формой и композиционной структурой музыки. Проанализировав музыку, руководитель составил для себя сценарий драмы. В соответствии с характером и эмоциями каждой части, содержание драмы отслеживалось с композиционным планом сценария. Это позволяет добиться соединения музыкального и танцевального контента. В музыке эффективная основа танцевального образа проявляется в выражении эмоций, чувств, мыслей и действий. Эти формы поведения формируют драматизм музыкального образа, который проявляется в мелодии, гармонии, динамике музыкального развития и его композиции. Музыкальный образ должен стать, основой мышления хореографа, учитывая, что он разработал содержание танца, а затем и композиционный план будущей постановки.

Тематические и сюжетные танцы обычно состоят из нескольких частей, каждая из которых требует своей музыки. Хореограф и композитор выбирают необходимые музыкальные произведения, которые соответствуют по жанру, стилю и характеру. Они следят за тем, чтобы каждое музыкальное произведение соответствовало содержанию и движениям определенной части танца, которую оно сопровождает. Композиция из нескольких произведений или фрагментов не может быть сформирована только механическим сочетанием музыкальных произведений. В ней нет ни конца, ни начала. Если сокращается одна часть музыки, не сочетается хореография или отсутствует связь между

произведениями. В этом случае творческая основа танца будет утрачена. Данные связи должны соответствовать логическому смысловому содержанию произведения, иметь соответствующий эмоциональный подтекст, подчеркивать и дополнять идею номера и соответствовать драматургии.

ГЛАВА 2. ОСОБЕННОСТИ БАЛЬНОГО ТАНЦА, КАК ФЕНОМЕНА В КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ

2.1 История формирования и развития бального танца

Танец – это самый древний и богатый вид искусства: очень интересный, многогранный, яркий, несущий в себе огромный эмоциональный заряд. Развитие искусства танца было обусловлено его значимостью как одного из первых языков, через которые человек мог выражать свои эмоции и чувства. Со временем этот вид искусства стал приобретать уникальные особенности, характерные для различных племен и народностей, населяющих определенные территории. Мастерство танцоров и неповторимость каждого выступления позволяли танцу стать способом передачи разнообразных эмоций, от радости до горя, от уважения до страха. Танцевальное искусство развивалось параллельно с развитием человечества, становясь неотъемлемой частью его культуры и традиций.

Танец, как форма выражения, создавал особенную атмосферу в обществе, определяя ритм общения и действуя как своеобразный язык коммуникации. Начиная с истоков, природа танца сохранялась в его многочисленных проявлениях, оставаясь неизменной на протяжении всего времени его существования. В процессе развития искусство танца изменялось, формируя различные виды и стили, среди которых можно выделить классический танец, исторический, эстрадный, народный и современный стили.

Среди всего этого многообразия бальный танец был и остаётся единственным видом хореографического искусства, в основе которого стоят спортивные принципы.

Бальные танцы – это группа парных танцев, имеющих народное происхождение. Они исполняются на вечерах, балах и конкурсах. Они обычно проводятся в помещениях с паркетными полами, танцоры или

спортсмены надевают специальную танцевальную обувь. В огромном разнообразии элитных (историко–бытовых) и народных танцев группа бальных танцев включает танцы с двумя особенностями: все бальные танцы парные; мужчина и женщина танцуют в физическом контакте.

Слово «бал» происходит из французского языка и происходит от латинского глагола ballare, что означает «танцевать». Исторический бальный танец – это любая форма формального социального танца, исполняемая для развлечения в обществах разных эпох. В эпоху барокко танец взял на себя ту же роль, что позже взял на себя спорт: поддерживать физическую культуру наравне с духовной. Каждая эпоха имеет свой собственный танцевальный стиль и репертуар. При организации учебного процесса по обучению танцам в учебных заведениях это следует учитывать при отборе и включении танцевальных движений различных направлений и жанров. В то же время танцевальное искусство всегда предоставляет возможность проявить свою индивидуальность. Исполняя различные ритмичные и эмоциональные танцы (плавные, лирические или бурные, темпераментные), танцор сознательно или бессознательно выражает в них свой собственный характер и эмоциональные качества. Используя неисчерпаемые возможности человеческой пластики, хореографы веками оттачивали и развивали выразительные танцевальные движения. Благодаря этому сложному процессу появилась система танцевальных движений, особый художественный материал для передачи красоты танцевального образа и телодвижений.

С введением современного понятия «танцевальный спорт» термин «бальные танцы» стал сводиться к достаточно узкому понятию «спортивный бальный танец».

Спортивный бальный танец – танцевальный вид спорта, объединяющий два стиля спортивных танцев: стандартный, состоящий из программы европейских танцев (медленный вальс, танго, венский вальс, медленный фокстрот и быстрый фокстрот) и латиноамериканский стили

(самба, ча–ча–ча, румба, пасодобль и джайв), исполнение которых проходит в условиях конкурсных соревнований.

Спортивный танец, хоть и менее популярен, чем бальные танцы, представляет собой технически более сложный вид и требует серьезной подготовки. Возможно, он не получил такого широкого распространения, как бальные танцы, однако он практикуется во всем мире и постоянно совершенствуется.

В отличие от бальных танцев, спортивный танец – это спорт, более динамичный и требующий физической подготовки. На Олимпийских играх 2000 года в Сиднее проводилась небольшая демонстрация этого вида танца, и даже рассматривалась возможность включения его в программу как олимпийского вида спорта.

Для достижения высокого уровня в спортивном танце необходимо соответствовать множеству технических и физических требований. Это включает в себя прекрасное физическое состояние, ловкость и координация, гибкость, музыкальность, технику, изящество и стиль, дисциплину и умение работать в паре.

Бальные танцы имеют уникальную историю, которая во многом определила их популярность в качестве способа отдыха, а также соревновательного вида спорта.

В Италии XIV века, благодаря насыщенной культурной жизни развивающихся метрополий, произошло зарождение бального танца, представлявшего собой творческий процесс формулирования его основных принципов. Следующим этапом распространения данного вида искусства стала Франция, где в период с XVI по XVII век она объявлена эталоном бального танца. В то время как первые танцы не обладали однозначной формой и представляли собой преимущественно простые движения, такие как басседансы, характеризующиеся реверансами и поклонами, выполняемыми под свет факелов и свечей в сопровождении пения либо мелодий, извлекаемых из лютни, флейты, тамбурине, арфы или трубы.

Такие танцы часто объединялись, формируя гармоничные комбинации, наподобие эстампиды с сальтареллой или паваны с гальярдой. В дополнение к этому, особой популярностью во Франции и Италии пользовался французский бальный танец бранль и вольта, достигшие своего апогея в период с XIV по XVI века. Семнадцатый век ознаменовался эпохой Ренессанса и рыцарской культуры, которая облегчила процесс распространения бального танца по всему европейскому континенту, предоставляя участникам маскарадных балов возможность проявлять свободу в движениях и позах.

Допускалось посещение частных мероприятий без специальных приглашений, где дамам было затруднительно отказывать в танце кавалерам, желающим их пригласить. В том виде, как мы знаем их сегодня, бальные танцы зародились в Англии в конце XVIII – начале XIX столетия. В этот период танцы были привилегией высшего общества, неотъемлемой чертой великосветских балов. В конце XIX – начале XX века они стали популярны среди низших слоев общества, которые посещали публичные танцевальные залы или «общественные ассамблеи».

