



## Васірук Світлана Омелянівна

В 1981 р. закінчила Калуське училище культури, а в 1985 р. - Київський державний інститут культури.

З 1985 по 1990 рік працювала викладачем в Калуському училищі культури.

З 1990 р. - асистент, старший викладач, а з 2008 р. - доцент кафедри театрального і хореографічного мистецтва інституту мистецтв Прикарпатського національного університету ім. В. Стефаника.

Плідно працює над проблемою підготовки викладачів фахових дисциплін, артистів балету, керівників хореографічних колективів.

В науковому доробку ряд навчальних програм, методичних розробок та рекомендацій з методики викладання класичного танцю у вищих мистецьких навчальних закладах.

## Класичний танець

С.О. Васірук

С.О. Васірук



## Класичний танець

навчально-методичний посібник

**С. О. Васірук**

# **Класичний танець**

**Навчально-методичний посібник**

*Рекомендовано Міністерством освіти і науки України  
для студентів вищих навчальних закладів*

Івано-Франківськ

2009

УДК 792.8 (075.8)

ББК 85.327 (4 Укр.)

В19

*Рекомендовано Міністерством освіти і науки України  
як посібник для студентів вищих навчальних закладів  
(№ 1/11-5920 від 22.07.09)*

**Рецензенти:**

**Б. М. Колногузенко** – народний артист України, професор, декан факультету хореографічного мистецтва, завідувач кафедри хореографії Харківської державної академії культури;

**Л. Ю. Цвєткова** – декан факультету режисури і хореографії Київського національного університету культури і мистецтв, професор кафедри народної хореографії;

**Б. В. Стасько** – кандидат педагогічних наук, заслужений працівник культури України, професор кафедри театрального мистецтва та хореографії Інституту мистецтв Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника.

**Васірук С. О.**

В19 Класичний танець : навчально-методичний посібник / С. О. Васірук. – Івано-Франківськ : Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника, 2009. – 260 с.

ISBN 978-966-640-268-7

Головне завдання навчально-методичного посібника “Класичний танець” – надання методичної та практичної допомоги у процесі викладання курсу у вищих навчальних закладах мистецького спрямування та в оволодінні дисципліни студентами хореографічних спеціалізацій.

Посібник розрахований на педагогічну та студентську аудиторію і складений з урахуванням терміну навчання зі спеціальності в межах вузівської програми.

У посібнику розглянуто методичні засади викладання класичного танцю з аналізом методики виконання основних рухів та вправ, а також подано приклади уроків для кожного року навчання. Він також містить критерії оцінки знань та навичок студентів з метою підсумкового контролю.

УДК 792.8 (075.8)  
ББК 85.327 (4 Укр.)

ISBN 978-966-640-268-7

© Васірук С.О., 2009  
© Прикарпатський національний університет  
імені Василя Стефаника, 2009

# Зміст

<b>Вступ</b> .....	9
<b>Перший рік навчання</b> .....	11
<b>Програма першого року навчання</b> .....	14
<i>Постановка корпусу</i> .....	16
<i>Позиції ніг</i> .....	16
<i>Позиції рук</i> .....	17
<b>Екзерсис біля станка</b> .....	19
<i>Battement tendu</i> .....	19
<i>Demi plié</i> .....	20
<i>Grand plié</i> .....	21
<i>Battement tendu jeté</i> .....	21
<i>Demi rond de jambe par terre en dehors i en dedans</i> .....	22
<i>Passé par terre</i> .....	23
<i>Rond de jambe par terre en dehors i en dedans</i> .....	23
<i>Battement tendu pour le pied</i> .....	24
<i>Положення ноги sur le cou-de-pied</i> .....	24
<i>Battement frappé</i> .....	25
<i>Relevé на півпальці</i> .....	26
<i>Petit battement sur le cou-de-pied</i> .....	27
<i>Battement fondu</i> .....	28
<i>Battement soutenu</i> .....	29
<i>Battement soutenu на 45°</i> .....	30
<i>Temps relevé par terre</i> .....	30
<i>Battement double frappé</i> .....	31
<i>Battement relevé lent</i> .....	31
<i>Grand battement jeté</i> .....	32

<i>Battement développé</i> .....	33
<i>Rond de jambe en l'air en dehors i en dedans</i> .....	34
<i>Rond de jambe par terre на plié en dehors i en dedans</i> .....	35
<i>Plié-relevé з ногою на 45°</i> .....	36
<i>Temps relevé на 45° en dehors i en dedans</i> .....	36
<i>Pas tombé</i> .....	37
<i>Pas coupé</i> .....	37
<i>Напівоберти в V позиції</i> .....	37
<b>Екзерсис на середині залу</b> .....	39
<i>Épaulement</i> .....	39
<i>Port-de-bras</i> .....	39
<i>Пози класичного танцю</i> .....	41
<i>Arabesques</i> .....	44
<i>Temps lié par terre</i> .....	45
<i>Pas-de-bourrée</i> .....	47
<b>Allegro</b> .....	49
<i>Temps levé sauté</i> .....	49
<i>Changement de pieds</i> .....	50
<i>Pas échappé</i> .....	50
<i>Pas assemblé</i> .....	51
<i>Sissonne simple</i> .....	52
<i>Pas glissade</i> .....	53
<i>Pas jeté</i> .....	54
<i>Pas balancé</i> .....	55
<b>Приклад уроку першого року навчання</b> .....	56
<b>Показники підсумкового контролю</b> .....	65
<b>Другий рік навчання</b> .....	67
<b>Програма другого року навчання</b> .....	68
<b>Екзерсис біля станка</b> .....	70

<i>Battement double fondu</i> .....	70
<i>Battement soutenu</i> на 90° .....	71
<i>Port-de-bras</i> з ногою, витягнутою назад на носок у <i>plié</i> .....	72
Поворот на 360° до станка.....	72
Поворот на 360° від станка.....	73
<i>Tombé</i> з напівобертом <i>sur le cou-de-pied</i> .....	73
<i>Battement fondu – tombé</i> з просуванням.....	74
<i>Plié – relevé</i> на 45° з <i>demi rond de jambe</i> .....	75
<i>Flic-flac</i> .....	75
<i>Battement développé passé</i> на 90° .....	76
<i>Demi rond de jambe</i> на 90° .....	76
<i>Grand rond de jambe développé</i> .....	77
<i>Grand battement jeté développé</i> .....	78
Поворот <i>fouetté en dehors</i> і <i>en dedans</i> .....	79
Маленькі пози, що завершують вправи.....	81
Маленька поза <i>effacée</i> в поєднанні з <i>petit battement</i> .....	81
<b>Екзерсис на середині залу</b> .....	82
Вправи в повороті ( <i>en tournant</i> ).....	82
<i>Battement tendu en tournant</i> на 1/8 кола.....	82
<i>Battement tendu jeté en tournant</i> .....	83
<i>Rond de jambe par terre en tournant</i> на 1/8 кола.....	83
Поворот з V позиції на півпальцях.....	84
Пози класичного танцю на 90° .....	84
<i>Arabesques</i> на 90° .....	87
<i>Temps lié par terre</i> з нахилом корпусу.....	88
IV <i>port-de-bras</i> .....	88
V <i>port-de-bras</i> .....	89
Підготовчі вправи до обертання.....	90
Підготовка до <i>pirouette</i> з II позиції.....	90
Підготовка до <i>pirouette</i> з V позиції.....	91

Підготовка до <i>pirouette</i> з IV позиції.....	91
<i>Pas-de-bourrée</i> без переміни ніг з сторони в сторону.....	92
<i>Pas-de-bourrée ballotté</i> .....	93
<b>Allegro</b> .....	95
<i>Grand i petit changement de pieds</i> .....	95
<i>Grand i petit échappé</i> .....	95
<i>Grand échappé</i> .....	96
<i>Temps levé sauté en tournant</i> .....	96
<i>Changement de pieds en tournant</i> на 1/4 кола.....	96
<i>Pas échappé</i> на одну ногу.....	97
<i>Pas assemblé</i> з просуванням.....	97
<i>Assemblé</i> в позу <i>croisée</i> вперед.....	97
<i>Double assemblé</i> .....	98
<i>Pas jeté</i> з просуванням.....	98
<i>Pas de basque</i> .....	98
<i>Sissonne ouverte</i> .....	99
<i>Sissonne fermée</i> .....	100
<i>Sissonne tombée</i> .....	101
<i>Pas chassé</i> .....	103
Сценічний <i>sissonne</i> в <i>l'arabesque</i> .....	103
<b>Приклад уроку другого року навчання</b> .....	105
<b>Показники підсумкового контролю</b> .....	117
<b>Третій рік навчання</b> .....	118
<b>Програма третього року навчання</b> .....	119
<b>Екзерсис біля станка</b> .....	121
<i>Grand rond de jambe jeté</i> .....	121
Поворот <i>fouetté en dehors</i> і <i>en dedans</i> на 1/8, 1/4, 1/2 кола з ногою, піднятою на 45°, 90°.....	122
Третє <i>port-de-bras</i> з ногою витягнутою назад на носок, з пере-	

ХОДОМ з однієї ноги на іншу.....	124
<i>Battement fondu</i> на 90° .....	124
<i>Battement double frappé</i> з поворотом на 1/4 і 1/2 кола.....	126
<i>Battement battu</i> .....	127
<i>Battement développé</i> на півпальцях.....	128
<i>Battement développé tombé</i> .....	128
<i>Grand rond de jambe développé</i> .....	131
<i>Grand battement jeté passé</i> .....	131
<i>Grand battement jeté balancé</i> .....	132
<i>Preparation</i> до <i>pirouette en dehors</i> і <i>en dedans</i> з V позиції.....	133
<i>Pirouette en dehors</i> і <i>en dedans</i> з V позиції.....	134
<b>Екзерсис на середині залу</b> .....	135
<i>Pirouette</i> з II позиції.....	135
<i>Pirouette</i> з V позиції.....	136
<i>Pirouette</i> з IV позиції.....	137
Шосте <i>port-de-bras</i> .....	139
<i>Temps lié</i> на 90° .....	140
<i>Tour lent</i> .....	142
Повороти <i>fouetté en dehors</i> і <i>en dedans</i> з пози в позу.....	143
<i>Pas-de-bourrée en tournant</i> .....	144
<i>Pas-de-bourrée dessus-dessous</i> .....	146
<i>Tour chaîné</i> .....	147
<i>Pas glissadé en tournant</i> .....	148
<b>Allegro</b> .....	149
<i>Temps levé</i> з ногою <i>sur le cou-de-pied</i> .....	149
<i>Temps levé</i> з ногою на 45° .....	149
<i>Jeté – fermé</i> .....	150
<i>Grand sissonne ouverte</i> .....	151
<i>Grand assemblé</i> .....	152
<i>Grand assemblé</i> з <i>coupé</i> – кроку у позу <i>ecartée</i> вперед.....	152



<i>Grand assemblé z coupé</i> – кроку вперед на <i>croisé</i> .....	153
<i>Pas ballonné</i> .....	154
<i>Pas ballotté</i> .....	155
<i>Temps lié saute</i> .....	156
<i>Pas de chat</i> .....	157
<i>Pas emboité</i> вперед і назад на 45° .....	157
<i>Grand changment de pieds en tournant</i> на 1/2 кола.....	158
<i>Grand échappé en tournant</i> .....	158
<i>Échappé battu</i> .....	159
<b>Приклад уроку третього року навчання</b> .....	160
<b>Показники підсумкового контролю</b> .....	173
<b>Четвертий рік навчання</b> .....	175
<b>Програма четвертого року навчання</b> .....	176
<b>Екзерсис біля станка</b> .....	177
<i>Double rond de jambe en l'air</i> .....	177
<i>Battement développé ballotté</i> .....	177
<i>Grand battement jeté</i> з підйомом на півпальці, і на пів- пальцях.....	179
<i>Temps relevé z tour</i> .....	179
<i>Flic-flac en tournant</i> .....	180
<b>Екзерсис на середині залу</b> .....	182
<i>Tour lent</i> з пози в позу.....	182
<i>Battement fondu en tournant</i> на 1/8 і 1/4.....	183
<i>Temps lié par terre z pirouette</i> .....	184
<i>Temps relevé z pirouette en dehors i en dedans</i> .....	185
Поворот <i>fouetté en dedans</i> з пози <i>effacée</i> в позу <i>attitude</i> <i>effacée</i> .....	187
Поворот <i>fouetté en dehors</i> із пози <i>attitude effacée</i> в позу <i>effacée</i> вперед.....	187
Поворот <i>fouetté en dedans</i> з пози <i>croisée</i> в позу <i>attitude</i>	

<i>croisée</i> .....	188
Поворот <i>fouetté en dehors</i> із пози <i>attitude croisée</i> в позу <i>croisée</i> вперед.....	188
<i>Preparation i tour</i> у великих позах.....	189
<i>Preparation i tour en dehors</i> у позі <i>à la seconde</i> із II позиції.....	189
<i>Tour en dehors</i> .....	190
<i>Preparation i tour en dedans</i> у позі <i>à la seconde</i> із II позиції.....	190
<i>Tour en dedans</i> .....	190
<i>Pirouette en dehors</i> з <i>degagé</i> .....	191
<i>Pirouette en dedans</i> із <i>coupé</i> – кроку.....	191
<i>Pas-de-bourrée dessus-dessous en tournant</i> .....	192
<i>Tour fouetté</i> на 45°.....	193
<b>Allegro</b> .....	194
<i>Rond de jambe en l'air sauté</i> .....	194
<i>Pas ballonné</i> в усіх напрямках з просуванням.....	195
<i>Grand assemblé en tournant</i> .....	197
<i>Grand sissonne ouverte</i> з просуванням.....	197
<i>Pas failli</i> .....	200
<i>Sissonne fondu</i> на 90°.....	201
<i>Grand pas de chat</i> .....	202
<i>Sissonne ouverte en tournant</i> .....	202
<i>Pas emboité en tournant</i> .....	203
Заноски.....	204
<i>Entrechat – quatre</i> .....	204
<i>Royal</i> .....	204
<i>Échappé battu</i> з завершенням на одну ногу.....	205
<b>Приклад уроку четвертого року навчання</b> .....	206
<b>Показники підсумкового контролю</b> .....	222

<b>П'ятий рік навчання</b> .....	224
<b>Програма п'ятого року навчання</b> .....	225
<b>Екзерсис біля станка</b> .....	226
<i>Grand temps relevé</i> .....	226
<i>Battement développé i relevé lent</i> з коротким <i>balancé</i> .....	227
<i>Grand battement jeté</i> з поворотом <i>fouetté</i> .....	228
<b>Екзерсис на середині залу</b> .....	229
<i>Petit battement en tournant</i> .....	229
<i>Battement frappé en tournant</i> .....	230
<i>Grand fouetté effacé</i> .....	230
Шосте <i>port-de-bras – preparation</i> .....	233
<i>Preparation i tour en dehors i en dedans</i> .....	235
<i>Preparation i tour en dehors</i> у позі <i>attitude croisée</i> із <i>port-de-bras – preparation</i> .....	235
<i>Preparation i tour en dehors</i> у позі <i>I arabesque</i> із <i>port-de-bras – preparation</i> .....	235
<i>Preparation i tour en dedans</i> у позі <i>attitude effacée</i> .....	236
<i>Preparation i tour en dedans a'la seconde</i> із IV позиції.....	237
<b>Allegro</b> .....	238
<i>Assemblé battu</i> .....	238
<i>Pas jeté battu</i> .....	238
<i>Grand jeté</i> з кроку – <i>couré</i> .....	239
<b>Приклад уроку п'ятого року навчання</b> .....	241
<b>Показники підсумкового контролю</b> .....	255
<b>Терміни класичного танцю</b> .....	256
<b>Рекомендована література</b> .....	259

## Вступ

“Методика викладання класичного танцю” є однією з найголовніших дисциплін в процесі якісної підготовки фахівців хореографії у вищих навчальних закладах мистецького спрямування.

Сформована протягом багатьох віків система класичного танцю відібрала в свій арсенал виразних засобів усе найдоцільніше і найкорисніше з великої кількості рухів і здатна підготувати виконавця до засвоєння будь-якого напрямку сценічної танцювальної культури.

Дисципліна “Теорія і методика викладання класичного танцю”, як складова підготовки фахівця забезпечує правильну постановку всіх частин тіла, виховання навичок, елементів у “чистому” вигляді та в комбінаційному сполученні, опанування навичками складання окремих частин та уроку в цілому, виходячи з напрямку та специфіки хореографічного колективу.

Викладання цієї дисципліни базується на цілому ряді принципів: науковість, наступність, проблемність навчання, наочність, свідомо навчально-пізнавальна активність студентів, відповідність методів навчання індивідуальним психологічним особливостям і природним фізичним даним студентів.

На різних етапах навчання, в залежності від конкретних завдань кожного курсу, окремого заняття, на передній план виступають ті чи інші принципи, хоча деякі з них зберігають своє значення впродовж усього навчального процесу.

Творчий характер дисципліни “Методика викладання класичного танцю” сприяє розвитку та активізації у студентів мислення, сприймання, пам’яті, уваги, тощо.

Крім того, оволодіння основами класичного танцю поєднує в собі суворе дотримання правил виконання рухів і вправ з розвитком творчої свободи, пошуком індивідуальних прийомів.

Важливим моментом в організації навчального процесу є вивчення творчої індивідуальності кожного студента, створення умов для його творчого самовираження.

Зміст навчальної і виховної роботи, методика викладання класичного танцю цілком залежить від особистості і вимогливості викладача, який передає студентам не тільки свою майстерність, але свою культуру, світогляд – усе, що складає ту систему впливу, яка визначає весь рівень професійної роботи викладача класичного танцю і допомагає у досягненні максимально правильного виконання рухів.

Одне з найголовніших завдань дисципліни – розвиток музичальності, виховання у студентів розуміння нерозривного зв'язку класичного танцю з музикою. В зв'язку з цим одним із першочергових завдань є музичне оформлення уроку класичного танцю, яке здійснюється за двома принципами: імпровізаційним та використанням музичної літератури. Завдання викладача і концертмейстера під час творчої співпраці знаходити ті шляхи, які б сприяли розвитку музичальності студентів, формували у них свідоме розуміння тісного й нерозривного взаємозв'язку музики та хореографії.

Даний навчально-методичний посібник складений з урахуванням терміну навчання з спеціальності в межах вузівської програми і розрахований на студентську і викладацьку аудиторію. Головне його завдання – надання методичної та практичної допомоги у процесі викладання класичного танцю у вищих навчальних закладах мистецького спрямування та оволодінні дисципліни студентами хореографічних спеціалізацій.

В посібнику розглянуті методичні засади викладання класичного танцю з аналізом методики виконання базових рухів і вправ та включені приклади уроків для кожного року навчання.

Звичайно в посібнику не охоплений увесь об'єм рухів і вправ класичного танцю, але обсяг програми дисципліни “Методика викладання класичного танцю” визначений його місцем та роллю в системі теоретичного навчання, оскільки якісне засвоєння класичного танцю допоможе в подальшому засвоєнні народного, спортивного бального, сучасного танцю.

В роботі над написанням посібника використані праці таких видатних педагогів: А.Я.Ваганова “Основы классического танца”, Н.Базарова і В.Мей “Азбука классического танца”, Н.Базарова “Классический танец”, В.Костровицькая та В.Писарев “Школа классического танца”, М.Тарасов “Классический танец”, а також підручник Л.Ю.Цветкової “Методика викладання класичного танцю”.

## Перший рік навчання.

Основними завданнями першого року навчання є: постановка корпусу, ніг, рук, вивчення основних елементів екзерсису біля станка і на середині залу, стрибків та основних поз класичного танцю, розвиток елементарних навичок координації рухів.

Екзерсис розпочинається біля станка, потім, по мірі засвоєння, переноситься на середину залу. За вправами на середині залу йдуть *adagio* і *allegro*. Навички, набуті студентами в екзерсисі, повинні підтримуватись щоденним тренуванням, основаними на чітких методичних правилах.

На першому році навчання більша частина уроку відводиться вправам біля станка. Вправи починають вивчати обличчям до станка, тримаючись за нього обома руками. Потім поступово переходять до виконання цих вправ тримаючись однією рукою за станок. Усі вправи виконуються по чергово з правої і лівої ноги, в трьох напрямках (вперед, вбік, назад). Екзерсис біля станка і на середині залу виконується на усій ступні.

Темп і ритмічний малюнок музичного супроводу на початку і в кінці першого року – різні. Необхідно привчати студентів до засвоєння різних музичних розмірів, використовуючи різноманітний музичний супровід, прискорюючи і сповільнюючи темп, змінюючи музичний розмір.

Побудова уроку класичного танцю однакова як для першого, так і для наступних курсів, лише з тією різницею, що на першому курсі рухи виконуються окремо і в найпростіших поєднаннях.

Складовими уроку класичного танцю є екзерсис біля станка, екзерсис на середині залу, *adagio* і *allegro*.

В екзерсисі різнобічно розвивається сила ніг, їх дотягнутість, виворітність, танцювальний крок і *plié* (присідання); постановка корпусу, рук, голови, формуються навички координації, виховується апломб.

Визначена послідовність вивчення рухів і побудови екзерсису вироблена багаторічною практикою, що дозволяє по чергово включати в роботу різні групи м'язів і зв'язок поступово, розвиваючи і закріплюючи їх.

### Послідовність вправ екзерсису біля станка:

1. *Plié* (присідання). Це вправа, в якій м'язи і зв'язки ніг розтягуються і скорочуються в повільних і вільних рухах. Розвиває ахіллове сухожилля, виховує силу та міцність ніг, їх виворітність.
2. *Battement tendu* (натянутий рух). Вправа розвиває підйом, його силу, гнучкість, тобто формує стопу, виворітність, натягнутість і силу ніг. В цій вправі активно вводяться в роботу усі групи малих і великих м'язів.
3. *Battement tendu jeté* (рух з кидком). Вправа розвиває спритність, силу ніг, натягнутість працюючої ноги в повітрі.

4. **Rond de jambe par terre** (коловий рух ноги по підлозі). Вправа розвиває виворітність і рухливість ноги в тазостегновому суглобі.
5. **Battement fondu** (таючий). Вправа розвиває м'якість присідання, еластичність, силу і виворітність ніг.
6. **Battement frappé** (вдаряючий). Вправа розвиває рухливість колінного суглоба, спритність і силу ніг.
7. **Rond de jambe en l'air** (коловий рух ноги в повітрі). Вправа розвиває силу ніг, рухливість колінного суглоба, силу стегна.
8. **Petit battement sur le cou-de-pied** (маленькі батмани). Розвиває швидке і вільне володіння нижньою частиною ноги (від коліна до носка) при виворітному і нерухомому положенні верхньої частини ноги.
9. **Battement développé** (виймати). Вправа розвиває танцювальний крок і силу стегна, що допомагає втримувати ногу на максимальній висоті.
10. **Grand battement jeté** (великий кидок). Активно розвиває танцювальний крок, великий енергійний кидок, сприяє розвитку внутрішніх м'язів стегна, посилює роботу тазостегнового суглобу.

Екзерсис на середині залу має таке ж значення і розвиток, як і екзерсис біля станка. Послідовність його виконання в основному та сама. Але на середині залу він значно складніший, так як необхідно зберігати виворітність ніг і рівновагу тіла без допомоги станка. Правильне розподілення центру ваги підтягнутого корпусу на двох і на одній нозі, рівні стегна і особливо підтягнуте і виворітне стегно працюючої ноги – основні вимоги для оволодіння стійкістю.

На першому курсі екзерсис на середині залу йде в чітко послідовному програмному порядку і виконується повністю.

**Adagio** на середині залу складається з простих форм *relevé lent* на 90°, *développé*, *port-de-bras*, що виконуються на усій ступні в повільному темпі. Воно виробляє стійкість, навички вільного володіння корпусом, плавність, виразність рук.

З усіх розділів уроку *adagio* включає в себе найбільшу кількість рухів і є особливо складним для правильної музично-хореографічної побудови. Для побудови *adagio* необхідні чіткий ритм, темп і дотримання тактової квадратності. Сильні рухи починаються на сильні долі такту, а на слабкі долі повинні попадати головним чином допоміжні, зв'язуючи рухи.

**Allegro** (стрибки) – найскладніша частина уроку класичного танцю. Стрибок залежить від сили мускулатури ніг, еластичності і міцності зв'язок стопи і колінного суглобу, міцності пальців ніг, і особливо від сили стегна. На першому курсі, перше ніж розпочати вивчення стрибків, проробляється екзерсис, після чого починається робота над

стрибками. Спочатку стрибки вивчають обличчям до станка, (не більше двох тижнів) потім поступово виконуються на середині залу. Темп стрибкових комбінацій викладач встановлює, виходячи з умов програми. Усі нові стрибки вивчають у повільному темпі, а в міру засвоєння темп прискорюється. Значну роль відіграє музичне оформлення стрибків, в якому музичний малюнок повинен підкреслювати різний характер стрибків.

Таким чином, урок класичного танцю охоплює всю сукупність елементів і рухів класичного танцю, їх форм і поєднань, які в процесі технічного відпрацювання сприяють засвоєнню інших видів хореографічного мистецтва.



## Програма першого року навчання.

**Екзерсис біля станка.**

**1. Постановка корпусу.**

**2. Позиції ніг** – I, II, III, V, IV (як найбільш важка вивчається останньою).

**3. Позиції рук:** підготовче положення, I, III, II позиції вивчаються спочатку на середині залу.

**4. Battement tendu:**

а) з I позиції вбік, вперед, назад;

б) з *demi plié* в I позиції вбік, вперед, назад;

в) з V позиції вбік, вперед, назад;

г) з *demi plié* в V позиції вбік, вперед, назад.

**5. Demi plié** в I, II, III, V і пізніше – в IV позиції.

**6. Grand plié** в I, II, III, V і пізніше – в IV позиції.

**7. Battement tendu jeté:**

а) з I і V позицій вбік, вперед, назад;

б) з *demi plié* в I і V позиції вбік, вперед, назад;

в) *riqué* вбік, вперед, назад.

**8. Demi rond de jambe par terre en dehors i en dedans.**

**9. Passé par terre.**

**10. Rond de jambe par terre en dehors i en dedans.**

**11. Battement tendu pour le pied.**

**12. Положення ноги sur le cou-de-pied.**

**13. Battement frappé:**

а) вбік, вперед, назад носком в підлогу;

б) вбік, вперед, назад на 30°.

**14. Relevé на півпальці** в I, II, V позиціях з витягнутих ніг і з *demi plié*.

**15. Petit battement sur le cou-de-pied:**

а) з рівномірним переносом ноги;

б) з акцентом вперед і назад.

**16. *Battement fondu***

- а) вбік, вперед, назад носком в підлогу;
- б) вбік, вперед, назад на 45°.

**17. *Battement soutenu*** вбік, вперед, назад носком в підлогу, і на 45°.

**18. *Temps relevé par terre – preparation*** для *rond de jambe par terre en dehors i en dedans*.

**19. *Battement double frappé:***

- а) вбік, вперед, назад носком в підлогу;
- б) вбік, вперед, назад на 30°.

**20. *Battement relevé lent:***

- а) вбік, вперед, назад з I позиції на 45°.
- б) вбік, вперед, назад з V позиції на 90°.

**21. *Grand battement jeté:***

- а) вбік, вперед, назад з I позиції;
- б) вбік, вперед, назад з V позиції.

**22. *Battement développé*** вбік, вперед, назад.

**23. *Rond de jambe en l'air en dehors i en dedans*** (вивчення розпочинається з підготовчої вправи – згинання і розгинання ноги на 45°).

**24. *Rond de jambe par terre na plié en dehors i en dedans*.**

**25. *Plié-relevé*** з ногою на 45°.

**26. *Temps relevé*** на 45° *en dehors i en dedans*.

**27. *Pas tombé*.**

**28. *Pas coupé*.**

**29. *Demi rond de jambe*** на 45° *en dehors i en dedans*.

**30. *Нанівоберти*** у V позицію.

**Екзерсис на середині залу.**

**1. Поняття *épaulement*. *Épaulement croisé i effacé*.**

**2. *Port-de-bras* I, II, III.**

**3. *Пози класичного танцю: croisée, effacée i ecartée*** вперед і назад носком в підлогу на витягнутій нозі і на *demi plié*.

**4. I, II, III *arabesque*** носком в підлогу.

**5. *Temps lié par terre.***

**6. *Pas-de-bourrée*** (з переміною ніг).

**Allegro (стрибки).**

**1. *Temps levé*** по I, II, V позиціях.

**2. *Changement de pieds.***

**3. *Pas échappé*** на II позицію.

**4. *Pas assemblé*** (з відкриттям ноги в сторону).

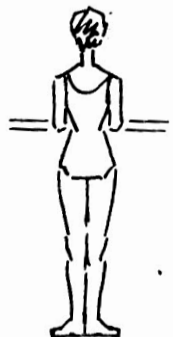
**5. *Sissonne simple.***

**6. *Pas glissade.***

**7. *Pas jeté.***

**8. *Pas balancé.***

## Постановка корпусу.



Встати обличчям до станка, поклавши на нього руки злегка зігнуті і опущенні в ліктях, кисті рук вільно покладені на станок (не охоплюючи його) навпроти середини корпусу. Ноги в I позиції. Плечі вільно розкриті і опущені вниз, голова прямо. Коліна сильно витягнуті. М'язи тазу підтягнуті сильно вгору, хребет прямий, корпус легкий і стрункий. Таке положення зберігається до кінця музичної фрази. Постановку корпусу починають вивчати з I позиції, переходячи потім до II, III і V позицій.

Музичний розмір 4/4 і 3/4. Характер музичного супроводу плавний, легований.

## Позиції ніг.

В класичному танці налічується п'ять позицій ніг. Позиції ніг вивчаються в такій послідовності: I, II, III, V і IV (як найбільш важку вивчають останньою).

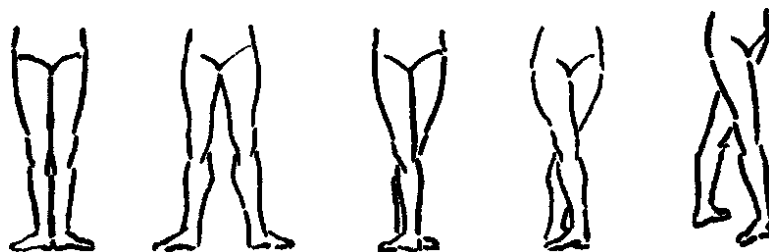
**Перша позиція ніг:** ступні ніг розгорнуті носками назовні, п'ятками торкаються одна одної. Обидві ступні утворюють єдину лінію.

**Друга позиція ніг:** ступні ніг, зберігаючи єдину лінію, знаходяться на відстані стопи одна від одної.

**Третя позиція ніг:** ступні ніг, зберігаючи виворітність, щільно поєднані і закривають одна одну наполовину.

**П'ята позиція ніг:** щільно поєднані ноги повністю закривають одна одну таким чином, щоб п'ятка однієї ноги притискалася до пальців іншої.

**Четверта позиція ніг:** виворітні ноги знаходяться одна перед одною у паралельному положенні на відстані однієї стопи.



I позиція II позиція III позиція V позиція IV позиція

При вивченні позицій ніг необхідні: підтягнутий корпус, вільно розкриті і опущені плечі, сильна натягнутість ніг, рівне положення ступні на підлозі, не “завалюючись” на великі пальці. При вивченні II і IV позицій важливо розподілити центр ваги корпусу рівномірно на обидві ноги і слідкувати за рівністю плечей і стегон. Правильна побудова позицій є основою виворітності.

Кожна позиція виконується на протязі цілої музичної фрази. Музичний супровід такий, як при постановці корпусу.

## Позиції рук.

Позиції рук вивчають на середині залу з самих перших уроків. Спочатку необхідно засвоїти групування пальців і положення кисті руки: великий палець направляє до другої фаланги третього пальця, решта пальців вільні і округлено згруповані. Кисть руки ненапружена, округлена, м’яка, продовжує лінію руки.

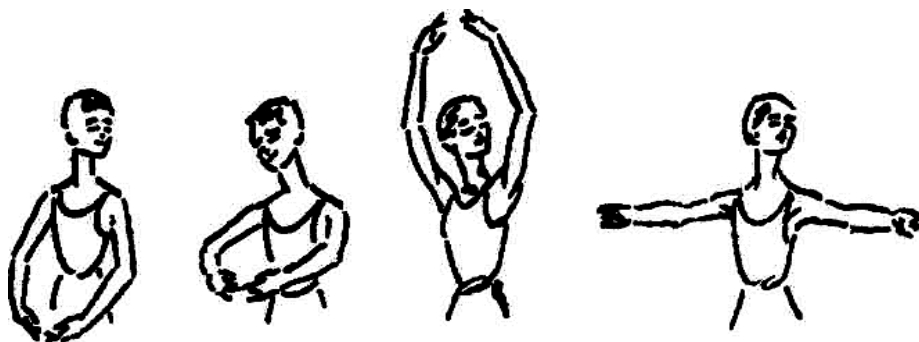
В класичному танці три позиції рук. Вони вивчаються на середині залу при звичайному положенні ніг: п’ятки разом, носки злегка розкриті. Корпус підтягнутий, плечі опущені і розкриті. Порядок вивчення такий: підготовче положення, I, III, II (як найбільш важка вивчається останньою).

підготовче положення

I позиція

III позиція

II позиція



**Підготовче положення рук:** руки опущені вниз перед корпусом, не торкаючись його, на відстані однієї долоні від стегон, заокруглені в ліктях і кистях, утворюють овал; долоні повернуті вгору до підборіддя.

**Перша позиція рук:** руки заокруглені в ліктях і кистях, знаходяться перед діафрагмою.

**Третя позиція рук:** руки заокруглені в ліктях і кистях, утримуються над головою таким чином, щоб без зміни положення голови можна було бачити мізинець.

**Друга позиція рук:** руки ледь заокруглені в ліктях, відкриті в сторони трохи попереду корпусу і продовжують лінію плечей. Підтримувані у ліктях і мізинцях вони утворюють єдину лінію.

Засвоївши три позиції рук, опановують положення рук при виконанні екзерсису біля станка, тримаючись однією рукою за станок.

Характер музичного супроводу плавний, розмір 4/4 і 3/4. Вправу виконують рівномірно на чотири такти.

## Екзерсис біля станка.

### *Battement tendu.*

Вивчається з I і V позицій вбік, вперед, назад обличчям до станка.

1. Музичний розмір 4/4, 2 такти.

На раз і два – натягнута працююча нога ковзить усією ступнею в сторону II позиції, відділяється п'яткою від підлоги, витягується в підйомі і пальцях, досягаючи повної натягнутості. Носок доторкується до підлоги, виворітна п'ятка максимально піднята.

На три і чотири – положення зберігається.

На раз і два другого такту – працююча нога, поступово переходячи з носка через півпальці на всю ступню, ковзким рухом повертається у вихідне положення.

На три і чотири – положення зберігається.

2. Музичний розмір 2/4, 2 такти.

На раз – працююча нога відкривається вбік.

На два – положення зберігається.

На раз другого такту – працююча нога повертається у вихідне положення.

На два – положення зберігається.

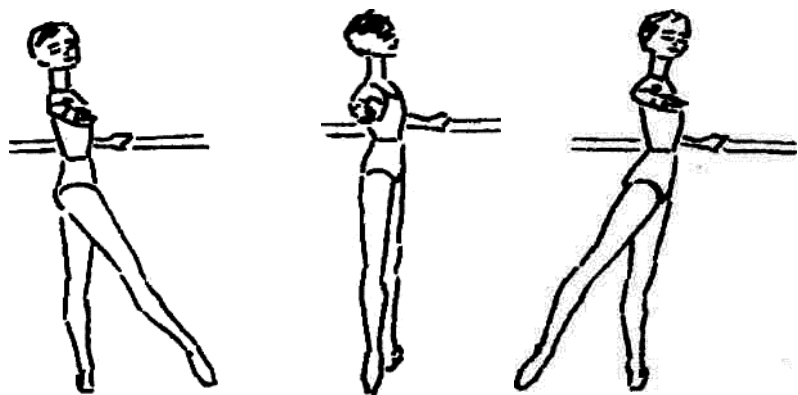
3. Музичний розмір 2/4, 1 такт.

На раз – працююча нога відкривається носком в підлогу в заданому напрямку.

На два – повертається в позицію.

В *battement tendu* працююча нога рухається чітко по прямій, максимально виворітна в тазостегновому, колінному і гомілковому суглобах. Важливо зберегти натягнутість коліна. Виводячи ногу вперед, п'ятку необхідно активно подавати вперед. Повертаючи ногу в V позицію приводити носок до п'ятки опорної ноги. При русі ноги назад активно відводиться носок. Закриваючи ногу в V позицію ззаду, потрібно підводити п'ятку до носка опорної ноги. При виконанні *battement tendu* з I позиції вперед і назад нога відводиться п'яткою навпроти п'ятки опорної ноги, при виконанні з V позиції – носком проти п'ятки опорної ноги. Опорна нога натягнута і виворітна. Корпус підтягнутий і спокійний. Зберігається рівність плечей і стегон.

*Battement tendu* з *demi plié* складається з двох вправ і вивчається після засвоєння *demi plié*. Вихідне положення I або V позиція. Працююча нога виводиться в заданому напрямку, по правилам *battement tendu*, потім повертається у вихідне положення. В завершенні – *demi plié* на обох ногах.



Музичний розмір: 4/4 пізніше 2/4. Характер музичного супроводу – чіткий.

### ***Demi plié.***

Вправа виконується по I, II, III, V позиціях обличчям біля станка. IV позиція, як найбільш важка, вивчається остання.

### **Послідовність вивчення.**

1. Музичний розмір 4/4, 2 такти.

На перший такт – ноги, посилюючи виворітність верхньої частини, повільно згинаються в колінах, направляючи їх в сторони до носків, досягаючи максимального згину в гомілковому суглобі з міцно притиснутими до підлоги п'ятками. Корпус прямий, підтягнутий.

На другий такт – зберігаючи виворітність і силу м'язів, ноги повільно витягуються у вихідне положення, корпус посилює підтягнутість.

2. Музичний розмір 4/4, 1 такт.

На раз і два – ноги досягають максимального згинання у гомілковому суглобі з міцно притиснутими до підлоги п'ятками;





На три і чотири – витягуються у вихідне положення.

Присідання і витягування відбувається рівномірно, без ривків, при чому досягнувши максимальної точки вниз, не можна затримуватись на *plié*. Зупинка повинна бути лише після закінчення вправи, тобто на витягнутих ногах. Положення ступні на підлозі рівне, не допускається “завал” на великі пальці; п’ятки повинні щільно прилягати до підлоги, так як це допомагає розвитку гомілкового суглобу; корпус прямий і підтягнутий, плечі і стегна рівні. Центр ваги корпусу рівномірно розподіляється на обидві ноги, особливо важливо слідкувати за цим на II і IV позиціях.

Музичний розмір 4/4. Характер музичного супроводу плавний, співучий.

### ***Grand plié.***

Вправа вивчається обличчям до станка по I, II, III, V позиціях, і як найбільш важка остання IV.

Музичний розмір 4/4. Характер музичного супроводу плавний, злегований. Спочатку вправу виконують на два такти, пізніше на один такт.

На перший такт – ноги за правилами *demi plié* згинаються в гомілковому суглобі до максимального утримання п’яток на підлозі, потім вони поступово відділяються п’ятками від підлоги: присідання продовжується до самого низу при посиленій виворітності обох ніг, зберігаючи прямий підтягнутий корпус.



На другий такт – не затримуючись, посилюючи виворотність, ноги повільно витягуються, не послаблюючи м’язів; при цьому посилюється підтягнутість корпусу. П’ятки як можна швидше ставляться на підлогу і *grand plié* завершується через *demi plié* у вихідне положення.

В *grand plié* по II і IV позиціях центр ваги корпусу рівномірно розподіляється на обидві ноги. По II позиції п’ятки не відриваються від підлоги. А по інших позиціях важливо щоб вони як можна довше не відривалися від підлоги і як можна швидше опускалися на неї. Увесь час необхідно зберігати максимальну розгорнутість стегон і виворітність стопи.

### ***Battement tendu jeté.***

Вправу вивчають з I, потім V позиції вбік, вперед, назад обличчям до станка.

#### **Послідовність вивчення.**

1. Музичний розмір 2/4, 2 такти.

На раз першого такту – працююча нога з I або V позиції ковзким рухом ступні по підлозі викидається в потрібному напрямку на висоту 25°.

На два – положення зберігається.

На раз другого такту – нога ковзким рухом закривається в вихідну позицію.

На два – положення зберігається.

2. Музичний розмір 2/4, 1 такт.

На раз і – працююча нога викидається в потрібному напрямку.

