

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ**

**ТРЕНЕРСЬКИЙ ФАКУЛЬТЕТ**

**КАФЕДРА ХОРЕОГРАФІЇ І ТАНЦЮВАЛЬНИХ ВИДІВ СПОРТУ**

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

Науково-методичною радою  
(протокол № 4 від 31.08 2021 р.)

Голова Науково-методичної ради

\_\_\_\_\_ М. В. Дутчак

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ  
ПРАКТИКУМ З ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ В ЛАТИНОАМЕРИКАНСЬКІЙ  
ПРОГРАМІ**

**рівень вищої освіти:** перший (бакалаврський)

**спеціальність:** 017 Фізична культура і спорт

**спеціалізація/освітньо-професійна програма:** Тренерська

діяльність в обраному виді спорту

**код дисципліни в освітньо-професійній програмі:** ВК.ТД 42

**мова навчання:** українська

**Київ – 2021**

**Розробники:**

**Соронович Ігор Михайлович**, завідувач кафедри хореографії і танцювальних видів спорту, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, soronovych@ukr.net

**Бойко Оксана Володимирівна**, старший викладач кафедри хореографії і танцювальних видів спорту, oksana\_boyko@ukr.net

**Чернявський Іван Сергійович**, викладач кафедри хореографії і танцювальних видів спорту, ivan.st.la@ukr.net

**Хом'яченко Олеся Олександрівна**, викладач кафедри хореографії і танцювальних видів спорту, olesiakhomiachenko@ukr.net

**РЕКОМЕНДОВАНО:**

Кафедрою хореографії і танцювальних видів спорту  
(засідання кафедри 30 серпня 2021 р., протокол № 14)

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_ Соронович І. М.

**ПОГОДЖЕНО:**

Начальник навчально-методичного відділу

\_\_\_\_\_ О. Б. Дроздовська

Начальник відділу забезпечення якості вищої освіти

\_\_\_\_\_ доцент О. І. Рудешко

**Анотація навчальної дисципліни.** Дисципліна спрямована на формування визначених освітньо-професійною програмою загальних та фахових компетентностей, зокрема здатності до застосування у професійній діяльності інноваційних засад на досягнення передбачених результатів навчання. Обсяг дисципліни – 3 кредити ЄКТС. Основні теми: вдосконалення техніки латиноамериканської програми рівня «Н» та «Е» класу; побудова тренувального процесу з акцентом на техніку виконання фігур танців латиноамериканської програми. Підсумкова оцінка формується з урахуванням результатів поточного контролю та екзамену.

**Abstract of the discipline.** The discipline is aimed at the formation of defined by the educational and professional program of general and professional competencies, in particular the ability to apply in professional activities innovative principles to achieve the intended learning outcomes. The volume of the discipline is 3 ECTS credits. Main topics: improving the technique of the latin program level "H" and "E" class; construction of the training process with an emphasis on the technique of performing dance figures of the latin program. The final grade is formed considering the results of the current control and exam.

**Мета навчальної дисципліни** – формування визначених освітньо-професійною програмою загальних та фахових компетентностей, зокрема здатності до застосування у професійній діяльності набутих знань з питань методики вдосконалення техніки стандартної програми, інноваційних засад управління тренувальним процесом у спортивних танцях.

Перелік компетентностей, які формуються під час вивчення навчальної дисципліни відповідно до освітньо-професійної програми «Практикум з технічної підготовки в латиноамериканській програмі» першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт галузі знань 01 Освіта/Педагогіка(нова редакція)

Шифр	Компетентності
<b>Інтегральні компетентності</b>	
ІК1	Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту, зокрема з тренерської діяльності в обраному виді спорту, або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.
<b>Загальні компетентності</b>	
ЗК1	Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.
ЗК3	Здатність працювати в команді.
ЗК5	Здатність планувати та управляти часом.

