

T.C.
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI



MEGEP

(MESLEKİ EĞİTİM VE ÖĞRETİM SİSTEMİNİN GÜÇLENDİRİLMESİ
PROJESİ)

EĞLENCE HİZMETLERİ

SALON DANSLARI

ANKARA 2007

Milli Eğitim Bakanlığı tarafından geliştirilen modüller;

- Talim ve Terbiye Kurulu Başkanlığının 02.06.2006 tarih ve 269 sayılı Kararı ile onaylanan, Mesleki ve Teknik Eğitim Okul ve Kurumlarında kademeli olarak yaygınlaştırılan 42 alan ve 192 dala ait çerçeve öğretim programlarında amaçlanan mesleki yeterlikleri kazandırmaya yönelik geliştirilmiş öğretim materyalleridir (Ders Notlarıdır).
- Modüller, bireylere mesleki yeterlik kazandırmak ve bireysel öğrenmeye rehberlik etmek amacıyla öğrenme materyali olarak hazırlanmış, denenmek ve geliştirilmek üzere Mesleki ve Teknik Eğitim Okul ve Kurumlarında uygulanmaya başlanmıştır.
- Modüller teknolojik gelişmelere paralel olarak, amaçlanan yeterliği kazandırmak koşulu ile eğitim öğretim sırasında geliştirilebilir ve yapılması önerilen değişiklikler Bakanlıkta ilgili birime bildirilir.
- Örgün ve yaygın eğitim kurumları, işletmeler ve kendi kendine mesleki yeterlik kazanmak isteyen bireyler modüllere internet üzerinden ulaşılabilirler.
- Basılmış modüller, eğitim kurumlarında öğrencilere ücretsiz olarak dağıtılır.
- Modüller hiçbir şekilde ticari amaçla kullanılamaz ve ücret karşılığında satılamaz.

İÇİNDEKİLER

İÇİNDEKİLER.....	i
AÇIKLAMALAR	ii
GİRİŞ	1
ÖĞRENME FAALİYETİ-1	3
1. SALON DANSLARI	3
1.1. Salon (Standart) Danslarının Teknikleri	3
1.1.1. Vals Temel Adım Öğretimi.....	6
1.1.2. Foxtrot Temel Adım Öğretimi	17
1.1.3. Quickstep Temel Adım Öğretimi.....	27
1.1.4. Tango Temel Adım Öğretimi.....	37
UYGULAMA FAALİYETİ.....	46
DEĞERLENDİRME ÖLÇÜTLERİ.....	47
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME.....	48
ÖĞRENME FAALİYETİ-2	50
2. SALON (STANDART) DANSLARIN SAHNELENMESİ.....	50
2.1. Vals Sahnelemesi	51
2.2. Foxtrot Sahnelemesi.....	52
2.3. Quick Step Sahnelemesi.....	53
2.4. Tango Sahnelemesi	54
UYGULAMA FAALİYETİ.....	55
DEĞERLENDİRME ÖLÇÜTLERİ.....	56
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME.....	57
MODÜL DEĞERLENDİRME	58
CEVAP ANAHTARLARI.....	59
KAYNAKÇA	60

AÇIKLAMALAR

KOD	212MGS007
ALAN	Eğlence Hizmetleri
DAL/MESLEK	Animatörlük / Çocuk Animatörlüğü
MODÜLÜN ADI	Salon dansları(Satandart Danslar)
MODÜLÜN TANIMI	Salon danslarını yapabilmek için gerekli olan bilgileri içeren bir öğretim materyalidir.
SÜRE	40/16
ÖN KOŞUL	Bu modülün ön koşulu yoktur.
YETERLİK	Salon danslarını yapmak.
MODÜLÜN AMACI	Genel Amaç: Öğrenci, bu modül ile eğlence hizmetleri departmanında Salon Dansları (Standart Amerikan Dansları) figürlerini animasyon programlarında doğru olarak kullanabilecektir. Amaçlar: 1 Eğlence hizmetleri departmanında gösterilerde Salon Dansları (Standart Amerikan Dansları) temel kural ve temel adımlarını uluslar arası standartlara uygun olarak kullanabilecektir. 2- Eğlence hizmetleri departmanında gösterilerde sergilenecek Salon Dansları (Standart Amerikan Dansları)na ait örneklemeleri programa uygun olarak hazırlayabilecektir
EĞİTİM ÖĞRETİM ORTAMLARI VE DONANIMLARI	Tesisteki eğlence hizmetleri departmanı, bilgisayar yazılım ve donanımları, internet, Vcd, Dvd, Cd vb. görsel materyaller, dans salonu, dijital kamera, projeksiyon cihazı ve perdesi.
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	Modülün içinde yer alan her faaliyetten sonra, verilen ölçme araçları ile kazandığınız bilgileri ölçerek kendi kendinizi değerlendireceksiniz. Öğretmen modül sonunda size ölçme araçları uygulayarak modül uygulaması ile kazandığımız bilgileri ve beceriler ölçerek değerlendirecektir.

GİRİŞ

Sevgili Öğrenci,

Animasyon; Konaklama işletmelerinde ve çevrelerinde, müşterilere yönelik yapılan eğlendirici, dinlendirici, öğretici ve sosyal tüm aktivitelere denir. Amaç; müşterilere tatilleri süresince hoşça vakit geçirtmektir. Bu aktiviteleri gerçekleştiren personele de animatör denmektedir.

Animatörün görevi; tesiste çeşitli aktivite programları planlamak, hazırlamak ve uygulamaktır. Animatörün bu görevleri yerine getirebilmesi için, kendisini teorik ve pratik olarak iyi donatmış olması gerekir.

Bu modül hazırlanırken uluslar arası düzeyde bilgi ve beceriyle donatılmış başarılı dansçı animatörler yetiştirilmesi amaçlanmıştır.

Dans ;insan oğlunun var olmasıyla ortaya çıkmış,ilk anlatım sanatıdır. Günümüzde anlatım haricinde estetik kaygıları barındırıp,diğer bedensel aktivitelerle inanılmaz boyutlar almış olan dans, tüm dünyada hızla gelişmektedir.

Salon(Standart) dansları modülünü tamamladığınızda sektördeki otellerde ve şov gruplarında, yöntem ve tekniğine uygun olarak dans edebilecek, koreografi yapabilecek ve dans grubu organize edebilecek yeterliliği kazanmış olacaksınız.



ÖĞRENME FAALİYETİ-1

AMAÇ

Bu faaliyetle gerekli ortam sağlandığında, eğlence hizmetleri departmanında, gösterilerde salon danslarının temel kural ve adımlarını uluslararası standartlara uygun olarak yapabileceksiniz.

ARAŞTIRMA

- Tesislerdeki eğlence hizmetleri personelinin özellikleri ve görevleri hakkında bilgi toplayınız.
- Eğlence hizmetleri departmanında hazırlanan salon dansları nelerdir? Araştırınız.

1. SALON DANSLARI

Doğal enerjimizi estetik bir biçimde dışa vurmanın en güzel yolu dandır. Salon Dansları kökeni 18. yüzyılın sonlarında, 19. yüzyılın başlarında İngiltere'deki soyluların katıldığı balolardan gelmektedir. 19.yüzyılın sonlarına doğru salon dansları çalışan kesim arasında da popüler hale gelmiştir. 1920lerde salon dansları daha da çok ilgi görmeye başladı. 1924 yılında Imperial Society of Teachers of Dancing salon dansları bölümünü kurdu. Bu sayede salon dansları muzik, adımlar, ve teknik olarak standartlara ulaşabildi. Yıllar geçtikçe salon dansları Avrupa, Asya-Pasifik, ve Amerika'da popüleritesini arttırdı

1.1. Salon (Standart) Danslarının Teknikleri

Başarılar kazanmak için profesyonel antrenman yaptıran öğretmenler amaçlarına ulaşmak için bazı öncelikleri takip etmelidirler. Bunlar;

- 1- Teknik detaylar için çok iyi bilgi ve anlama.
- 2- Solo kanıtlar için doğru ve sağlam bir denge. Bayanlar erkeklerle dans ederken duruşlarına ayrıca dikkat etmelidir.
- 3- Zamanlama , tempo, vuruşların sayısı,barlar ve vuruş değerleri gibi müzikal gereklilikleri anlamalıdır.
- 4-.Basit öğretim metodları.
- 5- İyi bir ses yansıtması,
- 6- Profesyonel yaklaşım.

Tabloya nasıl çalışacaksınız?

Teknik; tablo formundan çıkarılır ve ana başlıkların anlaşılması gereklidir. Genel prensiplerin anlaşılması çok önemlidir. Başlıklar Vals, Foxtrot ve Quickstep aşağıda açıklanmıştır. Tangoya tamamen farklı bir dans şeklinde davranılmalıdır.

Tabloda kullanılan kısaltmalar:		S :	Yavaş
A:	Başlangıç düzeyi	Q:	Hızlı
L:	Lisans düzeyi	Pu:	Parmak ucu
F:	İleri seviye	PT:	Parmak ucundan tabana(topuğa)
MÇ:	Merkeze Çapraz	To:	Topuk
DAÇ	Dans Çizgisine Çapraz	ToT:	Topuktan tabana(parmak ucuna)
DÇ :	Duvara Çapraz	CBM:	Zıt Vücut Hareketi

Ayak pozisyonları:

Sözü edilen ayak pozisyonları bir ayak diğeriyle ilişki içindeydir.Diğer terimler aşağıda verilen ayak pozisyonlarını içerir.

1. **CBMP:**Ağırlığın alındığı ayakta vücut çizgisini koruyabilmek için diğer ayağı destek ayağının önüne veya arkasına yerleştirildiği pozisyondur.
2. **PP:**Erkeğin sağ,bayanın sol tarafı temas halinde ve vücutlarının diğer kısımları “V” şeklinde açılmış durumdaki pozisyondur.
3. **OP:**Partnerin sağ tarafına alınan adımdır.
4. **Side leading:**Hareket eden ayakla öne ya da arkaya doğru vücutla aynı yön alınır.

Duruş

Ayak pozisyonu odayla ilgili olmalıdır.Vücutunuz ve ayaklar aynı çizgideyken “facing&backing” (yüze-arkaya) kullanın,ayaklarınız vücutla farklı durumdaysa pointing (noktalama) kullanın.

Dönüş miktarı: Ayakların arasıyla ölçülür.

Yükselme ve alçalmalar: Yükselme ve alçalmalar; ayaklar, bacaklar ve vücut boyunca geliştirilir.

Ayak yükselmesi yok: Çoğu dönüşte iç tarafa geriye adım alınırken , bir sonraki adımda tüm ağırlık verilinceye kadar destek ayağının topuğu zeminle kontak halindeyken ayakta yükselme olmaz. Yükselme sadece vücutta ve bacaklarda hissedilmelidir.

Ayak basışları:Ayak basışlarında ayağın bir parçası zeminle temas halinde olmalıdır. Waltz ,Foxtrot ve Quickstep’ te bu terimleri heel ve toe (topuk ve parmak ucu) olarak kullanıyoruz. “toe” terimi ball of the foot u da içerir (pençe/ayak ucu). İleri adıma heel denir. Burada anlaşılması gereken nokta terimden sonra tüm ayağın yerle temas etmesi gerektir. Önce heel sonra flat (ayak tabanı) demek gereksizdir. Yan pozisyondan diğer ayağa doğru ayak kapatıldığında bu kapatmanın toe ile yapılacağı unutulmaması gereken bir kuraldır.

Cbm

Bir vücut hareketidir. İleri veya geri hareket ederek dönüşü başlatan hareket ayağına doğru vücudun karşı tarafına dönüşüdür.

Salınma

Salınma hareket eden ayaktan uzaklaşan vücut eğilimidir ve dönüş yönüne doğru yapılır. (örnek Waltz Natural Turn hareketinin 2.adımı).

Salınma hareket eden ayağa doğru yapılabilir.(örnek: Hover Feather 1.adımı)

Broken Sway belden fazlaca bükülerek yapılır ve Tiple Chasse to R gibi çoğu figürde kullanılır.

Denge/Duruş

Erkekler:Dik bir şekilde ayakta durur. Vücut belden desteklenir, ağırlık ayak parmak uçlarına doğru verilir, omuzlar rahat ve baş diktir. Dizler biraz bükülü tutulmalıdır.

Bayanlar:Dik bir şekilde ayakta durur. Vücut belden destekli,vücudun üst kısmı ve baş dengeli bir şekilde geriye ve biraz sola doğru yatırılır. Ağırlık parmak uçlarında ve dizler hafif bükülüdür.

Tutuşlar

Erkekler:Erkek ,bayanı biraz sağ tarafına alacak şekilde ayakta durur. Uzatılan ve kaldırılan kollar omuz hizasına gelene kadar yan yanadır. Sağ bilek bükülür ve bayanın sol kürek kemiğinin üzerine yerleştirilir. Sol bilek bükülür ve bayanın sağ elini alır. Eller göz hizasında tutulur. Sol ön kol bilekten ele kadar kırılmamış bir çizgi göstermek için hafifçe öne doğru eğilim gösterir.

Bayanlar:Sol elini erkeğin omuz hizasında sağ koluna koyar. Sağ kolunu kaldırır ve erkeğin sol elinin içine yerleştirir.

İleri Yürüme

Dik bir şekilde ,ayaklar kapalı ve ağırlık parmak uçlarına doğru olacak şekilde durulur. Ayağın parmak ucunun zeminle temasını kesmeden bacağı ileri doğru sallayın sonra parmak ucunu kaldırarak topuktan hafifçe kayın. Ön topuk arkadaki ayağın parmak ucunu geçmez arka topuk zeminde rahat bırakılmalıdır ki ön diz gergin ve arka diz bükülüken ,ağırlık arka ayağın parmak ucu ve ön ayağın topuğu arasında eşit olarak paylaşırılsın(atılacak olan uzun adımın miktarı önemli). Ön ayak parmak ucu vücut ağırlığı öne doğru giderken hemen indirilmelidir. Arkadaki ayak, baş parmağıyla öne yürüyüşü başlatır sonra ayak ucu,iki ayak aynı hizaya gelinceye kadar zeminde kaydırılır ve arka ayak bir sonraki adım için öne hareketine devam eder.

