

Протокол заседания  
кафедры гимнастики № 2  
от 11.09.2023

ЗАЧЕТНЫЕ И ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

по учебной дисциплине  
«Основы теории и методики избранного вида спорта»

для направления специальности  
1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность  
(тренерская работа по танцевальному спорту)»

ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ  
для студентов 1 курса

1. Иметь положительные отметки за все семинары курса. В случае пропуска семинара – выполнить реферат по теме.
2. Положительная отметка за контрольную работу по терминологии танцевального спорта.
3. Реферат по теме (по заданию).
4. Своевременная сдача и защита УСР.

Вопросы к зачету

1. Общая характеристика видов танцевального спорта
2. История возникновения и развития спортивных танцев
3. Современные тенденции и проблемы развития спортивных танцев
4. Обеспечение безопасности подготовки спортсмена
5. Правила, организация и проведение соревнований, методика судейства
6. Терминология танцевального спорта
7. Техника исполнения фигур в спортивных танцах
8. Базовая техника танца Медленный вальс
9. Базовая техника танца Танго
10. Базовая техника танца Квикстеп
11. Базовая техника танца Ча-ча-ча
12. Базовая техника танца Румба
13. Базовая техника танца Джайв

14. Проведение подготовительной части тренировки
15. Составление соревновательных композиций для спортсменов Е-класса.
16. Составление соревновательных композиций для спортсменов Д-класса.

## ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ для студентов 1 курса

### Вопросы к экзамену

1. Медленный вальс. Техника исполнения фигур и построение композиций для танцоров «Е-класса». Базовые фигуры. Natural Spin Turn, Hesitation Change, Outside Change, Reverse turn.
2. Медленный вальс. Отличительные особенности. Базовые фигуры. Weave in waltz time and from PP, Double reverse spin, Whisk.
3. Танго. Отличительные особенности. Базовые фигуры. Progressive Link, Open Promenade, Promenade Link, Open Reverse Turn, Natural Twist Turn.
4. Танго. Техника исполнения и постановка в пару танцоров «Е-класса». Basic reverse turn, Natural rock turn, Chase, Four step.
5. Квикстеп. Отличительные особенности. Базовые фигуры. Quarter Turn to Left (Heel Pivot), Chasse Reverse Turn, Double Reverse Spin, Running Right Turn.
6. Квикстеп. Музыкальные особенности и техника исполнения для танцоров «Д-класса». Tipple chasse to right, Forward lock step, Natural turn with hesitation, Progressive chasse to right.
7. Ча-ча-ча. Техника исполнения фигур и построение композиций для танцоров «Е-класса». Базовые фигуры. Cha Cha Cha Chasse, Shoulder to Shoulder, Hockey Stick, Alemana, Closed Hip Twist.
8. Ча-ча-ча. Отличительные особенности. Базовые фигуры. Rope Spinning, Open Hip Twist, Curl, Time step.
9. Румба. Отличительные особенности техники Д-класса. Базовые фигуры. Fencing, Three Alemana, Curl, Opening out to R & L.
10. Румба. Техника исполнения фигур и построение композиций для танцоров «Е-класса». Natural Top, Aida (Fallaway), Hockey Stick, Open Hip Twist, Spiral.
11. Румба. Музыкальные особенности танца. Методика преподавания техники для танцоров Е-класса. Базовые фигуры: Close Hip Twist, New York, Alemana, Kiki walks.
12. Джайв. Техника исполнения фигур и построение композиций для танцоров «Е-класса». Change hands behind back, Fallaway throwaway, Windmill, Link.
13. Джайв. Отличительные особенности. Базовые фигуры. American spin, Stop and go, Whip, Change place to R & L.
14. Постановка в паре, поддержка в европейской программе. Линии корпуса партнера и партнерши. Танцы европейской программы, краткая

характеристика. Особенности преподавания техники для танцоров Д-класса.