Вначале 20–х годов XX столетия получили развитие соревнования по бальным танцам.

В 1924 г. в Англии Имперское общество учителей танца (Imperial Society of Teachers of Dancing – ISTD) решило стандартизировать известные в то время танцы (медленный вальс, танго, венский вальс, медленный фокстрот, квикстеп), и специальный комитет ISTD по бальным танцам, в состав которого вошли лучшие исполнители бальных танцев тех лет, начал заниматься этим важным делом.

В 1935 г. в Праге создано первое танцевальное объединение – Международная федерация танцоров любителей, которая просуществовала до 1956 г. Первый чемпионат мира среди любителей прошел в Германии в г. Бад Нойхейме в 1936 г. В нем приняли участие танцоры из пятнадцати стран трех континентов.

В 1930–1950е годы количество бальных танцев в конкурсных программах было постепенно увеличено до десяти за счет латиноамериканских танцев (румба, самба, джайв, пасодобль, ча–ча–ча). И в конечном итоге были сформированы современные программы: европейская и латиноамериканская.

Лидером конкурсного бального танца становится Англия, где была образована и сохраняет свое значение до настоящего времени английская школа бальной хореографии. В ней сформулированы первые правила международного стандарта бальных танцев и создана система техники их исполнения (Безикова, 2006).

В 1957 г. был создан Международный союз танцоров любителей (ICAD), который в 1990 г. переименован в Международную федерацию танцевального спорта (IDSF), ныне это Всемирная организация танцевального спорта (WDSF), образованная в 2011 г. В начале 80х годов XX в. IDSF ввела термин «танцевальный спорт», чтобы обозначить соревновательную форму бальных танцев.

К 1992 г. IDSF получила полноправное членство в международной конвенции «Спорт–аккорд», которая объединяет более 100 международных федераций по видам спорта. Вскоре танцевальный спорт был признан Международным олимпийским комитетом. Однако несовершенная система судейства и неразработанность понятных критериев оценки до настоящего времени не позволяет танцевальному спорту быть включенным в программу Олимпийских игр.

Датой рождения конкурсного бального танца в Советском Союзе принято считать лето 1957 года. Тогда по инициативе немногочисленной группы московских энтузиастов в рамках VII Всемирного фестиваля молодежи и студентов в московском Колоном зале Дома Союзов состоялся первый международный турнир по спортивным танцам.

1950–1970–е гг. – период генезиса танцевального спорта в СССР. Бальные танцы являлись частью культурно–досуговой деятельности и

развивались в рамках художественной самодеятельности, руководство ими осуществлялось отделами пропаганды и культуры партийных органов разного уровня вплоть до ЦК КПСС. Немногочисленные кружки и студии бального танца существовали при домах культуры муниципалитетов, предприятий, вузов и т.п. Одна из первых советских студий бального танца была создана А. Дегтяренко в 1962 г. при московском Доме учителя.

Главным направлением работы «Студии–62» (впоследствии клуб «Созвездие») стало развитие конкурсного бального танца. Работать приходилось в сложных условиях: отсутствие специальной литературы, недоступность кинозаписей выступлений лучших пар мира, нехватка опыта и профессионализма и т.д. В этих условиях А. Дегтяренко впервые в нашей стране стал проводить семинары для учителей бального танца с приглашением педагогов из ГДР, ЧССР и ФРГ. Позднее, в 1966 году, ведущие исполнители «Студии– 62» Бруно и Марина Белоусовы создали в Москве свою студию при ДК «Химик», в которой занимались известные советские танцоры Виктор Попов, Александр и Елена Чекоткины, Станислав и Людмила Поповы (1967–1970 гг.) и др. Впоследствии студии бальных танцев начали создаваться и в других городах страны.

В рассматриваемый период стали проводиться первые всероссийские и всесоюзные конкурсы. В 1965 году Министерство культуры РСФСР объявило о проведении I Всероссийского конкурса исполнителей бального танца. Он проходил поэтапно в разных городах России.

В 1972 года в Ледовом Дворце спорта ЦСКА (г. Москва) состоялся I Всесоюзный конкурс бальных танцев с включением танцев международной программы, который собрал 180 участников.

Его учредителями выступили Министерство культуры СССР, ВЦСПС и ЦК ВЛКСМ. Программа конкурса состояла из нескольких частей: международной (10 танцев, но вместо джайва включалась полька), исторической (4 танца) и советской (36 танцев).

К концу XX века бальные танцы превратились в сложнокоординационный вид спорта, для которого характерны особые правила проведения соревнований (стандартные танцы, латиноамериканские танцы, двоеборье, формэйшэн). Для равноценной конкуренции на танцевальной площадке введена система классов, отражающая уровень подготовки танцоров, и система возрастных категорий. Сформировалась структура спортивных турниров по бальным танцам, охватывающая уровни, начиная с клубного и заканчивая всероссийским. Наряду с ежегодными официальными чемпионатами по всем возрастным категориям (дети I, II; юниоры I, II; молодежь, взрослые) проводятся и другие крупные соревнования, такие как Russian Open, Кубок «Спартака» и др. Россия лидирует в IDSF по количеству ежегодно проводимых соревнований различного уровня и ранга, в том числе турниров мирового рейтинга. Так, в 2007 г. состоялось 405 российских соревнований и 50 турниров мирового рейтинга, включая два турнира серии «Гранд Слэм». Ежегодно, начиная с 1992 г., в нашей стране по спортивным танцам проводится 19 национальных чемпионатов и первенств по всем возрастным группам и спортивным дисциплинам.

В современном мире, где многообразие культурных направлений, включая народную, эстрадную и современную хореографию, постоянно увеличивается, бальный танец выделяется своим уникальным характером, постепенно завоевывая все большую популярность и развиваясь с необычайной динамикой. Разгадывание тайн становления и эволюции бальных танцев, а также анализ их ключевых характеристик и предпосылок к дальнейшему прогресс устало предметом научного интереса, поскольку они интегрируют в себе как элементы спорта, так и тонкости хореографического мастерства.

Одним из часто задаваемых вопросов о танцах, является вопрос: спортивные бальные танцы – это спорт или искусство? По мнению большинства судей, педагогов и профессиональных танцоров, принято

рассматривать соревновательные танцы как «артистический вид спорта», в связи, с чем на сегодняшнем этапе его развития я хотела бы выделить следующие характерные черты и особенности его развития в России.

Массовость. За последние несколько десятилетий бальный танец превратился из «кружкового» в социальную и культурную деятельность, его сфера включает в себя не только профессиональные (спортивные) танцы, искусство (сценические номера, продолжения, формации), но и любительские (социальные) танцы.

Институционализм. Сегодня спортивные бальные танцы – это сильное и обширное танцевальное сообщество, охватывающее весь мир. Стоит отметить, что этот вид спорта нравится людям разных возрастов и социальных групп, в том числе людям с ограниченными возможностями (ОВЗ), которые живут яркой и полноценной жизнью благодаря бальным танцам.

В настоящее время существует четыре официальных объединения спортивных бальных танцев: Международная федерация танцевального спорта (IDSF), Международный Профессиональный Совет по Танцевальному Спорту (IPDSC), Международный танцевальный союз (IDU) и Всемирный Совет по танцам (WDC).

