

# Arta teatrală

## PARTICULARITĂȚILE PREDĂRII DISCIPLINEI *DANS SPORTIV* LA STUDENȚII COREGRAFI

### PECULIARITIES OF TEACHING THE DISCIPLINE *SPORTS DANCE* TO STUDENTS CHOREOGRAPHERS

ELEONORA VARNACOVA<sup>1</sup>,

lector universitar, doctorandă,  
Academia de Muzică, Teatru și Arte Plastice

CZU 793.3:378.6

*Educația pedagogică constă în pregătirea profesorilor moderni, înalt calificați de dans sportiv care sunt capabili să desfășoare în mod eficient activități didactice în instituțiile de învățământ. Articolul se referă la unele aspecte ale sistemului educațional și la caracteristicile predării dansului sportiv la studenții de la departamentul Artă coregrafică și performanță motrică la Academia de Muzică, Teatru și Arte Plastice. Actualitatea acestei probleme se datorează cererii ridicate de specialiști cu înaltă calificare în domeniul dansului sportiv.*

**Cuvinte-cheie:** dans sportiv, particularitățile predării, specialist, competențe, cunoștințe, tehnici și metode

*Pedagogical education consists in the preparation of highly professional modern teachers of sports ballroom dancing, who are able to effectively carry out teaching activities in educational institutions. The article touches upon some aspects of the educational system and the specific features of teaching sports dance to students from the Department of Choreography at the Academy of Music, Theatre and Fine Arts. The urgency of this problem is due to the high demand of highly qualified specialists in the field of sports ballroom dancing.*

**Keywords:** sports dance, specific features of training, specialist, competences, knowledge, techniques and methods

#### Introducere

Disciplina *Dans sportiv* din cadrul instituțiilor de învățământ superior artistic este o parte componentă a procesului integrat de studii universitare, orientat spre formarea unui *specialist*, înzestrat cu calități fizice și profesionale specifice. În sistemul educației coregrafice, *Dansul sportiv* este una dintre cele mai importante discipline, unul dintre elementele educaționale de bază. *Dansul sportiv* se alinează disciplinelor la care se studiază dansul clasic, dansul în perechi, cel istoric cotidian și dansul modern. În cadrul orelor sunt utilizate diverse metode și tehnici artistice și didactice, sunt învățate diferite maniere și stiluri de dans. Acest lucru face ca procesul de studiere a dansului sportiv să devină unul dintre cele mai dificile obiective care stă în fața viitorilor artiști-dansatori și coregrafi.

#### Particularitățile de predare a *dansului sportiv*

În procesul de predare a cursului *Dans sportiv* studenților coregrafi, inclus în planul de studiu al departamentului Artă coregrafică și performanță motrică, specialitatea *Coregrafie* au fost evidențiate mai multe elemente specifice. Ne vom opri la unele dintre ele.

La admiterea în instituțiile de învățământ superior artistic, profilul coregrafie, prioritate au dansatorii de balet cu studii clasice, și cei de dansuri populare. Urmează dansatorii coregrafi de dans sportiv și de coregrafie contemporană, deoarece au un nivel de pregătire mai scăzut în domeniul coregrafiei clasice, decât al absolvenților instituțiilor medii de specialitate. Acest lucru are la bază cauze atât obiective, cât și subiective. În procesul de predare-învățare a *dansului sportiv* o atenție

<sup>1</sup> E-mail: varnacovaella@mail.ru

specială se acordă programelor de dansuri europene și latinoamericane. Fiecare program include cinci dansuri care se caracterizează prin diverse ritmuri muzicale, printr-un diferit caracter interpretativ, un număr sporit de figuri de dans și pași de bază. Dansul lin și cizelarea mișcărilor clasice sunt învățate de studenți coregrafi de dans sportiv cu dificultate, mai cu seamă după pacurgerea programei latinoamericane. O altă cauză este selectarea riguroasă a candidaților în școlile coregrafice. În școlile de *dans sportiv* sunt admiși toți doritorii, fără o selectare la etapa inițială. O selecție naturală are loc în procesul studierii coregrafiei *dansului sportiv*. Rămân doar persoanele devotate dansului și dansatorii dezvoltați bine fizic și moral. Experiența de mulți ani a demonstrat că, devenind studenți ai Academiei de Muzică, Teatru și Arte Plastice, dansatorii de balet în cadrul concertelor interpretează atât fragmente clasice, cât și dansuri populare. Pregătirea lor multilaterală, bazată pe experiența vastă de interpretare a celor zece dansuri din domeniul coregrafiei sportive, le oferă posibilitatea de a se prezenta ca niște adevărați profesioniști. În același timp, dansatorii de balet și de dansuri populare, studiind coregrafia sportivă, întâmpină unele dificultăți în interpretarea pașilor de bază, a mișcărilor și a anumitor poziții din coregrafia *dansului sportiv* (pașii de la călcâi, mișcarea coapselor, menținerea mâinilor în diferite poziții ș.a.).

