

Міністерство освіти і науки України  
Рівненський державний гуманітарний університет



**ХОРЕОГРАФІЧНІ НАРИСИ  
XXI СТОЛІТТЯ: ПОЛІАСПЕКТНИЙ  
НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ АБРИС**

**Навчально-методичний посібник**

Рівне – 2021

УДК 793.3 “20” (07)

X 79

*Друкується відповідно до рішення Вченої ради  
Рівненського державного гуманітарного університету,  
протокол № 6 від 30.06.2021 року*

**В рамках відзначення 33-річчя заснування кафедри хореографії  
художньо-педагогічного факультету РДГУ**

**РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:**

- Виткалов С. В.** доктор культурології, канд. мистецтвознавства, професор кафедри культурології та музеєзнавства Рівненського державного гуманітарного університету;
- Плахотнюк О. А.** канд. мистецтвознавства, доцент кафедри режисури та хореографії Львівського національного університету ім. І.Франка;
- Маркевич Л. А.** канд. мистецтвознавства, доцент кафедри хореографії Рівненського державного гуманітарного університету

X 79 **Хореографічні нариси XXI століття: поліаспектний навчально-методичний абрис** : навч.-метод. посіб. / Л.А. Маркевич, Л.П. Волошина, Р.Л. Горбачук, В.А. Гордєєв, О.Ю. Гордєєва, Л.А. Зань, А.А. Завалін, І.П. Легка, Т.Й. Лобан, Д.І. Манелюк, Е.В. Манелюк, В.В. Пуйова, С.В. Рабченюк, А.В. Самохвалова, В.В. Шингер. – Рівне : О. Зень, 2021. – 639 с.

**ISBN 978-617-601-381-5**

*Матеріали досліджень, уміщені до збірника за матеріалами, поданими авторами, друкуються мовою оригіналу. Закон охороняє права та інтереси авторів навчально-методичного матеріалу. Відтворення, розповсюдження, передрукування та інше використання навчально-методичного матеріалу без згоди авторів (або посилання на авторів) забороняється.*

УДК 793.3 “20” (07)

© Маркевич Л.А., Волошина Л.П., Горбачук Р.Л., Гордєєв В.А.,  
Гордєєва О.Ю., Зань Л.А., Завалін А.А., Легка І.П., Лобан Т.Й.,  
Манелюк Д.І., Манелюк Е.В., Пуйова В.В.,  
Рабченюк С.В., Самохвалова А.В.,

ISBN 978-617-601-381-5

Шингер В.В., 2021

---

---

## З М І С Т

<b>ПЕРЕДМОВА</b> .....	6
------------------------	---

### **Розділ 1. ПЕРШИЙ КУРС.**

#### **ОСВІТНІЙ СТУПІНЬ «БАКАЛАВР»**

##### **Волошина Л.П.**

Теорія і методика викладання класичного танцю 1 курс 2 семестр: екзерсис біля станка .....	8
---	---

##### **Шингер В.В.**

Теорія та методика викладання європейських танців 1 курс: етапи формування та методика виконання танцю «Повільний вальс», клас «Початківці» .....	33
---	----

##### **Рабченюк С.В.**

Теорія та методика викладання латиноамериканських танців 1 курс: етапи формування та методика виконання танцю «Ча-ча-ча», клас «Початківці» .....	73
---	----

##### **Манелюк Е.В.**

Теорія та методика викладання історико-побутового танцю 1 курс: епоха Західноєвропейського Середньовіччя, епоха Відродження .....	115
---	-----

### **Розділ 2. ДРУГИЙ КУРС.**

#### **ОСВІТНІЙ СТУПІНЬ «БАКАЛАВР»**

##### **Волошина Л.П.**

Теорія і методика викладання класичного танцю 2 курс 3 семестр: екзерсис біля станка .....	168
---	-----

##### **Маркевич Л.А.**

Мистецтво балетмейстера 2 курс .....	180
--------------------------------------	-----

**Манелюк Д. І.**

Основи режисури та акторської майстерності 2 курс ..... 212

**Гордєєв В.А., Завалін А.А.**

Теорія та методика викладання українського народно-сценічного танцю 2 курс: заняття посеред зали, опис танцю «Буянський скакунець», «Крутях» ..... 252

**Самохвалова А.В.**

Сучасна інтерпретація фольклору 2 курс 4 семестр: методика роботи з хореографічним фольклором (за польовими щоденниками) ..... 343

**Розділ 3. ТРЕТІЙ КУРС.**

**ОСВІТНІЙ СТУПІНЬ «БАКАЛАВР»**

**Лобан Т.Й.**

Теорія та методика викладання джаз-модерн танцю 3 курс: теоретико-методичні аспекти викладання дисципліни ..... 410

**Розділ 4. ЧЕТВЕРТИЙ КУРС.**

**ОСВІТНІЙ СТУПІНЬ «БАКАЛАВР»**

**Гордєєва О.Ю.**

Теорія та методика викладання народно-сценічного танцю 1-4 курси: методичний аспект вивчення низьких та високих розвертань ноги в екзерсисі народно-сценічного танцю ..... 441

**Горбачук Р.Л.**

Теорія та методика викладання модерн танцю 2-4 курси ..... 474

**Легка І.П.**

Виконавська та технічна майстерність 4 курс: класифікація танцювальних рухів віртуозної техніки ..... 503

**Розділ 5. ПЕРШИЙ КУРС.**

**ОСВІТНІЙ СТУПІНЬ «МАГІСТР»**

**Пуйова В.В.**

Методика викладання класичного танцю 1 курс  
ОС «Магістр»: 10 уроків дуетно-сценічного танцю ..... 543

**Зань Л.А.**

Теорія та методика викладання класичного танцю  
1-5 рік навчання: розділ екзерсис на пальцях ..... 587

**ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ ..... 636**

**УДК 793.322(07)**

**Сергій Рабченко**

**Serhii Rabcheniuk**

Старший викладач кафедри хореографії,  
Рівненський державний гуманітарний університет,

м. Рівне

ORCID ID 0000-0001-7676-7441

**Тема: Теорія та методика викладання латиноамериканських танців 1 курс: етапи формування та методика виконання танцю «Ча-ча-ча», клас «Початківці»**

### **План**

1. Джерела виникнення танців латиноамериканської програми.
  - 1.1. Фольклорні витоки танцю «Самба».
  - 1.2. Етапи формування танцю «Ча-ча-ча».
  - 1.3. Сторінки розвитку танцю «Румба».
  - 1.4. Історія розвитку танцю «Пасодобль».
  - 1.5. Походження танцю «Джайв».
2. Загальні положення при виконанні танцю «Ча-ча-ча».
3. Основні позиції при виконанні латиноамериканських танців.
4. Практичне виконання танцю: основні рухи танцю «Ча-ча-ча».

#### ***1. Джерела виникнення танців латиноамериканської програми***

Термін «бальні» відноситься до парних непрофесійних світських танців, що виникли в середньовічній Європі. Ці танці дуже сильно видозмінювалися, будь-яка епоха європейської історії – відображення, класицизм, романтизм – породжувала своєрідний танцювальний комплекс. Упродовж всього європейського культурного розвитку на бальний танець впливали найрізноманітніші етнічні джерела, а також професійні танці.

Латиноамериканська танцювальна культура – мабуть, єдина в світі, що ввібрала в себе таку велику кількість різних стилів. Її основою є індіанські танці, які переплелися з африканськими і

європейськими (особливо іспанськими і португальськими) танцювальними традиціями. Латиноамериканські танці сповнені пристрасті і надії, життєрадісності, віри в завтрашній день, що властиво і жителям Латинської Америки, а їх характерними рисами є запальні, енергійні, палкі рухи і похитування стегнами. З відкриттям Америки Колумбом і початком іспано-португальського завоювання цього регіону почалася і культурна експансія, а з появою рабів з Африки – зародилася нова культура. У XX столітті відбувся розквіт латиноамериканських танців, з'явилися їх нові види, наприклад, реггетон, ча-ча-ча, сальса. Всі латиноамериканські танці поділяться на дві групи: клубні та класичні. До першої відноситься велика кількість танців, наприклад, меренге, бачата, сальса, мамбо та інші. У другу входять тільки п'ять танців: румба, самба, джайв, ча-ча-ча і пасодобль.

Бальні танці XX століття склалися на основі європейського танцю, в який на межі XIX–XX століть вдихнула нове життя африканська і латиноамериканська музична і танцювальна культури. Більшість сучасних бальних танців мають африканські «коріння», замасковані технічною обробкою європейської танцювальної школи.

У 1920-ті роки в Англії при Імператорській спілці вчителів танців була організована 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 розділився на два напрямки – спортивний і соціальний (social) dance. У 1930–1950-ті роки кількість стандартних бальних танців збільшилася за рахунок того, що до них додали п'ять латиноамериканських танців (у такому порядку: румба, самба, джайв, пасодобль, ча-ча-ча).

Зараз зі спортивних бальних танців проводяться змагання. Сформувалися три програми: європейська, латиноамериканська і так звана «десятка», куди входять всі десять танців. У Латиноамериканську програму входять танці: Самба (темп – 50–52 тактів в хвилину), ча-ча-ча (темп – 30–32 тактів в хвилину), Румба (темп – 25–27 тактів в хвилину), Пасодобль (темп – 60–62 тактів в хвилину) і Джайв (темп – 42–44 тактів в хвилину). З Латиноамериканських танців лише Самба і Пасодобль танцюються

з просуванням по лінії танцю. В останніх з переліку танцях танцюристи практично залишаються на одному місці, проте можливе переміщення танцюристів по танцювальному майданчику з поверненням до вихідної точки або без.

### ***1.1. Фольклорні витоки танцю «Самба»***

**Музичний розмір** 2/4.

**Тем танцю** 50–52 тактів за хвилину.

Самба – це колоритна суміш негритянських і європейських ритмів, запальний, темпераментний і одночасно чуттєвий танець, гімн любові, молодості і красі.

Самба сьогодні входить до латиноамериканської програми бальних танців. Видовищний і сексуальний танець не відразу завоював прихильність у європейської публіки. Тільки після Другої світової війни він став популярним на європейському континенті. З плином часу популярність самби зростає.

Як і у багатьох латиноамериканських танцях, у самби африканське коріння. Саме негритянській культурі ми зобов'язані появою чи не більшої частини усіх танців, поширених нині у світі. Самба – це органічне злиття африканських ритмів, які з'явилися в Бразилії разом з рабами з Чорного континенту, з іспанськими танцями, завезеними підкорювачами Південної Америки з Європи.

У XVI столітті португальські завойовники Бразилії привезли з собою із Конго та Анголи безліч рабів, які поширили в Південній Америці такі танці, як Embolada, Catarete і Batuque. Інквізиція оголосила ці танці вкрай гріховними, оскільки в процесі танцю виконавці торкалися пупками. Дійсно, для того часу таке виконання сильно вибивалося із стандартів моралі і було надто сміливим.