15. Виды поддержек в латиноамериканской программе. Взаимодействие и ведение в паре. Танцы латиноамериканской программы, краткая характеристика, исторические основы. Особенности техники Д-класса.
16. Правила составления композиций для танцоров Д-класса в программе стандарт. Постановка в пару и особенности техники Д-класса.
17. Пример составления композиция Е, Д-класса в танце Танго.
18. Пример составления композиция Е, Д-класса в танце Медленный вальс.
19. Пример составления композиция Е, Д-класса в танце Квикстеп.
20. Пример составления композиция Е, Д-класса в танце Ча-ча-ча.
21. Пример составления композиция Е, Д-класса в танце Румба.
22. Пример составления композиция Е, Д-класса в танце Джайв.

## ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

для студентов 2 курса,

1. Иметь положительные оценки за все семинары курса. В случае пропуска семинара – выполнить реферат по теме.
2. Положительная оценка за контрольную работу по темам курса (согласно графика).
3. Реферат по теме (по заданию).
4. Своевременная сдача и защита УСР.

## Вопросы к зачету

1. Критерии судейства в танцевальном спорте. Методика судейства
2. Организация и проведение соревнований по спортивным танцам. Регламент проведения и программа соревнований
3. Нормативные документы Всемирной федерации танцевального спорта и Белорусской федерации танцевального спорта
4. Техника исполнения фигур в спортивных танцах
5. Базовая техника танца Медленный вальс
6. Базовая техника танца Танго
7. Базовая техника танца Венский вальс
8. Техника танца Медленный фокстрот
9. Базовая техника танца Квикстеп
10. Базовая техника танца Самба
11. Базовая техника танца Ча-ча-ча
12. Базовая техника танца Румба
13. Техника танца Пасодобль
14. Базовая техника танца Джайв

15. Цели, задачи, содержание тренировки
16. Составление соревновательных композиций для спортсменов С – класса.
17. Формы организации занятий спортивными танцами
18. Общие основы методики обучения спортивным танцам
19. Обучение базовым фигурам и шагам
20. Методика проведения урока спортивного танца

## ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ для студентов 2 курса

### Вопросы к экзамену

1. Медленный вальс. Основы преподавания техники для спортсменов «С» класса. Свинг в Медленном вальсе. Показать и объяснить фигуры: Double Reverse Spin, Close Impetus and Cross Hesitation, Closed Wing, Outside Spin.
2. Медленный вальс. Основы преподавания техники для спортсменов «С» класса. Свинг и свэй в Медленном вальсе. Показать и объяснить фигуры: Open Telemark and Wing, Left Whisk, Hesitation Change, Weave in Waltz Time.
3. Медленный вальс. Основы преподавания техники для спортсменов «С» класса. Музыкальные особенности танца. Показать и объяснить фигуры: Turning Lock, Contra Check, Progressive Chasse to Right, Outside Spin.
4. Танго. Особенности постановки в пару и принципа движения. Основы преподавания техники для спортсменов «С» класса. Показать и объяснить фигуры: Back Open Promenade, Outside Swivel (3 варианта), Chase, Natural Twist Turn
5. Танго. Музыкальные особенности. Особенности постановки в пару и принципа движения. Основы преподавания техники для спортсменов «С» класса. Показать и объяснить фигуры: Open Reverse Turn Lady-in-line, Back Corte, Four Step Change.
6. Танго. Особенности постановки в пару и принципа движения. Основы преподавания техники для спортсменов «С» класса. Показать и объяснить фигуры: Promenade Link, Brush Tap, Back Open Promenade, Rock on Left Foot.
7. Танго. Музыкальные особенности. Особенности постановки в пару и принципа движения. Основы преподавания техники для спортсменов «С» класса. Показать и объяснить фигуры: Natural Rock Turn, Basic Reverse Turn, Closed Promenade, Oversway.
8. Венский вальс. История возникновения. Музыкальные особенности. Техника исполнения фигур. Основы преподавания техники для спортсменов «С» класса. Показать и объяснить фигуры: Natural turn, Reverse turn, Reverse flaker, Change R to L.

