

**Міністерство культури та інформаційної політики України  
Харківська державна академія культури**

Кафедра сучасної та бальної хореографії

**“ЗАТВЕРДЖУЮ”**  
Проректор з навчальної роботи

“ \_\_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 20\_\_ року

**Європейський бальний танець та методика його викладання**

**Інструктивно-методичні матеріали до практичних занять  
Освітня програма БАЛЬНА ХОРЕОГРАФІЯ**

галузь знань 02 Культура і мистецтво  
спеціальність 024 Хореографія  
факультет Хореографічного мистецтва

Харків, 2020

Рекомендовано кафедрою сучасної та бальної хореографії  
(протокол № )

Укладач:

Федорченко Денис Ігорович – викладач кафедри сучасної та бальної хореографії

Європейський бальний танець та методика його викладання: Інструктивно-методичні матеріали до практичних занять / Харк. держ. акад.. культури; Уклад.: ..... – Х.: ХДАК, 2019. – 17 с.

УДК

©Харківська державна академія культури, 2020 рік

© ..... 2020 рік

## 1 семестр

### Практичне заняття № 1.

**Тема:** техніка виконання фігур рівня складності STUDENT і ASSOCIATE

**Мета вивчення:** засвоєння лексики, методика виконання рухів.

#### Література:

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Technique 1996
4. Modern ballroom dancing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dancing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dancing; Alex Moore.

#### Обладнання:

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати основні фігури танцю Повільній Вальс

#### Хід практичної роботи

Завдання 1. Вивчення фігур рівня STUDENT і ASSOCIATE Повільного Вальсу **Фігури STUDENT** “Закрита зміна”, “Правий оберт”, “Лівий оберт”, “Правий спін-оберт”, “Віск”, “Шассе із променадної позиції”, “Правий оберт із зміною Хезітейшн”

**Фігури ASSOCIATE** “Закритий імпетус”, “Зовнішня зміна”, “Зовнішня зміна закінчена в ПП”, “Ліве корте”, “Віск назад”, “Основне плетіння”, “Подвійний лівий спін”, “Лок назад”, “Поступальне шассе ВП

Завдання 2. Складання комбінацій на основі вивченого матеріалу.

## Практичне заняття № 2

**Тема:** техніка виконання фігур рівня складності STUDENT і ASSOCIATE

**Мета вивчення:** засвоєння лексики, методики виконання рухів.

### Література:

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Technique 1996
4. Modern ballroom dancing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dancing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dancing; Alex Moore.

### Обладнання:

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати основні фігури танцю Танго

### Хід практичної роботи

Завдання 1. Вивчення фігур рівня STUDENT і ASSOCIATE танцю Танго:

**Фігури STUDENT** “Відкритий лівий оберт, дама збоку”, “Корте назад”, “Рок-оберт”, “Закритий променад”, “Поступальна ланка”, ,

**Фігури ASSOCIATE** “Відкритий лівий оберт — дама в лінію”, “Лівий оберт на поступальному боковому кроці”, “Відкритий променад”, “Рок назад на ПН”, “Рок назад на ЛН”, “Правий твіст-оберт”, “Правий променадний оберт”.

Завдання 2. Складання комбінацій на основі вивченого матеріалу.

## **Практичне заняття № 3**

**Тема:** техніка виконання фігур рівня складності STUDENT і ASSOCIATE

**Мета вивчення:** засвоєння лексики, методики виконання рухів.

### **Література:**

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Technique 1996
4. Modern ballroom dancing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dancing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dancing; Alex Moore.

### **Обладнання:**

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати основні фігури танцю Фокстрот

### **Хід практичної роботи**

Завдання 1. Вивчення фігур рівня STUDENT і ASSOCIATE танцю Фокстрот:

**Фігури** “Перо-крок”, “Потрійний крок”, “Правий оберт”, “Лівий оберт з Перо-закінченням”, “Правий оберт, Закритий імпетус і Перо-закінчення”, “Праве плетіння”, “Зміна напрямку”, “Основне плетіння”.

Завдання 2. Складання комбінацій на основі вивченого матеріалу.

## Практичне заняття № 4

**Тема:** техніка виконання фігур рівня складності STUDENT і ASSOCIATE

**Мета вивчення:** засвоєння лексики, методики виконання рухів.

### Література:

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Technique 1996
4. Modern ballroom dancing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dancing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dancing; Alex Moore.