Embolada – танець, в якому зображувалася корова з кулями на рогах. Зараз слово «embolada» в Бразилії означає поняття «дурний, дурний». Batuque – це танець по колу, схожий на чарльстон, з танцюючою парою в середині. Batuque був настільки популярний в Іспанії, що королю довелося випустити спеціальний указ, що забороняв танцювати цей танець. Але мистецтво не заборониш вказівками, а прогрес не зупинити заборонами. Два танці, об'єднавшись, сприяли появі третього, додавши до попереднього коливальні рухи корпусу і стегон, вийшов новий танець – Lundu.

Поступово і вище суспільство долучилося до виконання оригінального танцю. Щоправда, для того, щоб він став прийнятним для шляхетного суспільства, його підкоректували. Зокрема, була упродовжена закрита танцювальна позиція, єдино можлива на той час.

У цьому варіанті танець став називатися *Zemba Quesa*. Під такою назвою він і став відомий у 1885 році як «витончений бразильський танець». Так, беручи багато рухів з різних танців, об'єднуючись з ними і модернізуючи їх, народжувалася на світ Самба.

Точне трактування назви «Самба» невідоме. Термін «*Zambo*» означає «мулат» – народжений від негра і бразильської жінки. Незабаром Самба була об'єднана з танцем *Maxixe* і вже під новою назвою проіснувала до 1914 року. *Maxixe* став відомий в Парижі в 1905 році, а в 1923–1924 роках були зроблені спроби впровадити Самбу в європейське танцювальне співтовариство. Але увінчалися успіхом ці спроби тільки після Другої світової війни. Народженням Самби в загальновідомому варіанті прийнято вважати 1956 рік.

Велика роль в Самбі відводиться ритму. Специфічний ритм Самби виділяє цей танець з-поміж усіх інших танців латиноамериканської програми. Для кращої його передачі в музичному супроводі часто використовуються бразильські національні музичні інструменти: *tamborim*, *sabasa*, *gesso-gesso* та інші.

Пульсуючий, синкопований ритм Самби підкреслюється рухом *баунс* – вертикальним розгойдуванням і роботою стегон. Особливо ефектні рухи, в яких м'які пластичні елементи поєднуються з різкими і переривчастими. Цей поривчастий танець в точності передає характер експресивного південного народу – то м'якого і мрійливого, то зухвалого й темпераментного.

Види самби: Варіант самби з *Ріо-де-Жанейро* під назвою *Cariosa* з'явився у Великобританії в 1934 році. В Америці цей різновид самби з'явилася в 1938 році і досяг піку популярності в 1941 р., коли Кармен Міранда виконала його в художніх фільмах.

На карнавалах в *Ріо-де-Жанейро* танцюють різні варіанти Самби від *Vaiao* до *Marcha*. Ефектний танець легко трансформується і саме тому він ліг в основу багатьох інших танців, наприклад, *Ламбади* і *Макар*. Проте, який би варіант Самби

не виконувався, обов'язковим у ньому має бути елемент загравання, легкого флірту і безмежної чуттєвості.

### **1.2. Етапи формування танцю «Ча-ча-ча»**

**Музичний розмір** 4/4.

**Тем танцю** 28–30 тактів за хвилину.

Порівняно з іншими латиноамериканськими танцями Ча-ча-ча – є досить молодим танцем, щоб говорити про його історію та традиції. Хоча звуки маракасів, бонго, клабе можна було почути в танцювальних залах вже в 40-х роках ХХ століття. Справжні мелодії та ритми Ча-ча-ча з'явилися у США та Європі тільки в 50-ті роки ХХ століття. На виникнення мелодій Ча-ча-ча вплинула поява джазу, свінгу, акцентована на народних кубинських мелодіях. На початку 50-х років у світі з'явився цей спровокований джазом музичний стиль.

Назва танцю, можливо, походить від іспанського «*Charchar*» – «жувати листя коки» або просто від «*char*» – «чай», але найвірогідніше походження назви від швидкого і веселого танцю «*Guaracha*» (Гуарача), а також від звучання, подібного до лускання особливого музичного інструменту – маракаса – під час шасе. Танець Гуарача був популярним в Європі в кінці попереднього сторіччя.

Великий вплив справила на виконання Ча-ча-ча манера виконання і музика Мамбо. Поєднання афро-кубинської музики і американського джазу дало в результаті новий ритм – Мамбо. (Мамбо – гаїтянський танець, що став відомим в Європі в 1948 р. від Прадо (Prado)). Слово «Мамбо» – ім'я жриці, точніше богині вуду в негритянській африканській релігії, ритм раніше вистукували палками по висушених черепах... Таким чином, Ча-ча-ча походить від релігійних ритуальних танців Західної Африки та кубинських повільних танців.

Існує три основних варіанти Мамбо – *single, double, triple*; потрійний, має п'ять кроків на один такт і саме цей варіант використовувався в Ча-ча-ча. Трипл – Мамбо дало можливість кубинським танцівникам пристосувати кроки до музичних акцентів, що стало основою Ча-ча-ча.

Люсьєн Давід, відомий учитель танців, який багато років пропагував Ча-ча-ча в Європі, в одній із статей писав, що музика

Мамбо характерна для Антильських островів, а саме слово застосовують переселенці з Конго і означає воно «справа», «інтерес», «розмова». Френк Борроуз, один із творців теорії латиноамериканських танців, стверджує, що основна особливість Мамбо – його ритм і що Ча-ча-ча є остання еволюція Трипл – Мамбо.

Важливу роль у розвитку танцю ча-ча-ча відіграв відомий англійський танцюрист і педагог П'єр Лавель. Вивчення афробразильської культури на Кубі переконало його в тому, що Румбу слід танцювати в динамічному темпі і з додатковими кроками, відповідними додатковому ритму музики. У 1952 році, повернувшись до Англії, він представив Європі зовсім новий, незалежний і сенсаційний танець. П'єр і Доріс Лавель стандартизували Ча-ча-ча і адаптували його для конкурсного виконання. Ча-ча-ча так сподобався європейцям, що був включений до конкурсної програми латиноамериканських танців разом із Самбою.

Доріс Лавель, партнерка засновника теорії латиноамериканських танців містера П'єра, вважає, що фольклор – це єдиний шлях розвитку латиноамериканських танців. Беручи участь у дискусії з питання походження Ча-ча-ча, вона стверджує, що музика Мамбо зникла давно, але замість неї виникла нова музична форма – «конга дрім», яка виразно окреслила ритм кроків Ча-ча-ча (Куба, 1962 р.). Ніна Хант (відома тренер професійних та аматорських пар у світі), що працює з танцями на льоду та на паркеті, вважає головною особливістю Ча-ча-ча можливість інтерпретації в рамках одного такту, фрази, мелодії.

У 1954 році цей танець був описаний як «мамбо в ритмі guiro» (Guigo – музичний інструмент з висушеного гарбуза і загостреної палички). Мамбо є національним танцем Гаїті і має три форми відтворення – індивідуальну (одиначку), парну (подвійну) і потрійну. Потрійна форма складається із п'яти кроків і виконується у певний такт, саме цей варіант став попередником Ча-ча-ча.

### *1.3. Сторінки розвитку танцю «Румба»*

**Музичний розмір** 4/4.

**Темп танцю** 25–27 тактів на хвилину.

Румба – танець африканських негрів, привезених на Кубу наприкінці минулого століття. Специфіка – підкреслює рухи корпусу, а не ніг. Складні, що накладаються один на одного ритми, вистукують горщиками, ложками, пляшками, були важливіші для танцю, ніж сама мелодія.

Румба з'явилася в Гавані у XIX столітті в комбінації з європейської Contradanza. Назва «Rumba», можливо, походить від назви танцювальних груп у 1807 році – «gumboso orchestra», хоча в Іспанії слово «gumbo» означає «шлях» (у російському морський аналог – «румби», тобто напрям), а «gumba» – «купа мала», і «rhum» – це сорт лікеру, популярний в Карибському басейні, при цьому будь-яке з цих слів могло використовуватися для опису цього танцю. Оригінальна назва це – «шлях душі». У танцю два джерела – іспанське та африканське: іспанські мелодії та африканські ритми. Хоча основи танцю – кубинські, багато руху з'явилися на інших Карибських островах і в Латинській Америці взагалі.

Спочатку румба – сексуальна пантоміма, що виконується в швидкому ритмі з перебільшеними рухами стегон в характері сексуальних агресивних домагань чоловіка і захисних рухів з боку жінки. Супроводжуючі музичні інструменти – maracas, claves, marimbola, і барабани. Сільська форма румби на Кубі – це подібність шлюбних танців домашніх тварин. Рух плечей і скорочення боків в танці – це рух рабів під важкою ношею вантажу в руках. Рух «Cucaracha» (Кукарача) – це імітація роздавлювання тарганів. Спот-поворот («Spot Turn») у кубинському селі хвацько танцювали навколо колеса воза. Популярна мелодія румби «La Paloma» була відома на Кубі з 1866 року. Варіант румби, схожий на той, який танцюється сьогодні, з'явився в США у 1930 р., як поєднання цієї сільської румби з Guaracha, Cuban Bolero (ніж не пов'язаного з Spanish Bolero), надалі додалися «Son» і «Danzon».

Після першої світової війни з'явився танець «Son», танець середнього класу кубинців – з дещо повільнішим ритмом і скромнішими рухами. Ще повільніше – «Danzon», танець багатого, респектабельного кубинського товариства з дуже маленькими

кроками, коли партнерки майже не виводять стегна, але ретельно згинають і розгинають ноги, демонструючи їх стрункість, граційність і довжину.

Американська румба – видозмінена версія танцю «Son». Перша важлива спроба популяризувати румбу в США відбулася в 1913 році (Lew Quinn and Joan Sawyer). За десять років керівник оркестру Еміль Колеман спеціально запросив музикантів, які грають румбу, і пару танцівників румби. У 1925 році Benito Collada відкрив Клуб El Chico в Greenwich. Виявилось, що до них ніхто в Нью-Йорку не вмів танцювати румбу. Істинний інтерес до латинської музики з'явився близько 1929 року.

Наприкінці 1920-х років Xavier Cugat організував оркестр, який грав лише латиноамериканську музику в Coconut Grove (кокосовому гаю) в Лос-Анджелесі і супроводжував ранні звукові фільми («У веселому Мадриді» – «In Gay Madrid»). Пізніше в 1930-х роках Cugat грав у Waldorf Astoria Hotel в Нью-Йорку. До кінця десятиліття його оркестр був визнаний кращим латиноамериканським оркестром десятиліття. У 1935 році Джордж Рафт (George Raft) зіграв роль чемного танцюриста у фільмі «Rumba», першому фільмі, в якому герой отримує в нагороду героїню через їх спільну любов до танців. Через 52 роки – фільм «Брудні танці», а згодом «Strictly Ballroom» з аналогічним сюжетом і два фільми із зворотними сюжетами, коли партнери – майже початківці – «Dance with me» 1998 року і «Let's it be me».

