

Шанкина С.В., Шанкин Ю.В., Немченко А.А.

**Методические рекомендации онлайн обучения в коллективах
спортивного бального танца**

ФГБОУ ВО «Тамбовский государственный университет имени Г.Р.

Державина»

г. Тамбов

В работе предложены **методические рекомендации к организации и построению онлайн обучения в коллективах спортивного бального танца** для трех возрастных групп обучения [1, с. 179-180]:

Первая группа обучения - бэби (дети до 7 лет).

Вторая группа обучения - ювеналы 1 (дети 8-9 лет).

Третья группа обучения - ювеналы 2 (дети 10-11 лет).

Условиями проведения дистанционного взаимодействия являются вышеизложенные технологии онлайн обучения, а именно: прямые трансляции, кейс-уроки, онлайн конференции. Они применимы для любой возрастной группы танцоров-спортсменов, но имеют свою приоритетность [2, с. 54]..

Например, для детей младшего возраста наиболее эффективным методом обучения будут онлайн конференции, с возможностью контроля педагога-тренера за деятельностью танцоров-спортсменов.

Для группы ювеналы 1 можно использовать такие методы, как прямые трансляции или видеоуроки, однако для более эффективной организации работы желательно присутствие родителей и контроль за внимательностью и работоспособностью ребенка.

Группе ювеналы 2 желательно включить в образовательный процесс кейс-уроки для развития самостоятельности танцоров-спортсменов и их творческих способностей.

При реализации онлайн обучения в коллективах спортивного бального танца необходима грамотная организация рабочего времени, которая не

должна уступать по своей эффективности обучению в очной форме. В период проведения дистанционного обучения установленная преподавателю учебная нагрузка должна распределяться с учетом возрастных групп и их уровня подготовки [3, с. 54].

Все возрастные группы занимаются в соответствии с расписанием – три раза в неделю. Продолжительность занятия зависит от года обучения: для младшей группы – до 30 минут, для ювеналов 1 – один академический час, для ювеналов 2 – два академических часа.

Общей структурой занятия для всех технологий онлайн уроков является:

Первая часть занятия – разминка.

Вторая часть занятия – новый материал или работа над элементами разученных ранее танцев.

Третья часть занятия – подведение итогов занятия.

В первой части онлайн урока дети должны встать перед камерой, убедившись в том, что его хорошо видно преподавателю и в том, что ему самому доступен обзор записи или трансляции педагогом-тренером онлайн-урока.

Педагог-тренер говорит вводные слова, и по его команде осуществляется приветствие (поклон). Далее следует разминка. После разминки осуществляется **основная часть занятия**, которая должна составлять 70% от всей части дистанционного урока. В основной части занятия отрабатывается техника бального танца, стилевое исполнение каждого отдельного танца, аккуратность, точность, музыкальность. В свою очередь, вторая часть занятия состоит из трех этапов:

Первый этап – начальный (ознакомительный);

Второй этап – непосредственно разучивание танцевального материала или техники выполнения конкретного упражнения;

На первом этапе педагог-тренер формирует у танцоров-спортсменов начальный образ танца европейской или латиноамериканской программ, и

каким образом этот образ совпадает с его названием. Разучивание целого упражнения (*метод наглядного восприятия*), или какого-либо отдельного движения занимает вторую часть занятия.

Если мы говорим об онлайн-обучении, то показ является наиважнейшим методом, так как качество звука может быть нарушено при интернет-передаче урока (звук может отставать или полностью выключиться) [4, с. 14]. При объяснении движений могут быть использованы не только сам физический показ, но видео-демонстрация специальных видеоматериалов, фильмов, роликов, ритмическое и музыкальное прослушивание, повышающие процент закрепления мышечного чувства танцоров-спортсменов и запоминания движений благодаря звучанию музыки. Данный метод воспитывает музыкальную память, формирует двигательный навык, закрепляет привычку к ритмичным движениям

Однако при повышении мастерства танцоров-спортсменов и их подрастании желательно постепенно переходить на описанную бальную терминологию для грамотного обучения танцоров-спортсменов. Например, правая перемена в медленном вальсе может изначально преподноситься для маленьких детей, как «маленький квадрат», а правый поворот, как «большой квадрат» [9, с. 4].