Un alt element specific constă în faptul că *dansul sportiv* reprezintă una dintre disciplinele fundamentale care se studiază în sistemul educațional coregrafic. Această disciplină le permite studenților să studieze specialitatea și să-și formeze competențe și abilități de interpretare a programelor de dans european și latinoamerican. Cursul este prevăzut pentru 4 semestre și conține ore teoretice și practice. Dificultatea constă în faptul că pentru studierea coregrafiei sportive care include un program de zece dansuri sunt prevăzuți doar doi ani. Deoarece studenții nu au o pregătire specială în domeniul coregrafiei de *dans sportiv*, mult timp se acordă cizelării mișcărilor de bază și a tehnicii de dans. În ajutor vin studenții care au învățat tehnica *dansului sportiv* în diverse colective de profil. La ore, pentru a atinge rezultate înalte, profesorul formează perechi din studenți cunoscători ai coregrafiei de *dans sportiv* și cei care abia învață această tehnică. Ajutorul reciproc aduce rezultate bune în ridicarea nivelului de interpretare a dansului de către studenți.

În instituțiile de învățământ superior artistic procesul instructiv-educativ este organizat în conformitate cu planul de studii, care specifică disciplinele de învățământ și orele prevăzute pentru instruire la această specialitate.

Curriculumul disciplinar este elaborat în așa mod, încât dansul să nu fie perceput de către studenți doar ca o totalitate de mișcări de dans. Studenții trebuie să înțeleagă sensul fiecărei mișcări, să perceapă ritmul, specificul fiecărui dans, să cunoască istoria apariției lui. Fiecare dintre aceste zece dansuri are atât elemente specifice, cât și elemente asemănătoare. Așa de exemplu, în dansul Rumba și Cha-cha-cha, aceleași mișcări care se repetă, dar se deosebesc prin ritmul lor; numărul bătăilor poate fi același, pe când tempoul diferit; rădăcinile dansului sunt aceleași, dar caracterul interpretării e diferit. Cunoașterea acestor lucruri specifice îi va ajuta pe viitorii antrenori să creeze un sistem de predare a dansului sportiv în cluburi și diferite instituții de învățământ preuniversitar și preșcolar.

La orele de dans sunt utilizate diverse *metode și tehnici*: verbale, vizuale, practice, de competiție și altele (*metoda* continuă/neîntreruptă, *metoda* exercițiului etc.) În principiu, *metodele și tehnicile* îl ajută pe profesor să se realizeze la ore, de aceea scopul unui cadru didactic constă în utilizarea lor corectă în procesul instruirii. Acest lucru este demonstrat la orele practice de dans sportiv. Profesorul formulează scopul și determină obiectivele lecției, sunt explicate caracteristicile tehnice ale dansului și realizarea lor în procesul de instruire. Astfel, aptitudinile practice sunt transmise de către profesor generației tinere [1 p. 246].

Orele practice sunt în legătura directă cu lecțiile de teorie: terminologia este explicată atât în procesul de studiere a pașilor și mișcărilor de bază, a ritmului, direcțiilor de mișcare, a ținutei corpului, mâinilor și picioarelor în timpul dansului, a capacității de orientare în spațiu, cât și la dezvoltarea

muzicalității. Numărul mare de termeni de specialitate în limba engleză creează, unele probleme de memorare a denumirilor figurilor de bază pentru studenții care au studiat sau studiază în continuare limba franceză. În procesul de pregătire pentru susținerea examenelor acest specific se ia în calcul.

La lecțiile de totalizare, după studierea unui sau altui dans, studenților le sunt propuse sarcini creative, care includ studierea de sine stătător a unor figuri complexe, crearea unor combinații noi, utilizarea corectă a termenilor. Sunt modificate *metodele și tehnicile* de desfășurare a orelor de curs: este modificat tempoul muzicii, direcția mișcărilor, sunt schimbați partenerii de dans. În procesul de instruire a viitorilor coregrafi, studenții sunt învățați să analizeze combinațiile propuse, informația pe care au primit-o la lecțiile practice, să folosească materialele video și muzicale. În urma unor cercetări efectuate pe parcursul mai multor ani a fost stabilit că studenții care au frecventat orele și s-au implicat activ în procesul instructiv-educativ au arătat rezultate cu mult mai bune și au interpretat dansurile cu mult mai corect, decât cei care au avut o pregătire prealabilă în coregrafia de *dans sportiv* [2].

La sfârșitul fiecărui semestru studenții susțin un examen, în cadrul căruia demonstrează cunoștințele și competențele formate pe parcursul semestrului. Examenul constă din două etape: prima parte are un caracter practic, a doua este teoretică. La prima etapă studenții demonstrează mișcările de încălzire pentru fiecare dans și mișcările de bază, învățate pe parcursul semestrului. La etapa a doua sunt verificate cunoștințele teoretice, cunoașterea terminologiei, sunt prezentate mișcările de bază a unui dans concret și compozițiile create de studenți.