На два і – закривається у вихідне положення.

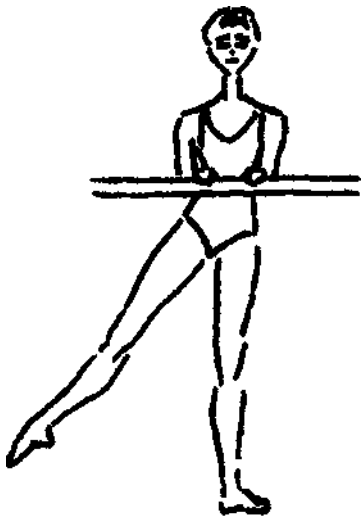
В *battement tendu jeté* працююча нога рухається в момент кидка чітко по прямій, фіксуючи одну і ту ж висоту в повітрі. Обидві ноги весь час зберігають виворітність і натягнутість, особливо в момент кидка. Корпус підтягнутий і спокійний, плечі і стегна рівні.

В *battement tendu jeté piqué* після кидка ноги на 25° іде удар носком працюючої ноги у підлогу, і різкий підйом ноги на ту ж саму висоту. Закривається ковзким рухом в позицію. Працююча нога натягнута і виворітна, опорна нога натягнута, корпус підтягнутий і спокійний.

Музичний розмір 2/4. Характер музичного супроводу чіткий, енергійний.

***Demi rond de jambe par terre en dehors i en dedans.***

Вивчається по I позиції обличчям до станка.



### **Послідовність вивчення.**

1. Музичний розмір 4/4, 2 такти.

На раз і – працююча нога витягується вперед по правилам *battement tendu*.

На два і – носок, ковзаючи по підлозі, описує дугу до II позиції так, щоб п'ятка працюючої ноги знаходилась навпроти п'ятки опорної ноги.

На три і – працююча нога по правилам *battement tendu* закривається в I позицію.

На чотири і – положення зберігається.

На раз і – другого такту – працююча нога витягується на II позицію носком в підлогу по правилам *battement tendu*.

На два і – носок, ковзаючи по підлозі назад, описує дугу так, щоб п'ятка працюючої ноги знаходилась навпроти п'ятки опорної ноги.

На три і – вправа завершується в І позицію по правилам *battement tendu*.

На чотири і – І позиція зберігається.

Ця вправа вивчається і у зворотному напрямку.

Необхідно слідкувати за виворітністю і натягнутістю обох ніг під час виконання вправи. Корпус підтягнутий і спокійний, плечі і стегна рівні.

Музичний розмір 4/4. Характер музичного супроводу плавний, спокійний.

### ***Passé par terre.***

Це ковзкий рух працюючою ногою по підлозі. Спочатку *passé par terre* вивчають як самостійну вправу.

Музичний розмір 4/4, характер музичного супроводу повільний.

Вихідне положення – І позиція обличчям до станка. На два вступних акорди працююча нога по правилам *battement tendu* витягується назад.

На раз і два і – працююча нога ковзким рухом проводиться усією ступнею по підлозі через І позицію і витягується вперед носком в підлогу, п'ятка навпроти п'ятки.

На три і чотири і – вправа виконується у зворотному напрямку.

### ***Rond de jambe par terre en dehors i en dedans.***

Це коловий рух ноги по підлозі назовні і до середини. Перед вивченням вправи пояснюють поняття *en dehors i en dedans*.

В *en dehors* – працююча нога, витягується вперед; малює носком по підлозі півколо, рухаючись через ІІ позицію назад (“назовні”, в напрямку від опорної ноги).

В *en dedans* – працююча нога, витягується назад, малює носком по підлозі півколо, рухаючись через ІІ позицію вперед (“в середину”, в напрямку до опорної ноги).

Спочатку вправу вивчають в повільному темпі, фіксуючи напрямок вперед, вбік, назад. В подальшому – без зупинок, з'єднуючи *rond de jambe par terre*.

## **Послідовність вивчення.**

Музичний розмір 4/4, 1 такт.

Вихідне положення: I позиція, обличчям до станка.

На раз і – працююча нога витягується вперед.

На два і три і – малює носком дугу через II позицію назад.

На чотири і – не затримуючись, нога проводиться ковзким рухом через I позицію (*passé par terre*).

На раз і – наступного такту витягується вперед.

Вправу повторюють необхідну кількість раз завершуючи її в I позицію. Пізніше вправу виконують в зворотному напрямку.

Підтягнутість і спокійність корпусу, рівність плечей і стегон, максимальна виворітність і натягнутість обох ніг в *rond de jambe par terre* полегшують розвиток виворітності і еластичності тазостегнового суглобу.

### ***Battement tendu pour le pied.***

Цей рух являється різновидністю *battement tendu*. Виконується з опусканням п'ятки на підлогу в II позицію. В момент стриманого опускання п'ятки, м'язи залишаються напруженими, ноги натягнуті і виворітні, корпус підтягнутий, центр ваги залишається на опорній нозі. Від підлоги п'ятка відривається сильним рухом, натягуючи підйом.

### ***Положення ноги sur le cou-de-pied.***

Це положення працюючої ноги на гомілці опорної ноги попереду або позаду.

***Sur le cou-de-pied основне попереду:*** стопа працюючої ноги при сильно витягнутому підйомі охоплює гомілку опорної ноги збоку так, щоб п'ятка знаходилась попереду, а сильно витягнуті пальці охоплювали її ззаду. Стегно працюючої ноги сильно виворітне, міцне і підібране.



***pied позаду:*** стопа працюючої ноги доторкується п'яткою до гомілки позаду, залишаючи підйом і пальці сильно витягнутими в повітря. виворітне.

основне

умовне

***Sur le cou-de-pied умовне:*** стопа працюючої ноги розміщується так, що сильно витягнуті пальці доторкуються до опорної ноги спереду, носком на рівні гомілки, над кісточкою. П'ятка спрямована сильно вперед і не доторкується до опорної ноги.

### ***Battement frappé.***

Розпочати вивчення необхідно вбік, потім вперед і назад обличчям до станка. Засвоївши, вправу виконують, тримаючись однією рукою за станок. *Battement frappé* вивчають носком у підлогу, потім на висоту 30°. При вивченні, вправа виконується в повільному темпі, рівномірно. В закінченій формі акцент вправи падає на витягування ноги в потрібному напрямку.

Вправі передуює *preparation*, який виконується на два вступних акорди.

На раз і – рука відкривається в I позицію.

На два і – рука відкривається в II позицію, нога витягується вбік носком у підлогу.

### **Послідовність вивчення.**

1. Музичний розмір 2/4, 2 такти.

На раз і – працююча нога, згинаючись в коліні, підводиться до опорної і стриманим ударом набуває положення *sur le cou-de-pied* попереду (основне). Коліно і стегно виворітні.

На два і – положення зберігається.

На раз і другого такту – працююча нога енергійно відкривається в заданому напрямку.

На два і – положення зберігається.

Вправа виконується рівномірно, без акценту.

## 2. Музичний розмір 2/4, 1 такт.

На раз і – працююча нога стримано ударяє по опорній в положення *sur le cou-de-pied* попереду.

На два і – працююча нога витягується в заданому напрямку.

Вправа виконується рівномірно, без акценту.

## 3. Музичний розмір 2/4.

На затакт – стриманий удар працюючої ноги по опорній в положенні *sur le cou-de-pied*.

На раз – з акцентом витягується в заданому напрямку.

На і два – положення зберігається.

## 4. Музичний розмір 2/4.

На затакт – стриманий удар працюючої ноги по опорній в положенні *sur le cou-de-pied*.

На раз – з акцентом витягується в заданому напрямку.

На і два – вправа повторюється.

При виконанні *battement frappé* вперед фіксується *sur le cou-de-pied* попереду (основне); вбік – положення *sur le cou-de-pied* чергується, а назад – положення *sur le cou-de-pied* позаду.

В *battement frappé* в період удару ноги, корпус залишається спокійним і підтягнутим. Плечі і стегна рівні. Опорна нога сильно натягнута і виворітна. Стегно працюючої ноги знаходиться в розвернутому положенні.

Витягуючи ногу вперед необхідно втримувати стегно у виворітному положенні, не допускаючи його руху вперед, а низ ноги і п'ятка активно подаються вперед. Згинаючи ногу *sur le cou-de-pied*, необхідно швидше відводити стегно в бік верхньою частиною ноги.

При виконанні *battement frappé* на 30° працююча нога повинна попадати в одну точку.

### ***Relevé на півпальці.***

Вивчають обличчям до станка в I, II, V позиціях спочатку з витягнутих ніг, пізніше з *demi plié* на двох ногах і на одній нозі. В період підйому на пів пальці на одній нозі інша знаходиться в положенні *sur le cou-de-pied* попереду або позаду. Вправа виробляє силу ніг, розвиває і зміцнює ахіллове сухожилля.

### **Послідовність вивчення.**

1. Музичний розмір 4/4, 2 такти.

На раз і два і – підйом на півпальці.

На три і чотири і – положення фіксується.

На раз і два і другого такту – опустити п'ятки на підлогу.

На три і чотири і – положення фіксується.

2. Музичний розмір 4/4, 1 такт.

На раз і два і – підйом на пів-

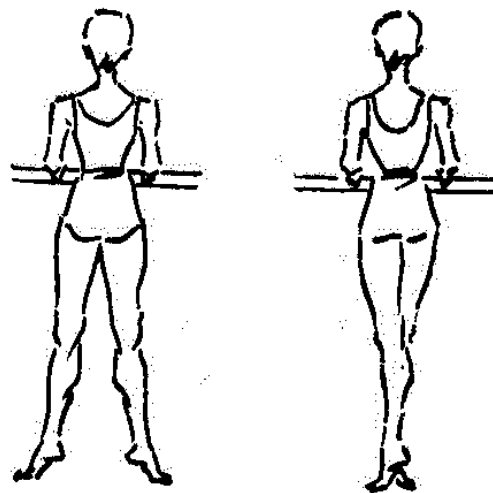
На три і чотири і – опуститись

3. Музичний розмір 2/4, 1 такт.

На раз і – підйом на півпальці.

На два і – опуститись у вихідне

В *relevé* на півпальці по всіх дві ноги рівномірно, опора на зберігати виворітність, натягнутість



пальці.

у вихідне положення.

положення.

позиціях центр ваги корпусу розподіляється на великий палець недопустима. В момент підйому ніг.

*piéd.*

обличчям до станка, пізніше тримаючись однією

*Petit battement sur le cou-de-*

Спочатку виконується

рукою за станок. Вправі передує *preparation*, який виконується на один вступний такт 2/4.

На раз і – рука піднімається в I позицію, одночасно нога з V позиції відводиться вбік, носком в підлогу.

На два і – рука відкривається в II позицію, нога приводиться в положення основного *cou-de-piéd.*

### Послідовність вивчення.

1. Музичний розмір 2/4, 2 такти.

На раз – працююча нога відкривається вбік на половину відстані до II позиції.

На і – положення зберігається.

На два – нога з невеликим акцентом, зберігаючи висоту стегна повертається в положення основного *cou-de-piéd.*

На і – положення фіксується.

На раз другого такту – працююча нога відкривається в напрямку II позиції.

На і – положення зберігається.

На два – нога з невеликим акцентом приводиться в положення *cou-de-pied* позаду.

На і – положення фіксується.

Вправа виконується рівномірно, в повільному темпі.

## 2. Музичний розмір 2/4.

На “затакт” – працююча нога з вихідного положення, відкривається вбік.

На раз – згинається і переноситься на *sur le cou-de-pied* попереду.

На і – нога відкривається вбік.

На два – згинається і переноситься на *sur le cou-de-pied* позаду.

В *petit battement* верхня частина працюючої ноги до коліна виворітна і нерухома, нижня – від коліна до кінця пальців, згинаючись і розгинаючись, акцентує положення *cou-de-pied* попереду і позаду. Підйом і пальці при цьому сильно витягнуті. Корпус підтягнутий, спокійний.

### ***Battement fondu.***

Це важка вправа, що складається з згинання працюючої ноги на умовне *sur le cou-de-pied* попереду і *sur le cou-de-pied* позаду при одночасному *demi plié* на опорній нозі, і відкриванні працюючої ноги в будь-якому напрямку при одночасному випрямленні опорної ноги.

Вивчається спочатку обличчям до станка вбік і назад. *Battement fondu* вперед вивчають тримаючись за станок однією рукою. Спочатку *battement fondu* вивчають носком в підлогу, а в міру засвоєння, відкриваючи ногу на 45°.

### **Послідовність вивчення.**

На початку вивчення *battement fondu*, вправі передують *preparation*.

Музичний розмір 4/4

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду, обличчям до станка.

На вступні акорди: працююча нога відкривається вбік носком у підлогу.

Перший такт:

На раз і два і – працююча нога набуває положення умовного *cou-de-pied*.

На три і чотири і – стримане *demi plié* на опорній нозі.



Другий такт:

На раз і два і – опорна нога витягується.

На три і чотири і – працююча нога відкривається вбік носком в підлогу.

1. Музичний розмір 4/4, 1 такт.

На вступні акорди – працююча нога відкривається вбік носком в підлогу.

На раз і два і – одночасне згинання обох ніг, працююча – в напрямку умовного *cou-de-pied* або *sur le cou-de-pied* позаду. Опорна нога досягає максимального згину голіностопного суглобу в *demi plié*.

На три і чотири і – одночасно з витягуванням опорної ноги працююча нога відкривається у заданому напрямку.

2. Музичний розмір 2/4, 1 такт.

На раз і – згинання ніг.

На два і – витягування ніг.

По засвоєнні *battement fondu* може виконуватись безпосередньо з V позиції. Вивчивши *battement fondu* в повільному темпі носком в підлогу, вивчають з підніманням працюючої ноги на висоту 45°.

Згинання і розгинання ніг виконується плавно, опорна нога витягується одночасно з працюючою, корпус весь час знаходиться в підтягнутому, прямому положенні. Згинаючи ногу в положення *cou-de-pied* попереду з напрямку вперед і вбік, не можна відразу опускати стегно; воно відводиться вбік і тримається на висоті 45° (поки нога згинається в коліні до половини згину), пізніше поступово опускається в положення *cou-de-pied*.

Витягуючи ногу назад, потрібно уважно слідкувати за збереженням виворітнього положення стегна і не опускати коліно.

При згинанні ноги на *sur le cou-de-pied* позаду з напрямку назад з висоти 45° стегно також утримується в виворітньому положенні; низ працюючої ноги активно підводиться до опорної, стегно утримується на висоті 45° при згинанні до половини відстані від опорної, і продовжуючи рух, нога опускається на *sur le cou-de-pied*.

### ***Battement soutenu.***

*Battement soutenu* – безперервний рух. Розвиває еластичність і виворітність ніг.

Музичний розмір 4/4, 1 такт.

На вступний такт – рука відкривається в II позицію.

На “затакт” – працююча нога піднімається на умовне *sur le cou-de-pied*.

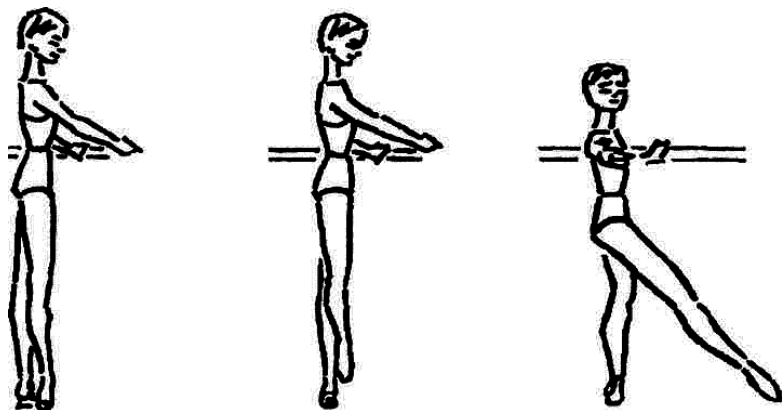
На раз і – посилюючи виворітність, починає витягуватись в потрібному напрямку, одночасно опорна починає виконувати *demi plié*.

На два і – працююча нога, продовжуючи рух, ковзить носком витягнутих пальців по підлозі, опорна нога посилює *demi plié*.

На три і – натягнута і виворітна працююча нога, підтягуючись носком по підлозі, повертається в V позицію; опорна нога витягується.

На чотири – обидві ноги щільно закриваються в V позицію.

Вправа виконується в напрямках: вперед, вбік, назад. Спочатку *battement soutenu* виконується з положенням голови *en face*, пізніше – вперед і назад з поворотом голови до відкритої в II позицію руки.



***Battement soutenu на 45°.***

Музичний розмір 2/4, 1 такт.

На і – працююча нога набуває положення умовного *cou-de-pied*.

На раз – опорна нога виконує *demi plié*, працююча нога витягується на 45° в заданому напрямку.

На і – опорна нога продовжує *demi plié*, працююча опускається і доторкується носком до підлоги.

На два і – не затримуючись працююча нога підтягується, повертаючись в V позицію, опорна нога витягується, і обидві ноги одночасно підтягуються в V позицію на півпальці.

***Temps relevé par terre.***

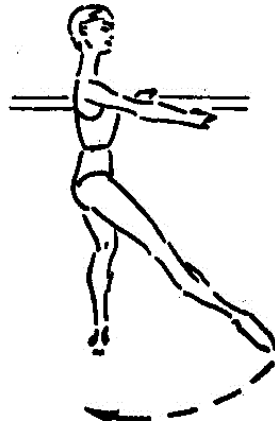
Це вправа, що поєднує піднімання на опорній нозі з півколом, яке описує по підлозі носок працюючої ноги.

***Temps relevé par terre en dehors.***

Музичний розмір 2/4, 2 такти.

Вихідне положення: I позиція ніг, ліва рука на станку, права – у підготовчому положенні; голова – в повороті праворуч.

На раз і – *demi plié* в I позиції.



На два і – працююча нога витягується ковзким рухом вперед на носок, права рука піднімається в I позицію, голова нахилиється до лівого плеча, погляд в долонь правої руки.

На раз і другого такту – працююча нога описує півколо в сторону II позиції, опорна нога витягується, права рука відкривається в II позицію, голова повертається праворуч.

На два і – працююча нога закривається в I позицію, права рука опускається в підготовче положення.

*Temps relevé par terre en dedans* – виконується в такій самій музичній розкладці, з дотриманням відповідних правил виконання.

По мірі опанування рух виконується на один такт, музичний розмір 2/4.

*Temps relevé par terre* застосовується як *preparation* до *rond de jambe par terre*.

### ***Battement double frappé.***

Ця вправа поєднує в собі *petit battement* і подвійний (*double*) удар працюючої ноги *sur le cou-de-pied* спереду – ззаду або ззаду – спереду, після чого нога витягується у заданому напрямку.

1. Музичний розмір 2/4, 2 такти.

На раз – працююча нога з II позиції, згинаючись в коліні, вдаряє по опорній нозі в положенні *cou-de-pied* попереду.

На і два – вона переноситься по правилам *petit battement sur le cou-de-pied* позаду.

На раз другого такту – нога витягується в заданому напрямку.

На і два – положення зберігається.

2.Музичний розмір 2/4, 1 такт.

На раз – згинання ноги, на *cou-de-pied* попереду.

На і – переноситься на *sur le cou-de-pied* позаду.

На два – відкривається в заданому напрямку.

Особливу увагу необхідно звертати на виворітність і нерухомість стегна працюючої ноги, чітко переносити *sur le cou-de-pied*, енергійно витягувати ногу, фіксувати точку і не порушувати характер вправи.

Вправа вивчається спочатку носком в підлогу, пізніше з підйомом на висоту 30°.

### ***Battement relevé lent.***

Це повільне піднімання ноги на 45°, пізніше 90°. Розвиває силу і легкість ноги в танцювальному кроці. Вивчається вбік і назад обличчям до станка. Вперед вивчається тримаючись за станок однією рукою.

Музичний розмір 4/4, характер музичного супроводу повільний.

Перший такт: працююча нога виводиться за правилами *battement tendu* в певному напрямку і піднімається на 45°.

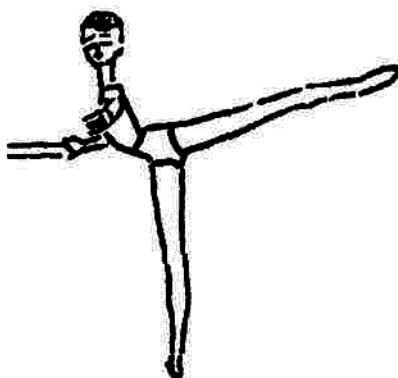
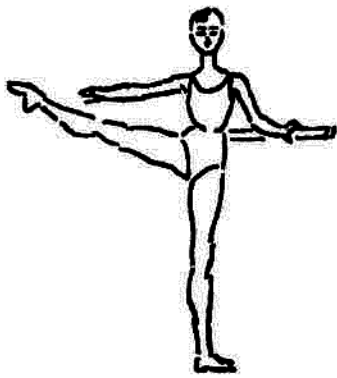
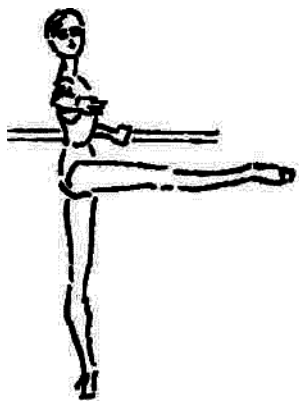
Другий такт:

На раз і два і – нога фіксує висоту.

На три і чотири і – нога опускається і за правилами *battement tendu* повертається у V позицію.

Необхідно слідкувати за натягнутістю і виворітністю ніг. Корпус підтягнутий.

При виконанні *battement relevé lent* на висоту 90° назад, корпус зберігаючи рівність плечей і стегон, злегка нахилиється вперед. Голова спочатку в положенні *en face*, пізніше *battement relevé lent* вперед і назад виконується з поворотом голови в сторону руки відкритої на II позицію.



### ***Grand battement jeté.***

Це великий кидок, виконується з I і V позицій в напрямку вперед, вбік і назад з кидком ноги на 90° і більше.

Спочатку вправа вивчається в повільному темпі, окремо в кожну сторону. Кидок ноги і її повернення відбувається рівномірно. В завершеній формі акцент припадає на повернення працюючої ноги у вихідне положення. Вивчення вправи починається з кидка ноги з I позиції в напрямку вбік і назад обличчям до станка, а вперед – однією рукою за станок.

Вправа виконується енергійним кидком ноги, але перш чим піднятися в повітря, ковзить стопою по підлозі, так як на *battement tendu* і *battement tendu jeté*. Кидок виконується легко, сильно витягнутою ногою, виворітною в тазостегновому суглобі.

При поверненні у вихідне положення нога повинна пройти витягнутим носком по підлозі; вона не падає вниз, а стримано опускається, підкреслюючи повернення в позицію.

### **Послідовність вивчення.**

1. Музичний розмір 4/4, 2 такти.

На раз і – нога з I або V позиції сильним, енергійним рухом кидається на 90° в потрібному напрямку.

На два і – нога стримано опускається на витягнутий носок на підлогу;

На раз і другого такту – повертається у вихідну позицію.

На два і – пауза.

2. Музичний розмір 2/4, 1 такт.

На раз і – нога з I або V позиції кидається на 90° в потрібному напрямку.

На два і – повертається у вихідну позицію.

3. Музичний розмір 2/4.

На затакт – нога з I або V позиції кидається на 90°.

На раз – повертається в вихідну позицію.

При виконанні вправи вперед і вбік корпус залишається прямий, підтягнутий в поясниці, при виконанні назад – трохи нахилений вперед. Під час виконання вправи необхідно слідкувати за тим, щоб не піднімалося опорне плече, стегна і плечі тримаються рівно, коліно опорної ноги сильно витягнуте.

### ***Battement développé.***

Вправа виконується в напрямках: вперед, вбік і назад на 90°. Спочатку вивчається вбік і назад обличчям до станка. *Battement développé* вперед вивчається тримаючись однією рукою за станок. Цей рух є основним компонентом *adagio*.

### Послідовність вивчення.

1. Музичний розмір 4/4, 2 такти.

Перший такт:

На раз і два і – працююча нога з V позиції згинаючись в коліні, підтягується до коліна опорної ноги.

На три і чотири і – витягується на висоту 90° в заданому напрямку.

Другий такт:

На раз і два і – положення фіксується.

На три і – витягнута нога опускається на носок в підлогу.

На чотири і – закривається в V позицію.

2. Музичний розмір 4/4, 1 такт.

На раз і – нога біля коліна.

На два і – відкривається на 90°.

На три і – нога починає опускатись.

На чотири і – закривається в позицію.

Виймаючи ногу з V позиції вперед і вбік, нога ковзить по опорній витягнутим носком; п'ятка подається вперед і не доторкується до опорної ноги; стегно розвернуто максимально.



Витягуючи ногу вперед або вбік необхідно зберігати виворітність стегна, не допускати його руху вперед, активно подавати вперед низ ноги.

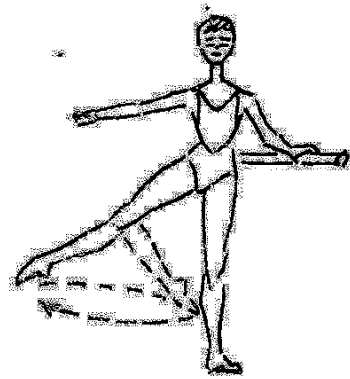
Виймаючи ногу з V позиції назад і вбік, нога ковзить п'яткою по опорній нозі вище коліна; витягнутий носок подається назад, не доторкуючись ним до опорної ноги. Витягуючи ногу назад, підтримувати виворітність стегна, коліно не опускати. При витягуванні ноги назад підтягнутий корпус нахилиється вперед, плечі залишаються рівними, рука не рухається по станку вперед, нога виймається плавно, опускається стримано.

***Rond de jambe en l'air en dehors i en dedans.***

Це колові рухи ноги в повітрі на висоті 45°. Виконується *en dehors i en dedans*.

Вихідне положення: працююча нога відкрита в сторону II позиції на 45°.

Перш ніж приступити до вивчення *rond de jambe en l'air*, рекомендується на протязі деякого періоду робити тільки згинання і витягування ноги, без руху по колу.



***En dehors.***

1. Музичний розмір 4/4, 1 такт.

На раз і два і – працююча нога, зберігаючи виворітність і нерухомість у своїй верхній частині, згинаючись у коліні повторює лінію плеча і спрямовує носком до середини литки опорної ноги.

На три і чотири і – працююча нога, посилюючи виворітність у своїй нижній частині і п'ятці, описує дугу в напрямку вперед і завершує рух з ногою у II позиції на 45°.

***En dedans.***

На раз і два і – працююча нога, зберігаючи нерухомість у своїй верхній частині і посилюючи виворітність у нижній частині і п'ятці, описує дугу в напрямку вперед і спрямовує носок до середини литки опорної ноги.

На три і чотири і – працююча нога витягуючись, повторює лінію плеча і завершує рух з ногою у II позиції на 45°.

2. Музичний розмір 2/4, 1 такт.

На раз і – згинання ноги.

На два і – витягування ноги.

Під час виконання вправи центр ваги корпусу знаходиться на опорній нозі. Верхня частина працюючої ноги виворітня і нерухома, опорна нога максимально натягнута і виворітня. Працююча нога не повинна зупинятись у положенні під литкою опорної ноги.



***Rond de jambe par terre na plié en dehors i en dedans.***

1. Музичний розмір 4/4, 2 такти.

На раз і – *demi plié* в I позиції. Рука з II позиції опускається в підготовче положення.

На два і – працююча нога ковзким рухом витягується вперед, рука піднімається в I позицію, голова злегка нахилиється до протилежного плеча, погляд на кисть руки.

На три і чотири і – нога ковзить по дузі в сторону II позиції, рука відкривається в II позицію, погляд за кистю руки.



На раз і два і другого такту – нога продовжує рух по дузі назад, залишаючи носок навпроти п'ятки опорної ноги, підтягнутий корпус злегка подається вперед.

На три і чотири і – опорна нога закривається в I позицію по правилам *battement tendu*, рука опускається в підготовче положення.

2. Музичний розмір 4/4, 1 такт.

На раз – *demi plié*.

На і – нога витягується вперед.

На два і – ковзить по дузі вбік.

На три і – назад.

На чотири і – I позиція ніг.

В такій же музичній розкладці вправа розучується в напрямку *en dedans*. У цьому випадку правила виконання співпадають з вимогами до *rond de jambe par terre en dedans*.

### ***Plié-relevé з ногою на 45°.***

Ця вправа, як правило, поєднується з рухами, які завершуються з ногою відкритою на 45°. Опорна нога виконує еластичне *demi plié* а пізніше, не послаблюючи м'язи, витягується; працююча нога зберігає висоту 45°.

### ***Temps relevé на 45° en dehors і en dedans.***

Ця вправа виконується як *preparation* до *rond de jambe en l'air*.

### ***Temps relevé на 45° en dehors.***

Музичний розмір 2/4, 1 такт.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

На раз – *demi plié* на опорній нозі, працююча нога набуває положення умовного *cou-de-pied*; права рука піднімається з підготовчого положення в I позицію, голова злегка нахилиється ліворуч.

На і – працююча нога, посилюючи виворітність верхньої частини ноги і п'ятки, злегка виводиться вперед.

На два – працююча нога, продовжуючи рух і витягуючись, відводиться в II позицію на 45°, опорна нога пружно витягується, рука відкривається на II позицію, голова повертається праворуч.

На  $i$  – положення фіксується.

### ***Temps relevé на 45° en dedans.***

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога позаду.

На раз – *demi plié* на опорній нозі, працююча нога набуває положення *cou-de-pied* позаду; права рука піднімається з підготовчого положення в I позицію, голова злегка нахиляється ліворуч.

На і – працююча нога, посилюючи виворітність верхньої частини ноги і п'ятки, злегка виводиться назад.

На два – працююча нога, продовжуючи рух і витягуючись, відводиться в II позицію на 45°, опорна нога пружно витягується, рука відкривається на II позицію, голова повертається праворуч.

На і – положення фіксується.

### ***Pas tombé.***

Назва *tombé* (падаючий) визначає характер руху. Це перехід з однієї ноги на іншу в *demi plié*. *Pas tombé* може виконуватись з відкритого положення ноги на 45°, а також з положення *cou-de-pied* в напрямку вперед, вбік, назад.

Наприклад:

Вихідне положення: права нога відкрита вбік на 45°, опорна нога витягнута.

На раз і – права нога підводиться у V позицію на місце лівої ноги в *demi plié*; одночасно ліва нога набуває положення *cou-de-pied* позаду, або попереду.

### ***Pas coupé.***

Назва *coupé* (ріжучий) визначає його короткий, різкий характер. *Pas coupé* являє собою допоміжний рух і тому завжди виконується разом з іншими рухами у правах біля станка і на середині залу, у стрибках. В любых поєднаннях *pas coupé* виконується на 1/8 долю такту, із завершенням на усю стопу (на I курсі).

Вихідне положення: V позиція, права нога попереду.

На затакт – *demi plié* на правій нозі, ліва набуває положення *cou-de-pied* позаду.

На раз і – ліва нога стає на високі півпальці на місце правої ноги, яка набуває положення умовного *cou-de-pied* або відкривається у заданому напрямку.

### ***Напівоберти в V позиції.***

Напівоберти у V позиції є першим кроком до виконання різноманітних поворотів. Вони виконуються у напрямку до станка і від нього, що визначається їх спрямованістю відносно опорної ноги. Вивчення напівобертів розпочинається біля станка.

### ***Напівоберт у напрямку до станка.***

Музичний розмір 4/4, 1 такт.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду, права рука в II позиції, поворот голови праворуч.

На затакт – *demi plié* в V позиції.

На раз – *relevé* на високі півпальці, голова повертається *en face*.

На два – поворот на 180° в напрямку до станка, ноги в V позиції міняються так, що ліва нога до кінця повороту опиняється попереду. З початком повороту руки з'єднуються в I позиції, в завершенні права рука опускається на станок, ліва відкривається на II позицію. Голова повертається ліворуч.

На три – положення фіксується.

На чотири – *demi plié* в V позиції.

На наступний такт поворот виконується з іншої ноги.

### ***Напівоберт у напрямку від станка.***

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога позаду, права рука в II позиції, поворот голови праворуч.

Виконується в такій самій музичній розкладці, як і напівоберт до станка. Руки в момент повороту на 180° можуть з'єднуватись в I позиції, або зберігати II позицію.

Необхідно слідкувати за тим, щоб поворот корпусу співпадав з поворотом ніг. Чітка координація рук, ніг і голови допомагає правильному виконанню повороту. Після засвоєння напівобертів їх вводять в комбінації біля станка і на середині залу.

## Екзерсис на середині залу.

Вправи на середині залу починають виконувати з першого уроку, вивчаючи позиції рук і позиції ніг. В міру того, як студенти набувають стійкості у вправах біля станка, вони переносяться в тій же послідовності на середину залу. Темп виконання залишається такий самий як і біля станка.

Для збереження підтягнутості і свободи корпусу – важливої умови розвитку стійкості на середині залу, руки відкриваються в II позицію. Поступово в екзерсис на середині залу включають повороти корпусу з положення *en face* в *épaulement* і назад в *en face*, поєднуючи вправи з *port-de-bras* або з позами класичного танцю.

### ***Épaulement.***

Паралельно з освоєнням вправ екзерсису на середині залу вивчається положення корпусу *épaulement*. Це положення тіла, оприділене поворотом плеча. В класичному танці існує два види *épaulement*: *croisé* і *effacé*. Спочатку вивчають положення *croisé* (від фр. схрещений) – V позиція ніг, права нога попереду, корпус спрямовується у точку 8 плану класу, поворот голови праворуч, руки в підготовчому положенні.

Положення *effacé* (від фр. стертий) – V позиція ніг, права нога попереду, корпус спрямовується у точку 2 плану класу, поворот голови ліворуч, руки в підготовчому положенні.

Положення *épaulement* відпрацьовується шляхом його виконання на 4 такти по 4/4.

### ***Port-de-bras.***

Після вивчення позицій рук, поворотів та переводів голови, положення *épaulement* переходять до вивчення *port-de-bras*. Ця вправа спрямована на відпрацювання пластичної виразності рук, розвиває танцювальну координацію.

В класичному танці існує шість *port-de-bras*. На першому році навчання вивчають перші три *port-de-bras*. Перше і третє *port-de-bras* спочатку опановують в положенні *en face*, пізніше – *épaulement croisé*.

### ***Перше port-de-bras.***

Музичний розмір 4/4, 2 такти.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду, руки в підготовчому положенні.

Перший такт.

На раз і два і – руки з підготовчого положення піднімаються в І позицію, голова нахиляється до лівого плеча, погляд – в долоні.

На три і чотири і – руки піднімаються в ІІІ позицію, голова повертається праворуч, погляд – в долонь правої руки.

На раз і два і другого такту – руки розкриваються на ІІ позицію, голова супроводжуючи поглядом рух правої руки, повертається праворуч.

На три і чотири і – руки опускаються в підготовче положення.

### ***Друге port-de-bras.***

Музичний розмір 4/4, 2 такти.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

На вступні два акорди – руки піднімаються в І позицію і розкриваються: права в ІІ позицію, ліва в ІІІ, голова повертається праворуч.

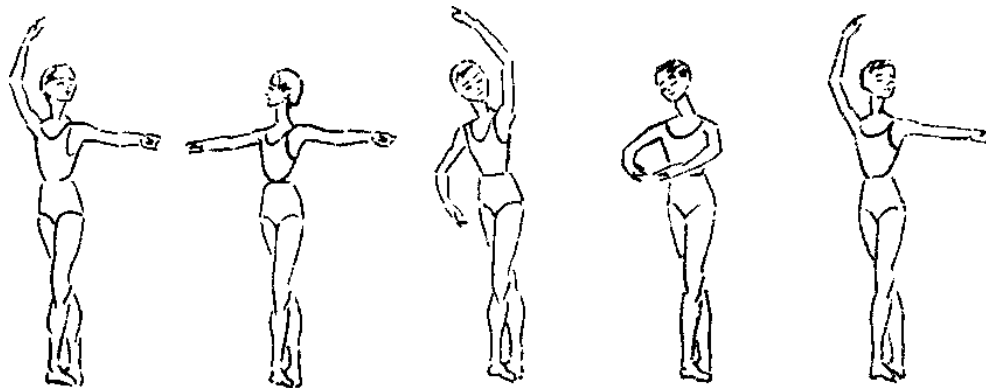
Перший такт.

На раз і два і – ліва рука опускається в ІІ позицію, голова повертається ліворуч супроводжуючи поглядом рух руки.

На три і чотири і – одночасно обидві руки: ліва опускається у підготовче положення, права піднімається в ІІІ позицію, голова супроводжуючи поглядом ліву руку нахиляється і повертається праворуч, погляд під лікоть правої руки.

На раз і два і другого такту – права рука, опускаючись, а ліва піднімаючись, з'єднуються в І позиції, голова нахиляється до лівого плеча, погляд в долоні рук.

На три і чотири і – руки розкриваються у вихідне положення, голова повертається праворуч.



### ***Treпe port-de-bras.***

Музичний розмір 4/4, 2 такти.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

На вступні два акорди – руки піднімаються в I позицію і розкриваються у II позицію, голова повертається праворуч.

Перший такт.

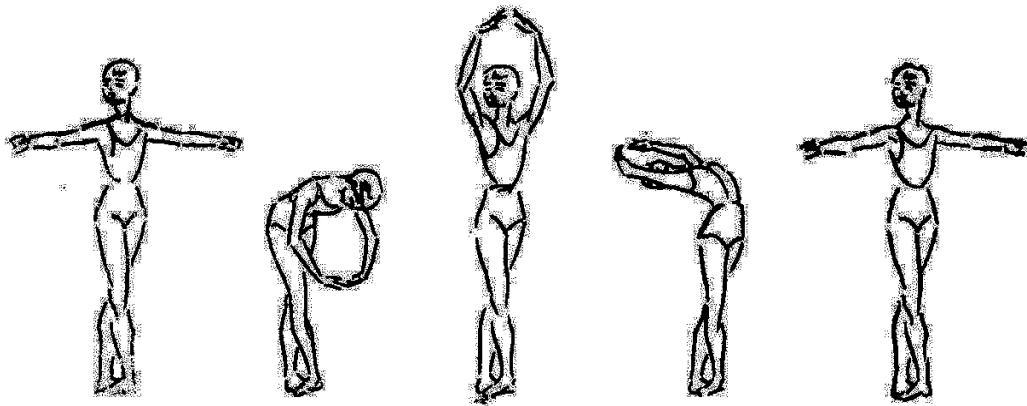
На раз і два і – корпус, посилюючи підтягнутість, поступово нахилиється вниз, не порушуючи натягнутість ніг і стегон; обидві руки з II позиції опускаються в підготовче положення, голова нахилиється разом з корпусом, супроводжуючи поглядом праву руку.

На три і чотири і – корпус поступово повертається у вихідне положення; руки через I позицію піднімаються в III позицію, голова повертається праворуч.

На раз і два і другого такту – корпус нахилиється назад, не порушуючи натягнутість ніг і підтягнутість тазостегнового поясу; руки залишаються в III позиції, голова в повороті праворуч.

На три і чотири і – корпус повертається у вихідне положення; руки розкриваються в II позицію.

В *port-de-bras* руки рухаються вільно і самостійно, при підтягнутому корпусі і розкритих, опущених плечах.



### **Пози класичного танцю.**

На першому році навчання пози *croisée*, *effacée* і *écartée* вперед і назад вивчають носком в підлогу.

### ***Поза croisée вперед.***

Музичний розмір 4/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement croisé*, права нога попереду, підготовче положення рук.

Перший такт.

На раз і – підняти руки в I позицію, голову нахилити до лівого плеча, погляд на кисті рук.

На два і – праву ногу відкрити вперед носком в підлогу; ліву руку підняти в III позицію, праву руку відкрити в II позицію, голову повернути праворуч, погляд за кистю правої руки.

На три і чотири і – поза фіксується.

На раз і два і другого такту – поза фіксується.

На три і – ліва рука опускається в II позицію.

На чотири і – руки опускаються в підготовче положення, права нога закривається в V позицію, голова повертається у вихідне положення.

### ***Поза croisée назад.***

Музичний розмір 4/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement croisé*, права нога попереду, підготовче положення рук.

Перший такт.

На раз і – підняти руки в I позицію, голову нахилити до лівого плеча, погляд на кисті рук.

На два і – ліва нога виводиться назад на витягнутий носок; ліва рука піднімається в III позицію, права рука відкривається в II позицію, голова повертається праворуч, центр ваги прямого і підтягнутого корпусу на опорній нозі.