ЗК6	Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.
ЗК7	Здатність спілкуватися іноземною мовою.
ЗК8	Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.
ЗК9	Навички міжособистісної взаємодії.
ЗК10	Здатність бути критичним і самокритичним.
ЗК12	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
<b>Фахові компетентності спеціальності</b>	
ФК1	Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.
ФК2	Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях.
ФК3	Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення.
ФК10	Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.
ФК12	Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.
ФК14	Здатність до безперервного професійного розвитку.

**Обсяг навчальної дисципліни** – 3 кредити ЄКТС, які розподіляються у годинах:

Форми навчання	Види навчальних занять				Самостійна робота	Разом
	лекції	лабораторні	практичні	семінарські		
Денна	0	0	42	0	48	90
Заочна	0	0	12	0	78	90

**Статус навчальної дисципліни:** вибіркова.

**Передумови для вивчення навчальної дисципліни:**

- вміння концентрувати та розподіляти увагу;
- володіння базовою технікою стандартної та латиноамериканської програм;
- володіння елементарними навичками професійної підготовки майбутніх фахівців у сфері фізичної культури і спорту.

## Програма навчальної дисципліни.

### Тематичний план навчальної дисципліни

Номер і назва теми	Кількість годин							
	денна форма навчання				заочна форма навчання			
	усього	у тому числі			усього			
		л.	прак.	с. р.		л.	прак.	с. р.
Тема 1. Вдосконалення техніки виконання фігур «Н» класу танцю ча-ча-ча, аналіз роботи тіла під час виконання базових фігур.	10	-	6	4	10	-	2	8
Тема 2. Методи вдосконалення роботи стопи, стегон та рук на фігурах "Н" класу танцю ча-ча- ча.	10	-	4	6	10	-	2	8
Тема 3. Покращення техніки виконання фігур «Н» класу танцю джайв на основі виконання базових варіацій.	10	-	4	6	10	-	2	8
Тема 4. Методи покращення техніки виконання фігур «Н» класу танцю джайв (робота стоп, ступінь повороту, музикальна характеристика фігур).	10	-	4	6	10	-	2	8
Тема 5. Вдосконалення виконання техніки фігур танцю ча-ча-ча для рівня «Е» класу, використання допоміжних та	8	-	4	4	6	-	-	6

спеціально-підготовчих вправ.								
Тема 6. Вдосконалення використання взаємодії в парі на фігурах рівня «Е» класу танцю ча-ча-ча.	8	-	4	4	8	-	-	8
Тема 7. Розбір техніки виконання фігур танцю джайв для рівня «Е» класу, варіанти використання ритмів на базових фігурах.	8	-	4	4	8	-	-	8
Тема 8. Вдосконалення техніки виконання фігур танцю джайв для рівня «Е» класу, особливості виконання обертових фігур та позицій у парі.	10	-	4	6	8	-	-	8
Тема 9. Вдосконалення техніки виконання фігур «Е» класу танцю самба, особливості роботи тіла при змінах позиції.	8	-	4	4	10	-	2	8
Тема 10. Покращення техніки виконання фігур «Е» класу танцю самба, взаємодія в парі, робота стопи, напрямки.	8	-	4	4	10	-	2	8
<b>Всього</b>	<b>90</b>	<b>-</b>	<b>42</b>	<b>48</b>	<b>90</b>	<b>-</b>	<b>12</b>	<b>78</b>

*Зміст навчальної дисципліни за темами.*

**Тема 1. Вдосконалення техніки виконання фігур «Н» класу танцю ча-ча-ча, аналіз роботи тіла під час виконання базових фігур.**

Фігури «Поворот під рукою ВЛ», «Поворот під рукою ВП», «Плече до Плеча», «Три Ча-ча-ча Вперед і Назад», «Три Ча-ча-ча Вперед в КПП і ПП», «Бічні Кроки» (Вліво і Вправо) (ISTD). Вдосконалення виконання ритму, особливості роботи тіла партнера і партнерки під час виконання обертових фігур та фігур у променадній позиції, музикальність.

