Технико-тактическая подготовка танцоров

доклад по теме самообразования
педагога дополнительного образования МБУДО ЦДТ «Феникс» Фошиной М.А.

2021-2022 учебный год

Задачи:

- сформировать у коллег представление о технико-тактической подготовке танцоров.

Введение.

На занятиях танцами к учащимся предъявляются определенные требования, удовлетворение которых предполагает наличие специальной подготовки. Речь идет о культуре движений, музыкальности, выразительности и артистизме исполнения, а также о необходимости музыкально-двигательной, танцевальной и хореографической подготовки, грамотном композиционном оформлении танцевальных постановок, проявлении индивидуального исполнительского стиля и создании на сцене эмоционально-двигательного образа. Именно поэтому танцы относятся к группе сложнокоординационных видов деятельности. Несмотря на то, что существует большое количество научно-методической литературы по развитию физических, технико-тактических и психологических качеств детей, занимающихся танцами, конкретных методик очень мало. А большинство из них не отвечает современным требованиям. Это послужило предпосылкой для изучения и обобщения существующих теоретических и практических знаний в области развития технико-тактических навыков.

Основная часть.

На занятиях танцами к учащимся предъявляются определенные требования, удовлетворение которых предполагает наличие специальной подготовки.

Речь идет о культуре движений, музыкальности, выразительности и артистизме исполнения. А также о необходимости музыкально-двигательной, танцевальной и хореографической подготовки, грамотном композиционном оформлении танцевальных постановок, проявлении индивидуального исполнительского стиля и создании на сцене эмоционально-двигательного образа.

Танцы, наряду с фигурным катанием и художественной гимнастикой, относятся к группе сложнокоординационных видов спорта, и многие научные достижения, методические принципы этих видов могут и, по мнению А.А. Коваленко, должны быть использованы адаптированно к спортивным танцам.

Как отмечает Л.А. Карпенко, в содержании спортивной подготовки принято выделять: физическую, техническую, психологическую, тактическую, теоретическую, соревновательную подготовки.

Проанализируем такой вид спортивной подготовки танцоров, как технико-тактическая подготовка.

Техническая подготовка - это процесс формирования знаний, умений и навыков выполнения, свойственных виду спорта упражнений и совершенствование их до максимально возможного уровня.

Главной задачей в спортивно-технической подготовке является обеспечение формирования навыков выполнения соревновательных действий, которые позволят танцору с наибольшей эффективностью использовать свои возможности в выступлениях, а также совершенствование технического мастерства в процессе многолетних занятий избранным видом деятельности.

Цель технической подготовки в танцах - формирование таких знаний, умений и навыков, которые позволят танцорам с наибольшей эффективностью показать свою индивидуальность, а также сочетать ее с трудностью и оригинальностью композиций в единстве с музыкой и обеспечить дальнейший рост в танцевальной карьере.

Задачи технической подготовки:

- сформировать систему специальных знаний о правильной технике упражнений, требованиях к их исполнению и изучить правила конкурсов;
- развить широкий спектр разнообразных двигательных умений и навыков;
- способствовать совершенствованию всех спортивно-значимых компонентов исполнительского мастерства: технических, физических, эстетических и музыкально выразительных;
- разработать новые оригинальные элементы и соединения, способствовать совершенствованию техники уже известных;
- составить танцевальные композиции, эффективно отражающие и совершенствующие мастерство танцоров.

В технической подготовке танцоров выделяют следующие компоненты:

1. Беспредметная подготовка;
2. Хореографическая подготовка;
3. Музыкально-двигательная подготовка;
4. Композиционно-исполнительская подготовка.

1. Беспредметная подготовка - формирование техники телодвижений. Компонентами являются: равновесная, вращательная, прыжковая, специфическая, акробатическая и танцевальная подготовки.

2. Хореографическая подготовка включает обучение элементам 4 танцевальных направлений. Танцоры изучаются элементы классической, историко-бытовой, народно – стилизованной и современной хореографии. Хореографическая подготовка обогащает двигательные навыки танцоров, содействует разнообразию их деятельности и расширению средств выразительности, формирует правильное понимание красоты поз, линий, положений и движений тела. Хореографическая подготовка способствует воспитанию музыкальности ритмичности, эмоциональности и выразительности.

3. Музыкально-двигательная подготовка способствует формированию умений понимать музыку, выполнять движения в соответствии с ее характером, темпом, ритмом, динамикой.