В Європі румба з'явилася завдяки ентузіазму і блискучим інтерпретаціям П'єра Лавеля (Pierre Lavelle) – провідного англійського викладача латиноамериканських танців. Він відвідав Гавану в 1947 році, виявилось, що румба на Кубі виконується з акцентом на рахунок «2», а не на «1», як в американській румбі. Цю техніку з назвами основних фігур, отриманих від Pepe Rivera з Гавани, він став викладати в Англії. У 50-их роках він зі своєю партнеркою і дружиною Доріс Лавель багато виїжджали з показовими виступами і давали уроки латиноамериканських танців в Лондоні. З нововведенням – тільки перенесення ваги на рахунок «1», без фактичного кроку – танець набув дуже чуттєвого і романтичного характеру. Рахунок «раз» – потужний рахунок у румбі, не роблячи кроку слід підкреслити музикою активний рух

стегон. Разом з повільним темпом музики і музичним акцентом на роботу стегон танець набуває ліричного і еротичного характеру. Кроки робляться на рахунок 2, 3 і 4. Коліна випрямлюються і згинаються на кожному кроці, повороти виконуються між рахунками. Вага корпусу знаходиться попереду, всі кроки робляться з носка. Pierre Lavelle представив справжню «кубинську румбу», яка після довгих суперечок була офіційно визнана і стандартизована в 1955 році.

У сучасному танці основні фігури несуть в собі давню історію спроби жінки домінувати над чоловіком за допомогою спокусливих жіночих принад. Під час танцю завжди є елемент, коли партнерка «дратує» партнера і потім тікає, чоловік спочатку спокушається, а потім партнерка його кидає і прагне до іншого. Інший партнер – суддя, глядач. На пристрасні еротичні рухи партнерки партнер, через відповідні рухи, висловлює бажання володіти нею, намагається довести свою силу через фізичне домінування, проте, зазвичай нічого не виходить. Румба – дух і душа латиноамериканської музики і танцю. Чарівні ритми і рухи тіла роблять Румбу одним з найбільш популярних бальних танців.

#### ***1.4. Історія розвитку танцю «Пасодобль»***

**Музичний розмір** 2/4.

**Темп танцю** 60–62 тактів на хвилину.

Назва «Paso Doble» іспанською мовою означає «два кроки», а також співзвучно «Paso a Dos» – «танець для двох (ніг)». Ці назви пов'язані з маршовим характером танцю на рахунок «раз, два» або «лівою, правою».

Перша назва танцю – «один іспанський крок» (Spanish One Step), оскільки кроки робляться на кожен рахунок. Пасодобль був одним з багатьох іспанських народних танців, пов'язаних з різними аспектами іспанського життя. Частково Пасодобль заснований на боях биків. Танцюристи Пасодобля зображають тореодора і його плащ, характер музики відповідає урочистій процесії перед коридою. Вперше бої биків з'явилися на острові Кріт, але з 1700-х р. вони почали проводитися в Іспанії.

Танець вперше був виконаний у Франції в 1920 році, став популярним у вищому паризькому суспільстві в 1930-х рр., тому

багато кроків і фігури мають французькі назви. Виконання танцю починається тільки з «С» класу, пов'язано з тим, що він мало популярний серед викладачів спортивних танців. Відмінність від інших танців – це позиція корпусу з високо піднятою грудною клітиною, широкі та опущені плечі, жорстко фіксована голова, в деяких рухах нахилена вперед і вниз («уявіть, що ви бик» – як кажуть педагоги). Різні існуючі рухи можна інтерпретувати як битву двох биків. Вага корпусу попереду, але більшість кроків робиться з каблука. Хореографія танцю відповідає мелодії іспанського циганського танцю «España Caní», який має три музичних акценти. Ці акценти є в Пасодоблі, вони створюють драматичний, захоплюючий характер танцю.

Перший акцент складається з двох частин – 4 з половиною і 6 з половиною вісімок – фанфари про початок кориди і парад учасників.

Другий акцент – 8 з половиною вісімок – битва бика з тореодором.

Третій – свято перемоги тореодора над биком (або навпаки). Глядачам дуже подобається цей помітний, емоційний танець, який багато танцюристів тренують найменше і приділяють йому занадто мало уваги. На відміну від Самби, Ча-ча-ча і Румби, які педагогами інтерпретуються як танці, де провідну роль виконує партнерка, Пасодобль – типово чоловічий танець, основний акцент тут робиться на рухи партнера – тореодора, а партнерка, як у стандарті, просто слідує за ним, образно зображуючи його плащ.

### *1.5. Походження танцю «Джайв»*

**Музичний розмір** 4/4.

**Темп танцю** 42–44 тактів на хвилину.

Джайв з'явився в ХІХ столітті на південному сході США, причому одні вважають, що він був негритянським, інші – що це ритуальний військовий танець індіанців-семінілів у Флориді (навколо спійманого ворога чи його черепа). Є версія, що негри танцювали його ще в Африці, згодом – стали танцювати індіанці.

Слово «Jive» схоже на південно-африканське слово «Jev» – «говорити зневажливо». Також «Jive» має подібне значення в негритянському сленгу: «обман, хитрість», хоча можливе

походження від англійського «jibe», на сленгу – «дешеві товари», «марихуана», і «крутий секс». Точно невідомо, яке з цих слів було результативним для назви танцю, тому і дещо не зрозумілий термінологічний смисл, що вкладається у цей танець.

У 1880-х рр. танець вже був конкурсним – його танцювали негри на півдні США за приз, яким найчастіше був пиріг, тому танець був відомий як Cake walk (прогулянка за пиріжками). При цьому танець складався з двох частин – спочатку урочиста процесія пар, потім запальний танець, який учасники танцювали у спеціальних костюмах.

Музика, що супроводжує цей танець, називалася Ragtime (rag – ганчірка), можливо, тому, що учасники одягали їх найкращі «ганчірки» (одяг), або тому що музика була синкопована і «пошматована». Музика і танець були популярні серед негритянського населення Чикаго і Нью-Йорка. Цей запальний негритянський танок з енергійною музикою різко контрастував з обмеженим і суворим танцем вищого суспільства США і Великобританії.

Смерть королеви Вікторії в 1901 році послабила поведінку англійського суспільства. Фривольність, свобода у стосунках, величезна кількість простих танців, заснованих на негритянських ритмах стали популярними і серед «білого» населення: Клубок янки, Техаська ганчірка, Верткі перегони, Вихилясна бочка, Навпочіпки, Короста, Збирати і молотити збіжжя (the Yankee Tangle, the Texas Rag, the Fanny Bump, the Funky Butt, the Squat, the Itch, the Grind and the Mooche). Деякі мали назви тварин, явно сільського і пантомімічного характеру: качка, що шкутильгає; кінь, що мчить; ведмідь грізлі; крок краба; скеля орла; петля, що летить; турецький крок; стрибок кенгуру; риб'ячий крок і стрибки кролика (Lame Duck, Horse Trot, Grizzly Bear, Crab Step, Eagle Rock, Buzzard Lope, Turkey Trot, Kangaroo Dip, Fishwalk and Bunny Hug).

Сучасний Джайв побудований на Bunny Hug (Стрибок Кролика) – один з основних кроків. Це те саме шасе убік – коли кролик або заєць лякаються, вони з місця стрибають убік.

Усі ці танці виконувалися під музику регтайм, з акцентами на ударах 2 і 4, в синкопованих ритмах. Всі вони використовували ті ж самі елементи, що зараз є в Джайві та інших

латиноамериканських танцях: крок, рок, кидок, баунс (скорочення м'язів черевного преса), (розтягання м'язів корпусу – боком) (couples doing a walk, rock, swoop, bounce or sway).

То був час, коли закрита позиція вважалася непристойною, іноді леді носили спеціальні корсети, щоб не торкнуться випадково тілом партнера.

Істотні зміни в танцях почалися з 1910 році, коли багато індивідуальних танців стали виконуватися в парі, танцюристи почали комбінувати фігури, танцюючи їх в довільному порядку. Кожен танцівник перетворюється на ведучого або стрімкого балетмейстера. Зміна відбувалася як зміна інтересу від кроків до ритму. Це співпало з піснею Ірвінга Берліна «Alexander's Ragtime Band» в 1910 рр., яка швидко стала всесвітнім хітом.

У 20-ті роки Ragtime трансформувався в популярний свінг. Фокстрот був створений Гарі Фоксом для виступу на шоу в Нью-Йорку в 1913 році. Чарльстон був привезений моряками з островів Кабо-верде. Потім його стали танцювати в колах негритянських докерів в порту Чарльстон, і він став популярним у вищому суспільстві після включення його в шоу «Running Wild» у 1923 Зігфілдом Фоллісом (Ziegfield Follies) після його поїздки до США. Згодом цей танець став настільки популярним, що багато відомих танцювальних студій стали включати його у свій розклад, як «PCQ» – «Будь ласка, Чарльстон спокійніший» («Please Charleston Quietly»). Танець «Black Bottom» став популярним після включення в шоу «ViterGeorge Whiter's Scandals».

Фокстрот, Чарльстон, black bottom і різні кроки тварин були об'єднані в танець Lindy Hop (лінді-хоп, Переліт Лінді) у 1927 р. Цей танець був названий іменем Чарльза Ліндберга, який вперше зробив одиночний безупинний трансатлантичний переліт. Танцюристи, як і Ліндберг, багато часу проводять в повітрі. На початку, в 1927 р., танець був молодіжним. Старші танцюристи не схвалювали його і намагалися забороняти внаслідок непрогресивності: він виконувався на місці, що заважало іншим танцюристам рухатись по лінії танцю. Танець залишався молодіжним надалі, видозмінюючись у свінг, бугі-вугі, бі-боп, доля, твіст, дїсько і хастл (Swing, Boogie-Woogie, Be-Bop, Rock, Twist, Disco and Hustle).

У 1934 р. Кебом Каллоуеєм (Cab Calloway) був описаний танець, який він побачив в Гарлемі і назвав безумством нервових стрибків (the frenzy of jittering bugs), ця варіація танцю стала називатися Jitterbug (джетеберг), який особливо був популярний в Америці у 40-х роках.

У цьому танці на змаганнях танцівники прагнуть показати, що після чотирьох танців вони не стомлені, та все ж Джайв – останній танець у програмі, достатньо складний для виконання. Джайв відрізняється за характером і технікою від інших танців латиноамериканської програми, часто пари, що добре виконують перші чотири танці, танцюють джайв гірше, а інші – навпаки.

Базова техніка латиноамериканських танців, на відміну від європейських, вперше була впорядкована і описана Уолтером Лердом (Walter Laird).