Для достижения лучшего запоминания детей той или иной фигуры педагог-тренер может использовать различные предметы или сюжетную линию [5, с. 45]. В нашем примере можно попросить танцоров-спортсменов или их родителей положить четыре кружочка по форме квадрата, по которым юные танцоры-спортсмены будут учиться шагать.

Данный метод называется *игровым*.

Он основан не только на абстрактном представлении о выполнении некоторого упражнения, а на конкретном понимании изученного, показанного и объясненного ранее упражнения. Важным моментом является согласованность первого ощущения от исполнения упражнения с уже

созданным пониманием образа. Именно в этом случае танцор-спортсмен поймет и выполнит стоящую перед ним задачу.

Необходимость формирования двигательных навыков с дошкольного возраста. Если упражнения не сложные, то первые удачные попытки могут быть сделаны сразу. Однако при условии, что упражнение слишком объемное, целесообразнее поделить его по частям, то есть применить **расчлененный метод** [6, с. 92]. Он означает разбиение упражнения на отдельные части, согласованные друг с другом, и поэтапную отработку отдельных движений.

Например, можно сначала выучить постановку рук «рамочка» на месте без движения и зафиксировать ее на несколько секунд, а затем отдельно выучить направления шагов в данных движениях. Или сначала схематично прошагать «квадрат» и затем отдельно отработать спуски и подъемы, характерные для медленного вальса. Таким образом, для каждого танца и его элементов педагогом-тренером **подводящие или подготовительные упражнения**.

Педагогам-тренерам спортивного бального танца следует не забывать о важности своевременного исправления допускаемых ошибок танцором-

Целесообразным способом станет увеличение скорости и количества повторений упражнения. Этот метод называется **методом варьирования темпа исполнения** [7, с. 54]. Он нацелен на развитие координации и пластики движений, благодаря применению различных динамических усилий для выполнения движений.

Звуковыми помощниками при ускорении ритма станут хлопки, выполнение упражнений под счет, а затем только под музыку, что позволит отработать тончайшие технические моменты.

Для усиления мотивации танцоров-спортсменов можно в работе использовать дополнительные приемы, такие как соревнования, конкурсы и т.п., (например, на лучшее техническое исполнение правой перемены и правого поворота в медленном вальсе).

Третий этап - *закрепление и совершенствование* танцевального упражнения. Он заключается в образовании навыка правильного движения и его преобразование в умение. В третьем этапе необходимо применение всех перечисленных методов. Количество начинает переходить в качество образования. Самый распространённый метод на данном этапе онлайн обучения - *метод многократного повторения*. Он позволяет закрепить выполнения движения и свободой эмоциональной и эстетической отдачи, данный этап становится успешно выполненным.

В заключительной части дистанционного урока восстанавливаются физические силы танцоров-спортсменов. Восстановление длится от двух до пяти минут. К снижению физической нагрузки относится сокращение количества упражнений, переход к спокойному темпу, выполнению упражнений, расслабляющих мышцы, мало интенсивные и спокойные игровые элементы задания творческого характера и т.д. Онлайн урок любого формата должен заканчиваться поклоном.

Для построения дистанционного учения в коллективах спортивного бального танца педагог-тренер или руководитель должен придерживаться следующих **форм и методов контроля** [10, с. 32-33]:

- зачетные занятия;
- открытые занятия;
- контрольные занятия;
- наблюдения в текущий момент времени;
- анкетирование;
- онлайн-соревнования;
- устный контроль, включающий в себя индивидуальные опросы, устные зачеты, фронтальные опросы, оценки и взаимооценки.

