



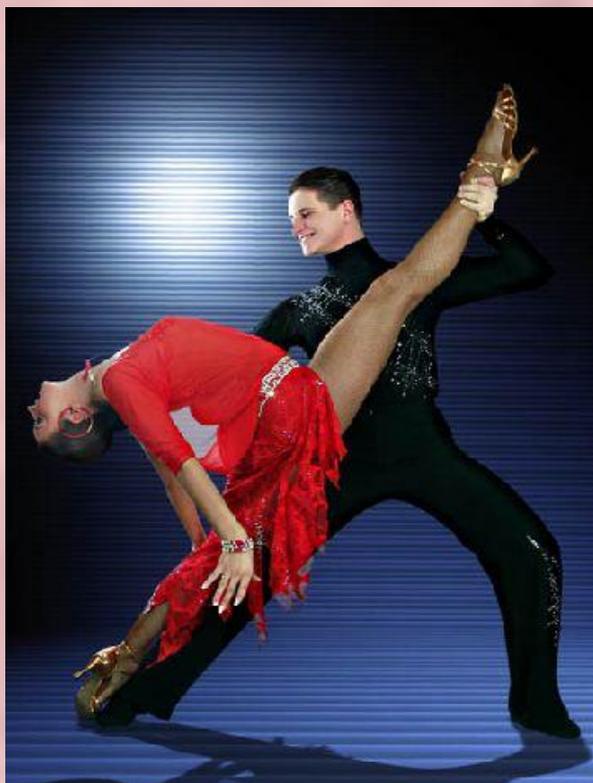
СПОРТИВНЫЕ БАЛЬНЫЕ ТАНЦЫ

Педагог :
Седова Алёна Игоревна

2020 г.

Бальные танцы , наверно , самый трудный вид спорта. Именно вид спорта, несмотря на то, что именуется танцами. Это спорт , требующий немалых затрат сил и энергии.

Бальный танец – это спектакль, в котором задействовано только два актёра – мужчина и женщина. Он рассказывает о чувствах, страсти, взаимоотношении пары. Потому всегда актуален и современен. Танец – это движение, это энергия.



**Бальные танцы
имеют
уникальную
историю**



Слово «Бал» пришло в русский язык из французского и происходит от латинского глагола «ballare», который означает «танцевать».



Первые парные непрофессиональные светские танцы возникли в средневековой Европе



Программа бальных танцев имеет 2 направления

Европейская

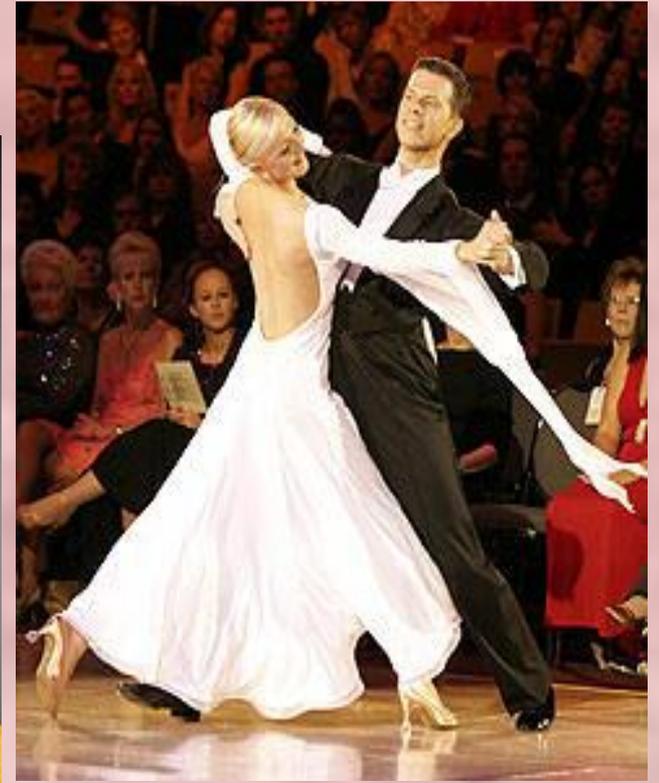
- медленный вальс
- фокстрот
- квикстеп
- танго
- венский вальс



Латиноамериканская

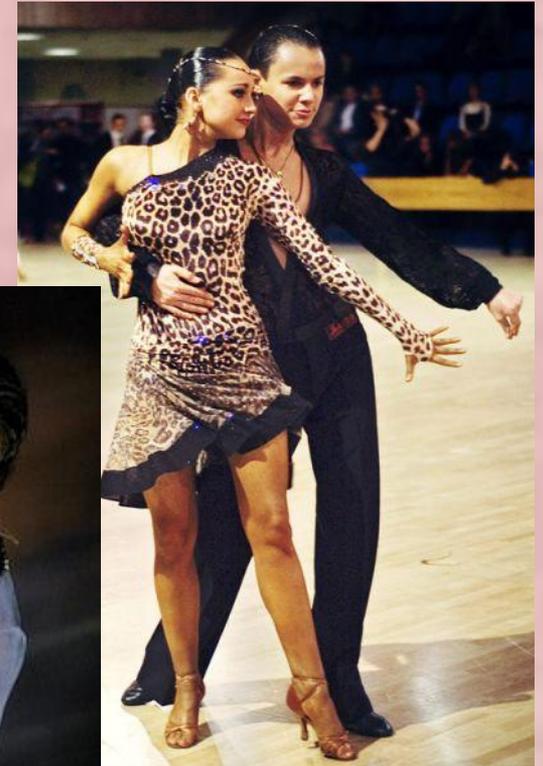
- ча-ча-ча
- самба
- румба
- пасадобль
- джайв

