

«ВЕРНИТЕ ВАЛЬС!»

Эти призывы в последнее время раздаются все громче и все чаще. Среди любителей модных танцев чувствуется некоторая усталость от остроритмичного и оглушительного биг-бита последних лет. Возродилась прежняя тяга к романтике вальса, экспрессии и темпераменту танго. Многие танцевальные вечера начинаются с традиционного вальса и заканчиваются этим танцем.

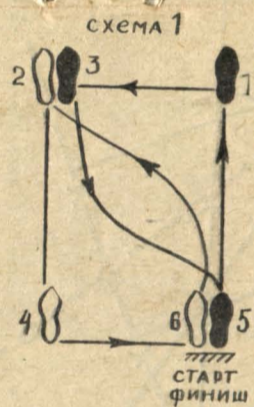
В свое время Штраус сделал Вену мировой столицей вальса. Кружась, словно вихрь, «мужичком» вальсу пришлось выдержать долгую и упорную борьбу за признание с поклонниками так называемых «благородных» парадных дворцовых танцев. И только в XIX веке вальс стал «королем» танцев.

Мы и сейчас любим вальс. Что-то необыкновенное есть в неторопливом и размеренном, словно по волнам, скольжении по паркету. Вальс рождает легкую взволнованность и такое светлое лирическое настроение, которое запоминается иногда на долгие годы.

Сегодня мы разучиваем МЕДЛЕННЫЙ ВАЛЬС. Раньше его называли бостоном. Разучив с нами этот вальс, вы сможете легко и быстро, без нашей помощи перейти на быстрый, или венский, вальс.

Послушайте музыку медленного вальса, и она сама вам многое расскажет о характере танца. Просчитайте вслух регулярно повторяющиеся и следующие друг за другом три удара, из которых первый заметно акцентируется. В соответствии с музыкой все фигуры вальса строятся на трехшаговых структурных группах-полукадратах.

I. КВАДРАТ [схема № 1] (правый)



1-й полукадрат. Считая «раз», сделайте шаг вперед с правой ноги. Считая «два», сделайте шаг в сторону с левой ноги.

2-й полукадрат. Считая «раз», сделайте шаг назад с левой ноги. Считая «два», сделайте шаг в сторону правой ногой. Считая «три», приставьте правую ногу к левой. Считая «три», приставьте левую ногу к правой.

Выполните такие же движения (тот же квадрат), но начните с левой ноги вперед, а затем (2-й полукадрат) с правой ноги назад. Этот квадрат назовем левым.

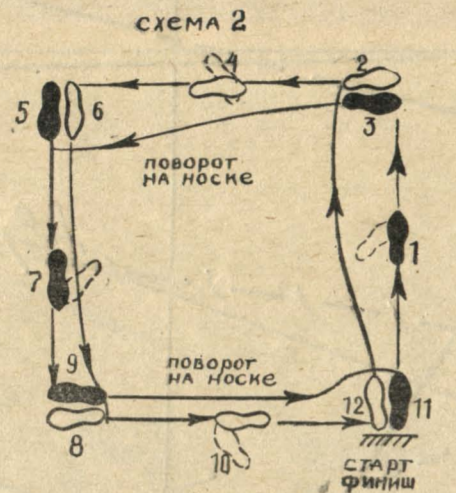
II. ПОВОРОТЫ НА МЕСТЕ (вправо и влево)

В основе любого поворота вальса лежит квадрат. Выполняя правый квадрат, пробуйте на каждом первом и особенно втором шаге чуть-чуть поворачиваться в правую сторону. Основа правый поворот на месте, переходите на левый квадрат и левый поворот.

Квадраты и незначительные повороты, выполненные на коротком шаге, почти на месте, окажутся для каждого, даже очень сильного танцора, совершенно незаменимыми, если он попадет в условия «танцевальной тесноты».

III. ПОВОРОТЫ ПО ЧЕТВЕРТЯМ [схема № 2]

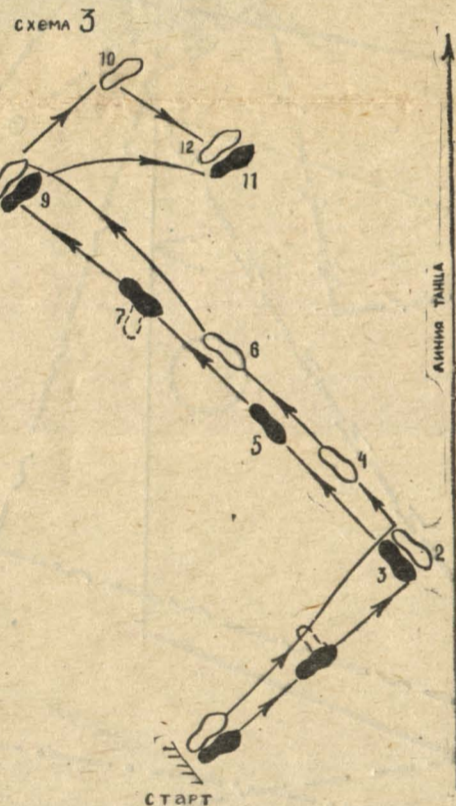
На схеме показан поворот по четвертям в правую сторону. В отличие от фигуры II этот поворот строго регламентирован (за каждые три шага 90°), то есть вы поворачиваетесь от одной стены комнаты к другой, затем к третьей, к четвертой. Это хорошие



ориентиры, которые точно определяют степень поворота. Попробуйте теперь сами начертить схему левого поворота по четвертям (старт и финиш находятся в левом нижнем углу квадрата) и проделать его.

