

1. Історія та визначення

Термін «бальні» відноситься до парних непрофесійних світських танців, які виникли в [середньовічній](#) Європі. Ці танці дуже сильно видозмінювалися - будь-яка епоха європейської історії - [Відродження](#), [Просвітництво](#), [класицизм](#), [романтизм](#) - породжувала своєрідний танцювальний комплекс. Протягом всього європейського культурного розвитку на бальний танець впливали найрізноманітніші етнічні джерела, а також професійний танець.

[Бальні танці](#) ХХ століття склалися на основі європейського танцю, в який на рубежі ХІХ-ХХ століть вдихнула нове [життя](#) африканська і латиноамериканська музична і танцювальна культура. Величезна більшість сучасних бальних танців мають африканські «коріння», вже добре замасковані технічною [обробкою](#) європейської танцювальної школи.

У 1920-і роки в Англії в Імператорському суспільстві вчителів танців виникла спеціальна Рада з бальних танців. Англійські фахівці стандартизували всі відомі на той час танці - вальс, швидкий і повільний фокстроти, [танго](#). Так виникли конкурсні танці, і з тих пір бальний танець розділили на два напрями - спортивний і social dance. У 1930-1950-і роки число [стандартних](#) бальних танців збільшилася за рахунок [того](#), що до них додалося п'ять латиноамериканських танців (у такому порядку: румба, самба, джайв, пасодобль, ча-ча-ча). Зараз зі спортивних танців проводяться змагання. Сформувалося три програми: європейська, латиноамериканська і так звана «десятка», куди входять всі десять танців. Аматорські чемпіонати світу проводяться під егідою IDSF, а [професійні](#) - під заступництвом англійських танцювальних організацій. Найбільш престижними в світі продовжують залишатися англійські конкурси, зокрема, UK Open.

У Сполучених Штатах Америки зберігається своєрідний національний варіант як деяких бальних танців, так і проведення змагань з ним. - «American Smooth» «American Rhythm»

[Слово](#) «бал» прийшло в російську мову з французького і походить від [латинського](#) дієслова ballare, який означає «танцювати». З величезного розмаїття як елітних (історико-побутових), так і народних танців в групу бальних потрапили танці, що характеризуються наступними ознаками.

Всі бальні танці є парними. Пару складають кавалер і дама, які танцюють з дотриманням точок контакту. У Європейській програмі [цей контакт](#) більш щільний. [Він](#) зберігається протягом усього танцю. У Латиноамериканській програмі контакт більш вільний, найчастіше здійснюється за рахунок з'єднаних рук і іноді може як взагалі губитися, так і посилюватися за рахунок натягнення при виконанні фігур.

Оскільки виконання бальних танців вимагає певних навичок та тренуваності, їх популярність в суспільстві знизилася з плином часу. Поява твісту в 1960-х роках ознаменувало кінець парних танців. Такі танці, як вальс, [танго](#), фокстрот і т. д. фактично перестали служити для масової розваги. В історії бального танцю відкрилася нова сторінка.

Історія Румби і Ча-ча-ча.

Румба з'явилася в Гавані в 19-му столітті в комбінації з європейською Contradanza. [Назва](#) «Rumba», можливо, походить від назви танцювальних груп в 1807 році - «rumboso orchestra», хоча в Іспанії [слово](#) «rumbo» означає «шлях» (у російській морський аналог - «румби», тобто напрям),

Спочатку не існувало чіткого поділу танців румба і ча-ча-ча, через що вся [музика, характерним](#) чином обіграє першу частку (кілька ударів з затакту призводять до першої частки), підпадала під категорію румби. З часом танці чітко розділилися. [Музика](#) румби набула більш повільний темп, стала складатися, як правило, в мінорному ладі, і придбала своє обігравання першої частки (ударні: восьма, восьма, восьма, чверть - перша частка). [Музика](#) ча-ча-ча стала як у мажорному, так і в мінорному ладі і має власне, дуже виражене і підкреслене обігравання першої частки (восьма, восьма, чверть - перша частка, так зване - «ча-ча-ча» або «ча-ча-раз»).

У зв'язку з цим багато знаменитих у минулому румби з сучасної точки зору слід вважати скоріше ча-ча-ча чи навіть взагалі неможливо чітко класифікувати як один з цих танців. Так, наприклад, знаменита мелодія «Кукарача», що вважалася румбою, не є ні нею, ні ча-ча-ча з сучасної точки зору. «Guantanamera» більш відома у варіанті ча-ча-ча, а не румби.

Таким чином румба народжена, за рахунок релігійних ритуалів, розвивалася вона на базі яскраво виражених ритмів і хорових голосів. Також можна сказати що румбою, є всі ті танці, які були створені кубинцями.

В даний час цей танець відомий на всіх континентах. Спочатку він прийшов в кабаре, а потім на телебачення. Існує бальна румба, але вона суттєво відрізняється від автентичного кубинського варіанту.

