Презентация «Любимый вид спорта»

«Бальные танцы»

Автор презентации: Каримова Екатерина,
ученица 3 класса «В», Гимназии №9

Бальные танцы - это группа парных танцев, которые танцуются в специальных помещениях.

- Под «бальными танцами» в настоящее время подразумевают словосочетания «спортивные танцы» (*СБТ*, «спортивные бальные танцы») и «танцевальный спорт».

Первые парные непрофессиональные светские танцы появились в средневековой Европе.

Различают две программы:

1. Европейская программа.

- Дама должна быть одета в специальные, соответствующие требованиям, бальные платья.
- Кавалеры должны быть во фраке темных цветов (разрешены смокинги или жилетки), носить бабочку или галстук.

2. Латиноамериканская программа.

- Платья дам, короткие, очень открытые и облегающие (в соответствии с теми же требованиями).

- Костюмы кавалеров тоже очень облегающие, черного цвета.

Смысл таких костюмов — показать работу мышц спортсменов.

Виды бальных танцев
1. Вальс

- Медленный вальс – это бальный танец европейской программы. Разновидностью медленного вальса является венский вальс, он отличается темпом исполнения. Венский вальс нам известен по произведениям известного австрийского композитора Иоганна Штрауса.

2. Танго

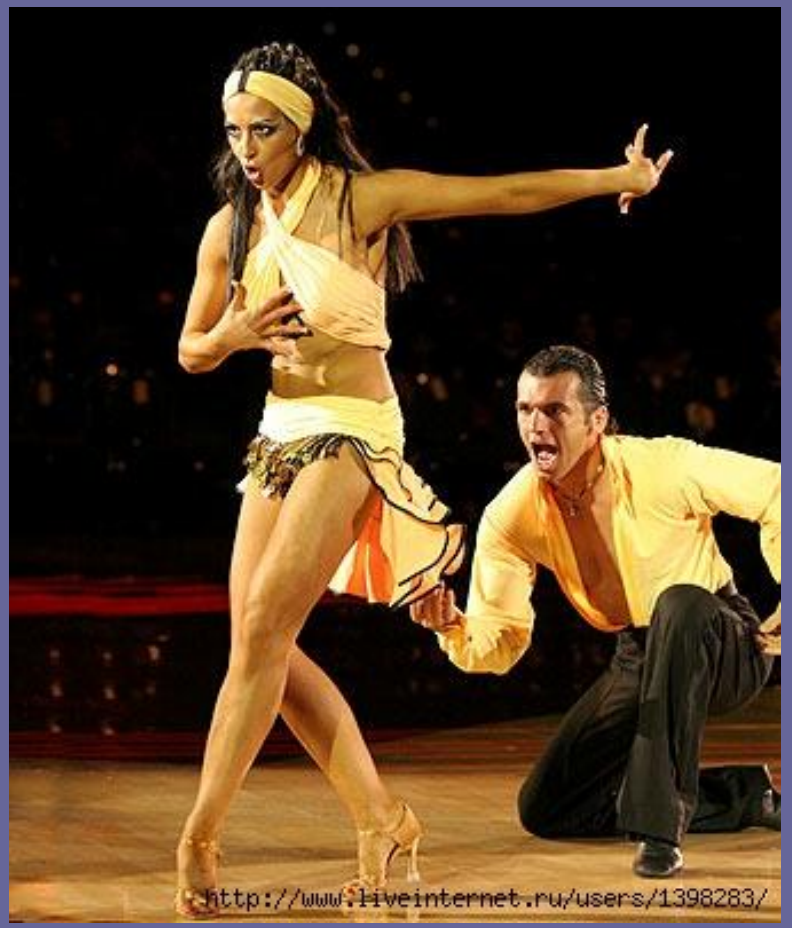
- Танго (tango) — старинный аргентинский народный танец; парный бальный танец свободной композиции, отличающийся энергичным и четким ритмом; музыка к такому танцу. Изначально танец получил развитие и распространение в Аргентине, затем стал популярен во всем мире.

3. Квикстеп

- Квикстеп появился в годы 1-ой Мировой войны в пригороде Нью-Йорка, первоначально исполнялся африканскими танцорами. Дебютировал в Американском мюзик-холле и стал очень популярным в танцевальных залах. Одним из танцев, повлиявшим на развитие Квикстепа, был популярный Чарльстон.

