

sportovní tanec



PETR ODSTRČIL

standardní tance
latinskoamerické tance

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.

Používání elektronické verze knihy je umožněno jen osobě, která ji legálně nabyla a jen pro její osobní a vnitřní potřeby v rozsahu stanoveném autorským zákonem. Elektronická kniha je datový soubor, který lze užívat pouze v takové formě, v jaké jej lze stáhnout s portálu. Jakékoliv neoprávněné užití elektronické knihy nebo její části, spočívající např. v kopírování, úpravách, prodeji, pronajímání, půjčování, sdělování veřejnosti nebo jakémkoliv druhu obchodování nebo neobchodního šíření je zakázáno! Zejména je zakázána jakákoliv konverze datového souboru nebo extrakce části nebo celého textu, umisťování textu na servery, ze kterých je možno tento soubor dále stahovat, přitom není rozhodující, kdo takového sdílení umožnil. Je zakázáno sdělování údajů o uživatelském účtu jiným osobám, zasahování do technických prostředků, které chrání elektronickou knihu, případně omezují rozsah jejího užití. Uživatel také není oprávněn jakkoliv testovat, zkoušet či obcházet technické zabezpečení elektronické knihy.

Poděkování

Touto knížkou bych chtěl poděkovat všem, které jsem potkal na tanečních parketech, se kterými jsem měl možnost tancovat, či si o tancování alespoň popovídat. Zejména dvěma tanečnickům, kteří mne nejvíce ovlivnili – mému prvnímu trenérovi, panu Dušanovi Maděrovi, a mému dlouholetému tanečnímu guru, panu Ing. Zdeňku Landsfeldovi.

Největší poděkování však patří mé manželce Marcele, našim dětem a jejich životním partnerům. Bez jejich pomoci a nekonečné tolerance bych ani nenašel odvahu pustit se do psaní této knížky.

Petr Odstrčil

Sportovní tanec

Vydala Grada Publishing, a.s.
U Průhonu 22, 170 00 Praha 7
obchod@gradapublishing.cz, www.grada.cz
tel. +420 220 386 401, fax: +420 220 386 400
jako svou 1845. publikaci

© Grada Publishing, a.s., 2004

Odpovědná redaktorka Magdaléna Jimelová
Grafická úprava Jiří Pros
Fotografie autor
Ilustrace Mária Nalevanková
Sazba Miroslav Vospěl
Návrh obálky Trilabit s.r.o.
Grafická úprava obálky FPS REPRO
Počet stran 116
První vydání, Praha 2004
Vytiskly tiskárny PBTisk Příbram
Prokopská 8, Příbram IV

ISBN 80-247-0632-6 (tištěná verze)
ISBN 978-80-247-6445-0 (elektronická verze ve formátu PDF)
© Grada Publishing, a.s. 2011

► Tancovat? A závodně?	7
Charakteristika tanečního sportu	7
► Tanec včera, dnes a zítra	9
Historie a současnost tanečních soutěží	10
► Tance se představují	12
Standardní tance	12
Latinskoamerické tance	14
► Tanec pro všechny	17
► Výkonnostní a vrcholový tanec	19
Soutěžní systém	19
Struktura soutěží	19
Věkové a výkonnostní kategorie	21
Postupy mezi třídami a kategoriemi	22
Druhy soutěží	23
Pravidla soutěží	24
Pravidla hodnocení tanečního výkonu	27
Kritéria hodnocení	27
Skating systém	30
Soutěže formací	32
► Začínáme	35
Abychom si rozuměli	35
Nejprve každý sám	38
Vytvoření páru a vedení partnerky	41
Základní postavení ve standardních tancích	43
Liniová postavení ve standardních tancích	46
Základní pohybové principy standardních tanců	48
Základní postavení v latinskoamerických tancích	53
Základní pohybové principy latinskoamerických tanců	59
Pohybové prvky latinskoamerických tanců	61



► Tancujeme	63
Waltz	63
Tango	66
Valčík	69
Slowfoxtrot	71
Quickstep	74
Samba	76
Chacha	80
Rumba	83
Paso doble	85
Jive	88
► A teď o něco lépe	91
Waltz a slowfoxtrot	93
Tango	94
Samba	95
Rumba	96
► Co na sebe?	99
Historie a současnost odívání	99
Tréninkové oblečení	106
Předsoutěžní oblečení	107
► Plánujeme kariéru	108
► Doslov	113
► Literatura	114
► Zajímavé internetové stránky	115

Tancovat? A závodně?



Pro skalního zastánce branek, bodů a sekund je pojetí závodního tancování jako sportu něčím naprosto nepřijatelným. Vždyť jít si zatancovat je většinou činnost odpočinková a zábavná, často spojená s konzumací něčeho ne zcela zdravého, při níž se setkáváme s někým blízkým. Toto je společenský tanec v podobě, v jaké ho zná každý, a je těžké si jej představit jinak. Ale každý sport má základ v nějaké reálné lidské činnosti, tak proč by to nemohlo být právě tancování?

