

Протокол заседания
кафедры гимнастики № 12
от 19.06.2025

ЗАЧЕТНЫЕ И ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

по учебной дисциплине
«Система подготовки в избранном виде спорта»

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

ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ для студентов 4 курса

1. Иметь положительные отметки за все семинары курса. В случае пропуска семинара – выполнить реферат по теме.
2. Положительная отметка за контрольный опрос и практические задания по темам курса (согласно графику).
3. Реферат по теме (по заданию).
4. Своевременная сдача и защита УСР.
5. Защита курсовой работы.

Вопросы к зачету

1. 9 уровней сложности.
2. Действия корпуса в плоскостях.
3. Размещение стоп. Виды восстановления.
4. Действие драйва. Суб-действия.
5. Принцип Свинга. Анализ траектории таза.
6. Каблучный поворот.
7. Пивот.
8. Подготовительное действие.
9. Спин поворот. Продолженные спины.
10. Подготовительный шаг. Браш.
11. Шассе.
12. Твист поворот.
13. СВМР. Ведение стороной.
14. Действия стоп. Принцип ролла стопы.
15. Тайминг. Научное исследование тайминга. Шаффл тайминг.
16. Музыка в танцевальном спорте.
17. Позиция пары. Поддержка.
18. Позиции центра.

19. Позиции головы.
20. Вращения.
21. Вращение влево. Принцип бокового движения ноги.
22. Подъемы и снижения.
23. Типы свэя. Растижение.
24. Музыкальный размер и тайминг Танго. Хореографический тайминг.
25. Стойка и позиция пары в Танго.
26. Шаги, подъемы, снижения и действия стоп в Танго.
27. Каблучный поворот в Танго.
28. Классификация внезапных движений в Танго.
29. Подъемы, снижения и офф-бит шаги в Венском Вальсе.
30. Движение по площадке в натуральном и обратном повороте.
31. Принцип Флекерла.
32. Подъемы, снижения и действия стоп в Фокстроте.
33. Свэй и тайминг Фокстрота. Хореографический тайминг.
34. Тайминг Квикстепа. Хореографический тайминг.
35. Баллистическое движение в Квикстепе.
36. Типы интерпретаций Квикстепа.
37. Типы шассе в Квикстепе.
38. Свинговый и баллистический Квикстеп.
39. Использование связующего шага в Квикстепе.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ для студентов 4 курса

Вопросы к экзамену

1. Антидопинговый кодекс в танцевальном спорте.
2. Базовая терминология латиноамериканской программы.
3. Базовая терминология стандартной программы.
4. Виды поддержек и типы ведения в латиноамериканской программе.
5. Виды соревнований в танцевальном спорте и правила их проведения. Регламент и программа соревнований.
6. Возрастные, физиологические и психологические особенности 12-13 летних спортсменов. Методика обучения соревновательным комбинациям.
7. Возрастные, физиологические и психологические особенности 14-15 летних спортсменов. Методика обучения соревновательным комбинациям.
8. Возрастные, физиологические и психологические особенности 8-11 летних спортсменов. Методика обучения соревновательным комбинациям.
9. Возрастные, физиологические и психологические особенности спортсменов молодежной и взрослой групп. Методика обучения соревновательным комбинациям.
10. Действия корпуса в горизонтальной, фронтальной и сагиттальной плоскостях. Вращения в стандарте (легкость, ведение, динамика). Типы свэя.

11. Действия корпуса в латиноамериканской программе.
12. Дизайн бедер. Действия бедер в латиноамериканской программе.
13. История развития и становления спортивных танцев как вида спорта в мире.
14. История развития и становления спортивных танцев как вида спорта в Республике Беларусь.
15. Критерии судейства в группах Ювеналы. Приоритеты в использовании основных критериев.
16. Критерии традиционной системы судейства в танцевальном спорте. Приоритетный критерий и его использование
17. Линейные фигуры в стандартной программе. Классификация и техника исполнения.
18. Материально-техническое обеспечение проведения соревнований в танцевальных залах и комплексах.
19. Международный рейтинг танцевальных пар и правила его формирования.
20. Методика постановки композиций в спортивных танцах.
21. Методика постановки показательных номеров и шоу-программ.
22. Методика преподавания линейных фигур в стандартной программе. Использование линейных фигур при составлении соревновательных комбинаций.
23. Методика проведения урока спортивного танца.
24. Методика судейства команд формейшн. Специфические требования, предъявляемые к судьям соревнований формейшн.
25. Методика формирования у танцора чувства площадки. Применение основных навыков флокрафт.
26. Музыка в танцевальном спорте (мелодия, музыкальная фраза, фразировка, припев, ритм, удар, акцент, такт, темп) Ритмические особенности и музыкальный размер танцев латиноамериканской программы.
27. Музыка в танцевальном спорте (мелодия, музыкальная фраза, фразировка, припев, ритм, удар, акцент, такт, темп) Ритмические особенности и музыкальный размер танцев стандартной программы.
28. Нормативные документы Белорусского альянса танцевального спорта.
29. Нормативные документы Всемирной федерации танцевального спорта.
30. Общая характеристика видов танцевального спорта.
31. Общие сведения и отличительные особенности конкурсных танцев латиноамериканской программы.
32. Общие сведения и отличительные особенности конкурсных танцев стандартной программы.
33. Основные причины травматизма на занятиях спортивными танцами.
34. Основные формы организации занятий спортивными танцами.
35. Поддержка и виды позиций в стандартной программе. Характеристика основных позиций по расположению партнеров относительно друг друга и контактной области.
36. Позиции пары (партнерша по отношению к партнеру) в латиноамериканской программе.