## ***2. Загальні положення при виконанні танцю «Ча-ча-ча»***

### **Робота ступні та розподілення ваги тіла при виконанні рухів танцю «Ча-ча-ча»**

Всі кроки вперед починаються з носка, потім ступня переходить на подушечку з тиском в підлогу. Каблук опускається безпосередньо перед тим, як досягнута повна амплітуда кроку. Такий тип роботи ступні описаний в таблиці як «подушечка плоско».

Кроки назад виконуються спочатку з подушечки працюючої ноги, а потім з носочка. Каблук опускається при повному перенесенні ваги, коли досягається повна амплітуда кроку. У кінці кроку каблук ноги, що знаходиться без ваги тіла, природньо знімається з підлоги, це не повинно призводити до помітного згинання коліна цієї ноги. Такий тип роботи ступні описаний в таблиці як «подушечка плоско». Проте через високу швидкість музики Ча-ча-ча розподіл ваги на кожному останньому Кроці Назад в Ча-ча-ча злегка відрізняється від розподілу ваги в Румбі. У той час як в Румбі повна вага переноситься на каблук працюючої ноги на рахунок «&» після рахунку «2» всіх останніх Кроків Назад, для Ча-ча-ча кращий результат досягається, якщо розподіл ваги буде трохи іншим. На останньому Кроці Назад в Ча-ча-ча повна вага переноситься на каблук працюючої ноги тільки на останній

частині рахунку «&» після рахунку «2». Таким чином, ритм цих кроків становить «2&a» перед тим, як перенести вагу вперед на рахунок «3». Аналогічні дії і рахунок використовуються на всіх Чекових кроках вперед в Ча-ча-ча.

### **Ступінь повороту**

У латиноамериканських танцях стопи ніколи не бувають паралельні, за винятком того, коли вони приставляються. Стопи завжди розвернуті назовні та кут між ними може створюватися стопою, на якій знаходиться повністю або частково вага, а також стопою без ваги або обома стопами. Наприклад, внаслідок механіки Хід назад в Румбі і Ча-ча-ча стопа, на якій знаходиться вага при завершенні кроку, буде розгорнута приблизно на 1/16. Такий розворот стопи називається «природним розворотом», тому що без нього неможливо виконати крок в балансі.

У результаті цієї розвернутої позиції ступінь повороту, що використовується стопою і корпусом, як правило, не однаковий. Якщо опорна стопа не повернута в ту ж сторону, що і корпус, при завершенні кроку, то ступінь повороту стандартизована по повороту корпусу, а не стоп.

### **Крок вперед «Позиція чек»**

У Румбі і Ча-ча-ча, коли крок вперед використовується для подальшої зміни напрямку без повороту або з невеликим поворотом, характер цього кроку відрізняється від характеру звичайного кроку вперед, оскільки в кінці звичайного кроку вперед положення корпусу і розподіл ваги повинні сприяти подальшому руху вперед на наступному кроці. Цей крок покликаний забезпечити припинення подальшого руху вперед, носить назви Крок вперед «Позиція чек» і в порівнянні зі звичайним кроком вперед має такі особливості:

1. працююча нога займає позицію попереду корпусу;
2. на працюючу ногу переноситься тільки частина ваги;
3. коліно опорної ноги згинається і наближається до коліна працюючої ноги;
4. носок працюючої ноги повертається приблизно на 1/16.

### **Затриманий хід**

На окремих фігурах, в основному в Румбі і Ча-ча-ча, використовується особливий тип кроку, який, дозволяючи змінити

швидкість корпусу і стопи, сприяє кращій музичній інтерпретації. Такий хід називається «затриманий» і буває трьох типів.

1. Затриманий хід вперед, коліно зігнуте.
2. Затриманий хід вперед, коліно пряме.
3. Затриманий хід назад, коліно зігнуте.

При виконанні такого кроку стопа спочатку виводиться в позицію без повного перенесення ваги. Вага переноситься пізніше звичайного, після чого відбувається поворот, передбачений технікою конкретної фігури.

Залежно від позиції, в якій використовується Затриманий крок вперед, коліно працюючої ноги може бути або прямим (як в звичайному кроці вперед), або зігнутим, поки стопа не прийняла повністю вагу. При повному перенесенні ваги коліно, яке приймає вагу ноги, завжди випрямлене. Коліно працюючої ноги на всіх Затриманих кроках назад завжди зігнуте, поки стопа не прийняла повністю вагу.

### **Крок вперед в повороті**

Цей крок використовується, коли при русі вперед необхідно виконати поворот, для подальшого руху вперед в іншому напрямку або назад на наступному кроці, не перериваючи при цьому нормальної дії стегон або корпусу. Зміни напрямку досягається виконанням нормального кроку вперед, але з поступовим поворотом на цьому кроці в потрібному напрямку. Прикладом використання кроку вперед у повороті для продовження руху вперед в іншому напрямку є останній крок партнера у всіх фігура Румби, які закінчуються в Позиції Віяло.

При використанні кроку вперед в повороті для зміни напрямку з переходом з руху вперед в рух назад, максимально можливий поворот на цьому кроці становить  $3/8$ . Позиція стоп в кінці цього кроку «назад і злегка в бік». Якщо фігура, яка виконується, вимагає великого ступеня повороту, додатковий поворот досягається на наступному кроці назад.

Прикладом використання кроку вперед у повороті для зміни напрямку з переходом з руху вперед в рух назад є останні два кроки партнерки у всіх фігурах Румби, які закінчуються в Позиції Віяло або у Відкритій позиції.

### **Правила ведіння**

У Латиноамериканських танцях використовується два типи ведіння:

**Фізичне ведіння.** Перший тип ведіння застосовується тоді, коли партія партнерки не є дзеркальним відображенням партії партнера. Для повідомлення фізичного ведіння партнер використовує напругу м'язів з'єднаних рук. Партнерка відповідає напруженням м'язів своєї руки (рук), і створювана протидія дає можливість партнеру ввести її в необхідну позицію. У фігурах, що вимагають фізичного ведіння, поєднана рука партнерки зазвичай злегка підведена до корпусу і напружена. При фізичному ведінні в парі повинна створитися позиція «Від ліктя до ліктя», яка допомагає партнеру більш точно контролювати рух партнерки. Партнерка при цьому не повинна випрямляти лікоть, щоб уникнути втрати взаємодії в парі. Партнерка повинна створити ніби «каркас» для зручного ведіння партнером.

**Ведіння формою.** Другий тип ведіння який повідомляється партнером через закрито-лицьову позицію, за рахунок переносу ваги. Під час виконання тих чи інших фігур необхідно стежити за незмінністю позиції в парі. Позиція рук не розривається, оскільки не можна втрачати контроль над партнеркою.

### **Латинський Хрест**

Коли в латиноамериканських танцях одна нога схрещується позаду або перед іншою, то досягається позиція у всіх випадках однакова. Це положення ніг називається Латинський Хрест. Далі розглянемо на прикладі: ПН схрещується позаду ЛН.

Коли ПН схрещується позаду ЛН, обидва коліна зігнуті, стегна на одному рівні. Носок ПН розвернутий назовні, а праве коліно «сховане» за лівим. Відстань між носком ПН і каблукком ЛН приблизно 15 см і може варіюватися в залежності від довжини ноги від коліна до стопи і від того, наскільки зігнуті коліна. Позиція стоп, відповідна Латинському Хресту, буде «ПН схрестити позаду ЛН». Розподіл ваги буде залежати від виконуваної фігури.

Аналогічне положення ніг виникатиме при схрещенні ЛН позаду ПН, або коли схрещена позиція є результатом свівла на одній стопі.

### Позиція рук

При русі з однієї Основної Позиції в іншу найкращий результат буде отримано партнером за рахунок використання ведіння – фізичного або ведіння формою. Положення рук, що знаходяться в контакті, буде визначатися характером використаного ведіння. Якщо в фігурі, яка виконується, бере участь корпусний ритм, то вільна рука (або руки) стає продовженням корпусу, завдяки додатковій дії, яка проходить через зап'ястя і пальці, щоб вийти в правильну позицію на відповідний музичний удар. Оскільки руки є продовженням корпусу, їх дія буде завершено після відповідної дії корпусу.

Найбільш типові положення вільної руки:

1. в сторону, витягнута;
2. сторону, зігнута;
3. вперед, зігнута;
4. схрещена перед корпусом, зігнута;
5. в сторону, трохи зігнута.

У тих випадках, коли фігура, яка виконується, являє собою «позицію», позиція руки (або рук) досягається одночасно з позицією стопи у відповідну позицію.

**Зауваження:** Оскільки крок вперед «Позиція Чек» порівняно з кроком назад має деяку інакшу техніку виконання, з'єднана рука партнера повинна перейти в позицію «вперед та витягнута», при виконанні ним кроку вперед з Відкритою Позиції.

### Варіанти з'єднання рук

Як правило, кисті знаходяться в положенні «долоню в долоні», при цьому або великий палець кисті партнера, або інші пальці (під пальцями маються на увазі всі пальці, крім великого) знаходяться на тильній стороні кисті партнерки, в залежності від положення рук.

Коли партнери віддалені один від одного, наприклад, у Відкритій Позиції або Позиції Віяло, кисть партнерки повернута вниз, і лежить на долоні партнера, яка повернута вгору. Великий палець кисті партнера розташовується на тильній стороні кисті партнерки приблизно на лінії, що проходить між вказівним і безіменним пальцями.

Коли партнер піднімає ліву руку, вказуючи поворот ВЛ, кисті знаходяться в положенні «долоня до долоні», великий палець

партнера в положенні, описаному вище. Коли ліва рука партнера піднімається, вказуючи поворот партнерки ВП, кисті знаходяться в положенні «долоня до долоні», при цьому великий палець партнера злегка охоплює тильну сторону кисті партнерки, дозволяючи їй кисті прокручуватися в його руці, коли корпус партнерки повертається ВП.

У Закритій Позичії в парі ліва кисть партнера і права кисть партнерки знаходяться в положенні «долоня до долоні», а пальці партнера лежать на тильній стороні кисті партнерки. Зап'ястя лівої руки партнера повинно бути випрямлено, а праве зап'ясті партнерки злегка відхилене назад.

При зміні позицій рук не можна допускати втрати контакту. У той же час, партнерка не повинна стискати свої пальці, хапаючись за кисть партнера.

### **Робота стопи**

Коли говорять про роботу стопи, то мова йде про ту частину стопи, яка знаходиться в контакті з підлогою.

Всі кроки вперед починаються з носка, потім на подушечку стопи з тиском на підлогу. Каблук опускається тільки в той момент, коли крок повністю завершено. Така робота стопи в таблицях описана як «подушечка, плоско».

Кроки назад починаються з подушечки стопи, яка рухається, потім виноситься носок. Остаточо каблук опускається в міру перенесення ваги із завершенням кроку. У кінці кроку каблук стопи, що опинився без ваги, може відірватися від підлоги, але це повинно бути природньо і не повинно відбитися на будь-якому помітному згинанні цієї ноги. Така робота стопи в таблицях описана як «подушечка, плоско».

