

# Современный балльный танец



**Спортивно-бальные танцы** — группа различных [парных танцев](#), некоторые из которых имеют народные истоки. Исполнялись на балах, которые проводились в помещениях, застеленных паркетом. В настоящее время к бальным танцам относят 17 различных танцев, разбитых на четыре программы. Во всем танцевальном мире соревнования по спортивным танцам делятся на 2 программы:



европейскую (Standard, Modern или Ballroom), латиноамериканскую (Latin) или их иногда называют десяткой танцев. В 1960-х гг. в СССР была создана своя "народная программа", в которую вошли исторические танцы, исполнявшиеся на балах, а соревнования проводились как по 2 основным, так и по трем программам, соответственно. Еще два танца - полька и модный рок - образуют четвертую, дополнительную программу, которую сейчас исполняют начинающие танцоры.



В европейскую программу  
входят: медленный вальс (Бостон),  
квикстеп (быстрый фокстрот), венский  
вальс, танго, медленный фокстрот.



В латиноамериканскую: [самба](#), [ча-ча-ча](#), румба, пасодобль, джайв. Теоретически, под определение бального подпадают такие танцы, как мазурка, полонез, [КОТИЛЬОН](#), кадрили, сальса, [ТВИСТ](#), рок-н-рол и др., однако на соревнованиях они не исполняются.



Термин «бальные»  
относится к парным  
непрофессиональн  
ым светским  
танцам, возникшим  
в средневековой  
Европе.





Эти танцы очень сильно видоизменялись: любая эпоха европейской истории — [Возрождение](#), [Просвещение](#), [классицизм](#), [романтизм](#), — породила своеобразный танцевальный комплекс. На протяжении всего европейского культурного развития на балльный танец влияли самые разнообразные этнические источники, а также профессиональный танец.

## **Бальный танец как средство воспитания**

Бальный танец играет немаловажную роль в воспитании молодежи. Это связано с многогранностью бального танца, который сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно-физического, этического и художественно-эстетического развития и образования. Конечно, в процессе обучения все эти средства взаимосвязаны, взаимообусловлены.





Бальный танец - одно из средств эстетического воспитания и воспитания творческого начала в человеке. Как и всякое искусство, бальный танец способен - приносить глубокое эстетическое удовлетворение. Человек, который хорошо танцует, испытывает неповторимые ощущения от свободы и легкости своих движений, от умения владеть своим телом, его радуют точность, красота, пластичность, с которыми он исполняет сложные танцевальные па и т. д. Все служит источником эстетического удовлетворения.

Живо, весело

The image displays a musical score for piano, consisting of five systems of two staves each. The first system includes a tempo marking "Живо, весело" (Allegro, lively) and a dynamic marking "f" (forte). The music is in 3/4 time and features a rhythmic melody in the right hand and a supporting bass line in the left hand. The notation includes various note values, rests, and articulation marks.