В России на данный момент существует две официальные федерации танцевального спорта: Российский танцевальный союз (РТС), Федерация танцевального спорта и акробатического рок–н–ролла (ФТСАРР) [30].

Российский танцевальный союз (РТС) ведет свою историю с 1987 года: при Всесоюзном музыкальном обществе была образована Творческая комиссия по бальной хореографии, явившаяся прообразом РТС. Ее председателем стал ведущий советский танцор Станислав Попов. РТС в отличие от ФТСАРР является сторонником спортивного танца, как искусства для наслаждения со стороны зрителей и танцоров. Турниры данной федерации проходят в красивейших залах различных стран мира –

Имперский зал в Блэкпуле, Кремлевский дворец и т.д., а так же знаменитых отелях – Холидей Инн, Монарх, Хилтон.

Во время соревнований присутствует атмосфера праздника, напоминающая бал, все зрители и судьи одеты в вечерние платья и смокинги, столы заполнены шампанским, зал украшен крупными люстрами, всё вокруг блестит и сияет. Ощущая всю роскошность, праздничность турнира спортсмены воодушевляются, им хочется показать лучшие свои черты, девушки само выражаются за счет ярких платьев с глубокими вырезами, мужчины привлекают на себя внимание взаимодействием со зрителями и своей партнершей.

В федерации РТС отсутствуют спортивные разряды, классы и присвоение очков.

В настоящее время одними из любимейших профессиональных танцоров публики РТС являются Стефано–Де–Филиппо и Анна Мельникова, Рикардо Кокки и Юлия Загоруйченко, Кирилл Белоруков и Валерия Айдаева, Троэлс Баггер и Инна Желязкова.

ФТСАРР – единственная танцевальная федерация, аккредитованная в Минкомспорта, это значит, что все спортсмены, имеющие членство в клубах тех региональных федераций, которые входят свою очередь в ФТСАРР, могут официально от Минкомспорта получать спортивные разряды и звания за определенные высокие результаты на некоторых турнирах типа Чемпионата России. В ФТСАРР существует база спортсменов от Е класса и выше, в которой на каждого спортсмена есть личная карточка. В ней указаны ФИО, дата рождения, класс танцевания, сколько очков набрано наследующий класс, какие присвоены разряды и звания и когда, фамилия тренера, название ТСК, за который танцует спортсмен, а также сведения об оплаченных на календарный год взносах, о медстраховке, о партнере и результаты всех соревнований, в которых участвовал спортсмен. Так же существует база начинающих спортсменов

Н класса «ИС ФТСАРР», после присвоение Е класса пары или солисты переводят в спорт высших достижений.

Популярнейшие спортсмены ФТСАРР – Мариус Балан и Кристина Мошенская, Армен Цатурян и Светлана Гудыно (Доминика Бергманова), Дмитрий Жарков и Ольга Куликова.

В последние годы в России активно развивается новый вид досуговой деятельности в сфере бальных танцев – танцы в формате Pro–Am (Профессионал – любитель). Pro–Am – это направление в бальных танцах, где в паре один участник – педагог–профессионал, а другой – любитель – ученик. Соревнования Pro–Am проводятся как в рамках турниров по спортивным бальным танцам, так и в виде самостоятельных мероприятий.

Основные преимущества для участия танцевальных пар в Pro–Am заключаются в следующем:

1. Удобство. Pro–Am – это самый комфортный вид обучения для взрослых. Ваш тренер одновременно является и вашим партнером, график занятий планируется, исходя из ваших пожеланий и только в удобное для вас время.
2. Активность. В паре с профессионалом вы становитесь частью насыщенного культурными событиями танцевального мира, а не просто сторонним созерцателем.
3. Стремление к совершенству. Pro–Am – это неограниченные возможности развития. Обучение происходит постоянно: и на тренировках, и во время танцевальных мероприятий. А это не только вечеринки, но и участие в конкурсах Pro–Am по всему миру.

В сфере Pro–Am, аналогично другим направлениям бальных танцев, задачи и цели формируются под влиянием двух составляющих: спортивной и артистической. Простор для самореализации в этом направлении не знает границ: некоторые стремятся доминировать на соревнованиях, в то время как другие избирают путь преодоления

внутренних барьеров или освоения нового образа. Участники Pro–Am, вне зависимости от их профессии в повседневной жизни, разделяют общее стремление к личностному росту через танец, что делает этот вид искусства доступным для широкого круга личностей. Испытывая разные аспекты жизненного пути, они находят в этом направлении бальных танцев поле для реализации своих амбиций и мечтаний, основываясь при этом наличных стремлениях и ресурсах.

Основная причина выбора занятий в формате Pro–Am знакома каждому, кто когда–либо сталкивался с искусством Терпсихоры. Магия музыки и танца, как известно, не имеет границ возраста, времени и континента. В дополнение к этой очевидной причине участники Pro–Am решили одновременно две насущные проблемы. Во–первых, у них нет серьезных проблем с поиском партнера (кроме того, профессиональные партнеры всегда могут быть скорректированы в соответствии с их личным графиком). Во–вторых, участникам Pro–Am гораздо легче прогрессировать с профессиональными партнерами, чем заниматься бальными танцами с такими же людьми, как они, которые не проходили никакой подготовки.

В наше время набирает популярность сольное танцевание, так как спортивные бальные танцы пользуются большей популярностью среди девочек, мальчиков с каждым годом становится меньше. Ранее категории «соло» встречались только в Массовом спорте (спортсмены Н класса), но сейчас на некоторых крупных турнирах включают категории «соло» соревнований «спорта высших достижений» в возрастах Дети–1,2, Юниоры–1,2 и в различных классах мастерства.

Министерство спорта Российской Федерации разработало Программу развития вида спорта «танцевальный спорт» в Российской Федерации.

Стратегическими целями государственной политики в сфере массового спорта являются создание условий, ориентирующих граждан на

здоровый образ жизни, обеспечение для них возможностей беспрепятственно заниматься физической культурой и спортом.

Танцевальный спорт, являясь массовым видом спорта, обладает рядом преимуществ, таких как:

– широкие возрастные границы для занимающихся;

– минимальные требования к экипировке;

– разнообразие дисциплин (европейская, латиноамериканская программы и двоеборье, секвей, ансамбли, брейк–данс);

– минимальные требования к залу для занятий;

– привлекательность музыкальной и культурной составляющих танцевального спорта.

Значительный потенциал по привлечению детей к занятиям танцевальным спортом заложен в системе общеобразовательных школ.

Обозначенные в стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации общие проблемы развития отрасли также характерны и для профессионального танцевального спорта.

К числу таких проблем можно отнести:

– недостаточную осведомленность целевых аудиторий о виде спорта;

– недостаточное развитие и внедрение инновационных спортивных технологий, методического и медико–биологического обеспечения;

– недостаточное количество отделений танцевального спорта в государственных и муниципальных физкультурно–спортивных организациях;

– недостаточное количество объектов спорта для проведения всероссийских и региональных спортивных соревнований по танцевальному спорту с большим количеством участников;

– низкий уровень государственной и муниципальной поддержки развития вида спорта в регионах Российской Федерации.