### **Основні позиції при виконанні латиноамериканських танців**

Основні позиції – це позиції, з яких починаються і якими закінчуються фігури, що входять до списку основних. Існує 23 Основних Позиції. Якщо в назві позиції згадується замок кистей, то першою вказується кисть партнера, наприклад, «замок Л до П» означає, що «Л кисть партнера тримає П кисть партнерки».

### **Закрита позиція. Close Hold**

У Закритій позиції танців Самба, Ча-ча-ча та Румба партнери знаходяться на відстані, приблизно 15 см один від одного, при

цьому партнерка трохи зміщена ВП щодо партнера. Вага знаходиться на будь-якій з стоп, але на різнойменних. Права кисть партнера розташовується на лівій лопатці партнерки. Права рука плавно вигнута, лікоть на рівні грудної клітки. Ліва рука партнерки лежить на правій руці партнера, повторюючи плавний вигин, а її ліва кисть на правому плечі партнера.

Ліва рука партнера плавно вигнута, приблизно так само, як і права рука, тільки ліва рука догори. Ліва кисть з прямим зап'ястям знаходиться, приблизно, на рівні його носа. Партнер лівою кистю легко тримає праву кисть партнерки. Зімкнута ліва кисть партнера і права кисть партнерки повинні знаходитися на лінії, що лежить між партнерами.

Закрита позиція танцю Пасодобль аналогічна, за винятком того, що тіла партнерів перебувають у контакті від стегон до грудей, при цьому зімкнуті ліва рука до правої, приблизно на 15 см вище, а відповідно до цього піднімається і рівень обох ліктів.

Закрита позиція танцю Джайв схожа на Закрити позицію танців Самба, Ча-ча-ча та Румба, за винятком того, що кисті тримаються трохи нижче.

### **Відкрита позиція. Open Position**

Партнери знаходяться на відстані один від одного, приблизно на відстані витягнутої руки. Вага може бути на будь-якій стопі, у партнерки вага знаходиться на протилежно іменній стопі. Позиція стоп визначається фігурою, в якій використовується Відкрита позиція, наприклад, Хокейна Ключка, Спот поворот ін.

Зімкнуті кисті визначаються наступними фігурами, і можуть бути одним з наступних: Ліва до Правої, Права до Лівої, Права до Правої, Ліва до Правої і Права до Лівої (подвійне зімкнення) або без тримання за руки. У разі, коли присутнє зімкнення кистей рук, рука, яка знаходиться в контакті, спрямована вперед трохи зігнутою на рівні нижче грудей. Вільна рука утримується в сторону трохи зігнутою, утворюючи плавну дугу від плеча.

### **Позиція Віяло. Fan Position**

Ця позиція використовується в Румбі та Ча-ча-ча. Партнерка знаходиться майже на відстані витягнутої руки з лівого боку від партнера, корпус під прямим кутом. Вага у партнерки повністю на

ЛН в позиції «назад» після виконання кроку назад. ПН партнера знаходиться в стороні та трохи вперед з вагою. Лінія, що проходить через стопи партнерки, проходить приблизно в 15 см перед партнером.

У Позиції Віяло ліва кисть партнера, звернена долонею вниз, тримає праву кисть партнерки долонею вгору. Великий палець лівої кисті партнера розташований на тильній стороні кисті партнерки.

Права рука партнерки спрямована вперед, злегка зігнута трохи нижче плеча. Ліва рука партнерки та права рука партнера знаходяться в положенні в бік, злегка зігнуті, утворюючи плавну лінію від плеча.

### **Фоловей позиція. Fallaway Position**

Ця позиція використовується в Пасодоблі та Джайві. Така ж як променадна позиція, але партнер та партнерка рухаються назад. Розворот між корпусом партнера та партнерки зазвичай 1/4. (1/8 ВЛ для партнера, 1/8 ВП для партнерки).

### **Відкрита фоловей позиція. Open Fallaway Position**

Ця позиція використовується в Румбі та Ча-ча-ча. Починаючи з Відкритої позиції ліва рука за праву руку, виходимо у Відкриту фоловей позицію, ліва рука за праву руку, повертаючись на 1/4 ВП, партнерка на 1/4 ВЛ, і виконуючи крок назад з ПН, а партнерка з ЛН. Ліва рука партнера та права рука партнерки спрямовані діагонально вперед злегка зігнуті на рівні трохи нижче грудей. Права рука партнера і ліва рука партнерки відведені в сторону на рівні плеча. У момент, коли відбувається рух стегон, вільні руки партнерів будуть вище.

Відкрита фоловей позиція права рука за ліву руку буде аналогічна Відкритій фоловей позиції ліва рука за праву руку. Партнер повертається на 1/4 ВЛ (партнерка ВП)

### **Променадна позиція. Promenade Position**

Ця позиція використовується в Самбі, Пасодоблі та Джайві. У Променадну позицію виходимо із Закритої позиції, розвертаючись на 1/8 ВЛ, а партнерка ВП, опускаючи ліву руку, партнерка праву руку трохи нижче плеча.

Однак можна зробити до 1/4 ВП в партнерки ВЛ. Максимальний розворот до 1/4 у партнера, а партнерка виконує у випадку тих фігур, де використовується рух тазу, наприклад

Променадний Самба крок. При цьому плечі повертаються трохи менше. Залежно від фігури праве стегно партнера та ліве стегно партнерки будуть або в контакті, або на відстані 15 см один від одного.

Якщо стегна в контакті або близько один біля одного, наприклад Променадний Самба крок, то положення правої кисті партнера та лівої кисті партнерки змінюється. Права кисть партнера прослизає трохи нижче правої лопатки партнерки, а ліва рука партнерки проходить поперек спини партнера на рівні лопаток.

### **Контр променадна позиція. Counter Promenade Position**

Ця позиція використовується в Самбі та Пасодоблі. Корпус партнерів знаходиться на відстані приблизно 25 см один від одного. Ліва рука партнера та права рука партнерки піднімається до рівня голови, злегка зігнута. Партнер повернутий на 1/8 ВП, партнерка ВЛ з Закритої позиції. Права рука партнера спрямована вперед злегка зігнута на рівні трохи нижче плеча, при цьому права кисть зміщується з лівої лопатки партнерки на верхню частину лівої руки партнерки. Ліва рука партнерки легко лежить уздовж правої руки партнера, повторюючи її вигин.

### **Відкрита променадна позиція. Open Promenade Position**

Ця позиція використовується в Румбі, Самбі і Ча-ча-ча, схожа на Відкриту позицію права рука за ліву руку, з вагою на ЛН, а партнерка на ПН, але з наступними відмінностями.

1. Права рука партнера та ліва рука партнерки спрямована діагонально вперед злегка зігнута.

2. Партнер повернутий на 1/4 ВЛ, партнерка ВП.

3. Коли кут між партнерами 1/4, позиція стоп буде в сторону у Відкриту променадну позицію. Коли кут 1/2 – вперед у Відкриту променадну позицію.

У Відкритій променадній позиції ліва рука за праву руку, партнер тримає партнерку як у Закритій позиції. Поворот з Відкритої позиції у Відкриту променадну позицію ліва рука за праву руку буде 1/8 ВЛ в партнера та 1/8 ВП в партнерки.

### **Відкрита контр променадна позиція.**

#### **Open Counter Promenade Position**

Ця позиція використовується в Румбі, Самбі і Ча-ча-ча, схожа на Відкриту позицію ліва рука за праву руку, з вагою на ПН в партнера, та на ЛН в партнерки, але з наступними відмінностями.

1. Ліва рука партнера та права рука партнерки спрямовані діагонально вперед злегка зігнута.

2. Партнер повернутий  $1/4$  ВП, а партнерка ВЛ.

3. Коли кут між партнерами  $1/4$ , позиція стоп буде в сторону у Відкриту контр променадну позицію. Коли кут  $1/2$  – вперед Відкриту контр променадну позицію.

### **Тіньова позиція. Shadow Position**

Ця позиція використовується в Румбі, Самбі і Ча-ча-ча. Партнерка розташована з правого боку партнера, трохи попереду. Її вага може бути на різних ногах і не співпадати з партнером, в залежності від виконуваної фігури. Положення рук також визначається фігурою, яка виконується:

1. **Тіньова позиція ЛР за ПР, та ПР за ЛР.** Права кисть партнера тримає ліву кисть партнерки, а її ліва рука знаходиться перед корпусом. Ліва кисть партнера тримає праву кисть партнерки, а її права рука знаходиться перед корпусом на рівні грудей. Вага партнерів на різних стопах.

Може бути такий варіант: права кисть партнера розташовується на правій лопатці партнерки. Його права рука буде злегка зігнута в бік. Ліва рука партнерки залишається, вперед злегка зігнута перед корпусом, але тепер поверх правої руки. Обидві ці позиції використовуються в кроці вперед в Румбі.

2. **Тіньова позиція ЛР за ЛР, та ПР за ПР.** Ліва рука партнерки в положенні «в сторону злегка зігнута» трохи нижче плеча. Партнер тримає партнерку лівою рукою за ліве зап'ястя, а його ліва рука утворює плавну дугу, як і ліва рука партнерки. Права кисть партнера розташована трохи нижче правої лопатки партнерки, а права рука партнера злегка зігнута. Права рука партнерки в сторону злегка зігнута утворює плавну дугу від плеча.

Ця позиція, коли чоловік і жінка на однойменних ногах, використовується в Самбі і Ча-ча-ча, а на різнойменних ногах в Румбі.

### **Практичне виконання танцю: основні рухи танцю «Ча-ча-ча»**

#### **Види шасе в танці «Ча-ча-ча»**

Шасе Ча-ча-ча являє собою групу з трьох кроків. На другому кроці працююча нога наполовину приставляється до опорної. Шасе може виконуватися в будь-якому напрямку. При виконанні партнера та партнерки Шасе Ча-ча-ча вперед або назад, вони можуть

використовувати технічний елемент «лок». У масовому танці танцівники можуть обійтися і простим Шасе. Хоча обидва коліна згинаються на 2-му і вирівнюються на останньому кроці всіх «локів» і Шасе Ча-ча-ча, на цих рухах не повинно бути ні зміни рівня тіла, ні «баунсу» (bounce – пружина). Переміщення стегон або тазу, яке відбувається при випрямленні ноги на 3-му кроці, повністю компенсує зміна висоти в порівнянні з кроком 2, коли коліна зігнулі.