Co tedy představuje sportovní tanec, disciplína oficiálně nazývaná taneční sport? Pro diváky je to především nádherná podívaná. Krásní mladí lidé v nádherných kostýmech se snaží předvést nejen správnou techniku pohybu, ale i náladu a charakter jednotlivých tanců. Divák má možnost sledovat na parketě vždy několik párů a může si tedy vybrat ten, který se mu nejvíc líbí. Může sledovat jeho osud v dalších kolech soutěže a ve finále může vidět, jak uspěl v očích odborné poroty. V nižších výkonnostních třídách bývá k vidění sice méně kvalitního pohybu, ale o to více nadšení, zapálení a vzájemného povzbuzování párů.

Pro znalce představuje taneční sport sportovní disciplínu, která se ve vrcholovém provedení blíží umění. Odborník si vyhledává ty nejjednodušší taneční prvky, aby vychutnal kvalitu a krásu pohybu, u těch obtížných zase oceňuje jistotu provedení a rád se nechává tanečnický přesvědčit o tom, jak je to všechno jednoduché a lehounké. Nemá rád, když vidí příliš mnoho dřiny, námahy a snahy, to vše by mělo zůstat skryté. Nehodnotí ani maximální rychlost nebo výdrž, to jsou sice potřebné složky celkového výkonu, ale cílem provedení je kvalita a krása pohybu, charakterizace tanců a doprovodné hudby a atmosféra, kterou páry svým výkonem vytvářejí.

Charakteristika tanečního sportu



Pro sportovce-tanečníky je tento sport většinou životní drogou, životním stylem. Dává jim to, co mohou nabídnout i ostatní sporty – fyzickou a psychickou námahu, kondici, poznávání různých lidí, zemí, kultur, pocity vítězství i prohry, týmového ducha, ale i individuální výjimečnost. A také něco, co taneční sport od ostatních sportů naprosto odlišuje:

1. **Základní jednotkou**, která tento sport provádí, je **pár**. Tedy muž a žena, kluk a holka. Tento „minitým“ se sice objevuje i v řadě jiných sportů, smíšené čtyřhry jsou ale většinou jen doplňkovými soutěžemi individuálních sportů. Tak úzká spolupráce dvou lidí se blíží až k podstatě partnerské existence a je psychicky velmi náročná.



2. Druhou odlišností je, že tanec je velmi **úzce spojen s hudbou**. V řadě sportů se používá hudba jako doprovod, řada sportů používá hudbu jako prostředek, který spojuje skupinu sportovců a umocňuje jejich výkon. Většinou jde spíše o synchronizaci nebo vytvoření společného rytmu. Žádný jiný sport však nevyžaduje reagovat na neznámou hudbu, na její rytmus, melodii, strukturu a charakteristické prvky. V tanečním sportu je hudba především inspirací, nikoliv doprovodem tanečního výkonu.
3. Třetí zásadní odlišností je **způsob soutěžení**. Taneční sport vyšel ze společenského tance, jehož principem je společné tančení. I v tanečním sportu tedy soutěží na parketě současně více párů. A tak, přestože se jedná o ryze individuální sport, není zbaven aspektů kolektivního soupeření. To má ale i jeden nepříjemný důsledek – rozhodčí nemohou sledovat každý pár po celou dobu jeho tance a jejich rozhodnutí se proto mohou lišit. (V praxi se ovšem většina porotců shoduje, v dalších kapitolách vysvětlíme, proč tomu tak je.)

Taneční sport má i řadu dalších aspektů, které mu dávají zcela ojedinělé postavení v rodině sportů – např. důraz na správné držení těla a na celkový vzhled, na estetickou, hudební a citovou výchovu, na vztah k opačnému pohlaví, na schopnost vlastní prezentace. Lze jej provozovat v každém věku a pro každý věk má své kouzlo. Od mateřských škol, kde se jen tak hopsá, přes výkonnostně špičkové kategorie juniorů a dospělých, kde je možné stát se i mistrem světa, až po kategorie seniorů, kde je soutěžení spíše příležitostí ke společnému setkávání a trávení volného času.

Tanec včera, dnes a zítra



Tanec je skutečně tak starý jako lidstvo samo. V afrických jeskyních, v džunglích pohříbených chrámech starých říší jihovýchodní Asie i Střední Ameriky, ve vykopávkách keltských sídlišť, na nádobách starých Řeků, v prvních středověkých literárních dílech, tam všude najdeme kresby tančících figurek. Tanec byl vždy součástí lidské kultury. A jak se lidstvo vyvíjelo, ubývalo tanci „služebních“ povinností, jako např. přivolávání deště, zahánění zlých duchů, a tanec začínal víc a víc sloužit zábavě.

