Попова Н. В.
(Сыктывкар, МАУДО
«Центр детского творчества,
clubartmas@mail.ru)

Конспект занятия
«Ведение в паре в танце Ча-ча-ча»

Оглавление

Теоретическая часть 3

Практическая часть 6

Список литературы: 14

Приложение 1 15

Приложение 2 16

Теоретическая часть

Тема занятия: Ведение в паре в танце Ча-ча-ча.

Изучаемая дисциплина: Спортивные бальные танцы.

Возраст обучающихся: 10 -11 лет.

Технология: деятельностного метода.

Тип занятия: занятие комплексного применения знаний.

Цель занятия: Сформировать и закрепить навык ***ведения*** при исполнении технических действий в фигурах танца Ча-ча-ча.

Задачи занятия:	**Результаты:**
Обучающие: - закрепление понятия «ведение» (использование принципов: давление, натяжение); - формирование умения двигаться в паре используя ведение; - формирование умения двигаться в паре используя ведение в базовых фигурах; - формирование умения двигаться в паре используя ведение в конкурсных вариациях; - развитие координации движения; - развитие зрительной памяти.	**Предметные:** - ориентируются в терминологии партнерских навыков; - сформирован навык ведения в паре, в базовых фигурах и конкурсных вариациях; - умеют координировать движения.

Развивающие - формирование умения планировать действия в паре в соответствии с особенностями представленного образца (https://youtu.be/ydoIrfZoFlg видео-учебные фигуры в танце Ча-ча-ча); - умение осуществлять самоконтроль своего исполнения и взаимоконтроль исполнения элементов танца по процессу и по результату; - умение оценивать правильность выполнения сбалансированных действий в паре и вносить необходимые коррективы в исполнение; - формирование коммуникативных умений.	**Метапредметные** - планируют действия в паре, выполняют танцевальные движения танца Ча-ча-ча в соответствии с образцом; -осуществляют адекватный контроль процесса исполнения отдельных элементов танца и конечного результата; -дают адекватную оценку выполнения сбалансированных действий в паре, осуществляют адекватную коррекцию совместных действий; -умеют договариваться, находить общее решение; демонстрируют стремление строить осознанные высказывания.
Воспитательные - развитие доброжелательности; - формирование навыков сотрудничества при взаимодействии в паре и в группе; -формирование навыков взаимопомощи.	**Личностные результаты:** -проявляют доброжелательное отношение друг другу; -демонстрируют успешное взаимодействие в паре; -оказывают помощь и поддержку друг другу в процессе исполнения танцевальных движений.

Используемое оборудование: - паркетный зал, зеркала;

- магнитофон;
- персональный компьютер;
- флэш- носитель с музыкальным сопровождением

Методический и дидактический материал:

- подборка музыкального сопровождения по требованиям ФТСАРР (Всероссийская федерация танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла.) Танец Ча-ча-ча, темп музыкального сопровождения 30-32 ударов в минуту, без слов;

https://youtu.be/ydoIrfZoFlg видео-учебные фигуры в танце Ча-ча-ча (Открытый хип-твист, Веер, Алемана, 3 ча-ча, Кубинские брейки, Закрытый хип-твист.).

Продолжительность учебного занятия - 45 минут.

Практическая часть

Этапы учебного занятия	Содержание	Деятельность педагога	Деятельность учащегося	УУД, формирующиеся на данном этапе
		Вводная часть		
Этап мотивации к учебной деятельности	Звучит фоновая музыка (Ча-ча-ча). **Педагог:** Здравствуйте, ребята! Приветствую всех присутствующих на занятии. Без желания и хорошего настроя начинать дело нельзя. Поверьте, в то, что сегодня у вас все непременно получится.	Создание психологического настроя на учебную деятельность	Поклоном приветствуют педагога, настраиваются на учебную деятельность	Применение норм этикета
	Разминка – 5 мин.	Педагог проводит разминку	Учащиеся выполняют упражнения разминки	
	Педагог: Мы продолжаем совершенствоваться в исполнении танца Ча-ча-ча. Определите основную проблему, с которой сталкивается пара во время исполнения танца Ча-ча-ча.	Подводит учащихся к формулировке проблемы	Учащиеся анализируют особенности исполнения танца Ча-ча-ча и определяют	Анализ объекта с целью выделения признаков, формулирование проблемы

