

БИБЛИОТЕЧКА ТРЕНЕРА

Национальный государственный университет
физической культуры, спорта и здоровья
им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Р.Н.Терехина, Е.Н. Медведева, С.И. Борисенко,
О.С.Федорова, Е.С.Крючек, А.А.Супрун

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА АКРОБАТИЧЕСКОГО РОК-Н-РОЛЛА:

Хореографическая подготовка

*Рекомендовано Учебно-методическим советом НГУ имени П.Ф. ЛЕСГАФТА
по направлению 49.03.01- Физическая культура*



Издательство «SPORT»
Москва 2015

ББК 75.1

Т 35

Рецензенты:

О.А. Двейрина кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры (Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)

Т.К. Сахарнова кандидат педагогических наук, профессор кафедры теории и методики гимнастики (Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)

**Терехина Р.Н., Медведева Е.Н., Борисенко С.И.,
Федорова О.С., Крючек Е.С., Супрун А.А.**

Т 35 **ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА АКРОБАТИЧЕСКОГО**

РОК-Н-РОЛЛА: хореографическая подготовка: учебное пособие – М., Спорт, 2015. – 96 с. (Библиотечка тренера)

ISBN 978-5-9907239-0-0

Акробатический рок-н-ролл является спортивной дисциплиной, в которой техническая сложность акробатических упражнений неразрывно связана с искусством танца. Достижение высокого уровня мастерства невозможно без овладения канонами хореографии, которые являются не только фундаментом координационной точности и артистичности технических действий спортсмена, но и залогом их безопасного выполнения.

Данное пособие посвящено одному из значимых видов подготовки в технико-эстетических видах спорта – хореографической, являющейся основой исполнительского мастерства в акробатическом рок-н-ролле. Пособие предназначено как для тренеров, хореографов и спортсменов, специализирующихся в данной дисциплине, так и педагогов, осуществляющих процесс профессиональной подготовки в специальных учебных заведениях.

ББК 75.1

ISBN 978-5-9907239-0-0

© Терехина Р.Н., Медведева Е.Н., Борисенко С.И., Федорова О.С., Крючек Е.С., Супрун А.А. – текст, 2015

© Издательство «Спорт», оформление, издание, 2015

СОДЕРЖАНИЕ

<i>ВВЕДЕНИЕ</i>	5
-----------------------	---

ГЛАВА 1

ЗНАЧЕНИЕ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ ИСПОЛНИТЕЛЬСКОГО МАСТЕРСТВА СПОРТСМЕНОВ В АКРОБАТИЧЕСКОМ РОК-Н-РОЛЛЕ.....	7
1.1 Роль хореографической подготовки в технико- эстетических видах спорта.	7
1.2 Полифункциональность хореографической подготовки в акробатическом рок-н-ролле.	9
1.3 Хореографическая подготовленность спортсменов как результат хореографической подготовки.....	12
1.4 Основные термины и понятия классической хореографии.	20

ГЛАВА 2

ЗАДАЧИ И СРЕДСТВА ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В АКРОБАТИЧЕСКОМ РОК-Н-РОЛЛЕ. .	26
2.1 Задачи хореографической подготовки	26
2.2 Средства урока хореографии в акробатическом рок-н-ролле	26
2.3 Основы техники выполнения хореографических упражнений (Федорова О.С.).	34

ГЛАВА 3

МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЦЕССА ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ... .	45
3.1 Особенности организации занятий хореографией в акробатическом рок-н-ролле.....	45

3.2	Последовательность классического экзерсиса у опоры и на середине зала	47
3.3	Методы обучения в хореографической подготовке спортсменов.	49
3.4	Классификация, структура и особенности проведения уроков хореографии	50
3.5	Этапы хореографической подготовки.	57
<i>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</i>		60
<i>ЛИТЕРАТУРА</i>		61
<i>ПРИЛОЖЕНИЯ</i>		64