Geri Yürüme

Dik bir şekilde ,ayaklar kapalı ve ağırlık parmak uçlarında olacak şekilde durun. Ayak uçlarında geriye hareket edin sonra ayak parmak ucunu zeminde kaydırın ve tekrar ayak uçlarına indirin. Arkadaki ayak öndeki topuğu geçer geçmez ön parmak ucu zeminde rahat bırakılmalıdır ki arkadaki diz bükülü ve öndeki diz gerginken böylece ağırlık öndeki ayağın topuğuyla arkadaki ayağın parmak uçları arasında eşit olarak paylaşılınsın(atılacak olan uzun adımın miktarı önemli). Ön ayak geriye hareketi başlatmak için önce topuklarla ve sonra parmak uçlarıyla,arka topuk alçaltıldığında iki ayak aynı hizaya gelinceye kadar zeminde kaydırın. *Arka topuğun çok yavaş ve kontrollü bir şekilde alçaltılması çok önemlidir.*

Topuk dönüşü: Dönüş adım alan ayağın ayak ucunda başlar ve sonra topuklarda devam eder,kapatılacak ayağın izlenen yol boyunca paralelliğini koruması gerekir. Ağırılık;dönüş tamamlandığında kapatılan ayağa transfer edilir.

Topuk çekme Topuk dönüşünün bir çeşididir. Destek alınan ayağın topuğu üzerinde sağa doğru yapılan bir dönüştür,hareket eden ayak destek ayağının yanına çekilir ve önce topuk sonra ayağın iç yüzü ve en son ayağın tamamı yere basar.

Tango : Tangoyla ilgili tüm tanımlamaları görmek için tango bölümüne bakınız. →

Özel not:

“NATURAL” VE “REVERSE” DÖNÜŞLER (Normal ve Geri)

Tüm “natural” dönüşler sağa doğru ve tüm “reverse” dönüşler sola doğrudur.

1.1.1. Vals Temel Adım Öğretimi

Vals Viyana'nın varoşlarında ve Avusturya'nın Alpin bölgesinde doğmuştur.17.yy başlarına kadar vals, Hapsburg Court un salonlarında dans ediliyordu. Bu zamana kadar Avusturya ve Baviera' nın köylüleri tarafından yapılıyordu.

18.yy sonunda, bu eski köylü dansı yüksek sosyete tarafından 3 çeyreklik bir ritimle kabul edildi. Popülarizmine rağmen, kapalı tutuşu ve sürekli dönüş içeren hareketleri ile elit sınıfın çoğu kısmı, bu dansın kendi içlerine girmesine şiddetle karşı çıkmıştı.Eski kuşak tarafından hoşnutsuzluğu dile getirilse de nadiren anılan bir gerçek de Kraliçe Victoria'nın vals sevgisiyle dolu, güçlü ve uzman bir salon dansçısı olduğudur.



Resim 1.1: Vals Çifti

Çok şükür ki şiddetle karşı çıkan taraf yavaş yavaş yok oldu ve vals, heyecan verici çeşitleriyle bugüne kadar 2 formda ortaya çıktı. Bu iki form da dansın ana karakteristiğini yansıtıyor. Bu danslar **İngiliz Valsi ve Viyana Valsidir.**

Viyana Valsi Avusturya folk danslarının eski çağlara ait olduğu eski hareketlerden ortaya çıkmıştır. Birkaç yüzyıl boyunca çiftler birbirlerini oldukça kapalı bir şekilde tutarak,aynı yönde dönerek dans ettiler. 18.yy sonunda ve 19.yy başlarında bu danslar kasabalar ve şehirlerde değiştirildi. Önceden şehir tersaneleri ve meyhanelerde dans edildiği halde şimdi bu dans Viyana'nın büyük salonlarına taşınmıştır. Sıçramalar ve ayağını yere vurmali hareketler ,cılalı zemin üzerinde düz bir şekilde kayarak yapılan hareketlere dönüşmüştür.

Viyana Valsinin müziği zarif, görkemli ve tutku doludur. Bu dans güzelliğiyle izleyenlere zevk verir. Bu büyüleyici melodiyi yaratanlar: **Strauss, Schubert, Chopin, Tchaikovsky, Sibelius, Ravel ve diğerleridir.**

Vals Adımları:

- 1- Closed Change Natural To Reverse
- 2- Natural Turn Erkek Ve Bayan
- 3- Reverse Turn Erkek Ve Bayan
- 4- Natural Spin Turn Erkek Ve Bayan
- 5- Whisk Erkek Ve Bayan
- 6- Chasse From Pp Erkek Ve Bayan

1-CLOSED CHANGE, NATURAL TO REVERSE ERKEK						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salım
1	Sağ ayak öne	merkeze çapraza yüzü dönük	Belki çok az miktarda sağa dönüş yapılabilir	Başlangıçtan 1. adımın sonuna kadar yükselme	Topuktan parmak ucuna	Yavaş
2	Sol ayak yana ve biraz öne	merkeze çapraza yüzü dönük	Belki çok az miktarda sağa dönüş yapılabilir	2 ve 3 e kadar yükselmeye devam	Parmak ucu	Sağa Doğru
3	Sağ ayağı sol ayağın yanına kapat	merkeze çapraza yüzü dönük	Belki çok az miktarda sağa dönüş yapılabilir	3. adımı sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sağa doğru

Zıt vücut hareketi: 1.adımda çok az var.

1-CLOSED CHANGE, NATURAL TO REVERSE BAYAN						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salım
1	Sol ayak geri	merkeze çapraza sırtı dönük	Belki çok az miktarda sağa dönüş yapılabilir	Başlangıçtan 1. adımın sonuna kadar yükselme Ayakta yükselme yok	Parmak ucundan topuğa	Yavaş
2	Sağ ayak yana ve biraz geri	merkeze çapraza sırtı dönük	Belki çok az miktarda sağa dönüş yapılabilir	2 ve 3 e kadar yükselmeye devam	Parmak ucu	Sola Doğru
3	Sol ayağı sağ ayağın yanına kapat	merkeze çapraza sırtı dönük	Belki çok az miktarda sağa dönüş yapılabilir	3. adımı sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sola doğru

Zıt vücut hareketi: 1.adımda var.

Sağ ayak Closed Change:

Önce gelen hareketler

A-Natural turn/ back lock veya sağa progressive chasse sonrası 4-6 natural turn

L } Outside spin Open Impetus ve Cross a benzer. Duraksama yüz
F } merkeze çapraza biterken tam bir dönüş yaptırır.

Sonra gelen hareketler

A }
L } Herhangi bir reverse figürü yapılabilir
F }

Sol ayak Closed Change:

Önce gelen hareketler

A- Reverse turn-Natural spin turn sonrası 4-6 reverse turn/ köşede Double reverse spin/underturned natural spin turn ve closed impetus sonrası 4-6 reverse turn/hesitation change

L } Underturned outside spin sonrası 4-6 reverse turn
F }

Sonra gelen hareketler

A }
L } Herhangi bir natural figürü yapılabilir.
F }

2-NATURAL TURN ERKEK						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Başlıkları	Salınım
1	Sağ ayak öne	duvara çapraza yüzü dönük	sağa dönüşle başlangıç	Başlangıçtan 1. adımın sonuna kadar yükselme	Topuktan parmak ucuna	Yavaş
2	Sol ayak yana	merkeze çapraza sırtı dönük	1. ve 2. adım arası 1/4	2. ve 3. adımda yükselmeye devam	Parmak ucu	Sağa Doğru
3	Sağ ayağı sol ayağın yanına kapat	Dans çizgisine sırtı dönük	2. ve 3. adım arası 1/8	3. adımın sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sağa doğru
4	Sol ayak geri	Dans çizgisine sırtı dönük	Sağa dönüş	4. adımın sonuna kadar yükselme ,ayak yükselmesi yok	Parmak ucundan topuğa	Yavaş
5	Sağ ayak yana	merkeze çapraza point	4. ve 5.adım arası 3/8 (vücut dönüşü az)	5. ve 6. adımda sürekli yükselme	Parmak ucu	Sola Doğru
6	Sol ayağı sağ ayağın yanına kapat	merkeze çapraza yüzü dönük	Vücut dönüşü tamamlar.	6.adımda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sola doğru

Zıt vücut hareketi: 1. ve 4. adımda

2-NATURAL TURN BAYAN						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salınım
1	Sol ayak geri	duvara çapraz sirtı dönük	sağa dönüşle başlangıç	Başlangıçtan 1. adımın sonuna kadar yükselme, ayak yükselmesi yok	Parmak ucundan topuğa	Yavaş
2	Sağ ayak yana	Dans çizgisine point	1. ve 2. adım arası 3/8, vücut dönüşü az	2. ve 3. adımda yükselmeye devam	Parmak ucu	Sola Doğru
3	Sol ayağı sağ ayağın yanına kapat	Dans çizgisine yüzü dönük	Vücut dönüşü tamamlıyor	3. adımın sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sola doğru
4	Sağ ayak öne	Dans çizgisine yüzü dönük	Sağa dönüş	4. adımın sonuna kadar yükselme	Topuktan parmak ucuna	yavaş
5	Sol ayak yana	merkeze sirtı dönük	4. ve 5.adım arası 1/4	5. ve 6. adımda sürekli yükselme	Parmak ucu	Sağa Doğru
6	Sağ ayağı sol ayağın yanına kapat	merkeze çapraz sirtı dönük	5. ve 6. adım arası 1/8	6.adımda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sağa doğru

Zıt vücut hareketi: 1. ve 4. adımda

Önce gelen hareketler

A-Sol ayak closed change –PP de chasse-outside change-basic weave at corner-natural turn
L } PP de weave-closed telemark-outside spin-turning lock ve cross
F } hesitation ile 4-6 natural turn de belki yapılabilir.

Sonra gelen hareketler

A- köşede Sağ ayak Closed Change –herhangi natural figürü.
L } 1-3 natural turn sonrası back whisk
F }

3-REVERSE TURN ERKEK						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salınım
1	Sol ayak öne	merkeze çapraza yüzü dönük	sola dönüşle başlangıç	Başlangıçtan 1. adımın sonuna kadar yükselme	Topuktan parmak ucuna	Yavaş
2	Sağ ayak yana	duvara çapraza sırtı dönük	1. ve 2. adım arası 1/4	2. ve 3. adımda yükselmeye devam	Parmak ucu	Sola Doğru
3	Sol ayağı sağ ayağın yanına kapat	Dans çizgisine sırtı dönük	2. ve 3. adım arası 1/8	3. adımın sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sola doğru
4	Sağ ayak geri	Dans çizgisine sırtı dönük	Sola dönüş	4. adımın sonuna kadar yükselme, ayak yükselmesi yok	Parmak ucundan topuğa	Yavaş
5	Sol ayak yana	duvara çapraza point	4. ve 5.adım arası 3/8 (vücut dönüşü az)	5. ve 6. adımda sürekli yükselme	Parmak ucu	Sağa Doğru
6	Sağ ayağı sol ayağın yanına kapat	duvara çapraza yüzü dönük	Vücut dönüşü tamamlıyor.	6.adımda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sağa doğru

Zıt vücut hareketi: 1. ve 4. adımda

-REVERSE TURN BAYAN						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salınım
1	Sağ ayak geri	merkeze çapraza sırtı dönük	sola dönüşle başlangıç	Başlangıçtan 1. adımın sonuna kadar yükselme	Parmak ucundan topuğa	Yavaş
2	Sol ayak yana	Dans çizgisine point	1. ve 2. adım arası 3/8 vücut dönüşü az	2. ve 3. adımda yükselmeye devam	Parmak ucu	Sağa Doğru
3	Sağ ayağı sol ayağın yanına kapat	Dans çizgisine yüzü dönük	Vücut dönüşü tamamlıyor	3. adımı sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sağa doğru
4	Sol ayak öne	Dans çizgisine yüzü dönük	Sola dönüş	4. adımın sonuna kadar yükselme	Topuktan parmak ucuna	Yavaş
5	Sağ ayak yana	duvara sırtı dönük	4. ve 5.adım arası 1/4	5. ve 6. adımda sürekli yükselme	Parmak ucu	Sola Doğru
6	Sol ayağı sağ ayağın yanına kapat	duvara çapraza sırtı dönük	5. ve 6. adım arası 1/8	6.adımda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sola doğru

Zıt vücut hareketi: 1. ve 4. adımda

Önce gelen hareketler

A - sağ ayak closed change underturned closed change veya closed impetus sonrası 4-6 reverse turn-hesitation change-merkeze çapraza biten double reverse spin-reverse pivot

L - Wing

F - Closed wing(köşede)-fallaway reverse ve slip pivot

Sonra gelen hareketler

A - Sol ayak closed change-whisk-double reverse spin

L- underturned yapılan natural spin turn veya closed impetus s tan sonra merkeze çapraza biten 4-6 reverse turn ü takiben closed veya open telemark yapılabilir.

F-Ccontra check/hover corte yi takiben 1-3 reverse turn yapılabilir.