Spre deosebire de dansul popular și cel clasic, studierea dansului sportiv include un element de competiție. Spiritul competițional se resimte absolut în toate: în procesul instructiv, în activități, în costume. Rezultatul procesului de studiu este demonstrat în cadrul unui concert sau concurs organizat între studenți [3 p. 270].

Un alt *element specific* constă în ridicarea nivelului profesional al viitorilor *specialiști*, prin elaborarea și implementarea noilor tehnologii de către profesori în cadrul orelor de curs. În procesul de predare-învățare a dansului este nevoie de o bază tehnico-materială bine dezvoltată care include: aparate audio (media player, boxe, microfon), aparate video (cameră video, televizor), computere (bloc de sistem, monitor, scanner, internet), folosirea materialelor din fonotecă și videotecă. O utilizare corectă de către studenți a materialelor video în interpretarea mișcărilor de dans, a scenetelor, exercițiilor de încălzire, selectarea riguroasă a materialului muzical îi va ajuta pe studenți să învețe în continuare generațiile tinere și să utilizeze aceste cunoștințe în activitatea pedagogică.

*Dansul sportiv* este un gen de sport care se află în legătură strânsă atât cu arta, cât și cu pedagogia, psihologia, estetica, etica, sociologia și filosofia, etc. Astăzi, la interpretarea dansului sportiv care pe parcursul unui jumătate de veac a evaluat de la un dans de elită spre o competiție sportivă, se apreciază nu doar frumusețea, dar și pregătirea fizică, rezistența, capacitatea de a repartiza puterile pe tot parcursul competiției. Aici e nevoie nu doar de mișcări, ci de mișcări bazate pe coregrafia clasică, fitness sportiv și rezistență. Deoarece dansurile sportive sunt atractive pentru persoane de vârstă diferită, de la copiii de 3 ani până la pensionari, cunoașterea pedagogiei și a psihologiei este obligatorie pentru o pregătire bună a dansatorilor pentru competiție, pentru a-i învăța să-și aprecieze corect posibilitățile și rezultatele obținute la concurs, capacitatea de a merge înainte, în pofida înfrângerilor.

Dansul sportiv e un dans în care participă două persoane. De la primele lecții dansatorii sunt învățați să-și stimeze partenerul, să formeze o atitudine de parteneriat și prietenie, de ajutor reciproc, înțelegere și compasiune. Anume în *dansul sportiv*, prin antrenarea corpului, poți percepe frumusețea mișcărilor și îți poți exprima sentimentele. Toate acestea trebuie să le cunoască viitorul antrenor și pedagog. De aceea principalul obiectiv didactic este educația și instruirea *unui specialist* cu un înalt nivel intelectual, care posedă *cunoștințe și competențe* pe care le poate folosi și transmite mai departe în activitatea sa profesională, capabil să organizeze și să educe generația în creștere.

### Concluzii

În concluzie menționăm că disciplina *Dans sportiv* oferă studenților un spectru larg de cunoștințe, *competențe* teoretice și practice în domeniul artei coregrafice contemporane, a istoriei apariției și dezvoltării acestui gen de dans, formării *tehnicii* de interpretare. Studenții acumulează noi posibilități de interpretare a dansului, își dezvoltă capacitățile fizice, au posibilitatea de a-și prezenta ideile artistice, a-și analiza activitatea și, cel mai important, acumulează experiență pedagogică.

Reiterăm că *dansul sportiv* este un gen de artă care include crearea, regizarea și interpretarea corectă a figurilor de dans. Pregătirea *specialiștilor* la această specialitate presupune transmiterea unor *cunoștințe* și formarea unor *competențe* profesionale de interpretare a partițiilor în compozițiile coregrafice și crearea *abilităților* de dans, de regizare a spectacolelor coregrafice și a numerelor de concert, de desfășurare a activității științifico-didactice. Absolvenții instituțiilor de învățământ superior artistic pot activa în continuare în calitate de pedagogi și conducători ai studiourilor și colectivelor coregrafice de dans sportiv în școlile de arte, de coregrafie și în instituțiile generale de învățământ.

### Referințe bibliografice

1. VARNACOVA, E. Metode și tehnici de predare a dansului sportiv copiilor de vîrsta preșcolară. In: *Studiul artelor si culturologie: istorie, teorie, practică*, 2016. Chișinău: Notograf Prim, 2016, nr. 2 (29), pp. 246-249. ISSN 2345 – 1408.
2. ШЕВЧЕНКО, Е.П. *Методика преподавания балльного танца*. Учеб.- метод. пособие [online]. Саратов: б. и, 2016. [accesat 18 sept. 2018]. Disponibil: [http://elibrary.sgu.ru/uch\\_lit/1562.pd](http://elibrary.sgu.ru/uch_lit/1562.pd)
3. VARNACOVA, E. Specificul mijloacelor expresive ale dansului sportiv modern. In: *Studiul artelor si culturologie: istorie, teorie, practică*, 2017. Chișinău: Notograf Prim, 2017, nr.2 (31), pp. 270-274. ISSN 2345 – 1408.

---

1 E-mail: olegmardari@bk.ru