	Ответы учащихся: Танцевать в паре неудобно, возникают рывки и столкновения в момент ведения.		основную проблему	
		Основная часть		
Этап актуализации знаний и постановки проблемы	**Педагог:** Вспомним, что такое ведение? **Ответы учащихся:** -Ведение – это один из видов взаимодействия между партнерами. Ведение подразделяется на два типа: давление и натяжение.	Учитель выясняет, что знают учащиеся, осуществляет коррекцию знаний при необходимости	Учащиеся дают ответы, уточняют понимание понятия «Ведение»	Умение осознанно строить речевые высказывания
	Педагог: Верно. Тема сегодняшнего занятия связана с умением правильным образом чередовать принцы давления и натяжения, наша тема «Ведение в паре в танце Ча-ча-ча». Ведение является неотъемлемой частью парных танцев. Умение грамотно использовать этот вид взаимодействия в танце позволяет паре двигаться легко и непринужденно. *Вопрос:* каким образом мы можем взаимодействовать с партнёром во время исполнения танца? **Ответы учащихся:**	Педагог объявляет тему, побуждает к поиску эффективных способов решения технических проблем	Учащиеся дают ответы, уточняют понимание особенностей техники исполнения танца	Выбор наиболее эффективных способов действия

	С помощью зрительного контакта, взаимодействия с использованием веса, использование принципов давления и натяжения.			
Этап фиксирования индивидуального затруднения в пробном действии	**Педагог:** Для развития «ведения» есть определенные упражнения. Вспомните и воспроизведите упражнение, развивающие *умения управлять собственным весом*. Одному из партнеров пары необходимо продемонстрировать это упражнение, остальные учащиеся под руководством ведущего выполняют. *Выполнение упражнений проходит под счет, за тем под музыку танца Ча-ча-ча.* *Ведущего выбирает педагог.* *(Упражнения в приложении 1 №1)*	Педагог организует выполнение упражнения. Работает индивидуально с *каждым партнером пары*, осуществляя коррекцию формы, положения стопы, вертикали и горизонтали положения корпуса, рук, головы	Учащийся – *ведущий* демонстрирует упражнение. Остальные учащиеся воспроизводят движение и осуществляют контроль собственного веса	Способность к организации деятельности группы. Умение самостоятельно действовать по образцу. Самоконтроль процесса деятельности
	Педагог: Удалось ли сохранить вертикаль при переносе веса? Почему? Какие трудности испытывали? Как вы думаете почему? **Ответы учащихся:**	Педагог организует *рефлексию*, подводит промежуточный итог	Учащиеся проводят анализ выполненных упражнений, дают оценку своим действиям	Рефлексия способов действия, результата деятельности

	- Было трудно. - Сложно контролировать равновесие.			
Этап выявления места и причины затруднения	**Педагог:** Задание: вспомните и воспроизведите упражнения, развивающие умения управлять собственным весом *в паре.* Каждой паре необходимо продемонстрировать одно упражнение, остальные пары под руководством ведущих выполняют упражнения. *(Упражнения в приложении 1 №2)* *(Упражнения в приложении 1 №3)* *Выполнение упражнений проходит под музыку танца Ча-ча-ча.* *Пару, которая будет проводить выполнение упражнений, выбирает педагог по очереди.*	Педагог озвучивает выполнение упражнений *в парах*. Педагог работает индивидуально *с каждой парой*, осуществляя коррекцию положения и формы стопы, вертикали и горизонтали положения корпуса, рук, головы	Учащиеся – ведущие демонстрируют упражнения в паре. Остальные учащиеся воспроизводят движения в паре и осуществляют контроль веса в паре (одинаковая сила давления и натяжения в паре).	Способность к организации деятельности группы. Умение действовать по образцу в паре. Самоконтроль и взаимоконтроль процесса деятельности
	Педагог: Удалось ли сохранить одинаковую силу между партнерами во время давления и натяжения в паре? Почему? Какие трудности испытывали? Как вы думаете почему?	Педагог организует *рефлексию*, подводит промежуточный итог	Учащиеся проводят анализ выполненных упражнений	Рефлексия способов действия, взаимоконтроль результата совместной деятельности

