

Управление по образованию и науке Администрации муниципального образования  
городской округ город-курорт Сочи Краснодарского края  
**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования**  
**«Центр дополнительного образования «Хоста» г. Сочи**

---

*Адрес: 354067 г. Сочи, ул. Ялтинская 16-а, ЦДО «Хоста», тел. (862) 265-35-44, 265-35-41*

Заслушано  
на методическом совете  
ЦДО «Хоста»  
от «24» августа 2021г.  
Протокол методического совета № 1

## МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

на тему:

# **«Общее в европейской и латиноамериканской программе»**

Разработчик:  
педагог дополнительного  
образования  
Букатина Светлана  
Викторовна

Сочи, 2021

## Оглавление

1. Аннотация-----	2
2. Введение-----	2
3. Основная часть-----	2
4. Заключение-----	3
5. Литература-----	4

## **1. Аннотация**

Эта методичка предназначена для тренеров, судей и танцоров высокого уровня. Данная методика применима на тренировках, мастер классах и на соревнованиях различного ранга по спортивным танцам.

## **2. Введение**

Нередко случается, что в процессе преподавания тренеру приходится работать одновременно и с европейской и с латиноамериканской программами. Причем, как ни удивительно, случается, что ключевые основы, которые в большей степени ассоциируются с одной из программ, преподносятся в рамках изучения совершенно другого стиля. К примеру, понятие изоляции отдельных частей тела, столь характерные для латиноамериканских танцев, иногда просто необходимо использовать в рамках европейской программы.

Для некоторых, возможно, станет настоящим откровением то, как много общего существует у этих двух программ, и здесь необходимо подчеркнуть основные черты этого сходства. И сделано это будет не просто ради чисто теоретического интереса или из любопытства – понимание и приобретение опыта в использовании определенных техник одного стиля, дает огромное преимущество при исполнении танцев в «противоположном».

## **3. Основная часть**

Очевидно, наиболее примечательным примером является позиция партнеров в паре (рамка), которая создается при помощи рук и позволяет выглядеть партнерам как единое целое и взаимодействовать в процессе танца. В то время как непосредственная форма закрытой латинской позиции отличается от позиции в европейской программе, сам способ соединения партнеров абсолютно одинаков, т.е. руки соединены сначала со своим телом, а затем – с партнером посредством тонуса в мышцах рук.

Мышечный тонус является чрезвычайно важной составляющей в любом виде контролируемого движения и, помимо тонуса рук, необходимо уметь контролировать все части тела, такие как мышцы спины и, конечно, мышцы ног.

Многие фигуры латины заимствованы из танцев европейской программы: такие как реверсивный фоллэвэй, телемарк/телеспин, променадные бега (в самбе) и променад в контр променад (пасодобль), основанные на открытом натуральном повороте и бегущем окончании в квикстепе!

Считается, что танцоры европейской программы лучше владеют стандартными позициями (например, променадом, контр променадом и фолловеем). Однако и танцорам латинской программы следует уделить

внимание изучению и отработке этих основных позиций – и не только для того, чтобы четко представлять положение партнера и партнерши в паре, но и для того, чтобы легко и естественно взаимодействовать друг с другом.

С другой стороны, танцоры, исполняющие латину, имеют тенденцию лучше понимать нюансы смены положения и позиций тела при переходе от одного танца к другому. Например, позиция, необходимая для джайва, весьма отличается от той, которая используется в пасодoble. Танцоры европейской программы могут многое получить, поработав над особенностями позиции тела и показав более контрастную разницу в постановке корпуса, необходимой, к примеру, для танго или фокстрота.

Кажется, что с течением лет характер танго становится все более размытым и сейчас он, зачастую, похож на остальные танцы стандарта больше, чем ему следовало бы, и главная причина этого – позиция тела каждого из партнеров и положение в паре (рама).

Главный принцип, которого следует придерживаться танцорам обоих видов программ, и который является базой для понимания самого принципа танцевальных движений, – это осознание и грамотное применение центра тяжести тела. Преподаватели и танцоры европейской программы часто дискутируют по поводу свинговых движений в вальсе, фокстроте или квикстепе. Для того чтобы воспроизвести в танце маятниковое движение, к примеру, в натуральном повороте, танцорам необходимо использовать свой центр тяжести, как аналог веса качающегося маятника.

Если движение воспроизведено верно, то естественным образом в танце получается необходимая органичная форма, которую мы обычно называем свэй. Важно, чтобы пара осознавала, что эта форма является результатом действий, а не искусственной статикой.

Танцорам латины также нужно уметь смещать свой вес тела, начиная от центра тяжести – это необходимо и для шагов в румбе и для сложных вариаций в пасодoble. Перемещение веса тела с любой другой части тела, не от центра, как правило приводит к потере баланса или падению.

Принцип ведения в обеих программах идейно тоже совпадает и заключается он в передаче информации от партнера к партнёрше через тело и руки.

#### **4. Заключение**

Закономерно мы приходим к пониманию, что для эффективной работы тренер должен иметь знания в обеих программах. Соответственно и танцоры должны интересоваться нюансами второстепенных танцевальных программ.

## 5. Литература

1. Техника исполнения европейских танцев; Алекс Мур, изд. IMPERIAL SOCIETY of TEACHERS of DANCING, перевод Ю. Пина 1994
2. Техника исполнения латиноамериканских танцев; Алекс Мур, изд. IMPERIAL SOCIETY of TEACHERS of DANCING, перевод Ю. Пина 1994
3. Танцы в школе; под ред. Коновой Е.В. изд-во АПН РФ 1975
4. Беседы о танце; Захаров Р.В.
5. Приглашаем танцевать; Школьников Л.С. , Шкрабова А.М. Советская Россия, 1980
6. Подписная газета " Звезды над паркетом ". Редактор Кульбеда Н.Д. с 1997 г.