19. století je považováno za období, ve kterém vznikl společenský tanec v našem dnešním pojetí. Taneční zábavy začaly být nepostradatelnou součástí společenských setkání jakéhokoliv druhu. Otevíraly se taneční sály, vznikaly taneční orchestry a i ti nejvýznamnější hudební skladatelé neopomněli připravit skladbičky pro tancechtivé publikum. K radosti z pohybu a hudby se přidalo i dlouho zakazované kouzlo párového tancování. Tance se zmocnily široké vrstvy obyvatel a polka s valčíkem se staly představiteli této epochy.

Začátkem 20. století však společenský tanec v Evropě začal pociťovat potřebu nových impulzů. V Evropě se začaly objevovat první tance ze Severní a Jižní Ameriky, které pochopitelně vycházely z jiných společenských poměrů a odrážely střetávání bělošské, černošské i původní americké kultury. Objevují se pochodové a foxtrotové tance, zárodky waltzu a tango. Z varietních pódíí se dostávají postupně mezi fanoušky a do tanečních škol.

Toto období tanečního kvasu ale paradoxně nevedlo k rozšíření nových tanců. Každá taneční škola prosazovala svoji vlastní interpretaci a tanečníci se na parketech nemohli shodnout. Obrat nastal teprve ve dvacátých letech minulého století, kdy angličtí učitelé tance sjednotili taneční styly a vytvořili tzv. internacionální styl. Vybrali nejcharakterističtější tance, popsali nejpobudlivější variace a stanovili požadavky na hudební doprovod. Touto standardizací se jim podařilo vrátit tanci jeho komunikativní schopnosti a zpřístupnit jej podstatně většímu množství zájemců. Byl to podobný krok jako např. zavedení hromadné výroby aut, v některých zemích se dokonce začalo hovořit o tanečním průmyslu.

Období mezi dvěma světovými válkami je poznamenáno nástupem jazzu a objevováním latinskoamerických rytmů. Po rumbě se do Evropy postupně dostává samba a swingové tance. Na čas je sice tento vývoj přerušen válečnými událostmi, ale o to větší zájem nastává právě o tuto taneční oblast ve druhé polovině 20. století. Z karibské oblasti se přidává chacha a k latinskoamerické skupině tanců se přefazuje paso doble. Celý svět na čas ovládne rokenrol a stává se jedním z inspiračních zdrojů posledního ze soutěžních tanců – jive. Tím se okruh soutěžních tanců uzavřel.



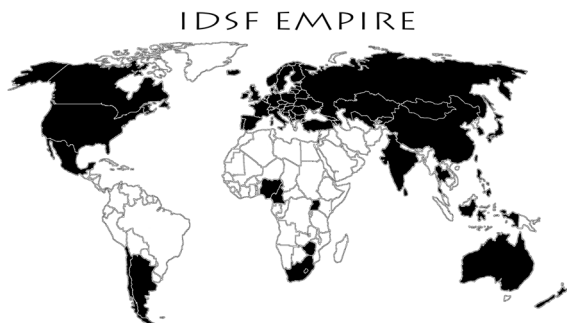
Historie a současnost tanečních soutěží

První taneční soutěže sice vznikly již počátkem minulého století, ale k plnému rozmachu došlo až ve 30. letech s definicí internacionálního tanečního stylu. Vzniká řada národních i mezinárodních organizací soutěžních tanečníků. V roce 1935 je v Praze založena International Amateur Dancers Federation (FIDA). Následují první mistrovství Evropy a mistrovství světa. Podobně jako i v jiných sportech, začíná se odehrávat mocenský boj o vedoucí postavení v organizaci tohoto mladého sportovního odvětví. Na rozdíl od ostatních sportů řídily taneční sport od začátku profesionální organizace. Tanec byl především byznys a amatéři byli dobrou ekonomickou základnou pro podnikání. Tento model přetrvává v klasických tanečních zemích dodnes. Velký zlom ale nastal po pádu železné opony – tanečně hladové země neměly dostatek prostředků a začaly si je zajišťovat tancováním, bez ohledu na to, kdo je profesionál a kdo amatér. Nejednalo se přitom pouze o země východní Evropy, ale např. i o Itálii.

A tak s rozbitím tradičních hodnot profesionál-amatér dochází i k novému přerozdělení sil v tanečním světě. Anglii samozřejmě všichni uznávají jako kolébkou tanečního sportu (přestože první soutěže pořádali Francouzi). Organizačně a ekonomicky výjimečně silné Německo již také ztratilo své postavení a do popředí se dostávají Italové, kteří ovládli standardní tance, a Rusové, kteří se prosazují v latinskoamerických tancích. Tanečníkům obou současných mocností začínají být jejich země malé, a tak se můžeme setkat s ruskými i italskými jmény v reprezentacích USA, Německa, Anglie i mnoha malých zemí. A dokonce již dochází ke spojování mocenských zájmů těchto dvou tanečních gigantů.