37. Позиция пары: стойка, поддержка. Девять позиций центра. Позиции головы.
38. Понятие субкомпонента, PAS и IQs в NJS 2.1.
39. Правила 1-8 единой международной системы подсчета результатов соревнований по спортивным танцам «Скейтинг».
40. Правила 9-11 единой международной системы подсчета результатов соревнований по спортивным танцам «Скейтинг».
41. Правила Всемирной федерации танцевального спорта по костюмам.
42. Правила для судей. Кодекс поведения и стандарты судейской этики
43. Правила постановки спортивной программы формейшн.
44. Ритмические критерии судейства и их использование при судействе спортивных групп различного возраста и уровня подготовленности
45. Современные тенденции развития танцевального спорта.
46. Социальные и клубные танцы. Составление соревновательных комбинаций программных танцев в оздоровительных группах.
47. Структура и функции международных, национальных, государственных и общественных органов управления спортивными танцами.
48. Структура музыкальной пьесы Spanish Gipsy Dance в танце Пасодобль. Специфика Пасодобля как единственного постановочного танца.
49. Суб-действия при шагах вперед и назад. Действие драйва.
50. Судейские компоненты NJS 2.1. Организация работы судейской коллегии и обработка судейских оценок при использовании NJS 2.1.
51. Техника исполнения базовых фигур в танце Венский вальс.
52. Техника исполнения фигур Basic Movement, Huit, Sixteen, Syncopated Separation, Spanish Line, Chasse Cope в танце Пасодобль.
53. Техника исполнения фигур Basic Movement, Spot Turn to Right and Left, Check from Open PP and CPP, Opening Out to Right and Left, Curl, Cuban Rocks в танце Румба.
54. Техника исполнения фигур Basin in Place and in Fallaway, Reverse Whip, Ball Change, Stop and Go, Windmill, Spanish Arm в танце Джайв.
55. Техника исполнения фигур Chasse to Right and Left, Change Hands Behind Back, American Spin, Double Cross Whip, Fallaway Throwaway, Rolling of the Arm в танце Джайв.
56. Техника исполнения фигур Chasse to Right and Left, Fan, Spot Turn to Right and Left, Close Hip Twist, Cross Basic, Turkish Towel в танце Чача-ча.
57. Техника исполнения фигур Chasses and Elevations to Right and Left, Twist Turn, Promenade to Counter Promenade, La Passé, Fallaway Reverse, Left Foot Variation в танце Пасодобль.
58. Техника исполнения фигур Closed Promenade, Open Reverse Lady Outside Open Finish, Natural Promenade Turn, Promenade Link, Outside Swivel, Oversway в танце Танго.
59. Техника исполнения фигур Cucarachas, Fan, Rope Spinning, Open Hip Twist, Spiral, Three Alemanas в танце Румба.

60. Техника исполнения фигур Feather Step, Natural Turn, Change of Direction, Natural Zig-zag from PP, Weave from PP, Hover Cross в танце Медленный фокстрот.
61. Техника исполнения фигур Natural and Reverse Basic Movement, Side Samba Walks, Traveling Botofogos, Open Rocks to Right and Left, Plait, Promenade to Counter Promenade Runs в танце Самба.
62. Техника исполнения фигур Natural Turn, Reverse Corte, Double Reverse Spin, Turning Lock, Open Impetus Turn, Weave from PP в танце Медленный вальс.
63. Техника исполнения фигур Progressive Link, Basic Reverse Turn, Natural Rock Turn, Five Step, Open promenade, Chase в танце Танго.
64. Техника исполнения фигур Quarter Turn to Left, Forward and Backward Lock Steps, Zig-zag Back Lock Running Finish, Natural Spin Turn, Four Quick Run, V6 в танце Квикстеп.
65. Техника исполнения фигур Quarter Turn to Right, Natural Pivot Turn, Progressive Chasse to Right, Chasse Reverse Turn, Tipple Chasse, Six quick run в танце Квикстеп.
66. Техника исполнения фигур Reverse Turn, Impetus Turn, Top Spin at a Corner, Natural Weave, Fallaway Reverse and Slip Pivot, Bounce Fallaway Weave Ending в танце Медленный фокстрот.
67. Техника исполнения фигур Reverse Turn, Outside Change, Progressive Chasse to Right, Telemark, Cross Hesitation after Open Impetus Turn, Hesitation Change в танце Медленный вальс.
68. Техника исполнения фигур Samba Whisk to Left and Right, Stationary Samba Walks, Natural Roll, Volta Spot Turn to Right and Left, Shadow Botofogos, Cruzados Locks in Shadow Position в танце Самба.
69. Техника исполнения фигур Time Step, Close and Open Basic, Hockey Stick, Hand to Hand, Open Hip Twist, Cuban Break в танце Чача-ча
70. Усложненная терминология танцевального спорта.
71. Усложненные фигуры латиноамериканской программы: классификация, техника исполнения.
72. Усложненные фигуры с сильным вращением, включая пивот для стандартной программы: классификация, техника исполнения.
73. Усложненные фигуры с сильным продвижением и изменением формы для стандартной программы: классификация, техника исполнения.
74. Формейшн, отличительные особенности, правила проведения соревнований среди команд формейшн.
75. Эволюция Новой системы судейства Всемирной федерации танцевального спорта (NJS).