На три і чотири і – поза фіксується.

На раз і два і другого такту – поза фіксується.

На три і – ліва рука опускається в II позицію.

На чотири і – руки опускаються в підготовче положення, ліва нога закривається в V позицію, голова повертається у вихідне положення.

### ***Поза effacée вперед.***

Музичний розмір 4/4, 2 такти.



Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement effacé*, права нога попереду, руки в підготовчому положенні, голова повернута ліворуч.

Перший такт.

На раз і – руки підняти в I позицію, голову нахилити до правого плеча, погляд на кисті рук.

На два і – праву ногу відкрити вперед носком в підлогу; ліву руку підняти в III позицію, праву руку розкрити у II позицію, голову повернути ліворуч. Підтягнутий корпус злегка відхилити назад.

На три і чотири і – поза фіксується.

На раз і два і другого такту – поза фіксується.

На три і – ліва рука відкривається в II позицію.

На чотири і – руки опускаються у підготовче положення, права нога закривається у V позицію, голова повертається у вихідне положення.

### ***Поза effacée назад.***

Музичний розмір 4/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement effacé*, права нога попереду, руки в підготовчому положенні, голова повернута ліворуч.

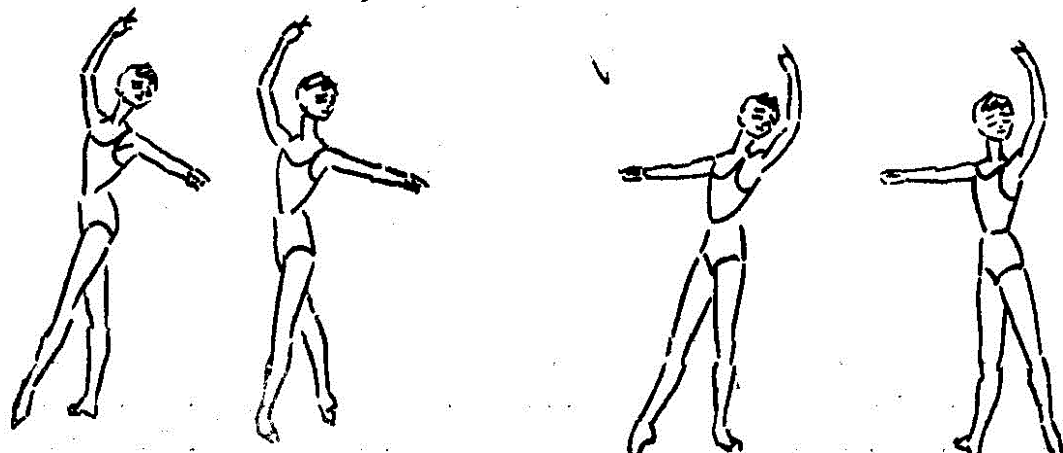
Перший такт.

На раз і – руки підняти в I позицію, голову нахилити до правого плеча, погляд на кисті рук.

На два і – ліву ногу відкрити назад на носок, ліву руку підняти в III позицію, праву руку відкрити у II позицію, голову повернути ліворуч. Корпус, посилюючи підтягнутість, зберігаючи рівність стегон і плечей подається вперед, надаючи усій фігурі лінію польоту.

На три і чотири і – поза фіксується.

На раз і два і другого такту – поза фіксується.



На три і – ліва рука відкривається в II позицію.

На чотири і – руки опускаються у підготовче положення, ліва нога закривається у V позицію, голова повертається у вихідне положення.

*croisée вперед*

*croisée назад*

*effacée вперед*

*effacée назад*

### ***Поза ecartée вперед.***

Музичний розмір 4/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement effacé*, ліва нога попереду.

Перший такт.

На раз і – руки підняти в I позицію, голову злегка нахилити до лівого плеча, погляд спрямувати на кисті рук.

На два і – праву ногу відкрити вбік, в напрямку точки 2 плану класу; праву руку підняти в III позицію, ліву руку відкрити у II позицію; голову при піднятті і повернути праворуч, погляд спрямувати вище ліктя правої руки. Корпус підтягнутий і злегка відхилений ліворуч, надаючи позі горду поставу.

На три і чотири і – поза фіксується.

На раз і два і другого такту – поза фіксується.

На три і – праву руку відкрити у II позицію, поглядом супроводити рух руки, корпус вирівнюється.

На чотири і – руки опустити у підготовче положення, праву ногу повернути у V позицію позаду, голову повернути у вихідне положення.

### ***Поза ecartée назад.***

Музичний розмір 4/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement effacé*, ліва нога попереду.

Перший такт.

На раз і – руки підняти в I позицію, голову злегка нахилити до лівого плеча, погляд спрямувати на кисті рук.

На два і – ліву ногу відкрити вбік, в напрямку точки 6 плану класу; ліву руку підняти в ІІІ позицію, праву руку відкрити у ІІ позицію, голову повернути праворуч, погляд спрямувати через праве плече вниз. Корпус посилюючи підтягнутість, зберігаючи рівність стегон і розкритих, опущених плечей, злегка нахилити праворуч.

На три і чотири і – поза фіксується.

На раз і два і другого такту – поза фіксується.

На три і – ліву руку відкрити в ІІ позицію, поглядом супроводити рух руки, корпус вирівнюється.

На чотири і – руки опустити у підготовче положення, ліву ногу повернути у V позицію попереду, голову повернути у вихідне положення.

При виконанні поз *ecartée* необхідно щоб тазостегновий пояс і плечі знаходились на одній лінії з ногами.

### ***Arabesques.***

Це візерунковий орнамент, що з'явився як відображення арабського стилю. Як термін класичного танцю *arabesque* відноситься до певних поз. Існують чотири *arabesques*. Спочатку *arabesques* вивчаються носком в підлогу, пізніше на 45°, 90°.

### ***I arabesque.***

Музичний розмір 4/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, ліва нога попереду, поворот корпусу і ніг в напрямку точки 7 плану класу; руки в підготовчому положенні, поворот голови праворуч.

На раз і два і – руки піднімаються в І позицію, голова нахилиється до лівого плеча, погляд на кисті рук.

На три і – права рука відкривається у ІІ позицію, ліва рука залишається в І позиції, права нога витягується назад носком в підлогу.

На чотири і – кисті рук повертаються долонями вниз, лінії рук злегка пом'якшуються в ліктях, голова прямо, погляд вперед продовжуючи лінію лівої руки.

На раз і два і другого такту – поза фіксується.

На три і чотири і – руки опускаються в підготовче положення, нога повертається в V позицію.

### ***II arabesque.***

Виконується в тій самій музичній розкладці, що і I *arabesque*, тільки в II позицію відкривається ліва рука, а голова повертається праворуч.

### ***III arabesque.***

Музичний розмір 4/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement croisé*, права нога попереду.

На раз і два і – руки піднімаються в I позицію, голова нахиляється до лівого плеча, погляд спрямовується в долоні.

На три і чотири і – права рука розкривається в II позицію, ліва залишається в I позиції, ліва нога витягується назад на носок; кисті рук повертаються долонями вниз, руки пом'якшені в ліктях, погляд спрямовується вперед, впродовж витягнутої лівої руки.

На раз і два і другого такту – поза фіксується.

На три і чотири і – руки опускаються в підготовче положення, нога повертається в V позицію.

В *arabesque* корпус підтягнутий, плечі зберігаючи рівність, розкриті і опущені. Руки знаходяться на одному рівні: рука відкрита на II позицію, продовжує лінію плеча, рука направлена вперед, витримує пряму лінію.

### ***Temps lié par terre.***

Це ціла серія взємопов'язаних рухів на середині залу. *Temps lié* має велике значення для розвитку координації рук, голови, корпусу. Завжди виконується плавно.

### ***Temps lié вперед.***

Музичний розмір 4/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement croisé*, права нога попереду, голова повернута праворуч.

Перший такт.

На раз і – *demi plié* в V позиції.

На два і – права нога виводиться вперед, носком в підлогу, руки піднімаються в I позицію; голова злегка нахиляється до лівого плеча, погляд на кисті рук.

На три і – перейти вперед на праву ногу, переносячи на неї вагу тіла в позу *croisée* назад; руки розкриваються: права у II позицію, ліва у III позицію; голова повертається праворуч.

На чотири і – ліва нога закривається в V позицію, зберігаючи положення пози *croisée*.

На раз і другого такту – *demi plié* в V позиції з поворотом корпусу *en face*; ліва рука з III позиції опускається в I позицію, права залишається у II позиції; голова, супроводжуючи рух лівої руки, набуває положення *en face*, погляд – в долоню лівої руки.

На два і – права нога, ковзким рухом витягується вбік, носком в підлогу, ліва рука розкривається на II позицію, голова повертається ліворуч.

На три і – перехід на праву ногу, ліва нога витягується носком в підлогу, положення рук і поворот голови зберігається.

На чотири і – ліва нога закривається в V позицію вперед *épaulement croisé*, руки опускаються в підготовче положення, голова повертається ліворуч.

В подальшому ця комбінація повторюється, з лівої ноги вперед.

### ***Temps lié назад.***

Музичний розмір 4/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement croisé*, ліва нога попереду, голова повернута ліворуч.

Перший такт.

На раз і – *demi plié* в V позиції.

На два і – права нога виводиться назад, носком в підлогу; руки піднімаються в I позицію, голова злегка нахилиється до правого плеча, погляд на кисті рук.

На три і – перейти назад на праву ногу переносючи на неї вагу тіла в позу *croisée* вперед; руки розкриваються: ліва у II позицію, права у III позицію, голова повертається ліворуч.

На чотири і – ліва нога закривається в V позицію, зберігаючи положення пози *croisée*.

На раз і другого такту – *demi plié* в V позиції з поворотом корпусу *en face*; права рука з III позиції опускається в I позицію, ліва залишається у II позиції; голова, супроводжуючи рух правої руки, набуває положення *en face*, погляд – в долоню правої руки.

На два і – права нога, ковзким рухом витягується вбік, носком в підлогу, права рука розкривається на II позицію, голова повертається праворуч.

На три і – перехід на праву ногу, ліва нога витягується носком в підлогу, положення рук і поворот голови зберігається.

На чотири і – ліва нога закривається в V позицію назад *épaulement croisé*, руки опускаються в підготовче положення, голова повертається праворуч.

### ***Pas-de-bourrée* (з переминою ніг).**

Усі *pas-de-bourrée* є різними видами танцювального кроку, які застосовуються в екзерсисі, в адажіо і стрибках, як зв'язуючі і допоміжні *pas* для пересування в будь-якому напрямку. Вивчення *pas-de-bourrée* починається біля станка, пізніше продовжується на середині залу. Його виконують чітко.

### ***Pas-de-bourrée en dehors.***

Музичний розмір 2/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду, обличчям до станка.

На затакт – *demi plié* на правій нозі, ліва *sur le cou-de-pied* позаду.

На раз і – стати на високі півпальці лівої ноги, праву ногу підняти на умовне *cou-de-pied*.

На два і – переступити на високі півпальці правої ноги приблизно на половину відстані II позиції, ліва нога піднімається на умовне *cou-de-pied*.

На раз і другого такту – зійти на ліву ногу на *demi plié*, праву ногу підняти на *cou-de-pied* позаду.

На два і – пауза.

### ***Pas-de-bourrée en dedans.***

Музичний розмір 2/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

На затакт – *demi plié* на лівій нозі, праву підняти на умовне *cou-de-pied*.

На раз і – стати на високі півпальці правої ноги, ліву підняти на *cou-de-pied* позаду.

На два і – переступити на ліву ногу на високі півпальці, права на *cou-de-pied* позаду.

На раз і другого такту – опуститись на праву ногу *demi plié*, ліву підняти на умовне *cou-de-pied*.

На два і – пауза.

На середині залу вправу вивчають спочатку в положенні *en face* розкривши руки на II позицію, пізніше в *épaulement*.

на



*Pas-de-bourrée en dehors* на середині залу.

## *Allegro* (стрибки).

Стрибки – один з головних і найскладніших розділів уроку класичного танцю. Вони вивчаються після того, як вже вироблені сила, еластичність і виворітність ніг, а також правильна постава корпусу.

За характером виконання стрибки поділяються на чотири види: з двох ніг на дві, з двох ніг на одну, з однієї ноги на дві, з однієї ноги на іншу.

Усі стрибки починаються і завершуються *demi plié*. Під час вивчення стрибків необхідно звертати особливу увагу на розвиток балону: уміння затримуватись в повітрі в певній позі.

Стрибки виконуються з великою віддачею ступні і особливо п'яток, тому не можна відокремлювати п'ятки від підлоги під час виконання *demi plié*. В момент стрибка коліна, підйом і пальці ніг максимально напружені і витягнуті, корпус підтягнутий, плечі опущені.

Після стрибка повернення на підлогу повинно бути м'яким. Спочатку опускаються пальці, а потім нога переходить на усю ступню в *demi plié*, п'ятки щільно притискаються до підлоги.

Необхідно ретельно відпрацювати чіткість силового посилення як вгору, так і в напрямку просування. Під час виконання руху корпус підтягнутий, плечі опущені.

### *Temps levé sauté.*

Це стрибок з двох ніг на дві без зміни положення.

### Послідовність вивчення.

1. Музичний розмір 2/4, 2 такти.

Вихідне положення: I позиція ніг, *en face*, руки в підготовчому положенні.

На раз і два – *demi plié*.

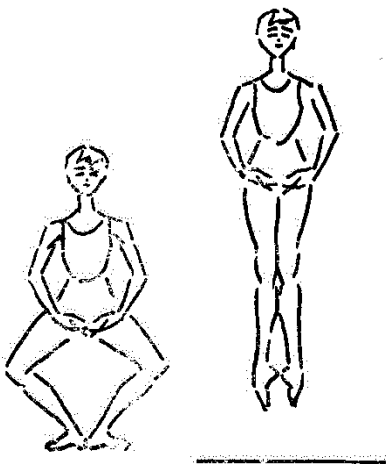
На і – стрибок вгору, ноги фіксують I позицію.

На раз і другого такту – прихід в *demi plié*.

На два і – витягнути коліна.

2. Музичний розмір 2/4, 2 такти.

На раз – *demi plié*.





На і – стрибок.  
На два – *demi plié*.

На і – другий стрибок.

На раз і другого такту – стрибок завершується в *demi plié*.

На два і – витягнути коліна. В такій музичній розкладці *temps levé sauté* виконується по I, II і V позиції.

В подальшому *temps levé sauté* виконується із-за такту по чотири рази в усіх позиціях підряд, з їх зміною під час останнього стрибка.

### ***Changement de pieds.***

Це стрибок з двох ніг на дві по V позиції зі зміною ніг.

### **Послідовність вивчення.**

1. Музичний розмір 2/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, *en face*, підготовче положення рук;

На раз – *demi plié*.

На і – стрибок вгору, ноги фіксують V позицію.

На два і – прихід в *demi plié*, ноги переводяться в V позицію: нога, яка знаходилась позаду іде вперед, та що попереду – назад.

На раз і другого такту – витягнути коліна.

На два і – пауза.

2. Музичний розмір 2/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, *en face*, підготовче положення рук;

На раз – *demi plié*.

На і – стрибок вгору, ноги фіксують V позицію.

На два – прихід в *demi plié*, ноги переводяться в V позицію: нога, яка знаходилась позаду іде вперед, та що попереду – назад.

На і – стрибок вгору.

На раз і другого такту – прихід в *demi plié* з переміною ніг в V позицію.

На два і – витягнути коліна.

В подальшому *changement de pieds* виконується із-за такту по 8-16 разів підряд.

### ***Pas échappé.***

Стрибок з “просвітом”, складається з двох стрибків, що виконуються з двох ніг на дві, з V позиції в II позицію і з II позиції в V позицію. Його можна виконувати з переміною ніг і без переміни.

#### **Послідовність вивчення.**

1. Музичний розмір 2/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, *en face*, права нога попереду.

На раз – *demi plié* в V позиції.

На і – ноги сильно відштовхуються від підлоги, фіксуючи в повітрі V позицію.

На два – стрибок завершується в *demi plié* на II позицію.

На і – стрибок з фіксацією II позиції в повітрі.

На раз другого такту – стрибок завершується *demi plié* в V позицію.

На і два і – ноги витягуються.

2. Музичний розмір 2/4, 2 такти.

На затакт 1/8 – *demi plié*.

На другу 1/8 – стрибок на II позицію.

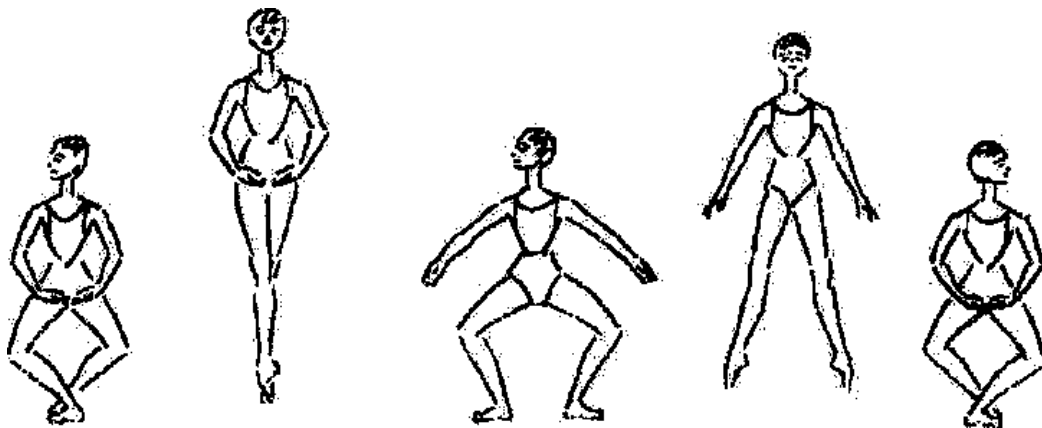
На раз – *demi plié* в II позиції.

На і – стрибок з II позиції.

На два – *demi plié* в V позиції.

На раз і другого такту – коліна витягуються.

На два і – затакт для початку наступного стрибка.



*Pas échappé* доповнюється рухами рук: в момент стрибка з V позиції руки піднімаються у підвищене підготовче положення, а з приземленням у II позицію відкриваються у занижену II позицію. Погляд спрямований в долонь правої або лівої руки. В момент стрибка з II позиції кисті повертаються долонями вниз і в момент приземлення в V позицію руки повертаються у підготовче положення.

### ***Pas assemblé.***

Це збираючий стрибок. Його вивчають після того, як засвоєно положення витягнутих ніг в повітрі. Стрибок з двох ніг на дві, з V позиції в V позицію, з відкриттям ноги на 45°. Особливість і основа стрибка – збирання ніг в V позиції в повітрі. Спочатку вивчається з відкриттям ноги в сторону, починаючи рух ногою, що знаходиться в V позиції позаду. В зворотному напрямку виконують з V позиції, починаючи рух ногою, що знаходиться попереду.

### **Послідовність вивчення.**

1. Музичний розмір 2/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога позаду, *en face*.

На раз і – *demi plié* в V позиції.

На два – права нога ковзним рухом відкривається вбік носком в підлогу.

На і – стрибок вгору, під час якого ноги збираються в повітрі в V позиції, коліна, підйом, пальці витягнуті, права нога попереду.

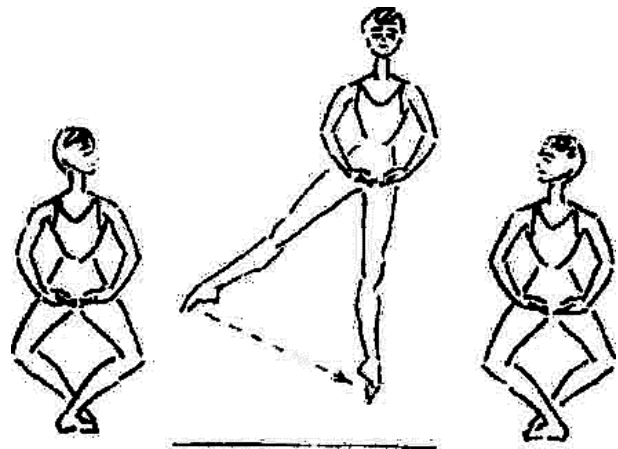
На раз і другого такту – прихід в *demi plié*.

На два і – коліна витягуються.

2. Музичний розмір 2/4, 2 такти.

На раз – *demi plié*.

На і два і – стрибок з приходом в V позицію в *demi plié*.



На і раз другого такту – другий стрибок з іншої ноги.

На і два – коліна витягуються.

При виконанні *assemblé* з переведенням ноги з V позиції позаду в V позицію попереду, голова в момент стрибка знаходиться *en face*, а при завершенні стрибка повертається в сторону ноги, що знаходиться попереду, а при виконанні *assemblé* з переведенням ноги з V позиції попереду в V позицію позаду, голова повертається від опорної ноги.

### ***Sissonne simple.***

Стрибок з двох ніг на одну.

### **Послідовність вивчення.**

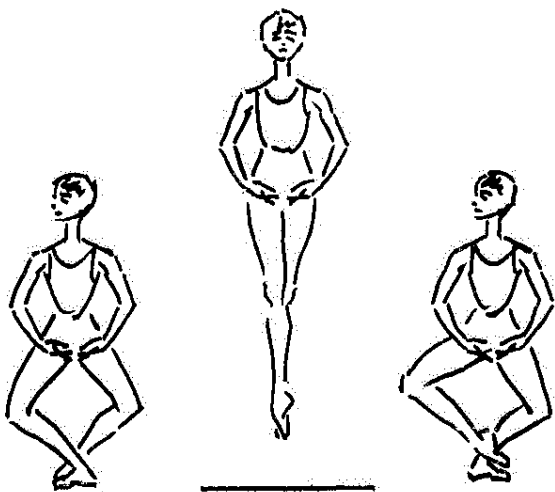
1. Музичний розмір 2/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду, *en face*.

На раз – *demi plié* в V позиції.

На і – стрибок в V позиції, ноги максимально натягнуті.

На два і – *demi plié* на ліву ногу, права – в положенні умовного *cou-de-pied* попереду.



На два – коліна витягуються.

На раз і другого такту – ліва нога витягується, права відкривається вбік носком в підлогу.

На два – права нога закривається в V позицію назад.

В такій музичній розкладці *sissonne simple* виконується з лівої ноги в зворотному напрямку із завершенням його в *cou-de-pied* позаду.

2. Музичний розмір 2/4, 2 такти.

На раз – *demi plié* в V позиції.

На два – стрибок і прихід на одну ногу;

На раз другого такту – нога, що знаходиться на *cou-de-pied* попереду опускається в *demi plié* в V позицію і виконується *assemblé* вбік з завершенням у V позицію позаду.

По мірі опанування *sissonne simple* розпочинається із-затакту.

*Demi plié* перед стрибком повинне бути з напруженими м'язами ніг, коліна виворітні і направлені в сторону носків, корпус прямий, з підтягнутою спиною і зібраними сідницями.

Під час виконання *sissonne simple* голова переводиться *en face*, на завершення руху в V позицію вона переводиться в бік ноги, що стоїть попереду.

### ***Pas glissade.***

Це стрибок з двох ніг на дві. Може виконуватись як самостійний, так і допоміжний рух, що передує маленьким і великим стрибкам.

*Glissade* відноситься до партерних стрибків без відриву від підлоги, вбік виконується в сторону ноги, що знаходиться позаду або попереду з переминою і без перемини ніг. Вивчивши *glissade* вбік його вивчають вперед і назад *en face*, потім в маленькі пози *croisée* і *effacée*.

## Послідовність вивчення.

### ***Pas glissade* вбік.**

Музичний розмір 4/4, 1 такт.

Вихідне положення: V позиція ніг, *en face*, права нога попереду.

На раз і – *demi plié*.

На два – права нога витягується ковзким рухом в сторону II позиції.

На і – ліва нога в короткому стрибку вверх сильно витягується в коліні, підйомі і півпальцях: в повітрі виникає II позиція ніг.

На три і – передаючи вагу тіла на праву ногу у точці її витягнутого носка ліва нога підтягується ковзким рухом у V позицію позаду або попереду в *demi plié*.

На чотири і – ноги витягуються.

При виконанні *glissade* необхідно слідкувати за роботою ноги, яка завершує рух. В момент стрибка повинні бути до кінця витягнуті підйом, коліно і пальці. Закінчується *glissade* у V позицію в *demi plié* одночасно на обидві ноги. Під час виконання стрибка руки зберігають підготовче положення. Голова повертається вбік ноги, що перебуває у V позиції попереду.

### ***Pas jeté*.**

Це стрибок з однієї ноги на іншу. Під час стрибка одна нога різко відкривається в сторону (*jeté*) інша витягується в повітрі. Центр ваги корпусу переноситься з однієї ноги на іншу.

## Послідовність вивчення.

1. Музичний розмір 2/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога позаду, *en face*.

На раз – *demi plié* в V позиції.

На і – права нога ковзким рухом усієї стопи по підлозі відкривається в сторону II позиції на 45°, ліва нога виконує стрибок з сильно витягнутим коліном, підйомом і пальцями.

На два і – стрибок завершується в *demi plié* на праву ногу, на місце лівої, яка згинається в положення *cou-de-pied* позаду.

На раз і другого такту – ліва нога опускається в V позицію, *demi plié* поглиблюється.

На два – коліна витягуються.

2. Музичний розмір 2/4, 2 такти.

На раз – *demi plié*.

На і два – *jeté* вбік.

На і раз другого такту – *jeté* вбік іншої ноги.

На два – коліна витягуються.

В *pas jeté* кидок працюючої ноги вбік з положення *cou-de-pied* відбувається через прохідну V позицію. Нога ковзить в сторону чітко по прямій. Стрибок виконується без просування з боку в бік, вперед і назад. Ноги в момент стрибка, а особливо в момент його завершення, виворітні. Корпус спокійний і підтягнутий.

На початку вивчення стрибка руки необхідно тримати в підготовчому положенні. Пізніше одночасно з кидком працюючої ноги, руки з підготовчого положення вільно відкриваються на II позицію долонями вниз, при поверненні на підлогу після стрибка одна рука переводиться в I позицію, інша залишається на II позиції.

*Pas jeté* виконується в зворотному напрямку: вбік викидається нога, що знаходиться попереду. В момент стрибка голова зберігає положення *en face*. При закриті ноги у V позицію попереду, голова повертається у бік працюючої ноги, а у V позицію позаду – у бік опорної ноги.

### ***Pas balancé.***

Розгойдуючий рух; розвиває свободу координації усього тіла.

Музичний розмір 3/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, *en face*, права нога попереду, руки в підготовчому положенні.

Затакт 3/8 – *demi plié* у V позиції, ліва нога відкривається у бік II позиції, права витягується; руки відкриваються у II позицію, голова повертається ліворуч.

На раз – ліва нога переходить в *demi plié*, права підводиться в положення *cou-de-pied* позаду; корпус злегка нахилиється ліворуч, права рука закривається в I позицію, ліва зберігає II позицію, голова – в повороті ліворуч.

На два – права нога підміняє ліву у V позиції на високих півпальцях, ліва приймає положення умовного *cou-de-pied*, корпус, руки, голова зберігають попереднє положення.

На три – *demi plié* на лівій нозі, права одразу через *cou-de-pied* позаду відкривається вбік, ліва нога витягується; права рука відкривається в II позицію, голова повертається праворуч.

На наступний такт рух виконується з правої ноги.

## Приклад уроку першого року навчання. Екзерсис біля станка.

### ***Plié.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: I позиція ніг.

1-й такт: одне *demi plié* по I позиції;

2-3-й такти: два *grands pliés* на 4/4 кожне;

4-й такт: на 2/4 – *relevé* на півпальці; на 1/4 – опуститись на усю стопу; на 1/4 – прийомом *battement tendu* перехід у II позицію;

5-й такт: одне *demi plié* по II позиції;

6-7-й такти: два *grand pliés* на 4/4 кожне;

8-й такт: на 2/4 – *relevé* на півпальці; на 1/4 – опуститись на усю стопу; на 1/4 – *demi rond de jambe par terre en dedans* перехід у IV позицію;

9-й такт: одне *demi plié* по IV позиції;

10-11-й такти: два *grands pliés* на 4/4 кожне;

12-й такт: на 2/4 – *relevé* на півпальці; на 1/4 – опуститись на усю стопу; на 1/4 – прийомом *battement tendu* перехід у V позицію;

13-й такт: одне *demi plié* по V позиції;

14-15-й такти: два *grands pliés* на 4/4 кожне;

16-й такт: на 2/4 – *relevé* на півпальці; на 1/4 – опуститись на усю стопу; на 1/4 – пауза;

17-18-й такти: третє *port-de-bras*, ноги в V позиції;

19-20-й такти: третє *port-de-bras*, ноги по V позиції на півпальцях;

### ***Battement tendu.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

1-2-й такти: два *battements tendus* вперед на 2/4 кожний;



3-4-й такти: чотири *battements tendus* вперед на 1/4 кожний, завершуючи останній в *demi plié*;

В такій послідовності вправа виконується в усіх напрямках.

В завершенні комбінації виконуються напівоберти у V позиції до станка на 180°:

1 -й такт: на 1/4 – *demi plié* в V позиції; на 1/4 – *relevé* на високі півпальці в V позиції;

2-й такт: на 1/4 – поворот на 180° до станка; на 1/4 – положення фіксується.

3-4-й такти: поворот на 180° з лівої ноги;

5-6-й такти: поворот на 180° з правої ноги;

7-й такт: опуститись з півпальців на усю стопу;

8-й такт: положення фіксується.

### ***Battement tendu jeté.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

1-2-й такти: два *battements tendus jetés* вперед на 2/4 кожний;

3-й такт: два *battements tendus jetés* вперед на 1/4 кожний,

4-й такт: одне *double jeté piqué* вперед;

В такій послідовності вправа виконується в усіх напрямках.

В завершенні комбінації виконуються напівоберти V позиції в напрямку від станка на 180°:

1-й такт: на 1/4 – *demi plié* в V позиції (права нога позаду); 1/4 – *relevé* на високі півпальці в V позиції;

2-й такт: на 1/4 – поворот на 180° від станка; на 1/4 – положення фіксується.

3-4-й такти: поворот на 180° з лівої ноги;

5-6-й такти: поворот на 180° з правої ноги;

7-й такт: опуститись з півпальців на усю стопу;

8-й такт: одне *battement tendu* лівою ногою вбік, завершуючи в V позиції (ліва нога попереду).

### ***Rond de jambe par terre.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: I позиція ніг.

1-й такт: два *temps relevé par terre en dehors*, на 2/4 кожне;

2-3-й такти: вісім *ronds de jambe par terre en dehors* по 1/4; завершити: права нога витягнута попереду на носок.

4-й такт: *battement relevé lent* на  $90^\circ$  вперед;  
5-8-й такти: комбінація повторюється *en dedans*;  
9-10-й такти: *rond de jambe par terre en dehors* на *demi plié*;  
11-й такт: розтяжка назад;  
12-й такт: *port-de-bras* назад з правою ногою відкритою на носок позаду;  
13-14-й такти: *rond de jambe par terre en dedans* на *demi plié*;  
15-й такт: розтяжка вперед;  
16-й такт: *port-de-bras* назад з правою ногою відкритою вперед на носок.

### ***Battement fondu.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

На вступні акорди: відкрити праву ногу вбік на  $45^\circ$ .

1-й такт: два *battement fondu* вперед на 2/4 кожне;  
2-й такт: на 2/4 – *battement fondu* вперед, на 2/4 – *demi rond* на  $45^\circ$  вбік;  
3-й такт: два *battement fondu* вбік на 2/4 кожне;  
4-й такт: *plié-relevé* з відкритою правою ногою вбік на  $45^\circ$ ;  
5-8-й такти: повторити 1-4-й такти у зворотному напрямку.

### ***Battement frappé.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

На вступні акорди відкрити праву ногу вбік на  $30^\circ$ .

1-й такт: *battement double frappé* вперед;  
2-й такт: два *battements frappés* вперед;  
3-й такт: *battement double frappé* вбік;  
4-й такт: два *battements frappés* вбік;  
5-й такт: *battement double frappé* назад;  
6-й такт: два *battements frappés* назад;

7-й такт: *battement double frappé* вбік;

8-й такт: два *battements frappés* вбік;

9-16-й такти: повторити 1-8-й такти у зворотному напрямку.

### ***Rond de jambe en l'air.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

1-2-й такти: *temps relevé en dehors* на 45°, закрити праву ногу в V позицію;

3-4-й такти: *temps relevé en dehors* на 45°, залишити праву ногу витягнутою вбік на 45°;

5-7-й такти: шість *rond de jambe en l'air en dehors* на 1/4 кожне;

8-й такт: закрити ногу в V позицію позаду;

9-16-й такти: повторити 1-8-й такти у напрямку *en dedans*;

17-й такт: довернутись у положення *effacée*;

18-й такт: велика поза *effacée* вперед носком в підлогу;

19-22-й такти: підняти праву ногу на 90° вперед, залишаючись у великій позі *effacée*;

23-й такт: опустити праву ногу на носок;

24-й такт: закрити праву ногу в V позицію попереду з одночасним доворотом *en face*. Виконуючи вправу з лівої ноги, закрити працюючу ногу в V позицію позаду і виконати велику позу *effacée* назад.

### ***Petit battement.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога позаду.

На вступ: відкрити праву ногу вбік на 45°;

1-4-й такти: вісім *petits battements* з акцентом вперед, завершити відкриттям ноги вбік на 45°;

5-й такт: *tombé coupé* вперед;

6-й такт: *tombé coupé* назад;

7-й такт: *tombé coupé* вперед;

8-й такт: *tombé coupé* назад;

9-12 такти: повторити 1-4-й такти у зворотному напрямку;

13-16-й такти: повторити 5-8-й такти у зворотному напрямку.

### ***Adagio.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

1-2-й такти: *battement relevé lent* вперед;

3-4-й такти: *battement développé* вперед;

5-6-й такти: *battement relevé lent* вбік;

7-8-й такти: *battement développé* вбік;

9-16-й такти: повторити 1-8-й такти у зворотному напрямку.

### ***Grand battement jeté.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

1-2-й такти: два *grands battements jetés* вперед;

3-4-й такти: три *grands battements jetés pointés* вперед;

5-8-й такти: повторити 1-4-й такти вбік;

9-16-й такти: виконати 1-8-й такти у зворотному напрямку.

## **Екзерсис на середині залу.**

### ***Маленьке adagio.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: *demi plié* по V позиції; руки з підготовчого положення при відкриваються *allongée* (1/4) і закриваються в підготовче положення (1/4); *relevé* по V позиції: на 1/4 – піднятися на півпальці, руки в I позиції; на 1/4 – зійти на усю стопу, руки розкрити в II позицію;

2-й такт: *grand plié* з *port-de-bras* по V позиції (на 2/4 вниз, 2/4 ввверх);

3-4-й такти: поза *croisée* вперед з правої ноги прийомом *battement relevé lent* на 45°: на 4/4 *battement relevé lent*; на 2/4 – поза фіксується; на 2/4 – опустити ногу носком в підлогу і закрити в V позицію, руки залишаються в положенні пози *croisée*;

5-й такт: друга частина *temps lié par terre* вбік з правої ноги;

6-й такт: підтягнувши ліву ногу в I позицію, *grand plié* по I позиції з *port-de-bras*;

7-й такт: друге *grand plié* по I позиції з *port-de-bras*;

8-й такт: *relevé* на півпальці по I позиції: на 1/4 – піднятися на півпальці, руки в II позиції; 1/4 – зійти на усю стопу; на 2/4 – закрити ліву ногу і довернутись в *épaulement croisé* з лівої ноги; руки закрити в підготовче положення;

9-10-й такти: повторити рухи 1-4-го тактів;

11-12-й такти: поза *croisée* назад з правої ноги прийомом *battement relevé lent* на 45°;

13-й такт: друга частина *temps lié par terre* з правої ноги вбік; завершити ноги в II позиції;

14-15-й такти: два *grand plié* по I позиції з *port-de-bras*;

16-й такт: *relevé* по II позиції: на 1/4 – піднятися на півпальці; на 1/4 – зійти на усю стопу; на 2/4 – закрити праву ногу в V позицію попереду і довернутись в *épaulement croisé* з правої ноги.

### ***Battement tendu.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-2-й такти: два *battements tendus* вперед у позу *croisée*; руки відкриваються: ліва рука у III позиції, права у II позиції, голова повернута праворуч;

3-4-й такти: чотири *battements tendus* у великій позі *croisée*; на 1/4 кожне; завершити в *demi plié*;

5-6-й такти: з доворотом *en face* два *battements tendus* вбік без зміни ніг; руки у II позиції;

7-8-й такти: чотири *battements tendus* вбік на 1/4 кожне, завершити в *demi plié* по V позиції; на 2/4 – доворот в *épaulement croisé* з лівої ноги; руки закрити в підготовче положення;

9-10-й такти: два *battements tendus* назад правою ногою у позу *croisée*; руки розкриваються: права рука в III позицію; ліва у II позицію, голова повернута ліворуч;

11-12-й такти: чотири *battements tendus* назад у великій позі *croisée* на 1/4 кожне: завершити в *demi plié*;

13-14-й такти: з доворотом *en face* два *battements tendus* правою ногою вбік без зміни ніг; руки у II позиції;

15-16-й такти: чотири *battements tendus* вбік на 1/4 кожне; завершити в *demi plié* по V позиції з доворотом * paulement croisé* з правої ноги; руки закрити в підготовче положення.

### ***Battement tendu jeté.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: * paulement croisé*, V позиція н г, права нога попереду.

1-2-й такти: чотири *battements tendus jetés* вперед у позу *croisée*; л ва рука в III позиції, права у II позиції;

3-4-й такти: *double battement tendu jeté piqué* вперед у позу *croisée* (2/4); пауза, руки закрити в підготовче положення (2/4);

5-6-й такти: чотири *battements tendus jetés* л вою ногою назад у позу *croisée*; л ва рука в III позиції, права у II позиції;

7-8-й такти: *double battement tendu jeté piqué* назад у позу *croisée* (2/4); доворот *en face*, л ву руку відкрити у II позицію (2/4);

9-10-й такти: чотири *battements tendus jetés* вбік правою ногою не змінюючи позиції н г; руки у II позиції;

11-12-й такти: *double battement tendu jeté piqué* вбік (2/4); пауза, руки закрити в підготовче положення і відкрити через I позицію у II позицію;

13-14-й такти: чотири *battements tendus jetés* вбік л вою ногою без зміни позиції н г; руки у II позиції;

15-16-й такти: *double battement tendu jeté piqué* вбік (2/4); доворот в * paulement croisé* з правої ноги; руки закрити в підготовче положення (2/4);

### ***Rond de jambe par terre.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: I позиція н г, *en face*, руки в підготовчому положенні.

1-й такт: два *temps relevé par terre en dehors* з правої ноги, руки відкриваються через I позицію в II позицію;

2-3-й такти: вісім *rond de jambe par terre en dehors* на 1/4 кожне;

4-й такт: *battement relevé lent* вперед на 90 , завершити: права нога витягнута попереду носком в підлогу;

5-8-й такти: повторити рухи 1-4-го тактів у зворотному напрямку (*en dedans*);

9-10-й такти: повернутися в * paulement croisé* з правої ноги і виконати *rond de jambe par terre* в *plié en dehors* (4/4) і на *plié en dedans* (4/4), завершити в V позиції права нога попереду, руки відкриваються на II позицію і залишаються в тому ж положенні;

11-12-й такти: третє *port-de-bras* по V позиції н г.

### ***Battement fondu.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

На *preparation*: руки відкриваються у маленьку позу *croisée*: ліва рука в I позиції, права у II позиції, голова повернута праворуч (4/4).

1-2-й такти: три *battements fondus* на 45° вперед правою ногою, руки в маленькій позі *croisée*, на 2/4 кожне; на 2/4 – *plié-relevé* з ногою відкритою попереду на 45°;

3-4-й такти: одночасно з доворотом *en face* три *battements fondus* на 45° вбік правою ногою; руки в II позиції (на 2/4 кожне); на 2/4 *plié-relevé* з ногою відкритою вбік на 45°;

5-6-й такти: одночасно з доворотом *époulement croisé* з лівої ноги три *battements fondus* на 45° назад правою ногою; руки в маленькій позі *croisée*: права рука в I позицію, ліва в II позиції; на 2/4 *plié-relevé* з ногою відкритою назад на 45°;

7-8-й такти: одночасно з доворотом *en face* три *battements fondus* на 45° вбік правою ногою; руки в II позиції (на 2/4 кожне); на 2/4 *plié-relevé* з ногою відкритою вбік на 45°;

### ***Battement frappé.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

На *preparation*: з доворотом корпусу *en face* відкрити праву ногу вбік на 45°, руки розкрити в II позицію (4/4);

1-2-й такти: чотири *battements frappés* вперед правою ногою;

3-4-й такти: чотири *battements frappés* вбік;

5-8-й такти: повторити 1-4-й такти у зворотному напрямку;

9-12-й такти: чотири *doubles battements frappés* вбік; на останню 1/8 праву ногу закрити в V позицію в *demi plié*, ліва нога на *sur le cou-de-pied* позаду;

13-16-й такти: чотири *pas-de-bourrée en dehors*.