9. Квикстеп. Основы преподавания техники для спортсменов «С» класса. Особенности использования свинга в танце Квикстеп. Показать и объяснить фигуры: Six Quick Run, Tippy followed by 2-4 of Forward Lock Step, V6.
10. Квикстеп. Основы преподавания техники для спортсменов «С» класса. Дайте определения: Свинг, Свэй, СВМ, СВМР. Показать и объяснить фигуры: Four Quick Run, Rumba Cross (after 1-5 of Natural Turn Ended facing LOD), Running Right Turn, Natural Turn Back Lock Running Finish.
11. Квикстеп. Основы преподавания техники для спортсменов «С» класса. Особенности использования свинга в танце Квикстеп. Показать и объяснить фигуры: Fish Tale, Quarter Turn to Left, Zig-Zag Back Lock Running Finish.
12. Медленный фокстрот. Музыкальные особенности танца. Основы преподавания техники для спортсменов «С» класса. Показать и объяснить фигуры: Natural Telemark, Open Telemark Feather Ending, Hover Cross, Reverse Turn.
13. Медленный фокстрот. Музыкальные особенности танца. Основы преподавания техники для спортсменов «С» класса. Дайте определения: Свинг, Свэй, СВМ, СВМР. Показать и объяснить фигуры: Open Telemark, Curved Feather, Top spin at a corner, Back Feather
14. Медленный фокстрот. Музыкальные особенности танца. Основы преподавания техники для спортсменов «С» класса. Показать и объяснить фигуры: Natural Turn, Natural Hover Telemark, Change of Direction, Natural weave.
15. Медленный фокстрот. Музыкальные особенности танца. Основы преподавания техники для спортсменов «С» класса. Дайте определения: Свинг, Свэй, СВМ, СВМР. Показать и объяснить фигуры: Impetus Turn, Weave from PP, Fallaway Reverse Slip Pivot, Reverse Wave.
16. Медленный фокстрот. Музыкальные особенности танца. Основы преподавания техники для спортсменов «С» класса. Особенности использования свинга в танце Медленный фокстрот. Показать и объяснить фигуры: Top Spin at a Corner, Weave (after 1-4 Reverse Wave), Natural Telemark, Natural Weave.
17. Медленный фокстрот. Музыкальные особенности танца. Основы преподавания техники для спортсменов «С» класса. Показать и объяснить фигуры: Hover Telemark, Hover Cross, Three Step, Reverse Wave.
18. Медленный фокстрот. Музыкальные особенности танца. Основы преподавания техники для спортсменов «С» класса. Показать и объяснить фигуры: Change of Direction, Hover Cross, Natural Telemark, Curved Feather.
19. Медленный фокстрот. Музыкальные особенности танца. Основы преподавания техники для спортсменов «С» класса. Показать и объяснить фигуры: Reverse Wave, Three Step, Top Spin at a Corner, Hover Telemark.
20. Медленный фокстрот. Музыкальные особенности танца. Основы преподавания техники для спортсменов «С» класса. Показать и объяснить

фигуры: Feather Step, Natural Twist Turn, Weave from PP, Open Telemark Feather Ending

21. Медленный фокстрот. Музыкальные особенности танца. Основы преподавания техники для спортсменов «С» класса. Дайте определения: Свинг, Свэй, СВМ, СВМР. Показать и объяснить фигуры: Natural Weave, Hover Cross, Reverse Turn, Telemark.
22. Медленный фокстрот. Музыкальные особенности танца. Основы преподавания техники для спортсменов «С» класса. Показать и объяснить фигуры: Reverse Turn, Hover Telemark, Hover Cross, Reverse Wave .
23. Правила составления соревновательных композиций для танцоров С-класса.