4-NATURAL SPIN TURN ERKEK						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salım
1	Sağ ayak öne	duvara çapraza yüzü dönük	sağa dönüşle başlangıç	Başlangıçtan 1. adımın sonuna kadar yükselme	Topuktan parmak ucuna	Yavaş
2	Sol ayak yana	Merkeze çapraza sırtı dönük	1. ve 2. adım arası 1/4	2. ve 3. adımda yükselmeye devam	Parmak ucu	Sağa Doğru
3	Sağ ayağı sol ayağın yanına kapat	Dans çizgisine sırtı dönük	2. ve 3. adım arası 1/8	3. adımın sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sağa doğru
4	Sol ayak geri	Down LOD toe turned in	4.adımda ½ sağa pivot	-	Parmak ucu-topuk-parmak ucu	Yavaş
5	Zıt vücut pozisyonunda sağ ayak öne	Dans çizgisine yüzü dönük	Dönüşe devam edilir	5. adımın sonunda yükselme	Topuktan parmak ucuna	Yavaş
6	Sol ayak yana ve biraz geri	merkeze çapraza sırtı dönük	5. ve 6. adım arası 3/8	Yukarda. 6.adımın sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Yavaş

Zıt vücut hareketi:1.,4. ve 5. adımda

Not: 4. adım parmak ucu-topuk-parmak ucu, topuk dönüş boyunca yerle temas halinde olacak. Natural spin turn köşede veya yan yüz boyunca underturned yapılıyorsa pivotun dönüş miktarı 3/8 ve 5-6 arası dönüş ¼ olmalıdır

4-NATURAL SPIN TURN BAYAN						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salınım
1	Sol ayak geri	duvara çapraza sırtı dönük	sağa dönüşle başlangıç	Başlangıçtan 1. adımın sonuna kadar yükselme, ayak yükselmesi yok	Parmak ucundan topuğa	Yavaş
2	Sağ ayak yana	Dans çizgisine point	1. ve 2. adım arası 3/8 (vücut dönüşü az)	2. ve 3. adımda yükselmeye devam	Parmak ucu	Sola Doğru
3	Sol ayağı sağ ayağın yanına kapat	Dans çizgisine yüzü dönük	Vücut dönüşü tamamlıyor	3. adımın sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sola doğru
4	Sağ ayak öne	Dans çizgisine yüzü dönük	4.adımda ½ sağa pivot	---	Topuktan parmak ucuna	Yavaş
5	Sol ayak yana ve biraz geri	Dans çizgisine sırtı dönük	Dönüşe devam	5. adımın sonunda yükselme	Parmak ucu	Yavaş
6	Sağ ayak sol ayağa doğru sürünerek ileri çapraza	merkeze çapraza yüzü dönük	5. ve 6. adım arası 3/8	Yukarda. 6.adımın sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Yavaş

Zıt vücut hareketi:1. ve 4. adımda var.

Not: 5.adımda yükselme sol ayağın parmak ucunda yapılır,önemli olan nokta sağ ayak sol ayağa doğru harekete başladığı kısmın parmak ucu olmasıdır,topuklar yere temas etmez. Natural spin turn köşede veya underturned şeklinde odanın yan yüzü boyunca yapıldığında pivot hareketinin dönüş miktarı 3/8 ve 5-6. hareketler arası dönüş miktarı ¼ tür.

Önce gelen hareketler

A
L
F } NATURAL TURN

Sonra gelen hareketler

- A- 4-6 Reverse-reverse corte-reverse pivot
- L- turning lock-köşeye yaklaşma-basic weave
- F- sağ ayakla geriye sola whisk-sağa turning lock-hover corte

5-WHISK ERKEK						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Sahnım
1	Sol ayak öne	duvara çapraz yüzü dönük	-	Başlangıçtan 1. adımın sonuna kadar yükselme	Topuktan parmak ucuna	Yavaş
2	Sağ ayak yana ve ileri	duvara çapraz yüzü dönük	-	2. adımda yükselmeye devam	Parmak ucu	Sola Doğru
3	PP de Sol ayak sağ ayağın arka çaprazına	duvara çapraz yüzü dönük	-	Yukarıda. 3. adımın sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sola doğru

Zıt vücut hareketi:1.adımda az var.

Not: 2.adımdaki pozisyon closed change hareketinin 2.adımıyla uyumludur.

5-WHISK BAYAN						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Sahnım
1	Sağ ayak geri	duvara çapraz sırtı dönük	-	Başlangıçtan 1. adımın sonuna kadar yükselme Ayakta yükselme yok	Parmak ucundan topuğa	Yavaş
2	Sol ayak geri çapraz	merkeze çapraz point	1-2 arası ¼ sağa (vücut dönüşü az)	2. adımda yükselmeye devam	Parmak ucu	Sağa Doğru
3	PP de Sağ ayak sol ayağın arka çaprazına	merkeze çapraz yüzü dönük	Vücut dönüşü tamamlıyor.	Yukarda. 3. adımın sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sağa doğru

Zıt vücut hareketi:Nil (Belki çok az miktarda sağa dönüş yapılabilir)

Not: ayaklar 1-2 arasında dönüşü tamamlar.

Whisk: erkek ¼ döndüğünde “A” sadece köşede,yeni dans çizgisinin duvara çaprazına yüzü dönük bitirirken, “L” ve “F” odanın yan yüzünde merkeze çapraz yüzü dönük bitirirler.

5-WHISK ERKEK			
ADIM	AYAK POZİSYONLARI	DURUŞ	DÖNÜŞ MİKTARI
1	Sol ayak öne	duvara çapraz yüzü dönük	Sola dönüş başlar
2	Sağ taraf yönetiminde sağ ayak ileri çapraz	Dans çizgisine yüzü dönük	1-2 arası 1/8
3	PP de Sol ayak sağ ayağın arka çaprazına	Yeni dans çizgisinin duvara çaprazına yüzü dönük	2-3 arası 1/8
WHISK BAYAN			
2	Sol taraf yönetiminde sol ayak geri		

Not: diğer tüm teknik detaylar yukarıdadır. Bayanların dönüşü yoktur.

Önce ve sonra gelen hareketler için bir sonraki sayfaya bakın !!!

Whisk: bir sonraki figürde merkeze çapraz hareket etmek için odanın yan tarafında 1/8 döndüğünde ;

WHISK			
ADIM	AYAK POZİSYONLARI	DURUŞ	DÖNÜŞ MİKTARI
1	Sol ayak öne	duvara çapraz yüzü dönük	Sola dönüş başlar.
2	Sağ ayak yana ve ileri	Dans çizgisine yüzü dönük	1-2 arası 1/8 sağa
3	PP de sol ayak sağ ayağın arka çaprazına	Dans çizgisine yüzü dönük	-

WHISK			
ADIM	AYAK POZİSYONLARI	DURUŞ	DÖNÜŞ MİKTARI
1	Sağ ayak geri	duvara çapraza sırtı dönük	Sola dönüş başlar.
2	Sol ayak geri çapraza	Dans çizgisine sırtı dönük	1-2 arası 1/8
3	PP de sağ ayak sol ayağın arka çaprazına	Merkeze yüzü dönük	2-3 arası 1/4 sağa

Not: tüm teknik detaylar normal whisk içeriğinin aynısıdır.

Önce gelen hareketler

A- } reverse turn- natural spin turn sonrası 4-6 reverse turn –double
L- } reverse spin-reverse pivot(köşede)-underturned natural spin turn veya closed impetus sonrası 4-6 reverse turn-hesitation change

F- duvara çapraz yüzü dönük closed wing-fallaway reverse ve slip pivot

Sonra gelen hareketler:

A- PP den chasse

L- PP den weave-cross hesitation-wing

F- sol whisk

6- CHASSE FROM PP ERKEK						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışlar	Salınım
1	Zıt vücut hareketi pozisyonunda ve PP de sağ ayak ileri ve çapraza	duvara çapraza yüzü dönük(dans çizgisi boyunca hareket ederken)	-	Başlangıçtan 1. adımın sonuna kadar yükselme	Topuktan parmak ucuna	Nil
2	Sol ayak yana ve biraz ileri	duvara çapraza yüzü dönük	-	2. ve 3. adımda yükselmeye devam	Parmak ucu	Nil
3	Sağ ayağı sol ayağın yanına kapat	duvara çapraza yüzü dönük	-	--	Parmak ucu	Nil
4	Sol ayak yana ve biraz ileri	duvara çapraza yüzü dönük	-	Yukarda ve 4. adım sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Nil
5	Zıt vücut hareketi pozisyonunda sağ ayak partnerin sağ tarafına ileri	duvara çapraza yüzü dönük	-	-	topukta	Nil

Zıt vücut hareketi: 1.adımda az ve 5. adımda var.

Zamanlama: 1 2 & 3 1

6- CHASSE FROM PP BAYAN						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salınım
1	Zıt vücut hareketi pozisyonunda ve PP de sol ayak ileri ve çapraza	merkeze çapraza yüzü dönük	Sola dönüş başlar	Başlangıçta n 1. adımın sonuna kadar yükselme	Topuktan parmak ucuna	Nil
2	Sağ ayak yana	duvara sırtı dönük	1-2 arası 1/8	2. ve 3. adımda yükselmeye devam	Parmak ucu	Nil
3	Sol ayağı sağ ayağın yanına kapat	duvara çapraza sırtı dönük	2-3 arası 1/8 (vücut dönüşü az)	--	Parmak ucu	Nil
4	Sağ ayak yana ve biraz geri	duvara çapraza sırtı dönük	-	Yukarda ve 4. adım sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Nil
5	Zıt vücut hareketi pozisyonunda sol ayak geri	duvara çapraza sırtı dönük	-	-	Parmak ucu	Nil

Zıt vücut hareketi: 1.adımda az ve 5. adımda var.

Vuruş değeri: 1 ,1/2,1/2,1,1.

Zamanlama: 1 2 & 3 1

Vuruş değeri: 1 ,1/2,1/2,1,1.

Önce gelen hareketler

A-whisk-PP de biten outside change-back whisk-Ppde biten basic weave

L-open telemark-PP de biten PPdan weave- PP de biten turning lock(köşede)openimpetus

F-open impetus(odanın yan yüzünde)-contra check-sağa turning lock

Sonra gelen hareketler

A-} herhangi bir natural figürü

L }

F- closed wing

1.1.2. Foxtrot Temel Adım Öğretimi

Foxtrot, Vaudeuillion Harry Fox tarafından 1914 yazında ortaya çıkarılmıştır. Onun hareketinin bir parçası olarak, kesik tempolu, canlı müzikte hızlı yürümeli adımlar yapılıyordu ve bu yüzden insanlar bu dansa (fox's trot) (trot: hızlı yürüme) adını verdiler.

Dans dünyasının seçkin sınıfı, yetenekli Amerikalı GK. Anderson ve bir çok yarışmayı kazanan efsanevi Jasephine Brodley ile Londra'ya geldiğinde yaratılan farklı sitilini yakalamaya çalıştılar. Mühür vuruldu ve şimdi konuştuğumuz sitil Foxtrot oldu.

Foxtrot, salon danslarında olumlu bir gelişmedir. Hızlı ve yavaş adımların kombinasyonu daha fazla esnekliğe izin veriyor ve yerinde yapılan bir veya 2 adımdan daha çok zevk veriyor. Diğer danslara göre Foxtrot ta daha fazla çeşitlilik vardır ve bu yüzden öğretilmesi oldukça zordur.

1.1.2.1. Feather Çeşitleri

- 1 A Feather step
- 2 A Feather finish-ilk adım geri alınır-“reverse turn” e bakın
- 3 A L Feather finish-sol tarafla partnerin karşısına başlayan
- 4 L Feather ending-ilk adım PP de alınır.
- 5 L Hover feather
- 6 L Feather step-partnerin karşısına başlayan
- 7 F Curved Feather
- 8 F Back feather

1.1.2.2. Foxtrot Adımları

- 1- Feather Erkek Ve Bayan
- 2- Three Step Erkek Ve Bayan
- 3- Natural Turn Erkek Ve Bayan
- 4- Reverse Turn Erkek Ve Bayan
- 5- Closed Impetus And Feather Finish Erkek Ve Bayan



Resim 1.2: Foxtrot Yapan Çift

1-FEATHER ERKEK						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salınım
1	Sağ ayak öne	dans çizgisine yüzü dönük	-	1. adım sonunda yükselme	Topuktan parmak ucuna	Yavaş
2	Sol yan yönetiminde partnerin sağ tarafına sol ayakla öne	dans çizgisine yüzü dönük	-	Yukarda	Parmak ucu	Sağa
3	Zıt vücut hareketi pozisyonunda partnerin sağ tarafına sağ ayakla öne	dans çizgisine yüzü dönük	-	Yukarda ve 3.adım sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sağa
4	Sol ayak öne	dans çizgisine yüzü dönük	-	-	Topukta	Yavaş

Zıt vücut hareketi:1. ve 4. adımda var.
Zamanlama: yavaş-hızlı-hızlı-yavaş

Özel not: ilerleyen bölümlerde feather finish notlarında “vücut dönüşü az” diye bir not verilecek fakat “vücut dönüşü tamamlıyor” diye bir not yok. Feather finish in son dan bir önceki adımında hafif bir dönüş olmasına rağmen,vücut son adıma kadar dönüşü tamamlamaz.

Not: feather adımı duvara çapraz veya merkeze çapraz da dans edilebilir

1-FEATHER BAYAN						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Başlıkları	Salınım
1	Sol ayak geri	dans çizgisine sırtı dönük	-	1. adımın sonunda yükselme. Ayakta yükselme yok	Parmak ucundan topuğa	Yavaş
2	Sağ yan yönetiminde sağ ayak geri	dans çizgisine sırtı dönük	-	Yukarda. Ayakta yükselme yok.	Parmak ucundan topuğa	Sola
3	Zıt vücut hareketi pozisyonunda sol ayak geri	dans çizgisine sırtı dönük	-	Yukarda. Ayakta yükselme yok 3.adım sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sola
4	Sağ ayak geri	dans çizgisine sırtı dönük	-	-	Parmak ucunda	Yavaş

İt vücut hareketi:1. ve 4. adımda var.

Zamanlama: yavaş-hızlı-hızlı-yavaş

Not:zeminde öndeki ayağın parmak ucunu rahat bırakmak çok önemlidir ki bu destek ayağına doğru geriye hareket etmeyi başlatır.