IV. ЗИГЗАГ [схема № 3]

На счет «раз-два-три» выполните четверть поворота вправо. На счет «четыре-пять-шесть» сделайте три шага назад (левой, правой, левой). На счет «семь-восемь-девять» начиная с правой ноги назад, выполните четверть левого поворота, на счет «десять-одиннадцать-двенадцать» завершите фигуру первой половиной левого квадрата.



Исполните зигзаг в диагональных направлениях по отношению к линии танца, как указано на схеме.

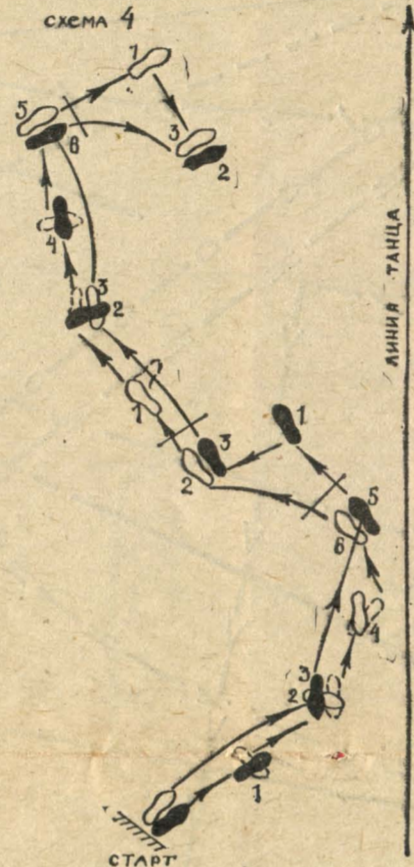
Примечание. Если для исполнения этой фигуры не находится достаточно места, замените три проходящих шага назад одним, то есть на счет «четыре» сделайте шаг левой ногой назад, а на счет «пять-шесть» — подтяните правую ногу к левой, не перенося на нее тяжесть корпуса, чтоб с правой же ноги сделать следующий шаг назад. Такой же ложной приставкой правой ноги к левой можно заменить последнюю часть фигуры.

V. ПОЛНЫЙ ПРАВЫЙ ПОВОРОТ В СОЧЕТАНИИ С ПОЛНЫМ ЛЕВЫМ ПОВОРОТОМ [схема № 4]

Изображенный на схеме узор — основа современного медленного вальса. Шаги 1—6 представляют собой полный правый поворот (270°), следующие за ними шаги 1—3, известные нам как первая половина правого квадрата, служат для перехода на левый поворот. Далее следуют шаги 1—6 — полный левый поворот вальса, последние три шага — первая половина левого квадра-

та — звено для перехода на любую фигуру, начинающуюся с полного или частичного правого поворота.

Танца медленный вальс, держитесь в танцевальной позе просто и естественно, прямо друг против друга. Не сутультесь, не напрягайте мускулы, не опускайте голову вниз и не делайте ненужных движений руками и корпусом. Художественно-пластическую выразительность медленному вальсу



придадут волнообразность и плавность, с которой следует исполнять его движения.

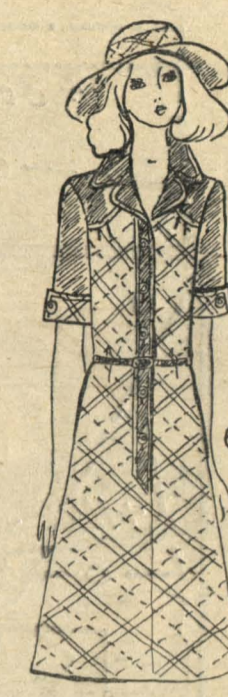
Волнообразность достигается плавным подъемом на носок в конце первого шага и опусканием на каблук в конце третьего шага. Чтобы добиться плавности движений, не отрывайте ног от пола, а скользите по нему, идя вперед с каблука, назад — с носка. Тяжесть корпуса переносите с ноги на ногу постепенно, не прерывая равномерного движения.

Медленный вальс, как всякий импровизированный танец, имеет множество вариаций, производных от основных фигур танца. Испытайте свои силы и разберите самостоятельно стремительные повороты — усложненную фигуру, которая изображена на схеме № 5, а затем попробуйте придумать свои фигуры и вариации.