Одновременно для эффективного развития танцевального спорта в Российской Федерации требуют внимания такие вопросы, как:

– совершенствование системы мотивации спортсменов и тренеров;

– развитие специализированной материально–технической базы и объектов спорта;

– оптимизация финансирования, развитие государственно частного партнерства;

– совершенствование системы массовых мероприятий, направленных на популяризацию танцевального спорта;

– повышение информационной открытости региональных спортивных федераций по танцевальному спорту;

– отсутствие эффективной системы отбора и подготовки спортивного резерва;

Каждые из указанных проблем и вопросов нашли свое отражение в задачах настоящей Программы.

В рамках обозначения проблематики развития танцевального спорта на территории Российской Федерации анализ показал, что оптимальным вариантом является программно–целевой метод, характеризующийся интенсивной моделью внедрения. Этот метод предоставляет стратегическое решение для эффективного повышения уровня данного вида спорта. Осуществление задач, направленных на обеспечение достижения поставленных целевых показателей, требует принятия мер, охватывающих разработку стимулирующей системы, мотивирующей граждан придерживаться здорового образа жизни. Это включает не только рекомендации по здоровому питанию и отказу от пагубных привычек, но и обеспечение доступности занятий физической культурой и спортом для всех слоев населения. Ключевым аспектом является также улучшение инфраструктурной доступности спортивных объектов и активная подготовка квалифицированных спортивных кадров.

Учитывая сформированную ФТСАРР систему текущего и Оперативного управления, контроля и мониторинга реализации

Программы, риски наступления негативных последствий в рамках реализации Программы будут минимальны.

2.2 Специфика спортивного бального танца

Танцевальное направление «бальный танец» можно разделить на несколько форм (Таблица 1).

Таблица 1 – Формы бальных танцев

Бальные танцы										
Социальные танцы				Спортивные бальные танцы				Спортивные танцы		
Бачата	Сальса	Аргентинское танго	Меренге	Ансамбль	Pro–Am	American–smooth	Шоу	Европейская программа	Латиноамериканская программа	Двоеборье

Первая форма бального танца – социальный танец, это сама древняя форма бального танца, которая появилась в конце 16 века.

Выражение «социальные танцы» пришло в русский язык как перевод с английского «social dance», и часто его смысл остается не совсем понятным. На самом деле оно просто обозначает все виды танцев, которые не являются спортивной дисциплиной, доступны для всех желающих, но все–таки имеют определенные правила и принятые движения. Как правило, социальные танцы являются парными, и у каждого из партнеров есть своя роль, своя задача.

Самый важный навык для хорошего социального танца – ведение и следование. Это невербальное общение от лидера к ведомому, указывающее, среди прочего, направление, темп и стиль. Таким танцам присуще импровизация на основе базовых движений, которые показывают характер музыки.

Другой важный момент – осанка. При этом сами по себе социальные танцы не дают такой же отличной осанки, как бальные, но некая коррекция все же есть.

Самые популярные социальные танцы в России: аргентинское танго, буги–вуги, бачата, сальса. Но это не весь список, потому что эти танцы крайне разнообразны, и они бывают не только достаточно простыми, что делает доступным для любителей, но и требующими определенного навыка исполнения с некоторыми более сложными элементами. К ним относятся хастл, ирландские сет–танцы, зумба, форру, свинг, линди хоп, реггетон, кизомба, меренге и ряд других.

Социальный танец, например, в отличие от бальных обычно прост в исполнении, потому что в них нет сложных и длинных схем, абсолютное большинство социальных танцев – импровизация.

Отсутствие четких схем в выстраивании картины танца требует изучения техники танца и в первую очередь для партнера, который ведет в танце, партнерша в этом деле ведомая и ее главная задача красиво выполнять свою партию, создать гармонию танца.

Поскольку движения достаточно просты, то риски травм минимальны. Кроме того, этот вид активности доступен людям разных возрастов с любой физической подготовкой. У человека, занимающегося танцами, улучшается осанка, повышается гибкость, он получает положительные эмоции от движения, музыки и общения, что положительным образом сказывается на его здоровье.

Вторая форма бального танца – «спортивный бальный танец». Она включает в себя такие дисциплины, как формейшн, шоу или артистическая постановка, pro–am и American–smooth. Formation dance (или формейшн) – это командные выступления по спортивным танцам. В рамках этого вида спорта синхронно выступают 8 танцевальных пар (16 танцоров) под специально скомпонованную музыку в латиноамериканских ритмах или

ритмах европейской программы танцев. Танец исполняется командой на паркетной площадке (её размер — 18×20 метров).

Соревнования среди команд проводятся в больших залах и собирают огромное количество зрителей.

В формейшн присутствуют определенные правила по костюмам, а так же, правила по компонованию композиций, под которые исполняется хореография, и из длительности.

Dance–Show (от англ. show – зрелище, англ. Dance) – современный вид спортивного бального танца, сочетающий в себе основы хореографии, спортивного танца, гимнастики, театрального искусства и самых разнообразных модерн–направлений. Шоу – это красочное, яркое и зрелищное представление, в котором посредством музыки, танца, пластики, актерского мастерства, светового оформления и костюмов передается замысел автора. В современных шоу обычно участвует одна или две пары.

Pro–Am это сокращение от двух слов Professional – Amatour (Профессионал – Любитель). В бальных танцах Pro–Am подразумевается, что танцевальная пара состоит из Профессионала и Любителя (ученика), а судьи оценивают мастерство именно ученика. Например, такой формат участия используется в телевизионном проекте «Танцы со звездами».

В наше время данный вид бального танца набирает всё большую популярность, все больше прекрасных дам стремятся прийти на тренировки к профессиональным танцорам, ставить хореографию и развивать навыки своего тела, добиваясь новых результатов, как настоящие спортсмены, многие ученицы «Pro–Am» вкладывают даже больше своих сил и финансов, чем нынешние спортсмены. Они живут настоящей спортивной жизнью, посещая многочисленные сборы, интенсивы, активации, практики, занимаясь физической составляющей своего тела.

Смус (American Smooth) – одно из направлений бальных танцев которое включает в себя четыре танца: вальс, танго, фокстрот и венский вальс, и танцуются именно в этой последовательности. Данный стиль имеет огромную свободу и артистизм в хореографии, которая позволяет танцором показать уникальность стиля.

Третья форма бального танца – спортивный танец. Он делится на три программы – латиноамериканская, европейская и двоеборье.

Латиноамериканская программа. Во всех танцах латиноамериканской программы контакт свободный, в основном он осуществляется через соединенные руки партнеров или совсем теряется. В латинских танцах партнер может вести партнершу жестом или даже взглядом. Латиноамериканскую программу танцев или Латину (Latin) составляют 5 основных танцев, такие как: Самба (Samba), Ча–ча–ча (Cha–Cha–Cha), Румба (Rumba), Пасодобль (PasoDoble) и Джайв (Jive). В детском возрасте танцуются только 4 из них: самба, чачача, румба и джайв, а вот с юниорского возраста добавляется и пасодобль, так как он считается самым сложным по характеру и техническому исполнению танцем.

Европейская программа. В данную категорию входит 5 танцев: Медленный Вальс (Slow или EnglishWaltz), Медленный Фокстрот (SlowFoxtrot), Танго (Tango), Квикстеп или Быстрый Фокстрот (Quickstep) и Венский Вальс (ViennesseWaltz). В детском возрасте танцуются только 4 из них: медленный вальс, танго, венский вальс и квикстеп, а вот с юниорского возраста добавляется и медленный фокстрот. Европейские танцы являются парными, кавалер и дама танцуют, соприкасаясь руками и правыми сторонами корпуса, этот контакт сохраняется от начала и до конца танца. Умение слушать и чувствовать друг друга, вести партнершу в танце или следовать за партнером – сложный навык, который спортсмены оттачивают на протяжении всего танцевального пути.