	Какое из упражнений было выполнять легче, а какое сложнее? Почему? **Ответы учащихся:** - Мы в паре справились с упражнениями. - Нам было трудно, несколько раз теряли равновесие.			
Этап построения проекта выхода из затруднения	**Педагог:** Давайте посмотрим видеоролик https://youtu.be/ydoIrfZoFlg и обратим внимание на то, каким образом используется ведение в паре. Задание: дайте характеристику пары и ее движениям. **Ответы учащихся:** - На видеоролике в паре не возникают трудности во взаимодействии. - Движения точные скоординированные.	Педагог предоставляет материал для наблюдения, помогает строить речевые высказывания	Учащиеся наблюдают, анализируют представленный образец, дают ответы	Анализ объекта с целью выделения признаков. Умение осознанно строить речевые высказывания

Этап реализации построенного проекта	**Педагог:** А теперь перейдем к более сложному действию: попробуем на базовых фигурах улучшить взаимодействие с партнером. Учебная вариация, состоящая из фигур: Открытый хип твист, Веер, Алемана, 3 ча-ча, Кубинские брейки, Закрытый хип твист. *(Приложение 2)* Исполнение шагов: - сначала в паре под счет; - далее в паре под музыку. *В учебной вариации используем давление и натяжение.*	Педагог пошагово ведет разбор вариации (Приложение №3) и показывает основные шаги, каждый шаг подробно комментирует, помогает корректировать движения	Учащиеся исполняют базовые фигуры. Учатся работать самостоятельно в паре, совершенствуют технику исполнения	Ориентация на партнера в совместной деятельности. Адекватная коррекция совместных действий
	Педагог: Задание усложняем, попробуем на своих конкурсных вариациях постараться улучшить взаимодействие с партнером, управляя действиями (движениями) друг друга.	Педагог наблюдает за правильностью взаимодействия партнеров при исполнении конкурсных вариаций	Учащиеся исполняют конкурсные вариации. Учатся работать в паре, договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Согласование усилий по достижению общей цели. Ориентация на партнера по деятельности

Этап самостоятельной работы с самопроверкой по эталону	**Педагог:** Сложно ли было сохранять одинаковую силу между партнерами во время давления и натяжения? Что помогло вам сохранить баланс между партнерами во время движения? Что мешало в выполнении задачи? Давайте посмотрим на получившийся результат. Попробуем оценить себя.	Педагог организует промежуточную *рефлексию*. Дает свою оценку исполнению вариаций	Учащиеся проводят анализ и самоанализ исполнения конкурсных вариаций, дают оценку своим действиям, соотносят ее с оценкой педагога	Адекватная оценка выполнения сбалансированных действий в паре. Рефлексия результата совместной деятельности в паре
Заключительная часть				
Этап рефлексии учебной деятельности на занятии	**Педагог:** Что для себя нового вы сегодня узнали на занятии? С какими сложностями вы столкнулись сегодня? Что помогло вам освоить новые принципы взаимодействия? Какие выводы по теме занятия мы можем сделать? Чему мы сегодня научились? Где вы можете применять эти навыки? **Ответы учащихся:** - Да, трудно, но теперь мне намного удобнее двигаться в паре. - Движение стало синхронным.	Педагог организует *рефлексию* учащихся.	Учащиеся оценивают свою работу	Способность к самооценке, самостоятельно адекватно оценивать свою работу

	- Необходимо постоянно контролировать одинаковую силу давления и натяжения между партнерами **Педагог:** Ведение – это искусство партнера направлять свою партнершу в танце. Именно хорошо натренированное ведение часто становится ключевым фактором успеха танцевальных пар; когда партнер дает уверенные знаки, а партнерша хорошо их чувствует, она понимает, что ей нужно будет сделать в следующую секунду, какую танцевальную фигуру хочет исполнить партнер, и просто делает это. Напоследок хочется пожелать, чтобы каждый из вас стремился к тому, чтобы получать огромное удовольствие даже от простых тренировок со своим партнером и партнершей. Это должно вдохновлять вас и окрылять вас! На этом занятие заканчиваем, до свидания.		Учащиеся выполняют традиционный поклон	Применение норм этикета

Список литературы:

1. Асмолов А.Г., Бурменская Г.В., Володарская И.А. Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе. От действия к мысли: пособие для учителя. – М.: Просвещение, 2011.

2. Ильин Е.Н. Путь к ученику. Мастерство учителя. Идеи. Советы. Предложения. – М.: Просвещение, 1988.

3. Уолтер Лэрд «Техника латиноамериканских танцев» часть 2. Москва: АРТИС, 2003.