### Обладнання:

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати основні фігури танцю Квік Степ

### Хід практичної роботи

Завдання 1. Вивчення фігур рівня STUDENT і ASSOCIATE танцю

Квік Степ:

**Фігури STUDENT** “Четвертний оберт ВП”, “Четвертний оберт ВЛ”, “Правий оберт”, “Правий півот-оберт”, “Правий оберт з затримкою Хезітейшн”, “Поступальне шасе”, “Правий спін-оберт”, “Лок-степ вперед”, “Лівий шасе-оберт”,

**Фігури ASSOCIATE** “Закритий імпетус”, “Лок назад”, “Лівий півот”, “Поступальне шасе ВП”, “Тіпл-шасе ВП”, “Закінчення, що біжить”, “Правий

оберт і лок назад”, “Зигзаг, лок назад і закінчення, що біжить”, “Крос шає”, “Зміна напрямку”, “Подвійний лівий спіт”

Завдання 2. Складання комбінацій на основі вивченого матеріалу.

## **Практичне заняття № 5**

**Тема:** техніка виконання фігур рівня складності STUDENT і ASSOCIATE

**Мета вивчення:** засвоєння лексики, методики виконання рухів.

### **Література:**

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Technique 1996
4. Modern ballroom dancing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dancing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dancing; Alex Moore.

### **Обладнання:**

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати основні фігури танцю Віденський Вальс

### **Хід практичної роботи**

Завдання 1. Вивчення фігур рівня STUDENT і ASSOCIATE танцю Віденський Вальс:

**Фігури** “Закрита зміна”, “Правий оберт”, “Лівий оберт”

Завдання 2. Складання комбінацій на основі вивченого матеріалу.

## 2 семестр

### Практичне заняття № 6

**Тема:** техніка виконання фігур рівня складності MEMBER I FELLOW

**Мета вивчення:** засвоєння лексики , методики виконання рухів.

#### Література:

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Techniqe 1996
4. Modern ballroom dancing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dansing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dancing; Alex Moore.

#### Обладнання:

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати фігури Рівня MEMBER I FELLOW танцю Повільний Вальс

#### Хід практичної роботи

Завдання 1. Вивчення фігур рівня MEMBER I FELLOW танцю Повільний Вальс:

**Фігури MEMBER** "Відкритий телемарк", "Кросс хезітейшн", "Крило", "Відкритий імпетус-оберт", "Зовнішній спіні", "Дрег хезітейшн", "Плетіння з ПП", "Обертний лок", "Лівий півот", "Лівий віск", "Контра чек", "Подвійний правий спіні".

**Фігури FELLOW** "Лівий півот", "Лівий віск", "Контра чек", "Подвійний правий спіні". "Правий фоловей", "Боковий крос", "відкритий натуральний оберт із ПП".



Завдання 2. Складання комбінацій на основі вивченого матеріалу.

## **Практичне заняття № 7**

**Тема:** техніка виконання фігур рівня складності MEMBER I FELLOW

**Мета вивчення:** засвоєння лексики , методики виконання рухів.

### **Література:**

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Techniqe 1996
4. Modern ballroom dancing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dansing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dancing; Alex Moore.

### **Обладнання:**

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати фігури Рівня MEMBER I FELLOW танцю Танго

### **Хід практичної роботи**

Завдання 1. Вивчення фігур рівня MEMBER I FELLOW танцю Танго:

**Фігури MEMBER** "Відкритий променад назад", "Променадна ланка", "Фо степ", "Фоллевой променад", "Наружний світл", "Браш теп", "Основний лівий оберт",

**Фігури FELLOW** "Фоллевой фо степ", "Оверсвей", "Чейс", "Зміна фо степ". "Фоллевой сліп півот"

Завдання 2. Складання комбінацій на основі вивченого матеріалу.

## Практичне заняття № 8

**Тема:** техніка виконання фігур рівня складності MEMBER I FELLOW

**Мета вивчення:** засвоєння лексики , методики виконання рухів.

### Література:

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Techniqe 1996
4. Modern ballroom dancing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dansing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dancing; Alex Moore.