### ***Rond de jambe en l'air.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

На *preparation*: одночасно з доворотом корпусу *en face* (2/4); *temps relevé* на 45° *en dehors* правою ногою (2/4), руки розкриті в II позицію;

1-3-й такти: шість *ronds de jambe en l'air en dehors* на 2/4 кожне; руки розкриті в II позицію;

4-й такт: закрити праву ногу у V позицію позаду, руки опустити в підготовче положення (2/4); *temps relevé* на 45° *en dedans*; руки розкриті в II позицію (2/4);

5-7-й такти: шість *ronds de jambe en l'air en dedans*, на 2/4 кожне; руки розкриті в II позицію;

8-й такт: закрити праву ногу у V позицію попереду і повернутися в *épaulement croisé* з правої ноги.

### ***Grand battement jeté.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *époulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

На *preparation* – руки відкрити у позу *croisée*: ліва рука в III позицію, права – у II позицію (2/4);

1-2-й такти: три *grands battements jetés* вперед правою ногою у позу *croisée* на 1/4 кожне; *relevé* на півпальці (1/8), зійти на усю стопу (1/8);

3-4-й такти: три *grands battements jetés* назад лівою ногою у позу *croisée* на 1/4 кожне; *relevé* на півпальці (1/8), зійти на усю стопу (1/8) і повернутись *en face*, ліву руку опустити в II позицію;

5-6-й такти: три *grands battements jetés* вбік правою ногою, не змінюючи позиції ніг, на 1/4 кожне; *relevé* на півпальці (1/8), зійти на усю стопу (1/8); руки в II позиції;

7-8-й такти: три *grands battements jetés* вбік лівою ногою, не змінюючи позиції ніг, на 1/4 кожне; *relevé* на півпальці (1/8), зійти на усю стопу і повернутись в *épaulement croisé* з правої ноги (1/8).



## Allegro.

### *Temps levé sauté.*

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: I позиція ніг, *en face*, руки в підготовчому положенні.

1-2-й такти: чотири *temps levé sauté* по I позиції на 1/4 кожне;

3-4-й такти: чотири *temps levé sauté* по II позиції на 1/4 кожне;

5-6-й такти: чотири *temps levé sauté* по V позиції (права нога попереду) в *épaulement croisé*;

7-8-й такти: чотири *temps levé sauté* по V позиції (ліва нога попереду) в *épaulement croisé*.

### *Pas échappé.*

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду, *épaulement croisé*.

1-й такт: одне *pas échappé* в II позицію, завершити в V позиції ліва нога попереду в *demi plié épaulement croisé* (2/4); витягнутись з *demi plié* (1/4), *demi plié* по V позиції (1/4);

2-й такт: *pas échappé* в II позицію, завершити в V позиції права нога попереду в *demi plié épaulement croisé* (2/4); витягнутись з *demi plié* (1/4), *demi plié* по V позиції (1/4);

3-4-й такти: три *pas échappé* в II позицію, змінюючи V позицію на 2/4 кожне; завершити в V позиції в ліва нога попереду в *demi plié épaulement croisé*; витягнутись з *demi plié* (1/4), *demi plié* по V позиції (1/4);

5-8-й такти: повторити рухи 1-4-го тактів, починаючи з лівої ноги.

### *Pas assemblé.*

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога позаду, *en face* руки в підготовчому положенні, голова в повороті ліворуч.

1-2-й такти: сім *pas assemblé* з переведенням ноги з V позиції позаду в V позицію попереду по черговою правою і лівою ногою на 1/4 кожне; голова повертається в бік працюючої ноги; одне *temps levé* по V позиції (1/4);

3-4-й такти: сім *pas assemblé* з переведенням ноги з V позиції позаду в V позицію попереду по черговою правою і лівою ногою на 1/4 кожне; голова повертається від працюючої ноги; одне *temps levé* по V позиції (1/4).

### ***Pas jeté.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога позаду, *en face* руки в підготовчому положенні, голова в повороті ліворуч.

1-4-й такти: сім *pas jeté* почергово правою і лівою ногою з переведенням ноги з V позиції позаду в V позицію попереду на 1/4 кожне; голова повертається вбік працюючої ноги; на останню 1/4 *pas assemblé* вбік, завершуючи в V позицію, ліва нога попереду;

5-8-й такти: сім *pas jeté* з переведенням ноги з V позиції попереду в V позицію позаду почергово лівою і правою ногою, на 1/4 кожне; голова повертається вбік опорної ноги; на останню 1/4 *pas assemblé* вбік, завершуючи в V позиції, права нога позаду.

### ***Changement de pieds.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду, *en face*.

1-4-й такти: шістнадцять *changement de pieds* на 1/4 кожне; руки в підготовчому положенні.

## **Показники підсумкового контролю.**

### ***I семестр.***

*Студент повинен знати:*

- мету і завдання вправ екзерсису біля станка та на середині залу;
- методику виконання рухів (згідно програми); типові помилки при виконанні рухів та прийоми їх подолання.

*Студент повинен володіти навичками:*

- постановки корпусу, ніг, рук, голови;
- переводу рук з позиції в позицію, нахилів, поворотів, переводів голови;
- виконання елементарних рухів екзерсису біля станка і на середині залу;

– виконання найпростіших стрибків.

## ***II семестр.***

*Студент повинен знати:*

- етапи формування системи класичного танцю, його поняття, форми, основні вимоги до нього;*
- методику виконання рухів (згідно програми); типові помилки при виконанні рухів та прийоми їх подолання;*
- структуру уроку класичного танцю і його окремих частин.*

*Студент повинен володіти навичками:*

- виконання рухів екзерсису біля станка і на середині залу;*
- побудови поз класичного танцю;*
- виконання напівобертів у V позиції як підготовчого етапу до вивчення обертання;*
- виконання засвоєних стрибків у елементарних комбінаціях.*

## Другий рік навчання.

Основними завданнями другого року навчання є: розвиток сили стопи виконанням вправ на півпальцях, розвиток стійкості, розвиток сили ніг шляхом збільшення кількості вивчених вправ, розвиток техніки виконання вправ в більш швидкому темпі.

Для розвитку координації ряд вправ поступово виконують в *épaulement*, в маленьких і великих позах класичного танцю.

Вправи *en face* і в *épaulement* біля станка і на середині залу поєднуються разом, спочатку не більше двох. Таке поєднання рухів виховує координацію, танцювальність і тому вимагає різноманітності поєднання рухів. Але поряд з цим необхідно повторювати рухи в “чистому” вигляді, перевіряючи правильність виконання.

Музичний супровід уроку вимагає більшої різноманітності ритмічного малюнку і загального прискорення темпу.

## Програма другого року навчання.

### Екзерсис біля станка.

1. *Battement fondu* на півпальцях.
2. *Battement frappé* і *double frappé* на півпальцях.
3. *Petit battement* на півпальцях.
4. *Rond de jambe en l'air* на півпальцях.
5. *Battement double fondu*.
6. *Battement soutenu* на 90°.
7. *Port-de-bras* з ногою, витягнутою назад на носок у *plié*.
8. Поворот на 360°.
9. *Tombé* з напівобертом *sur le cou-de-pied*.
10. *Battement fondu – tombé* з просуванням.
11. *Plié – relevé* на 45° з *demi rond de jambe*.
12. *Flic-flac*.
13. *Battement développé passé* на 90°.
14. *Demi rond de jambe* на 90° *en dehors* і *en dedans*.
15. *Grand rond de jambe développé*.
16. *Grand battement jeté développé*.
17. Поворот *fouetté en dehors* і *en dedans* на 1/4 і 1/2 з ногою, витягнутою попереду або позаду носком в підлогу.
18. Маленькі пози, які завершують вправи: *croisée, effacée, ecartée* вперед і назад, на витягнутій нозі і в *demi plié*.

### Екзерсис на середині залу.

1. Вправи в повороті на 1/8 кола: *battement tendu, battement tendu jeté, rond de jambe par terre*.
2. Поворот в V позиції на півпальцях.
3. Пози *croisée, effacée, ecartée* на 90° вперед і назад.
4. I, II, III *arabesque* на 90°, IV *arabesque* носком в підлогу.
5. Пози *attitude effacée, croisée*.
6. *Temps lié par terre* з нахилом корпусу.
7. IV та V *port-de-bras*.

8. Підготовка до *pirouette en dehors* і *en dedans* з II, V, IV позицій.

9. *Pas-de-bourrée* без переміни ніг з сторони в сторону.

10. *Pas-de-bourrée ballotté*.

### **Allegro.**

1. *Grand i petit changement de pieds*.

2. *Grand i petit échappé*.

3. *Temps levé sauté en tournant*.

4. *Changement de pieds en tournant* на 1/4 кола.

5. *Pas échappé* на одну ногу.

6. *Pas assemblé* з просуванням.

7. *Double assemblé*.

8. *Pas jeté* з просуванням.

9. *Pas de basque*.

10. *Sissonne ouverte*.

11. *Sissonne fermé*.

12. *Sissonne tombée*.

13. *Pas chassé*.

14. Сценічний *sissonne* в I *arabesque*.

## Екзерсис біля станка.



Вправи біля станка повторюють і розвивають вправи першого року навчання.

Досягнувши стійкості на усій стопі, окремі рухи переводять на півпальці, досягаючи стійкості і укріплюючи силу ніг.

Спочатку вивчають підготовчу вправу – *relevé* на півпальці на одній нозі, яка виконується в кінці екзерсису біля станка, обличчям до станка, а засвоївши її виконують однією рукою за станок, включаючи у вправи екзерсису.

*Battement fondu, battement frappé, petit battement, rond de jambe en l'air* виконуються на півпальцях. Спочатку необхідно поєднувати виконання вправ на усій стопі і на півпальцях.

Засвоївши правильне положення стопи на низьких півпальцях, її піднімають до максимальної висоти. Високі півпальці обумовлюють натягнутість опорної ноги і підтягнутість корпусу.

При виконанні вправ на півпальцях, підйом опорної ноги на півпальці здійснюється *preparation*, коли працююча нога набуває положення основного *cou-de-pied*, або відкривається у II позицію на 45°.

Під час виконання *battement fondu* при виході з *demi plié* обов'язковим є послідовне витягування коліна опорної ноги з наступним підніманням на півпальці, що співпадає з витягуванням працюючої ноги. При виконанні *demi plié* спочатку п'ятка опорної ноги опускається на підлогу, а потім йде присідання, що співпадає з приведенням працюючої ноги *sur le-cou-de-pied*.

Новим етапом в освоєнні рухів екзерсису є виконання вивчених вправ в позах, відпрацювання поворотів з однієї пози в іншу, ускладнення вправ за рахунок зміни опорної ноги.

Новим етапом в освоєнні рухів екзерсису є виконання вивчених вправ в позах, відпрацювання поворотів з однієї пози в іншу, ускладнення вправ за рахунок зміни опорної ноги.

Окремі рухи екзерсису починають виконуватись на 1/8 такту, що сприяє розвитку техніки виконання.

### ***Battement double fondu.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога попереду, рука в підготовчому положенні, голова в повороті праворуч.



На раз – *demi plié* на опорній нозі, одночасно працююча нога на умовне *cou-de-pied*, рука зберігає підготовче положення, голова починає поворот ліворуч.

На і – опорна нога витягується, працююча нога зберігає положення *cou-de-pied*, рука в I позицію, голова нахилиється до лівого плеча.

На два – *demi plié* на опорній нозі, працююча нога починає витягуватись в коліні у заданому напрямку; рука відкривається у II позицію.

На і опорна нога витягується, працююча нога відкривається у заданому напрямку на 45°, рука в II позиції, голова – прямо.

Корпус підтягнутий, плечі розкриті і опущені, ноги виворітні.

### ***Battement soutenu* на 90°.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога попереду, рука в підготовчому положенні, голова – в повороті праворуч.

Затакт 3/8:

На 1/8 – права рука ледь відкривається.

На 1/8 – *relevé* на півпальці, рука повертається в підготовче положення.

На 1/8 – положення зберігається.

На раз і – права нога набуває положення умовного *cou-de-pied*, і не затримуючись, піднімається до середини коліна; рука в I позицію, голова нахилиється до лівого плеча.

На два і – працююча нога прийомом *battement développé* відкривається вбік на 90°; опорна нога починає *demi plié*; рука відкривається в II позицію, голова спрямовується вперед.



На три і – працююча нога опускається носком підлогу, опорна поглиблює *demi plié*; кисть переводиться в положення *allongée*.

На чотири і – працююча нога підтягується в позицію, після чого обидві ноги піднімаються на

півпальці; рука опускається в підготовче положення.

***Port-de-bras* з ногою, витягнутою назад на носок у *plié*.**

Цей рух включається в комбінацію з *rond de jambe par terre* і виконується на завершення вправи.

Музичний розмір 4/4, 2 такти.

Вихідне положення: опорна (ліва) нога витягнута, працююча (права) витягнута назад носком у підлогу; рука в II позиції, голова повернута праворуч.

На раз і – опорна нога починає *demi plié*, працююча ковзить носком назад, точно по прямій; корпус, посилюючи підтягнутість, направляєється вперед, рука з II позиції починає опускатися у напрямку I позиції.

На два і – рух вниз продовжується, рука закривається в I позицію, голова – прямо, погляд на кисть руки.

На три і чотири – опорна нога поступово витягується з поглибленого *plié*, рука піднімається в III позицію, голова повертається в сторону піднятої руки.

На раз і два і – другого такту – корпус поступово перегинається назад, рука і голова зберігають попереднє положення.

На три і чотири і – корпус поступово випрямляється, рука розкривається на II позицію, голова повертається праворуч.

Необхідно слідкувати, щоб обидві ноги увесь час були виворітні, корпус підтягнутий при перегинанні назад, центр ваги тіла зберігається на опорній нозі.

Також вивчається III *port-de-bras* із ногою витягнутою попереду на носок. Існує ще такий варіант виконання цієї вправи, коли опорна нога, виходячи з поглибленого *plié* залишається в *demi plié*, з якого йде перегинання корпусу назад.

**Поворот на 360° до станка.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога попереду, ліва рука на станку, права рука у II позиції; голова – в повороті праворуч.

Затакт: *demi plié* у V позиції.

На раз – ноги, зберігаючи позицію, відштовхуючись п'ятками від підлоги, піднімаються на високі півпальці; корпус посилює підтягнутість, руки через підвищене підготовче положення з'єднуються в І позиції; голова повертається *en face*.

На два – виконується поворот на 360° в напрямку до станка: витягнуті ноги, зберігаючи виворітність п'яток, змінюють одна одну таким чином, що в кінці повороту ліва нога виходить вперед, руки зберігають І позицію, голова спочатку як можна довше затримує погляд, а потім випереджаючи поворот, повертається *en face*.

На три – ліва рука кладеться на станок, права повертається у ІІ позицію; голова – в повороті праворуч.

На чотири – *demi plié* у V позиції для наступного повороту від станка.

### **Поворот на 360° від станка.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога позаду, ліва рука на станку, права рука – у ІІ позиції; голова – в повороті праворуч.

Затакт: *demi plié* у V позиції.

На раз – ноги, зберігаючи позицію, відштовхуючись п'ятками від підлоги, піднімаються на високі півпальці; корпус посилює підтягнутість, руки через підвищене підготовче положення з'єднуються в І позиції; голова повертається *en face*.

На два – виконується поворот на 360° в напрямку від станка: витягнуті ноги, зберігаючи виворітність п'яток, змінюють одна одну таким чином, що на закінчення повороту права нога виходить вперед, руки зберігають І позицію, голова спочатку як можна довше затримує погляд, а потім випереджаючи поворот, повертається *en face*.

На три – ліва рука кладеться на станок, права повертається у ІІ позицію; голова – в повороті праворуч.

На чотири – *demi plié* у V позиції для наступного повороту до станка.

Поворот корпусу і ніг виконується синхронно, що забезпечується скоординованістю рухів рук і голови.

### ***Tombé* з напівобертом *sur le cou-de-pied*.**

**Напівоберт *en dehors*.**

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога позаду.

На вступні акорди права нога відкривається у ІІ позицію на 45°, рука через І позицію відкривається у ІІ, голова – в повороті праворуч.

На раз – права нога підводиться у V позицію попереду в *demi plié*, одночасно ліва нога набуває положення *cou-de-pied* позаду (*pas tombé*); права рука опускається в підвищене підготовче положення, голова – в повороті праворуч.

На два – піднімаючись на високі півпальці правої ноги, виконується поворот *en dehors* на 180° ліворуч (до станка). Опорна п'ятка стримується; ліва нога, посилюючи виворітність стегна, переводиться в положення умовного *cou-de-pied*. Корпус і тазостегновий пояс підтягнуті, опорна нога сильно витягнута в коліні. Права рука з початком повороту піднімається в I позицію і до його завершення опускається на станок; ліва рука через I позицію відкривається у II, голова повертається ліворуч.

### **Напівоберт *en dedans*.**

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога попереду.

На вступні акорди права нога відкривається у II позицію на 45°, рука через I позицію переходить у II, голова – в повороті праворуч.

На раз – права нога підводиться у V позицію позаду в *demi plié*; одночасно ліва нога набуває положення умовного *cou-de-pied* (*pas tombé*), права рука зберігає II позицію, голова повернута праворуч.

На два – піднімаючись на високі півпальці правої ноги, виконується поворот *en dedans* на 180° праворуч (від станка). Опорна п'ятка виштовхується вперед; ліва нога, стримуючись у стегновій частині, переводиться в положення *cou-de-pied* позаду. Корпус і тазостегновий пояс підтягнуті, опорна нога сильно витягнута в коліні. Ліва рука з початком повороту відривається від станка і через I позицію на закінчення повороту переходить у II позицію. Права рука при завершенні повороту кладеться на станок, голова повертається ліворуч.

При виконанні руху руки не затримуються на станку, а відриваються від станка в момент початку повороту.

Дана вправа виконується в комбінації з *battement fondu*, *battement frappé*, *rond de jambe en l'air*, *petit battement*.

При цьому музичний розмір залежить від основного руху.

Після засвоєння повороту його розкладка змінюється:

На раз – *pas tombé* в V позицію.

На і – напівоберт.

На два – нога відкривається у II позицію на 45°.

### ***Battement fondu – tombé* з просуванням.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога попереду, ліва рука на станку, права в підготовчому положенні; голова – в повороті праворуч.

На раз, два – *battement fondu* правою ногою вперед, рука відкривається через I позицію в II; голова – в повороті праворуч.

На і – корпус ледь відхиляється назад; ліва нога піднімається на півпальці, права нога підвищується; рука і голова зберігають попереднє положення.

На три – *tombé* вперед з просуванням за носком правої ноги із перенесенням на неї ваги тіла; ліва нога займає положення *cou-de-pied* позаду. Корпус спрямовується вперед, плечі рівні; ліва рука просувається по станку вперед, права рука закривається у підготовче положення; голова – в повороті праворуч.

На чотири – *battement fondu* лівою ногою назад, права рука відкривається в II позицію.

З цього положення можна виконати *battement fondu – tombé* назад.

На раз, два – *battement fondu* лівою ногою назад; рука в II позиції; голова – в повороті праворуч.

На і – корпус спрямовується вгору, і ледь відхиляється назад, права нога піднімається на півпальці, ліва – підвищується; рука і голова зберігають попереднє положення.

На три – *tombé* назад з просуванням за носком лівої ноги з перенесенням на неї ваги тіла; права нога на умовному *cou-de-pied*. Корпус спрямовується назад, плечі рівні, ліва рука просувається по станку назад, права рука опускається в підготовче положення.

На чотири – *battement fondu* правою ногою вперед, або вбік, права рука відкривається в II позицію.

### ***Plié – relevé на 45° з demi rond de jambe.***

Виконується після завершення попереднього руху. Наприклад на *battement fondu* працююча нога відкривається вперед на 45°. Опорна нога виконує пружне *demi plié* і не послаблюючи м'язи, піднімається на півпальці, працююча нога посилюючи виворітність, відводиться в II позицію, зберігаючи висоту 45°.

*Plié – relevé з demi rond de jambe* виконується в усіх напрямках *en dehors* і *en dedans*.

### ***Flic-flac.***

*Flic-flac* – зв'язуючи рух. Його вивчають після вивчення та засвоєння *petit battement*. Він може завершуватися у будь-якому напрямку.

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога попереду.

На вступні акорди: права нога відкривається вбік на 45°, права рука через I позицію переводиться в II позицію

На раз – працююча нога енергійно проковзує витягнутими пальцями по підлозі біля середини стопи опорної ноги позаду (*flic*).

На і – через *cou-de-pied* позаду, нога розгинається на половину відстані до II позиції.

На два – нога проковзує витягнутими пальцями по підлозі біля середини стопи опорної ноги попереду (*flac*).

На і – через положення умовного *cou-de-pied* працююча нога відкривається вбік на 45°.

На таку музичну розкладку і в такій самій послідовності *flic-flac* відпрацьовується у зворотному напрямку, а також із положення ноги, відкритої вперед і назад на 45°.

Корпус і тазостегновий пояс підтягнуті, опорна нога сильно витягнута, працююча нога зберігає виворітність і нерухомість у своїй верхній частині.



### ***Battement développé passé* на 90°.**

*Passé* – зв'язуючи рух у вправах з положенням працюючої ноги на 90°. По завершенні *battement développé* або *battement relevé lent* на 90° працююча нога не завершує рух у V позицію, а змінює напрямок, через *passé* на рівні коліна опорної ноги. Носок працюючої ноги підводиться близько до опорної ноги, але не впирається на неї. В момент *passé* коліно опорної ноги направлено вбік, носок працюючої ноги на рівні коліна опорної ноги і лише торкається його збоку. Згинаючи ногу з напрямку вперед, необхідно відводити стегно вбік. Згинаючи ногу з напрямку назад, стегно по можливості утримується позаду.

### ***Demi rond de jambe* на 90°.**

До вивчення вправи необхідно приступати засвоївши *battement développé* і *battement relevé lent*.

Музичний розмір 4/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

На раз і – права рука піднімається в I позицію, працююча нога піднімається до коліна опорної ноги, голова нахилиється до лівого плеча.

На два і – працююча нога витягується вперед на 90°.

На три і чотири і – працююча нога відводиться вбік поступово збільшуючи висоту, рука відкривається у II позицію, голова повертається праворуч.

На раз і два і другого такту – положення зберігається.

На три і чотири і – працююча нога опускається в V позицію, рука закривається в підготовче положення.

При виконанні *demi rond de jambe* на 90° збоку назад, корпус, посилюючи підтягнутість злегка подається вперед.

*Demi rond de jambe* на 90° виконується *en dedans*. Нога відкривається назад і виворітня виводиться вбік, зберігаючи ту саму висоту. Пізніше відкривається в сторону на 90° і переводиться вперед на тій самій висоті. Спочатку виведення ноги виконується на протязі двох чвертей, а надалі на одну чверть. Необхідно слідкувати за тим, щоб корпус не відхилявся в сторону станка, залишався увесь час підтягнутим; опорна нога сильно витягнута і виворітня.

### ***Grand rond de jambe développé.***

#### ***En dehors.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога попереду.

1-й такт.

На раз, два – *battement développé* вперед; рука з підготовчого положення піднімається в I позицію, голова нахилиється до лівого плеча, погляд спрямовується в долоню правої руки.

На три, чотири – працююча нога із збереженням виворітності і підвищенням положення відводиться вбік, рука відкривається у II позицію; голова повертається праворуч.

2-й такт.

На раз, два – працююча нога, продовжуючи підвищувати положення, відводиться назад; корпус стримуючи нахил, трохи подається вперед. Опорне плече не розгортається, а залишається рівним, працююча рука ледь подається вперед.

На три – положення зберігається.

На чотири – працююча нога переходить у V позицію, корпус вирівнюється, рука опускається в підготовче положення.

#### ***En dedans.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога позаду.

1-й такт.

На раз, два – *battement développé* назад; рука з підготовчого положення піднімається в I позицію, голова нахиляється до лівого плеча.

На три, чотири – працююча нога з підвищенням положення, відводиться вбік; корпус, посилюючи підтягнутість, вирівнюється, рука відкривається в II позицію; голова повертається праворуч.

2-й такт.

На раз, два – працююча нога з посиленням виворітності і підвищенням положення відводиться вперед.

На три – положення зберігається.

На чотири – працююча нога переходить у V позицію, рука опускається в підготовче положення.

Під час виконання обидві ноги сильно витягнуті і зберігають виворітність. Тазостегновий пояс підтягнутий і рівний.

Після опанування руху біля станка він виконується на середині залу. В цьому випадку при виконанні *battement développé* обидві руки піднімаються в I позицію і одночасно з відведенням ноги вбік розкривається у II позицію.

### ***Grand battement jeté développé.***

Засвоєння цієї вправи є підготовчим етапом до опанування *grand sissonne ouverte* і передбачає стрімке відкриття ноги на 90° прийомом *développé*.

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога попереду.

На вступні акорди права рука відкривається через I позицію в II.

На і – *grand battement jeté* вбік.

Перший такт – на першу чверть рух завершується у V позиції, на другу чверть – пауза.

На і – працююча нога через прохідне *cou-de-pied*, посилюючи виворітність, стрімко піднімається до середини коліна опорної ноги.

Другий такт – на першу чверть нога кидком витягується вбік на максимальну висоту.

На і – положення фіксується.

На другу чверть рух завершується у V позиції.

При такій самій музичній розкладці рух відпрацьовується також у напрямках вперед і назад. При виконанні руху необхідно зберігати виворітність і сильну втягнутість опорної ноги, особливо в момент відкривання працюючої ноги;



корпус підтягнутий, міцна спина; працююча нога виворітня, її відкривання здійснюється енергійним рухом нижньої частини, сильно витягуючи в момент завершення коліно, підйом і пальці.

**Поворот *fouetté en dehors* і *en dedans*** на 1/4 і 1/2 з ногою, витягнутою попереду або позаду носком в підлогу.

*Fouetté* являє собою поворот навколо своєї осі одночасно із зміною напрямку працюючої ноги. Поворот *fouetté* здійснюється на подушечці опорної ноги, п'ятка вільно переміщується по підлозі. Корпус підтягнутий, опорна нога сильно витягнута.

**Поворот *fouetté* до станка.**

Музичний розмір 4/4

***En dedans.***

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду, ліва рука на станку, права рука в підготовчому положенні.

На вступні акорди права рука відкривається у II позицію.

Перший такт:

На раз – *battement tendu* правою ногою вперед.

На два – пауза.

На три – корпус одночасно з виштовхуванням п'ятки опорної ноги повертається *en dedans* до станка на 1/4 кола.

Працююча нога в напрямку II позиції, права рука кладеться на станок.

На чотири – пауза; фіксація положення.

Другий такт:

На раз – корпус повертається *en dedans* на 1/4 кола, одночасно п'ятка опорної ноги виштовхується вперед, працююча нога переходить у положення позаду, права рука на станку, ліва у її позиції.

На два – пауза.

На три, чотири – працююча нога закривається у V позицію позаду.

***En dehors.***

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога позаду, права рука на станку, ліва у підготовчому положенні.

На вступні акорди ліва рука відкривається у II позицію.

Перший такт:

На раз – *battement tendu* працюючою ногою назад.

На два – пауза.

На три – корпус повертається обличчям до станка, п'ятка опорної ноги стримується, працююча нога переводиться вбік, руки на станку.

На чотири – пауза; фіксація положення.

Другий такт:

На раз – корпус повертається на 1/4 кола в напрямку *en dehors*, п'ятка опорної ноги стримується, працююча нога переходить у положення попереду. Ліва рука на станку, права рука у II позиції.

На два – пауза.

На три, чотири – працююча нога закривається у V позиції попереду.

### **Поворот *fouetté* від станка.**

#### ***En dehors.***

Вихідне положення: V позиція ніг, ліва нога позаду, права рука на станку, ліва у підготовчому положенні.

На вступні акорди ліва рука відкривається в II позицію.

Перший такт:

На раз – *battement tendu* лівою ногою назад.

На два – пауза.

На три – корпус повертається спиною до станка на 1/4 кола, п'ятка опорної ноги стримується, працююча нога переводиться вбік; права рука знімається з станка і переводиться у II позицію; голова – прямо.

На чотири – пауза; фіксація положення.

Другий такт.

На раз – поворот корпусу на 1/4 кола в напрямку *en dehors*; п'ятка опорної ноги стримується, робоча нога попереду; ліва рука кладеться на станок, права – в II позицію; голова – праворуч.

На два – пауза.

На три, чотири – працююча нога закривається у V позицію попереду.

#### ***En dedans.***

Вихідне положення: V позиція ніг, ліва нога попереду, ліва рука на станку, права у підготовчому положенні.

На вступні акорди права рука відкривається у II позицію.

Перший такт:

На раз – *battement tendu* лівою ногою вперед.

На два – пауза.

На три – корпус повертається на 1/4 кола спиною до станка, п'ятка опорної ноги активно виштовхується вперед, працююча нога переводиться вбік; ліва рука з станка переводиться у II позицію.

На чотири – пауза; фіксація положення.

Другий такт:

На раз – корпус повертається на 1/4 кола *en dedans* вперед, працююча нога переводиться назад; права рука кладеться на станок, ліва – в II позицію.

На два – пауза.

На три, чотири – працююча нога закривається у V позицію позаду.

### **Маленькі пози, що завершують вправи.**

Маленькі пози *croisée, effacée, ecartée* вперед і назад, що завершують окремі вправи в екзерсисі біля станка і на середині залу, виконуються як на витягнутій нозі, так і в *demi plié* з витягнутою носком в підлогу працюючою ногою.

### **Маленька поза *effacée* в поєднанні з *petit battement*.**

Музичний розмір 4/4, 4 такти.

На перший такт – три *petit battement* з акцентом вперед (на – чотири – умовне *cou-de-pied*).

На другий такт – три *petit battement* з акцентом назад (на – чотири – *cou-de-pied* позаду).

На третій такт – на раз – перевести ногу на умовне *cou-de-pied* з одночасним поворотом корпусу в *épaulement effacé*.

На два – пауза.

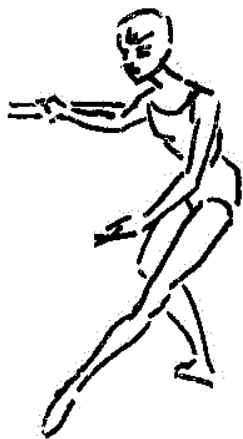
На три і чотири і – опорна нога опускається в *demi plié*, працююча витягується носком в підлогу на *effacé* вперед, корпус злегка нахиляється до ноги, рука показує на носок.

На

На

ється,

На



четвертий такт – на раз і два і – поза зберігається.

три і – з поворотом корпусу *en face* опорна нога витягується працююча розкривається в сторону II позиції носком в підлогу.

чотири і – нога закривається у вихідне положення.

*маленькі пози біля станка*

Пози *croisée, effacée, ecartée* можна міняти, але перехід від вправи в позу необхідно завжди виконувати через *cou-de-pied*. У вправах і позах обов'язкова виворітність ніг, підтягнутість корпусу, рівність плечей і стегон, а також важливим є правильне положення стопи опорної ноги на підлозі.

### **Екзерсис на середині залу.**

Розпочинається поступове поєднання окремих вправ у комбінації, що сприяє розвиткові координації. Широко використовуються при побудові комбінацій пози класичного танцю.

Вдосконалення техніки відбувається за рахунок виконання рухів на висоту 45°, 90°, а також зміни опорної ноги в межах однієї вправи (за допомогою *pas degagé* у IV і II позиціях носком в підлогу і на 45°).

Рухи екзерсису ускладнюються виконанням вправ в повороті – *en tournant*, що сприяє виробленню стійкості.

**Вправи в повороті (*en tournant*).**

***Battement tendu en tournant en dehors* на 1/8 кола.**

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

Затакт 3/8: на 1/8 – руки в I позиції; на 1/8 – корпус повертається *en face* руки з I відкриваються у II позицію; на 1/8 – корпус і ноги утримують щільну V позицію і з виштовхуванням п'ятки опорної ноги повертаються в 2 точку класу, права нога не затримуючись відкривається вбік.

На раз – права нога закривається в V позицію позаду.

На і два – *battement tendu* вбік без повороту із завершенням у V позицію попереду.

З дотриманням цих правил *battement tendu* виконується по два рази в точки 3, 4, 5, 6, 7, 8 і завершується в точці 1 плану класу.

***Battement tendu en tournant en dedans* на 1/8 кола.**

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, ліва нога попереду.

Затакт 3/8: на 1/8 – руки в I позиції; на 1/8 – корпус повертається *en face*, руки відкриваються в II позицію; на 1/8 – корпус і ноги утримуючи щільну V позицію і з виштовхуванням п'ятки опорної ноги повертаються в 8 точку класу, права нога не затримуючись відкривається вбік.

На раз – права нога закривається в V позицію попереду.

На і, два – *battement tendu* вбік без повороту із завершенням у V позицію позаду.

З дотриманням цих правил *battement tendu* виконується по два рази в точки 7, 6, 5,4, 3, 2 і завершується в точці 1 плану класу.

Під час виконання *battement tendu* слід приділити увагу збереженню центру ваги на опорній нозі. Корпус підтягнутий, чітко вертикальний, знаходиться над ногами, спина міцна, плечі розкриті і опущені. Поворот здійснюється одночасно всім корпусом, причому плечі, тазостегновий пояс і ноги повинні знаходитись на одній лінії.

***Battement tendu jeté en tournant.***

*Battement tendu jeté en tournant* виконується в такій самій послідовності і за такими ж правилами, як і *battement tendu*. Але він складніший для засвоєння, оскільки передбачає кидок ноги на 25°.

Необхідно контролювати чіткість відривання ноги вбік міцним ковзким рухом стопи по підлозі, при якому плечі, тазостегновий пояс і ноги повинні знаходитися в одній площині.

***Rond de jambe par terre en tournant en dehors* на 1/8 кола.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *en face*, I позиція ніг, руки в підготовчому положенні.

На вступні акорди – *temps relevé par terre en dehors*.

На і – права нога одночасно з поворотом корпусу в точку 2 плану класу відводиться по півколу назад.

На раз – права нога проводиться через *passé par terre* вперед і виконує *rond de jambe par terre en dehors*.

На і, два – права нога проводиться ковзким рухом по I позиції і, виконуючи *demi rond de jambe*, відводиться по півколу вбік.

На і – одночасно з поворотом корпусу в точку 3 плану класу права нога відводиться витягнутим носком по півколу назад, завершуючи *rond de jambe par terre en dehors*.

На три – права нога проводиться ковзким рухом по I позиції і виконує *rond de jambe par terre en dehors*.

На і, чотири – права нога проводиться ковзким рухом по I позиції і, виконуючи *demi rond de jambe*, відводиться по півколу вбік.

На і – права нога одночасно з поворотом корпусу в точку 4 плану класу відводиться витягнутим носком по півколу назад, завершуючи *rond de jambe par terre en dehors*.

Таким чином, рух виконується як продовження повороту *en dehors* точки 1 плану класу.

### ***Rond de jambe par terre en tournant en dedans* на 1/8 кола.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *en face*, I позиція ніг, руки в підготовчому положенні.

На вступні акорди – *temps relevé par terre en dedans*.

На і – права нога одночасно з поворотом в точку 8 плану класу відводиться по півколу вперед.

На раз – права нога проводиться через *passé par terre* назад.

На і, два – *rond de jambe par terre en dedans*.

На і – одночасно з поворотом корпусу в точку 7 плану класу права нога відводиться по півколу вперед.

На три – права нога проводиться по I позиції назад.

На і, чотири – *rond de jambe par terre en dedans*.

Таким чином, рух виконується як продовження повороту *en dedans* до точки 1 плану класу.

Під час повороту корпус підтягнутий і нерухомий, плечі розкриті і опущені; руки зберігають II позицію. Обидві ноги витягнуті і виворітні. Рух здійснюється у єдиному темпі і поворот корпусу і плечей синхронізується з поворотом ніг. Поворот виконується на подушечці опорної ноги, за рахунок вільного пересування п'ятки на основі стриманого руху в *en dehors* і активного виштовхування в *en dedans*.

### **Поворот з V позиції на півпальцях.**

Музичний розмір 4/4, 1 такт.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement croisé*, руки в підготовчому положенні.

На вступні акорди відкрити руки в II позицію.

На раз – *demi plié* в V позиції.

На два – піднятися на високі півпальці, руки в II позиції, голова праворуч.

На три – поворот вліво в точку 2 плану класу, ноги, зберігаючи натягнутість, міняються так, що ліва нога до кінця повороту опиняється попереду; руки з початком повороту закриваються в I позицію, погляд затримується в точці 1 плану класу, і як можна швидше повертається ліворуч.

На чотири – опуститись з півпальців на усю стопу, руки відкриваються на II позицію.

Поворот корпусу на середині залу обов'язково співпадає з поворотом ніг. Його стимулюють активний поворот голови, погляд і чітка координація рук. Засвоївши поворот, його вводять в усі вправи уроку на середині. Положення рук в кінці повороту може бути іншим.

### Пози класичного танцю на 90°.

Після засвоєння на середині залу *battement relevé lent* на 90° і *battement développé* в положення *en face*, переходять до вивчення поз класичного танцю з підніманням ноги на 90°. Спочатку вивчають пози прийомом *battement relevé lent*, дотримуючись основних правил і враховуючи характер кожної пози.



*croisée* вперед на 90°



*effacée* вперед на 90°



*écartée* вперед на 90°

### Поза *croisée* вперед на 90°.

Музичний розмір 4/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement croisé*, права нога попереду.

На раз – права нога піднімається до коліна лівої ноги, руки в I позицію, голова нахиляється до лівого плеча.

На два – нога витягується вперед, ліва рука в III позицію, права в II, голова в повороті праворуч.

На три, чотири – поза *croisée* фіксується.

На раз і два і – другого такту – поза зберігається.

На три і – ліва рука розкривається в II позицію, нога утримує висоту 90°.

На чотири і – руки закриваються в підготовче положення, нога опускається і повертається у V позицію.

В такій самій музичній розкладці вивчаються усі великі пози.

В процесі освоєння поз важливим є повороти голови і спрямованість погляду, що визначають характер і зміст пози, надаючи всій постаті завершеності.

I, II, III *arabesque* вивчаються з підніманням ноги на 90°, IV – носком в підлогу.

I і II *arabesque* вивчаються в профільній побудові в точки 3 і 7 плану класу, III *arabesque* у точки 2 і 8.

### Поза *attitude croisée*.

Музичний розмір 4/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement croisé*, ліва нога попереду, руки в підготовчому положенні; поворот голови ліворуч.

Перший такт:

На раз і два і – працююча (права) нога через *cou-de-pied* переводиться до положення під коліном, руки піднімаються в I позицію; голова нахиляється до правого плеча, погляд спрямовується на долоні.

На три і чотири і – працююча нога в коліні енергійним рухом відводиться назад піднімаючись на максимальну висоту таким чином, щоб стегно працюючої ноги знаходилось за працюючим плечем у зігнутому під кутом 90° положенні; корпус підтягнутий і спрямований вгору, плечі рівні, розкриті і опущені; права рука у III позиції, ліва – у II; поворот голови ліворуч.

Другий такт:

На раз і два і – поза *attitude croisée* зберігається.





На три і – права рука відкривається в II позицію, нога витягується в коліні при підтягнутому корпусі.

На чотири і – руки одночасно з ногою опускаються у вихідне положення.



### Поза *attitude effacée*.

Музичний розмір 4/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement effacé*, права нога позаду, руки в підготовчому положенні; поворот голови праворуч.

Перший такт:

На раз і два і – працююча (права) нога через *cou-de-pied*, переводиться до положення під коліном, руки піднімаються в I позицію; голова нахиляється до лівого плеча, погляд спрямовується на долоні.

На три і чотири і – працююча нога в коліні енергійним рухом відводиться назад на максимальну висоту таким чином, щоб стегно працюючої ноги знаходилось за працюючим плечем у ледь зігнутому положенні; корпус підтягнутий і спрямований вперед, плечі рівні. Права рука піднімається у III позицію, ліва – відкривається у II; поворот голови праворуч і ледь піднімається.

Другий такт:

На раз і два і – поза *attitude effacée* зберігається.