### Ча-ча-ча шасе ВП (ВП)

Крок	Ритм	Доля такту	Позиція ступні	Робота ступні	Технічні елементи	Ступінь повороту
<b>Партнер та партнерка</b>						
1	4	1/2	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа	П коліно зігнуте. Стегна починають рухатися ВП	Визначається фігурою, в якій виконується шасе
2	&	1/2	ЛН наполовину приставляється к ПН	Подушечка, вся стопа	Обидва коліна зігнуті. Стегна посередині	
3	1	1	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа	Обидва коліна рівні. Стегна ВЛ	

### Ча-ча-ча шасе ВЛ (ВЛ)

Крок	Ритм	Доля такту	Позиція ступні	Робота ступні	Технічні елементи	Ступінь повороту
<b>Партнер та партнерка</b>						
1	4	1/2	ЛН в сторону	Подушечка, вся стопа	Л коліно зігнуте. Стегна починають рухатися ВЛ	

ХОРЕОГРАФІЧНІ НАРИСИ ХХІ СТОЛІТТЯ: ПОЛІАСПЕКТНИЙ НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ АБРИС. М. РІВНЕ 2021

2	&	1/2	ПН наповнину приставляється к ПН	Подушечка, вся стопа	Обидва коліна зігнути. Стегна посередині.	Визначається фігурою, в якій виконується шасе
3	1	1	ЛН в сторону	Подушечка, вся стопа	Обидва коліна рівні. Стегна ВП	

**Ча-ча-ча Лок вперед (ВП)**

Крок	Ритм	Доля такту	Позиція ступні	Робота ступні	Технічні елементи	Ступінь повороту
<b>Партнер та партнерка</b>						
1	4	1/2	<i>ПН вперед, П плече попереду</i>	Подушечка, вся стопа	П коліно рівне. Стегна починають рухатися ВП	Визначається фігурою, в якій виконується лок
2	&	1/2	ЛН ставиться навхрест позаду ПС	Носок	Обидва коліна зігнути. Стегна посередині. Лагінське схрещення	
3	1	1	ПН вперед, П плече попереду	Подушечка, вся стопа	Обидва коліна рівні. Стегна ВП	

**Ча-ча-ча Лок вперед (ВЛ)**

Крок	Ритм	Доля такту	Позиція ступні	Робота ступні	Технічні елементи	Ступінь повороту
<b>Партнер та партнерка</b>						
1	4	1/2	<i>ЛН вперед, П плече попереду</i>	Подушечка, вся стопа	Л коліно рівне. Стегна починають рухатися ВЛ	

Розділ 1. Перший курс. Освітній ступінь «Бакалавр»

2	&	1/2	ПН ставиться навхрест позаду ЛН	Носок	Обидва коліна зігнуті. Стегна посередині. Латинське схрещення	Визначається фігурою, в якій виконується лок
3	1	1	ЛН вперед, П плече попереду	Подушечка, вся стопа	Обидва коліна рівні. Стегна ВЛ	

**Ча-ча-ча Лок назад (ВЛ)**

Крок	Ритм	Доля такту	Позиція ступні	Робота ступні	Технічні елементи	Ступінь повороту
<b>Партнер та партнерка</b>						
1	4	1/2	<i>ЛН вперед, Л плече попереду, носок розвернутий</i>	Носок	Л коліно рівне. Стегна починають рухатися ВЛ	
2	&	1/2	ПН ставиться навхрест попереду ЛН	Подушечка, вся стопа	Обидва коліна зігнуті. Стегна посередині. Латинське схрещення	Визначається фігурою, в якій виконується лок
3	1	1	ЛН вперед, Л плече попереду	Подушечка, вся стопа	Обидва коліна рівні. Стегна ВЛ	

**Ча-ча-ча Лок назад (ВП)**

Крок	Ритм	Доля такту	Позиція ступні	Робота ступні	Технічні елементи	Ступінь повороту
<b>Партнер та партнерка</b>						
1	4	1/2	<i>ПН вперед, П плече попереду, носок розвернутий</i>	Носок	П коліно рівне. Стегна починають рухатися ВП	
2	&	1/2	ЛН ставиться навхрест попереду ПН	Подушечка, вся стопа	Обидва коліна зігнуті. Стегна посередині. Латинське схрещення	Визначається фігурою, в якій виконується лок

3	1	1	ПН вперед, П плече попереду	Подушечка, вся стопа	Обидва коліна рівні. Стегна ВП	
---	---	---	-----------------------------------	-------------------------	--------------------------------------	--

**Зауваження:** Плече, яке знаходиться попереду при виконанні лока вперед або назад, не повинно бути зайвим. Воно зникає на наступному кроці після лока. Крім того, його не повинно бути при виконанні локу з поворотом у бік ступні, яка рухається.

### Основні рухи танцю «Ча-ча-ча». Тайм Степ. Time Step

Крок	Ритм	Доля такту	Позиція ступні	Робота ступні	Технічні елементи	Ступінь повороту
1	2	3	4	5	6	7
<b>Партнер</b>						
1	1	1	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа	Боковий крок	Немає
2	2	1	ЛН приставляється до ПН	Подушечка, вся стопа	Стопа приставляється з переносом ваги	Немає
3	3	1	ПН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці	Немає
4	4	1/2	<i>ЛН в сторону</i>	Подушечка, вся стопа	Ча-ча-ча шасе ВЛ сторону	Немає
5	&	1/2	ПН підтягується до ЛН	Подушечка, вся стопа		Немає
6	1	1	ЛН в сторону	Подушечка, вся стопа		Немає
7	2	1	ПН приставляється до ЛН	Подушечка, вся стопа	Стопа приставляється з переносом ваги	Немає
8	3	1	ЛН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці	Немає

Розділ 1. Перший курс. Освітній ступінь «Бакалавр»

9	4	1/2	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа	Ча-ча-ча шасе ВП сторону	Немає
10	&	1/2	ЛН підтягується до ПН	Подушечка, вся стопа		Немає
11	1	1	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа		Немає
Далі можна повторювати з к. 2						
<b>Партнерка</b>						
1	1	1	ЛН в сторону	Подушечка, вся стопа	Боковий крок	Немає
2	2	1	ПН приставляється к ЛН	Подушечка, вся стопа	Стопа приставляється з переносом ваги	Немає
3	3	1	ЛН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці	Немає
4	4	1/2	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа	Ча-ча-ча шасе ВП сторону	Немає
5	&	1/2	ЛН підтягується до ПН	Подушечка, вся стопа		Немає
6	1	1	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа		Немає
7	2	1	ЛН приставляється до ПН	Подушечка, вся стопа	Стопа приставляється з переносом ваги	Немає
8	3	1	ПН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці	Немає
9	4	1/2	ЛН в сторону	Подушечка, вся стопа	Ча-ча-ча шасе ВЛ сторону	Немає
10	&	1/2	ПН підтягується до ЛН	Подушечка, вся стопа		Немає
11	1	1	ЛН в сторону	Подушечка, вся стопа		Немає
Далі можна повторювати з к. 2						

**Положення в парі:** к.1-11: Закрита Позиція або без тримання.

**Попередні рухи:** Закритий основний рух, Спот поворот ВЛ.

**Наступні рухи:** Закритий основний рух, Спот поворот ВП, Спот поворот ВЛ після к.6.

**Зауваження:**

1. Оскільки цей рух використовується для навчання основного ритму Ча-ча-ча і для розвитку гарного ритмічного інтерпретування, він стандартизований з виконанням першого кроку на перший удар такту.

2. У разі ритму «Гуапача» позиція ступні на к.2: ЛН схрещується позаду ПН, а на к.7: ПН схрещується позаду ЛН. У партнерки аналогічно, але з іншої ноги. Робота ступні на цих кроках: носок, технічний елемент: Латинське схрещення.

**Закритий основний рух. Close Basic**

Крок	Ритм	Доля такту	Позиція ступні	Робота ступні	Технічні елементи	Ступінь повороту
1	2	3	4	5	6	7
<b>Партнер</b>						
1	2	1	ЛН вперед, носок розвернутий	Подушечка, вся стопа	Крок вперед «Позиція Чек»	Немає
2	3	1	ПН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці	Трішки ВЛ
3	4	1/2	ЛН в сторону	Подушечка, вся стопа	Ча-ча-ча шасе ВЛ в сторону	ВЛ
4	&	1/2	ПН приставляється до ЛН	Подушечка, вся стопа		
5	1	1	ЛН в сторону	Подушечка, вся стопа		
6	2	1	ПН назад	Подушечка, вся стопа	Крок назад	Немає
7	3	1	ЛН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці	Трішки ВЛ
8	4	1/2	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа	Ча-ча-ча шасе ВП в сторону	ВЛ

9	&	1/2	ЛН приставляється до ПН	Подушечка, вся стопа		
10	1	1	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа		
<b>Партнерка</b>						
1	2	1	ПН назад	Подушечка, вся стопа	Крок назад	Немас
2	3	1	ЛН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці	Трішки ВЛ
3	4	1/2	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа	Ча-ча-ча шасе ВП в сторону	ВЛ
4	&	1/2	ЛН приставляється до ПН	Подушечка, вся стопа		
5	1	1	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа		
6	2	1	ЛН вперед, носок розвернутий	Подушечка, вся стопа	Крок вперед «Позиція Чек»	Немас
7	3	1	ПН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці	Трішки ВЛ
8	4	1/2	ЛН в сторону	Подушечка, вся стопа	Ча-ча-ча шасе ВЛ в сторону	ВЛ
9	&	1/2	ПН приставляється до ЛН	Подушечка, вся стопа		
10	1	1	ЛН в сторону	Подушечка, вся стопа		

**Положення в парі:** починаємо і закінчуємо в Закритій Позиції.

**Ступінь повороту:** до 1/2 ВЛ.

**Попередні рухи:** Закритий основний рух, Натуральна Дзига, Алемана, Спот поворот ВЛ.

**Наступні рухи:** Тайм Степ, Натуральна Дзига, Віяло, Поворот під рукою ВП.

**Зауваження:**

1. При виконанні Натуральної Дзиги після Закритого основного руху, к.5 в партнерки виконується «вперед між стоп чоловіка».

2. Оскільки Хід назад і Перерваний хід вперед не відповідають один одному за амплітудою руху, відстань між партнерами при виконанні Основного руху буде коливатися.