**Тема 2. Методи вдосконалення роботи стопи, стегон та рук на фігурах "Н" класу танцю ча-ча-ча.**

Фігури «Поворот під рукою ВЛ», «Поворот під рукою ВП», «Плече до Плеча», «Три Ча-ча-ча Вперед і Назад», «Три Ча-ча-ча Вперед в КПП і ПП», «Бічні Кроки» (Вліво і Вправо) (ISTD). Вдосконалення роботи стопи партнера та партнерки, особливості взаємодії в парі.

**Тема 3. Покращення техніки виконання фігур «Н» класу танцю джайв на основі виконання базових варіацій.**

Вивчення, розбір техніки виконання базових фігур у танці джайв. Розробка базових варіацій з використанням популярних ритмів. Варіанти ускладнення базової комбінації джайву. Розбір техніки фігур «Ланка», «Зміна місць», «Стій і йди», «Хіп Бамп».

**Тема 4. Методи покращення техніки виконання фігур «Н» класу танцю джайв (робота стоп, ступінь повороту, музикальна характеристика фігур).**

Фігури «Основний рух на місці», «Фолевей Рок» (ISTD), «Основний рух в позиції фолевей» (Л.), «Джайв Рок» (Л.), «Зміна Місць Справа Наліво», «Зміна Місць Зліва Направо», «Ланка», «Зміна Рук за спиною», «Фолевей з Відштовхуванням» (ISTD), «Хіп Бамп», «Стій і Йди».

**Тема 5. Вдосконалення виконання техніки фігур танцю ча-ча-ча для рівня «Е» класу, використання допоміжних та спеціально-підготовчих вправ.**

Фігури «Віяло», «Алемана», «Алемана з Відкритої Позиції ЛР к ПР» (Л.), «Алемана із закінченням у відкриту КПП» (Л.), «Хокейна Ключка», «Хокейна Ключка із закінченням у відкриту КПП» (Л.), «Натуральна Дзига», «Натуральне Розкриття Назовні» (ISTD), «Закритий Хіп Твіст», «Закритий Хіп Твіст із закінченням у відкриту КПП» (Л.), «Ускладнений Хіп Твіст» (ISTD), «Відкритий Хіп Твіст», «Відкритий Хіп Твіст із закінченням у відкриту КПП» (Л.). Ознайомлення з тренувальними вправами, що використовують для вдосконалення техніки виконання танцю.

**Тема 6. Вдосконалення використання взаємодії в парі на фігурах рівня «Е» класу танцю ча-ча-ча.**

Вивчення комбінації з використанням популярних базових фігур у танці ча-ча-ча з використанням взаємодії у парі. Використання ритмічних

особливостей для ускладнення базової комбінації, як засобу вдосконалення техніки танцю.

**Тема 7. Розбір техніки виконання фігур танцю джайв для рівня «Е» класу, варіанти використання ритмів на базових фігурах.**

Техніка виконання фігур: «Батіг», «Подвійний Крос Батіг», «Батіг з Відштовхуванням», «Подвійний Крос Батіг з Відштовхуванням», «Кроки», «Променадні Кроки»(повільні і швидкі), «Американський Спін», «Розкручування від Руки», «Іспанські Руки».

**Тема 8. Вдосконалення техніки виконання фігур танцю джайв для рівня «Е» класу, особливості виконання обертових фігур та позицій у парі.**

Розробка комбінації для розминки та вдосконалення техніки танцю джайв з використанням популярних базових фігур. Техніка виконання фігур танцю джайв «Е» класу. Варіанти використання ритмів на базових фігурах у танці джайв.

**Тема 9. Вдосконалення техніки виконання фігур «Е» класу танцю самба, особливості роботи тіла при змінах позиції.**

Вдосконалення виконання ритму, особливості роботи тіла партнера і партнерки під час виконання обертових фігур та фігур у променадній позиції, музикальність. «Ритм Баунс», «Закриті Роки з ПН і ЛН», «Зворотній Поворот», «Самба Шасе в сторону», «Корта Джака», «Бота Фого в Просуванні», «Променадна Бота Фого», «Бота Фого в ПП і КПП», «Тіньові Бота Фого», «Вольта в Просуванні ВП и ВЛ», «Соло Спот Вольта», «Самба Локи у ПП та КПП».