### Обладнання:

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати фігури Рівня MEMBER I FELLOW танцю Фокстрот

### Хід практичної роботи

Завдання 1. Вивчення фігур рівня MEMBER I FELLOW танцю Фокстрот:

**Фігури MEMBER** ”Закритий телемарк”; ”Відкритий телемарк і Перо із ПП”; ”Топ спін”; ”Ховер перо” (після каблучного пула); ”Ховер телемарк” (закінчений у ПП); ”Правий телемарк”; ”Ховер кросс”; ”Відкритий телемарк-Правий оберт- Наружний світл-Перо із ПП”; ”Відкритий імпетус”, ”Плетіння із ПП”, ”Ліва хвиля”;

**Фігури FELLOW** ”Правий твіст-оберт”; ”Ізогнуте перо в перо назад”; ”Правий зіг-заг із ПП”; ”Лівий фолофей і сліп півот”; ”Правий ховер телемарк”; ”Баунс фолевей з плетінням-закінченням”, рухи типу “Перо”.

Завдання 2. Складання комбінацій на основі вивченого матеріалу.

## **Практичне заняття № 9**

**Тема:** техніка виконання фігур рівня складності MEMBER I FELLOW

**Мета вивчення:** засвоєння лексики , методики виконання рухів.

### **Література:**

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Techniqe 1996
4. Modern ballroom dancing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dansing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dancing; Alex Moore.

### **Обладнання:**

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати фігури Рівня MEMBER I FELLOW танцю Квік Степ

### **Хід практичної роботи**

Завдання 1. Вивчення фігур рівня MEMBER I FELLOW танцю Квік Степ:

**Фігури MEMBER** ”Швидкий відкритий лівий оберт”, ”Крос світл”, ”Фиш тейл”, ”Чотири швидких кроки, що біжать”, “Ві 6”, “Правий оберт, що біжить”.

**Фігури FELLOW** ”Правий оберт-Лок назад-Закінчення, що біжить”, “Телемарк”, “Відкритий телемарк”, “Імпетус оберт”, “Відкритий імпетус оберт”, “Наружний спін”, “Шість швидких кроків, що біжать”, “Ховер корте”, “Румба кросс”, “Тіпсі”.

Завдання 2. Складання комбінацій на основі вивченого матеріалу.

## **Практичне заняття № 10**

**Тема:** техніка виконання фігур рівня складності MEMBER I FELLOW

**Мета вивчення:** засвоєння лексики , методики виконання рухів.

### **Література:**

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Techniqe 1996
4. Modern ballroom dancing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dansing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dancing; Alex Moore.

### **Обладнання:**

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати фігури Рівня MEMBER I FELLOW танцю Віденський вальс

### **Хід практичної роботи**

Завдання 1. Вивчення фігур рівня MEMBER I FELLOW танцю Віденський вальс:

**Фігури** “Правий Фдекерл”, “Лівий Фдекерл”. “Правий оберт що біжить”

Завдання 2. Складання комбінацій на основі вивченого матеріалу.

## 3 семестр

### Практичне заняття № 11

**Тема:** техніка виконання фігур рівня складності *advance*

**Мета вивчення:** засвоєння лексики , методики виконання рухів.

#### Література:

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Techniqe 1996
4. Modern ballroom dansing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dansing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dansing; Alex Moore.

#### Обладнання:

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати фігури Рівня *advance* танцю Повільний вальс

#### Хід практичної роботи

Завдання 1. Вивчення фігур рівня *advance* танцю Повільний вальс:

**Фігури** "Натуральний оберт" (кроки 1-3), "Аутсайд світл", "Троувей оверсвей", "Вихід в променад", "Аутсайд віск", "Правий оберт, що біжить", "Лівий прискорений сліп-півод", "Дабл реверс", "Вінг", "Бек чек Рудольф".

Завдання 2. Складання комбінацій на основі вивченого матеріалу.

## Практичне заняття № 12

**Тема:** техніка виконання фігур рівня складності *advance*

**Мета вивчення:** засвоєння лексики, методики виконання рухів.

### Література:

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Technique 1996
4. Modern ballroom dancing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dancing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dancing; Alex Moore.

### Обладнання:

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати фігури Рівня *advance* танцю Танго

### Хід практичної роботи

Завдання 1. Вивчення фігур рівня *advance* танцю Танго:

**Фігури** "Поступальні кроки", "Правий ланч", "Чейз", "Ланч", "Чейз", "Віденський крос", "Подвійний обратний спін", "Віденський крос бек чек", "Натуральний півот", "Ронд по типу Рудольф", "Ланка", "Кікі", "Слайд лок", "Фоловей сліп півот", "Телемарк", "Натуральний півод Рудольф в закрити позицію", "Сей-фут-ланч", "Віденський крос бек-чек", "Шпора", "Ховер телемарк", "Сей-фут-ланч", "Свівл", "Сей фут ланч".