4. Положение ФТСАРР о танцах, допустимых фигурах и музыкальном сопровождении от 16.08.2020

Приложение 1

Упражнения для умения управлять собственным телом относительно партнера, исполняется под счет.

Упражнение 1.

Встаем в стойку по одному, стопы в учебной позиции, перемещаем центр тяжести, вперед-назад при этом не отрывая стопы от пола при выполнении упражнения.

Упражнение 2.

Встаем в стойку в паре, положение рук в учебной позиции, стопы в учебной позиции. Сохраняя вертикальное положение корпуса, медленно перемещаем вес по стопе к партнеру и от него.

Упражнение 3.

Встаем в стойку в паре, положение рук в учебной позиции, стопы в учебной позиции. Сохраняя вертикальное положение корпуса, пара передвигается по кругу используя давление или натяжение.

Приложение 2

12. ВЕЕР *(А)* **ЧА-ЧА-ЧА**

ШАГ №	РИТМ	ДОЛЯ ТАКТА	ПОЗИЦИИ СТОП	РАБОТА СТОПЫ	ВЫПОЛНЯЕМОЕ ДЕЙСТВИЕ	ПОВОРОТ КОРПУСА
ПАРТНЕР						
1	2	1	ПН из, П-а сбоку слева	под, вся стопа	Ход из	–
2	3	1	ЛН на месте	под, вся стопа	Перенос веса на месте	1/8 влево
3	4	1/2	ПН в сторону и слегка вп	под, вся стопа	Шассе Ча-ча-ча ПЛП с поворотом влево	
4	&	1/2	ЛН полуприставить к ПН	под, вся стопа		
5	1	1	ПН в сторону и слегка вп	под, вся стопа		
ПАРТНЕРША						
1	2	1	ЛН вп сбоку П-ра слева	под, вся стопа	Ход вп	–
2	3	1	ПН из и слегка в сторону	под, вся стопа	Ход вп с поворотом	1/8 влево
3	4	1/2	ЛН из	Н	Лок Ча-ча-ча ЛПЛ из	1/4 влево
4	&	1/2	Скрестить ПН перед ЛН	под, вся стопа		
5	1	1	ЛН из	под, вся стопа		

ШЕЙПИНГ

Шаг 1: Начать в Закрытой Позиции, затем опустить ЛР. Шаг 2: Освободить ПР. Шаг 5: Закончить в Позиции Веер .

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ ФИГУРЫ

Шаги 1-5 Закрытого Основного Движения, Спот-поворот Вправо.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ ФИГУРЫ

Клюшка, Алемана.

С 12.1

С 12.2

С 12.3

С 12.4

С 12.5

23. ОТКРЫТЫЙ ХИП-ТВИСТ *(М)* **ЧА-ЧА-ЧА**

ШАГ №	РИТМ	ДОЛЯ ТАКТА	ПОЗИЦИИ СТОП	РАБОТА СТОПЫ	ВЫПОЛНЯЕМОЕ ДЕЙСТВИЕ	ПОВОРОТ КОРПУСА
ПАРТНЕР						
1	2	1	ЛН вп, Н развернут наружу	под, вся стопа	Чековый Ход вп	–
2	3	1	ПН на месте	под, вся стопа	Перенос веса на месте	–
3	4	1/2	ЛН из, Н развернут наружу	внутр. ребро Н	Шаг из, не опуская К	–
4	&	1/2	Скользящее движение ПН из	Вся стопа	Скользящее движение (Слип) примерно на 8 см	–
5	1	1	Носок ЛН приставлен к подъему ПН	под, вся стопа	Приставка с переносом веса	
6	2	1	ПН из	под, вся стопа	Ход из	–
7	3	1	ЛН на месте	под, вся стопа	Перенос веса на месте	–
8	4	1/2	ПН в сторону и слегка вп	под, вся стопа	Шассе Ча-ча-ча ПЛП с поворотом влево	1/8 влево
9	&	1/2	ЛН полуприставить к ПН	под, вся стопа		
10	1	1	ПН в сторону и слегка вп	под, вся стопа		
ПАРТНЕРША						
1	2	1	ПН из	под, вся стопа	Ход из	–
2	3	1	ЛН на месте	под, вся стопа	Перенос веса на месте	–
3	4	1/2	ПН вп	под, вся стопа	Лок Ча-ча-ча ПЛП вп, затем свивал вправо	–
4	&	1/2	Скрестить ЛН за ПН	Н		–
5	1	1	ПН вп	под, вся стопа		–
6	2	1	ЛН вп накрест корпуса	под, вся стопа	Ход вп	1/4 вправо*
7	3	1	ПН из и слегка в сторону	под, вся стопа	Ход вп с поворотом	3/8 влево
8	4	1/2	ЛН из	Н	Лок Ча-ча-ча ЛПП из	1/4 влево
9	&	1/2	Скрестить ПН перед ЛН	под, вся стопа		
10	1	1	ЛН из	под, вся стопа		