**Тема 10. Покращення техніки виконання фігур «Е» класу танцю самба, взаємодія в парі, робота стопи, напрямки.**

Вивчення комбінації з використанням популярних базових фігур у танці самба. Розбір техніки виконання. Варіанти ускладнення взаємодії у парі та зміни напрямків у фігурах «Е» класу танцю самба.

***Тематика практичних занять***

Номер і назва теми дисципліни	Номер і назва теми практичних занять	Кількість годин	
		Денна форма навчання	Заочна форма навчання
Тема 1. Вдосконалення техніки виконання фігур «Н» класу танцю ча-ча-ча, аналіз роботи тіла під час виконання базових фігур.	Вдосконалення техніки виконання фігур танцю ча-ча-ча «Н» класу.	4	2
	Використання ритмів на базових комбінаціях танцю ча-ча-ча для рівня «Н» класу.	2	-
Тема 2. Методи вдосконалення роботи стопи, стегон та рук на	Допоміжні вправи, як засіб вдосконалення роботи стопи танцю ча-ча-ча.	2	2



фігурах "Н" класу танцю ча-ча-ча.	Допоміжні вправи, як засіб вдосконалення координації роботи рук та стегон танцю ча-ча-ча рівня «Н» класу.	2	-
Тема 3. Покращення техніки виконання фігур «Н» класу танцю джайв на основі виконання базових варіацій.	Техніка виконання фігур танцю джайв «Н» класу.	2	2
	Варіанти покращення комбінації танцю джайв з використання фігур «Н» класу.	2	-
Тема 4. Методи покращення техніки виконання фігур «Н» класу танцю джайв (робота стоп, ступінь повороту, музикальна характеристика фігур).	Методи вдосконалення техніки роботи стопи та обертань в танці джайв.	2	2
	Вдосконалення техніки виконання дії маятник у стегнах для початкового рівня.		
Тема 5. Вдосконалення виконання техніки фігур танцю ча-ча-ча для рівня «Е» класу, використання допоміжних та спеціально-підготовчих вправ.	Вдосконалення техніки виконання фігур танцю ча-ча-ча «Е» класу.	2	-
	Тренувальні вправи для танцю ча-ча-ча з використанням фігур рівня «Е» класу.	2	-
Тема 6. Вдосконалення використання взаємодії в парі на фігурах рівня «Е» класу танцю ча-ча-ча.	Взаємодія в парі, як засіб покращення техніки виконання фігур рівня «Е» класу у танці ча-ча-ча.	2	-
	Використанні ритмічних варіантів фігур «Е» класу танцю ча-ча-ча.	2	-
Тема 7. Розбір техніки виконання фігур танцю джайв для рівня «Е» класу, варіанти використання ритмів на базових фігурах.	Техніка виконання фігур танцю джайв «Е» класу.	2	-
	Варіанти використання ритмів на базових фігурах у танці джайв.	2	-
Тема 8. Вдосконалення техніки виконання	Оберткові фігури для рівня «Е» класу танцю джайв.	2	-

фігур танцю джайв для рівня «Е» класу, особливості виконання обертових фігур та позицій у парі.	Варіанти ускладнення ритму фігур в комбінаціях рівня «Е» класу для партнерів і партнерок.	2	-
Тема 9. Вдосконалення техніки виконання фігур «Е» класу танцю самба, особливості роботи тіла при змінах позиції.	Виконання фігур танцю самба «Е» класу. Удосконалення техніки виконання баунсу.	2	2
	Варіанти використання ритмів на базових фігурах у танці самба.	2	-
Тема 10. Покращення техніки виконання фігур «Е» класу танцю самба, взаємодія в парі, робота стопи, напрямки.	Вдосконалення взаємодії в парі, роботи стопи, напрямків для рівня «Е» класу.	2	2
	Ускладнення фігур в комбінації рівня «Е» класу танцю самба.	2	-
<b>Всього годин:</b>		<b>42</b>	<b>12</b>