Önce gelen hareketler

- A-natural turn-change of direction
- } L closed telemark-hover telemark-reverse wave
- } F-

Sonra gelen hareketler:

- A-three step-reverse turn –1-4 arası reverse turn check ve basic weave- change of direction
- L-closed veya open telemark-hover telemark-reverse wave
- F-fallaway reverse ve slip pivot- bounce fallaway with weave ending

2-THREE STEP ERKEK						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salınım
1	Sağ ayak öne	dans çizgisine yüzü dönük	-	1. adım sonunda yükselme	Topuktan parmak ucuna	Sola
2	Sol ayak öne	dans çizgisine yüzü dönük	-	Yukardave 2.adımsonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sola
3	Sağ ayak öne	dans çizgisine yüzü dönük	-	-	Topukta	Yavaş

Zıt vücut hareketi: 3.adımda var.

Zamanlama:hızlı -hızlı –yavaş

Not:duvara çaprazda dans edilebilir. Bu yönde dans edildiğinde bitiş duvara çaprazda yüzü dönük olur veya sola dönüldüğünde dans çizgisine yüzü dönük olur.Yukarıdakilerden farklı olarak bu figür 1. ve 2. adımda sağ yön yönetiminde de dans edilebilir.

2-THREE STEP BAYAN						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salınım
1	Sol ayak geri	dans çizgisine sırtı dönük	-	1. adım sonunda yükselme. Ayakta yükselme yok	Parmak ucundan topuğa	Sağa
2	Sağ ayak geri	dans çizgisine sırtı dönük	-	Yukarda.ayakta yükselme yok ve 2.adım sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sağa
3	Sol ayak geri	dans çizgisine sırtı dönük	-	-	Parmak ucu	Yavaş

Zıt vücut hareketi: 3.adımda var.

Zamanlama:hızlı -hızlı –yavaş

Not:1. ve 2. adımda çok az sol tarafa yönelme kullanılabilir.Zeminde öndeki ayağın parmak ucunu rahat bırakmak destek ayağına doğru geriye hareketi başlatacağından önemlidir.

Önce gelen hareketler

A-feather step-reverse turn-closed impetus ve feather finish- natural weave-basic weave

L-feather ending-top spin-PP den weave(köşede)-hover feather-natural telemark

F-PP den natural zig-zag-bounce fallaway with weave ending(köşede)- natural twist turn-natural hover telemark

Sonra gelen hareketler

A-natural turn-natural weave

L-natural telemark-hover cros

F-natural twist turn-curved feather to back feather-natural hover telemark

3-NATURAL TURN ERKEK						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salımm
1	Sağ ayak öne	Dans çizgisine yüzü dönük	sağa dönüşle başlangıç	1. adımın sonunda yükselme	Topuktan parmak ucuna	Yavaş
2	Sol ayak yana	Merkeze çapraza sırtı dönük	1. ve 2. adım arası 3/8	Yukarda	Parmak ucu	Sağa Doğru
3	Sağ ayak geri	Dans çizgisine sırtı dönük	2. ve 3. adım arası 1/8	Yukarda ve 3. adımın sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sağa doğru
4	Sol ayak geri	Dans çizgisine sırtı dönük	Sağa dönüş başlangıcı	–	Parmak ucundan topuğa	Yavaş
5	Sağ ayak yana küçük adım (topuk çekme)	merkeze çapraza yüzü dönük	4. ve 5. adım arası 3/8	–	Topuk/ayağın iç yüzü/iki ayak/sol ayağın iç yüzü	Sola
6	Sol ayak öne	merkeze çapraza yüzü dönük	Vücut sola dönüyor.	–	Topuktan	Yavaş

Zıt vücut hareketi: 1.-4. ve 6. adımda var.

Zamanlama: yavaş -hızlı -hızlı –yavaş- yavaş- yavaş

Not: duruş: natural turn duvara çapraza başlar. 1-2 arası ¼ dönüş ve 2-3 arası 1/8 dönüş yapılabilir. Eğer figür köşede biterse,4-5 arası ¼ dönüş yeni dans çizgisine yüzü dönük veya 1/8 merkeze çapraza yeni dans çizgisine göre yüzü dönük.

3-NATURAL TURN BAYAN						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salınım
1	Sol ayak geri	Dans çizgisine sırtı dönük	sağa dönüşle başlangıç	1. adımın sonunda hafif yükselme ayakta yükselme yok	Parmak ucundan topuğa	Yavaş
2	Sağ ayağı sol ayağın yanına kapat (topuk dönüşü)	Dans çizgisine yüzü dönük	1. ve 2. adım arası 1/2	Yukarda	Topuktan parmak ucuna	Sola Doğru
3	Sol ayak öne	Dans çizgisine yüzü dönük	-	Yukarda ve 3. adımın sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sola doğru
4	Sağ ayak öne	Dans çizgisine yüzü dönük	Sağa dönüş başlangıcı	--	Topuktan parmak ucuna	Yavaş
5	Sol ayak yana	merkeze çapraza sırtı dönük	4. ve 5. adım arası 3/8	--	Parmak ucundan topuğa/sağ ayağın parmak ucunun iç yüzü	Sağa
6	Sağ ayak sol ayağa sürünerek geri	merkeze çapraza sırtı dönük	Vücut sola dönüyor.	--	Parmak ucundan	Yavaş

Zıt vücut hareketi: 1.-4. ve 6. adımda var.

Zamanlama: yavaş -hızlı -hızlı -yavaş- yavaş- yavaş

Önce gelen hareketler

A- three step

L- } closed telemark(köşede)-hover telemark

F- }

Sonra gelen hareketler

A-feather step(köşede)-natural weave.3. adımdan sonra closed impetus

L-natural weave(odanın yan yüzünde).3. adımdan sonra open impetus-

5. adımdan sonra hover feather

F-(köşede)-curved feather to back feather

4-REVERSE TURN (INCORPORATING FEATHER FINISH) ERKEK						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salınım
1	Sol ayak öne	Merkeze çapraz yüzü dönük	sola dönüşle başlangıç	1. adım sonunda yükselme	Topuktan parmak ucuna	Yavaş
2	Sağ ayak yana	Duvara çapraz sırtı dönük	1. ve 2. adım arası 1/4	Yukarda	Parmak ucu	Sola Doğru
3	Sol ayak geri	Dans çizgisine sırtı dönük	2. ve 3. adım arası 1/8	Yukarda ve 3. adım sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sola doğru
4	Sağ ayak geri	Dans çizgisine sırtı dönük	Sola dönüş başlangıcı	4.adımın sonunda yükselme	Parmak ucu-topuk-parmak ucu	Yavaş
5	Sol ayak yana ve biraz öne	Duvara çapraz point	4. ve 5. adım arası 3/8(vücut dönüşü az)	Yukarda	Parmak ucundan	Sağa
6	Zıt vücut hareketi pozisyonunda sağ ayak partnerin sağ dış tarafına öne	Duvara çapraz yüzü dönük	-	Yukarda ve 6. adım sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sağa
7	Sol ayak öne	Duvara çapraz yüzü dönük	-	-	Topuktan	Yavaş

Zıt vücut hareketi: 1.-4. ve 7. adımda var.

Zamanlama: yavaş -hızlı -hızlı –yavaş- hızlı -hızlı yavaş

4-REVERSE TURN (INCORPORATING FEATHER FINISH) BAYAN						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salmım
1	Sağ ayak geri	Merkeze çapraza sırtı dönük	Sola dönüşle başlangıç	1. adımın sonunda biraz yükselme, ayak yükselmesi yok	Parmak ucundan topuğa	Yavaş
2	Sol ayağı sağ ayağın yanına kapat(topuk dönüşü)	Dans çizgisine yüzü dönük	1. ve 2. adım arası 3/8	2.adım boyunca yükselme	Topuktan parmak ucuna	Sağa Doğru
3	Sağ ayak öne	Dans çizgisine yüzü dönük	--	Yukarda ve 3. adımın sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sağa doğru
4	Sol ayak öne	Dans çizgisine yüzü dönük	Sola dönüş başlangıcı	4.adımın sonunda yükselme	Topuktan parmak ucuna	Yavaş
5	Sağ ayak yana	Duvara sırtı dönük	4. ve 5. adım arası 1/4	Yukarda	Parmak ucundan topuğa	Sola
6	Zıt vücut hareketi pozisyonunda sol ayak geri	Duvara çapraza sırtı dönük	5. ve 6. adım arası 1/8(vücut dönüşü az)	Yukarda ve 6. adımın sonunda alçalma, ayak yükselmesi yok	Parmak ucundan topuğa	Sola
7	Sağ ayak geri	Duvara çapraza sırtı dönük	-	-	Parmak ucunda	Yavaş

Zıt vücut hareketi: 1.-4. ve 7. adımda var.

Zamanlama: yavaş -hızlı -hızlı –yavaş- hızlı -hızlı yavaş

Sağ ayak 7. adım için geriye doğru hareket etmeye başladığında, topukların yerle temasının kesilmemesi gerektiği unutulmamalıdır.

Önce gelen hareketler

A-feather step-closed impetus ve feather finish

L-feather ending-top spin-hover feather-natural telemark-hover cross

F-natural twist turn-PP den natural zig-zag-natural hover telemark

Sonra gelen hareketler

A-three step-change of direction-overtuned 1-4 arası reverse turn Check ve basic weave

L-hover telemark-reverse wave.top spin veya outside swivel in 6.adımdan sonra geriye check

F-(köşede)-fallaway reverse ve slip pivot

Feather finish

Reverse turn ün 4-7 adımları feather finish olarak bilinir ve farklı duruşlarla başlayabilir. Hafif bir dönüş yapılabilir ve feather finish aynı zamanda tüm weave,top spin ,hover cross ve PP da natural zig-zag hareketlerinin de sonudur. Feather finish den önce gelen diğer bir hareket ise:

F-Curved Feather To Back Feather

5-CLOSED IMPETUS AND FEATHER FINISH ERKEK						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salım
1	Sol ayak geri	Dans çizgisine sırtı dönük	Sağa dönüşle başlangıç	-	Parmak ucundan topuğa	Yavaş
2	Sağ ayağı sol ayağın yanına kapat(topuk dönüşü)	Merkeze çapraza yüzü dönük	1. ve 2. adım arası 3/8	2.adımın sonunda yükselme	Topuktan parmak ucuna	Sola Doğru
3	Sol ayak yana ve biraz geri	Dans çizgisine karşı duvara çapraza sırtı dönük	2. ve 3. adım arası 1/4	Yukarda ve 3. adımın sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Yavaş
4	Sağ ayak geri	Dans çizgisine karşı duvara çapraza sırtı dönük	Sola dönüş başlangıcı	4.adımın sonunda yükselme	Parmak ucu-topuk-parmak ucu	Yavaş
5	Sol ayak yana ve biraz öne	merkeze çapraza point	4. ve 5. adım arası 1/4	Yukarda	Parmak ucundan	Sağa
6	Zıt vücut hareketi pozisyonunda sağ ayak partnerin sağ dış tarafına öne	merkeze çapraza yüzü dönük	-	Yukarda ve 6. adımın sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sağa
7	Sol ayak öne	merkeze çapraza yüzü dönük	-	-	Topuktan	Yavaş

Zıt vücut hareketi: 1.-4. ve 7. adımda var.

Zamanlama: yavaş -hızlı -hızlı –yavaş- hızlı -hızlı yavaş

5-CLOSED IMPETUS AND FEATHER FINISH BAYAN						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salınım
1	Sağ ayak öne	Dans çizgisine yüzü dönük	Sağa dönüşle başlangıç	-	Topuktan parmak ucuna	Yavaş
2	Sol ayak yana	Merkeze çapraza sırtı dönük	1. ve 2. adım arası 3/8	2.adımın sonunda yükselme	Parmak ucunda	Sağa Doğru
3	Sağ ayak sol ayağa sürünerek ileri çapraza	Dans çizgisine karşı merkeze çapraza yüzü dönük	2.ve 3. adım arası 1/4	Yukarda ve 3. adımın sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Yavaş
4	Sol ayak öne	Dans çizgisine karşı merkeze çapraza yüzü dönük	Sola dönüş başlangıcı	4.adımın sonunda yükselme	Topuktan parmak ucuna	Yavaş
5	Sağ ayak yana	Dans çizgisine sırtı dönük	4. ve 5. adım arası 1/8	Yukarda	Parmak ucundan topuğa	Sola
6	Zıt vücut hareketi pozisyonunda sol ayak geri	Merkeze çapraza sırtı dönük	5. ve 6. adım arası 1/8(vücut dönüşü az)	Yukarda ve 6. adımın sonunda alçalma,ayak yükselmesi yok	Parmak ucundan topuğa	Sola
7	Sağ ayak geri	Merkeze çapraza sırtı dönük	-	-	Parmak ucunda	Yavaş

Zıt vücut hareketi: 1.-4. ve 7. adımda var.

Zamanlama: yavaş -hızlı -hızlı –yavaş- hızlı -hızlı yavaş

Önce gelen hareketler

A-1-3 arası natural turn

L-1-6 arası reverse wave

F-closed impetus ve feather finish in 3-7 adımlarıyla biten natural twist turn

Sonra gelen hareketle

A-
L- } feather step e gelince
F- }

1.1.3. Quickstep Temel Adım Öğretimi

Quickstep müziği hızlı foxtrota benzemesine rağmen, vals ve charleston arasındaki evlilikten doğduğu düşünülebilir. Dansın özelliği charlestonun havada yapılan ayak hareketleri ile valsın alan boyunca süzülerek yapılan hareketlerini bir arada içermesidir.

Biz; müziğin benzerliğinden dolayı sosyal quickstep ve foxtrotu aynı sınıfta öğreneceğiz, sosyal düzeyde çoğu insan quickstepte hızlı foxtrot gibi dansediyor. Quickstep salon sitili bir yarışma dansıdır.