### Відкритий основний рух. Open Basic

Крок	Ритм	Доля такту	Позиція ступні	Робота ступні	Технічні елементи	Ступінь повороту
1	2	3	4	5	6	7
<b>Партнер</b>						
1	2	1	ЛН вперед, носок розвернутий	Подушечка, вся стопа	Крок вперед «Позиція Чек»	Немає
2	3	1	ПН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці	Немає
3	4	1/2	ЛН назад	Носок	Ча-ча-ча Лок ВЛ назад	Невеликий поворот корпусу ВЛ
4	&	1/2	ПН схрещується перед ЛН	Подушечка, вся стопа		
5	1	1	ЛН в сторону	Подушечка, вся стопа		
6	2	1	ПН назад	Подушечка, вся стопа	Крок назад	Немає
7	3	1	ЛН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці	Немає
8	4	1/2	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа	Ча-ча-ча Лок ВП вперед	Невеликий поворот корпусу ВЛ
9	&	1/2	ЛН схрещується позаду ПН	Носок		
10	1	1	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа		
<b>Партнерка</b>						
1	2	1	ПН назад	Подушечка, вся стопа	Крок назад	Немає
2	3	1	ЛН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці	Немає
3	4	1/2	ПН вперед	Подушечка, вся стопа	Ча-ча-ча Лок ВП вперед	Невеликий поворот корпусу ВЛ
4	&	1/2	ЛН схрещується позаду ПН	Носок		
5	1	1	ПН вперед	Подушечка, вся стопа		

Розділ 1. Перший курс. Освітній ступінь «Бакалавр»

6	2	1	ЛН вперед, носок розвернутий	Подушечка, вся стопа	Крок вперед «Позиція Чек»	Немає
7	3	1	ПН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці	Немає
8	4	1/2	ЛН назад	Носок	Ча-ча-ча Лок ВЛ назад	Невеликий поворот корпусу ВЛ
9	&	1/2	ПН схрещується перед ЛН	Подушечка, вся стопа		
10	1	1	ЛН назад	Подушечка, вся стопа		

**Положення в парі:** починаємо і закінчуємо у Відкритій Позиції без замка.

**Попередні рухи:** Хокейна ключка, Спот поворот ВЛ, Кубинський Брейк, Турецький Рушник.

**Наступні рухи:** к.1-5 Закритий основний рух без замка або повороту, потім Спот поворот ВЛ, Кубинський Брейк, Турецький Рушник.

**Зауваження:** При виконанні Відкритого основного руху Ча-ча-ча Локи вперед або назад можуть бути замінені трьома Ча-ча-ча локами вперед або назад, відповідно. Рахунок в цьому випадку буде: 2 3 4 & 1, 2 & 3, 4 & 1. Попередні і наступні залишаються без зміни.

**Чек з відкритої КПП (Нью-Йорк). Chek from Open CPP**

Крок	Ритм	Доля такту	Позиція ступні	Робота ступні	Технічні елементи	Ступінь повороту
<b>Партнер</b>						
1	2	1	ЛН вперед у відкриті КПП, носок повернутий	Подушечка, вся стопа	Крок вперед «Позиція Чек»	1/8 ВП *
2	3	1	ПН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці	1/4 ВЛ **
3	4	1/2	<i>ЛН в сторону</i>	Подушечка, вся стопа	Ча-ча-ча шасе ВЛ в сторону	
4	&	1/2	ПН приставляється до ЛН	Подушечка, вся стопа		
5	1	1	ЛН в сторону	Подушечка, вся стопа		

Партнерка						
1	2	1	ПН вперед у відкриту КПП, носок повернутий	Подушечка, вся стопа	Крок вперед «Позиція Чек»	1/8 ВЛ *
2	3	1	ЛН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці Ча-ча-ча шасе ВП в сторону	1/4 ВП **
3	4	1/2	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа		
4	&	1/2	ЛН приставляється до ПН	Подушечка, вся стопа		
5	1	1	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа		

\* Поворот починається на попередньому ударі музики.

\*\* 3/8, якщо закінчити у Відкритій ПП, права рука тримається за ліву.

**Положення в парі:** к.1: починаємо з Відкритої КПП, к.5: закінчуємо у Відкритій Позиції, ліва рука тримається за праву.

**Попередні рухи:** Наступні фігури, що закінчуються у Відкритій КПП: Спот поворот ВЛ, Поворот під рукою ВП, Чек з відкритої ПП, к.1-10 Рука до руки, Віяло, Хокейна Ключка, Відкритий Хіп Твіст, Закритий Хіп Твіст, Алемана, Закритий Хіп Твіст Спіраль, Відкритий Хіп Твіст Спіраль, Розщеплені Кубинські Брейки у відкритій КПП, Розщеплені Кубинські Брейки у відкритій ПП.

**Наступні рухи:** Віяло, Спот поворот ВЛ, Поворот під рукою ВП. Якщо закінчити у Відкритій ПП: Чек з відкритої ПП.

### Чек з відкритої ПП (Нью-Йорк). Chek from Open PP

Крок	Ритм	Доля такту	Позиція ступні	Робота ступні	Технічні елементи	Ступінь повороту
Партнер						
1	2	1	ПН вперед у відкриту ПП, носок повернутий	Подушечка, вся стопа	Крок вперед «Позиція Чек»	1/8 ВП *

2	3	1	ЛН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці	1/4 ВЛ **
3	4	1/2	<i>ПН в сторону</i>	Подушечка, вся стопа	Ча-ча-ча шасе ВП в сторону	
4	&	1/2	ЛН приставляється до ПН	Подушечка, вся стопа		
5	1	1	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа		
<b>Партнерка</b>						
1	2	1	ЛН вперед у відкриті ПП, носок повернутий	Подушечка, вся стопа	Крок вперед «Позиція Чек»	1/8 ВЛ *
2	3	1	ПН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці	1/4 ВП **
3	4	1/2	ЛН в сторону	Подушечка, вся стопа	Ча-ча-ча шасе ВЛ в сторону	
4	&	1/2	ПН приставляється до ЛН	Подушечка, вся стопа		
5	1	1	ЛН в сторону	Подушечка, вся стопа		

\* Поворот починається на попередньому ударі музики.

\*\* 3/8, якщо закінчити у Відкритій КПП.

**Положення в парі:** к.1: починаємо з Відкритої ПП, права рука тримається за ліву, к.5: закінчуємо у Відкритій Позиції, права рука тримається за ліву.

**Попередні рухи:** Наступні фігури, що закінчуються у Відкритій ПП: Спот поворот ВП, Поворот під рукою ВЛ, Чек з відкритої КПП, Рука до руки.

**Наступні рухи:** Спот поворот ВП. Якщо закінчити у Відкритій КПП: Чек з відкритої КПП, Поворот під рукою ВЛ, Кубинський Брейк у відкритій КПП, Кубинські Брейки у відкритій КПП, Розщеплені Кубинські Брейки у відкритій КПП та у відкритій ПП.

### Спот поворот ВЛ. Spot Turn To Left

Крок	Ритм	Доля такту	Позиція ступні	Робота ступні	Технічні елементи	Ступінь повороту
<b>Партнер</b>						
1	2	1	ПН вперед навхрест корпусу з поворотом, закінчуючи ПН назад трішки в сторону	Подушечка, вся стопа	Крок вперед з поворотом	Один повний поворот ВЛ*
2	3	1	ЛН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці	
3	4	1/2	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа	Ча-ча-ча шасе ВП в сторону	
4	&	1/2	ЛН приставляється до ПН	Подушечка, вся стопа		
5	1	1	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа		
<b>Партнерка</b>						
1	2	1	ЛН вперед навхрест корпусу з поворотом, закінчуючи ЛН назад трішки в сторону	Подушечка, вся стопа	Крок вперед з поворотом	Один повний поворот ВП*
2	3	1	ПН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці	
3	4	1/2	ЛН в сторону	Подушечка, вся стопа	Ча-ча-ча шасе ВЛ в сторону	
4	&	1/2	ПН приставляється до ЛН	Подушечка, вся стопа		
5	1	1	ЛН в сторону	Подушечка, вся стопа		

\* 7/8, якщо закінчити у Відкритій КПП.

**Положення в парі:** починаємо та закінчуємо у Відкритій позиції, руки вільні.

**Попередні рухи:** к.1-6 Тайм степ, Спот поворот ВП, Поворот під рукою ВЛ, Пліч-о-пліч, Чек з Відкритої КПП, Рука до Руки.

**Наступні рухи:** Закритий основний рух, Відкритий основний рух, Спот поворот ВЛ, Рука до руки. Якщо закінчити у Відкритій КПП: Чек з відкритої КПП, Поворот під рукою ВЛ.

### **Поворот під рукою ВП. Underarm Turn to Right.**

Замість Спот повороту ВЛ партнер може виконати к.6-10 Закритого Основного руху без повороту, таким чином партнер вказуючи партнерці поворот ВП направляючи її своєю лівою рукою. Партнер тримає праву кисть партнерки в своїй лівій кисті, яка рухається по колу над правим плечем партнерки, дозволяючи їй повертатися ВП. На к.5 може бути Закрита Позиція.

**Попередні рухи:** к.1-5 Закритий основний рух, Чек з відкритої КПП, Спот поворот ВП, Поворот під рукою ВЛ.

**Наступні рухи:** Закритий основний рух, Спот поворот ВП. Якщо закінчити у Відкритій КПП: Чек з відкритої КПП, Поворот під рукою ВЛ.

### **Спот поворот ВП. Spot Turn To Right**

Крок	Ритм	Доля такту	Позиція ступні	Робота ступні	Технічні елементи	Ступінь повороту
1	2	3	4	5	6	7
<b>Партнер</b>						
1	2	1	ЛН вперед навхрест корпусу з поворотом, закінчуючи ЛН назад трішки в сторону	Подушечка, вся стопа	Крок вперед з поворотом	Один повний поворот ВП*
2	3	1	ПН на місці	Подушечка, вся стопа		
3	4	1/2	ЛН в сторону	Подушечка, вся стопа		
4	&	1/2	ПН приставляється до ЛН	Подушечка, вся стопа		
5	1	1	ЛН в сторону	Подушечка, вся стопа		

1	2	3	4	5	6	7
<b>Партнерка</b>						
1	2	1	ПН вперед навхрест корпусу з поворотом, закінчуючи ПН назад трішки в сторону	Подушечка, вся стопа	Крок вперед з поворотом	Один повний поворот ВЛ*
2	3	1	ЛН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці	
3	4	1/2	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа	Ча-ча-ча шасе ВП в сторону	
4	&	1/2	ЛН приставляється до ПН	Подушечка, вся стопа		
5	1	1	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа		

\* 7/8, якщо закінчити у Відкритій КПП, права за ліву руку.

**Положення в парі:** к.1-5: Відкрита позиція, руки вільні.

**Попередні рухи:** к.1-6 Тайм-степ, Спот поворот ВЛ, Чек з відкритої ПП..

**Наступні рухи:** Спот поворот ВЛ, Плече до плеча. Якщо закінчити у Відкритій ПП - Чек з відкритої ПП.

### **Поворот під рукою ВЛ. Underarm Turn to Left.**

Замість Спот повороту ВП партнер виконає к.1-5 Закритий основний рух, починаючи з Відкритої КПП (1/8 повороту ВЛ) і вказуючи партнерці поворот ВЛ становищем своєї лівої руки. Перший крок Закритого основного руху партнер робить збоку від партнерки та тримає її праву кисть в своїй лівій кисті, яка рухається по колу над правим плечем партнерки, дозволяючи їй повертатися ВЛ. На к.5 може бути Закрита позиція. Партнерка виконує Спот поворот на 7/8 ВЛ.

**Попередні рухи:** такі фігури, що закінчуються у Відкритій КПП: к.6-10 Закритий Основний рух, Чек з відкритої ПП, Спот поворот ВЛ, Поворот під рукою ВП.

**Наступні рухи:** Віяло, Спот поворот ВЛ, Поворот під рукою ВП, Плече до плеча. Якщо вести партнерку вперед на к.3-5: Натуральна Дзига. Якщо закінчити у Відкриту ПП - Чек з відкритою КПП.