***Завдання для самостійної роботи студентів***

Номер і назва теми дисципліни	Завдання	Кількість годин	
		Денна форма навчання	Заочна форма навчання
Тема 1. Вдосконалення техніки виконання фігур «Н» класу танцю ча-ча-ча, аналіз роботи тіла під час виконання базових фігур.	1. Розбір техніки виконання фігур танцю ча-ча-ча «Н» класу.	2	4
	2. Розробка базової комбінації ча-ча-ча (з використанням різних ритмів та рахунків) для рівня «Н» класу.	2	4
Тема 2. Методи вдосконалення роботи стопи, стегон та рук на фігурах "Н" класу танцю ча-ча-ча.	1. Розробка допоміжних вправ танцю ча-ча-ча для вдосконалення техніки роботи стопи.	4	4
	2. Розробка допоміжних вправ	2	4

	танцю ча-ча-ча для вдосконалення координованої роботи стегон та рук.		
Тема 3. Покращення техніки виконання фігур «Н» класу танцю джайв на основі виконання базових варіацій.	1. Розбір техніки виконання фігур танцю джайв «Н» класу.	4	4
	2. Розробка комбінації танцю джайв з використання фігур «Н» класу.	2	4
Тема 4. Методи покращення техніки виконання фігур «Н» класу танцю джайв (робота стоп, ступінь повороту, музикальна характеристика фігур).	1. Розробка допоміжних вправ танцю джайв для вдосконалення техніки роботи стопи та обертань.	4	4
	2. Розробка допоміжних вправ танцю джайв для вдосконалення техніки виконання дії маятник у стегнах.	2	4
Тема 5. Вдосконалення виконання техніки фігур танцю ча-ча-ча для рівня «Е» класу, використання допоміжних та спеціально-підготовчих вправ.	1. Розбір техніки виконання фігур танцю ча-ча-ча «Е» класу.	2	4
	2. Розробка тренувальних вправ для танцю ча-ча-ча з використанням фігур рівня «Е» класу.	2	2
Тема 6. Вдосконалення використання взаємодії в парі на фігурах рівня «Е» класу танцю ча-ча-ча.	1. Розробка базової комбінації танцю ча-ча-ча для вдосконалення використання взаємодії в парі.	2	4
	2. Розробка ускладненого варіантів базової комбінації ча-ча-ча (з використанням	2	4

	різновидів ритмів).		
Тема 7. Розбір техніки виконання фігур танцю джайв для рівня «Е» класу, варіанти використання ритмів на базових фігурах.	1. Розбір техніки виконання фігур танцю джайв «Е» класу.	2	4
	2. Розробка комбінації джайву «Е» класу (варіанти використання ритмів на базових фігурах).	2	4
Тема 8. Вдосконалення техніки виконання фігур танцю джайв для рівня «Е» класу, особливості виконання обертових фігур та позицій у парі.	1. Розробка тренувальної комбінації танцю джайв з використання обертових фігур для рівня «Е» класу.	4	4
	2. Варіанти ускладнення ритму фігур в комбінації рівня «Е» класу.	2	4
Тема 9. Вдосконалення техніки виконання фігур «Е» класу танцю самба, особливості роботи тіла при змінах позиції.	1. Розбір техніки виконання фігур танцю самба «Е» класу.	2	4
	2. Розробка комбінації самби «Е» класу (варіанти використання ритмів на базових фігурах).	2	4
Тема 10. Покращення техніки виконання фігур «Е» класу танцю самба, взаємодія в парі, робота стопи, напрямки.	1. Розробка тренувальної комбінації танцю самба з використання взаємодії в парі для рівня «Е» класу.	2	4
	2. Варіанти ускладнення фігур в комбінації рівня «Е» класу.	2	4
<b>Всього:</b>		<b>48</b>	<b>78</b>