Resim 1.3: Quickstep Dansçıları

1.1.3.1. Quickstep Adımları:

1. Quarter Turn To Right Erkek Ve Bayan
2. Natural Turn Erkek Ve Bayan
3. Natural Turn With Hesitation Erkek Ve Bayan
4. Natural Pivot Turn Erkek Ve Bayan
5. Natural Spin Turn Erkek Ve Bayan
6. Progressive Chasse Erkek Ve Bayan
7. Chasse Reverse Turn Erkek Ve Bayan
8. Forward Lock Erkek Ve Bayan

1-QUARTER TURN TO RIGHT ERKEK						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salınım
1	Sağ ayak öne	Duvara çapraz yüzü dönük	Sağa dönüşle başlangıç	Başlangıçtan 1 adım sonuna kadar yükselme.	Topuktan parmak ucuna	Yavaş
2	Sol ayak yana	Merkeze sırtı dönük	1. ve 2. adım arası 1/8	2.ve 3. adımda sürekli yükselme	Parmak ucunda	Sağa doğru
3	Sağ ayağı sol ayağın yanına kapat	Merkeze çapraz sırtı dönük	2. ve 3. adım arası 1/8	-	Parmak ucunda	Sağa doğru
4	Sol ayak yana ve biraz geri	Merkeze çapraz sırtı dönük	-	Yukarda. 4.adımın sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Yavaş

Zıt vücut hareketi:1. adımda var.

Zamanlama:yavaş-hızlı-hızlı-yavaş

Not:Eğer dans çizgisine yüzü dönük başlanırsa 1.ve 2. adımlar arası ¼ ve 2. ve 3. Adımlar arası 1/8 dönülür.

1-QUARTER TURN TO RIGHT BAYAN						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salınım
1	Sol ayak geri	Duvara çapraz sırtı dönük	Sağa dönüşle başlangıç	Başlangıçtan 1 adım sonuna kadar yükselme. Ayak yükselmesi yok	Parmak ucundan topuğa	Yavaş
2	Sağ ayak yana	Merkeze çapraz point	1. ve 2. adım arası ¼(vücut dönüşü az)	2.ve 3. adımda sonunda yükselme	Parmak ucunda	Sola Doğru
3	Sol ayağı sağ ayağın yanına kapat	Merkeze çapraz yüzü dönük	Hafif vücut dönüşü.	-	Parmak ucunda	Sola doğru
4	Sağ ayak ileri çapraz	Merkeze çapraz yüzü dönük	-	Yukarda 4.adımın sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Yavaş

Zıt vücut hareketi:1. adımda var.

Zamanlama:yavaş-hızlı-hızlı-yavaş

Önce gelen hareketler

A-
L- } sağ ayağı ileri hareket etmesi için serbest bırakan herhangi bir figür olabilir.
F- }

Sonra gelen hareketler

A-progressive chasse-reverse pivot

L-four quick run/2-12 V6

F-six quick run-hover corte

2-NATURAL TURN ERKEK						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salımm
1	Sağ ayak öne	Duvara çapraz yüzü dönük	Sağa dönüşle başlangıç	1. adımın sonunda yükselme	Topuktan parmak ucuna	Yavaş
2	Sol ayak yana	Merkeze çapraz sırtı dönük	1. ve 2. adım arası 1/4	Yukarda	Parmak ucunda	Sağa Doğru
3	Sağ ayağı sol ayağın yanına kapat	Dans çizgisine sırtı dönük	2. ve 3. adım arası 1/8	Yukarda ve 3. adımın sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sağa doğru
4	Sol ayak geri	Dans çizgisine sırtı dönük	Sağa dönüş başlangıcı	-	Parmak ucundan topuğa	Yavaş
5	Sağ ayak yana küçük adım (topuk çekme)	Yeni dans çizgisinde duvara çapraz yüzü dönük	4. ve 5. adım arası 3/8	-	Topukta/iki ayağın iç yüzünde	Yavaş
6	Sol ayak öne	Duvara çapraz yüzü dönük	-	-	Topukta	Yavaş

Zıt vücut hareketi:1. 4. ve 6. adımda var.

Zamanlama:yavaş-hızlı-hızlı-yavaş-yavaş-yavaş

Not: topuk çekme underturned olarak yeni dans çizgisine yüzü dönük olarak bitirilebilir.

2-NATURAL TURN BAYAN						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salmım
1	Sol ayak geri	Duvara çaprazı sırtı dönük	Sağa dönüşle başlangıç	1 adımın sonunda yükselme. Ayak yükselmesi yok	Parmak ucundan topuğa	Yavaş
2	Sağ ayak yana	Dans çizgisine point	1. ve 2. adım arası 1/8(vücut dönüşü az)	Yukarda	Parmak ucunda	Sola Doğru
3	Sol ayağı sağ ayağın yanına kapat	Dans çizgisinde yüzü dönük	Vücut dönüşü tamamlıyor.	Yukarda. 3. adım sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sola doğru
4	Sağ ayak öne	Dans çizgisinde yüzü dönük	Sağa dönüş başlangıcı.	-	Topuktan parmak ucuna	Yavaş
5	Sol ayak yana	Yeni dans çizgisinde sırtı dönük	4. ve 5. adım arası ¼	-	Parmak ucundan topuğa	Yavaş
6	Sağ ayak geri	Duvara çaprazı sırtı dönük	5. ve 6. adımlar arası 1/8	-	Parmak ucunda	Yavaş

Zıt vücut hareketi:1. 4. ve 6. adımda var.

Zamanlama:yavaş-hızlı-hızlı-yavaş-yavaş-yavaş

Not: eğer 4.ve 6. adımlar arasında ¼ dönüş yapılacaksa,dönüş 4. ve 5. adımlar arasınra tamamlanmalıdır.

Önce gelen hareketler

A-
L- } sağa quarter turn e gelince
F- }

Sonra gelen hareketler

A-herhangi bir natural figürü

L-merkeze çaprazı biten 1-5 natural turn ü 2-5 forward lock ve quick open reverse takip edebilir. Yeni dans çizgisinde duvara çapraz biten 1-5 natural turn ü 2-5 forward lock ve herhangi bir natural figürü takip edebilir.

F-rumba cross

3-NATURAL TURN WITH HESITATION

Odanın yaz yüzü boyunca veya köşesinde dans edilebilir. Ayak pozisyonları waltz deki hesitation change hareketininkine benzer(8.figür).

Zamanlama:yavaş-hızlı-hızlı-yavaş-yavaş-yavaş

5. ve 6. adımlarda opsiyonel olarak erkek sola,bayan ise sağa salınım yapabilir.

Önce gelen hareketler

A }
L } Natural turn e gelince
F }

Sonra gelen hareketler

A }
L } Chasse reverse turn-progressive chasse to right-double reverse spin
F }

4-NATURAL PIVOT TURN ERKEK						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salınım
1	Sağ ayak öne	Duvara çapraza yüzü dönük	Sağa dönüşle başlangıç	1 adımın sonunda yükselme.	Topuktan parmak ucuna	Yavaş
2	Sol ayak yana	Merkeze çapraza sırtı dönük	1. ve 2. adım arası 1/4	Yukarda	Parmak ucunda	Sağa Doğru
3	Sağ ayağı sol ayağın yanına kapat	Dans çizgisinde sırtı dönük	2. ve 3. adımlar arası 1/8	Yukarda. 3. adım sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sağa doğru
4	Sol ayak geri(sağ ayak zıt vücut hareketi pozisyonunda)	Down LOD toe turned in	4. adımda yukarda ½ sağa (pivot)	-	Parmak ucu-topuk-parmak ucu	Yavaş

Zıt vücut hareketi:1. ve 4. adımda var.

Zamanlama:yavaş-hızlı-hızlı-yavaş

Not:1/2 dönüş pivot dönüşte maksimum açıdır. Eğer dans köşede yapılıyorsa yeni dans çizgisinin duvara çapraza yüzü dönük pivot 3/8 açıda yapılır.
Ayak basışlarında 4. adım parmak ucu-topuk-parmak ucunda ,parmak ucunda dönülürken topukların yerle teması kesilmez.

4-NATURAL PIVOT TURN BAYAN						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salım
1	Sol ayak geri	Duvara çaprazla sırtı dönük	Sağa dönüşle başlangıç	1 adımın sonunda yükselme. Ayak yükselmesi yok	Parmak ucundan topuğa	Yavaş
2	Sağ ayak yana	Dans çizgisine point	1. ve 2. adım arası 3/8(vücut dönüşü az)	Yukarda	Parmak ucunda	Sola Doğru
3	Sol ayağı sağ ayağın yanına kapat	Dans çizgisine yüzü dönük	Vücut dönüşü tamamlıyor.	Yukarda ve 3. adım sonunda açılma	Parmak ucundan topuğa	Sola doğru
4	Sağ ayak öne	Dans çizgisine yüzü dönük	4.adımda yukarda ½ sağa pivot	-	Topuk-parmak ucu-topuk	Yavaş

Zıt vücut hareketi:1. ve 4. adımda var.

Zamanlama:yavaş-hızlı-hızlı-yavaş

Not :4.adımda pivot yaparken sol ayak zıt vücut hareketi pozisyonunda tutulmaz ama zıt vücut hareketi;pivotu 5-6 natural spin turn takip ettiği zaman haricinde kullanılabilir. Ayak başışları 4. adımda topuk-parmak ucu-topuk,topuklar yerle temasını korumalıdır.

Önce gelen hareketler

A }
L } Natural turn e gelince
F }

Sonra gelen hareketler

A } Herhangi bir natural figürü
L }

F- Rumba cross

5-NATURAL SPIN TURN

Natural spin turn ün teknik detayları waltz bölümünün 4. figüründe verilmiştir. Quickstep te 1-3 adımlardaki yükselme quickstep natural turn deki gibi yapılabilir. Zamanlama: yavaş-hızlı-hızlı-yavaş-yavaş-yavaş

Önce gelen hareketler

A }
L } Natural turn e gelince
F }

Sonra gelen hareketler

A-Progressive chasse/reverse pivot

L-four quick run/2-12V6

F-six quick run/hover corte

Not:sonra gelen adım V6 nın 2-12. adımını veya Six Quick Run ise,sol topuk bir önceki adımdaki alçalmayı korumalıdır.

6-PROGRESSIVE CHASSE ERKEK						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salımım
1	Sağ ayak geri	Merkeze çapraz sirtı dönük	Sola dönüşle başlangıç	Başlangıçtan 1. adımın sonuna kadar yükselme,ayakt a yükselme yok	Parmak ucundan topuğa	Nil
2	Sol ayak yana	Duvara çapraz point	1. ve 2. adım arası ¼ (vücut dönüşü az)	2. ve 3. adımda devamlı yükselme	Parmak ucunda	Nil
3	Sağ ayağı sol ayağın yanına kapat	Duvara çapraz yüzü dönük	Biraz vücut dönüşü	-	Parmak ucunda	Nil
4	Sol ayak yana ve biraz öne	Duvara çapraz yüzü dönük	-	Yukarda ve 4. adım sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Nil
5	Zıt vücut hareketi pozisyonunda sağ ayak öne partnerin sağ dış tarafına	Duvara çapraz yüzü dönük	-	-	Topukta	Nil

Zıt vücut hareketi:1. ve 5. adımda var.

Zamanlama:yavaş-hızlı-hızlı-yavaş-yavaş

Nil sözcüğü : Belki çok az miktarda sağa dönüş yapılabilir anlamına gelmektedir.!!

Not:Başlangıç yeni dans çizgisine sirtı dönük olursa 1. ve 2. adım arasında 3/8 dönüş yapılmalıdır.(vücut dönüşü az olmalı).2-5 deki vücut pozisyonu ;duvarla duvara çapraz arasında yüzük dönük olmalıdır.

6-PROGRESSIVE CHASSE(BAYAN)						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salım
1	Sol ayak öne	Merkeze çapraza yüzü dönük	Sola dönüşle başlangıç	Başlangıçtan 1. adımın sonuna kadar yükselme	Topuktan parmak ucuna	Nil
2	Sağ ayak yana	Duvara sırtı dönük	1. ve 2. adım arası 1/8	2. ve 3. adımda devamlı yükselme	Parmak ucunda	Nil
3	Sol ayağı sağ ayağın yanına kapat	Duvara çapraza sırtı dönük	2. ve 3. adım arası 1/8(vücut dönüşü az)	-	Parmak ucunda	Nil
4	Sağ ayak yana ve biraz geri	Duvara çapraza sırtı dönük	-	Yukarda ve 4. adım sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Nil
5	Zıt vücut hareketi pozisyonunda sol ayak geri	Duvara çapraza sırtı dönük	-	-	Parmak ucunda	Nil

Zıt vücut hareketi:1. ve 5. adımda var.

Zamanlama:yavaş-hızlı-hızlı-yavaş-yavaş

Önce gelen hareketler

A-sağa quarter turn-natural spin turn-chasse reverse turn-closed impetus

L-} quick open reverse

F-

Sonra gelen hareketler

A-forward lock-sağ ayakla ileri başlayan herhangi bir figür

L-quick open reverse-köşede yapılan fishtail

F-2-12 V6 nın içindeki köşede yapılan tippy

7- CHASSE REVERSE TURN ERKEK						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salımım
1	Sol ayak öne	Merkeze çapraza yüzü dönük	Sola dönüşle başlangıç	1. adımın sonunda yükselme	Topuktan parmak ucuna	Yavaş
2	Sağ ayak yana	Duvara çapraza sırtı dönük	1. ve 2. adım arası 1/4	Yukarda	Parmak ucunda	Sola
3	Sol ayağı sağ ayağın yanına kapat	Dans çizgisine sırtı dönük	2. ve 3. adım arası 1/8	Yukarda ve 3. adım sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sola

Zıt vücut hareketi:1. adımda var.