* Поворот начинается на предыдущую музыкальную долю

ШЕЙПИНГ

Шаг 1: Начать в Открытой Позиции, ЛР за ПР.

Шаг 5: ЛР почти на левом бедре.

Шаг 10: Закончить в Позиции Веер.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ ФИГУРЫ: Открытое Основное Движение, Клюшка, Турецкое Полотенце.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ ФИГУРЫ: Клюшка, Алемана.

ОТКРЫТЫЙ ХИП-ТВИСТ С ПОВОРОТОМ, ЗАКОНЧИВ В ОТКРЫТОЙ ОПП *(М)*

Открытый Хип-твист можно выполнить с поворотом, закончив в Открытой ОПП, если, когда П-а выполняет шаг 7, П-р усиливает ее поворот влево, напрягая ЛР и ведя П-у на Лок Ча-ча-ча ЛПЛ, закончив в Открытой ОПП. П-р поворачивается на 1/4 влево на шагах 7-10, П-а поворачивается на 3/4 влево на шагах 7-10, выполняя Спиральный Кросс на шаге 7. П-р и П-а делаются диаг ен на шагах 8-10, закончив в Открытой ОПП.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ ФИГУРЫ: Чек Из Открытой ОПП, Кубинский Брейк в Открытой ОПП, Дробный Кубинский Брейк в Открытой ОПП, Дробный Кубинский Брейк из Открытой ОПП и Открытой ПП.

С 23.1

С 23.2

С 23.3

С 23.4

С 23.5

С 23.6

С 23.7

С 23.8

С 23.9

С 23.10

22. АЛЕМАНА *(А и М)* **ЧА-ЧА-ЧА**

ШАГ №	РИТМ	ДОЛЯ ТАКТА	ПОЗИЦИИ СТОП	РАБОТА СТОПЫ	ВЫПОЛНЯЕМОЕ ДЕЙСТВИЕ	ПОВОРОТ КОРПУСА
ПАРТНЕР						
1	2	1	ЛН вп, Н развернут наружу	под, вся стопа	Чековый Ход вп	–
2	3	1	ПН на месте	под, вся стопа	Перенос веса на месте	–
3	4	1/2	Почти приставить ЛН к ПН	под, вся стопа	Компактное Шассе Ча-ча-ча ЛПЛ*	–
4	&	1/2	ПН полуприставить к ЛН	под, вся стопа		–
5	1	1	ЛН в сторону, маленький шаг	под, вся стопа		–
6	2	1	ПН нз	под, вся стопа	Ход нз	–
7	3	1	ЛН на месте	под, вся стопа	Перенос веса на месте	–
ОКОНЧАНИЕ А (А)						
8	4	1/2	ПН в сторону	под, вся стопа	Шассе Ча-ча-ча ПЛП в сторону	–
9	&	1/2	ЛН полуприставить к ПН	под, вся стопа		–
10	1	1	ПН в сторону	под, вся стопа		–
ОКОНЧАНИЕ В (М)						
8	4	1/2	ПН вп и накрест ЛН	под, вся стопа	Лок Ча-ча-ча ПЛП вп с поворотом вправо	1/8 вправо
9	&	1/2	Скрестить ЛН за ПН	Н		
10	1	1	ПН вп и накрест ЛН	под, вся стопа		

* (М) Можно выполнить Ронд-шассе с приставкой на последнем шаге или шаги 3-5 Открытого Хип-твиста.