### Плече до плеча. Shoulder to Shoulder

Крок	Ритм	Доля такту	Позиція ступні	Робота ступні	Технічні елементи	Ступінь повороту
1	2	3	4	5	6	7
<b>Партнер</b>						
1	2	1	<i>ПН вперед, носок повернутий, справа від партнерки</i>	Подушечка, вся стопа	Крок вперед «Позиція Чек»	Немає
2	3	1	ЛН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці	Немає
3	4	1/2	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа	Ча-ча-ча шасе ВП з поворотом в ВП	1/4 ВП
4	&	1/2	ЛН приставляється до ПН	Подушечка, вся стопа		
5	1	1	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа		
6	2	1	ЛН вперед, носок повернутий, зліва від партнерки	Подушечка, вся стопа	Крок вперед «Позиція Чек»	Немає
7	3	1	ПН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці	Немає
8	4	1/2	ЛН в сторону	Подушечка, вся стопа	Ча-ча-ча шасе ВЛ з поворотом в ВЛ	1/4 ВЛ
9	&	1/2	ПН приставляється до ЛН	Подушечка, вся стопа		
10	1	1	ЛН в сторону	Подушечка, вся стопа		
Кроки 11-17: Повторити кроки 1-7						
Кроки 18-20: Повторити кроки 8-10, але тільки з поворотом на 1/8 вправо						

ХОРЕОГРАФІЧНІ НАРИСИ ХХІ СТОЛІТТЯ: ПОЛІАСПЕКТНИЙ НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ АБРИС. М. РІВНЕ 2021

1	2	3	4	5	6	7
<b>Партнерка</b>						
1	2	1	<i>ЛН назад, справа від партнера</i>	Подушечка, вся стопа	Крок назад	Немає
2	3	1	ПН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці	Немає
3	4	1/2	ЛН в сторону	Подушечка, вся стопа	Ча-ча-ча шасе ВЛ з поворотом в ВП	1/4 ВП
4	&	1/2	ПН приставляється до ЛН	Подушечка, вся стопа		
5	1	1	ЛН в сторону	Подушечка, вся стопа		
6	2	1	ПН назад, зліва від партнера	Подушечка, вся стопа	Крок назад	Немає
7	3	1	ЛН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці	Немає
8	4	1/2	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа	Ча-ча-ча шасе ВП з поворотом в ВЛ	1/4 ВЛ
9	&	1/2	ЛН приставляється до ПН	Подушечка, вся стопа		
10	1	1	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа		
Кроки 11-17: Повторити кроки 1-7						
Кроки 18-20: Повторити кроки 8-10, але тільки з поворотом на 1/8 вліво						

**Положення в парі:** к. 1-20. Почати та закінчити у Відкритій позиції, руки вільні.

**Попередні рухи:** Спот поворот ВП, Поворот під рукою ВЛ.

**Наступні рухи:** Спот поворот ВЛ.

**Зауваження:** В якості альтернативного методу виконання цього руху партнер може виконувати партію партнерки, партнерка партію партнера. Перед цим можна виконати Спот поворот ВЛ. Далі можливо виконати Спот поворот ВП.

### Рука до руки. Hand to Hand

Крок	Ритм	Доля такту	Позиція ступні	Робота ступні	Технічні елементи	Ступінь повороту
<b>Партнер</b>						
1	2	1	ЛН назад у Відкриту Фоловей Позицію	Подушечка, вся стопа	Крок назад	1/4 ВЛ**
2	3	1	ПН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці	Немає
3	4	1/2	ЛН в сторону	Подушечка, вся стопа	Ча-ча-ча шасе ВЛ з поворотом в ВП	1/4 ВП
4	&	1/2	ПН приставляється до ЛН	Подушечка, вся стопа		
5	1	1	ЛН в сторону	Подушечка, вся стопа		
6	2	1	ПН назад у Відкритому Фоловей	Подушечка, вся стопа	Крок назад	1/4 ВП**
7	3	1	ЛН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці	Немає
8	4	½	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа	Ча-ча-ча шасе ВП з поворотом в ВЛ	1/4 ВЛ
9	&	½	ЛН приставляється до ПН	Подушечка, вся стопа		
10	1	1	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа		
Кроки 11-15: Повторити кроки 1-5, закінчивши у Відкритій Позиції, ліва за праву руку*						

ХОРЕОГРАФІЧНІ НАРИСИ XXI СТОЛІТТЯ: ПОЛІАСПЕКТНИЙ НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ АБРИС. М. РІВНЕ 2021

Крок	Ритм	Доля такту	Позиція ступні	Робота ступні	Технічні елементи	Ступінь повороту
<b>Партнерка</b>						
1	2	1	ПН назад у Відкритому Фоловеї	Подушечка, вся стопа	Крок назад	1/4 ВП**
2	3	1	ЛН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці	Немає
3	4	1/2	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа	Ча-ча-ча шасе ВП з поворотом в ВЛ	1/4 ВЛ
4	&	1/2	ЛН приставляється до ПН	Подушечка, вся стопа		
5	1	1	ПН в сторону	Подушечка, вся стопа		
6	2	1	ЛН назад у Відкрити Фоловей Позицію	Подушечка, вся стопа	Крок назад	1/4 ВЛ**
7	3	1	ПН на місці	Подушечка, вся стопа	Перенесення ваги на місці	Немає
8	4	1/2	ЛН в сторону	Подушечка, вся стопа	Ча-ча-ча шасе ВЛ з поворотом в ВП	1/4 ВП
9	&	1/2	ПН приставляється до ЛН	Подушечка, вся стопа		
10	1	1	ЛН в сторону	Подушечка, вся стопа		
Кроки 11-15: Повторити кроки 1-5						

\*Можна закінчити у Відкритій КПП на к. 10, або у Відкритій ПП права рука за ліву руку на к. 5 або 15.

\*\*Поворот починається на попередню музичну долю.

**Зауваження:**

1. При виконанні цієї фігури партнер може переміщувати праву і ліву долоню на спині партнерки трохи нижче відповідно її лівої та правої лопатки. Кісті рук партнерки в цьому випадку природньо розташовуються відповідно на правому або лівому плечі партнера. Якщо фігура виконується в цій манері, її попередніми фігурами можуть бути: Закритий основний рух або Натуральна Дзига з закінченням А.

2. Ча-ча-ча шасе може бути замінено Три Ча-ча-ча. Рахунок 2 3 4 & 1, 2 & 3, 4 & 1, 2 3 4 & 1, 2 & 3, 4 & 1. При цьому поворот на 1/4 робиться на другому Ча-ча-ча (яке виконується вперед Локом).

### РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Артеменко Л.М., Машин І.А. Спортивні танці України 2007 (СГОСТУ). Київ 2007. 186 с.
2. Браїловська Л.В. Самовчитель по танцям: вальс, танго, самба, джайв - Ростов-на-Дону: Фенікс, 2003. 224 с.
3. Гончаров А.М., Машин І.А., Спортивні танці України 2004 (СГОСТУ). Київ: 2004. 190 с.
4. Згурський Л. Методика викладання бальних танців у школах Київ: 1978.184 с.
5. Композиція латиноамериканських танців: Методичний рекомендації для студентів I курсу освітнього ступеня Бакалавр, спеціальності 024 Хореографія. Рабченюк С.В. Рівне: РДГУ, 2019. 50 с.
6. Композиція латиноамериканських танців: Методичні рекомендації для самостійної роботи студентів першого – другого курсів кафедри хореографії. Годовський В.М., Горбенко О.А. Рівне: РДГУ, 2005. – 32 с.
7. Лэрд У. Техника исполнения латиноамериканских танцев. Часть вторая. Ленинград: 1999.
8. Лэрд У. Техника исполнения латиноамериканских танцев. Часть первая. Ленинград: 1998.
9. Лэрд У. Техника исполнения латиноамериканских танцев: Дополнения. Ленинград: 1998. 64 с.
10. Максим А. А. Изучение бальных танцев. Учебное пособие. Москва: 2010. 48с.
11. Мищенко В.А., Тимошенко О.А., Спортивные бальные танцы для начинающих. Москва: 2007. 192 с.
12. Осадців Т.В. Спортивні танці. Навчальний посібник. Львів: 2001. 340 с.
13. Пересмотренная техника латиноамериканских танцев. Часть пятая. ЧА-ЧА-ЧА / Пер. с англ. и ред. Ю. Пин. Санкт-Петербург: 1993.

14. Стриганова В.М., Уральская В.И. Современный бальный танец. Пособие для студентов институтов культуры. Москва: 1977. 431 с.
15. Теорія та методика викладання латиноамериканських танців: Лекційний курс та методичні рекомендації для студентів першого курсу кафедри хореографії. Годовський В.М., Горбенко О.А. Рівне: РДГУ, 2005. 35 с.
16. Теорія та методика викладання латиноамериканських танців: Навчально-методичний посібник для студентів I курсу спеціальності 024 Хореографія, освітнього ступеня Бакалавр Рабченко С.В. Рівне: РДГУ, 2017. 47 с.
17. Теорія та методика латиноамериканських танців. Частина 1. Танець «Ча-ча-ча»: Методичні рекомендації для студентів освітнього ступеня Бакалавр, спеціальності 024 Хореографія. Рабченко С.В. Рівне: РДГУ, 2019. 95 с.

*Навчальне видання*

**ХОРЕОГРАФІЧНІ НАРИСИ ХХІ СТОЛІТТЯ:  
ПОЛІАСПЕКТНИЙ НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ  
АБРИС**

*НАВЧАЛЬНИЙ-МЕТОДИЧНИЙ ПОСІБНИК*

**Автори:**

*Маркевич Л.А., Волошина Л.П., Горбачук Р.Л., Гордєєв В.А.,  
Гордєєва О.Ю., Зань Л.А., Завалін А.А., Легка І.П., Лобан Т.Й.,  
Манелюк Д.І., Манелюк Е.В., Пуйова В.В., Рабченюк С.В.,  
Самохвалова А.В., Шингер В.В.*

**Відповідальна за випуск:**

*Маркевич Л.А.*

**Комп'ютерна верстка та макет:**

*Федорук Л.М.*

Підп. до др. 30.06.2021 р. Формат 60x84 1/16. Папір офсетний.  
Ум. друк. арк. 25,5. Наклад 300 прим. Зам. № 631/2

Видавець: О. Зень

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи  
серія РВ № 26 від 6 квітня 2004 р.  
вул. Кн.Романа, 9/24, м. Рівне, 33022,  
068 025 067 4, [olegzen@ukr.net](mailto:olegzen@ukr.net)

Друк: VPM-ПОЛІГРАФ

вул. Буковинська, 3, м. Рівне, 35304;  
тел.0-362-64-21-34; 0-98-327-24-00  
[642134@ukr.net](mailto:642134@ukr.net)