Зачетное занятие – это вид занятия, проводимый после изучения новой информации для закрепления и оценки уровня усвоения данного материала.

Открытое занятие ведется по окончании каждого полгода обучения.

Это тип занятий, в которых танцоры-спортсмены показывают свои успехи в области спортивного бального танца перед группой зрителей, обычно родителей.

Контрольное занятие – вид урока, при котором педагог-тренер проверяет дважды в полугодие степень знаний и умений усвоенного материала по спортивному бальному танцу за прошедший период времени.

Наблюдение в текущий момент времени проводится педагогом-тренером непрерывно во время хода урока.

Анкетирование может проводиться в разный период времени (начало, середина, конец учебного года). Анкетирование может содержать разные темы: историю развития спортивного бального танца, темп и ритм спортивных бальных танцев, особенности выполнения описанных фигур и т.д.

Онлайн-соревнования позволяют не потерять навык соревновательного аспекта (воля к победе, физическая выносливость, умение презентовать себя и т.д.), а также получить объективную оценку собственного результата труда.

Устный контроль должен включать индивидуальные опросы по разным вопросам теоретического характера, фронтальные опросы, устные зачеты по пройденным темам, самооценка танцоров-спортсменов и игровое судейство (оценка друг друга).

В первые дни занятий педагогу-тренеру желательно провести онлайн-анкетирование среди вступивших в клуб детей и их родителей. С помощью анкеты необходимо выяснить причину выбора коллектива и направления спортивного бального танца, а также ожидания и цель родителей от клуба.

Чтобы определить первоначальные знания, умения и навыки детей в танцевальном спорте, можно провести устный опрос родителей (где и как долго занимался ребенок), а также наблюдать за ним в течение первых занятий. Общая картина проведенного анализа даст понятие о месте ребенка в коллективе: его группе подготовки, и о тактике дальнейшей работы.

По прошествии полугода обучения педагогу-тренеру следует провести мотивационную диагностику танцоров-спортсменов: насколько нравится ему или ей посещать занятия, каких результатов добился, как ведет себя на уроках, как регулярно посещает занятия. Если индивидуальная диагностика показывает неблагоприятный результат, следует провести беседу с родителями, указать на «слабые места», постараться исправить ситуацию.

Под конец учебного года необходимо провести аттестацию танцоров-спортсменов. Анализируются результативность опросов, зачетных и контрольных занятий, результаты онлайн-соревнований. Данные итоги аттестации позволяют педагогу-тренеру решить, кого стоит переводить в следующую группу обучения по степени сложности, кому необходимо усилить результативность с помощью индивидуальных онлайн-занятий. В конце года можно провести очередной опрос о степени удовлетворенности занятий и коллективной жизни, и при необходимости усилить мотивационный аспект обучающихся.

Программа «Спортивный бальный танец онлайн» является основным ресурсом для педагогов-тренеров в коллективах спортивного бального танца,

Программа ориентирована на решение таких задач, как эстетическое и физическое развитие воспитанников, развитие самостоятельности, развитие фантазии и образного мышления детей, формирование художественного вкуса.

Обучающиеся должны приобрести навыки и знания в области спортивного бального танца, научиться красиво и свободно двигаться, танцевать.

Воспитанники должны не только знать элементы ритмики, партерной гимнастики, классического тренажа, правила постановки в пару, основные движения танцев, но и уметь работать над совершенствованием техники исполнения.

Как известно, музыка является ритмической и эмоциональной основой любого танца. Поэтому немаловажная роль отводится умению слушать

музыку: обучающиеся должны научиться чувствовать музыкальный ритм и сочетать движения танца с музыкальным сопровождением.

В программе предусматривается также знакомство с основами актерского мастерства, так как необходимо сформировать у воспитанников стремление показать в танце неповторимость и богатство эмоциональных оттенков.