Подготовка предполагает:

- знакомство с элементами музыкальной грамоты;
- формирование умения слушать и понимать музыку, различать средства музыкальной выразительности;
- развитие умения согласовывать движения с музыкой;
- совершенствования творческих способностей - поиска соответствующих музыке движений.

Средствами музыкально-двигательной подготовки являются:

- теоретические основы музыкальной грамоты;
- специальные упражнения на согласование движений с музыкой;
- творческие задания и импровизация;
- музыкальные игры.

Формы организации музыкально-двигательной подготовки:

- специальные теоретические занятия;
- практические задания на связь движений с музыкой или отдельными средствами музыкальной выразительности;
- музыкальные игры (чаще всего применяются в группах начальной подготовки);
- прослушивание и разбор музыкальных произведений, с последующей импровизацией;
- контрольные занятия - зачеты, которые состоят из сдачи теоретического материала и практических заданий.

4. Композиционно-исполнительская подготовка - это поиск элементов и соединений, работа с музыкальным материалом, составление и совершенствование танцевальных композиций,

совершенствование качества их исполнения, формирование виртуозности, выразительности и артистизма. Осуществляется на специальных постановочных уроках или во время комплексных занятий.

Тактическая подготовка предполагает усвоение теоретических основ спортивной тактики, изучение данных о соперниках, практическое освоение тактических приемов, их комбинаций и вариантов (вплоть до приобретения совершенных тактических умений и навыков), воспитание тактического мышления и других способностей, определяющих тактическое мастерство.

В танцевальной сфере нет непосредственного контакта соперниц, соревновательная борьба опосредована результатом на конкурсах. Тем не менее, тактика имеет достаточно важное значение, особенно в условиях острого соперничества. Особенность её в заключается в том, что осуществляется она главным образом в предшествующее соревнованиям время.

Выделяют три вида тактики: индивидуальная, командная и групповая.

Содержание индивидуальной тактики составляют такие способы ведения состязаний, которые позволяют танцору наиболее эффективно реализовать свои индивидуальные возможности и достичь наиболее высокого результата.

Элементы индивидуальной тактики:

1. Выбор музыки: выразительно интересной, редко используемой, возможно необычной, но обязательно соответствующей индивидуальным особенностям танцора (внешним возрастным, выразительным/ техническим, физическим и др.).
2. Составление танцевальных композиций с таким расчетом, чтобы в них максимально подчеркивались положительные стороны танцора, его подготовленности и скрывались имеющиеся недостатки.
3. Продумывание возможных вариантов выполнения особо сложных и рискованных элементов, а также варианты их замены.
4. Внешнее «оформление» танцора – подбор специального костюма, прически, грима и пр.
5. Рациональное распределение сил по ходу конкурса в зависимости от программы, шансов попадания в финал, шансов на призовое место.
6. Психологическое воздействие на соперниц: демонстрация на репетиции и разминке наиболее эффектных элементов и соединений или маскировка собственных возможностей.

Содержание командной тактики составляют действия, позволяющие коллективу искусно вести борьбу за высокие результаты. Командная тактика основывается на индивидуальной, но не сводится к ней.

Элементами командной тактики являются:

1. Целесообразная расстановка танцоров в коллективе.
2. Подчинение личных интересов командным, что требует большой воспитательной работы с танцорами.
3. Создание благоприятного психологического климата в коллективе.
4. Подбор танцоров, обладающих примерно равными росто-весовыми показателями, физической и технической подготовленностью, исполнительским стилем, совместимых в работе.
5. Выбор музыки и составление композиций с учетом физических, технических и эмоциональных возможностей танцоров с максимальной трудностью и надбавками.
6. Сглаживание индивидуальных особенностей танцоров, приведение их физических и технических данных к некоторому стандарту.
7. Рациональное распределение трудных элементов между танцорами с учетом их индивидуальных возможностей.
8. Разработка способов поведения в экстремальных ситуациях при той или иной ошибке.
9. Внешнее оформление выступлений – костюмы, прически, выход на сцену, построение и др.

Тактическая подготовка в танцах является своего рода объединяющим и завершающим компонентом всех других видов подготовки: физической, технической, психологической и др.

Теоретические знания в области тактики приобретаются на теоретических занятиях: лекциях, беседах, семинарах, кино - и видеопросмотрах, разборе просмотренных конкурсов и личного опыта. Практическое обучение тактическим приемам осуществляется во время составления соревновательных программ, на тренировочных занятиях, во время репетиций, модельных занятий и на выступлениях.

Спасибо за внимание!