Двоеборье (десять танцев) – программа, включающая

в себя все танцы европейской и латиноамериканской программ. Именно она является самой сложной, так как подготовка и выступление отнимает в два раза больше времени и сил. Более того, танцорам на протяжении всей программы приходится переключаться между танцами разных программ, при этом постоянно меняя костюмы.

Так же существует система правил танцевального спорта, которые описаны в трудах Гай Говарда, Уолтера Лаэрда и в положении ФТСАРР. Туда входят правила по костюмам, система оценивания спортсменов судьями, особенности исполнения вариаций в зависимости от возраста и класса танцевания, а так же нормативные документы спортсменов, судей, тренеров и руководителей клубов [30].

Детали, по которым описана правильность исполнения фигур: работа стопы, степень поворота, действия партнера и партнерши, ритм, предшествующие и последующие фигуры, подъемы и положение корпуса.

Помимо множества форм и правил спортивный бальный танец представляет собой завораживающее искусство, состоящее из уникальной пластики, игры света и музыки, красочных костюмов и ярких эмоций.

Каждый танец имеет определенную сюжетную линию, которую спортсмены обязан отразить не только на лице и в эмоциях, но и в пластике своего тела, характер танца и идея создают соответствующую техническую базу – меняется положение корпуса, скорость наступания, резкость жестов и так далее.

Например, в самбе игровой характер танца, партнеры играют движениями друг с другом и со зрителем, это можно назвать веселым знакомством. Движение в самбе начинается «из за такта» и имеет характер «баунса», как будто танцор старается завести публику своим движением и тем самым зовет их потанцевать и «покачать» вместе с ним.

В пасодобле же наоборот, характер танца более агрессивный, имеет движения, характерные в корриде или фламенко. Партнерша олицетворяет собой судьбу тореодора или плащ, а партнер – самого тореодора или

пикадора. Этот танец строится на противостоянии, гневе, разочаровании, но иногда присутствуют сцены восхищения тореодором от победы в сражении с быком. В шоу номерах пасодобля всегда подготавливаются соответствующие колоритные костюмы: испанские или цыганские платья, костюм тореодора, костаньеты, шляпы и тому подобное.

Еще один пример того, что спортивный бальный танец является частью искусства, заключается в получении эстетического удовольствия зрителем. Эстетика присутствует в каждом движении, взмахе кистью, вытянутом подъеме стопы, взгляде и дыхании во время танца. Глядя на спортсменов, зрителю хочется проживать это удовольствие и эту историю вместе с ними, дышать в унисон, не отрывая глаз. Ведь в первую очередь танцоры выходят на паркет показать себя зрителю, во время танца они те же самые актеры, которые играют свою роль. А главной похвалой для спортсмена бального танца являются восхищенные взгляды совершенно незнакомых людей, которые искренне получили эстетическое наслаждение.

ГЛАВА 3. МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СИНТЕЗА МУЗЫКИ И ХОРЕОГРАФИИ В ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ

3.1 Полифункциональность музыки как составная часть комплексной подготовки и развития спортсменов в танцевальном спорте

По теории «Множественного интеллекта» Говарда Гарднера существует несколько типов множественного интеллекта (визуально–пространственный, лингвистический, музыкальный, межличностный, внутриличностный, натуралистический, телесно–кинетический, логико–математический, экзистенциальный)

Для развития танцоров характерны некоторые типы множественного интеллекта – визуально–пространственный, музыкальный и телесно–кинетический. Они дают возможность исполнителям хорошо ориентироваться в пространстве сцены, рисунках и так далее, хорошо слышать и интерпретировать в своем теле музыку, а также свободно взаимодействовать с партнерами и окружающими предметами. Без развития музыкального интеллекта танцор не сможет достичь высокого уровня и качества хореографии, не сможет придать танцу эмоциональную окраску, соответствующую мелодии, в хореографии будут лишь роботизированные действия, лишенные смысла и жизни.

Музыкальный интеллект можно приобрести в течение жизни, и упорно развивать, но существуют нации, в которых присутствует врожденная предрасположенность к данному виду интеллекта, с самого детства люди этих наций слышат «больше», то есть умеют различать тонкую грань между звуками, интонациями, а также изменениями тембра и высот. Например, жители Китая или Японии, в их языке есть много интонационных деталей и изменений, из–за которых слово или предложение может кардинально поменять смысл. Поэтому эти люди с

детства предрасположены к улавливанию тонких изменений звуковых деталей.

Конечно, музыкальный интеллект можно развивать в течение жизни, у кого–то это происходит быстрее, у кого–то медленнее. Одним из наиболее эффективных способов развития музыкальности, а так же координации и психо–эмоционального развития является танец. Музыка и хореография непрерывно связаны и зависимы друг от друга. Существует множество способов развития музыкальности с помощью танца для разных возрастов и уровней танцевания.

Рассмотрим теорию «Музыкального движения» Серафимы Рудневой. Музыкальное движение – особый вид эстетической деятельности. Эта деятельность посредством специально организованных движений позволяет развивать у занимающихся способность к музыкальному переживанию. В музыкальном движении используется естественная потребность человека непосредственно отвечать движением на музыку. Наличие этой потребности легко обнаруживается у дошкольников; у подростков и взрослых она проявляется реже, но легко восстанавливается в соответствующих условиях. Музыкально–двигательная деятельность всегда имеет целью наиболее полное и глубокое раскрытие и выражение в движениях переживаемого содержания данного музыкального произведения – его эмоционально–конкретного «индивидуального» содержания, музыкального образа [26].

Вызванная музыкой скрытая моторная реакция реализуется в танцевальных движениях всего тела при условии особого психо–физического настроя организма – наличия у человека потребности выявлять свои музыкальные переживания в движениях. У многих детей и у некоторых взрослых этот настрой рождается естественно под непосредственным воздействием музыки.

Помимо естественной реакции организма на музыкальное сопровождение в танцевальном мире существуют хореографы и

балетмейстеры, которые используют базовые движения, присущие определенному стилю танца, соединяют их в связки, композиции, хореографические этюды и так далее

В хореографических композициях составленных из множества фигур, каждая фигура имеет свой ритмический рисунок, танцорам надлежит не только выполнять последовательность фигур, но и контролировать ритм и синхронность их исполнения – тайминг. Существуют методы, позволяющие с успехом контролировать параметры тайминга. Например, разбор мелодии, многоразовое повторение тайминга и практика.

В танцевальном спорте в тренировочном и соревновательном процессе каждый раз подбирается разная музыка, то есть композиция не строится под один музыкальный материал. Тайминг в данном случае подбирается под композицию спортсменов с помощью тренера или самостоятельно обговаривается внутри пары.

В силу различных причин двигательные действия партнёров могут не совпадать по некоторым параметрам {времени, периоду накопления и использования энергии, вектору движения и др.). Кроме того, партнёры по–разному воспринимают музыку, что также создаёт некоторый дискомфорт. Станцованность партнёров зависит, прежде всего, от длительной совместной работы и тщательной проработки компонентов техники. Для улучшения парного танцевания спортсменам очень важно соблюдать определенный ритм во время исполнения своей композиции.