Zamanlama:yavaş-hızlı-hızlı

7- CHASSE REVERSE TURN BAYAN						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salımım
1	Sağ ayak geri	Merkeze çapraza sırtı dönük	Sola dönüşle başlangıç	1. adımın sonunda yükselme,ayakt a yükselme yok	Parmak ucundan topuğa	Yavaş
2	Sol ayak yana	Dans çizgisine point	1. ve 2. adım arası 3/8(vücut dönüşü az)	Yukarda	Parmak ucunda	Sağa
3	Sağ ayağı sol ayağın yanına kapat	Dans çizgisine yüzü dönük	Vücut dönüşü tamamlıyor.	Yukarda ve 3. adım sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Sağa

Zıt vücut hareketi:1. adımda var.

Zamanlama:yavaş-hızlı-hızlı

Önce gelen hareketler

A-

L- } duraksamalı natural turn-reverse pivot-double reverse spin

F- }

Sonra gelen hareketler

A-progressive chasse-reverse pivot

L-four quick run

F-hover corte

8-FORWARD LOCK ERKEK/BAYAN						
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Dönüş Miktarı	Yükselme ve Alçalma	Ayak Basışları	Salımm
1	Zıt vücut hareketi pozisyonunda Sağ ayak öne,partnerin sağ dış tarafına	Duvara çapraz yüzü dönük	-	Başlangıçtan 1. adım sonuna kadar yükselme	Topuktan parmak ucuna	Nil
2	Sol ayak ileri çapraz	Duvara çapraz yüzü dönük	-	2. ve 3. adımda devamlı yükselme	Parmak ucunda	Nil
3	Sağ ayak sol ayağın arka çaprazına	Duvara çapraz yüzü dönük	-	-	Parmak ucunda	Nil
4	Sol ayak ileri çapraz	Duvara çapraz yüzü dönük	-	Yukarda ve 4. adım sonunda alçalma	Parmak ucundan topuğa	Nil
5	Zıt vücut hareketi pozisyonunda sağ ayak öne partnerin sağ dış tarafına	Duvara çapraz yüzü dönük	-	-	Topukta	Nil

Zıt vücut hareketi:1. adımda az ve 5. adımda var.

Zamanlama:yavaş-hızlı-hızlı-yavaş-yavaş

Not:figür duvara çapraz boyunca geziniyorsa,vücut;duvar ve duvara çapraz arasına yüzü dönük olmalıdır.

Önce gelen hareketler

A-
L- } partnerinin karşısına sağ adım ileri biten herhangi bir figür
F- }

Sonra gelen hareketler

A-herhangi bir natural figürü

L-quick open reverse-köşede fishtail-

F-2-12 V6 nın içindeki köşede yapılan tıpsy

1.1.4. Tango Temel Adım Öğretimi

Tango 19. yüzyılın sonlarında Arjantin'de doğmuştur. 20. yüzyılın başında Avrupa'da balo salonlarında tango yapılmaya başlanmıştır. 1930'lardan 1950'lere kadar olan zaman tango'nun altın çağıdır. 1950'lerden 1980'lere kadar süren Arjantin'deki dikta rejimi boyunca, insanların toplanmaları ve dans etmeleri hoş karşılanmamıştır. Arjantinliler dans etmeyi bırakmıştır. Bir çok iyi dansçı sürgüne gitmiştir ya da çalışmaktan vaz geçmiştir. Özgürleşmeyle birlikte tango yeniden doğmuştur. Bu yüzden de 40'lı yılların salon dansı biçimleri, bugün hala geçerlidir



1.1.4.1. Tango Pozisyonları Ve Tutuşu

Başlangıç pozisyonunu anlamak için ,ayakta durun ve yüzünüzü duvara karşı dönün. Ayaklar bitişik olacak ve ayakların durumunu koruyarak ayak tabanlarınız üzerinde 1/8 sola dönün. Aynı zamanda sağ ayağı 5-8 cm kadar geriye kaydırın. Böylece sağ ayağın parmak ucu sol ayağın üst yüzüyle yaklaşık olarak aynı hizaya gelir. Tutuş ğer hareketli danslardakiyle benzerdir,fakat biraz daha sıkıdır:

- 1-Erkek bayanı kendi sağında tutar-bu pozisyonu alırken abartmamak önemlidir.
- 2-Erkeğin sağ eli bayanın sırtının biraz ileri çaprazındadır.-erkeğin elinin parmak uçları bayanın omurgasının biraz ilersinde ,ön kol çizgisi biraz aşağıya doğru duracak şekildedir. Bayanın sol eli erkeğin biraz arkasına doğru erkeğin omuz çukurundadır ve bayanın sağ eli erkeğin sol elinin içinde yer alır.

Resim 1.4: Tango Çifti

1.1.4.2. Tango Yürüyüşü

Diğer danslarla karşılaştırıldığında tango yürüyüşünün farklılıkları vardır. Bunlar:

- 1-Yükselme ve alçalma yoktur.
- 2-Dizler çok az bükülüdür fakat bükülmenin bu açısı bacak kasları tarafından korunmalıdır.
- 3-Tango pozisyonunun verdiği etkiyle;sol ayakla yürüme →zıt vücut hareketi pozisyonunda ve sağ ayakla yürüme →sağ yan yönetiminde alınır. Buna benzer olarak sağ ayakla geriye yürüme→zıt vücut hareketi pozisyonunda ve sol ayakla geriye yürüme → sol yan yönetiminde alınır. Yürüyüş normalde sola doğru dönerek devam eder.
- 4-Ayaklar her adımda yerden yukardadır ve diğer danslardaki gibi pozisyona kayarak gitmekten ziyade yere net basar.

5-Ayaklar keskin bir şekilde hareket eder ve öne yürüyüşte gerideki ayak müzik izin verdiğiince geç hareket eder. Geriye yürüyüşte de benzer hareketle dans edilir.

6-Zıt vücut hareketi pozisyonunda sol ayakla ileri adım alındığında ve sola dönüldüğü göz önün alındığında ,sol topuğun yerinde yani sağ ayakla aynı hizada olduğu,çaprazında olmadığı önemli bir noktadır. Zıt vücut hareketi pozisyonunda sağ ayakla geriye adım alındığında benzer şekilde sağ parmak ucu yerinde,sol ayakla aynı hizadadır çaprazında değildir.

7-Erkek sol yan yönetiminde,sol ayakla geriye adım aldığıında sağ topuk serbest bırakılmalıdır ki sağ ayak bir sonraki adım için geriye harekete başlayabilsin. Diğer tüm geriye adımların başlangıcı için öndeki ayağın parmak ucu serbest bırakılır. Bayan geriye doğru bir adım aldığıında ön ayak ucunu rahat bırakmalıdır.

1.1.4.3 Yönler ve Duruşlar

Tüm öne ve arkaya adımlar, iki adım haricinde yönlere doğrudur. Diğerleri duruşlarla ilgilidir. Bunlardan bazıları-promenade ve fallaway pozisyonlarıdır.

1.1.4.3.1. Herhangi Bir Promenade Figüründen Önce Gelecek Adımların Metodları

- 1 -A Progressive Link
 - 2 -A Sağ adımla yürüme
 - 3 -A Natural Twist Turn
 - 4 -A Natural Promenade Turn
 - 5 -A Closed Finish den-ayakları olduğu yerde tutun ve son adımın sonunda bayanı PP ye döndürün “ve” sayısında
 - 6- A Open Finish
 - 7- L Four step
 - 8 -L Fallaway Promenade
 - 9 -F Fallaway Four Step
 - 10-F Oversway Endings 1,2,3,5,6 ve 7
 - 11-F Chase ve bitişleri 1,3 ve 4
 - 12-F Five Step
 - 13-F Contra Check
- *bayan 2. adımda rock turn*
- *bayan 3. adımda fallaway promenade*
- *open finish closed finishing olduğu yerde herhangi bir zaman dans edilebilir.*

Son 2 adımın teknikleri aşağıdadır

1-OPEN FINISH ERKEK			
ADIM	AYAK POZİSYONLARI	DURUŞ	AYAK BASIŞLARI
1	Sol ayak yana ve biraz öne	Duvar ve duvara çapraz arasına point	Ayağın iç yüzü
2	Zıt vücut hareketi pozisyonunda Sağ ayak öne,partnerin sağ dış tarafına	Duvar ve duvara çapraz arasında	Topukta

ADIM	AYAK POZİSYONLARI	DURUŞ veya YÖN	AYAK BASIŞLARI
1	Sağ ayak yana ve biraz geri	Duvar ve duvara çapraz arasına sırtı dönük	Ayağın iç yüzü
2	Zıt vücut hareketi pozisyonunda Sol ayak geri	Duvar ve duvara çapraz arasında	Pençe(ayak ucu)

Dönüş Miktarı:Normal dönüş,bir sonraki hareket sola dönüş içeren bir hareketse yapılır fakat closed finish den open finish e geçerken de az miktarda sola dönüş yapılabilir,örneğin;sol ayakla yürüme veya open finish den sol ayakla outside swivel hareketi yapılacaksa. İncelemek için 10. figür olan open promenade a bakın. Diğer duruş ve yönler kullanılabilir.

Sonra gelen adımlar:sonra gelen adımlar öne,geriye veya yana doğru alınabilir. Open finish den öne adım alındığı zaman 1. adım zıt vücut hareketi pozisyonundan alınmaz!!!

Öne alınan adımlar

A-Sol adımla yürüme-progressive side step-progressive linkmerkeze çapraz biten herhangi bir reverse turn

L-four step-reverse outside swivel-four step change-brush tap

F-fallaway four step-oversway-fallaway reverse and slip pivot-five step

Geriye alınan adımlar

A- back corte

L- } outside swivel

F- }

Yana alınan adımlar

A- }

L- } “ve” sayısında bayanı yönlendirerek PP ye döndürür,sol ayak yerinde ağırlık almadan

F- } yana

2-PROGRESSIVE SIDE STEP ERKEK				
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Ayak Basışları	Zamanlama
1	Sol ayak zıt vücut hareketi pozisyonunda öne	Bir önceki figüre uygun	Topukta	Hızlı
2	Sağ ayak yana ve biraz geri	-	Ayağın iç yüzü	Hızlı
3	Zıt vücut hareketi pozisyonunda Sol ayak öne	-	Topukta	Yavaş

Zıt vücut hareketi: çok az miktarda sağa yapılır ayrıca 1. ve 3. adımda kullanılabilir.
Dönüş miktarı: çok az sola dönüş olabilir.

2-PROGRESSIVE SIDE STEP BAYAN				
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Ayak Basışları	Zamanlama
1	Sağ ayak zıt vücut hareketi pozisyonunda geri	Bir önceki figüre uygun	Pençe-topuk	Hızlı
2	Sol ayak yana ve biraz öne	-	Pençe topuğun iç yüzü	Hızlı
3	Zıt vücut hareketi pozisyonunda sağ ayak geri	-	Pençe	Yavaş

Zıt vücut hareketi: çok az miktarda sağa yapılır ayrıca 1. ve 3. adımda kullanılabilir.
Dönüş miktarı: çok az sola dönüş olabilir.

Önce gelen hareketler

A-sağ ayakla yürüme-closed promenade veya herhangi bir closed finish-open promenade veya herhangi bir open finish.

L-promenade link-outside swivel-brush tap

F-fallaway reverse ve slip pivot

Sonra gelen hareketler

A- }
L- } sağ ayakla yürüme-rock turn
F-

3-PROGRESSIVE LINK ERKEK				
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Ayak Basışları	Zamanlama
1	Sol ayak zıt vücut hareketi pozisyonunda öne	Duvara çapraz	Topukta	Hızlı
2	PP de Sağ ayak yana ve biraz geri	Duvara çaprazla yüzü dönük	Ayağın iç yüzü ve sol ayağın pençe kısmının içi	Hızlı

Zıt vücut hareketi: çok az miktarda sağa yapılır.

Not: 2. adım alındığında sağ taraf geriye doğru biraz hareket etmelidir.

3-PROGRESSIVE LINK BAYAN				
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş	Ayak Basışları	Zamanlama
1	Sağ ayak zıt vücut hareketi pozisyonunda geri	Duvara çapraz	Pençe-topuk	Hızlı
2	PP de Sol ayak yana ve biraz geri	Merkeze çapraz yüzü dönük	Pençe topuğun iç yüzü ve sağ ayağın pençe kısmının içi	Hızlı

Zıt vücut hareketi: çok az miktarda sağa yapılır.

Dönüş miktarı: 1/4 sağa

Not:2. adımın pozisyonu vücutla birlikte geriye doğrudur, dans çizgisinde değildir. 1. adımda sağ ayağın ayak ucundaki dönüş sağ topuk alçalmadan önce yapılır.

Önce gelen hareketler

A-
L- } progressive side step e gelince
F-

Sonra gelen hareketler

A-closed promenade-open promenade-natural twist turn-natural promenade turn

L-promenade link-back open promenade-falaway promenade

F-chase

4-CLOSEFD PROMENADE ERKEK				
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş veya Yön	Ayak Basışları	Zamanlama
1	PP de sol ayak yana	Dans çizgisi boyunca duvara çapraz point	Topukta	Yavaş
2	Zıt vücut hareketi pozisyonunda PP de sağ ayak öne ve çapraz	Dans çizgisi boyunca duvara çapraz point	Topukta	Hızlı
3	Sol ayak yana ve biraz öne	Duvara çapraz point	Ayağın iç yüzü	Hızlı
4	Sağ ayağı sol ayağın biraz gerisine kapat.	Duvara çapraz yüzü dönük	İki ayakla	Yavaş

Zıt vücut hareketi: çok az miktarda sağa yapılır.(nil)

Dönüş miktarı: çok az miktarda sağa yapılır.(nil)

Not:erkek 3. adımda bayana kare dönüş yaptırabilir,bu durumda merkeze çapraz sırtı dönük biter. Ayak basışları erkek için pençe topuğun iç yüzü,bayan için de ayağın iç yüzü olur.