Офлайн задачами:

Обучающие:

1. Формирование у ребенка музыкально-ритмических и художественно-эстетических навыков.

2. Формирование представления о специфике разнообразных жанров танцевального искусства.

3. Расширение кругозора в области истории хореографии спортивного бального танца.

Развивающие:

1. Развитие способностей эмоционально и грамотно самовыражаться.

2. Развитие навыков самостоятельной творческой деятельности к изучению материала спортивного бального танца.

Воспитательные:

1. Развитие коммуникативных навыков путем освоения приемов межличностного общения «танцор-спортсмен/педагог-тренер», «партнер-партнёрша», «танцор-спортсмен/коллектив»

2. Развитие интереса к танцам и спорту.

Стандартная (европейская) программа танцев;

Латиноамериканская программа танцев.

Основной акцент уделяется групповым занятиям. В целях равномерного развития уровня исполнительского мастерства танцоров-спортсменов в группе возможно проведение индивидуальных занятий с танцорами-спортсменами.

По степени сложности программа разделена на три ступени:

- 1 ступень - бэби (1, 2 года обучения);
- 2 ступень – ювеналы 1 (3, 4 года обучения);
- 3 ступень – ювеналы 2 (5 год обучения).

Разделами программы «Спортивный бальный танец онлайн» являются:

- 1. Организационное занятие.
- 2. Комплекс общеразвивающих физических упражнений (Азбука музыкального движения, музыкальные игры, тренировочные упражнения,
- 8. Кейс-занятия и видео-занятия.
- 9. Участие в онлайн концертах и соревнованиях.
- 10. Контрольные занятия.
- 11. Открытые занятия.
- 12. Индивидуальные занятия.

На каждой ступени дополнительного образования «Спортивный бальный танец онлайн» данные разделы программы должны изучаться с усилением сложности материала из года в год.

1 ступень (бэби) рассчитана на детей до 7 лет. Данная ступень включает в себя два года изучения материала, однако дети близкие к 7 годам и старше, способные усвоить материал быстрее, могут освоить первую ступень в два раза быстрее (1 год обучения). Однако детям младшего возраста (3, 4 года) требуется в основном больше времени на изучения программы спортивного бального танца в силу возрастных особенностей и специфики бального направления. Таким образом, педагог-тренер может принять решение о продлении пребывания данного ребенка на первой ступени обучения для целесообразного развития.

На первой ступени большое внимание уделяется комплексу общеразвивающих физических упражнений, в который включена азбука музыкального движения, подготовительные, тренировочные и специальные упражнения.

В данный комплекс входит разминка, с которой необходимо начинать каждое онлайн занятие. Цель разминки – первоначальный разогрев, укрепление и тонизирование всех групп мышц. Начиная с третьего месяца изучения программы, танцоры-спортсмены могут самостоятельно проводить разминку.

Изучение основ музыкальных ритмов очень важно для усвоения первого и второго года обучения, так как это основа всего хореографического искусства включая спортивные бальные танцы.

С группой Беби разучиваются такие танцы, как полька, медленный вальс и ча-ча-ча. На втором году обучения добавляется изучение квикстепа и джайва. Педагогом-тренером активно проводятся онлайн кейс-занятия и видео-занятия, которые проводятся 1 раз в месяц в чередовании. Данный формат характерен именно для онлайн обучения и предоставляет собой обучающие видео, тесты, задачи и т.д., для подтверждения выполнения которых воспитанники должны прислать видео, фото и письменный отчеты.

Для данной группы предусмотрено проведение индивидуальных онлайн занятий 1 раз в неделю, контрольных занятий 4 раза в год, открытых занятий 2 раза в год, а также участие в онлайн концертах и соревнованиях 4 раза в год.