Ритм – совокупность длительностей в тактах. В спортивном танце, как правило, применяются длительности: 4/4, 2/4, 1/4, 1/8, редко 1/16.

Ритм имеет решающее значение в эмоциональном характере и окраске танца. Кроме этого, конечно, присутствует мелодия, благодаря которой подбирается и раскрывается пластика спортсмена, темп движения и настроение.

Ритмический рисунок остаётся постоянным на период существования хореографической композиции, тем не менее, его можно произвольно изменять во время исполнения танца, отходя от установленного ритма по различным причинам. Например, опытные танцоры во время исполнения своей программы на соревнованиях могут менять ритм в зависимости от характера мелодии или ситуации на паркете.

Чтобы импровизировать в пределах развития динамики музыкального произведения, создавать образ танца, добиваясь выразительности, необходимо совершенствовать технику исполнения и поставить её на службу своему таланту.

Техника танца не цель, а лишь средство для достижения цели – вдохновенного, совершенного, техничного и выразительного танца. Целью можно назвать наиболее полное сочетание всех аспектов творчества, окрашенного личностью исполнителя, его сознанием.

Техника ничего не стоит, если ты не можешь донести совершенство танца до зрителя. Для этого и существует психо–эмоциональное и музыкально–двигательное развитие танцора в течение всей его карьеры.

Для развития музыкально–двигательного восприятия у детей дошкольного возраста и у начинающих в спортивном бальном танце эффективнее будет использование игр под подготовленный музыкальный материал.

В играх под музыку большое внимание уделяется танцевальным движениям. Использование их в подвижных играх помогает развивать координацию, ловкость и изящество движений, вместе с тем повышает интерес детей к играм.

Игры под музыку способствуют привитию у детей любви к музыке, развивают музыкальный вкус и элементарную музыкальную грамотность, а так же эмоциональное восприятие, развитие памяти и внимания.

Готовясь к проведению выбранной игры, педагог знакомится или подбирает музыку соответственно содержанию, правилам и требованиям игры.

При проведении игр под музыку следует уделять внимание свободному и красивому показу танцевальных движений. Умение подать команду согласованно с музыкальным звучанием является важным моментом при проведении игр под музыку.

Обучение играм под музыку имеет свои особенности. Они вызваны необходимостью выделить время для прослушивания музыки и согласования движений с ней. В процессе разучивания спортивных элементов педагог рассказала детям, что при нарушении техники выполнения движений и их связи с музыкой команда получит штрафное очко или проиграет. Для того чтобы убедиться в правильности своих действий, учитель может поиграть в пробную версию игры. Педагог должен иметь в виду, что только при творческом подходе к подбору и проведению игр под музыку можно рассчитывать на полноценное их воздействие на детей.

Схема музыкально–ритмических упражнений для детей, занимающихся спортивным бальным танцем:

Цель: Развитие у детей чувства ритма, моторики, музыкального восприятия и улучшение координации движений для успешного освоения техник спортивных бальных танцев.

Основные компоненты системы:

1. Базовые упражнения на ритм и координацию:

– Развитие чувства метра и ритма через слушание и прохлопывание простых ритмических схем.

– Использование хлопков, притопов, легких прыжков, приседаний и бегущих шагов под четкую музыку.

2. Темповые и силовые различия:

– Изменение интенсивности движений под музыку различного темпа (медленную, быструю).

– Практика различения силы звука (громко, умеренно, тихо) и адекватного реагирования.

3. Музыкально–ритмические игры:

– «Море и ручеёк»: разделение детей на две команды («море» движется плавно, «ручеёк» бежит резкими шагами).

– «Летает, не летает»: участники реагируют на голос ведущего, передвигаясь согласно услышанным командам.

– «Карлики и великаны»: реакция на команды («карлики» приседают, «великаны» вытягиваются).

– «Совушка»: реакция на смету темпа музыки (Днем дети танцуют и резвятся, ночью засыпают, «Совушка» ловит тех, кто не спит). «Совушка» меняется через две–три игры. Когда день – музыка звучит громко, когда ночь – тихо.

4. Элементы бальных танцев:

– Простые шаги и базовые движения, используемые в стандартных и латиноамериканских танцах. Вальс (подъем и снижение, маленький квадрат), ча–ча–ча (Тайм–степ, шассе), самба (пружинка) и др.

– Включаются короткие фрагменты танцевальных композиций для обучения координации и следованию музыкальному ритму.

5. Свободные импровизации:

– Танцевальные импровизации под различные музыкальные темы, направленные на выражение эмоций и творческих идей.

– Совместные игры на музыкальное взаимодействие и эмоциональное отражение (пример: зеркало – отображение радости, грусти, волнения).

Структура занятия:

1. Разогрев и настройка на музыку:

– Легкие упражнения на расслабление и подготовку тела к движению.

– Переходы между ходьбой и бегом под музыку разного темпа.

2. Основная часть:

– Учение базовым движениям (шаги, вращения, повороты).

– Музыкально–ритмические игры и подражательные упражнения.

– Исполнение коротких фрагментов танцевальных композиций.

3. Завершающая часть:

– Успокоение дыхания и снижение интенсивности движений.

– Общее завершение занятия через финальный ритуал благодарности партнеру и педагогу.

Таким образом, дети в игровой форме учатся слышать ритм, мелодию и счет в музыке.

Упражнения, для развития музыкальности и ритма в танце у детей школьного возраста:

1. Упражнение «Танцевальная импровизация»

Включаем музыку и попросим танцоров импровизировать движения на определенную тему, следуя ритму и мелодии. Пусть импровизируют с уровнями, скоростями, изменениями акцентов. Пробуем под музыку разных танцев, включаем фантазию танцоров.

2. Упражнение «Координация рук и ног»

Одновременно выполняем разные движения руками и ногами, например, хлопаем в ладоши или делаем круг руками, и топаем ногами в разном ритме.

3. Упражнение «Ритмические игры»

Используем ритмические игры, такие как «Ритмическое эхо» или «Передай ритм», для развития чувства ритма и взаимодействия в группе. Когда дети стоят в линии или друг за другом и передают по очереди движения в ритм музыки, нужно в точности передать его следующему.

Так дети школьного возраста активно развивают свои музыкально–двигательные навыки занимательными и интересными упражнениями.

В старшем школьном и взрослом возрасте танцоры зачастую развивают свою музыкальность самостоятельно, импровизируя и пробуя новые ритмы и интерпретации в музыке.

В своих композициях, конечно же, музыкальная составляющая отрабатывается совместно с тренером, подбираются более эффектные и понятные (читаемые) варианты. Так же, нередко используется практика пропевания своих композиций, когда вы с помощью голоса затягиваете то, что следует затянуть и создаете интересные интерпретационные музыкальные рисунки.

Каждый танец уникален в плане ритма, мелодии, характера и скорости. Рассмотрим на примере латиноамериканских танцев.

Самба является веселым, задорным танцем, истоки свои берет из бразильских карнавалов и заряжает своей энергетикой. Музыкальный размер самбы – 2/4, она имеет 8 известных и часто используемых ритмов: 1 а 2 (М а М) «левый поворот», 1 и 2 и (Б Б Б Б) «кареоке ран», слоу «крузадо», Б Б «меренга», 1 2 3 (3/4 ¼ 1) «променадный бег», М М Б Б М «золотая дорожка», Б Б М «самба локи», М Б Б «виск», Б Б Б Б Б Б М «кортаджака» [25]. Все эти ритм помогают в точности показать идею музыки, которую хочет показать танцор.