**Очікувані результати навчання з дисципліни:** застосування теоретичних та практичних положень у тренувальній діяльності, підготовки (самостійно або у складі групи) та організації реалізації у відповідній сфері знань з методики викладання спортивних танців та підготовки спортсменів-танцюристів, завдяки:

**знати:** загальну характеристику спортивного танцю як виду спорту, ритмічні характеристики танців стандартної та латиноамериканської програм, принципи методики викладання та техніки виконання спортивних танців, варіанти використання базових комбінацій, засоби вдосконалення техніки танців стандартної та латиноамериканської програм.

**вміти:** побудувати та провести розминку, виконати базові фігури танців стандартної та латиноамериканської програм, продемонструвати техніку виконання та побудови базових варіацій танців стандартної та латиноамериканської програм та їхні ускладнені варіанти.

Перелік програмних результатів навчання, яких досягають під час вивчення навчальної дисципліни відповідно до освітньо-професійної програми «Практикум з технічної підготовки в латиноамериканській програмі» першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт галузі знань 01 Освіта/Педагогіка(нова редакція)

Шифр	Програмні результати навчання
ПРН1	Здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем.
ПРН4	Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення.
ПРН5	Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.
ПРН7	Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.
ПРН13	Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.
ПРН17	Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини.
ПРН18	Аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять фізичною культурою і спортом.
ПРН19	Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.
ПРН22	Оцінювати задатки та здібності особи в процесі спортивного

	відбору та орієнтації в обраному виді спорту.
ПРН23	Демонструвати ґрунтовні знання та вміння з визначення змісту та планування тренувального процесу спортсменів на окремих етапах першої стадії багаторічної підготовки в обраному виді спорту.
ПРН24	Застосовувати знання, вміння та навички для ефективного проведення тренувальних занять зі спортсменами з урахуванням їх вікових, статевих та індивідуальних особливостей, рівня підготовленості та закономірностей становлення спортивної майстерності в обраному виді спорту.

### Порядок оцінювання результатів навчання з дисципліни

Підсумкова оцінка з навчальної дисципліни формується з урахуванням результатів поточного контролю та екзамену.

Протягом семестру здобувач вищої освіти може отримати максимальну кількість балів – 100 як суму балів за результатами поточного контролю на практичних (семінарських, лабораторних) заняттях та під час консультацій науково-педагогічних працівників з тем, на які не передбачено аудиторних годин. Робочою програмою навчальної дисципліни для студентів заочної форми навчання, або в установленому порядку з тем, заняття з яких було пропущене здобувачем вищої освіти. Використовуються такі форми поточного контролю та розподіл балів, які може отримати студент за тему:

Номер і назва теми практичних занять	Засоби оцінювання	Кількість балів за тему
1. Вдосконалення техніки виконання фігур танцю ча-ча-ча «Н» класу.	Демонстрація кроків партнера та партнерки	10
2. Використання ритмів на базових комбінаціях танцю ча-ча-ча для рівня «Н» класу.	Здача комбінації, демонстрація кроків партнера та партнерки	10
3. Допоміжні вправи, як засіб вдосконалення роботи стопи танцю ча-ча-ча.	Опис допоміжних вправ	10
4. Допоміжні вправи, як засіб вдосконалення координації роботи рук та стегон танцю ча-ча-ча рівня «Н» класу.	Опис допоміжних вправ	10
5. Техніка виконання фігур танцю джайв «Н» класу.	Демонстрація кроків партнера та партнерки	10
6. Варіанти покращення комбінації танцю джайв з використання фігур «Н» класу.	Здача комбінації, демонстрація кроків партнера та партнерки	10

7. Методи вдосконалення техніки роботи стопи та обертань в танці джайв.	Опис методики	10
8. Вдосконалення техніки виконання дії маятник у стегнах для початкового рівня.	Опис методики	10
9. Вдосконалення техніки виконання фігур танцю ча-ча-ча «Е» класу.	Демонстрація кроків партнера та партнерки	10
10. Тренувальні вправи для танцю ча-ча-ча з використанням фігур рівня «Е» класу.	Опис допоміжних вправ	10
<b>Всього:</b>		<b>100</b>

Лектор під час завершення лекції з теми дисципліни знайомить здобувачів вищої освіти з відповідними завданнями для самостійної роботи та темами практичних занять.