На три і – права рука відкривається в II позицію, права нога витягується в коліні; голова повертається у профіль.

На чотири і – руки одночасно з ногою опускаються у вихідне положення.

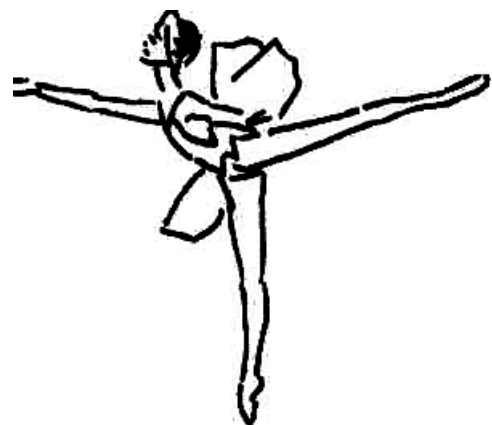
### *Arabesques.*

#### I *arabesque*.

Музичний розмір 4/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція, ліва нога попереду, корпус і ноги в повороті в 7 точку плану класу. Руки в підготовчому положенні, поворот голови вправо.

На раз і два і – руки піднімаються в I позицію, голова нахиляється вліво, погляд на кисті рук.



На три і чотири і – права рука відкривається на II позицію, ліва – вперед, кисті рук повертаються долонями вниз. Права нога витягується назад і не затримується на підлозі, піднімається на 90°.

На раз і два і – другого такту, поза зберігається.

На три і чотири і – зайняти вихідне положення. В такій самій музичні розкладці виконуються II і III *arabesque*.

II *arabesque*



III *arabesque*



#### IV *arabesque*.

Музичний розмір 4/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement croisé*, права нога попереду.

На раз і два і – руки піднімаються в I позицію, голова злегка нахиляється вліво, погляд на кисті рук.

На три і чотири і – ліва рука, починає рух і відкривається на II позицію, ліва нога витягується назад носком в підлогу, ліве плече відводиться разом з рукою назад, права рука подається вперед в точку 8 плану класу, кисті рук повертаються долонями вниз, лінії рук злегка пом'якшуються в ліктях, голова повертається до правої руки.

На раз і два і – другого такту, *arabesque* зберігається.

На три і чотири і – зайняти вихідне положення.



#### *Temps lié par terre* з нахилом корпусу.

Музичний розмір 4/4, 4 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement croisé*, права нога попереду.

На перший такт – *temps lié par terre* вперед.

На раз і два і – другого такту, корпус відхиляється назад, ліва рука в III позиції, права в II.

На три і – корпус випрямляється.

На чотири і – ліва нога закривається V позицію назад.

На третій такт – *temps lié par terre* вбік, ліва нога витягнута носком в підлогу в II позицію.

На раз, і два і – четвертого такту, корпус нахиляється ліворуч, до працюючої ноги, ліва рука зберігає II позицію, права піднімається в III.

На три і – корпус випрямляється.

На чотири і – ліва нога закривається в V позицію вперед (*épaulement croisé*), руки в підготовчому положенні.

Далі ця комбінація повторюється з лівої ноги, а потім у зворотному напрямку.

Виконуючи *temps lié* назад в позі *croisée* вперед, під час *temps lié* вбік нахил корпусу виконується вбік до опорної ноги. При виконанні нахилу корпусу назад центр ваги необхідно зберігати на опорній нозі.

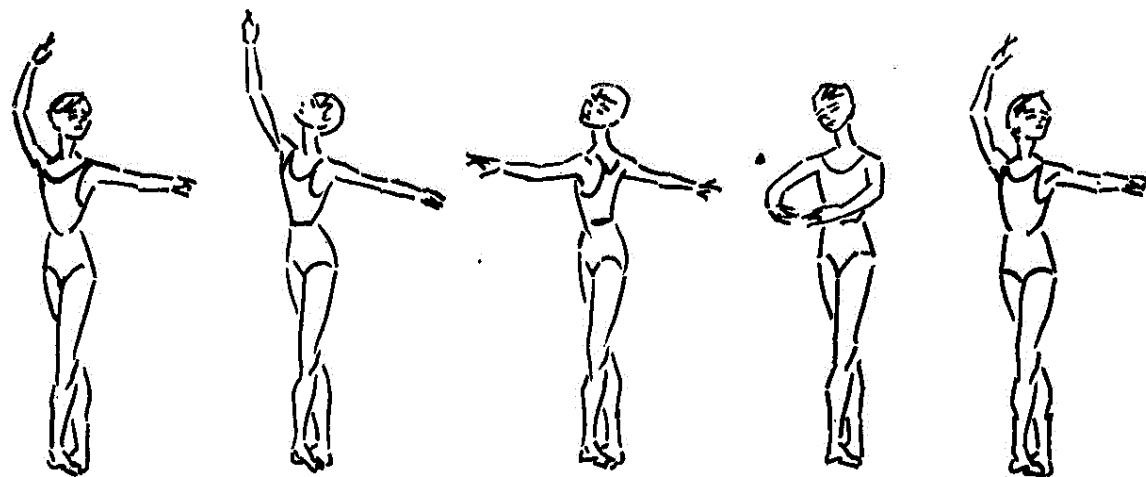
#### **IV port-de-bras.**

Музичний розмір 4/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement croisé*, права нога попереду, руки в підготовчому положенні, голова в повороті праворуч.

*Preparation*: на перший вступний акорд руки піднімаються в I позицію, голова нахиляється ліворуч; на другий акорд ліва рука піднімається в III позицію, права рука відкривається в II позицію, голова повертається праворуч.

На раз і два і – ліва рука опускається на II позицію, долоні рук поступово повертаються вниз, лікті злегка пом'якшуються.



На три і – вільно розкриті і опущені плечі повертаються: ліве – назад, праве вперед, так, щоб лінії їх рук і плечей утворили діагональ, голова повертається праворуч.

На чотири і – корпус, злегка перегинається в талії назад.

На раз і два і другого такту – плечі повертаються в *épaulement*, руки з'єднуються в I позиції, голова нахиляється до лівого плеча.

На три і чотири і – вихідне положення.

Необхідно досягати плавного, єдиного виконання. Плечі опущені вниз, натягнуті ноги зберігають V позицію.

### **V *port-de-bras*.**

Музичний розмір 4/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement croisé*, права нога попереду, руки в підготовчому положенні, голова в повороті праворуч.

*Preparation*: на перший акорд – руки піднімаються в I позицію, голова нахиляється ліворуч; на другий акорд – ліва рука піднімається в III позицію, права відкривається в II позицію, голова повертається праворуч.

На “затакт” – погляд голови спрямовується на кисть лівої руки, обидві руки злегка розкриваються в ліктях.

На раз і два і – корпус плавно нахиляється вперед, руки – ліва опускається, права піднімається через підготовче положення, з'єднуючись в I позиції, погляд на кисті рук.

На три і – корпус, випрямляючись злегка нахиляється ліворуч, руки зберігають I позицію.

На чотири і – корпус, перегинається в талії назад, права рука піднімається в III, ліва – відкривається на II позицію, голова повертається ліворуч.

На раз і два і другого такту – корпус продовжує нахил, права рука розкривається на II, ліва – закривається в III позицію, голова повертається праворуч.

На три і чотири і – корпус випрямляється і повертається у вихідне положення.

### **Підготовчі вправи до обертання.**

Перехід до опанування підготовчих вправ до обертання стає можливим після засвоєння навичок виконання вправ екзерсису на півпальцях. Він розпочинається з підготовки до піруету, тобто партерного обертання, при якому працююча нога знаходиться в положенні *cou-de-pied*.

### **Підготовка до *pirouette en dehors* з II позиції.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement croisé*, права нога попереду.

Затакт – *demi plié*, руки в підготовчому положенні.

Перший такт:

На раз – *relevé* у V позиції, *en face*, руки в I позиції, корпус підтягнутий;

На два – положення зберігається.

На три – права нога енергійно відкривається в напрямку II позиції на 45°; руки в II позицію.

На чотири – положення зберігається.

На і – пружне *demi plié* у II позиції; права рука через підготовче положення в I позицію, ліва рука в II позиції.

Другий такт:

На раз – відштовхнувшись п'ятками від підлоги виконується *relevé* на високі півпальці лівої ноги; права нога набуває виворітне положення умовного *cou-de-pied*; руки з'єднуються в I позицію.

На два – положення зберігається.

На три – опустити праву ногу в *demi plié* V позиції позаду *épaulement croisé*; руки в занижену II позицію.

На чотири – вихідне положення.

**Підготовка до *pirouette en dehors* з V позиції.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement croisé*, права нога попереду.

Затакт 2/8 – *demi plié* у V позиції з поворотом *en face*; права рука в I позиції, ліва в II позицію; голова *en face*.

На раз – *relevé* на високі півпальці лівої ноги; права нога набуває положення умовного *cou-de-pied*; ліва рука з'єднується з правою в I позицію.

На два – положення зберігається.

На три – права нога опускається V позицію позаду *épaulement croisé*; руки в заниженій II позиції.

На чотири – вихідне положення.

**Підготовка до *pirouette en dedans* з V позиції.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement croisé*, ліва нога попереду.

Затакт 2/8 – *demi plié* у V позиції з поворотом *en face* права рука в II позиції, ліва в I позицію.

На раз – *relevé* на високі півпальці лівої ноги; права нога набуває положення умовного *cou-de-pied*; права рука з'єднується з лівою в I позицію.

На два – положення зберігається.

На три – праву ногу опустити *demi plié* у V позиції попереду *épaulement croisé*; руки в заниженій II позиції.

На чотири – вихідне положення.

### **Підготовка до *pirouette en dehors* з IV позиції.**

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement croisé*, права нога попереду.

Затакт 2/8 – *demi plié* у V позиції, руки в підготовчому положенні.

Перший такт:

На раз – одночасно з поворотом корпусу у 2 точку класу, *relevé* на високі півпальці лівої ноги; права нога умовне *cou-de-pied*; руки в I позицію.

На і – положення зберігається.

На два – ліва нога опускається в *demi plié*, права назад в IV позицію; ліва рука у II позицію, права в I позицію, кисті рук набувають положення III *arabesque*.

На і – *demi plié* по IV позиції.

Другий такт:

На раз – відштовхнувшись п'ятками від підлоги, права нога приймає положення умовного *cou-de-pied*; руки в I позицію.

На і – положення зберігається.

На два – опустити праву ногу в *demi plié* у V позицію позаду *épaulement croisé*; руки в занижену II позицію.

На і – вихідне положення.

### **Підготовка до *pirouette en dedans* з IV позиції.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement croisé*, права нога попереду.

Затакт 2/8 – *demi plié* у V позиції, руки в підготовчому положенні.

Перший такт:

На раз – одночасно з поворотом корпусу *en face* ліва нога піднімається на високі півпальці; права переходить у положення умовного *cou-de-pied*; руки в I позицію, голова *en face*.

На два – положення зберігається.

На три – повертаючись *épaulement croisé*, ліва нога в *demi plié*; права відводиться назад в IV позицію; права рука в II позицію, ліва залишається в I позиції; положення голови і спрямованість погляду не змінюється.

На чотири – положення зберігається.

На і – *demi plié* на опорній нозі; одночасно ліва рука відкривається у II позицію.

Другий такт:

На раз – з поворотом корпусу *en face* ліва нога піднімається на високі півпальці; права на умовне *cou-de-pied*; руки з'єднуються в I позицію, голова *en face* погляд вперед.

На два – положення зберігається.

На три – опустити праву ногу в *demi plié* у V позиції попереду *épaulement croisé*, руки відкриваються в II позицію.

На чотири – витягнути ноги в колінах.

### ***Pas-de-bourrée* без переміни ніг з сторони в сторону.**

Музичний розмір 4/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement croisé*, права нога попереду.

На вступний такт виконується *preparation*:

На раз і – руки підвищують підготовче положення.

На два і – з поворотом корпусу *en face*, права нога опускається в *demi plié*, ліва – прохідним рухом через *cou-de-pied* ззаду витягується на II позицію на 45°, руки – в II позицію, голова в повороті ліворуч.

На раз і – встати на ліву ногу в V позицію позаду на півпальці, праву підняти на умовне *cou-de-pied*, голова *en face*, руки в I позиції.

На два і – переступити на праву ногу на півпальці, відводячи її вбік у напрямку II позиції, ліва – *cou-de-pied* ззаду.

На три і – ліва нога опускається в *demi plié*, права через прохідне умовне *cou-de-pied* м'яко виймається вбік на 45°, руки розкриваються в II позицію, голова в повороті праворуч.

На чотири і – пауза, положення зберігається.

На раз і другого такту – встати на рівну ногу в V позицію попереду на півпальці, ліва нога на *cou-de-pied* позаду, голова *en face*; руки в I позиції.

На два і – стати на високі півпальці лівої ноги, відводячи її в бік у напрямку II позиції; права – на умовне *cou-de-pied*.

На три і – права нога переходить у *demi plié*, ліва через положення *cou-de-pied* позаду відкривається вбік на 45°, руки розкриваються у занижену II позицію, голова повертається ліворуч.

На чотири і – пауза, положення зберігається.

### ***Pas-de-bourrée ballotté.***

Виконується в напрямку вперед і назад, передбачаючи активну участь у русі корпусу. Вправа сприяє виробленню навичок координації, які в подальшому використовуватимуться у більш складних рухах.

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement croisé*, права нога попереду.

Затакт 3/8 – *demi plié* на правій нозі, ліва нога в положенні *cou-de-pied* позаду, права рука в I позиції, ліва в II позиції.

Перший такт.

На раз – одночасно з поворотом корпусу в 2 точку класу ліва нога стає на високі півпальці в V позиції позаду, права нога на умовне *cou-de-pied*; ліва рука з'єднується з правою в I позиції, голова – прямо, погляд на кисті рук.

На два – невеликий крок вперед на *effacé* на високих півпальцях правої ноги, ліва нога в положенні *cou-de-pied* позаду.

На три – ліва нога опускається на *demi plié*, права через прохідне умовне *cou-de-pied* витягується вперед на *effacé*, носком в підлогу. Права рука розкривається у II позицію, ліва – у I позиції; голова ліворуч; корпус відхилений назад (поза *effacée*).

На чотири – поза *effacée* зберігається.

Другий такт.

На раз – права нога підтягується в V позицію попереду на високі півпальці, ліва в положенні *cou-de-pied* позаду; права рука з'єднується з лівою в I позицію, голова – прямо, погляд на кисті рук.

На два – невеликий крок назад на *effacé* на високих півпальцях лівої ноги, права нога на умовне *cou-de-pied*.

На три – права нога опускається на *demi plié*, ліва через прохідне *cou-de-pied* позаду відкривається назад на *effacé*, носком в підлогу. Права рука в I позиції, ліва рука відкривається у II; голова нахиляється ліворуч, корпус спрямовується вперед.

На чотири – поза *effacée* зберігається.

Після засвоєння *pas-de-bourrée ballotté* вправа виконується з поворотом – *en tournant*. Правила виконання ті ж самі, поворот починається в першому кроком (*coupe*) кожного *pas-de-bourrée* в точки 2, 4, 6, 8 плану класу.



Необхідною умовою правильного виконання *pas-de-bourrée ballotté en tournant* є узгодженість і одночасність повороту корпусу і ніг.

В подальшому справа ускладнюється: по завершенні кожного *pas-de-bourrée* нога відкривається вперед і назад на 45°, що підкреслюється активною роботою корпусу.

## Allegro.

В стрибках положення *épaulement* трохи змінює свій напрямок, підкреслюється активним поворотом голови і переміщенням V позиції з точок 8 і 2 плану класу в точку 1. Пожвавлення темпу виконання стрибків. *Demi plié* також змінюється, стає більш пружним і коротким. Удосконалюється висота стрибка і укріплюються м'язи ніг на маленьких стрибках.

Ускладнюються стрибки освоєні на першому курсі, опрацьовуються стрибки в повороті – *en tournant* на 1/4 кола, опановуються стрибки з просуванням.

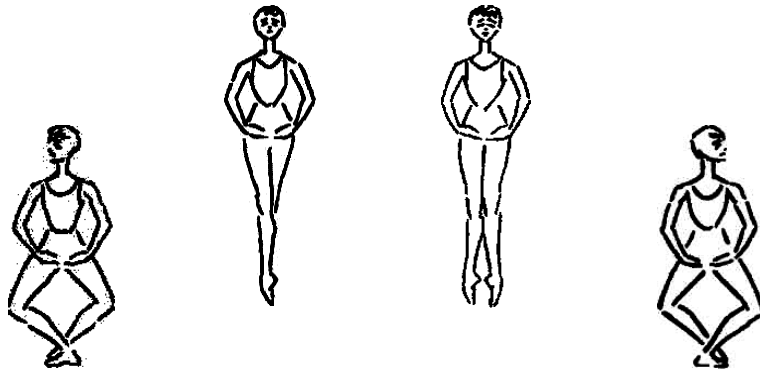
### ***Grand i petit changement de pieds.***

Різниця їх в тому, що вони виконуються на різній висоті. *Petit changement de pied* виконується на невеликій висоті і не потребує великої м'язової сили, як *grand changement de pied*. Ноги повинні бути натягнуті в колінах, підйомі і пальцях.

*Grand changement de pied* виконується на максимальній висоті, потребує великої напруги м'язів ніг і поглибленого *demi plié*, що допомагає сильному поштовху від підлоги.

В завершеному вигляді *grand i petit changement de pieds* виконуються на 1/4 кожне, в середньому темпі.

*Grand changement de pied*



### ***Grand i petit échappé.***

*Petit échappé* виконується на невеликій висоті. Ноги в повітрі у момент стрибка розкриваються на II позицію.

*Grand échappé* виконується на максимальній висоті з більш поглибленого *demi plié*, ноги під час стрибка в верх зберігають в повітрі V позицію, і тільки в момент повернення на підлогу розкриваються на II позицію.

### ***Grand échappé.***

Музичний розмір 4/4, 4 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement croisé*, права нога попереду, руки в підготовчому положенні.

Затакт 3/8: на першу 1/8 – руки розкриваються в *allongée*; на другу 1/8 – *demi plié* в V позиції, руки повертаються в підготовче положення; на третю 1/8 – високий стрибок з фіксацією V позиції в повітрі, корпус повертається *en face*, руки піднімаються в I позицію.

На раз – стрибок завершується на II позицію в *demi plié*, руки розкриваються в II позицію, голова в повороті праворуч.

На і – високий стрибок, в момент якого в повітрі фіксується II позиція ніг.

На два і – ноги з'єднуються в V позицію в повітрі (ліва нога попереду) і опускаються в стримане *demi plié, épaulement croisé*. Руки закриваються в підготовче положення, голова в повороті вліво.

На три і – коліна витягуються.

На чотири – пауза.

*Petit échappé* вивчається в тій самій музичній розкладці, що і *grand échappé*.

### ***Temps levé sauté en tournant.***

Розучування рухів *en tournant* розпочинається з *temps levé sauté* у I і V позиціях.

На початковому етапі стрибок вивчається на 1/4 кола з паузою після кожного руху. Після опрацювання *temps levé sauté* виконується по I позиції підряд на 1/4 кожне.

Засвоєння *temps levé sauté* у V позиції здійснюється за цією самою схемою. Поворот виконується вбік ноги, що перебуває у V позиції попереду.

Обов'язковим є виконання руху в обох напрямках – праворуч і ліворуч.

Правила виконання встановлені для основного руху *temps levé sauté*, залишаються незмінними. При цьому необхідна зібраність усього корпусу, сильне вихідне *demi plié* і стримане еластичне завершальне *demi plié*.

### ***Changement de pieds en tournant на 1/4 кола.***

Стрибок *changement de pieds en tournant* опановується з дотриманням правил виконання основного руху. Поворот виконується в момент стрибка. Руки утримуються в підготовчому положенні.

Необхідно дотримуватись вихідного пружного *demi plié*, невелике посилення корпусу в напрямку повороту із збереженням його прямого положення, завершального стриманого, еластичного *demi plié*.

### ***Pas échappé* на одну ногу.**

Виконується в тій самій музичній розкладці, що і *grand échappé*.

Музичний розмір – 4/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement croisé*, права нога попереду; руки в підготовчому положенні.

Затакт – *demi plié* у V позиції.

На раз – стрибок у II позицію в *demi plié*, руки розкриваються на II позицію, голова в повороті праворуч.

На і – високий стрибок, в момент якого фіксується II позиція ніг.

На два і – стрибок завершується на ліву ногу в *demi plié*, права нога згинається *cou-de-pied* позаду, ліва рука з II позиції закривається через підготовче положення в I позицію, права рука на II позиції, голова в повороті ліворуч корпус – *épaulement croisé*;

На три і – права нога опускається в V позицію, руки в підготовчому положенні, коліна витягуються.

На чотири – “затакт” для виконання *échappé* з іншої ноги.

*Petit échappé* на одну ногу виконується і у зворотному напрямку.

### ***Pas assemblé* з просуванням.**

Починають вивчати *pas assemblé* в позах засвоївши цей рух вперед, вбік і назад *en face*.

### ***Assemblé* в позу *croisée* вперед.**

Музичний розмір 4/4, 1 такт.

Вихідне положення: V позиція ніг *épaulement croisé*, права нога попереду, руки в підготовчому положенні.

На раз – *demi plié*, руки підвищують підготовче положення.

На і – стрибок *pas assemblé* з просуванням вперед, права рука відкривається на II позицію, ліва зберігає I, голова повертається праворуч.

На два і – *assemblé* завершується в *demi plié* у V позиції.

На три і – коліна витягуються, руки зберігають положення пози *croisée*.

На чотири і – руки закриваються в підготовче положення.

*Assemblé* в позу *croisée* назад і *assemblé* в пози *effacée*, *écartée* вперед і назад виконують за тими самими правилами, з урахуванням особливостей кожної пози.

В *assemblé* в позах руки завчасно приймають на вступний такт положення маленької пози, надалі позу приймають в момент стрибка.

Вивчивши рух на 1 такт 4/4, виконують на музичний розмір 2/4, з початком руху на “затакт”.

### ***Double assemblé.***

Подвійне *assemblé*. Виконується *assemblé* однією і тією ж ногою два рази.. В першому *assemblé* ноги в V позиції не міняються, а під час другого *assemblé* разом з переминою ніг, міняється і поворот голови.

Рух виконується вбік ногою, що знаходиться в V позиції позаду, а також попереду. Друге *assemblé* виконується більш активно.

### ***Pas jeté з просуванням.***

Вивчається після опанування *pas assemblé* з просуванням.

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement croisé*, права нога попереду, руки в підготовчому положенні; голова – в повороті праворуч.

На раз – *demi plié* у V позиції, руки ледь при відкриваються і закриваються у підготовче положення, голова повертається ліворуч.

На і – стрибок *pas jeté* з просуванням вбік у напрямку витягнутого носка правої ноги, руки піднімаються в I позицію, голова – *en face*.

На два – *jeté*, завершується *épaulement croisé* в точці витягнутого носка правої ноги, ліва нога на умовному *cou-de-pied*; руки в I позиції, голова – праворуч.

На і три – *assemblé* вперед на *croisé*, руки опускаються в підготовче положення, голова – ліворуч.

На і чотири – ноги витягуються.

*Pas jeté* з просуванням вперед виконується з попереднього вихідного положення. Просування відбувається в момент кидка ноги вперед і завершується в точці витягнутого носка *épaulement croisé*.

### ***Pas de basque.***

Цей рух – стилізація елемента національного танцю народності басків. Це один з стрибків, що виховує координацію і танцювальність. Має ковзкий, стелючий характер виконання і тому виключає високий стрибок.

### ***Pas de basque* вперед.**

Музичний розмір 3/4, 2 такти.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement croisé*, права нога попереду, руки в підготовчому положенні.

Затакт 3/8: на першу 1/8 – *demi plié*; на другу 1/8 – права нога витягується на носок вперед, руки піднімаються в I позицію, голова нахилена до лівого плеча, погляд в долоні; на третю 1/8 – права нога ковзить носком описуючи по підлозі півколо на II позицію, ліва, зберігаючи *demi plié* повертається *en face* і в короткому стрибку витягує коліно, підйом і півпальці. Руки на II позиції.

На раз – з поворотом корпусу і ніг в 2 точку плану класу, ноги з'єднуються в *demi plié* I позиції, в точці витягнутого носка правої ноги; руки закриваються в підготовче положення, голова опускається і повертається праворуч, погляд за кистю лівої руки.

На і – ліва нога витягується ковзким рухом в напрямку 2 точки плану класу, права – зберігає *demi plié*, руки в I позиції.

На два – ліва нога, ковзить носком по підлозі, продовжує рух і переходить в *demi plié*, права – витягується позаду на носок; підтягнутий корпус подається вперед.

На і – ліва нога виштовхується вгору, а права одразу підтягується до неї в V позицію у повітрі.

На три і – з легким просуванням вперед, ноги плавно, стримано опускаються в *demi plié* у V позицію, руки зберігають I позицію.

На раз і – другого такту, ноги витягуються, руки відкриваються на II позицію і опускаються в підготовче положення, голова в повороті вліво;

На два і три і – положення зберігається.

*Pas de basque* назад виконується в тій самій музичній розкладці.

### ***Sissonne ouverte*.**

Відкритий стрибок виконують спочатку носком в підлогу, потім на 45°. Починають вивчати вбік, в подальшому вперед і назад *en face*, в міру засвоєння в маленьких позах.

## **Послідовність вивчення.**

Музичний розмір 4/4, 1 такт.

Вихідне положення: V позиція ніг, *épaulement croisé*, права нога попереду, руки в підготовчому положенні.

На раз – *demi plié* в V позиції.

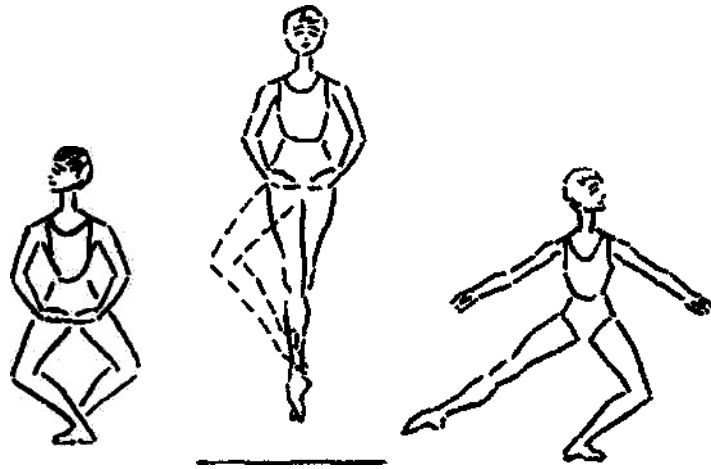
На і – високий стрибок *en face*.

На два – ліва нога, опускається в *demi plié*, права відкривається через умовне *cou-de-pied* вбік носком в підлогу.

На і – ліва нога виштовхується від підлоги у високий стрибок, права підтягується до неї у V позицію в повітрі, ліва нога попереду.

На три і – стрибок завершується в *demi plié* у V позицію *épaulement croisé* з лівої ноги.

На чотири і – коліна витягуються.



Надалі в *sissonne ouverte* включають рухи голови і рук; руки в момент стрибка підвищують підготовче положення, в завершенні стрибка руки відкриваються в напрямку II позиції, голова нахиляється до лівого плеча, погляд на кисть правої руки; в кінці руху руки опускаються в підготовче положення, голова в повороті ліворуч.

*Sissonne ouverte* виконують вбік у зворотному напрямку.

### *Sissonne fermée.*

Закритий стрибок, з двох ніг на дві, виконується з просуванням вбік, з переминою і без перемини ніг.

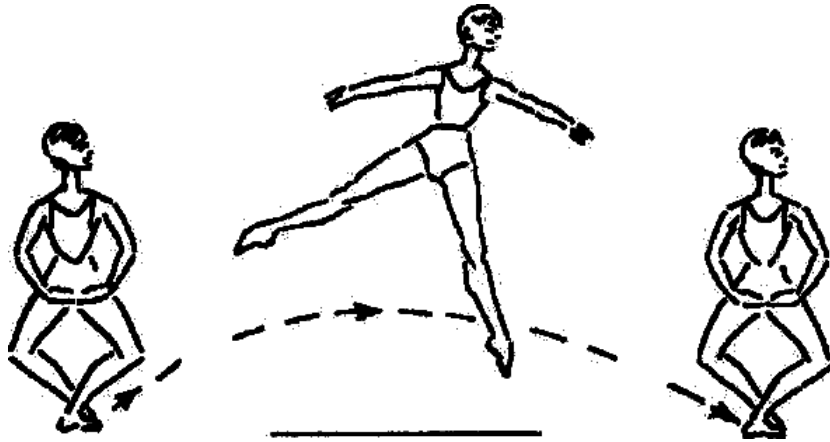
## Послідовність вивчення.

Музичний розмір 4/4, 1 такт.

Вихідне положення: V позиція ніг, *en face*, права нога попереду.

На раз – *demi plié*.

На і – ноги сильно виштовхуються від підлоги, розкриваються на II позицію на 45° в стрибку вгору з просуванням вправо у напрямку точки 3 плану класу.



На два і – стрибок завершується в точці витягнутого носка правої ноги, закриваючись одночасно в V позицію, права нога попереду;

На три і чотири і – ноги витягуються.

*Sissonne fermée* виконується з просуванням в сторону ноги, що знаходиться позаду. Потім *sissonne fermée* виконують в одному напрямку підряд з переміною ніг під час стрибка: поворот голови змінюється в сторону ноги, що закривається в кінці стрибка вперед. Спочатку *sissonne fermée* виконується з руками в підготовчому положенні, потім руки супроводжують рух:

На раз – підвищують підготовче положення;

На і – розкриваються в напрямку II позиції;

На два – закриваються в підготовче положення.

На початку стрибка активна роль належить нозі, яка направляє політ. В кінці стрибка активна роль належить нозі, яка завершує рух.



Вивчивши рух на 1 такт 4/4, *sissonne fermée* виконують на 2/4: одна чверть – стрибок, одна – пауза. Пізніше виконують на кожен чверть.

### ***Sissonne tombée* вперед.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція ніг *épaulement croisé*, права нога попереду.

На раз – *demi plié* у V позиції.

На і – ноги, сильно виштовхнувшись від підлоги, фіксують V позицію в повітрі; руки в I позиції, голова прямо.

На два – ліва нога в *demi plié*, права прохідним рухом через умовне *cou-de-pied* відкривається на *croisé* вперед і ковзнувши носком по підлозі, переходить у *demi plié*; ліва нога витягується на *croisé* назад носком в підлогу. Корпус спрямовується вперед; права рука відкривається в II позицію, ліва в I, голова в повороті праворуч.

На і – ковзний стрибок із просуванням вперед на правій нозі, ліва підтягується до неї у V позицію.

На три – стрибок завершується у *demi plié* в V позиції, руки опускаються в підготовче положення, голова – в повороті праворуч.

На чотири – витягнути ноги в колінах.

### ***Sissonne tombée* назад.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція ніг *épaulement croisé*, права нога попереду.

На раз – *demi plié* у V позиції.

На і – ноги, високий стрибок у V позиції; руки в I позиції, голова – прямо.

На два – права нога в *demi plié*, ліва прохідним рухом через умовне *cou-de-pied* позаду відкривається на *croisé* назад і ковзнувши носком по підлозі, переходить у *demi plié*; права нога витягується на *croisé* вперед носком в підлогу. Корпус подається назад; права рука відкривається в II позицію, ліва в I, голова – в повороті праворуч.

На і – ковзний стрибок із просуванням на лівій нозі, права підтягується до неї у V позицію.

На три – стрибок завершується у *demi plié* в V позиції, руки опускаються в підготовче положення, голова – в повороті праворуч.

На чотири – витягнути ноги в колінах.

### ***Sissonne tombée* вбік.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція ніг *épaulement croisé*, права нога попереду.

На раз – *demi plié* у V позиції.

На і – одночасно з поворотом *en face*, високий стрибок у V позицію; руки піднімаються у I позицію, голова – прямо.

На два – ліва нога в *demi plié*, права прохідним рухом через умовне *cou-de-pied* відкривається у напрямку II позиції і ковзнувши носком по підлозі, переходить у *demi plié*; ліва нога витягується у II позицію носком в підлогу. Корпус ледь нахилиється праворуч; руки відкриваються в II позицію, голова – праворуч.

На і – ковзний стрибок із просуванням на правій нозі, ліва підтягується до неї у V позицію.

На три – стрибок завершується у *demi plié* в V позиції *épaulement croisé*, ліва нога попереду, руки в підготовчє положення, голова в повороті ліворуч.

На чотири – витягнути ноги в колінах.

### ***Pas chassé.***

*Pas chassé* – стрибок із просуванням, у якому в момент стрибка одна нога ніби наздоганяє іншу. Він виконується в напрямках: вбік, а в позах *effacée*, *croisée* – вперед і назад.

*Pas chassé* розпочинається, як правило, з *sissonne tombée*. До його вивчення переходять після опанування *temps lié saute* у V позиції з просуванням.

### ***Pas chassé* по діагоналі вперед.**

Виконується з точки 6 в точку 2 плану класу при його початку з правої ноги і з точки 4 в точку 8 плану класу – при початку руху з лівої ноги.

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг *épaulement croisé*, права нога попереду.

Затакт 3/8: на першу 1/8 – *demi plié* у V позиції, на 2/8 – стрибок в V позиції з поворотом корпусу в 2 точку плану класу; руки в I позиції, голова – прямо.

На раз – *demi plié* на лівій нозі; права через прохідне умовне *cou-de-pied* відкривається вперед (*sissonne tombée*), права рука в II позицію, ліва в III, голова – в повороті ліворуч.

На і – сильно відштовхнувшись правою ногою від підлоги, з'єднати обидві ноги в повітрі в V позиції, одночасно активно просунутись в напрямку 2 точки плану класу, положення рук і голови зберігається.

На два – *demi plié* на лівій нозі, права через прохідне умовне *cou-de-pied* відкривається вперед, і проковзнувши по підлозі, переходить на неї в *demi plié*.

В такому порядку рух виконується кілька разів і завершується *pas assemblé* в V позицію вперед *épaulement croisé*, ліва нога попереду.

За цими самими правилами рух виконується в напрямку назад.

### **Сценічний *sissonne* в I *arabesque*.**

Музичний розмір 3/4, 1 такт.

Вихідне положення: V позиція ніг *épaulement croisé*, права нога попереду, руки в підготовчому положенні.

Затакт 2/8: на першу 1/8 – з поворотом в точку 3 плану класу, руки злегка привідкриваються, піднімаються через підготовче положення в I позицію, погляд на кисті рук; на другу 1/8 – права нога ковзким кроком переходить в *demi plié*.

На раз – підстрибнути на правій нозі вгору, в стрибку ліва нога піднімається на 45°, руки відкриваються в високий I *arabesque*, голова піднімається; погляд направляється на кисть правої руки.

На два і – зберігаючи положення *arabesque*, стрибок завершується в *demi plié*.

На три – права нога витягується, ліва підтягується в V позицію попереду в *épaulement croisé* з поворотом у 2 точку плану класу, руки опускаються в підготовче положення, голова повертається ліворуч.

На раз другого такту – з поворотом в точку 7 плану класу, ліва нога виводиться вперед, руки опускаються в підготовче положення.

На два. три – ліва нога ковзить в напрямку точки 7 плану класу, і рух повторюється в другу сторону.

Сценічний *sissonne* виконується з високо піднятим корпусом і піднятими руками, що надає йому відчуття польоту і легкості. Опорна нога, сильно виштовхується від підлоги, і повинна бути витягнута. Руки відкриваючись в *arabesque*, повинні обов'язково проходити через підготовче положення в I позицію.

## Приклад уроку другого року навчання. Екзерсис біля станка.

### ***Plié.***

Музичний розмір 3/4.

Вихідне положення: I позиція ніг.

На вступ 2 такти: відкрити праву руку через I позицію в II позицію.

1-2-й такти: одне *demi plié* по I позиції, права рука закривається в I позицію і відкривається у II;

3-4-й такти: одне *demi plié*, права рука переводиться у III позицію і відкривається в II;

5-8-й такти: три *relevés* на півпальці (на 3/4 кожне), права рука на кожне *relevé* переводиться у підготовче положення, в I позицію, в III позицію; пауза на півпальцях (2/4), зійти на усю ступню (1/4);

9-16-й такти: два *grands plies* у I позиції;

17-24-й такти: два *grands plies* у II позиції;

25-32-й такти: *port-de-bras* у II позиції на півпальцях до станка;

33-48-й такти: виконати вправу у IV позиції так само, як у I позиції;

49-56-й такти: два *grands plies* у V позиції;

57-64-й такти: третє *port-de-bras* у V позиції на півпальцях.

### ***Battement tendu.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: два *battements tendus* вперед;

2-й такт: поворот *fouetté* до станка (*en dedans*), закрити праву ногу у V позицію позаду;

3-й такт: два *battements tendus* правою ногою назад;

4-й такт: поворот *fouetté* до станка (*en dehors*), закрити праву ногу у V позицію попереду;

5-й такт: два *battements tendus* правою ногою вбік;

6-й такт: *battement tendu* і перехід через *demi plié* по II позиції від станка на праву ногу, ліву закрити у V позицію попереду;

7-й такт: два *battements tendus* лівою ногою вбік;

8-й такт: *battements tendus* і перехід через *demi plié* по II позиції до станка на ліву ногу, праву закрити у V позицію позаду;

9-16-й такти: повторити комбінацію у зворотному напрямку;

17-18-й такти: два *battements tendus* по 1/4 і три по 1/8 у велику позу *effacée* вперед;

19-20-й такти: два *battements tendus* по 1/4 і три по 1/8 у велику позу *écartée* назад;

21-24-й такти: повторити 17-20-й такти у зворотному напрямку.

### ***Battement tendu jeté.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: два *battements tendus jetés* вперед;

2-й такт: *double battement tendu jeté* вперед;

3-й такт: три *battements tendus jetés balancés* по 1/8, пауза (1/8);

4-й такт: два *battements tendus jetés balancés* по 1/8, закрити праву ногу в V позицію позаду;

5-6-й такти: чотири *battements tendus jetés* вбік;

7-й такт: три *battements tendus jetés* по I позиції по 1/8, пауза (1/8);

8-й такт: три *battements tendus jetés* по I позиції по 1/8; закрити праву ногу в V позицію позаду;

9-16-й такти: повторити комбінацію у зворотному напрямку;

17-18-й такти: два *battements tendus jetés* по 1/4 і три 1/8 у велику позу *effacée* вперед;

19-20-й такти: два *battements tendus jetés* по 1/4 і три 1/8 у велику позу *écartée* назад;

21-22-й такти: два *battements tendus jetés* по 1/4 і три 1/8 у велику позу *effacée* назад;

23-24-й такти: два *battements tendus jetés* по 1/4 і три 1/8 у велику позу *écartée* вперед.

### ***Rond de jambe par terre.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: I позиція ніг.

1-й такт: *temps relevé par terre en dehors* (2/4), два *ronds de jambe par terre en dehors* (2/4);

2-й такт: повторити 1-й такт;

3-й такт: три *ronds de jambe par terre en dehors* по 1/8, із завершенням вперед на 45° у *demi plié*, *rond de jambe en dehors* на 45° (2/4) на *plié*;

4-й такт: *rond de jambe en dehors* на  $45^\circ$  на витягнутій нозі (3/4); *passé par terre* із завершенням попереду носком в підлогу (1/4);

5-8-й такти: комбінація повторюється *en dedans*.

9-й такт: *rond de jambe par terre en dehors* на *demi plié*;

10-й такт: *rond de jambe par terre en dedans* на *demi plié* (3/4); *passé par terre* назад (1/4);

11-12 такт: третє *port-de-bras* з ногою, витягнутою назад на носок з *plié*.

### ***Battement fondu.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

На вступ 2/4: *relevé* на півпальці.

1-й такт: два *battements fondus* вперед на півпальцях;

2-й такт: *tombé* з просуванням вперед у *demi plié* на праву ногу і два *battements fondus* лівою ногою назад на півпальцях;

3-й такт: *tombé* з просуванням назад у *demi plié* на ліву ногу і два *battements double fondus* вбік на півпальцях;

4-й такт: *soutenu* в V позиції, права нога позаду (1/4), поворот на  $360^\circ$  *en dehors* (1/4), пауза (1/4); зійти на усю стопу і відкрити праву ногу вбік на  $45^\circ$  (1/4);

5-8-й такти: повторити 1-4-й такти у зворотному напрямку;

9-й такт: *battement fondu* у маленьку позу *effacée* вперед (2/4); *plié – relevé* з *demi rond de jambe* в позу *écartée* назад (2/4);

10-й такт: *battement fondu* у маленьку позу *écartée* назад (2/4); *plié – relevé* в позу *écartée* назад (2/4);

11-12-й такти: повторити 9-10-й такти у зворотному напрямку.