Ча–ча–ча – ритмический, быстрый танец, главным принципом которого является «стаккато». Стаккато – музыкальный термин, означающий постоянное, равномерное, отрывистое звучание. Музыкальный размер танца ча–ча–ча – 4/4, сильная доля приходится на счет 1 и 3, основные движения данного танца: тайм–степ; шассе; основное движение в закрытой, либо открытой позиции; нью–йорк; спот–поворот [25].

Румба – медленный лирический кубинский танец, в основе сюжета которого лежит история о любви, расставании, глубоких чувствах. Румба

содержит в себе множество медленных позировок и базовых шагов. Музыкальный размер этого танца 4/4. Самым сильным счетом считается счет 1, но для того, чтобы выделить его, у танцоров есть правило, что на этот счет не делаются шаги. Основные движения: кукарача; основное движение в закрытой, либо открытой позиции; открытый или закрытый хип–твист; алемана; веер; скользящие дверцы [25].

Пасодобль – соединение стилистики испанских танцев, корриды и фламенко. Единственный танец латиноамериканской программы, в котором вариация ставится полностью на всю мелодию, то есть танец является постановочным. Музыкальный размер 2/4 – музыка представляет собой марш, состоит из двух частей (акцентов), которые отличаются друг от друга не только счетами, но и интонационно. Счет первой части – 8 8 8 8 4 8 8 8 8 8 8 3, счет второй части – 8 10 8 6 4 4 8 4 4 8 5. Основные движения: аппель; атака; испанская линия; плащ; сюр пляс; шестнадцать; ку–де–пик; разделение; шассе [25].

Джайв – энергичный и заводной танец, построенный на свинге и прыжках. Истоки берет из таких танцев, как буги–вуги, рок и линди хоп. Музыкальный размер 4/4 с акцентом на счет 2 и 4, исполняется танец в быстром и очень быстром темпе. Основные движения: звено; шассе; смена мест; носок–каблук свивлы; стоп энд гоу; смена рук за спиной; американский спин; променадные ходы; хлыст троувей [25].

Таким образом, музыкальность спортсменов танцевального спорта на паркете зависит от множества факторов, например, станцованности пары и музыкального ощущения каждого из партнеров. Развитие данных навыков может и должно происходить как в детском, так и во взрослом возрасте благодаря различным вышеперечисленным методам, соответствующим возрасту и уровню танцевания спортсменов.

3.2 Анализ результатов исследования

Синтез музыки и спортивного бального танца – это слияние двух видов искусства, где движение танца рождается из музыкального импульса. Это не просто сопровождение танца музыкой или иллюстрация музыки танцем, а диалог, взаимодействие, взаимопроникновение двух выразительных языков.

Ключевые аспекты синтеза музыки и спортивного бального танца:

Взаимосвязь и взаимовлияние: Музыка задает темп, ритм, динамику, настроение, а танец интерпретирует эти элементы, преобразуя их в визуальные образы. Движения могут подчеркивать акценты, мелодию, гармонию, создавая дополнительную эмоциональную глубину.

Общность выразительных средств: Оба искусства используют общие категории, такие как: ритм (Основа как музыки, так и танца. Определяет структуру, динамику и характер.), темп (Скорость движения и звучания, влияющая на общее настроение и энергетику.), динамика (Изменение громкости в музыке и интенсивности движения в танце.), форма (Структура произведения, включающая экспозицию, развитие, кульминацию и развязку), мелодия (Основная тема в музыке, которая может быть выражена через движения в танце.), гармония (Сочетание звуков в музыке, которое может быть передано через взаимодействие танцоров и движения в пространстве.) [24].

Педагог строит композиции для спортсменов не только с учетом возрастных и уровневых особенностей, но и ставя во внимание ритмические особенности мелодий того танца, под которые будет исполняться данная композиция.

Естественно, сначала для детей дошкольного возраста предоставляются элементарные фигуры и сочетания в такт музыки, которые в дальнейшем, по мере роста и развития ребёнка, усложняются. Потом происходит полное слияние музыки и движения спортсменов и, как

результат, рождается танец, от которого зритель получает эстетическое удовольствие. Это происходит постепенно, и не так быстро и просто, как кажется.

Необходимость соединения двух видов искусства: музыки и хореографии обосновывается целевыми установками на развитие креативного мышления, обогащения воображения и пробуждения фантазии детей.

Синтез музыки и танцевального искусства в обучении – один из методов воспитания гармоничной личности. Комплексные занятия музыки и хореографии положительно влияют на развитие познавательного интереса, социальную активность учеников, раскрытие потенциальных способностей, формирование художественно–эстетических вкусов. Интеграция танца и музыки помогает достичь высоких результатов в обучении и развитии детей, что является конечной целью работы педагогов. Успешное развитие музыкальности у спортсменов включает в себя:

Разнообразные методы обучения: необходимо сочетать теоретические знания (музыкальные термины, анализ музыкальных форм) с практическими упражнениями (ритмические игры, импровизация, работа с различными музыкальными стилями).

Индивидуальный подход: программа тренировок должна адаптироваться к потребностям и возможностям каждого танцора, учитывая его возраст, опыт и сильные/слабые стороны.

Постепенное усложнение: начинать следует с базовых упражнений на развитие чувства ритма и координации, постепенно переходя к более сложным задачам, требующим интерпретации музыки и выражения эмоций через движение.

Танцевальная практика: важно применять полученные знания и навыки непосредственно в танцевальных композициях и импровизациях,

чтобы танцоры могли осознанно использовать музыку для создания более выразительных и эмоциональных выступлений.

Использование современных технологий: применение музыкального программного обеспечения, онлайн–ресурсов и видеоанализа может значительно улучшить процесс обучения и сделать его более интересным и эффективным.

Постоянный мониторинг и обратная связь от тренера: Важно регулярно оценивать прогресс танцоров и корректировать программу тренировок в соответствии с полученными результатами. Обратная связь от тренера и других танцоров также играет важную роль в развитии музыкальности.

Развитие музыкальности в танцевальном спорте является неотъемлемой частью формирования высококлассного спортсмена. Применение методов и упражнений, а также индивидуальный подход к каждому танцору, позволяют значительно повысить уровень музыкальности и, как следствие, улучшить качество и выразительность танца.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе проведенного исследования была раскрыта полифункциональность синтеза музыки и хореографии в спортивном бальном танце. Анализ различных аспектов взаимодействия этих двух видов искусства позволил выявить, что синтез не просто сопровождает танец, а является ключевым элементом, определяющим его визуальную ценность, спортивную эффективность и психоэмоциональное состояние.

Мы установили, что синтез музыки и хореографии в спортивном бальном танце выполняет следующие важные функции:

- Художественно–эстетическая функция: Создает целостный визуальный образ, где музыка и танец гармонично дополняют друг друга, выражая определенные эмоции, идеи и настроения.
- Коммуникативная функция: Позволяет танцорам взаимодействовать друг с другом и передавать свои чувства и эмоции зрителям. Музыка служит своеобразным языком, который помогает партнерам лучше понимать друг друга и создавать единый ритмический и эмоциональный рисунок.
- Спортивно–техническая функция: Музыка задает темп, ритм и динамику движения, что помогает танцорам правильно выполнять технические элементы и демонстрировать свою физическую подготовку. Грамотно подобранная музыка может значительно улучшить спортивные показатели пары.
- Мотивационная функция: Музыка вдохновляет танцоров, заряжает их энергией и помогает им преодолевать трудности. Ритмичная и энергичная музыка может повысить уверенность в себе и улучшить концентрацию.