Перед початком практичного (семінарського, лабораторного) заняття науково-педагогічний працівник ознайомлює здобувачів вищої освіти із формами поточного контролю, які будуть застосовуватись, і кількістю балів, які вони можуть отримати. Під час завершення кожного заняття кожному присутньому здобувачу вищої освіти оголошується кількість отриманих ним балів.

Здобувач вищої освіти, який протягом семестру отримав менше 34 балів, до заліку/екзамену не допускається, і може в установленому порядку пройти повторне вивчення цієї дисципліни.

Заліки/екзамени проводяться у порядку, визначеному у Положенні про організацію освітнього процесу в університеті.

### **Рекомендовані джерела інформації:**

#### ***Основна література***

1. Римантас Мотиєюнас. Инновационная система динамического стереотипа танцора. – Електронная версія, 2012. – 123 с.
2. Шаталова А. и др. Бальные танцы: методическое пособие — М.: Новая Реальность, 2013. — 71 с.
3. Ермакова В.Н., Творец, или живая история бального танца. Х: Изд-во ООО «Контур», 2007.- 216 с.
4. Чапкис Г.Н., Танец и любовь: секрет долголетия. Автобиографическая повесть. – К.: «Ателье 16», ЗАО «Випол», 2007. – 240с.:ил.
5. Diane Amans. An Introduction to Community Dance Practice Paperback. – Palgrave, 2017. – P.312.

#### ***Додаткова література***

6. Алекс Мур. Бальные танцы. – Санкт-Петербург, 1993. – 420 с.
7. Гай Говард. Техника европейских танцев. Серия: современный бальный танец // М.: АРТИС, 2003. – 256 с.
8. Осадців Т.П. Спортивні танці. Навч.посібник // Л.:ЗУК - 2001.-340с.
9. Роман с танцем. Укладач М.Ю. Єрьоміна // СПб., ООО ТФ „Созвездие” - 1998,- 252 с.
10. Рубштейн Н. Психология танцевального спорта или что нужно знать, чтобы стать первым. – М.: Советский спорт, 2000. – 320 с.
11. Современные тенденции спортивного танца // Спортивные танцы / Под ред. Коваленко А.А. Центр танц. спорта ВФСО "Динамо". – М., 2003. – N 4 (32): сент.-дек. 2003. – С. 56-60.
12. Уолтер Лэрд. Техника латиноамериканских танцев. В 2-томах. Серия: современный бальный танец // М.: АРТИС, 2003. – 430 с.
13. Edel Quin, Sonia Rafferty and Charlotte Tomlinson. Safe Dance Practice. - Human Kinetics Australia, 2015. – P.328.
14. Eric Franklin. Conditioning for Dance: Training for Peak Performance in All Dance Forms. Human Kinetics, 2003. – P. 248.
15. Franklin Eric: Conditioning for dance – Human Kinetics – U.S. – 2004.
16. Franklin Eric: Dance imagery for technique and performance – Human Kinetics – U.S. - 2004.
17. MouzafiarovaYoulie, Pillinger David: Fifty Latin Dance Exercises – Fast-Print Publishing – England – 2012.
18. Multimedia Sport Service, La Preparazione Del Danzatore, Italy – 2005.
19. Valerie Preston-Dunlop. Looking at Dances: A Choreological Perspective on Choreography. - Verve Publ., Great Britain, 1998 – P.216.

***Електронні ресурси:***

1. <http://www.wcdance.com/>
2. <http://www.worlddancesport.org/>
3. <http://danceinfo.com.ua/>