См. продолжение

С 22.1

С 22.2

С 22.3

С 22.4

С 22.5

С 22.6

С 22.7

1. ШАССЕ ЧА-ЧА-ЧА ВПРАВО (ПЛП) *(А)* **ЧА-ЧА-ЧА**

ШАГ №	РИТМ	ДОЛЯ ТАКТА	ПОЗИЦИИ СТОП	РАБОТА СТОПЫ	ВЫПОЛНЯЕМОЕ ДЕЙСТВИЕ	ПОВОРОТ КОРПУСА
ПАРТНЕР и ПАРТНЕРША						
1	4	1/2	ПН в сторону	под, вся стопа	Правое колено согнуто, бедра начинают двигаться вправо	Зависит от фигуры, на которой исполняется шассе
2	&	1/2	ЛН полуприставить к ПН	под, вся стопа	Оба колена согнуты, бедра центральны	
3	1	1	ПН в сторону	под, вся стопа	Оба колена выпрямлены, бедра вправо	

2. ШАССЕ ЧА-ЧА-ЧА ВЛЕВО (ЛПЛ) *(А)* **ЧА-ЧА-ЧА**

ШАГ №	РИТМ	ДОЛЯ ТАКТА	ПОЗИЦИИ СТОП	РАБОТА СТОПЫ	ВЫПОЛНЯЕМОЕ ДЕЙСТВИЕ	ПОВОРОТ КОРПУСА
ПАРТНЕР и ПАРТНЕРША						
1	4	1/2	ЛН в сторону	под, вся стопа	Левое колено согнуто, бедра начинаютдвигаться вправо	Зависит от фигуры, на которой исполняется шассе
2	&	1/2	ПН полуприставить к ЛН	под, вся стопа	Оба колена согнуты, бедра центральны	
3	1	1	ЛН в сторону	под, вся стопа	Оба колена выпрямлены, бедра влево	

3. ЛОК ЧА-ЧА-ЧА ВПЕРЕД (ПЛП) *(А)* **ЧА-ЧА-ЧА**

ШАГ №	РИТМ	ДОЛЯ ТАКТА	ПОЗИЦИИ СТОП	РАБОТА СТОПЫ	ВЫПОЛНЯЕМОЕ ДЕЙСТВИЕ	ПОВОРОТ КОРПУСА
ПАРТНЕР и ПАРТНЕРША						
1	4	1/2	ПН вп с правым ведущим плечом	под, вся стопа	Правое колено выпрямлено, бедра начинают двигаться вправо	Зависит от фигуры, на которой исполняется лок
2	&	1/2	Скрестить ЛН за ПН	Н	Оба колена согнуты, бедра центральны. Латинский Крест	
3	1	1	ПН вп с правым ведущим плечом	под, вся стопа	Оба колена выпрямлены, бедра вправо.	

Фигуры демонстрируют
чемпионы России по латиноамериканскому
секвею среди профессионалов
АЛЕКСЕЙ И НАТАЛЬЯ ПОЧАЕВЫ

С 1.1

С 1.2

С 1.3

С 2.1

С 2.2

С 2.3

С 3.1

С 3.2

С 3.3

4. ЛОК ЧА-ЧА-ЧА ВПЕРЕД (ЛПЛ) *(А)* — **ЧА-ЧА-ЧА**

ШАГ №	РИТМ	ДОЛЯ ТАКТА	ПОЗИЦИИ СТОП	РАБОТА СТОПЫ	ВЫПОЛНЯЕМОЕ ДЕЙСТВИЕ	ПОВОРОТ КОРПУСА
ПАРТНЕР и ПАРТНЕРША						
1	4	1/2	ЛН вп с правым ведущим плечом	под, вся стопа	Левое колено выпрямлено, бедра начинают двигаться влево	Зависит от фигуры, на которой исполняется лок
2	&	1/2	Скрестить ПН за ЛН	Н	Оба колена согнуты, бедра центральны. Латинский Крест	
3	1	1	ЛН вп с левым ведущим плечом	под, вся стопа	Оба колена выпрямлены, бедра влево.	

С 4.1

С 4.2

С 4.3

5. ЛОК ЧА-ЧА-ЧА НАЗАД (ЛПЛ) *(А)* — **ЧА-ЧА-ЧА**

ШАГ №	РИТМ	ДОЛЯ ТАКТА	ПОЗИЦИИ СТОП	РАБОТА СТОПЫ	ВЫПОЛНЯЕМОЕ ДЕЙСТВИЕ	ПОВОРОТ КОРПУСА
ПАРТНЕР и ПАРТНЕРША						
1	4	1/2	ЛН нз, с левым ведущим плечом, Н развернут наружу	Н	Левое колено выпрямлено, бедра начинают двигаться влево	Зависит от фигуры, на которой исполняется лок
2	&	1/2	Скрестить ПН перед ЛН	под, вся стопа	Оба колена согнуты, бедра центральны. Латинский Крест	
3	1	1	ЛН нз с левым ведущим плечом	под, вся стопа	Оба колена выпрямлены, бедра влево.	