4. Ча-ча-ча

- Ча-ча-ча (*cha cha cha*) — музыкальный стиль и танец Кубы, получивший также широкое распространение в латиноамериканских странах Карибского бассейна. Танец получил свое название и характер из-за особого повторяющегося основного ритма и специфического инструмента маракасы.



5. Самба

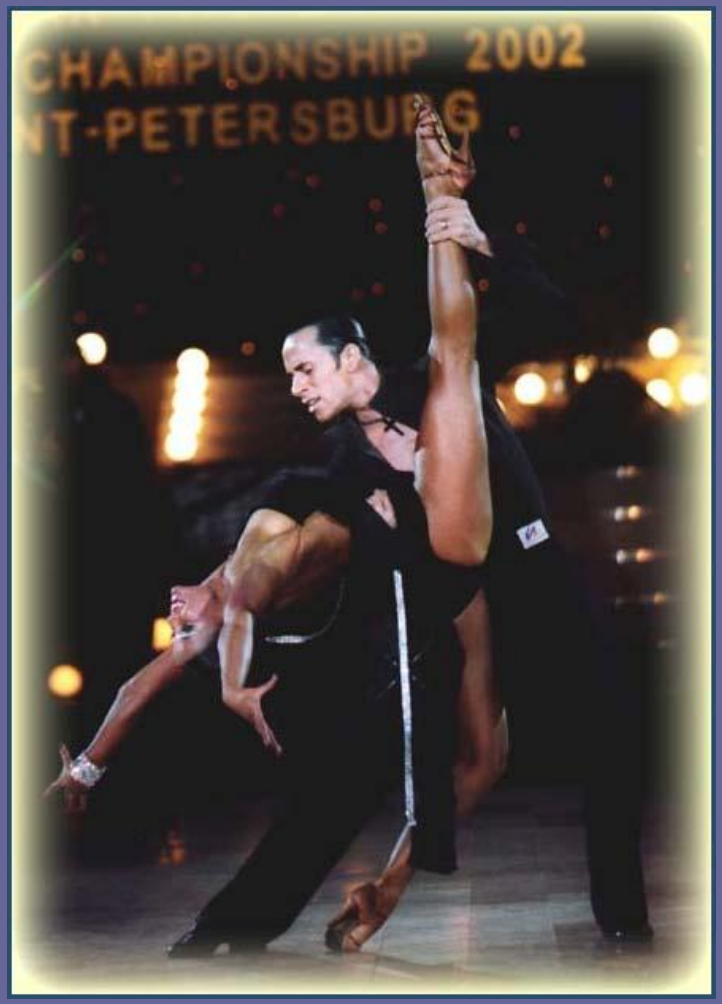
- Самба – это бразильский танец, один из пяти танцев латиноамериканской программы бальных танцев. Возник в результате слияния африканских танцев.
- Имеет очень характерный ритм, который выдвинут на передний план для его лучшего соответствия национальным бразильским музыкальным инструментам.

6. Пасадобль

- Танец испанских цыган. Драматичный французско-испанского стиля Фламенко марш, где мужчина изображает матадора (смелого человека) на бою с быком, дама изображает его плащ или быка, в зависимости от обстоятельств.

7. Румба

- Румба — парный кубинский танец африканского происхождения. Отличительной особенностью румбы являются эротические плавные движения, соединенные с широкими шагами. Имеет латиноамериканский стиль движения в бедрах.



Почему бальные танцы можно считать спортом?!

Потому что он требует от танцора таких качеств, которые свойственны большинству существующих видов спорта:

- физическая сила;
- гибкость и координация;
- выносливость;
- дисциплина и командный дух
- музыкальность;
- грация и стиль.

- Танцы всегда считались прекрасной возможностью поддерживать хорошее самочувствие и прекрасную физическую форму. Но особое удовольствие и высокий спортивный результат возможно достичь лишь на занятиях бальными танцами. Именно эта разновидность танца позволяет достичь психологического и физического комфорта, и в этом плане с ними ничто не сравнится. При регулярных занятиях бальные танцы могут дать молодому человеку такую физическую нагрузку, какую он только пожелает, а деловым мужчинам и женщинам они обеспечивают умственную релаксацию, которая столь необходима для поддержания физического здоровья. Приемлемый уровень подготовки достигается без особых сложностей, а дополнительное удовольствие от правильного исполнения нескольких простых шагов, хорошей осанки и чувства равновесия полностью компенсируют все время, потраченное на обучение. Вот почему я выбрала именно бальные танцы!

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!