Завдання 2. Складання комбінацій на основі вивченого матеріалу.

## Практичне заняття № 13

**Тема:** техніка виконання фігур рівня складності *advance*

**Мета вивчення:** засвоєння лексики , методики виконання рухів.

### Література:

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Techniqe 1996
4. Modern ballroom dancing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dansing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dancing; Alex Moore.

### Обладнання:

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати фігури Рівня *advance* танцю Фокстрот.

### Хід практичної роботи

Завдання 1. Вивчення фігур рівня *advance* танцю Фокстрот:

**Фігури** ”Перо крок”, ”Лівий відкритий оберт по типу плетіння”, ”Тамбл оберт”, ”Стенд спін в ланч”, ”Свівл”, ”Бегучий правий”, ”Ран-кроки вперед”, кроки плетіння, ”Плетіння”, ”Фоловей сліп півот”, ”Купе”, ”Овер-свей”.

Завдання 2. Складання комбінацій на основі вивченого матеріалу.

## Практичне заняття № 14

**Тема:** техніка виконання фігур рівня складності *advance*

**Мета вивчення:** засвоєння лексики , методики виконання рухів.

### Література:

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Techniqe 1996
4. Modern ballroom dansing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dansing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dansing; Alex Moore.

### Обладнання:

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати фігури Рівня *advance* танцю Квікстеп.

### Хід практичної роботи

Завдання 1. Вивчення фігур рівня *advance* танцю Квікстеп.:

**Фігури** ”Правий оберт” (кроки 1-3), ”Перекручений спін”, ”Спін”, ”Хезітейшн”, ”Комбінація стрибків на місці з ланчем”, ”Степ-хоп голоп”, ”Степ-хоп правий, що біжить”, ”Тіпсі у стрибку”, ”Тіпсі”, ”Проїзд” в променад, ”Шасе правору”ч, ”Лок-степ назад”, ”Переступання по типу віск”, ”Спін”, ”Обертний лок в променад”.

Завдання 2. Складання комбінацій на основі вивченого матеріалу.



## Практичне заняття № 15

**Тема:** техніка виконання фігур рівня складності *advance*

**Мета вивчення:** засвоєння лексики , методики виконання рухів.

### Література:

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Technique 1996
4. Modern ballroom dancing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dancing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dancing; Alex Moore.

### Обладнання:

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати фігури Рівня *advance* танцю Віденський вальс.

### Хід практичної роботи

Завдання 1. Вивчення фігур рівня *advance* танцю Віденський вальс.:

**Фігури** ”Правий оберт”, ”Правий флекерл”, ”Контра чек” , ”Лівий флекерл”, ”Лівий оберт”, ”Зміна”, ”Правий оберт”, ”Спін”, ”Півот”, ”Правий оберт”.

Завдання 2. Складання комбінацій на основі вивченого матеріалу.

## 4 семестр

### Практичне заняття № 16

**Тема:** техніка виконання варіацій рівня складності *advance*

**Мета вивчення:** засвоєння лексики , методики виконання рухів.

#### Література:

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Technique 1996
4. Modern ballroom dancing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dancing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dancing; Alex Moore.

#### Обладнання:

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати фігури Рівня *advance* танцю Повільний вальс.

#### Хід практичної роботи

Завдання 1. Вивчення варіацій рівня складності *advance* танцю Повільний вальс:

**Варіація** "Натуральний оберт" (кроки 1-3), "Спін що біжить", "фоловей баунс", "Тамбл поворот", "Овер свей Троувей", "Фоловей Віск", "Правий оберт що біжить", "Правий відкритий оберт", "фоловей ронд", "Контр променад". "Біг Топ" "Подвійні зворотній спін" "Шасе" "Правий оберт"

Відкритий Імпітус” ”Крило” ”Свівл” ”Конт Чек” ”Наружний спіл”  
”Поворотний Лок” ”Крос Шасе”

## **Практичне заняття № 17**

**Тема:** техніка виконання варіацій рівня складності *advance*

**Мета вивчення:** засвоєння лексики , методики виконання рухів.

### **Література:**

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Techniqe 1996
4. Modern ballroom dancing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dansing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dancing; Alex Moore.