С 5.1

С 5.2

С 5.3

6. ЛОК ЧА-ЧА-ЧА НАЗАД (ПЛП) *(А)* — **ЧА-ЧА-ЧА**

ШАГ №	РИТМ	ДОЛЯ ТАКТА	ПОЗИЦИИ СТОП	РАБОТА СТОПЫ	ВЫПОЛНЯЕМОЕ ДЕЙСТВИЕ	ПОВОРОТ КОРПУСА
ПАРТНЕР и ПАРТНЕРША						
1	4	1/2	ПН нз с правым ведущим плечом, Н развернут наружу	Н	Правое колено выпрямлено, бедра начинают двигаться вправо	Зависит от фигуры, на которой исполняется лок
2	&	1/2	ЛН скрестить перед ПН	под, вся стопа	Оба колена согнуты, бедра центральны. Латинский Крест	
3	1	1	ПН нз с правым ведущим плечом	под, вся стопа	Оба колена выпрямлены, бедра вправо.	

ПРИМЕЧАНИЯ

1. Ведение плечом на Локах Вперед и Назад не должно быть утрировано. Оно исчезает при выполнении следующего шага. Кроме того, оно не используется, если Лок исполняется с поворотом в направлении рабочей ноги.
2. В таблицах для упрощения приводится сокращенное описание Лока. Полное описание приводится выше.

С 6.1

С 6.2

С 6.3

27. КУБИНСКИЕ БРЕЙКИ В ОТКРЫТОЙ ПОЗИЦИИ *(F)* — **ЧА-ЧА-ЧА**

ШАГ №	РИТМ	ДОЛЯ ТАКТА	ПОЗИЦИИ СТОП	РАБОТА СТОПЫ	ВЫПОЛНЯЕМОЕ ДЕЙСТВИЕ	ПОВОРОТ КОРПУСА
ПАРТНЕР						
1	2	1/2	ЛН вп и накрест корпуса, Н развернут наружу	под, вся стопа	Чеки в Открытой Позиции в быстром ритме	–
2	&	1/2	ПН на месте	под		–
3	3	1/2	ЛН в сторону и слегка нз	под, вся стопа		–
4	&	1/2	ПН на месте	под		–
5	4	1/2	ЛН вп и накрест корпуса, Н развернут наружу	под, вся стопа		–
6	&	1/2	ПН на месте	под		–
7	1	1	ЛН в сторону и слегка нз	под, вся стопа		–
8	2	1	ПН высоко на Н б/в скрестить за ЛН	Н	Тэпы стопой б/в в позиции Латинский Крест	–
9	3	1	ПН высоко на Н б/в скрестить за ЛН	Н		–
10	4	1/2	ПН в сторону	под, вся стопа	Шассе Ча-ча-ча ПЛП в сторону*	–
11	&	1/2	ЛН полуприставить к ПН	под, вся стопа		–
12	1	1	ПН в сторону	под, вся стопа		–
ПАРТНЕРША			Когда П-р выполняет шаги 1-7, П-а выполняет шаги 1-3 Открытого Основного Движения. Когда П-р выполняет шаги 8-12, П-а выполняет шаги 1-7, описанные выше.			

* или Хип-твист-шассе.

ШЕЙПИНГ

Шаги 1-12: Начать и закончить в Открытой Позиции, руки свободны.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ ФИГУРЫ

Открытое Основное Движение.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ ФИГУРЫ

Закрытое Основное Движение, Открытое Основное Движение.

КУБИНСКИЙ БРЕЙК В ОТКРЫТОЙ ОПП *(F)*

Кубинский Брейк можно также выполнять из Открытой ОПП. В этом случае шаги 1-7 выполняются П-ром в Открытой ОПП, после чего сразу же следует повторение шагов 1-7 с другой ноги все еще в Открытой ОПП. П-а выполняет шаги 1-7, как описано выше для П-ра, но начиная с ПН, после чего сразу же следует повторение П-ей шагов 1-7, начиная с ЛН.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ ФИГУРЫ

Любая фигура, которую можно закончить в Открытой ОПП.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ ФИГУРЫ

Чек из Открытой ОПП.