### ***Battement frappé.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

На вступ 2/4: відкрити праву ногу вбік на  $45^\circ$ .

1-й такт: два *battements frappés* вперед на усій стопі;

2-й такт: два *battements frappés* вперед на півпальцях;

3-4-й такти: повторити 1-2-й такт вбік;

5-й такт: *battement double frappé* із завершенням у *demi plié* носком підлогу у маленьку позу *effacée* вперед;  
6-й такт: *battements frappés double* із завершенням у *demi plié* носком в підлогу у маленьку позу *effacée* назад;  
7-8-й такти: два *battements double frappés* вбік *en face* із завершенням у *demi plié* носком в підлогу;  
9-16-й такти: повторити 1-8-й такти у зворотному напрямку.

### ***Rond de jambe en l'air.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

На вступ 2/4: *temps relevé en dehors* на 45°;

1-2-й такти: два *ronds de jambe en l'air en dehors* по 1/4, і три по 1/8 із завершенням у *demi plié*;

3-й такт: три *ronds de jambe en l'air en dehors* по 1/8 із завершенням у *demi plié*.

4-й такт: витягнутись на опорній нозі (1/4), закрити праву ногу в V позицію попереду (1/4);

5-й такт: *battement développé* вбік;

6-й такт: два *ronds de jambe en l'air en dehors* на 90° по 1/4;

7-8-й такти: повторити 5-6-й такти;

9-16-й такти: повторити 1-8-й такти у напрямку *en dedans*.

### ***Petit battement.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

На вступ 2/4: відкрити праву ногу вбік на 45°;

1-2-й такти: чотири – *petits battements* з акцентом вперед по 1/4; завершити в *demi plié* на опорній нозі; робоча нога на умовному *cou-de-pied* попереду (1/4);

3-4-й такти: чотири *petits battements* з акцентом назад по 1/4; завершити в *demi plié* опорній нозі; робоча нога на *cou-de-pied* позаду (1/4);

5-6-й такти: чотири *petits battements* з акцентом вперед по 1/4 на півпальцях;

7-й такт: пауза з ногою на *cou-de-pied* попереду (1/4); *tombé* на праву ногу, ліва на *cou-de-pied* позаду (1/4);

8-й такт: *coupé* на півпальці лівої ноги, праву відкрити вбік (1/4), опуститись на усю стопу лівої ноги (1/4);

9-16 такти: повторити 1-8-й такти у зворотному напрямку.

### ***Adagio.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: *battement développé* вперед(2/4); *demi rond de jambe* на 90° *en dehors* (1/4); *passé* на 90° (1/4);

2-й такт: *battement développé* вбік (2/4); *demi rond de jambe* на 90° *en dehors* (1/4); *passé* на 90° (1/4);

3-й такт: *battement développé* в *demi plié* у велику позу *effacée* вперед (2/4), *demi rond de jambe* на 90° *en dehors* у велику позу *écartée* назад, витягуючи опорну ногу (2/4);

4-й такт: фіксація пози (2/4); закрити ногу в V позицію позаду (2/4);

5-8-й такти: повторити 1-4-й такти у зворотному напрямку;

9-10-й такти: два *battements soutenus* на 90° вбік;

11-12-й такти: третє *port-de-bras* на півпальцях в V позиції *épaulement effacé*.

### ***Grand battement jeté.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: два *grands battements jetés* у велику позу *effacée* вперед;

2-й такт: *grand battement jeté pointé*;

3-й такт: два *grands battements jetés* у велику позу *écartée* назад;

4-й такт: *grand battement jeté pointé*;

5-8-й такти: повторити 1-4-й такти у зворотному напрямку;

9-10-й такти: два *grands battements jetés* вперед (2/4); *relevé* на півпальці у V позиції (2/4);

11-12-й такти: два *grands battements jetés* вбік (2/4); *relevé* на півпальці у V позиції (2/4);

13-16-й такти: повторити 9-12-й такти у зворотному напрямку.

## **Екзерсис на середині залу.**

### ***Маленьке adagio.***

Музичний розмір 4/4.



Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-2-й такт: *temps lié* вперед з перегинанням корпусу, завершити в V позицію; руки розкриті: ліва в III позиції, права в II позиції;

3-й такт: *grand plie* по V позиції з другим *port-de-bras*;

4-й такт: *relevé* по V позиції; положення рук зберігається (2/4); зійти на усю стопу (1/4), повернутись *en face* і перевести прийомом *battement tendu* вбік праву ногу в I позицію;

5-й такт: *grand plie* по I позиції;

6-й такт: *grand plie* по II позиції (3/4); завершити *degagé* на праву ногу, ліва витягнута вбік на носок;

7-8-й такт: нахил корпусу ліворуч, ліва рука в II позиції, права рука в III позиції (4/4); випрямити корпус (2/4); ліву ногу закрити в V позицію попереду з доворотом корпусу в точку 2 плану класу;

9-10-й такт: *temps lié* назад з перегинанням корпусу; завершити в V позицію; права рука в III позицію, ліва рука в II позицію;

11-й такт: *grand plie* по V позиції з другим *port-de-bras*;

12-й такт: *relevé* по V позиції; положення рук зберігається (2/4), зійти на усю стопу (1/4), повернутись *en face* і перевести прийомом *battement tendu* вбік ліву ногу в I позицію;

13-й такт: *grand plie* по I позиції;

14-й такт: *grand plie* по II позиції (3/4); завершити *degagé* на ліву ногу, права витягнута вбік на носок;

15-16-й такт: нахил корпусу ліворуч, ліва рука в II позицію, права рука в III позицію (4/4), випрямити корпус (2/4), праву ногу закрити в V позицію попереду з доворотом корпусу в точку 8 плану класу.

### ***Battement tendu i battement tendu jeté.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: два *battements tendus* в позу *croisée* вперед правою ногою, руки через I позицію розкриваються: ліва рука в III позицію права рука в в II позицію;

2-й такт: *battement tendu* вперед з переходом через *demi plié* по IV позиції; завершити в V позицію ніг, руки закрити в підготовче положення;

3-4-й такт: чотири *battements tendus jetés* в III *arabesque* назад лівою ногою;

5-й такт: два *battements tendus* вбік *en tournant en dehors* в точку 3 плану класу правою ногою (перше *battement tendu* закривати назад; друге – вперед); руки в II позиції;

- 6-й такт: два *battements tendus* вбік *en tournant en dehors* в точку 5 плану класу правою ногою;
- 7-й такт: два *battements tendus* вбік *en tournant en dedans* в точку 7 плану класу лівою ногою (перше *battement tendu* закривати вперед; друге – назад);
- 8-й такт: два *battements tendus* вбік *en tournant en dedans* в точку 1 плану класу;
- 9-10-й такти: чотири *battements tendus jetés* вбік з відходом назад, по чергово правою і лівою ногою; руки в II позиції; голова повертається в бік опорної ноги;
- 11-12-й такти: три *battements tendus jetés* вбік по I позиції правою ногою (3/8), пауза в V позиції (1/8) права нога позаду; три *battements tendus jetés* вбік по I позиції лівою ногою; пауза в V позиції права нога попереду;
- 13-14-й такти: чотири *battements tendus jetés* вбік з підходом вперед, по чергово лівою і правою ногою; руки в II позиції; голова повертається вбік працюючої ноги;
- 15-16-й такти: три *battements tendus jetés* вбік по I позиції лівою ногою (3/8), пауза в V позиції ліва нога попереду (1/8); три *battements tendus jetés* вбік по I позиції правою ногою (3/8); пауза в V позиції ліва нога позаду і доворот корпусу в *épaulement croisé* з правої ноги; руки закрити в підготовче положення.

### ***Rond de jambe par terre.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *en face*, I позиція ніг, руки в підготовчому положенні.

На вступ 4/4: *temps relevé par terre en dehors*, руки розкрити в II позицію.

1-4-й такти: по одному *rond de jambe par terre en tournant en dehors* на 1/8 кола правою ногою на 2/4 кожний;

5-8-й такти: по одному *rond de jambe par terre en tournant en dedans* на 1/8 кола правою ногою на 2/4 кожний, завершити в I позицію ніг, руки в II позиції;

9-12-й такти: третє *port-de-bras* в положенні *en face*, I позиція ніг.

### ***Battement fondu.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: два *battements fondus* вперед в позу *croisée* правою ногою, руки розкриваються: ліва в III позицію, права – в II позицію;

- 2-й такт: *plié* з ногою, піднятою на  $45^\circ$  (1/4); *pas degagé* на праву ногу, ліва нога піднімається в позу *croisée* назад на  $45^\circ$  (1/4); пауза в позі *croisée* назад на  $45^\circ$  (1/4); закрити ліву ногу в V позицію позаду *épaulement croisé* (1/4); руки зберігають попереднє положення;
- 3-й такт: два *battements fondus* вбік правою ногою; з першим *fondu* повернутись *en face*; руки в II позиції;
- 4-й такт: *plié* з ногою, піднятою на  $45^\circ$  (1/4); *pas degagé* на праву ногу, ліва нога піднімається вбік на  $45^\circ$  (1/4); пауза з ногою, відкритою вбік на  $45^\circ$  (1/4); закрити ліву ногу в V позицію попереду *épaulement croisé*, руки закрити в підготовче положення (1/4);
- 5-8-й такти: повторити комбінацію у зворотному напрямку (починаючи з правої ноги у позу *croisée* назад).

### ***Rond de jambe en l'air.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

На вступ 4/4 – *temps relevé* на  $45^\circ$  *en dehors* правою ногою з одночасним розворотом корпусу *en face*, руки відкриваються в II позицію.

1-й такт: *rond de jambe en l'air en dehors* на 1/4; на 1/4 – пауза, на 2/4 – повторити рух ще раз;

2-й такт: чотири *ronds de jambe en l'air en dehors* на 1/4 кожне;

3-4-й такти: закрити праву ногу в V позицію попереду (2/4), через прохідне *cou-de-pied* відкрити праву ногу в позу *effacée* вперед носком у підлогу в *demi plié* (2/4); підтягуючи праву ногу в V позицію попереду виконати *pas-de-bourrée* по IV позиції із завершенням в V позицію позаду (2/4); *temps relevé* на  $45^\circ$  *en dedans* (2/4);

5-6-й такти: повторити 1-2-й такти *en dedans*;

7-8-й такти: закрити праву ногу в V позицію позаду (2/4), через прохідне *cou-de-pied* відкрити праву ногу в позу *effacée* назад носком у підлогу в *demi plié* (2/4); підтягуючи праву ногу в V позицію позаду виконати *pas-de-bourrée* по IV позиції із завершенням в V позицію попереду з розворотом корпусу в *épaulement croisé* (4/4).

### ***Grand battement jeté.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: два *grands battements jetés* правою ногою у позу *croisée* вперед;

2-й такт: одне *grand battement jeté* завершити в *demi plié* по V позиції; руки опустити в підготовче положення (1/4); *temps levé sauté* по V позиції;

3-й такт: два *grands battements jetés* лівою ногою назад у позу *croisée*;

4-й такт: одне *grand battement jeté* завершити в *demi plié* по V позиції; руки опустити в підготовче положення (1/4); *temps levé sauté* по V позиції; пауза (1/4);

5-6-й такт: з розворотом корпусу *en face* три *grand battement jeté* вбік по чергово правою, лівою, правою ногою на 1/4 кожне (з відходом назад), голова повертається в сторону опорної ноги; руки в II позиції завершити в *demi plié* (3/4); *changement de pieds* з переміною ніг (1/4);

7-8-й такти: три *grands battements jetés* вбік по чергово лівою, правою, лівою ногою на 1/4 кожне (з підходом вперед), голова повертається до працюючої ноги; руки в II позицію, завершити в *demi plié* (1/4); *changement de pieds* з переміною ніг і розворотом корпусу в *épaulement croisé*, з правої ноги.

### **Велике adagio.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

На вступ 4/4: крок вперед на праву ногу, ліва позаду витягнута на носок, руки розкрити *allongée* (1/4); закрити ліву ногу в V позицію позаду, руки в підготовчому положенні (1/4); руки підняти в I позицію (1/4), ліву руку відкрити в III позицію, праву – в II позицію; голова повертається праворуч.

1-й такт: *grand plie* по V позиції; з другим *port-de-bras*;

2-й такт: четверте *port-de-bras*;

3-й такт: *battement développé* у велику позу *croisée* вперед правою ногою (2/4); пауза з фіксацією пози (1/4); *demi plié* з ногою піднятою на 90° (1/4);

4-й такт: *degagé* вперед на праву ногу, ліва позаду на 90°, руки в позі III *arabesque* (3/4); закрити ліву ногу в V позицію позаду і повернутись *en face* (1/4);

5-6-й такти: два *battements développés* вбік правою ногою на 4/4 кожне на останню 1/8 *demi plié* по V позиції права нога попереду *épaulement croisé*; руки закрити в підготовче положення;

7-8-й такти: підготовка до піруету *en dehors* по II позиції; завершити в *épaulement croisé* V позиція, ліва нога попереду; права рука в III позиції, ліва – в II позиції;

9-й такт: *grand plie* по V позиції; з другим *port-de-bras*;

10-й такт: четверте *port-de-bras*;

11-й такт: *battement développé* у позу III *arabesque* назад правою ногою (3/4), *demi plié* з ногою піднятою на 90° (1/4);

12-й такт: *degagé* назад на праву ногу, ліва попереду на 90°, руки в позі *croisée* вперед (3/4); закрити ліву ногу в V позицію попереду (1/4);

13-14-й такти: два *battements développés* вбік правою ногою на 4/4 кожне на останню 1/8 *demi plié* по V позиції, ліва нога попереду, *épaulement croisé*; руки закрити в підготовче положення;

15-16-й такти: підготовка до піруету *en dedans* по II позиції; завершити в *épaulement croisé* V позицію, ліва нога попереду.

## **Allegro.**

### ***Temps levé sauté.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-4-й такти: шість *grands temps levé sauté* по I позиції *en face* на 1/4 кожне, руки в підготовчому положенні; перехід через *battement tendu* правою ногою в II позицію; руки розкрити в занижену II позицію (2/4);

5-8-й такти: шість *grands temps levé sauté* по II позиції і перехід в V позицію *épaulement croisé* з правої ноги;

9-12-й такти: шість *grands temps levé sauté* по V позиції (права нога попереду); руки в підготовчому положенні; перехід через *battement tendu* правою ногою в *épaulement croisé* з лівої ноги;

13-16-й такти: шість *grands temps levé sauté* по V позиції (ліва нога попереду); перехід через *battement tendu* правою ногою в V позицію *épaulement croisé*.

### ***Changement de pieds.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-4-й такти: вісім *changement de pieds* на 1/4 кожне (з першим розворот *en face*); руки в підготовчому положенні.

5-8-й такти: сім *changement de pieds en tournant* на 1/4 кола праворуч (перший в повороті, другий без повороту); на останню 1/4 *sauté* по V позиції (ліва нога попереду);

9-12-й такти: вісім *changement de pieds* на 1/4 кожне в положенні *en face*; руки в підготовчому положенні.

13-16-й такти: сім *changement de pieds en tournant* на 1/4 кола ліворуч; на останню 1/4 *sauté* по V позиції (права нога попереду).

### ***Pas assemblé.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: три *pas assemblé* правою ногою в маленьку позу *croisée* вперед на 1/4 кожне (3/4); *sauté* по V позиції (1/4);

2-й такт: три *pas assemblé* лівою ногою в позу *croisée* назад (3/4); *sauté* по V позиції (1/4);

3-й такт: *double assemblé* лівою ногою вбік II позиції (2/4); *double assemblé* правою ногою вбік II позиції (2/4); голова переводиться згідно правил виконання основної форми стрибка *pas assemblé*;

4-й такт: три *pas assemblé* вбік по чергово лівою, правою, лівою ногою (3/4); *sauté* по V позиції з розворотом корпусу в *épaulement croisé* з лівої ноги;

5-8-й такти: комбінація повторюється у зворотному напрямку.

### ***Pas jeté.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-2-й такти: *pas jeté* лівою ногою вбік із закінченням *épaulement croisé* (1/4); *temps levé*, на лівій нозі (1/4); *coupé* на праву ногу і *assemblé* лівою ногою вперед на *croisé* (1/4); витягнутись з *demi plié* (1/8); *demi plié* в V позиції (1/8);

3-4-й такти: повторити 1-2-й такти з правої ноги;

5-6-й такти: *jeté* з *temps relevé* в позу *croisée* по чергово лівою і правою ногою на 2/4 кожне;

7-8-й такти: три *pas jeté* вбік по чергово лівою, правою, лівою ногою (3/4); *pas assemblé* правою ногою вбік з розворотом в *épaulement croisé* з правої ноги;

9-16-й такти: комбінація повторюється у зворотному напрямку.

### ***Sissonne ouverte.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: *sissonne ouverte* правою ногою в маленьку позу *croisée* вперед (1/4); *pas assemblé*, V позиція права нога попереду (1/4);

2-й такт: витягнутись з *demi plié* (1/4); *demi plié* в V позиції (1/4);

3-й такт: *sissonne ouverte* лівою ногою в маленьку позу *croisée* назад (1/4); *pas assemblé*, V позиція права нога попереду (1/4);

4-й такт: витягнутись з *demi plié* (1/4); *demi plié* в V позиції (1/4);

5-й такт: *sissonne ouverte* правою ногою вбік з розворотом корпусу *en face*; руки відкриваються в II позицію (1/4); *pas assemblé*, праву ногу закрити в V позицію позаду (1/4);

6-й такт: *sissonne ouverte* лівою ногою вбік (1/4); *pas assemblé*, ліву ногу закрити в V позицію позаду (1/4);

7-8-й такти: *sissonne ouverte* правою ногою вбік (1/4); *pas assemblé*, завершити в *épaulement croisé* ліва нога попереду (1/4); витягнутись з *demi plié* (1/4); *demi plié* в V позиції (1/4);

9-16-й такти: повторити комбінацію у зворотному напрямку.

### ***Sissonne fermée.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-2-й такти: три *sissonnes fermées* у III *arabesque* на 2/4 кожне; витягнутись з *demi plié* (1/4); *demi plié* в V позиції (1/4);

3-4-й такти: три *sissonnes fermées* на *croisée* назад на 2/4 кожне; витягнутись з *demi plié* у V позиції (1/4); *demi plié* (1/4);

5-6-й такти: три *sissonnes fermées* праворуч і ліворуч із закриттям ноги вперед на 2/4 кожне; завершити ліва нога попереду в *épaulement croisé*; витягнутись з *demi plié* (1/4); *demi plié* в V позиції (1/4);

7-8-й такти: три *sissonnes fermées* ліворуч і праворуч із закриттям ноги вперед на 2/4 кожне; останнє завершити в *épaulement croisé*, права нога попереду.

### ***Sissonne tombée.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: *sissonne tombée* вперед на праву ногу; руки у маленькій позі *croisée* (2/4); *pas assemblé* в V позиції; права нога попереду (2/4);

2-й такт: *sissonne tombée* вбік *en face* на праву ногу; руки у II позицію (2/4); *pas assemblé* в V позиції; ліва нога попереду, *épaulement croisé* (2/4);

3-й такт: *sissonne tombée* вперед на ліву ногу (2/4); *pas assemblé* в V позиції; ліва нога попереду (2/4);

4-й такт: *sissonne tombée* вбік на ліву ногу (2/4); *pas assemblé* в V позиції; права нога попереду, *épaulement croisé* (2/4);

5-8-й такти: комбінація виконується у зворотному напрямку.

## **Показники підсумкового контролю.**

### ***III семестр.***

*Студент повинен знати:*

- педагогічні прийоми відомих педагогів класичного танцю: А.Я.Ваганової, В.Тихомирова, Л.Гердт, М.Тарасова;
- методику виконання рухів (згідно програми); типові помилки при виконанні рухів та прийоми їх подолання;
- принципи поєднання окремих елементів у сполучення;
- принципи зміни музичної розкладки рухів.

*Студент повинен володіти навичками:*

- виконання рухів екзерсису в поєднанні з найпростішими *port-de-bras*;
- виконання елементарних рухів класичного танцю в позах;
- координації при поєднанні рухів в елементарному *adagio*;
- виконання поз класичного танцю на 90°;
- складання комбінацій екзерсису біля станка.

### ***IV семестр.***

*Студент повинен знати:*

- термінологію класичного танцю (групи рухів, поняття, елементи, пози та інше);
- методику виконання рухів (згідно програми); типові помилки при виконанні рухів та прийоми їх подолання;
- принципи побудови екзерсису біля станка;
- принципи музичного оформлення уроку класичного танцю.

*Студент повинен володіти навичками:*

- виконання рухів екзерсису біля станка на півпальцях;
- виконання поз класичного танцю у комбінаціях екзерсису;
- виконання елементарних рухів екзерсису на середині залу *en tournant*;



- виконання підготовчих вправ (*preparation*) до обертання;
- виконання рухів *allegro*;
- наступного рівня ускладненої координації при поєднанні рухів і елементів, визначених програмою.

*Студент повинен володіти вміннями:*

- визначати і враховувати раціональне дозування м'язового навантаження;
- визначати причини помилок і засоби їх запобігання.

## Третій рік навчання.

Основним завданням третього року навчання є закріплення вивченої хореографічної азбуки, того необхідного фундаменту, на якому створюються і розвиваються рухи класичного танцю. Тому тут перш за все виробляють правильність і чистоту виконання, розвивають силу і витривалість, закріплюють стійкість у вправах на півпальцях на середині залу.

Скорочується тривалість відпрацювання екзерсису біля станка за рахунок пожвавлення темпу, об'єднання окремих рухів у комбінації, виконання вправ підряд правою і лівою ногами або однією – у напрямку вперед, іншою у зворотному напрямку. Поряд з цим ця частина уроку ускладнюється: вводяться різноманітні повороти і обертання, урізноманітнюються сполучення, вивчаються технічно складні рухи, елементи.

Розпочинається опанування великих стрибків, в зв'язку з чим зосереджується увага на допоміжних і зв'язуючих рухах. Продовжується робота над розвитком музичальності виконання.

## Програма третього року навчання.

### Екзерсис біля станка.

1. *Grand rond de jambe jeté.*
2. Поворот *fouetté en dehors* і *en dedans* на 1/8, 1/4, 1/2 кола з ногою, піднятою на 45°, 90°.
3. Третє *port-de-bras* з ногою витягнутою назад на носок, з переходом з однієї ноги на іншу.
4. *Battement fondu* на 90°.
5. *Battement double frappé* з поворотом на 1/4 і 1/2 кола.
6. *Battement battu.*
7. *Battement développé* на півпальцях.
8. *Battement développé tombé.*
9. *Grand rond de jambe développé.*
10. *Grand battement jeté – passé.*
11. *Grand battement jeté balancé.*
12. *Preparation* до *pirouette en dehors* і *en dedans* з V позиції.
13. *Pirouette en dehors* і *en dedans* з V позиції.

### Екзерсис на середині залу.

1. *Pirouette en dehors* і *en dedans* з II позиції.
2. *Pirouette en dehors* і *en dedans* з V позиції.
3. *Pirouette en dehors* і *en dedans* з IV позиції.
5. Шосте *port-de-bras.*
6. *Temps lié* на 90° з переходом на усю стопу і на півпальці.
7. *Tour lent.*
8. Повороти *fouetté en dehors* і *en dedans* з пози в позу.
9. *Pas-de-bourrée en tournant en dehors* і *en dedans.*
10. *Pas-de-bourrée dessus-dessous.*
11. *Tour chaîné.*

**11. *Pas glissade en tournant.***

**Allegro.**

**1. *Temps levé*** з ногою *sur le cou-de-pied*.

**2. *Temps levé*** з ногою на 45°.

**3. *Jeté – fermé.***

**4. *Grand sisonne ouverte.***

**5. *Grand assemblé.***

**6. *Pas ballonné.***

**7. *Pas ballotté.***

**8. *Temps lié sauté.***

**9. *Pas de chat.***

**10. *Pas emboité*** вперед і назад на 45°.

**11. *Grand changement de pieds en tournant*** на 1/2 кола.

**12. *Grand échappé en tournant.***

**13. *Échappé battu.***

## Екзерсис біля станка.

На третьому році навчання скорочується тривалість відпрацювання екзерсису біля станка.

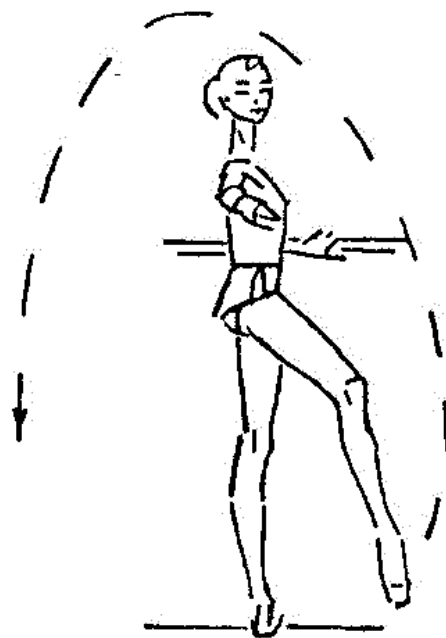
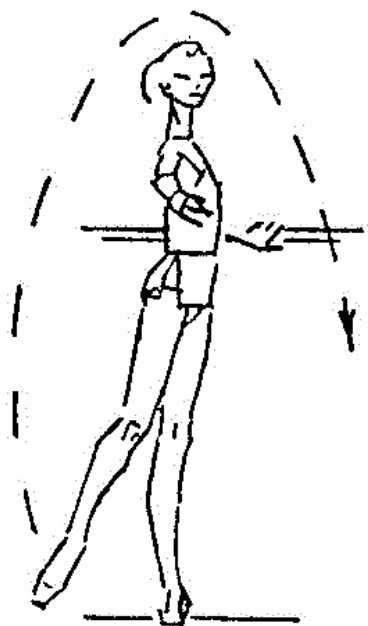
Вводяться різноманітні повороти і обертання, урізноманітнюються сполучення, вивчаються технічно складні рухи, елементи.

Опановуються нові рухи.

### *Grand rond de jambe jeté.*

Цей рух належить до розряду найскладніших і спрямований на розвиток рухливості тазостегнового суглоба. Після його опанування в “чистому” вигляді рух виконується в комбінації з *rond de jambe par terre*.

### *Grand rond de jambe jeté en dehors.*



Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: I позиція ніг; ліва рука на станку, права – в підготовчому положенні; голова – в повороті праворуч.

На вступні акорди права рука відкривається через I позицію в II; одночасно права нога відводиться назад, носком в підлогу.

На раз – права нога ковзним рухом через I позицію (*passé par terre*) відводиться вперед на 45° у напівзігнуте положення; стегно виворітне, п'ятка подана вперед.

На два – нога витягується в коліні у напрямку умовного *effacé* вперед і сильним кидком піднімається; продовжує рух через II позицію утримуючи виворітність в тазостегновому суглобі, відводиться на

максимальну висоту до положення умовного *ecarté* назад.

На і – посилюючи виворітність нога опускається позаду носком в підлогу.

На три, чотири – положення зберігається.

Під час виконання корпус залишається підтягнутим і нерухомим; голова – в повороті праворуч.

### ***Grand rond de jambe jeté en dedans.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: I позиція ніг; ліва рука на станку, права – в підготовчому положенні; голова – в повороті праворуч.

На вступні акорди права рука відкривається через I позицію в II; одночасно права нога відводиться вперед, носком в підлогу; голова – в повороті праворуч.

На раз – права нога ковзним рухом через I позицію (*passé par terre*) відводиться назад на 45° у напівзігнуте положення; верхня частина ноги виворітня, нижня частина ноги і п'ятка стримуються.

На два – нога витягується в коліні у напрямку умовного *effacé* назад і сильним кидком піднімається; продовжує рух через II позицію і посилюючи виворітність ноги в тазостегновому суглобі, нога відводиться на максимальну висоту до положення умовного *écarté* вперед.

На і – завершуючи коло опустити ногу вперед, носком в підлогу.

На три, чотири – положення зберігається.

На початковому етапі, для кращого освоєння всіх прохідних точок, рух рекомендується виконувати шляхом повільного, без зупинок, переведення ноги по колу, а після засвоєння – за допомогою кидка, на 1/4 кожний рух (4/4), або один такт (3/4).

**Поворот *fouetté en dehors* і *en dedans* на 1/8, 1/4, 1/2 кола зноєю, піднятою на 45°, 90°.**

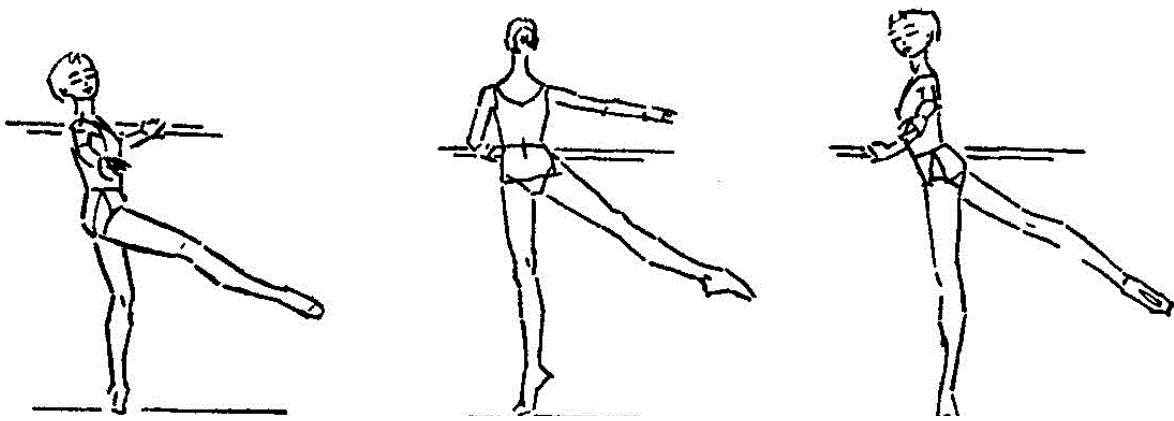
### **Поворот *fouetté* до станка.**

#### ***En dedans.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога попереду, ліва рука на станку, права рука – у підготовчому положенні; голова – в повороті праворуч.

На *preparation* (один такт) – права нога піднімається вперед на 45° або 90°, права рука відкривається через I позицію в II.



підтягнуті. Права рука кладеться на станок, ліва відкривається у II позицію; голова “випереджаючи” поворот, повертається ліворуч.

На три, чотири – положення фіксується, воно є вихідним для продовження вправи.

### ***En dehors.***

На раз, два – корпус повертається до станка; п’ятка опорної ноги стримується; права нога, посилюючи виворітність у своїй верхній частині і п’ятці, утримує висоту 45° або 90° і прохідним рухом через II позицію переходить у положення попереду. Корпус і тазостегновий пояс підтягнуті. Ліва рука кладеться на станок, права відкривається у II позицію; голова “випереджаючи” поворот, повертається праворуч.

На три – положення фіксується.

На чотири – нога опускається в V позицію.

### **Поворот *fouetté* від станка.**

#### ***En dehors.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога позаду, ліва рука на станку, права рука – у підготовчому положенні; голова – в повороті праворуч.

На *preparation* (один такт) – права нога піднімається назад на 45° або 90°, права рука відкривається в II позицію.

На раз, два – корпус повертається від станка; п’ятка опорної ноги при пересуванні стримується; права нога, посилюючи виворітність у своїй верхній частині і п’ятці, утримує висоту 45° або 90° і прохідним рухом через II позицію переходить у положення попереду. Ліва рука, допомагаючи повороту, відкривається у II позицію, права кладеться на станок; голова “випереджаючи” поворот, повертається ліворуч.

На три, чотири – положення фіксується, воно є вихідним для продовження вправи.

### ***En dedans.***

На раз, два – корпус повертається від станка; п'ятка опорної ноги виштовхується активно вперед; права нога, посилюючи виворітність у своїй верхній частині і утримуючи висоту 45° або 90°, прохідним рухом через II позицію переходить у положення позаду. Права рука, допомагаючи повороту, відкривається у II позицію, ліва кладеться на станок; голова повертається праворуч.

На три – положення фіксується.

На чотири – працююча нога опускається в V позицію.

### **Третє *port-de-bras* з ногою витягнутою назад на носок, з переходом з однієї ноги на іншу.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: опорна (ліва) нога витягнута, працююча (права) – позаду, носком у підлогу; рука у II позиції; голова – в повороті праворуч.

Перший такт:

На раз, два – посилюючи виворітність обох ніг, виконується *demi plié* на опорній нозі з поступовим його поглибленням; працююча сильно витягнута нога ковзить назад; корпус нахиляється вперед; рука опускається в I позицію, погляд на кисть руки.

На три, чотири – за допомогою енергійного поштовху опорної ноги корпус випрямляється, центр ваги переноситься на праву ногу, яка переходить на всю ступню в точку витягнутого носка. Права рука піднімається через I позицію в III; голова – в повороті праворуч.

Другий такт:

На раз, два – корпус, зберігаючи підтягнутість, поступово перегинається назад; голова і руки зберігають попереднє положення.

На три, чотири – корпус вирівнюється, рука розкривається у II позицію; голова – в повороті праворуч.

### ***Battement fondu* на 90°.**

Як і *battement fondu* на 45°, даний рух розвиває еластичність, силу ніг на більш високому рівні складності. В процесі вивчення опановуються два прийоми його виконання.

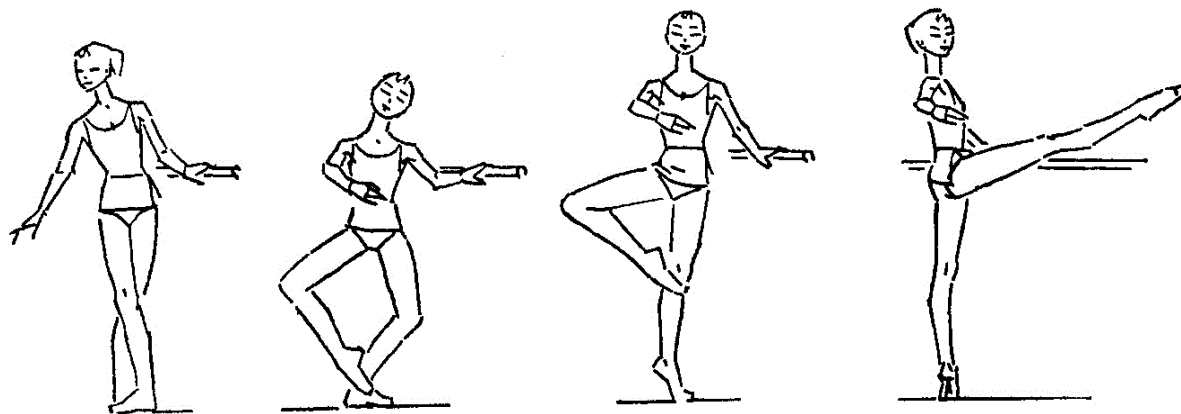
I. Музичний розмір 4/4.



Вихідне положення: V позиція, права нога попереду; ліва рука на станку, права – в підготовчому положенні; голова – в повороті праворуч.

На раз – опорна нога починає *demi plié*, з поступовим його поглибленням; одночасно працююча нога набуває положення умовного *cou-de-pied*, права рука в I позицію; голова нахилиється ліворуч.

На два – опорна нога поступово витягується і піднімається на півпальці; одночасно працююча нога піднімається до коліна опорної ноги.



На три – не затримуючись біля коліна опорної ноги, працююча нога відкривається в заданому напрямку на  $90^\circ$  за правилами *battement développé*; рука відкривається у II позицію; голова праворуч.

На чотири – фіксується положення ноги на  $90^\circ$  у заданому напрямку.

Наступний такт вправа виконується з висоти  $90^\circ$  у такій самій музичній розкладці. Працююча рука супроводжує рухи ноги; голова

проводжаючи поглядом рух руки, завершує вправу поворотом праворуч.

**II.** Даний прийом є підготовкою до *grand temps relevé* і *temps lié* на  $90^\circ$ .

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога попереду; ліва рука на станку, права – в підготовчому положенні; голова – в повороті праворуч.

На раз – опорна нога починає *demi plié*, з поступовим його поглибленням; одночасно працююча нога прохідним рухом через умовне *cou-de-pied* піднімається до коліна опорної ноги попереду. Рука переходить в I позицію; голова нахилиється ліворуч.

На два – обидві ноги поступово витягуються, опорна піднімається на півпальці, працююча відкривається в заданому напрямку; рух ніг закінчується одночасно. Рука відкривається в II позицію, голова повертається праворуч.

На три – положення зберігається.

На чотири – працююча нога переходить у V позицію, одночасно опорна опускається з пів пальців; рука закривається в підготовче положення.

В завершеному вигляді рух виконується на 2/4. Правила виконання *battement fondu* на 90° ті ж самі, що і для *battement fondu* на 45°. Корпус під час руху підтягнутий; центр ваги переміщується в процесі виконання в залежності від спрямованості рухів.

Чергування положення на півпальцях із *demi plié* здійснюється на основі відповідних правил: переходячи з півпальців у *demi plié*, сильно витягнута в коліні опорна нога п'яткою, що виштовхується вперед, опускається на підлогу; після цього виконується *demi plié*.

При зворотному порядку виконання опорна нога сильно витягується в коліні, після чого виконується піднімання на півпальці.

### ***Battement double frappé* з поворотом на 1/4 і 1/2 кола.**

Виконання *battement frappé* в позах і відпрацьовані у зв'язку з цим прийоми переходу з одного положення в інше підводять до засвоєння *battement double frappé* з поворотом на 1/4 і 1/2 кола.

В цьому русі поворот здійснюється безпосередньо в момент згинання ноги і переведення її із одного положення в інше прийомом *petit battement*, а її витягування в заданому напрямку – без повороту.

*Double frappé* може виконуватись з пози *effacée* вперед в позу *effacée* назад (на 1/4 кола) чи в зворотному напрямку, або з пози *effacée* вперед в позу *ecartée* вперед (із пози *effacée* назад, в позу *ecartée* назад).

У іншому випадку (на 1/2 кола) рух розпочинається з положення витягнутої ноги в IV позиції попереду і завершується позаду, або навпаки.

Під час повороту *en dehors* опорна нога стримується, а працююча активно спрямовує поворот. Під час повороту *en dedans* принцип роботи опорної ноги (активне виштовхування п'ятки) зберігається, тоді як стегно працюючої ноги стримується.

Даний рух може виконуватись на півпальцях, а також розпочинаючи із положення у *demi plié* з *relevé* на півпальці в момент повороту і з завершенням у *demi plié*.

### ***Battement battu*.**

Даний рух спрямований на продовження розвитку рухливості колінного суглоба. Його освоєння розпочинається в положенні *en face*, а пізніше, виконується на *effacé*.

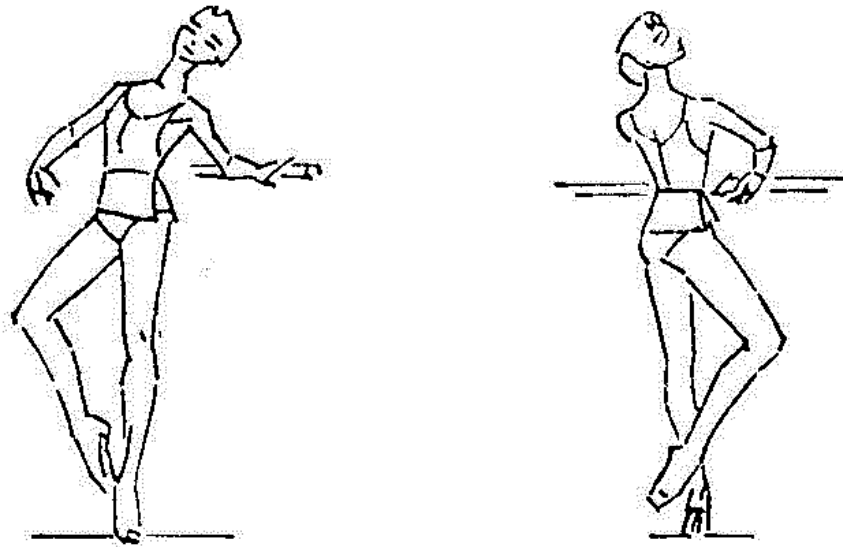
Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога попереду.

На вступні акорди права рука через I позицію переводиться у II, працююча нога відкривається в напрямку II позиції на 45°; одночасно опорна нога піднімається на півпальці.