### **Обладнання:**

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати фігури Рівня *advance* танцю Танго.

### **Хід практичної роботи**

Завдання 1. Вивчення варіацій рівня складності *advance* танцю Танго:

**Варіація** ”Ланка”, ”Фоловей Віск”, ”Півот”, ”Скейтін Лок”, ”Лівий оберт дама с боку(синкопа)”, ”Подвійний зворотній спіл”, ”Овер свей Троувей”, ”Фоловей теп”, ”Півот”, ”Чек”, ”Півот”, ””, ”Іспанський Дрек”, ”Бек чек”, ”Чейз”, ”Лок Назад”, ”Скейтин лок”,

## Практичне заняття № 18

**Тема:** техніка виконання варіацій рівня складності *advance*

**Мета вивчення:** засвоєння лексики , методики виконання рухів.

### Література:

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Techniqe 1996
4. Modern ballroom dancing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dansing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dancing; Alex Moore.

### Обладнання:

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати фігури Рівня *advance* танцю Фокстрот.

### Хід практичної роботи

Завдання 1. Вивчення варіацій рівня складності *advance* танцю Фокстрот:

**Варіація** ”Перо крок”, ”Лівий оберт”, ”Тройний шаг”, ”Праий оберт”, ”Ховер крос”, ”Плетіння”, ”Шасе вправо”, , ”Наружний Спін”, ”Ланч”, ”Крило”, ”Натуральна Волна”.”Бек чек” ”Правий Оберт що біжить” ”Перо крок” ”Три фоловеї” ”Ізогнуте перо” ”Наружний спін” ”Ланч рол” ”Тамбл поворот” ”Кроки зворотної волни” ”півот” ”Зміна напрямку”

## Практичне заняття № 19

**Тема:** техніка виконання варіацій рівня складності *advance*

**Мета вивчення:** засвоєння лексики , методики виконання рухів.

### Література:

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Techniqe 1996
4. Modern ballroom dancing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dansing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dancing; Alex Moore.

### Обладнання:

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати фігури Рівня *advance* танцю Квікстеп.

### Хід практичної роботи

Завдання 1. Вивчення варіацій рівня складності *advance* танцю Квікстеп:

**Варіація** ”Правий оберт” (кроки 1-3), ”Перекручений спіт”, ”Тіпсі”, ”Правий оберт що біжить”, ”Тіпсі по принципу РОЛ”, ”Спіт поворот”, ”Шасе назад”, ”Стрибки в шасе”, ”Ножиці” ”Слеп хоп”, ”Ланч”, ”Білка” ”Стрибки на місті в променад ній позиції”.

## Практичне заняття № 20

**Тема:** техніка виконання варіацій рівня складності *advance*

**Мета вивчення:** засвоєння лексики , методики виконання рухів.

### Література:

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Technique 1996
4. Modern ballroom dancing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dancing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dancing; Alex Moore.

### Обладнання:

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати фігури Рівня *advance* танцю Віденський вальс..

### Хід практичної роботи

Завдання 1. Вивчення варіацій рівня складності *advance* танцю Віденський вальс.:

**Варіація** ”Правий оберт”, ”Правий флекерл”, ”Контра чек” , ”Лівий флекерл”, ”Лівий оберт”, ”Зміна”, ”Правий оберт”, ”Спін”, ”Півот”, ”Правий оберт”.

## 5 семестре

### Практичне заняття № 21

**Тема:** конкурсні варіації відкритого класу

**Мета вивчення:** засвоєння лексики , методики виконання рухів.

#### Література:

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Techniqe 1996
4. Modern ballroom dancing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dansing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dancing; Alex Moore.

#### Обладнання:

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати фігури відкритого класу танцю Повільний вальс..

#### Хід практичної роботи

Завдання 1. Вивчення варіацій відкритого класу танцю Повільний вальс.:

**Варіація** "Натуральний оберт" (кроки 1-3), "Аутсайд свівл", "Троувей оверсвей", "Вихід в променад", "Аутсайд віск", "Правий оберт, що біжить", "Лівий прискорений сліп-півод", "Дабл реверс", "Вінг", "Бек чек Рудольф".