С 27.1

С 27.2

С 27.3

С 27.4

С 27.5

С 27.6

С 27.7

С 27.8

С 27.9

С 27.10

С 27.11

С 27.12

21. ЗАКРЫТЫЙ ХИП-ТВИСТ *(М)*

ЧА-ЧА-ЧА

ШАГ №	РИТМ	ДОЛЯ ТАКТА	ПОЗИЦИИ СТОП	РАБОТА СТОПЫ	ВЫПОЛНЯЕМОЕ ДЕЙСТВИЕ	ПОВОРОТ КОРПУСА
ПАРТНЕР						
1	2	1	ЛН вп, Н развернут наружу	под, вся стопа	Чековый Ход вп	3/8 вправо **
2	3	1	ПН на месте	под, вся стопа	Перенос веса на месте	1/8 влево
3	4	1/2	Скрестить ЛН за ПН	Н, вся стопа*	Ронд-шассе	
4	&	1/2	ПН в сторону, маленький шаг	Вся стопа		
5	1	1	ЛН в сторону в ПП	под, вся стопа		
6	2	1	ПН нз	под, вся стопа	Ход нз	--
7	3	1	ЛН на месте	под, вся стопа	Перенос веса на месте	--
8	4	1/2	ПН в сторону и слегка вп	под, вся стопа	Шассе Ча-ча-ча ПЛП с поворотом влево	1/8 влево
9	&	1/2	Полуприставить ЛН к ПН	под, вся стопа		
10	1	1	ПН в сторону и слегка вп	под, вся стопа		
ПАРТНЕРША						
1	2	1	ПН нз	под, вся стопа	Ход нз	3/4 вправо **
2	3	1	ЛН на месте	под, вся стопа	Перенос веса на месте, затем свивл влево	1/2 влево
3	4	1/2	ПН вп и накрест корпуса	Н, вся стопа*	Хип-твист-шассе	
4	&	1/2	Приставить ЛН к ПН	под, вся стопа		1/4 вправо
5	1	1	ПН в сторону в ПП	под, вся стопа		
6	2	1	ЛН вп	под, вся стопа	Ход вп	--
7	3	1	ПН нз и слегка в сторону	под, вся стопа	Ход вп с поворотом	3/8 влево
8	4	1/2	ЛН нз	Н	Лок Ча-ча-ча ЛПЛ нз	1/4 влево
9	&	1/2	Скрестить ПН перед ЛН	под, вся стопа		
10	1	1	ЛН нз	под, вся стопа		

* Задержанный Ход вп для П-и, колено согнуто. Задержанный Ход нз для П-ра.
** Поворот начинается на предыдущую музыкальную долю.

ШЕЙПИНГ

Шаг 1: Начать в Закрытой Позиции, затем опустить ЛР.
Шаг 3: Восстановить Закрытую Позицию.
Шаг 5: Перейти в ПП.
Шаг 7: Освободить ПР.
Шаг 10: Закончить в Позиции Веер.

ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ ФИГУРЫ: Алемана с Окончанием В, Правый Волчок с Окончанием В.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ ФИГУРЫ: Клюшка, Алемана.

ПРИМЕЧАНИЯ. На шаге 3 П-и нижняя часть корпуса поворачивается больше, чем плечи.
Закрытый Хип-твист можно выполнить с поворотом, закончив в Открытой ОПП, если, когда П-а выполняет шаг 7, П-р усиливает ее поворот влево, напрягая ЛР и ведя П-у на Лок Ча-ча-ча ЛПЛ, закончив в Открытой ОПП. П-р поворачивается на 1/4 влево на шагах 7-10. П-а поворачивается на 3/4 влево на шагах 7-10, выполняя Спиральный Кросс на шаге 7. П-р и П-а движутся диаг вп на шагах 8-10, закончив в Открытой ОПП.

ПОСЛЕДУЮЩИЕ ФИГУРЫ: Чек Из Открытой ОПП, Кубинский Брейк в Открытой ОПП, Дробный Кубинский Брейк в Открытой ОПП, Дробный Кубинский Брейк из Открытой ОПП и Открытой ПП.

С 21.0

С 21.1

С 21.2

С 21.3

С 21.4

С 21.5

С 21.6

С 21.7

С 21.8

С 21.9

С 21.10