Зміст хореографічної діяльності дітей віком 5-6 років

Запрошення до балу

Дітей залучають до виконання нескладних рухів із царини бальної хореографії, навчають сприймати, розуміти, відтворювати бальний етикет, ввічливо поводитися у парі відповідно до своєї статі, шляхетно взаємодіяти у парі та колективі.

Етикет бального танцю

Діти можуть навчитися виконання рухів бальних танців:

- вклонятися одне одному, вишукано виконуючи уклін з шостого положення та з першої позиції, виконуючи до партнера повагу;
- виконувати уклін «кніксен», виявляючи ввічливість і стриманість;
- тримати руки внизу долонями до себе і трохи відведеними від тулуба або одну руку закласти за спину на рівні талії;
- підтримувати обома руками низ спіднички або одну руку покласти на талію, а другу – на спідничку;
- ставати парою в основні положення до різних танців (обличчям один до одного; поруч і боком одне до одного тощо), по – різному з'єднуючи руки;
- вишукано плескати в долоні в різних ритмах або варіативно виконувати оплески у парі;
- плавно й пластично виконувати в ритмі вальсу рухи руками в одному напрямку, зустрічним рухом, виводячи вперед то одне, то друге плече тощо;
- виконувати легкий біг у ритмі польки і вальсу;
- добірно і легко кілька разів притупувати ногою, закінчувати рухи легким подвійним або потрійним притупом;
- легко виконувати підскоки у парі по колу, кружляючи навколо партнера, під своєю та рукою партнера;
- граційно виконувати бокові приставні кроки без/та з напівприсіданням;
- вишукано танцювати «па шасе» вперед та «па боковий галоп»;
- кружляти у парі в різних варіантах, під рукою партнера, одночасно удвох під з'єднаними руками типу «ворітця»;
- у парі виконувати фігуру «віконечко» з переходом і зміною партнерів місцями або кружляннями у парі на 360*;
- вчитися виявляти координацію і орієнтування у просторі під час виконання фігури «зміни партнера»;
- ритмічно і вишукано виконувати «па полонезу» у спрощеному варіанті;
- виконувати в ритмі вальсу елементарні хвилеподібні рухи, кружляння, переходи;
- виконувати кілька найпростіших, у полегшеному варіанті рухів латиноамериканських танців «ча-ча-ча», «самба» тощо.

Дитяче бальне виконавство і танцювальна творчість

Дітям доступні для опанування найпростіші композиції бальних танців, за потреби – спрощені їх варіанти. Діти здатні за прикладом педагога навчитись чітко дотримуватися бального етикету, вишуканого виконання фігур танцю, а також разом із педагогом, одне з одним у парі варіювати елементи рухів, імпровізувати рухи, вигадувати нову фігуру, тобто виявляти танцювальну творчість.

Орієнтовний дитячий репертуар бальних танців і завдань для розвитку танцювальної творчості дітей

«Полька з оплесками» - вигадування ритмічних оплесків у парі;
«Ввічливий танець» - інтерпретація ввічливих рухів у парі;
«Бальний галоп» - імпровізація в одній з фігур танцю;
«Зміни пару» - індивідуальне варіювання поклону;
«Бальний гопачок» - сольна імпровізація за бажанням дитини;
«Полонез» - індивідуальна інтерпретація рухів;
«Вальс дружби» - варіювання елементів руху;
«Парний вальс» - індивідуальне варіювання поклону.

Основний крок Ча-ча-ча

Основою ча-ча-ча являється трійний крок – комбінація з трьох швидких уроків і двох повільних кроків, на рахунок два і на три. Ча-ча-ча може танцюватися як вперед, так і в сторону. Основний крок слід практикувати до тих пір, поки не появиться легкість, а обоє партнерів не почнуть себе почувати зручно.

Навчання починається з базового **па для мужчин:** крок вперед левою ногою, переносимо вагу тіла на праву ногу. Потім з лівої ноги йдемо вліво, тепер відступаємо назад правою ногою і йдемо вправо.

Па дівчинки: крок назад правою ногою, переносимо вагу тіла на ліву ногу. Потім з правої ноги йдемо вправо, тепер йдемо вперед лівою ногою і йдемо вліво

Близька підтримка

В ча-ча-ча використовується, так називається, closed hold – близька підтримка. Партнери розташовуються на відстані 30 см один від одного. По відношенню до партнера потрібно знаходитися так, щоб займати на паркеті квадратну площу. На відміну від «плавних» танців, в ча-ча-ча не рухаються по лінії танцю. Кроки в танці повинні бути точними, виваженими і короткими, а рухи тілі – тонкими, впевненими і невловимі.

Поступово в процесі навчання ви зможете познайомитися з рухами ча-ча-ча. Класичними рухами цього танцю є шассе вперед и назад, поворот алемана, клюшка, зигзаг, турецьке полотенце, розлив, рондо, нью-йорк тощо.