## **Практичне заняття № 22**

**Тема:** конкурсні варіації відкритого класу

**Мета вивчення:** засвоєння лексики , методики виконання рухів.

### **Література:**

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Techniqe 1996
4. Modern ballroom dancing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dansing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dancing; Alex Moore.

### **Обладнання:**

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати фігури відкритого класу танцю Танго..

### **Хід практичної роботи**

Завдання 1. Вивчення варіацій відкритого класу танцю Танго..

**Варіація** "Поступальні кроки", "Правий ланч", "Чейз", "Ланч", "Чейз", "Віденський крос", "Подвійний обратний спін", "Віденський крос бек чек", "Натуральний півот", "Ронд по типу Рудольф", "Ланка", "Кікі", "Слайд лок", "Фоловей сліп півот", "Телемарк", "Натуральний півод Рудольф в закрити



позицію”, ”Сей-фут-ланч”, ”Віденський крос бек-чек”, ”Шпора”, ”Ховер телемарк”, ”Сей-фут-ланч”, ”Свівл”, ”Сей фут ланч”.

## **Практичне заняття № 23**

**Тема:** конкурсні варіації відкритого класу

**Мета вивчення:** засвоєння лексики , методики виконання рухів.

### **Література:**

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Techniqe 1996
4. Modern ballroom dansing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dansing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dansing; Alex Moore.

### **Обладнання:**

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати фігури відкритого класу танцю Фокстрот.

### **Хід практичної роботи**

Завдання 1. Вивчення варіацій відкритого класу танцю Фокстрот.

**Варіація** ”Перо крок”, ”Лівий відкритий оберт по типу плетіння”, ”Тамбл оберт”, ”Стенд спіл в ланч”, ”Свівл”, ”Бегучий правий”, ”Ран-кроки вперед”, кроки плетіння, ”Плетіння”, ”Фоловей сліп півот”, ”Купе”, ”Овер-свей”.

## **Практичне заняття № 24**

**Тема:** конкурсні варіації відкритого класу

**Мета вивчення:** засвоєння лексики , методики виконання рухів.

### **Література:**

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Techniqe 1996
4. Modern ballroom dansing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dansing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dansing; Alex Moore.

### **Обладнання:**

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати фігури відкритого класу танцю Квікстеп

### **Хід практичної роботи**

Завдання 1. Вивчення варіацій відкритого класу танцю Квікстеп

**Варіація** ”Правий оберт” (кроки 1-3), ”Перекручений спін”, ”Спін”, ”Хезітейшн”, ”Комбінація стрибків на місці з ланчем”, ”Степ-хоп голоп”, ”Степ-хоп правий, що біжить”, ”Тіпсі у стрибку”, ”Тіпсі”, ”Проїзд” в

променад, ”Шасе правору”ч, ”Лок-степ назад”, ”Переступання по типу віск”, ”Спін”, ”Обертний лок в променад”.

## **Практичне заняття № 25**

**Тема:** конкурсні варіації відкритого класу

**Мета вивчення:** засвоєння лексики , методики виконання рухів.

### **Література:**

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Techniqe 1996
4. Modern ballroom dansing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dansing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dansing; Alex Moore.

### **Обладнання:**

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати фігури відкритого класу танцю Віденський вальс

### **Хід практичної роботи**

Завдання 1. Вивчення варіацій відкритого класу танцю Віденський вальс

**Варіація** ”Правий оберт”, ”Правий флекерл”, ”Контра чек” , ”Лівий флекерл”, ”Лівий оберт”, ”Зміна”, ”Правий оберт”, ”Спін”, ”Пілот”, ”Правий оберт”.

## 6 семестр

### Практичне заняття № 26

**Тема.** Свінг і свей — особливості використання в танцях європейської програми.

**Мета вивчення:** засвоєння лексики , методики виконання рухів.

#### Література:

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Techniqe 1996
4. Modern ballroom dancing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dansing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dancing; Alex Moore.

#### Обладнання:

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Типи Свінгу та свейо.

#### Хід практичної роботи

Завдання 1. Вивчення варіацій трьох різновидностей Свінгу.

Завдання 2. Вивчення трьох видів наклону.

Завдання 3. Скласти варіацію з використанням всіх видів наклонів.

## 7 семестр

### Практичне заняття № 27

**Тема:** Основні Рухи та підтримки Американ Смуc

**Мета вивчення:** засвоєння лексики , методики виконання рухів.

#### Література:

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Techniqe 1996
4. Modern ballroom dancing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dansing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dancing; Alex Moore.