4-CLOSEFD PROMENADE BAYAN				
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş veya Yön	Ayak Basışları	Zamanlama
1	PP de sağ ayak yana	Dans çizgisi boyunca merkeze çapraz point	Topukta	Yavaş
2	Zıt vücut hareketi pozisyonunda PP de sol ayak öne ve çapraz	Dans çizgisi boyunca merkeze çapraz point	Topukta	Hızlı
3	Sağ ayak yana ve biraz geri	Duvara çapraz sırtı dönük	Pençe topuğun iç yüzü	Hızlı
4	Sol ayağı sağ ayağın biraz önüne kapat.	Duvara çapraz sırtı dönük	İki ayakla	Yavaş

Zıt vücut hareketi: 2.adımda var.

Dönüş miktarı: 2. ve 3. adım arasında ¼ sola.

Önce gelen hareketler

A-progressive link-tango açıklamalardaki metotlara bakın-natural twist turn-natural promenade turn

L-four step-fallaway promenade

F-fallaway four step-five step-contra check

Sonra gelen hareketler

A-sol ayakla yürüme –progressive side tep-progressive link-back corte- merkeze çapraz biten sol ayakla rock-herhangi bir reverse turn

L-four step-outside swivel-four step change-brush tap

F-fallaway four step-oversway-fallaway reverse ve slip pivot-five step- contra check

5-ROCK TURN ERKEK				
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş veya Yön	Ayak Basışları	Zamanlama
1	Sağ ayak öne	Duvara çapraz	Topukta	Yavaş
2	Sol ayak yana ve biraz geri	Merkeze sırtı dönük	Pençe-topuğun iç yüzü	Hızlı
3	Sağ yönetiminde ağırlığı sağ ayağa transfer et	Dans çizgisine karşı duvara çapraz	Pençe-topuğun iç yüzü	Hızlı
4	Sol yönetiminde sol ayakla geri küçük adım	Merkeze çapraz	Pençe-topuğun iç yüzü	Yavaş
5	Zıt vücut hareketi pozisyonunda sağ ayak geri	Merkeze	Pençe topuk	Hızlı
6	Sol ayak yana ve biraz öne	Duvara çapraz point	Ayağın iç yüzü	Hızlı
7	Sağ ayağı sol ayağın biraz gerisine kapat.	Duvara çapraz yüzü dönük	İki ayakla	Yavaş

Zıt vücut hareketi: 1. adımda az ve 5.adımda var.

Dönüş miktarı: 1. ve 3. adım arasında ¼ sağa ve 4. ve 6. adım arasında ¼ sola

5-ROCK TURN BAYAN				
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş veya Yön	Ayak Basışları	Zamanlama
1	Sol ayak geri	Duvara çapraz	Pençe topuk	Yavaş
2	Sağ ayak öne ve biraz sağa	Merkeze yüzü dönük	Topuk	Hızlı
3	Sol yönetiminde sol ayak geri ve biraz sola	Dans çizgisine karşı duvara çapraz	Pençe-topuğun iç yüzü	Hızlı
4	Sağ yönetiminde sağ ayakla öne küçük adım	Merkeze çapraz	Topuk	Yavaş
5	Zıt vücut hareketi pozisyonunda sol ayak öne	Merkeze	Topuk	Hızlı
6	Sağ ayak yana ve biraz geri	Duvara çapraz sirtı dönük	Pençe topuğun iç yüzü	Hızlı
7	Sol ayağı sağ ayağın biraz önüne kapat.	Duvara çapraz sirtı dönük	İki ayakla	Yavaş

Zıt vücut hareketi: 1. adımda az ve 5.adımda var.

Dönüş miktarı 1 ve 3.adım arasında ¼ sağa ve 4 ve 6.adım arasında ¼ sola

Önce gelen hareketler

A- }
L- } sol ayakla yürüme—progressive side step-
F- }

Sonra gelen hareketler

A- }
L- } closed promenade a gelince
F- }

6-OPEN REVERSE TURN,LADY OUTSIDE ERKEK				
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş veya Yön	Ayak Basışları	Zamanlama
1	Zıt vücut hareketi pozisyonunda sol ayak öne	Merkeze çapraz	Topuk	Hızlı
2	Sağ ayak yana	Duvara çapraz sirtı dönük	Pençe Topuk	Hızlı
3	Zıt vücut hareketi pozisyonunda sol ayak geri	Dans çizgisinin aşağısına	Pençe Topuk	Yavaş
4	Sağ ayak geri	Dans çizgisinin aşağısına	Pençe Topuk	Hızlı
5	Sol ayak yana ve biraz öne	Duvara çapraz point	Ayağın iç yüzü	Hızlı
6	Sağ ayağı sol ayağın biraz gerisine kapat	Duvara çapraz yüzü dönük	İki ayakla	Yavaş

Zıt vücut hareketi: 1. ve 4.adımda var.

Dönüş miktarı: ¾ sola

-OPEN REVERSE TURN,LADY OUTSIDE BAYAN				
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş veya Yön	Ayak Basışları	Zamanlama
1	Zıt vücut hareketi pozisyonunda sağ ayak geri	Merkeze çapraz	Topuk	Hızlı
2	Sol ayak yana ve biraz öne	Dans çizgisinin aşağısına point	İki ayakla	Hızlı
3	Zıt vücut hareketi pozisyonunda sağ ayak öne,partnerin sağ dış tarafına	Dans çizgisinin aşağısına	Topuk	Yavaş
	Sol ayak öne	Dans çizgisinin aşağısına	Topuk	Hızlı
5	Sağ ayak yana ve biraz geri	Duvara çapraza sırtı dönük	Pençe topuğun iç yüzü	Hızlı
6	Sol ayağı sağ ayağın biraz önüne kapat	Duvara çapraza sırtı dönük	İki ayakla	Yavaş

Zıt vücut hareketi: 1. ve 4.adımda var.

Dönüş miktarı: ¾ sola

Önce gelen hareketler

A-sağ ayakla yürüme-closed veya open promenade ile merkeze çapraza biten herhangi bir closed veya open finish

L-reverse promenade link-merkeze çapraza biten outside swivel-four step change-merkeze çapraza biten brush tap

F-fallaway reverse ve slip pivot

Sonra gelen hareketler

A-sol ayakla yürüme-progressive side step-progressive link-back corte-sol ayakla rock- herhangi bir promenade figürü(tango metotlarda verilen)

L-four step-outside swivel-four step change-brush tap

F-fallaway four step-five step-contra check

7-BACK CORTE ERKEK				
Adım	Ayak pozisyonları	Duruş veya Yön	Ayak Basışları	Zamanlama
1	Sol yan yönetiminde sol ayak geri	Yeni dans çizgisinin aşağısına	Pençe topuğun iç yüzü	Yavaş
2	Zıt vücut hareketi pozisyonunda sağ ayak geri	Merkeze çapraz	Pençe Topuk	Hızlı
3	Sol ayak yana ve biraz öne	Duvara çapraza point	Ayağın iç yüzü	Hızlı
4	Sağ ayak sol ayağın biraz gerisine kapatılır.	Duvara çapraza yüzü dönük	İki ayak	Yavaş

Zıt vücut hareketi: 2.adımda var.

Dönüş miktarı: 2. ve 3. adım arasında ¼ sola.

7-BACK CORTE BAYAN

Adım	Ayak pozisyonları	Duruş veya Yön	Ayak Basışları	Zamanlama
1	Sağ yan yönetiminde sağ ayak öne	Yeni dans çizgisinin aşağısına	Topuk	Yavaş
2	Zıt vücut hareketi pozisyonunda sol ayak öne	Merkeze çapraz	Topuk	Hızlı
3	Sağ ayak yana ve biraz geriye	Duvara çapraza sırtı dönük	Pençe topuğun iç yüzü	Hızlı
4	Sol ayak sağ ayağın biraz önüne kapatılır.	Duvara çapraza sırtı dönük	İki ayak	Yavaş

Zıt vücut hareketi: 2.adımda var.

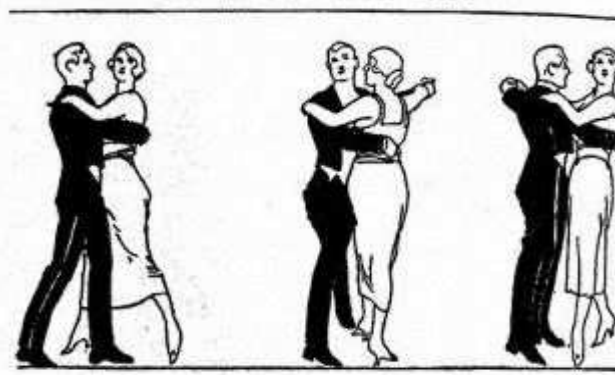
Dönüş miktarı: 2. ve 3. adım arasında ¼ sola.

Not:bu figür odanın yan yüzünde de dans edilebilir.

Önce gelen hareketler

A-closed veya open promenade ile closed veya open finish-1-4 progressive side step reverse turn-sağ ayakla rock-natural twist turn overturned

L- } promenade link-brush tap-
F- }



Sonra gelen hareketler

A- }
L- } closed promenade a gelince
F- }

UYGULAMA FAALİYETİ

Eğlence hizmetleri departmanında, gösterilerde kullanacağınız salon danslardan birini seçerek, temel adım ve kurallarını uygulayınız.

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ Salon danslardan birini seçiniz.	<ul style="list-style-type: none">➤ Güler yüzlü, cana yakın ve samimi davranınız.➤ Görüşmeleriniz için önceden randevu alınız.➤ Eğlence hizmetlerindeki animatörlerle görüşerek bilgi alınız
➤ Seçtiğiniz salon dansınızda kullanacağınız,müziği belirleyiniz.	➤ Kullanılacak müziklerin hareketlere uyum göstermesine dikkat ediniz.
➤ Seçtiğiniz salon dansının temel adımlarını ve figürlerini belirleyiniz.	<ul style="list-style-type: none">➤ Gerekli hazırlıklarınızı zamanında yapınız.➤ İş disiplini elden bırakmayınız
➤ Seçtiğiniz salon dansının figürlerini ve temel adımlarını kullanarak müzikle beraber uygulayınız	➤ Aktiviteler de kullanacağınız değişik materyallerin, sportif faaliyetlerin çekiciliğini artırabileceğini unutmayın

DEĞERLENDİRME ÖLÇÜTLERİ

Uygulama faaliyetinde işlem basamaklarını takip ederek aşağıdaki değerlendirme kriterlerine göre EVET –HAYIR şeklinde seçeneklerden uygun olan kutucuğu işaretleyiniz.

Gözlenecek Davranışlar		Evet	Hayır
1	Salon danslardan birini seçtiniz mi?		
2	Seçtiğiniz salon dansta kullanılacak müziği belirlediniz mi?		
3	Seçtiğiniz salon dansının temel adımlarını ve figürlerini belirlediniz mi?		
4	Öğrendiğiniz salon dansının figürlerini ve temel adım becerilerinizi müzikle beraber uyguladınız mı?		

Yapılan değerlendirme sonunda HAYIR şeklinde verdiğiniz cevaplarınızı gözden geçiriniz. Kendinizi verdiğiniz cevaplardan dolayı yeterli görmüyorsanız öğrenme faaliyetini tekrar ediniz. Cevaplarınız tamamı evet ise bir sonraki faaliyete geçebilirsiniz.

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

ÖLÇME SORULARI (Çoktan Seçmeli Sorular)

1. Vals closed change natural to reverse erkek adımlarının ayak basışları ve salınımı aşağıdakilerden hangisinde doğru verilmiştir?
A) Pu,PT,PT/yavaş-sola-sola
B) ToT,PT,PT/yavaş-sağa-sağa
C) ToT,Pu,PT/yavaş-sağa -sağa
D) ToT,PT,PT/yavaş-sola-sola
E) ToT,Pu,PT/yavaş-sola -sola
2. Vals natural turn erkek veya bayan adımlarında CBM kaçınıcı adımlarda yapılır?
A) 1. ve 4. adımda
B) 1. ve 2. adımda
C) 1. ve 5. adımda
D) 1. ve 7. adımda
E) 1. ve 6. adımda
3. Vals chasse from pp hareketinde bayanın ayak basışları nasıldır?
A) PT-PT-Pu-PT-ToT
B) PT-Pu-ToT-PT-Pu
C) Pu-PT-PT-Pu-ToT
D) Pu-PT-Pu-PT-PT
E) ToT-Pu-Pu-PT-Pu
4. Foxtrot closed impetus ve feather finish in zamanlaması nasıldır?
A) hızlı-hızlı-yavaş-hızlı-hızlı-yavaş-yavaş
B) yavaş-hızlı-hızlı-yavaş-hızlı-hızlı-yavaş
C) hızlı-yavaş-hızlı-hızlı-hızlı-yavaş-yavaş
D) yavaş-yavaş-hızlı-hızlı-hızlı-yavaş-yavaş
E) yavaş-yavaş-yavaş-hızlı-hızlı-yavaş-yavaş
5. Quickstep chasse reverse turn hareketinde erkeğin duruşu nasıl olmalıdır?
A) 1-MÇ sırt 2-DC yüz 3-DaÇ yüz
B) 1-DC yüz 2-DC sırt 3-DaÇ sırt
C) 1-DaÇ yüz 2-DC sırt 3-DaÇ sırt
D) 1-MÇ yüz 2-DC sırt 3-DaÇ sırt
E) 1-MÇ yüz 2-DC yüz 3-DaÇ sırt
6. Aşağıdakilerden hangisi tango yürüyüşünün diğer standart dansların yürüyüşüne farklarından değildir ?
A) Ayaklar yerde kayar gibi hareket eder
B) Ayaklar keskin bir şekilde hareket eder
C) Yükselme ve alçalma yoktur.
D) Diz bükülmesinin açısı sabittir,değişmez.
E) Ayaklar net bir şekilde yere basar

7. Natural ve reverse dönüşler ile ilgili aşağıdakilerden hangisi doğrudur?
A) Tüm natural dönüşler sağa,reverse dönüşler geriye doğrudur.
B) Tüm natural dönüşler geriye,reverse dönüşler ileriye doğrudur.
C) Tüm natural dönüşler ileriye,reverse dönüşler geriye doğrudur.
D) Tüm natural dönüşler sola,reverse dönüşler sağa doğrudur.
E) Tüm natural dönüşler sağa,reverse dönüşler sola doğrudur.
8. Aşağıdakilerden hangisi tangoda herhangi bir promenade figüründen önce gelmez?
A) Progressive link
B) Closed Promenade
C) Open Finish
D) Four Step
E) Natural Twist Turn
9. Foxtrot three step adımı erkek ve bayan ayak basışları sırasıyla nelerdir?
A) ToT,PT,Pu / Pu,PT,Pu
B) ToT,Pu,To / PT,Pu,Pu
C) ToT,PT,PT / PT,PT,ToT
D) ToT,PT,To / PT,PT,Pu
E) ToT,PT,To / Pu,PT,Pu
10. Quickstep natural turn adımında bayanın salınımı nasıldır?
A) Yavaş-sola-sola-yavaş-sağa-sağa
B) Yavaş-sağa-sağa-yavaş-sağa-sağa
C) Yavaş-sola-sola-yavaş-yavaş-yavaş
D) Yavaş-sola-sola-yavaş-sola-sola
E) Yavaş-sağa-sağa-yavaş-yavaş-yavaş

ÖĞRENME FAALİYETİ-2

AMAÇ

Bu faaliyetle gerekli ortam sağlandığında eğlence hizmetleri departmanında gösterilerde sergilenecek salon dansına ait örneklemeleri programa uygun olarak hazırlayabileceksiniz.