Лауреат всероссийских конкурсов А. АЗАРОВ и Е. ФИЛАТОВА

ШТАПЕЛЬ-В МОДЕ



Художник Г. ГАГАРИНА предлагает несколько модных моделей из штапельного полотна.

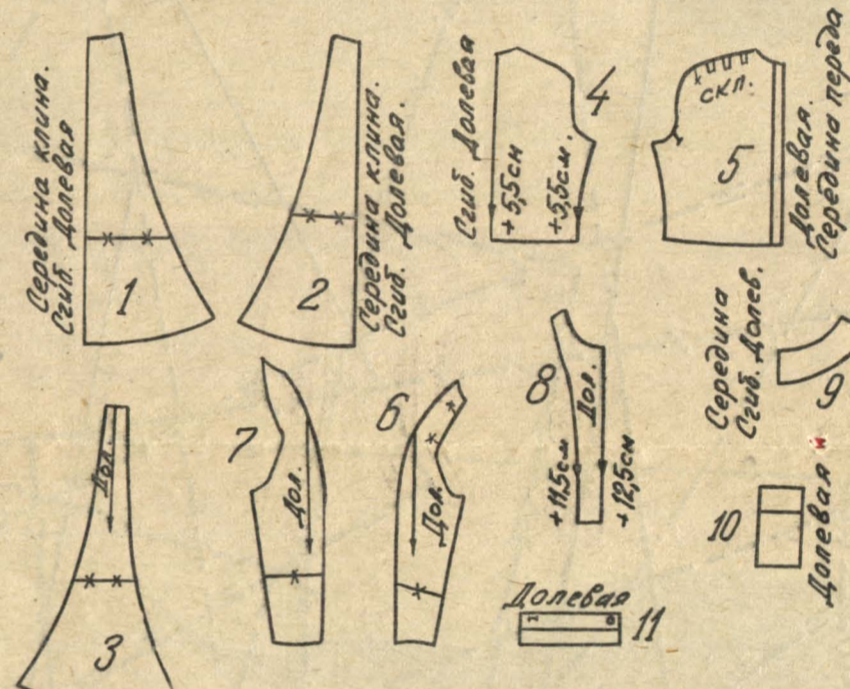
1. Комбинированное платье из гладкого и клетчатого (или в полоску, в горошек) штапеля. Все «клетчатые» детали (рукав с присобранной головкой, расклешенная юбка, перед лифа и спинка) сшиты по косой нити. Платье рекомендуем молодым, стройным женщинам.

2. Платье-костюм для женщин любого возраста. Его тоже можно сделать комбинированным, а можно и одноцветным. Короткий прямой жакет можно носить без пояса. Из-под линии реглана — мягкие выточки. Воротник, карманы, манжеты — из ткани юбки. Юбка из семи клиньев, расклешенных от середины бедер: три клина впереди, два по бокам и два сзади. Выкройку в натуральную величину, без припусков на швы, для 50-го размера мы даем на обороте приложения.

3. Цельнокроеное платье с длинным рукавом подойдет женщинам любого возраста. Кокетка, из-под которой идут мягкие сборки, а также манжеты — из отделочной ткани. Юбка из шести расклешенных клиньев.

4. Платье из клетчатой ткани. Перед юбки сшит по косой нити. Плиссировка, манжеты, пояс — из отделочной ткани.

5. Платье из набивной ткани. Юбка из расклешенных клиньев, лиф на кокетке. Воротник завязывается мягким галстуком.



6. Платье для полной женщины (можно носить его и без пояса), комбинированное из гладкого и набивного штапеля. Платье прямое, чуть расширенное книзу. Из-под кокетки идут мягкие складочки.

7. Еще одно платье на полную фигуру — прямое, со сквозной застежкой. По линии талии продернута резинка, которая впереди заканчивается пояском. Воротник, манжеты, клапаны карманов — из плотной белой ткани, по краям прострочены в цвет набивки.

Условные обозначения:

Костюм размер 50 рост 170

1. Задний клин юбки	20см
2. Передний боковой клин юбки	20см
3. Передний клин юбки	30см
4. Спинка жакета	10см
5. Перед жакета	20см
6. Передняя половинка рукава	20см
7. Задняя половинка рукава	20см
8. Подбор	20см
9. Воротник	20см
10. Карман	20см
11. Манжета	20см

Линии соединения деталей

Из цветных лоскутков



Л. ПОДЛУБНАЯ, художник

В каждом доме наверняка найдутся лоскутки и обрезки разных цветных тканей — штапеля, сатина, ситца. Они могут стать украшением многих ваших вещей. Посмотрите, как нарядно выглядит эта простая аппликация на юбке, летней сумке, косынке. Можно украсить шторы, диванные подушки, полотенца — полный простор фантазии. Кусочки ткани лучше вырезать по нитке или же по диагонали, наметать и обшить на машине «зигзагом» или на руках красивой строчкой, толстыми нитками.