***Battu nonperedu*** – права нога виконує короткі удари носком приблизно посередині стопи опорної ноги на кожну восьму долю такту.

***Battu pozady*** – удар виконується п'яткою робочої ноги під литкою опорної ноги на таку ж саму музичну розкладку.



Під час виконання стегно працюючої ноги зберігає виворітність і нерухомість.

Після опанування *battement battu* його виконання прискорюється (удар на кожну 16 долю такту).

При виконання *battement battu* у *effacé* необхідно виконати *preparation*: прийомом *battement tendu* відкрити ногу носком у підлогу в маленьку позу *effacée* вперед або назад і піднятися на високі півпальці опорної ноги, а робочу підняти на 45°.

З першим ударом підтягнутий корпус ледь прогинається під лопатками назад; рука переходить у I позицію, голова повертається ліворуч.

Рух виконується у комбінації з *petit battement*.

### ***Battement développé* на півпальцях.**

Освоєнню руху передуює вивчення *relevé* на півпальцях із ногою, піднятою на 90°. Необхідно стежити за підтягнутістю корпусу і тазостегнового пояса, а також положення стопи на півпальцях, яка повинна бути рівною і напруженою.

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога попереду.

Затакт – 3/8:

На 1/8 – права рука злегка відкривається, голова ледь опускається.

На 1/8 – рука повертається у підготовче положення, права нога піднімається на умовне *cou-de-pied*.

На 1/8 – працююча нога не затримуючись піднімається до коліна опорної ноги, яка в цей час піднімається на півпальці; рука переводиться в I позицію, голова ледь нахиляється ліворуч.

На раз – *développé* вперед, права рука відкривається у II позицію, голова – в повороті праворуч.

На два, три – положення зберігається.

На чотири – працююча нога опускається, опорна нога стає всією ступнею на підлогу, і обидві ноги поєднуються у V позицію.

Ноги зберігають виворітність, центр ваги переноситься на опорну ногу. За цими правилами рух опановується в усіх напрямках.

### ***Battement développé tombé.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога попереду, права рука в підготовчому положенні, голова – в повороті праворуч.

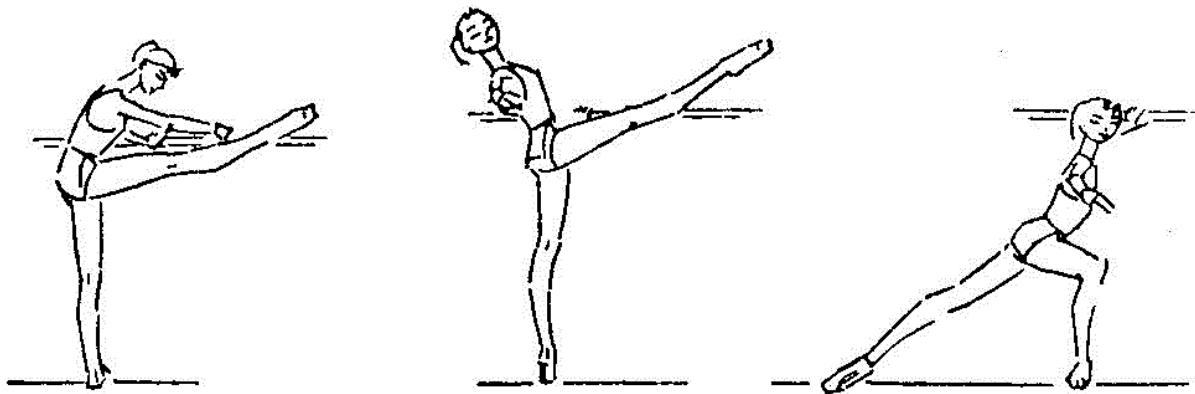
Затакт 3/8:

На 1/8 – права рука ледь привідкривається.

На 1/8 – рука повертається в підготовче положення.

На 1/8 – права нога піднімається через умовне *cou-de-pied* до середини коліна опорної ноги, одночасно рука в I позицію, голова повертається ліворуч.

На раз і – *battement développé* вперед; рука відкривається у II позицію, голова – в повороті праворуч.



На два і – корпус, посилюючи підтягнутість тазостегнового пояса, ледь відхиляється назад; ліва нога активно піднімається на півпальці, права підвищується; рука зберігає II позицію, голова – в повороті праворуч.

На три і – утримуючи ногу якомога довше в повітрі і – збільшуючи амплітуду, виконати *tombé* вперед, з поступовим перенесенням ваги на опорну ногу. Торкнувшись пальцями

підлоги, права нога поступово переходить у *demi plié*; ліва нога витягуючи підйом, торкається витягнутими пальцями підлоги, корпус ледь спрямовується вперед, опорна рука просувається по станку вперед, права рука перебуває у II позиції, голова – в повороті праворуч, погляд – в долоню.

На чотири і – корпус вирівнюється, центр ваги переноситься на ліву ногу, яка з носка переходить на всю ступню; права нога закривається у V позицію попереду, ліва рука повертається у вихідне положення, права рука опускається у підготовче положення, голова – в повороті праворуч.

### ***Battement développé tombé* назад.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога позаду, права рука в підготовчому положенні, голова – в повороті праворуч.

Розпочинаючи рух затактом (на 3/8).

На раз і – *battement développé* назад, права рука відкривається через I позицію у II, голова – в повороті праворуч.

На два – корпус ледь нахиляється вперед, права нога підвищується, права рука спрямовується в напрямку I позиції.

На і – посилюючи підтягнутість тазостегнового корпусу і стримуючи висоту правої ноги, вирівняти корпус, спрямувати його вгору; ліва нога енергійно піднімається на півпальці, права рука відкривається у II позицію, голова – і повороті праворуч.

На три і – утримуючи ногу якомога довше в повітрі і збільшуючи амплітуду, виконати *tombé* назад, із поступовим перенесенням центру ваги на опорну ногу. Торкнувшись пальцями підлоги, права нога поступово переходить у *demi plié* ліва нога витягуючи підйом торкається витягнутими пальцями підлоги, корпус ледь спрямовується назад; опорна рука посувається по станку назад, права рука у II позиції, голова – в повороті праворуч.

На чотири і – корпус вирівнюється, центр ваги переноситься на ліву ногу, яка з носка переходить на всю ступню; права нога закривається у V позицію позаду; ліва рука повертається по станку у вихідне положення, права рука опускається у підготовче положення, голова – в повороті праворуч.

### ***Battement développé tombé* вбік.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога попереду, права рука в підготовчому положенні, голова – в повороті праворуч.

Розпочинаючи рух затактом (на 3/8).

На раз і – *battement développé tombé* вбік, рука відкривається через I позицію у II, голова – в повороті праворуч.

На два – корпус нахиляється ліворуч, права нога підвищується, права рука піднімається у III позицію, голова повертається ліворуч.

На і – посилюючи підтягнутість тазостегнового корпусу і стримуючи ногу, корпус активно вирівнюється, спрямовуючись вгору; опорна нога енергійно піднімається на півпальці, рука відкривається у II позицію, голова – *en face*.

На три і – утримуючи ногу якомога довше в повітрі і розширюючи амплітуду, *tombé* вбік, центр ваги переноситься на опорну ногу. Торкнувшись пальцями підлоги, права нога поступово переходить у *demi plié*, ліва нога витягуючи підйом торкається витягнутими пальцями підлоги, корпус перегинається праворуч; ліва рука піднімається у III позицію, права рука залишається у II, голова – в повороті праворуч.

На чотири і – ліва рука, розкриваючись у II позицію, знову кладеться на станок; корпус вирівнюється, центр ваги передається на ліву ногу, яка з носка переходить на всю ступню; права нога закривається у V позицію позаду, права нога опускається в підготовче положення, голова – в повороті праворуч.

Під час виконання вправи необхідно слідкувати за виворітністю обох ніг на підлозі і в повітрі, рівністю тазостегнового пояса і плечей. Робоча нога повинна відкриватись вперед, вбік і назад чітко по прямій і опускатись на підлогу в точці навпроти п'ятки опорної ноги.

Після опанування *battement développé tombé* його музична розкладка змінюється, завершення руху ускладнюється: на четверту чверть після переходу з однієї ноги на іншу працююча нога, витягуючись, закривається у V позицію і прийомом *développé* відкривається на 90° у визначеному напрямку, а опорна нога одночасно піднімається на півпальці.

### ***Grand rond de jambe développé.***

Виконується на усій стопі і на півпальцях. Його виконанню передуює *battement développé*, після якого, утримуючи опорну ногу виворітною і витягнутою, а її стопу – сильною і рівною на фіксованій висоті, переходять до виконання на півпальцях *grand rond de jambe*.

Під час виконання руху працююча нога зберігає виворітне і підтягнуте в тазостегновому суглобі положення. Корпус підтягнутий, плечі і стегна рівні, центр ваги переноситься на опорну ногу.

Виконуючи рух в напрямку *en dehors* в момент переведення працюючої ноги з положення попереду в напрямку II позиції і відведення назад, корпус, зберігаючи підтягнутість і рівність, ледь подається вперед.

При виконанні руху *en dedans* в момент переведення ноги з положення позаду вбік, корпус, посилюючи підтягнутість, вирівнюється і нога продовжує рух до положення попереду.

Музичний розмір – 4/4. Спочатку вправу виконують на два такти, а по засвоєнню – на один такт.

### ***Grand battement jeté passé.***

Цей рух виконується за правилами *grand battement jeté*, але з переводом ноги з одного напрямку в інше за допомогою прийому *passé* на висоті 90°.

Виконується тільки у двох напрямках – вперед і назад. Акцент руху припадає на кидок ноги вгору.

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога попереду.

На вступні акорди права рука відкривається через I позицію в II.

На і – *grand battement jeté* вперед із незначним відхиленням корпусу назад.

На раз – працююча нога, посилюючи виворітність у своїй верхній частині, згинається в коліні і проводиться пальцями повз опорну ногу на рівні її коліна; корпус у цей час вирівнюється.

На і – продовжуючи рух, працююча нога витягується назад на 90°, корпус подається вперед.

На два – рух завершується у V позицію.

При виконанні руху у зворотному напрямі необхідно щоб у момент згинання ноги у коліні, стегно було максимально відведене вбік і здійснювати переведення ноги вперед її нижньою частиною.

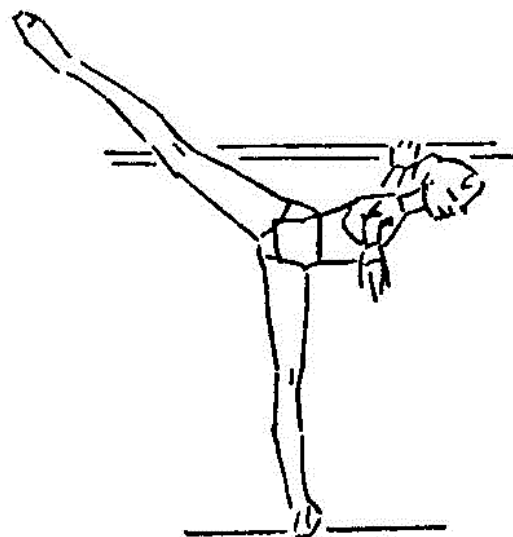
Під час виконання *grand battement jeté* корпус підтягнутий, тазостегновий пояс і плечі рівні. Рука, покладена на станок залишається нерухомою; голова – в повороті вбік працюючої руки, відкритої у II позицію.

### ***Grand battement jeté balancé.***

Цей рух є ускладненою формою освоєних раніше *grand battement jeté*, тому правила його виконання залишаються незмінними. Але суттєво ускладнюється координація, адже у виконанні вправи активну участь бере корпус.

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: I позиція, права рука в підготовчому положенні, голова – в повороті праворуч.



корпусу назад і нахили вперед повинні бути рівномірними. Неодмінною умовою правильного виконання є збереження прямої, підтягнутої спини.

Тазостегновий пояс підтягнутий, опорна нога залишається витягнутою, нерухомою і виворітною. Рука зберігає положення у II позиції, поворот голови праворуч, опорна рука не змінює свого положення на станку.

На вступні акорди права рука через I позицію переводиться в II, одночасно права нога відкривається назад у IV позицію, носком у підлогу.

На раз – *grand battement jeté*, через I позицію вперед; одночасно корпус відхиляється назад.

На і – положення зберігається.

На два – кидок працюючої ноги ковзким рухом через I позицію назад, одночасно корпус нахилиється вперед.

На і – положення фіксується. Відхилення



***Preparation* до *pirouette en dehors* і *en dedans* з V позиції.**

*Pirouettes* і підготовчі вправи до них починають вивчати спочатку на середині залу, і тільки після засвоєння правильних прийомів переносять у вправи біля станка, так як *pirouettes* біля станка виконувати складніше, чим на середині залу.

***Preparation* до *pirouette en dehors*.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога попереду; ліва рука на станку, права в підготовчому положенні, голова – в повороті праворуч.

На раз і – *demi plié* в V позиції, права рука піднімається в I позицію, голова повертається прямо.

На два і – поштовхом п'яток від підлоги ліва нога піднімається на високі півпальці, права – на умовне *cou-de-pied*, ліва рука з'єднується з правою в I позицію, голова залишається *en face*.

На три і чотири – положення зберігається.

На раз і два наступного такту – права нога, посилюючи виворітність, опускається назад у *demi plié* в V позицію, права рука відкривається на II позицію, ліва – повертається на станок, голова повертається праворуч.

На три і чотири – вихідне положення.

***Preparation* до *pirouette en dedans*.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога позаду; ліва рука на станку, права в підготовчому положенні, голова – в повороті праворуч.

На раз і – *demi plié* в V позиції, права рука піднімається в I позицію і відкривається в II, голова *en face*.

На два, і – поштовхом п'яток від підлоги ліва нога піднімається на високі півпальці, права, посилюючи виворітність верхньої частини і п'ятки, піднімається на умовне *cou-de-pied*, ліва рука з'єднується з правою в I позицію, голова залишається *en face*.

На три і чотири – положення зберігається.

На раз і два наступного такту – права нога, зберігаючи виворітність, опускається вперед у *demi plié* в V позицію, права рука відкривається на II позицію, ліва – повертається на станок; голова – в повороті праворуч.

На три і чотири – вихідне положення.

***Pirouette en dehors i en dedans* з V позиції.**

Відпрацювавши *pirouette* з V позиції на середині залу його вводять у вправи біля станка. Під час виконання необхідно стежити за підтягнутістю вертикального положення корпусу, загальною зібраністю, чіткою координацією рухів усіх частин тіла.

Необхідно, щоб рука в *pirouette* допомагала правильності повороту і забиралась з станка разом з поворотом корпусу, а не відштовхувалась від станка.

Опорна нога в положенні на високих півпальцях натягнута і виворітна; працююча нога, піднімаючись на *cou-de-pied*, виворітна і активна.

Підготовчі вправи і *pirouettes* вводяться у вправи біля станка, як в середині, так і в кінці вправи.

Музичний розмір залежить від вправи, з якою вони поєднуються.

## Екзерсис на середині залу.

Продовжується відпрацювання виконавських навичок. Засвоюються рухи екзерсису, які виконуються *en tournant* з поворотом на 1/4 кола.

Окремі рухи опрацьовуються на півпальцях.

Засвоюються оберти – *pirouettes* з II, IV, V позицій, і поступово вводяться в комбінації екзерсису.

### ***Pirouette en dehors* з II позиції.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *en face*, V позиція, права нога попереду.

Затакт – *demi plié* в V позиції. Перший такт:

На раз і – виштовхнувшись п'ятками від підлоги, *relevé* на півпальці в V позиції, руки піднімаються в I позицію, голова *en face*, погляд спрямований поперед себе.

На два і – положення зберігається.

На три і – права нога відкривається в II позицію на 45°, руки відкриваються в II позицію.

На чотири – положення зберігається.

На і – пружне *demi plié* в II позиції, права рука через підготовче положення піднімається в I позицію, ліва зберігає II позицію, голова *en face*.

Другий такт:

На раз і – енергійно піднімаючись на високі півпальці, *pirouette en dehors* – поворот на 360° на лівій нозі праворуч, одночасно права нога, посилюючи виворітність верхньої частини активно піднімається на високе *cou-de-pied* попереду, ліва рука активно поєднується з правою в I позиції, голова повертається ліворуч і випереджаючи поворот корпусу, повертається в положення *en face*.

На два і – *pirouette* завершується на півпальцях, фіксуючи підтягнутість тазостегнового поясу і корпусу.

На три і – права нога, посилюючи виворітність, переводиться у V позицію позаду, завершуючи *pirouette* у *demi plié* в V позиції *épaulement croisé*. Руки відкриваються у II позицію.

На чотири і – коліна витягуються і рух виконується лівою ногою.

### ***Pirouette en dedans* з II позиції.**

Вихідне положення: *en face*, V позиція, права нога позаду.

Перший такт – виконується так само, як у попередньому русі, але вбік II позиції відкривається права нога, яка стоїть в V позиції позаду.

На і – пружне *demi plié* у II позиції, права рука зберігає II позицію, ліва через підготовче положенні піднімається в I, голова *en face*, погляд спрямований поперед себе.

Другий такт:

На раз і – відштовхнувшись п'ятками від підлоги, *pirouette en dedans* – поворот на 360° на лівій нозі ліворуч. П'ятка опорної ноги активно виштовхується, працююча нога, посилюючи виворітність верхньої частини, активно піднімається на високе *cou-de-pied*, попереду, права рука активно поєднується з лівою в I позиції, голова повертається праворуч, якомога довше залишаючи погляд у точці 1 плану класу і випереджаючи поворот корпусу, повертається в положення *en face*.

На два і – *pirouette* завершується на півпальцях, фіксуючи підтягнутість тазостегнового поясу і корпусу.

На три і – права нога, опускаючись у V позицію попереду, завершує *pirouette* у *demi plié* в V позиції *épaulement croisé*. Руки відкриваються у II позицію.

На чотири і – коліна витягуються і рух виконується лівою ногою.

### ***Pirouette en dehors* з V позиції.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Затакт 2/8:

На 1/8 – повертаючись *en face*, руки піднімаються у I позицію.

На 1/8 – *demi plié* в V позиції, ліва рука відкривається у II позицію, права залишається в I, голова *en face*.

На раз і – виштовхуючись п'ятками від підлоги і енергійно піднімаючись на високі півпальці, *pirouette en dehors* – поворот на 360° на лівій нозі праворуч, одночасно права нога, посилюючи виворітність верхньої частини активно приймає положення високого *cou-de-pied* попереду, ліва рука з'єднується з правою в I позиції, голова повертається ліворуч, залишаючи погляд в 1 точці, і випереджаючи поворот корпусу, повертається в положення *en face*.

На два і – *pirouette* завершується на півпальцях, фіксуючи підтягнутість тазостегнового поясу і корпусу.

На три і – права нога, посилюючи виворітність переводиться в V позицію позаду, завершуючи *pirouette* у *demi plié* в V позицію *épaulement croisé*, ліва нога попереду.

На і – коліна витягуються.

На чотири і – затакт до виконання *pirouette en dehors* з лівої ноги.

### ***Pirouette en dedans* з V позиції.**

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога позаду.

За вище означеною музичною розкладкою і правилами *pirouette* виконується на лівій нозі ліворуч, форс бере права рука.

### ***Pirouette en dehors* з IV позиції.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Затакт 2/8:

На 1/8 – руки відкриваються.

На 1/8 – *demi plié* в V позиції, руки закриваються в підготовче положення.

Перший такт:

На раз – одночасно з поворотом корпусу в точку 2 плану класу ліва нога енергійно піднімається на високі півпальці, права активно приймає положення умовного *cou-de-pied*; руки в I позицію, голова повертається прямо.

На і – положення зберігається.

На два – ліва нога опускається в *demi plié*, права, посилюючи виворітність верхньої частини відводиться назад і витягуючи коліно опускається в IV позицію, одночасно ліва рука відкривається у II позицію, права залишається в I, кисті рук повертаються долонями вниз, приймаючи положення III *arabesque*. Центр ваги тіла на опорній нозі (*preparation*).

На і – *demi plié* в IV позиції, положення рук, голова і напрямок погляду не змінюється.

На три – відштовхуючись п'ятками від підлоги і піднімаючись на високі півпальці, *pirouette en dehors* – поворот на 360° на лівій нозі праворуч, одночасно права нога, посилюючи виворітність верхньої частини активно приймає положення високого *cou-de-pied*, попереду, ліва рука з'єднується з правою в I позиції, голова повертається ліворуч, залишаючи погляд в точку 2 плану класу і, випереджаючи поворот корпусу, повертається у вихідне положення, погляд в 2 точку.

На чотири і – *pirouette* завершується в точці 2 плану класу на півпальцях, фіксує підтягнутість корпусу.

Другий такт:

На раз і – ліва нога опускається в *demi plié*, права, посилюючи виворітність верхньої частини, відводиться назад в IV позицію. Руки, зберігаючи виворітність верхньої частини, зберігаючи округлість, відкриваються у II позицію, кисті рук ледь витягуються.

На два і – положення IV позиції зберігається.

На три і – ліва нога витягується в коліні, права витягує підйом, положення рук і голови не змінюється.

На чотири – права нога закривається в V позицію назад в *demi plié*, руки стримано опускаються в підготовче положення, поворот голови зберігається.

### ***Pirouette en dedans* з IV позиції.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Затакт 2/8:

На 1/8 – руки відкриваються.

На 1/8 – *demi plié* в V позиції, руки закриваються в підготовче положення.

Перший такт:

На раз і – одночасно з поворотом корпусу *en face* ліва нога енергійно піднімається на високі півпальці, права активно приймає положення умовного *cou-de-pied*, одночасно руки піднімаються в I позицію, голова повертається *en face*.

На два і – положення зберігається.

На три і – повертаючись *épaulement croisé*, ліва нога опускається в *demi plié*, права, посилюючи виворітність верхньої частини, відводиться назад в IV позицію, одночасно права рука відкривається у II позицію, ліва залишається у I, центр ваги тіла на опорній нозі (*preparation*), погляд і положення не змінюються.

На чотири – положення зберігається.

На і – пружне *demi plié* на опорній нозі, одночасно ліва рука відкривається у II позицію, центр ваги тіла залишається на опорній нозі.

Другий такт:

На раз і – одночасно з поворотом корпусу у напрямку 8 точки плану класу, ліва нога піднімається на високі півпальці, права приймає положення високого *cou-de-pied* і виконується *pirouette en dedans* – поворот на 360° на лівій нозі ліворуч. Руки активно поєднуються у I позиції, голова повертається праворуч, якомога довше залишаючи погляд у 1 точці класу і, випереджаючи поворот корпусу, повертається в положення *en face*, погляд в 1 точку.

На два і – *pirouette* завершується в 1 точці класу на півпальцях, фіксуючи підтягнутість корпусу.

На три і – права нога, опускається в V позицію попереду в *demi plié* з поворотом корпусу в *épaulement croisé*, руки відкриваються у II позицію, голова в повороті праворуч.

На чотири і – коліна витягуються.

### **Шосте *port-de-bras*.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

*Preparation:*

На раз – *demi plié* у V позиції, руки ледь відкриваються і повертаються у підготовче положення.

На і – права нога витягується вперед на *croisé*; руки в I позицію, голова нахилиється ліворуч. На два – перехід через прохідне *demi plié* на праву ногу в позу *croisée* назад (ліва нога – позаду на носку); права рука відкривається у II позицію, ліва у III; голова – в повороті праворуч.

Затакт – голова повертається прямо, погляд на кисть лівої руки; руки ледь розкриваються, починаючи рух від пальців.

Перший такт:

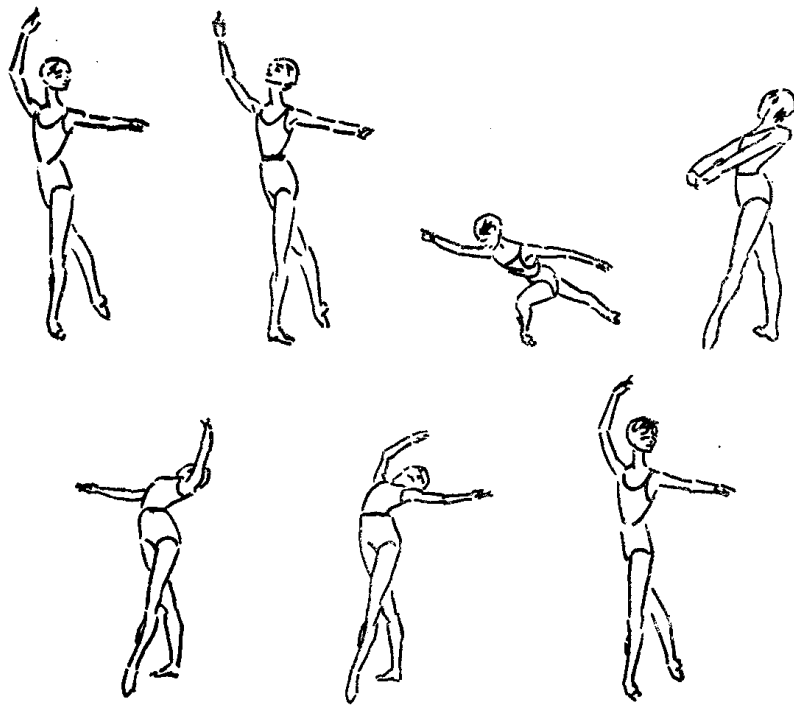
На раз, два – опорна нога розпочинає і поступово поглиблює *demi plié*; витягнута права нога ковзним рухом носка відводиться на *croisée* назад; корпус прямий і підтягнутий спрямовується вперед, руки і голова зберігають попереднє положення.

На три – зберігаючи пряме і підтягнуте положення корпусу, поштовхом правої ноги центр ваги переноситься на ліву ногу, на місце витягнутого носка; права нога підтягується до лівої у позу *croisée* вперед; руки з'єднуються в I позиції; ліве плече ледь відводиться назад; голова нахилиється ліворуч; погляд на кисті рук.

На чотири – права рука піднімається у III позицію, ліва відкривається у II; голова повертається ліворуч. Підтягнутий корпус плавно перегинається в талії.

Другий такт:

На раз, два – перегинання продовжується, права рука відкривається у II позицію.



На три – ліва рука закривається у III позицію, голова повертається праворуч.

На чотири – корпус, поступово випрямляючись, повертається у вихідне положення; через прохідне *demi plié* здійснюється перехід на праву ногу в позу *croisée* назад (ліва нога – позаду на носку).

### ***Temps lié* на 90° вперед.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Перший такт:

На раз і – *demi plié* на лівій нозі; права через положення *cou-de-pied* піднімається до коліна опорної ноги; з посиленням виворітності обох ніг; руки в підготовчому положенні; голова – в положенні праворуч.

На два і – поглиблюючи *demi plié* на лівій нозі, права витягується вперед через *battement développé* на 90°; руки піднімаються в I позицію, голова нахиляється до лівого плеча, погляд в долоні.



На три – продовжуючи крок, перейти на праву витягнуту ногу, ліву підняти прийомом *relevé* у велику позу *attitude croisée*. Ліва рука у III позицію, права у II; голова – в повороті праворуч.

На і – поза зберігається.

На чотири – ліва нога опускається у V позицію; положення рук і голови зберігається.

Другий такт:

На раз і – з поворотом *en face, demi plié* на лівій нозі; одночасно права через прохідне *cou-de-pied*, піднімається і проводиться пальцями до коліна опорної ноги; ліва рука опускається у I позицію, права рука зберігає II позицію; голова *en face*, погляд в долоню лівої руки.

На два і – поглиблюючи *demi plié* на лівій нозі, праву за правилами *battement développé* витягується вбік на 90°; ліва рука відкривається у II позицію, голова – *en face*.

На три – продовжуючи крок, перейти на праву витягнуту ногу; ліва нога прийомом *relevé* піднімається вбік на 90°; руки у II позиції, голова повертається ліворуч.

На і – положення зберігається.

На чотири і – ліва нога опускається у V позицію вперед, *épaulement croisé*, руки в підготовче положення; голова – в повороті ліворуч.

### ***Temps lié* на 90° назад.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Перший такт:

На раз і – *demi plié* на правій нозі; ліва через положення *cou-de-pied* піднімається до коліна опорної ноги; руки в підготовчому положенні; голова – в положенні праворуч.

На два і – поглиблюючи *demi plié* на правій нозі, ліва за правилами *battement développé* витягується назад на *croisé* на 90°; руки в I позиції, погляд в долоні;

На три – продовжуючи крок, перейти на ліву витягнуту ногу; права нога прохідним рухом через V позицію, набуває положення умовного *cou-de-pied* і, не затримуючись, за правилами *battement développé* відкривається у велику позу *croisée* вперед, ліва рука у III позицію, права у II; голова – в повороті праворуч;

На і – положення зберігається.

На чотири і – права нога опускається у V позицію, *épaulement croisé*; положення рук і голови зберігається.

Другий такт:

На раз і – з поворотом *en face, demi plié* на правій нозі; одночасно ліва, проходячи положення *cou-de-pied*, піднімається до коліна опорної ноги; ліва рука опускається в I позицію, права зберігає II; голова *en face*, погляд в долоню лівої руки.

На два і – поглиблюючи *demi plié* на правій нозі, ліва за правилами *battement développé* витягується вбік на 90°; ліва рука у II позиції, голова – *en face*.

На три – продовжуючи крок, перейти на ліву ногу; права прийомом *relevé* піднімається вбік на 90°; руки зберігають II позицію, голова повертається ліворуч.

На і – положення зберігається.

На чотири і – ліва нога опускається у V позицію позаду, *épaulement croisé*; руки опускаються у підготовче положення, голова – в повороті ліворуч.

*Temps lié* виконується з іншої ноги.

*Temps lié* на 90° пізніше ускладнюється, їх відпрацювання здійснюється з переходом на півпальці; а також без опускання працюючої ноги у V позицію *épaulement croisé*: працююча нога з II позиції на 90° одночасно з поворотом *épaulement croisé* і *demi plié* на опорній нозі згинається і підводиться пальцями до коліна опорної ноги, після чого вправа починається з іншої ноги.

### ***Tour lent.***

*Tour lent* – повільні повороти у великих позах, які сприяють розвитку стійкості, сили ніг при їх піднятті на 90°. Ці повороти передують вивченню *tour* у великих позах.

На початковому етапі засвоєння навичок виконання *tour lent* здійснюється на 1/8 і 1/4 кола з невеликими зупинками у кожній точці плану класу. При його виконанні необхідно зберігати висоту ноги на 90°, фіксувати позу, в якій відбувається поворот, зберігати міцну спину, підтягнутий корпус і тазостегновий пояс, сильно витягнуту опорну ногу.

При повороті в напрямку *en dehors* активна роль відводиться працюючій нозі, яка спрямовує цей рух. При повороті *en dedans* повороту допомагає активне висування вперед п'ятки опорної ноги.

Засвоєння *tour lent* рекомендується розпочинати з ногою відкритою вбік II позиції на 90°, тобто *a la seconde* в напрямку *en dehors* як такому, де найлегше перевірити правильність положень і узгодженість дій всіх частин тіла.

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Перший такт:

На раз, два – *battement développé* вбік; руки знаходяться в II позиції.

На три, чотири – положення фіксується.

Другий такт:

На раз і – повернутись у точку 2 плану класу.

На два і – положення фіксується.

На три і – повернутись у точку 3 плану класу.

На чотири і – положення фіксується.

Третій такт:

На раз і – повернутись у точку 4 плану класу.

На два і – положення фіксується.

На три і – повернутись у точку 5 плану класу.

На чотири і – положення фіксується.

Четвертий такт:

Рух завершується у V позицію.

На наступні чотири такти виконується *tour lent a la seconde* в напрямку *en dehors* з поворотом з 5 точки класу в 6, 7, 8 і завершується в точку 1 плану класу.

Так само виконується *tour lent* в напрямку *en dedans*.

Після засвоєння *tour lent a la seconde* на 1/2 кола *en dehors* і *en dedans* слід перейти до опанування повільних поворотів на 1/2 кола в інших позах.

Музична розкладка залишається незмінною.

**Повороти *fouetté en dehors* і *en dedans* з пози в позу** з ногою, витягнутою попереду або позаду на 90°, є неодмінною складовою *adagio*. Їх засвоєння на середині залу розпочинається з 1/8 кола прийомом *tour lent*. При цьому опановані біля станка правила виконання руху залишаються незмінними: корпус і тазостегновий пояс підтягнуті, плечі розкриті і опущені, обидві ноги сильно витягнуті і виворітні. Працююча нога в процесі виконання підвищується або зберігає попередню висоту, але ні в якому разі не знижується.

Засвоєння вправи розпочинається з положення *en face* з відкритою на 90° у напрямі II позиції правою ногою, звідки корпус здійснює поворот на 1/8 кола в напрямку *en dehors* (в точку 2 плану класу) або *en dedans* (в точку 8 плану класу), відповідно у велику позу *effacée* вперед або назад. Руки і голова із II позиції переводяться в канонічне положення. Ці повороти обов'язково розучуються і у зворотному напрямку, коли з великої пози *effacée* корпус

повертається в положення *en face* з одночасним переведенням працюючої ноги у II позицію. Руки відкриваються у II позицію, голова – *en face*.

Поворот *fouetté* на 1/4 кола може виконуватись із положення *en face* з правою ногою, відкритою на 90° вбік II позиції у напрямку *en dedans* в позу I або II *arabesque*, і *en dehors* із перелічених поз – у положення *en face*. Поряд із цим відпрацьовується і більш ускладнена його форма: з пози *écartée* назад виконується поворот корпусу *en dedans* на 1/4 кола в позу *effacée* назад або із пози *écartée* вперед – поворот *en dehors* у позу *effacée* вперед.

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Перший такт.

На раз, два – з поворотом корпусу в точку 2 плану класу виконується *battement développé* в позу *effacée* вперед.

На три – повертаючи корпус в точку 1 плану класу (*en dedans*), права нога переводиться у II позицію; ліва рука відкривається в II позицію, голова – *en face*.

На чотири – положення фіксується.

Другий такт.

На раз – продовжуючи поворот *en dedans*, корпус переводиться в точку 8 плану класу; працююча нога відводиться назад у позу *effacée*, права рука піднімається у III позицію, голова повертається праворуч.

На два, три – поза фіксується.

На чотири – рух завершується у V позиції, *épaulement croisé*, права нога попереду.

Цей рух у даній музичній розкладці засвоюється і у зворотному напрямку – *en dehors* – із пози *effacée* назад у позу *effacée* вперед.

### ***Pas-de-bourrée en tournant en dehors.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду, руки в підготовчому положенні; голова – в повороті праворуч.

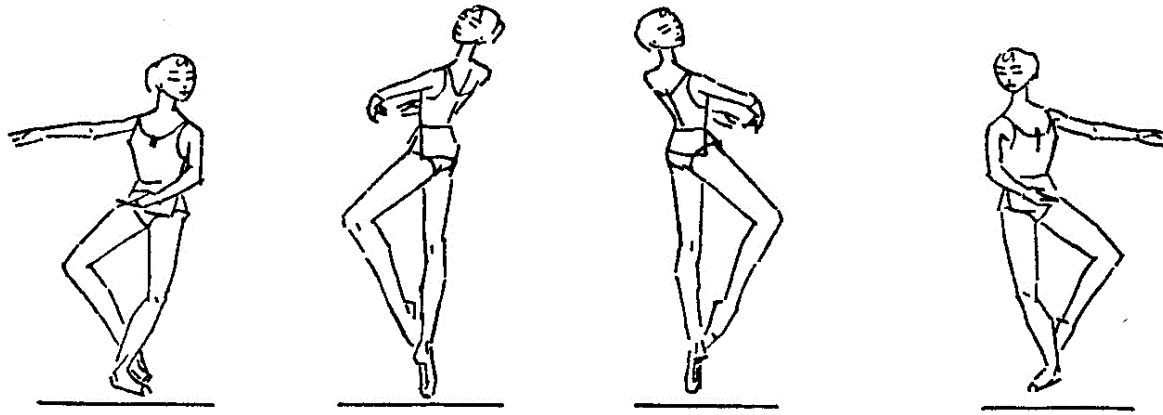
Затакт 3/8:

На 1/8 – руки ледь відкриваються.

На 1/8 – руки через підготовче положення піднімаються в I позицію, голова нахиляється ліворуч.

На 1/8 – *demi plié* на правій нозі, ліва набуває положення *cou-de-pied* позаду; права рука зберігає I позицію, ліва рука відкривається у II; голова – в повороті праворуч.

На раз і – одночасно з поворотом корпусу в точку 6 плану класу ліва нога стає на високі півпальці на місце правої ноги, яка набуває положення умовного *cou-de-pied*; руки з'єднуються в I позиції, голова повертається у профіль; погляд у 8 точку, підтягнутий корпус ледь перегинається назад.



На два і – одночасно з поворотом корпусу в точку 3 плану класу, права нога змінює на високих півпальцях ліву, яка набуває положення умовного *cou-de-pied*; легке перегинання корпусу і I позиція рук зберігається, голова повертається ліворуч.

На три – одночасно з поворотом корпусу в точку 2 плану класу, корпус вирівнюється; ліва нога, змінюючи праву опускається в *demi plié*, права набуває положення *cou-de-pied* позаду. Права рука відкривається в II позицію, ліва зберігає I; голова – в повороті ліворуч.

На чотири і – положення зберігається, і з нього починається виконання руху з лівої ноги.

### ***Pas-de-bourrée en tournant en dedans.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду, руки в підготовчому положенні; голова – в повороті праворуч.

Затакт 3/8:

На 1/8 – руки ледь відкриваються.

На 1/8 – руки через підготовче положення піднімаються в I позицію.

На 1/8 – *demi plié* на лівій нозі, права набуває положення *cou-de-pied*; права рука відкривається у II позицію, ліва залишається у I позиції; голова – в повороті праворуч.

На раз і – одночасно з поворотом корпусу в точку 6 плану класу права нога стає на високі півпальці на місце лівої ноги, яка набуває положення умовного *cou-de-pied*, позаду; руки з'єднуються в I позиції, голова повертається у профіль; погляд спрямований у точку 8 плану класу, корпус ледь перегинається назад.

На два і – одночасно з поворотом корпусу в точку 3 плану класу, ліва нога змінює на високих півпальцях праву, яка набуває положення умовного *cou-de-pied*, позаду; легке перегинання корпусу і I позиція рук зберігається, голова повертається ліворуч.

На три – одночасно з поворотом корпусу в точку 2 плану класу, корпус вирівнюється; права нога, змінюючи ліву опускається в *demi plié*, ліва набуває положення *cou-de-pied*. Права рука зберігає I позицію, ліва рука відкривається у I; голова – в повороті ліворуч.

На чотири і – положення зберігається, і з нього починається виконання руху з лівої ноги.

### ***Pas-de-bourrée dessus-dessous.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду, руки в підготовчому положенні; голова – в повороті праворуч.

Затакт 3/8:

На 1/8 – руки ледь відкриваються.

На 1/8 – руки повертаючись у підготовче положення, трохи підвищують його; голова повертається ліворуч.

На 1/8 – одночасно з поворотом корпусу *en face* виконується *demi plié* на правій нозі, ліва через прохідне *cou-de-pied* позаду м'яко відкривається у II позицію на 45°; руки, зберігаючи округлість, відкриваються в напрямку II позиції, кисті повертаються долонями вниз, голова повертається ліворуч, погляд – на кисть лівої руки.

Перший такт:

На раз – ліва нога стає на високі півпальці в V позицію попереду, піднімаючи праву ногу, яка набуває положення *cou-de-pied*, позаду; руки піднімаються у I позицію, голова *en face*.

На два – невеликий крок правою ногою на високих півпальцях у напрямку II позиції; ліва нога набуває положення *cou-de-pied* позаду.

На три – *demi plié* на лівій нозі, права через прохідне умовне *cou-de-pied*, м'яко витягується у II позицію на 45°; руки, зберігаючи округлість, розкриваються в напрямку II позиції, голова повертається праворуч, погляд в долонь правої руки.

На чотири – положення зберігається, фіксуючи завершення першої частини руху (*pas-de-bourrée dessus*).

Другий такт:

На раз – права нога стає на високі півпальці у V позицію позаду, піднімаючи ліву ногу, яка набуває положення умовного *cou-de-pied*; руки піднімаються у I позицію, голова *en face*.

На два – невеликий крок лівою ногою на високих півпальцях у напрямку II позиції; права набуває положення умовного *cou-de-pied*.

На три – *demi plié* правій нозі, ліва через прохідне *cou-de-pied* позаду м'яко витягується у II позицію на 45°; руки, зберігаючи округлість, розкриваються в напрямку II позиції, голова повертається ліворуч, погляд – на кисть лівої руки.