2 ступень (ювеналы-1) предназначена для детей от 8 до 9 лет, которые усвоили материал первой ступени и готовы обучаться на второй. Во вторую степень включаются занятия с танцевальными парами или солистами, которые освоили школу бального танца, и которым присужден N (начинающий) или E танцевальный класс Российским танцевальным союзом. Они обязаны иметь опыт выступления на обычных или дистанционных соревнованиях, так как должны иметь представление о соревновательной деятельности, к которой и стремится обучение спортивному бальному танцу. С возрастанием программы сложности и повышения класса увеличивается количество изучаемых фигур в пройденных танцах, а также добавляются новые танцевальные направления в бальной хореографии.

На второй ступени большое внимание уделяется овладению техникой исполнения стандартной и латиноамериканских программ спортивных бальных танцев, рабочие часы групповых занятий увеличиваются в два раза.

К европейской программе добавляются танцы: танго, медленный фокстрот, а к латиноамериканской – румба, самба.

Педагогом-тренером активно проводятся онлайн кейс-занятия и видео-занятия, каждый вид по 1 разу в месяц. Данный формат характерен именно для онлайн обучения и предоставляет собой обучающие видео, тесты, задачи и т.д., для подтверждения выполнения которых воспитанники должны прислать видео, фото и письменный отчеты.

Для данной группы предусмотрено проведение индивидуальных онлайн занятий 1 раз в неделю, контрольных занятий 4 раза в год, открытых занятий 2 раза в год, а также участие в онлайн концертах и соревнованиях 4 раза в год.

3 ступень (ювеналы-2) рассчитана на детей от 10-11 лет, которые овладели материалом первой и второй ступеней бальной хореографии, доказали хороший результат и интерес к спортивному бальному танцу, и которым был присвоен D и выше класс в классификационной системе РТС.

Для третьей ступени обучения характерно увеличение времени групповых на овладение техникой спортивных бальных танцев до 6 академических часов в неделю, и в 2 раза увеличивается проведение индивидуальных онлайн занятий. К европейской программе прибавляется изучение танца венский вальс, а к латиноамериканской – пасодобль.

Педагогом-тренером активно проводятся онлайн кейс-занятия и видео-занятия, каждый вид по 2 раза в месяц. Данный формат характерен именно для онлайн обучения и предоставляет собой обучающие видео, тесты, задачи и т.д., для подтверждения выполнения которых воспитанники должны прислать видео, фото и письменный отчеты. Для данной группы предусмотрено проведение индивидуальных онлайн занятий 2 раза в неделю,

контрольных занятий 4 раза в год, открытых занятий 2 раза в год, а также участие в онлайн концертах и соревнованиях 4 раза в год.

При переходе танцоров-спортсменов на новую ступень обучения спортивным бальным танцам следует учитывать динамичность программы, т.е. время прохождения программы может быть сокращено в связи с ее успешным освоением.

Таким образом, разработанная и апробированная нами образовательная программа «Спортивный бальный танец онлайн» для коллективов спортивных бальных танцев направлена на изучение бальной хореографии в онлайн обучении. Основные положения работы могут быть использованы при дистанционном обучении в системе дополнительного образования в области хореографического искусства по программе спортивного бального танца.

В нашей работе мы раскрыли проблему необходимости внедрения дистанционного обучения в систему дополнительного образования как особенно важной в наши дни. Онлайн обучение не зависит от географических и временных факторов, что дает возможность проводить занятия в индивидуальном темпе. Дистанционный формат доступен во время длительной болезни или карантина, а также создает комфортные условия «детям с ограниченными возможностями здоровья» и особыми потребностями. Система дистанционного обучения предоставляет педагогам уникальные возможности по повышению квалификации, возможность обмена через различные методические объединения опытом с коллегами и т.д. Таким образом, необходимость применения онлайн обучения в сфере спортивного бального танца очевидна.

Раскрыли сущность онлайн обучения в коллективах спортивного бального танца, где ключевым элементом является обеспечение удаленного доступа к учебному контенту в коллективе спортивного бального танца. Цель дистанционного обучения совпадает с целью офлайн обучения – предоставление танцорам-спортсменам универсальной системы обучения,

позволяющей им эффективно расти и развиваться в профессиональном плане, несмотря на сложившиеся и изменяющиеся социальные условия.