#### Обладнання:

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати та продемонструйте фігури Американ Смуc в танці Повільний вальс

### Хід практичної роботи

Завдання 1. Вивчення варіацій Американ Смузу танцю Повільний вальс

“Закрита зміна у позиції пліч о пліч”, “Правий оберт у відкритій позиції”, “Лівий оберт з обертом партнера”, “Правий спін-оберт у тіневій позиції”, “Віск з відкриттям рук ”, “Шассе із променадної позиції у відкритій позиції”, “Закритий імпетус о тіневій позиції”, “Зовнішня зміна відкриттям рук”, “Зовнішня зміна закінчена в ПП з обертом партнерки”, “Віск назад с роловим закінченням ”, “Основне плетіння у синкопованому ритмі ”, “Подвійний лівий спін з обертом партнерки”, “Лок назад з свінгом у тілі ”, “Поступальне шассе ВП з відкриттям рук ”.

## **Практичне заняття № 28**

**Тема:** Основні Рухи та підтримки Американ Смус

**Мета вивчення:** засвоєння лексики , методики виконання рухів.

### **Література:**

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Techniqe 1996
4. Modern ballroom dansing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dansing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dansing; Alex Moore.

### **Обладнання:**

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати та продемонструйте фігури Американ Смуc в танці Танго

### **Хід практичної роботи**

Завдання 1. . Вивчення варіацій Американ Смузу танцю Танго

“Відкритий лівий оберт, дама збоку у відкриті позиції”, “Корте назад з обертом”, “Рок-оберт з закінчення у плащ шасе”, “Закритий променад з закриттям рук”, “Поступальна ланка з подовженням лінії”, “Відкритий лівий оберт — дама в лінію у позиції пліч о пліч ”, “Відкритий променад з обертом партнерки”, “Рок назад на ПН з відкриттям рук”, “Рок назад на ЛН з закриттям рук ”, “Правий твіст-оберт з закінчення у апель”, “Правий променадний оберт з ролом у партнерки”.

### **Практичне заняття № 29**

**Тема:** Основні Рухи та підтримки Американ Смуc

**Мета вивчення:** засвоєння лексики , методики виконання рухів.

#### **Література:**

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Techniqe 1996
4. Modern ballroom dansing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dansing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dansing; Alex Moore.

#### **Обладнання:**

1. танцювальна зала.

Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати та продемонструйте фігури Американ Смуc в танці Фокстрот.

### **Хід практичної роботи**

Завдання 1. . Вивчення варіацій Американ Смузу танцю Фокстрот.

“Перо-крок у відкритій позиції”, “Потрійний крок з відкриттям рук”, “Правий оберт з ролом у тілі”, “Лівий оберт з Перо-закінченням у позиції пліч о пліч з обертом ”, “Правий оберт, Закритий імпетус і Перо-закінчення у відкритій позиції з подовженням ліній”, “Праве плетіння з ролом у партнерки”, “Зміна напрямку з закриттям ”, “Основне плетіння у паралельній позиції”.

## **8 семестр**

### **Практичне заняття № 30**

**Тема:** Поєднання європейського та латиноамериканського танці в Американ Смуc

**Мета вивчення:** засвоєння лексики , методики виконання рухів.

#### **Література:**

1. Техника исполнения европейских танцев. Имперское Общество Учителей Танцев.: Пер. с англ. и ред. Пина Ю. С.- ISTD, Лондон, С-Петербург, 1996
2. Guy Howard IDTA Technique of Ballroom Dancing
3. ISTD. The Ballroom Techniqe 1996
4. Modern ballroom dancing; Viktor Silvester.
5. Popular variations (Ballroom Dansing): 9-th Edition; by Alex Moore.
6. The revised technique of ballroom dancing; Alex Moore.

#### **Обладнання:**

1. танцювальна зала.



Питання до контролю попередніх занять, обговорення, самостійного вивчення та осмислення навчального матеріалу

1. Назвати та продемонструйте фігури Американ Смус.

**Хід практичної роботи**

Завдання 1. Створити власну варіацію Американ Смус.

Завдання 2. Обсудити створену варіацію на практичному занятті

Завдання 3. Розібрати трюки і підтримки в Американ Смус в різних танцях

Завдання 4. Розібрати музичність в створених варіаціях.