ARAŞTIRMA

- Tesislerdeki eğlence hizmetleri personelinin hazırladığı salon dansları hakkında bilgi toplayınız.
- Ülkemizde en çok hangi salon dansları bilinmektedir? Araştırınız.

2. SALON (STANDART) DANSLARIN SAHNELENMESİ

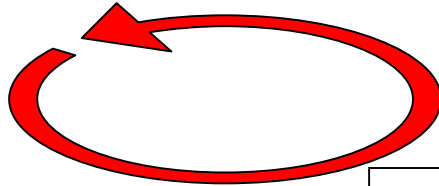
Öğrenmiş olduğunuz dansların sahnelenmesi için ilk önce amacın belirlenmiş olması gerekmektedir. Amacı belirlendikten sonra seçeceğimiz konu üzerine yapılması gerekenler;

1. Müziğin belirlenmesi ve müziğin anlattığı duygunun anlaşılması
2. Ritmin anlaşılması ve vurguların çıkarılması
3. Dansçıların sayısı ve güçleri
4. Dans edilecek sahnenin boyutları ve teknik imkanlar.
5. Sahne pateni eğitimi almış olmak

Öğrendiğiniz dansların tümü, yukarıdaki koşulları yerine getirdiğinizde mükemmel sahne performansı kuracak koreografinizi yaratabileceğiniz danslardır.

Bu maddelerin bir çoğu bireyin kendi duygularına hitap ettiğinden, yaratıcı ve yetenekli kişiler kendi farklarını gösterebilirler.Dans anlatımının kitap dilindeki tek başarısızlığı duyguyu anlatamaması olduğundan, bu eksikliği gidermek için video izlemeye önem verin ve kendinizi bu konuda geliştirin.İyi dansçı ayağa baktırmaz denildiği için duygunun, mimiğin yoğun olduğu danslar daha çok beğeni kazanır.

Sahnelemede kişi sayısı size bağlı olduğundan tek başına çok sayıda denemelerle kendinizi ilerlete bilirsiniz. Dansların tümünde akış yönü varsa bu saatin tersinedir.

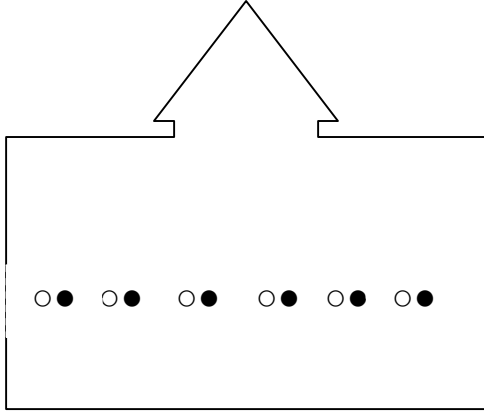


Dansın Akış Yönü

2.1. Vals Sahnelemesi

● : Bayan

○ : Erkek

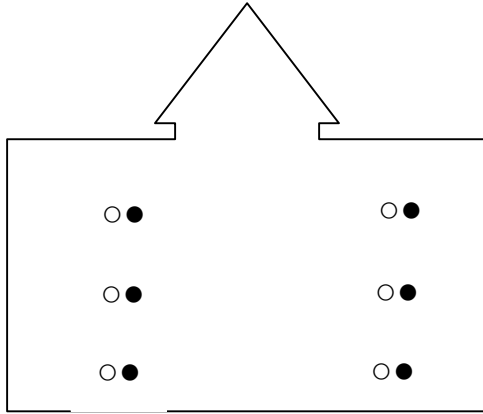


1	Closed Change, Natural To Reverse
2	Natural Turn
3	Reverse Turn
4	Natural Spin Turn
5	Whisk
6	Chasse From Pp



Resim 2.1: Vals Gösterimi

2.2. Foxtrot Sahnelemesi

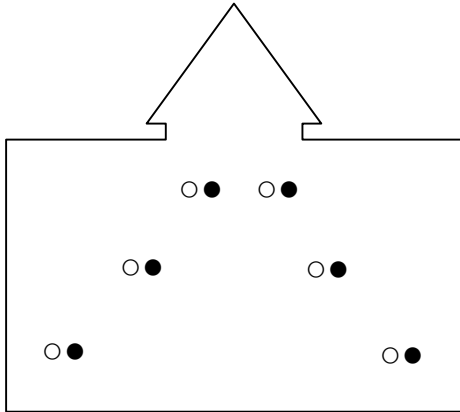


1	Feather
2	Three step
3	Natural turn
4	Reverse turn
5	Closed impetus ve feather finish



Resim 2.2: Foxtrot Gösterimi

2.3. Quick Step Sahnelemesi

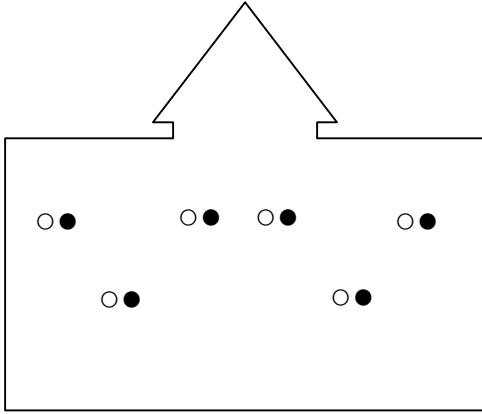


1	Quarter turn tu right
2	Natural turn
3	Natural turn with hesitation
4	Natural pivot turn
5	Natural spin turn
6	Progressive chasse
7	Chasse reverse turn
8	Forward lock



Resim 2.3: Quick Step Gösterimi

2.4. Tango Sahnelemesi



1	Open finish
2	Progressive side step
3	Progressive link
4	Closed promenade
5	Rock turn
6	Open reverse turn
7	Back corte



Resim 2.4: Tango Gösterimi

UYGULAMA FAALİYETİ

Salon danslardan birini seçerek örnek bir gösteri hazırlayınız.

İşlem Basamakları	Öneriler
<ul style="list-style-type: none">➤ Oyunun kişi sayısını belirleyiniz➤ Sahne büyüklüğünü tesbit ediniz➤ Sahne düzenini kağıt üzerinde belirleyiniz➤ Seçmiş olduğunuz oyunun figürlerinin uygulamalarını bilgi sayfasından destek olarak gerçekleştiriniz➤ Gösteriye uygun müzik seçimi yapınız➤ Gösteriye uygun kostüm seçiniz➤ Gösteri provaları yapınız.	<ul style="list-style-type: none">➤ Sınıf içi grup çalışması yapınız➤ Planlı çalışınız➤ Bilgi sayfalarını tekrar ediniz➤ Yaratıcı olunuz➤ Figürlerin orijinalliğini değiştirmeden kullanınız.➤ Fiziksel ve estetik dengeye dikkat ediniz.➤ Araştırmacı olunuz➤ Bilgi paylaşımı yapınız➤ Bilgileri bütünleştiriniz➤ Planlı çalışınız

DEĞERLENDİRME ÖLÇÜTLERİ

Uygulama faaliyetinde işlem basamaklarını takip ederek aşağıdaki değerlendirme kriterlerine göre EVET –HAYIR şeklinde seçeneklerden uygun olan kutucuğu işaretleyiniz.

Sıra	Değerlendirme Ölçütleri	Evet	Hayır
1	Oyunun kişi sayısını belirlediniz mi?		
2	Sahne büyüklüğünü tesbit ettiniz mi?		
3	Sahne düzenini kağıt üzerinde belirlediniz mi?		
4	Seçmiş olduğunuz oyunun figürlerinin uygulamalarını bilgi sayfasından destek alarak gerçekleştirdiniz mi?		
5	Gösteriye uygun müzik seçimi yaptınız mı?		
6	Gösteriye uygun kostüm seçtiniz mi?		
7	Gösteri provaları yaptınız mı?		
8	Gösteriyi sergilediniz mi?		

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

ÖLÇME SORULARI (Çoktan Seçmeli Sorular)

Aşağıda tabloda verilen dans adımlarının hangi dansa ait olduğunu yazınız.

	Dans Adımları	Vals	Foxtrot	Quick step	Tango
1	Closed Change, Natural To Reverse				
2	Back corte				
3	Closed impetus ve feather finish				
4	Whisk				
5	Chasse reverse turn				
6	Open reverse turn				
7	Three step				
8	Natural turn with hesitation				
9	Closed promenade				
10	Chasse reverse turn				

MODÜL DEĞERLENDİRME

Eğlence hizmetleri departmanında gece gösterilerine kullanacağınız bir salon danslarının tümünü kullanarak bir dans gösterisi hazırlayarak sergileyiniz.

Sıra	Değerlendirme Ölçütleri	Evet	Hayır
1	Gösteri konunuzu seçtiniz mi?		
2	Gösteride görev alacak dansçıları belirlediniz mi?		
3	Sahne düzenini belirlediniz mi?		
4	Mekanda dekorasyon ve süslemeler için gerekli malzemeleri temin ettiniz mi?		
5	Gösteri için gerekli kostüm ve aksesuarları belirlediniz mi?		
6	Gösteri için gerekli müzik seçimini yaptınız mı?		
7	Klasik dansların gerektirdiği temel hareketleri gösterinizde kullandınız mı?		
8	Gösteri için provalar yaptınız mı?		
9	Gösteri provalarında ortaya çıkan aksaklıkları tesbit ettiniz mi ?		
10	Gösteride tesbit edilen aksaklıkları düzelttiniz mi?		
11	Gösterinizi sergilediniz mi?		
12	Gösteri ile ilgili genel değerlendirme yaptınız mı?		

Yukarıdaki performans testini kendinize uygulayınız. Performans değerlendirmede “**hayır**” cevaplarınız var ise modülü tekrarlayınız. Modülü başarı ile bitirmişseniz ve amaçlanan yeterliliği kazandıysanız bir sonraki modüle geçebilirsiniz.

CEVAP ANAHTARLARI

ÖĞRENME FAALİYETİ -1'İN CEVAP ANAHTARI

1	C
2	A
3	E
4	B
5	D
6	A
7	E
8	B
9	D
10	C

ÖĞRENME FAALİYETİ -2'NİN CEVAP ANAHTARI

1	Wals
2	Tango
3	Foxtrot
4	Vals
5	Foxtrot
6	Tango
7	Foxtrot
8	Quick Step
9	Tango
10	Quick Step

DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız ve doğru cevap sayınızı belirleyerek kendinizi değerlendiriniz. Yanlış cevaplandığı konuları tekrarlayınız. Cevaplarınızın hepsi doğru ise bir sonraki öğrenme faaliyetine geçiniz.

KAYNAKÇA

- ESEN, Arman. **Latin dansları Ders Notları**.Ege Üniversitesi S.K.S Daire Başkanlığı. Dans öğretmeni İzmir- 2004.
- ULUDAĞ, Sevil, **Latin dansları ders notları**. Ege Üniversitesi S.K.S Daire Başkanlığı. Dans öğretmeni İzmir -2005
- ESEN, Arman.**Kurs Eğitim Notları**. Atınc Emnalar Müzik Ve Sahne Sanatları Merkezi Dans Kordinatör 2005.
- ULUDAĞ, Sevil, **Kurs Eğitim Notları**. Atınc Emnalar Müzik Ve Sahne Sanatları Merkezi Dans öğretmeni 2005.
- ESEN, Arman, **Seminer Notları** .G.S.G.M Dans Antrenörü.2003
- ULUDAĞ, sevil. **Seminer Notları** .G.S.G.M Dans Antrenörü . 2006
- ULUDAĞ, Sevil .Ege Üniversitesi Latin Dansları Topluluğu Kordinatör.2005
- ESEN, Arman, **Hakemlik Semineri Notları**. G.S.G.M Dans Hakemi 2006
- www.dans.ege.edu.tr
- www.bolerodans.net/dansbilgiler.htm
- www.unidans.com