Европейская программа



Дамы должны быть одеты в специальные, соответствующие требованиям, бальные платья. Кавалеры должны быть во фраках чёрного или тёмно-синего цвета и носить бабочку или галстук. Танцевальные костюмы отличаются от повседневных в первую очередь покроем, одна из особенностей которого в том, то плечи костюма партнёра должны оставаться ровными, когда руки поднимаются в стороны.

Латиноамериканская программа



В латиноамериканской программе платья у дам, как правило, очень открытые и облегающие. Костюмы кавалеров тоже, часто (но не всегда) черного цвета. Смысл таких костюмов – показать работу мышц спортсменов.

Пару составляют кавалер и дама

Одежду для спортсменов, как правило, шьют на заказ. Красивая и удобная танцевальная обувь – это неотъемлемая часть любого танцора, как профессионала, так и любителя



Бальные наряды европейской программы

Женская причёска



А какие у дам причёски!

Для бальных танцев идеально подходят пучки, гульки и всевозможные прически со жгутиками. Для придания причёске больше шика, её украшают всевозможными фигурками, полосками, петлями, завитками, косичками, сразами на липкой основе. Чтобы укладка была гладкой и блестящей, пользуются гелем или лаком для волос.

Паркетный пол



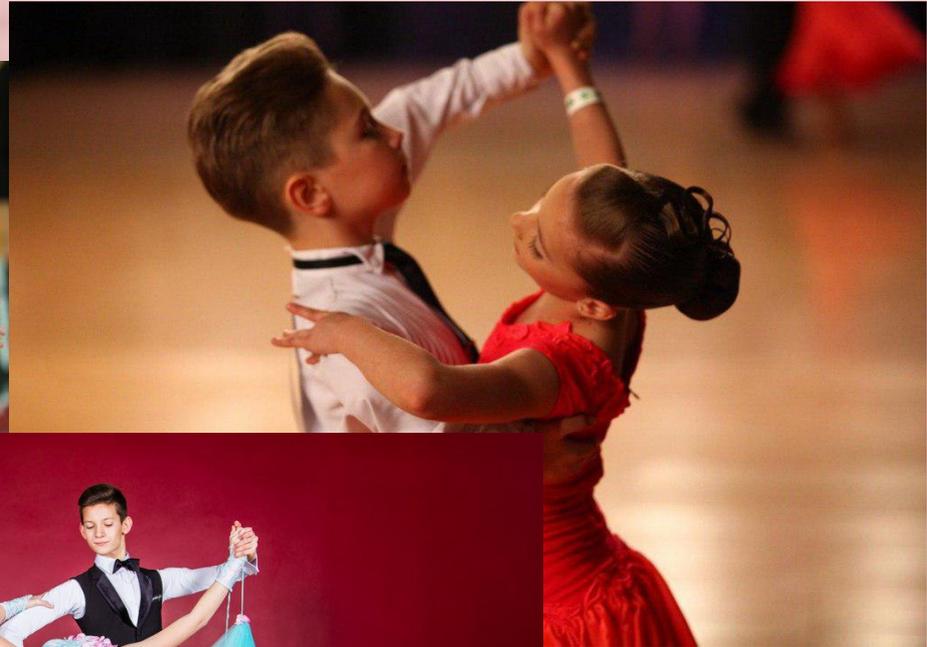
Обязательным атрибутом балльных танцев служит паркет. Только на паркете, начищенном до блеска, могут порхать танцевальные пары.

Паркет очень скользкий и требует определенной сноровки и мастерства.

Детские бальные танцы



Детские спортивные бальные танцы – это один из самых массовых видов спорта. Большинство детей может заниматься танцами и достигать больших успехов в них, потому что как правило, дети имеют способности к хореографии и танцам.



Что дают спортивные бальные танцы детям ?

Спортивные бальные танцы для детей — это не только одни из самых красивых и изящных видов спорта. Спортивные бальные танцы приносят пользу для физического и морального развития ребенка: формируют правильную осанку и красивую походку, развивают чувство ритма, воспитывают ответственность, умение побеждать и преодолевать трудности.



Спортивно-бальные танцы помогают адаптироваться в коллективе, учат общаться и заводить друзей, а также приучают к усидчивости и концентрации внимания.