Также в работе выделены основные факторы, которые определяют дистанционные формы обучения в коллективах спортивного бального танца:

- фактор расстояния между педагогом-тренером и танцором-спортсменом на определенное количество времени процесса обучения;
- пользование учебными средствами, которые доступны для понимания педагога-тренера и танцора-спортсмена и отвечают целям усвоения материалов программы спортивного бального танца;
- наличие постоянного контакта и взаимодействия между педагогом-тренером и танцором-спортсменом, руководителем и педагогами-тренерами;
- усиление самоконтроля танцора-спортсмена и ослабление контроля со стороны педагога-тренера.

Ряд принципов дистанционного обучения, которых должны придерживаться руководители и педагоги-тренера коллективов спортивного бального танца:

1. Гибкость
2. Модульность
3. Дальнодействие.
4. Асинхронность
5. Охват.
6. Экономичность
7. Технологичность.
8. Социальное равноправие.

Для ускорения процесса усвоения СДО в нашей работе были выявлены удобные и доступные всем интерфейсы, такие как: прямые трансляции в социальных сетях, кейс-уроки, конференции онлайн и видеоуроки. Данные технологии, на наш взгляд, максимально подходят под выполнение целей и задач СДО в коллективах спортивного бального танца – предоставление танцорам-спортсменам универсальной системы обучения, позволяющей им эффективно расти и развиваться в профессиональном плане – и способны не

останавливать образовательный процесс в сложившихся нестабильных социальных условиях.

Таким образом, разработанные методические рекомендации и образовательная программа «Спортивный бальный танец онлайн» для коллективов спортивных бальных танцев направлена на изучение бальной хореографии в режиме онлайн с максимальным сохранением всех функций учебного процесса.

Основные положения статьи могут быть использованы при дистанционном обучении в системе дополнительного образования в области хореографического искусства по программе спортивного бального танца.

Список использованных источников

1. Березин В. А. Дополнительное образование детей России / В. А. Березин. – М.: Диалог культур, 2007. – 511 с.
2. Глазнева С.Е. Коняева Е.А. Положительные и отрицательные стороны дистанционного обучения // Актуальные проблемы образования: позиция молодых: материалы Всероссийск. студ. науч. -практ. Конференции 2016 г: Изд-во «Золотой феникс», 2016. -105 с.
3. Дьякова О.И. О внедрении дистанционного обучения: открытое письмо директору колледжа // Ученые записки ИСГЗ. Институт социальных и гуманитарных знаний (Казань), 2016. – № 2. – 95 с.
4. Загузина Н. Н., Невзоров Б.П. Проблемы развития дистанционной педагогики // Вестник Кемеровского государственного университета 2014, Невский институт управления и дизайна, Кемерово 2014. – 141 с.
5. Зарецкая Н. В. Танцы для детей среднего дошкольного возраста пособие для практических работников ДОУ / Н. В. Зарецкая. – М.: Айрис – пресс, 2008. – 207 с.
6. Захаров Р.В. Сочинение танца. Страницы педагогического опыта / Р.В. Захаров. - М.: Искусство, 1983. - 277 с.
7. Коренева Т.Ф. Музыка, движение, здоровье / Т. Ф. Коренева. – М.: Гном – Пресс, 2001. – 107 с.
8. Коренева Т. Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного практическое пособие / Т. Ф. Коренева. –М.: Гном – Пресс, 2001. – 350 с.
9. Мур А., Бальные танцы: Метод. пособ. / А. Мур. - М.: ООО Астрель, 2004. – 319 с.
10. Разина А.М. Программа педагога дополнительного образования: от разработки до реализации / А.М. Разина – М.: Айрис-пресс, 2004. – 176 с.