Таким образом, полифункциональность синтеза музыки и хореографии в спортивном бальном танце подчеркивает его уникальную природу как вида искусства и спорта. Успех в спортивном бальном танце

напрямую зависит от умения танцоров чувствовать музыку, понимать ее структуру и интерпретировать ее в движениях своего тела, что позволяет формировать и развивать индивидуальность пары, что является одной из приоритетных и сложных задач, как тренера, так и спортсменов.

Дальнейшие исследования в этой области могут быть направлены на изучение:

- Влияния различных музыкальных стилей на технику и выразительность танца.
- Методов обучения танцоров чувству ритма и музыкальности.
- Критериев оценки синтеза музыки и хореографии на соревнованиях.

Полученные результаты могут быть использованы для совершенствования тренировочного процесса, разработки новых образовательных программ и повышения уровня спортивного бального танца в целом. В конечном итоге, понимание полифункциональности синтеза музыки и хореографии позволит танцорам достичь новых высот в своем мастерстве и создавать поистине незабываемые выступления.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. – Санкт-петербург : Лань, Планета музыки, 2010. – 240 с.
2. Безуглая Г.А. Концепция музыкально–ритмического воспитания в системе подготовки спортсменов–танцоров: Дис. ... докт. пед. наук. – Санкт-Петербург, 2003.
3. Безуглая Г.А. Музыка и танец: проблемы взаимодействия. – СПб: Изд–во Олимп Санкт-Петербург, 2000. – 128 с.
4. Безуглая Г.А. Полифункциональность музыкального сопровождения в спортивном бальном танце // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2010. – № 6 (64). – с.15–19.
5. Береснева Т.П. Эстетическая выразительность спортивного бального танца: Вестник КемГУКИ 56, 2021. – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/esteticheskaya–vyrazitelnost–sportivnogo–balnogo–tantsa/viewer (дата обращения: 19.02.2025)
6. Воронцова М.А. Спортивные танцы: Учебное пособие. – Омск: СибГУФК, 2011. – 124 с.
7. Всероссийская федерация танцевального спорта и акробатического рок–н–ролла : официальный сайт – Москва. Обновляется в течение суток. – URL: https://fdsarr.ru/dance/ (дата обращения: 01.09.2020)
8. Всемирная федерация танцевального спорта : официальный сайт. – Швейцария. Обновляется в течение суток. – URL: https://www.worlddancesport.org/ (дата обращения: 01.09.2020)
9. Гордеева А.В. Музыкально–ритмическая подготовка в спортивных бальных танцах на этапе начальной специализации: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Санкт-Петербург, 2011.
10. Ивлева Л.Д. Методика преподавания спортивного бального танца: Учебное пособие. – Москва : Физическая культура, 2007. – 160 с.

11. Ивлева Л.Д. Роль музыки в создании художественного образа спортивного бального танца // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2008. – № 5. – с.51–53.

12. Информацонная система ФТСАРР «Начинающие» : официальный сайт. – Москва. Обновляется в течение суток. – URL: https://smm.vftsarr.ru/ (дата обращения: 01.09.2020)

13. Историческая взаимосвязь музыкального и танцевального искусств – URL: https://multiurok.ru/files/metodicheskaia–razrabotka–istoricheskaia–vzaimosvi.html (дата обращения: 15.05.2025)

14. Кожухарь В.И. Музыкальная подготовка танцоров: проблемы и решения // Вестник Академии Русского балета им. А.Я. Вагановой. – 2013. – № 1 (30). – с.106–112.

15. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца. – Ленинград : Искусство, 1986. – 262 с.

16. Лихачев Б.Т. Теория эстетического воспитания. – Москва : Просвещение, 1985. – 176 с.

17. Лопухов А.В., Ширяев А.В., Бочаров А.И. Основы характерного танца. – Санкт-Петербург : Лань, Планета музыки, 2006. – 352 с.

18. Мазель Л.А. Строение музыкальных произведений. – Москва : Музыка, 1986. – 528 с.

19. Пепик Л.А. Взаимосвязь музыкального и двигательного компонентов в спортивных бальных танцах // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2007. – № 1. – с.56–59.

20. Пепик Л.А. Техника исполнения латиноамериканской программы спортивных бальных танцев: Учебное пособие. – Москва : Физическая культура, 2006. – 80 с.

21. Сайфуллина Э.Р. Формирование музыкальности у танцоров на этапе начальной подготовки в спортивных бальных танцах: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Набережные Челны, 2010.

22. Смирнов А.А. Спортивные танцы: Учебное пособие. – Москва : Физическая культура, 2005. – 144 с.

23. Уолтер Лаэрд Техника латиноамериканских танцев // Москва : Издательство Артис – 2003. – URL: https://dancebooks.ru/wp-content/uploads/2018/12/Walter-Laird-Technique-Of-Latin-Dancing-1-izdatelstvo-Artis_1-5.pdf (дата обращения 20.06.2025).

24. Ученики С.Д. Рудневой и Э.М. Фиш Свободный танец – студия музыкального движения «ГЕПТАХОР» (1914–1934) – URL: https://dancefrommusic.ru/vvodnaja-chast/ (дата обращения 15.05.2025)

25. Фирилёва Ж. Е., Рябчиков А. И., Загрядская О. В. Танцы и игры под музыку для детей дошкольного возраста: Учебно–методическое пособие. – Санкт-Петербург : Издательство «Лань»; Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2016. — 160 с.

26. Фомин А.С., Шипилина И.А. Художественная выразительность в спортивных танцах: роль хореографии и музыки // Теория и практика физической культуры. – 2016. – № 3. – с.45–47.

27. Фомин А.С., Шипилина И.А. Хореография в спорте: Учебник для студентов. – Ростов на Дону : Феникс, 2014. – 224 с.

28. Чурашов, А. Г. Мультимодальные технологии в структуре арт–педагогики / А. Г. Чурашов. – Челябинск : Южно–Уральский научный центр РАО, 2022. – 236 с. – ISBN 978–5–907538–56–6. – EDN DSCOVA.

29. Шарова В.А. Музыкально–ритмическое воспитание как фактор повышения исполнительского мастерства в спортивных бальных танцах // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. – 2014. – № 12–1. – с.187–190.

30. Э. Жак-Далькроз Ритмическая гимнастика Эмиля Жак-Далькроза // Тверь: Рукопись, экземпляры в библиотеке ТМК им. М.П. Мусоргского и областной библиотеке им. М. Горького, 2010. – URL: https://aleksandrov.music.mos.ru/upload/medialibrary/43c/jacques_dalcroze_–pravka2012.pdf (дата обращения 26.06.2025).

ПРИЛОЖЕНИЕ



Рисунок 1 – Спортсмены на турнире Pro–Am



Рисунок 2 – Спортсмены на турнире, возрастная категория Дети–1



Рисунок 3 – Сборы по танцевальному спорту