Úspěšnou stálicí na tanečním nebi zůstávají Dánové, ostatní severané trochu ustoupili ze svých pozic. Na jejich místo se derou Španělé, kteří byli dříve zahleděni do svých národních tanců, ale současné dynamické a expresivní pojetí soutěžních tanců vyhovuje jejich temperamentu. Velmi silní, ale zatím bez dostatečné ekonomické síly, jsou Poláci a Ukrajinci. Skoro až zázračně znějí potom výsledky ekonomických trapslíků – Slovinska a pobaltských republik. Tituly mistrů světa jsou zde postaveny na cílevědomé spolupráci a státní podpoře.

Samostatnou kapitolou je obrovský růst popularity tanečního sportu na Dálném východě. Taneční velmoc Japonsko doplňovaly nedávno jen čínské satelity Tchajwan, Hongkong a internacionální Singapore. Ale v současné době dochází k nebývalému rozmachu v Číně, v Jižní Koreji a v dalších východoasijských zemích. Tanečním soutěžím přišla na chuť také celá Severní Amerika, a tak se zdá, že jen náboženské důvody a velmi silné folklorní cítění zatím brání rozšíření tanečního sportu i do dalších zemí.



Obr. 1 Kde se soutěží (členské země IDSF)

A kam patříme my? Zatím jsme ještě nedosáhli na titul mistrů světa, ale světová finále se konají již i za naší přítomnosti. Zatím ještě ne v té nejvýznamnější kategorii dospělých, ale např. v kategorii do 16 let, do 19 let i v kategoriích nad 35 let. Celý svět obdivuje i naši organizační práci a vzdělávací proces. Tak to by v tom byl čert, aby nějaký ten mistrovský titul neskončil také u nás!

A jak to bylo s uznáním tanečního sportu jako sportovního odvětví? V řadě zemí byl soutěžní společenský tanec podporován státními sportovními orgány již v minulosti. Hlavní signál ale vyslala mezinárodní federace v roce 1990 přejmenováním se na International Dance Sport Federation (IDSF). Zcela jasný a důsledný přechod na sportovní principy přineslo v roce 1992 přijetí za řádného člena General Association of International Sports Federation (GAISF) a konečně v roce 1995 přijetí do Mezinárodního olympijského výboru (IOC).

V roce 1997 se taneční sport, jako čekatel na zařazení do programu Olympijských her, oficiálně představil na Světových hrách ve finském Lahti a v roce 2001 v japonské Akitě (i naše páry byly při tom). Tanec byl již také zařazen do programu Asijských her. Po příštích Světových hrách v roce 2005 v německém Duisburgu budeme netrpělivě očekávat rozhodnutí Mezinárodního olympijského výboru o zařazení tanečního sportu do oficiálního programu OH.



®



Tance se představují

Všechny tance mezinárodního soutěžního programu jsou rozděleny do dvou disciplín. Waltz, tango, valčík, slowfoxtrot a quickstep jsou **standardní** tance a samba, rumba, chacha, paso doble a jive jsou tance **latinskoamerické**. Toto rozdělení z větší části odpovídá původu a charakteru těchto tanců. Název „standardní“ je skoro stejně nic neříkající jako „moderní“, který pro tuto disciplínu používají dodnes Angličané. Moderními byly tyto tance v době svého vzniku a jako první byly standardizovány anglickými učiteli tance. Přesnější název by snad byl „evropské“, který používají například Rusové, ale ani to není zcela přesné.

Tango pochází z Argentiny a naopak paso doble, jako součást latinskoamerických tanců, je španělské. Pravdou ale je, že v minulosti se tango skutečně řadilo mezi latinskoamerické tance a na historických snímcích dokonce můžeme vidět tanečníky paso doble ve fraku!



Obr. 2 Odkud jsme?



Standardní tance

Standardní tance jsou v dnešním pojetí charakterizovány spíše vnější formou, kterou tvoří především uzavřené párové držení, švihový pohyb po celém parketu, frak, dlouhá dámská toaleta a hudba 30. let. Vývoj těchto tanců podle některých tanečníků ustrnul právě koncem meziválečných let. Skutečně tehdy vznikly první popisy figur a základních technik, které ani dnes neztrácejí svou platnost. Stejně jako v ostatních sportech, byly i tyto počátky poznamenány bouřlivým rozvojem, ale po nalezení vyhovující formy se přešlo spíše na doladování celého systému a vývoj