На чотири – положення зберігається, фіксуючи завершення другої частини руху (*pas-de-bourrée dessous*).

Цей рух можна виконувати у зворотній послідовності – *pas-de-bourrée dessous-dessus* – із дотриманням таких самих правил.

В *pas-de-bourrée dessus-dessous* ноги виворітні і натягнуті, корпус підтягнутий, плечі рівні і розкриті, особливо в момент *demi plié*.

### ***Tour chaîné.***

*Chaîné* являє собою безперервний ряд обертів. Вивчення *chaîné* можливо розпочинати по прямій з точки 5 у точку 1 плану класу, пізніше – по діагоналі, з точки 6 у точку 2 плану класу – праворуч, і з точки 4 у точку 8 плану класу – ліворуч.

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Затакт 2/8:

На 1/8 – повертаючи корпус у точку 2 плану класу виконати *demi plié* у V позиції; руки підняти у I позицію; голову слід тримати прямо, спрямовуючи погляд у точку 2 плану класу.

На 1/8 – права нога відкривається вперед в *effacé*, носком в підлогу, ліва зберігає положення *demi plié*; ліва рука відкривається у II позицію з розворотом кистей долонями вниз.

Перший такт:

На раз – крок на праву ногу на високих півпальцях із напівобертом у напрямку *en dedans*; одночасно ліве плече виводиться вперед, корпус розвертається лівою стороною до напрямку просування; руки з'єднуються в заниженій I позиції; голова повертається ліворуч, погляд в точку 2 плану класу. Ліва нога торкається правої в I вільній позиції.

На два – крок на місці лівою ногою з напівобертом *en dehors*; корпус повертається праворуч; одночасно з цим праве плече виводиться вперед; голова, випереджаючи корпус, повертається праворуч, погляд переводиться в точку 2 плану класу.

Другий такт:

Рух повторюється.

Третій такт:

*Demi plié* у V позиції, *épaulement effacé* корпус спрямовується в точку 2 плану класу; руки – в заниженій I позиції, погляд спрямований вперед.

Четвертий такт:

Права нога відкривається вперед, носком у підлогу; ліва рука в II позицію, кисті розвертаються долонями вниз.

Під час виконання руху ноги сильно витягнуті в колінах і з'єднані в I позиції на високих півпальцях, корпус і тазостегновий пояс підтягнуті, плечі опущені. Рухи голови чіткі і відповідають принципам виконання будь-яких *pirouette*.

По мірі засвоєння вправи музична розкладка змінюється, і кожний напівоберт виконується на 1/8.

Обов'язковою умовою виконання є рівномірність поворотів як з точки зору обох напівобертів *chaîné*, так і з точки зору музичної розкладки.

### ***Pas glissade en tournant.***

Рух виконується по діагоналі з точки 6 у точку 2 плану класу і з точки 4 в точку 8 плану класу.

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Затакт 3/8:

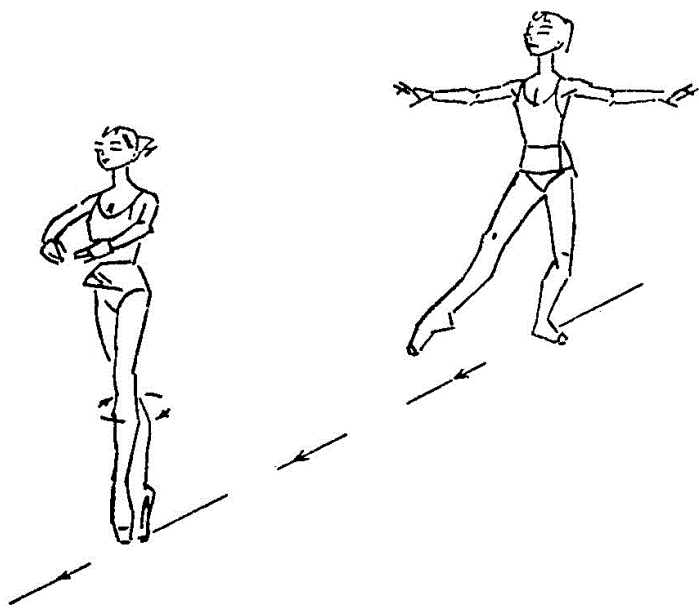
На 1/8 – руки ледь відкриваються.

На 1/8 – одночасно з поворотом корпусу в точку 2 плану класу – *demi plié* у V позиції; руки піднімаються в I позицію, голова прямо, погляд в точку 2 плану класу.

На 1/8 – права нога ковзним рухом висувається вперед, ліва нога зберігає *demi plié*; руки відкриваються: права в I позицію, ліва в II, кисті повертаються долонями вниз.

На раз – права нога піднімається на півпальці в точці 2 витягнутого носка; ліва нога відштовхуючись від підлоги, підтягується у V позицію попереду, руки активно з'єднуються в I позиції.

На два – поворот у V позицію на 360° праворуч, під час якого відбувається зміна ніг, голова повертається ліворуч і не затримуючись, переводиться праворуч, при цьому погляд повертається у вихідну точку.





На три – *demi plié* у V позиції; права нога попереду, руки – в I позиції; корпус і голова спрямовані в точку 2 плану класу.

На чотири – права нога ковзним рухом висувається вперед, у точку 2 плану класу, руки відкриваються в положення III *arabesque*.

З цього положення рух повторюється.

### **Allegro.**

Рухи *allegro* ускладнюються, урізноманітнюються їх поєднання, змінюється напрямок їх виконання в межах однієї комбінації.

Удосконалюються навички виконання рухів із просуванням і *en tournant*.

Розпочинається засвоєння заносок.

#### ***Temps levé* з ногою *sur le cou-de-pied*.**

*Temps levé* – стрибок на одній нозі, інша в положенні *cou-de-pied*. Він виконується на місці, кожне *temps levé* на 1/4.

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Перший такт:

На раз – *demi plié* у V позиції.

На і – стрибок вгору з фіксуванням в повітрі V позиції; руки підвищують підготовче положення.

На два – стримане, еластичне *demi plié* на лівій нозі, права на умовному *cou-de-pied* (*sissonne simple*).

На і – ліва нога повторює стрибок *temps levé*; права зберігає положення *cou-de-pied*.

Другий такт:

На раз – пружне, еластичне *demi plié*.

На і – високий стрибок на лівій нозі, права підводиться до лівої у V позицію позаду.

На два – *assemblé* завершується у V позицію, *épaulement croisé*, права нога позаду.

На і – ноги витягуються в колінах.

*Temps levé* комбінується з *pas jeté*, *pas échappé* із завершенням на одній нозі.

### ***Temps levé з ногою на 45°.***

Відпрацювання даного руху потребує тривалої і наполегливої роботи, вимагаючи дотягнутості в повітрі опорної ноги і фіксування в нерухомому положенні працюючої ноги, корпусу, рук.

На початковому етапі засвоєння *temps levé* з ногою на 45° його виконання має бути одиничним. Наприклад: Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Перший такт:

На раз – *demi plié* у V позиції, руки ледь відкриваючись із-затакту, повертаються у підготовче положення.

На і два – *sissonne ouverte pas jeté* на *croisé* вперед.

На і три – *temps levé* в позі *croisée*.

На і чотири – *assemblé* в V позиції.

На і – ноги в колінах витягуються.

Другий такт:

На раз – *demi plié* у V позиції, руки ледь відкриваючись із затакту, повертаються у підготовче положення.

На і два – *sissonne ouverte pas développé* вбік.

На і три – *temps levé* з ногою, відкритою в напрямку II позиції на 45°.

На і чотири – *assemblé* в V позиції позаду з завершенням в *épaulement croisé*, ліва нога попереду.

На наступні два такти вправа виконується з іншої ноги.

### ***Jeté – fermé.***

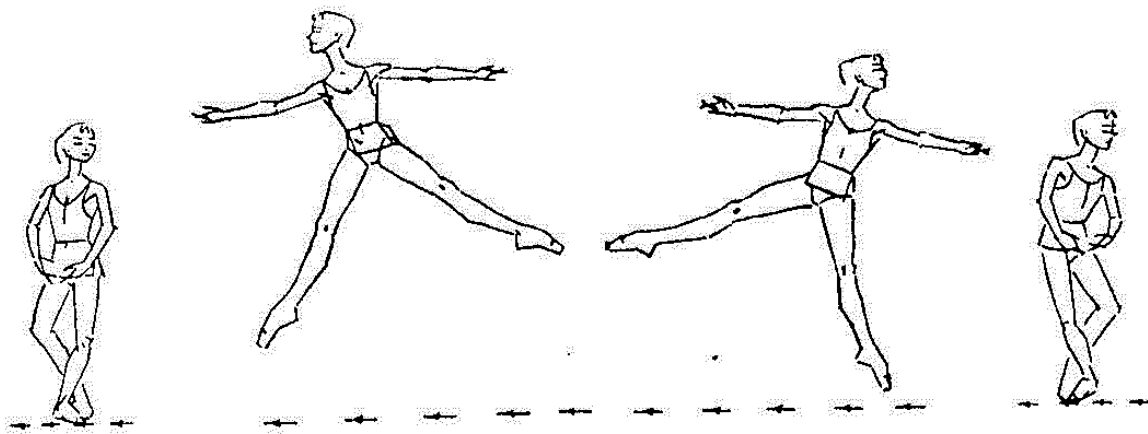
Цей рух являє собою стрибок із двох ніг на обидві. До його вивчення переходять після опанування *jeté* з просуванням. Спочатку вивчається *jeté – fermé* вбік.

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду, руки в підготовчому положенні.

На раз – *demi plié* у V позиції.

На і – повертаючись *en face* ліва нога ковзним кидком відкривається в напрямку II позиції на 45°; права нога відразу ж сильно відштовхується від підлоги з посилом угору і ліворуч, відкриваючись у напрямку II позиції на 45°; руки відкриваються у II позицію, голова повертається ліворуч. Обидві відкриті вбік ноги фіксують в повітрі, в найвищій точці злету висоту 45°.



На чотири – пауза.

Після засвоєння *jeté – fermé* виконується із зміною ніг.

Суттєвою вимогою до виконання *jeté – fermé* є чітка, скоординована робота корпусу, рук, голови, їх погодженість із рухами ніг, що в поєднанні з силовим посилом корпусу вгору і в бік просування надасть *jeté – fermé* необхідної пластичності.

Після відпрацювання руху в напрямку II позиції його вивчення продовжується за цими самими правилами у напрямках вперед і назад.

### ***Grand sissonne ouverte.***

*Grand sissonne ouverte* за способом завершення поділяються на два види: такі, в яких нога відкривається прийомом *développé (pas développé)* і ті, де відкривання ноги здійснюється прийомом *grand battement jeté (pas jeté)*.

Спочатку вивчення руху слід розпочинати в напрямку II позиції.

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *en face*, V позиція, права нога попереду, руки в підготовчому положенні, голова – в повороті праворуч.

На раз – *demi plié* у V позиції; голова ледь нахилиється.

На і – високий стрибок вгору; права нога через умовне *cou-de-pied* піднімається до коліна лівої ноги, витягнутої сильно в коліні, підйомі і пальцях; руки в I позиції, голова – *en face*, погляд на кисті рук.

На два – стрибок завершується в точці витягнутого носка лівої ноги еластичним *demi plié*; права нога відразу якомога швидше підводиться сильно витягнутими пальцями у V позицію попереду, в поглиблене *demi plié*. Руки опускаються в підготовче положення, голова і корпус нахилиється ліворуч.

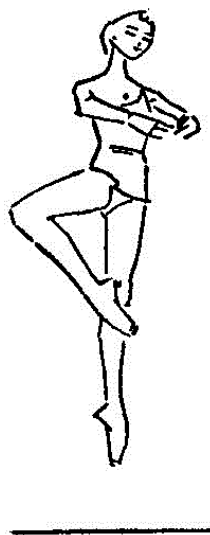
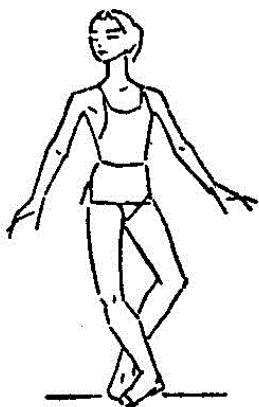
На три – ноги витягуються в колінах, корпус вирівнюється, голова повертається праворуч.

На два – ліва нога переходить у пружне *demi plié*; права відкривається за правилами *battement développé* в напрямку II позиції на 90°; руки в II позиції; голова – *en face*.

На і – відштовхнувшись опорною ногою, з'єднати обидві ноги в повітрі у V позиції (*assemblé*), ліва попереду; руки повернути долонями вниз.

На три – *demi plié* V позиції; руки в підготовче положення.

На чотири – вихідне положення.



виконанні стрибка.

Пізніше *grand saissonne ouverte* виконується на 2/4 або на два такти по 3/4.

Після опанування стрибка *en face*, переходять до його вивчення в позах, при цьому правила виконання залишаються незмінними.

### ***Grand assemblé.***

До вивчення *grand assemblé* слід переходити після ретельного опрацювання прийомів виконання *assemblé* з просуванням. Прийоми і правила виконання залишаються в цілому незмінними, і лише кидок ноги підвищується до 90°. Опрацьовується *grand assemblé* з прийому *coupe* – кроку і засвоюється в напрямку вперед і вбік.

За цими самими правилами і в такій же музичній розкладці рух вивчається у напрямках вперед і назад.

*Grand saissonne ouverte* в позу *croisé*

Обов'язковою умовою правильного виконання *grand saissonne ouverte* є його одночасне завершення обома ногами. Корпус зберігає вертикальне положення, тазостегновий пояс підтягнутий.

Енергійне відкривання рук і їх повернення у підготовче положення активно допомагають у

**Grand assemblé з coupé – кроку у позу *écartée* вперед.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Затакт – права нога прохідним рухом через умовне *cou-de-pied*, відкривається вперед на 25° у напрямку точки 8 плану класу; руки через I позицію відкриваються у II; голова – в повороті праворуч.

На раз – крок правою ногою вперед у IV позицію в пружне *demi plié* з переносом на неї центру ваги; корпус і голова ледь нахиляються вперед; руки опускаються у підготовче положення.

На і – ліва нога, ковзнувши всією ступнею по підлозі через I позицію, виконує енергійний кидок на 90° у напрямку II позиції в точку 8 плану класу і з посиленням корпусу вбік і вгору; одночасно з цим корпус повертається по діагоналі, лівим плечем вперед; права нога сильно відштовхується від підлоги, руки через I позицію відкриваються: ліва – у III позицію, права – у II; кисті повернуті вниз; голова повертається ліворуч (поза *écartée* вперед). Права (опорна) нога спрямовується в повітрі до лівої і з'єднується з нею у V позиції, (ліва нога попереду); центр ваги переноситься на ліву ногу.

На два – стрибок завершується якомога далі в напрямку точки 8 плану класу у м'яке поглиблене *demi plié*, у V позицію, *épaulement croisé*.

На три – ноги витягуються в колінах, руки опускаються у підготовче положення, голова зберігає попереднє положення.

На чотири – затакт для наступного руху з іншої ноги.

*Grand assemblé* засвоюється також у напрямках вперед і вбік, розпочинаючи з *épaulement croisé* в момент злету, із збереженням даного положення під час стрибка аж до його завершення в *demi plié*.

Підхід до нього – *pas coupé* – повинен бути чітким і енергійним, враховуючи те, що IV позиція досить коротка. Це дасть змогу сконцентруватись і з максимальною точністю перенести центр ваги з однієї ноги на іншу.

Значну роль у єдиному силовому посиленні відіграють рухи рук і голови, їх чітка координація. Корпус упродовж усього виконання підтягнутий, зібраний, плечі розкриті і опущені.

**Grand assemblé з coupé – кроку вперед на *croisé*.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Затакт: ліва нога прохідним рухом через *cou-de-pied* позаду, відкривається вперед на 25° у напрямку точки 8 плану класу; руки ледь відкриваються в напрямку II позиції долонями вниз.

На раз – крок лівою ногою вперед у IV позицію у пружне *demi plié* з переносом на неї центру ваги; корпус і голова нахиляються ліворуч; руки опускаються у підготовче положення.

На і – права нога, ковзнувши всією ступнею по підлозі через I позицію виконує енергійний кидок вперед на 90° із посиленням корпусу вперед і вгору; ліва нога сильно відштовхується від підлоги, руки через I позицію піднімаються в III позицію, голова повертається праворуч. Ліва (опорна) нога спрямовується в повітрі до правої і з'єднується з нею у V позиції; центр ваги переноситься на праву ногу.

На два – стрибок завершується якомога далі в напрямку точки 8 плану класу у поглиблене *demi plié* у V позиції, *épaulement croisé*; положення рук і голови зберігається.

На три – ноги витягуються в колінах, руки опускаються через II позиції в підготовче положенні;

На чотири – затакт для наступного руху.

Під час виконання стрибка корпус підтягнутий, зібраний, плечі розкриті. Значну роль у єдиному силовому посиленні відіграють рухи рук і голови, їх чітка координація.

### ***Pas ballonné.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція, *en face*, права нога попереду. Перший такт:

На раз – *demi plié* у V позиції; руки ледь відкриваючись із затакту піднімаються через підготовче положення в I позицію, голова нахиляється ліворуч; погляд на кисті рук.

На і – права нога ковзним рухом стопи по підлозі викидається у II позицію на 45°; одночасно виконується високий стрибок на опорній нозі; руки відкриваються у II позицію; голова прямо.

На два – стрибок завершується в *demi plié* на ліву ногу, права, утримуючи висоту стегна, згинається на умовне *cou-de-pied*. Права рука закривається в I позицію, ліва залишається у II; голова – в повороті праворуч.

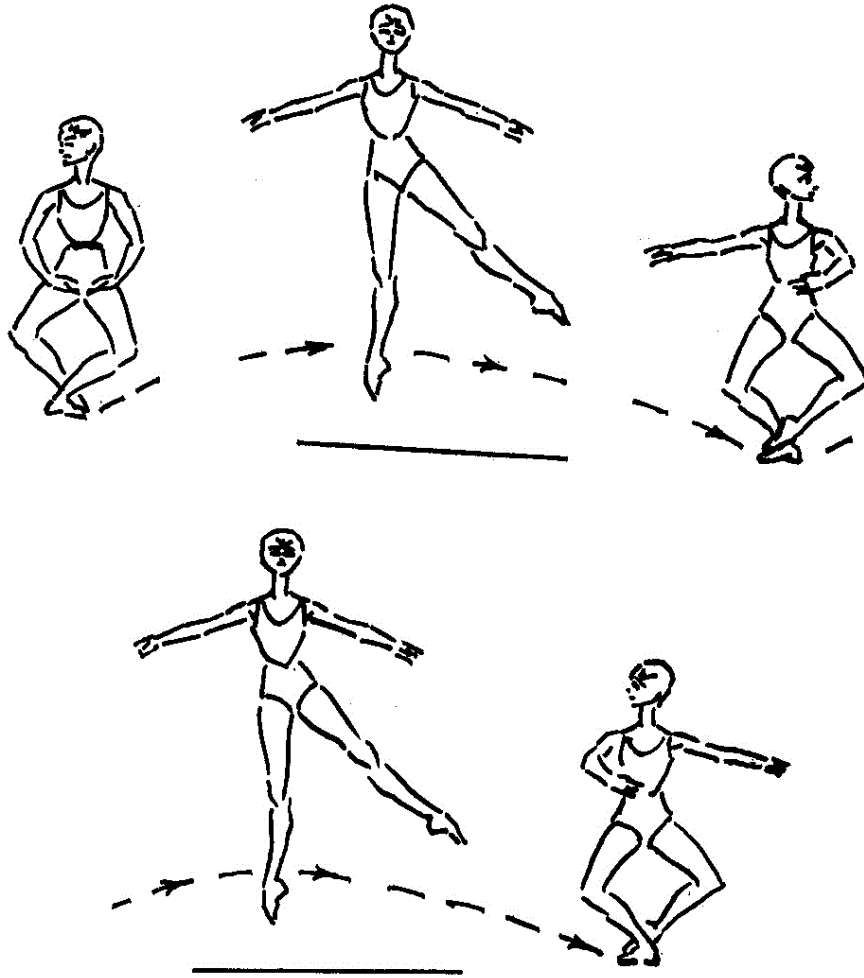
На і – *ballonné* виконується так само в напрямку II позиції на 45° із відкриванням ноги безпосередньо з положення умовного *cou-de-pied*, руки відкриваються у II позицію, голова прямо.

На три – стрибок завершується в *demi plié* на ліву ногу; права згинається в положення *cou-de-pied* позаду. Права рука залишається у II позиції, ліва закривається в I; голова в повороті ліворуч.

На і – стрибок на лівій нозі вгору, права нога відкривається назад, в повітрі поєднується з лівою у V позиції позаду.

На чотири – *assemblé* завершується в V позицію; руки опускаються у підготовче положення; голова повертається прямо.

На і – витягнути ноги в колінах.



Другий такт:

На раз – *demi plié* і рух виконується лівою ногою.

В процесі опанування вправи кількість рухів збільшується до чотирьох в одному напрямку з

почерговим її завершенням у положенні умовного *cou-de-pied* позаду.

*Pas ballonné* у викладеній послідовності відпрацьовується при русі вперед і назад (на *effacé* вперед і назад).

### ***Pas ballotté.***

Це стрибок з активним просуванням і перегинанням корпусу у напрямку, протилежному відкритій нозі. Спочатку вивчається носком у підлогу, пізніше на 45° і 90° прийомом *développé*.

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Затакт: 2/8:

На 1/8 – *demi plié* у V позиції; на 1/8 – стрибок із сильним просуванням вперед на *effacé*; руки піднімаються у занижену I позицію; корпус відхиляється назад.

На раз – завершити стрибок у *demi plié* на лівій нозі, права нога відкривається вперед в *effacé* носком в підлогу; корпус відхилений; права рука відкривається у II позицію, ліва – в I позицію; голова повертається ліворуч.

На і – стрибок на лівій нозі вгору одночасно права нога з'єднується з лівою у V позиції попереду (*assemblé*).

На два – *assemblé* завершується в *demi plié* у V позиції, *épaulement effacé*, права нога попереду; руки опускаються в підготовче положення.

На і – стрибок із сильним просуванням назад в *effacé*; стопи з'єднуються у V позиції; руки піднімаються у занижену I позицію; корпус спрямовується вперед.

На три – завершити стрибок у *demi plié* на правій нозі, ліва відкривається назад в *effacé* носком к підлогу; корпус нахилиється вперед; права рука у I позиції, ліва відкривається у II позицію, голова у повороті до правої руки.

На і – стрибок на правій нозі вгору, одночасно ліва нога з'єднується у повітрі з правою у V позиції позаду (*assemblé*).

На чотири – *pas assemblé* завершується в *demi plié* у V позиції, *épaulement effacé*, ліва нога позаду; руки в підготовче положення.

*Pas ballotté* з відкриванням ноги на 45° здійснюється прийомом *développé*: відразу після поштовху нога через положення *cou-de-pied* (умовне або позаду) відкривається відповідно вперед або назад. Особливістю даного руху є злитність і плавність його виконання.

### ***Temps lié saute.***

Даний рух побудований на ряді *sissonnes tombées*, які виконуються в напрямках, передбачених при виконанні *temps lié*. При цьому правила виконання залишаються незмінними, хоча характер виконання стає більш плавним, злитим, ковзним.



Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

На перший такт – *sissonne tombée* правою ногою вперед на *croisée*.

На другий такт – *sissonne tombée* правою ногою в напрямку II позиції з завершенням в *épaulement croisé* ліва нога попереду.

На третій такт – *sissonne tombée* лівою ногою вперед на *croisé*.

На четвертий такт – *sissonne tombée* лівою ногою в напрямку II позиції з завершенням в *épaulement croisé*; права нога попереду.

Так само рух виконується назад.

*Sissonne tombée* може завершуватись *pas assemblé*.

### ***Pas de chat***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

На раз – *demi plié* у V позиції; руки ледь відкриваючись повертаються у підготовче положення, голова праворуч.

На і – ліва нога піднімається на *cou-de-pied* позаду; права нога сильно відштовхуючись від підлоги у високому стрибку з просуванням вперед, піднімається на умовне *cou-de-pied*; руки піднімаються в I позицію, голова прямо, погляд на кисті рук; поза фіксується в повітрі.

На два – *pas de chat* завершується в *demi plié*; права нога трохи “спізнюється” і переходить у V позицію попереду; ліва рука залишається у I позиції, права відкривається у II позицію, їх кисті ледь відкриваються вперед.

На три – ноги витягуються, руки закриваються в підготовче положення; голова в повороті праворуч.

На чотири – витягнути ноги в колінах.

На наступний такт рух повторюється.

### ***Pas emboité* вперед і назад на 45°.**

*Pas emboité* – багаторазово виконуваний стрибок з однієї ноги на другу – сприяє виробленню легкості і має кілька різновидів.

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *en face*, V позиція, права нога попереду.

Затакт 2/8:

На 1/8 – *demi plié* у V позиції.



На 1/8 – стрибок вгору, фіксуючи у повітрі V позицію.

На раз – стрибок завершується на ліву ногу у пружне *demi plié*, права нога піднімається вперед на висоту 45° у напівзігнутому положенні.

На і – ліва нога виконує стрибок вгору, права нога зберігає попереднє положення.

На два – стрибок на праву ногу у пружне *demi plié*, ліва піднімається вперед на висоту 45° у напівзігнутому положенні.

Під час виконання руху зміна ніг відбувається близько одна до одної; ноги ледь схрещені; обидві ноги виворітні; корпус підтягнутий, *demi plié* трамплінне, стрибок виконується легко, з акцентом вгору.

Після засвоєння вправи в положенні *en face emboîté* виконується з просуванням по діагоналі; руки відкриті у II позицію.

За цими ж принципами вивчається *pas emboîté* назад із підніманням ноги на 45°. Стегню працюючої ноги повинно бути виворітним, знаходитись позаду за однойменним плечем; опорна нога також виворітна.

### ***Grand changement de pieds en tournant* на 1/2 кола.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Затакт: руки ледь відкриваються.

На раз – пружне *demi plié* у V позиції; руки повертаються у підготовче положення.

На і – сильно відштовхуючись п'ятками від підлоги, виконати високий стрибок у V позиції з поворотом корпусу і ніг праворуч на 180° і зміною ніг при його завершенні; руки зберігають підготовче положення.

На два – із стримуванням інерції падіння витягнуті ноги завершують стрибок еластичним *demi plié* у V позиції, ліва нога попереду.

На наступні дві чверті – пауза, після чого виконується *grand changement de pieds en tournant* вліво.

### ***Grand échappé en tournant.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

На раз – *demi plié* у V позиції.

На і – високий стрибок у V позицію; руки піднімаються у I позицію, голова прямо. В повітрі фіксується V позиція і відразу виконується активний поворот корпусу праворуч на 180°.

На два – пружне *demi plié* у II позиції; руки відкриваються в напрямку II позиції, голова повертається праворуч.

На і – високий стрибок, фіксуючу II позицію; голова прямо і відразу здійснюється активний поворот корпусу і ніг праворуч на 180°. Ноги закриваються в V позицію (ліва попереду), руки через підготовче положення піднімаються в I позицію.

На три – стрибок завершується пружним *demi plié* у V позиції, *épaulement croisé*, ліва нога попереду; голова – в повороті ліворуч.

На чотири – ноги витягуються.

### ***Échappé battu.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду, руки в підготовчому положенні.

На раз – *demi plié* у V позиції.

На і – невисокий трамплінний стрибок з фіксуванням у повітрі V позиції, руки ледь підвищують підготовче положення.

На два – *demi plié* у II позиції; руки відкриваються у напрямку II позиції, голова – в повороті праворуч.

На і – виворітні ноги, відштовхуючись від підлоги, сильно витягуються в повітрі, виконують удар одна об одну (права – попереду, ліва – позаду), після чого швидко відкриваються в напрямку II позиції.

На три – стрибок завершується в *demi plié* у V позиції, *épaulement croisé*; ліва нога попереду, руки в підготовчому положенні, голова – в повороті ліворуч.

На чотири – вигнути ноги в колінах.

На наступний такт *échappé battu* виконується з лівої ноги.

В завершеному вигляді рух виконується на 2/4.

## Приклад уроку третього року навчання. Екзерсис біля станка.

### ***Plié.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: I позиція ніг.

1-2-й такти: два *grands pliés* у I позиції;

3-4-й такти: *relevé* на півпальці, рука опускається в підготовче положення (2/4); прогинання під лопатками назад, рука в I позиції, кисть – *allongée* (2/4); випрямити корпус, рука округла в I позиції (2/4), опуститись на всю ступню руку відкрити в II позицію (2/4);

5-6-й такти: два *grands pliés* у II позиції;

7-8-й такти: *port-de-bras* у II позиції на півпальцях із сторони в сторону;

9-12-й такти: виконати комбінацію у IV позиції так само, як у I позиції;

13-14 такти: два *grands pliés* у V позиції;

15-й такт: *demi plié, preparation* до *pirouette en dehors* (1/4); *pirouette en dehors* (1/4); залишаючись на півпальцях лівої ноги, праву ногу підтягнути до положення *passé*, праву руку підняти в III позицію (2/4);

16-й такт: *port-de-bras* назад (2/4); випрямити корпус (1/4); зійти на усю ступню; опустити праву ногу в V позицію попереду, руку відкрити в II позицію (1/4);

### ***Battement tendu i battement tendu jeté.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: два *battements tendus* у велику позу *croisée* вперед;

2-й такт: три *battements tendus* вперед, завершити в *demi plié*;

3-й такт: два *battements tendus* вбік у позу *écartée* вперед, зі зміною ноги;

4-й такт: три *battements tendus* вбік, завершити в *demi plié*;

5-й такт: поворот *en dehors* 360° по V позиції на півпальцях, завершити *en face*;

6-й такт: *passé par terre* правою ногою вперед, назад, вперед і закрити в V позицію попереду;

7-8-й такти: сім *battements tendus* вбік по I позиції, завершити закриттям ноги у V позицію попереду;

9-10-й такти: чотири *battements tendus jetés* вперед;

- 11-й такт: *battement tendu jeté* вперед через *cou-de-pied* з підйомом на півпальці опорної ноги (1/4); зійти на усю ступню (1/4);
- 12-й такт: два *battements tendus jetés balancés*; закрити ногу в V позицію попереду;
- 13-14-й такти: чотири *battements tendus jetés* вбік по V позиції, без зміни ноги;
- 15-й такт: *battement tendu jeté* вбік через *cou-de-pied* з прийомом на півпальці (1/4); завершити в *demi plié*, права нога попереду (1/4);
- 16-й такт: *pirouette en dehors*, праву ногу опустити в V позицію позаду;
- 17-32-й такти: комбінацію повторити у зворотному напрямку;

### ***Rond de jambe par terre.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: I позиція ніг.

На вступ 4/4: *temps relevé par terre en dehors*;

- 1-й такт: два *ronds de jambe par terre en dehors* по 1/4 і три по 1/8 із закінченням вперед на 45° і підйомом на півпальці опорної ноги;
- 2-й такт: два *battements tendus jetés balancés* на 45° з роботою п'ятки опорної ноги (2/4), *ronds de jambe* на 45° *en dehors*, опорна нога залишається на півпальцях (2/4);
- 3-4-й такти: два *ronds de jambe par terre en dehors*, по 1/4, завершити доворотом *épaulement effacé* вперед; три *grands ronds de jambe jetés en dehors*; робоча нога попереду витягнута на носок;
- 5-8-й такти: комбінація повторюється *en dedans*;
- 9-й такт: *rond de jambe par terre en dehors* на *demi plié*;
- 10-й такт: *rond de jambe par terre en dedans* в *demi plié* (2/4); витягнутись з *demi plié* і провести працюючу ногу через *passé par terre* назад (2/4);
- 11-12-й такти: третє *port-de-bras* в *demi plié* з правою ногою відкритою позаду на носок;
- 13-й такт: *rond de jambe par terre en dedans* в *demi plié*;
- 14-й такт: *rond de jambe par terre en dehors* на *demi plié* (2/4); витягнутись з *demi plié* і провести праву ногу через *passé par terre* вперед з завершенням на 45° (2/4);
- 15-й такт: поворот *fouetté en dedans* на 1/2 кола до станка з ногою на 45°;
- 16-й такт: закрити праву ногу у V позицію позаду (2/4) і виконати з лівої ноги *temps relevé par terre en dehors* (2/4).  
Вправа виконується з лівої ноги. Завершити комбінацію позою II *arabesque* на 90° з правої ноги.

### ***Battement fondu.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

На вступ 2/4: піднятися на півпальці;

1-й такт: *battement fondu* вперед (2/4) з *tombé* на праву ногу і просуванням вперед (1/8), *battement fondu* з лівої ноги назад;

2-й такт: поворот *fouetté en dehors* на 1/2 кола з лівою ногою витягнутою назад на 45° з прийому *plié-relevé* (2/4); поворот *fouetté en dedans* на 1/2 кола на 45° з прийому *plié-relevé*;

3-й такт: з *tombé* на ліву ногу і просуванням назад (1/8) два *battements fondus* на 90° правою ногою вбік;

4-й такт: пауза (1/4); зійти з півпальців опорної ноги, працюючу ногу опустити в підлогу на носок (1/4); *pirouette en dehors* з II позиції (2/4), завершити відкриттям правої ноги вбік на 45°;

### ***Battement frappé.***

Музичний розмір 2/4.

1-2-й такти: чотири *battements frappés* у маленьку позу *croisée* вперед на півпальцях по 1/4;

3-4-й такти: два *doubles battements frappés* вбік на 45° *en face* з *relevé* на півпальці по 2/4;

5-8-й такти: повторити 1-2-й такти у маленьку позу *effacée* вперед і вбік;

9-10-й такти: *double battement frappé* вперед з *relevé* на півпальці із закінченням в *demi plié* носком в підлогу (2/4); *doubles battement frappé* назад з *relevé* на півпальці з поворотом *en dedans* на 1/2 кола і завершенням позаду в *demi plié* носком в підлогу (2/4);

11-12-й такти: *double battement frappé* вперед з *relevé* на півпальці, з поворотом *en dehors* на 1/2 кола із закінченням в *demi plié* носком в підлогу (2/4); *double battement frappé* вбік з *relevé* на півпальці і завершити в *demi plié* носком в підлогу (2/4);

13-14-й такти: два рази по три *battements frappés* вбік на 45° по 1/8;

15-16-й такти: пауза (1/4); *tombé* на праву ногу в V позиції вперед (1/4); *coupé* (1/4), пауза з фіксацією відкритої ноги вбік на 45° (1/4);

1-4-й такти: повторити комбінацію *battement fondu* у зворотному напрямку;

1-16-й такти: виконати комбінацію *battement frappé* у зворотному напрямку.

***Rond de jambe en l'air.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

На вступ 2/4: *demi plié* в V позиції;

1-й такт: стрибок *pas assemblé* з просуванням вперед (1/4); *pirouette en dehors* з V позиції (1/4); завершити відкриттям правої ноги вбік на 45° (2/4);

2-й такт: чотири *ronds de jambe en l'air en dehors* по 1/4;

3-й такт: *rond de jambe en l'air* з завершенням носком в підлогу на *demi plié* в маленьку позу *effacée* вперед (2/4); підняти працюючу ногу вбік на 45° одночасним доворотом корпусу *en face* (2/4);

4-й такт: *rond de jambe en l'air* з завершенням носком в підлогу на *demi plié* в маленьку позу *effacée* вперед (2/4); підняти працюючу ногу вбік на 45° одночасним доворотом корпусу *en face* (2/4), завершити відкриттям ноги в V позицію позаду;

5-8-й такти: повторити 1-8-й такти у напрямку *en dedans*.

***Petit battement на півпальцях.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

На вступ: відкрити праву ногу вбік на 45°;

1-й такт: праву ногу закрити в V позицію попереду на високі півпальці (1/4), і виконати поворот в V позиції на 180° до станка, завершити відкриттям лівої ноги вбік на 45° (1/4);

2-й такт: закрити ліву ногу в V позицію позаду на високі півпальці (1/4), і виконати поворот в V позиції на 180° від станка, завершити відкриттям правої ноги вбік на 45° (1/4);

3-6-й такти: шість *petits battements* з акцентом вперед по 1/4; умовне *cou-de-pied* на 1/4, відкрити праву ногу вперед на 45° з розворотом корпусу в маленьку позу *effacée* вперед (1/4);

7-8-й такти: *battement battu* на 1/8; завершити відкриттям правої ноги вбік на 45° з доворотом корпусу *en face*;

9-16-й такти: повторити 1-8-й такти у зворотному напрямку.

***Adagio.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: *battement développé* вперед (1/4); *grand rond de jambe développé en dehors* (2/4); *passé* правою ногою з одночасним *demi plié* на опорній нозі (1/4);

2-й такт: повторити 1-й такт залишаючись в *demi plié*, завершити на *relevé* опорній нозі і *passé* правою ногою;

3-й такт: повторити 1-й такт залишаючись на півпальцях опорної ноги; завершити права нога на *passé*;

4-й такт: нахил корпусу назад, права рука в III позицію (3/4); зійти з півпальців опорної ноги, праву ногу опустити в V позицію попереду;

5-6-й такти: два *battements soutenus* на 90° у велику позу *effacée* вперед;

7-8-й такти: *battement développé tombé* вбік у велику позу *écartée* назад, завершити закриттям правої ноги в V позицію позаду;

9-16-й такти: повторити 1-8-й такти у зворотному напрямку.

### ***Grand battement jeté.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога позаду.

На вступ 2/4: праву ногу відкрити назад носком в підлогу.

1-4-й такти: чотири *grands battements jetés balancés* починаючи з кидка ноги вперед по 1/4; завершити в V позицію, права нога попереду;

5-6-й такти: два *grands battements jetés développés* вбік;

7-8-й такти: три *grands battements jetés pointés* вбік по 1/4, *demi rond de jambe par terre en dedans* (1/4);

9-16-й такти: повторити 1-8-й такти у зворотному напрямку.

## **Екзерсис на середині залу.**

### ***Маленьке adagio.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.



1-2-й такти: *temps lié* на 90° вперед з правої ноги, завершити *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду; ліва рука в III позиції, права рука в II позиції;

3-4-й такти: *grand plié* по V позиції з другим *port-de-bras* (4/4), *relevé* на півпальці в V позиції (2/4), зійти на усю стопу (2/4); руки у попередньому положенні;

5-6-й такти: *temps lié* на 90° вбік з правої ноги, завершити *en face*, I позиція, руки в II позиції;

7-8-й такти: *grand plié* по I позиції, руки через підготовче положення відкриваються в I позицію і далі в II позицію (4/4), *relevé* на півпальці; руки в III позицію (2/4), зійти на усю стопу і повернутись в *épaulement croisé*, з лівої ноги (2/4);

9-12-й такти: повторити 1-4-й такти у зворотному напрямку (з правої ноги назад);

15-16-й такти: *grand plié* по II позиції, з роботою рук (2/4); *relevé* на півпальці по II позиції; руки в III позицію (2/4), зійти на усю стопу і закрити в V позицію з розворотом корпусу в *épaulement croisé*, з правої ноги (2/4);

### ***Battement tendu i battement tendu jeté.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: з розворотом корпусу в точку 4 плану класу два *battements tendus en tournant en dehors* правою ногою вперед, руки через I позицію розкриваються: ліва в III позицію, права в II позицію; корпус злегка відхилений назад, голова повернута ліворуч (2/4). Два *battements tendus* лівою ногою назад, руки переводяться *allongée* зберігають попереднє положення (2/4);

2-й такт: з розворотом корпусу в точку 5 плану класу два *battements tendus en tournant en dehors* правою ногою вбік із зміною ніг, руки в II позицію (2/4), з розворотом корпусу в точку 1 плану класу два *battements tendus en tournant en dedans* лівою ногою вбік із зміною ніг, руки в II позицію (2/4);

3-й такт: три *battements tendus jetés* правою ногою вбік по I позиції, останній закрити в V позицію позаду (2/4), руки в II позиції. Три *battements tendus jetés* лівою ногою вбік по I позиції: останній закрити в V позицію позаду у *demi plié* (2/4);

4-й такт: *preparation* і *pirouette en dehors* з II позиції, завершити *épaulement croisé*, V позиція, ліва нога попереду;

5-8-й такти: комбінація виконується у зворотному напрямку.

### ***Rond de jambe par terre i rond de jambe en l'air.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

Вступ 2/4: з розворотом корпусу *en face*, *temps relevé par terre en dehors* правою ногою, руки відкрити через I позицію в II.

1-й такт: з розворотом корпусу в точку 2 плану класу *rond de jambe par terre en tournant en dehors*, ліва рука в III позиції, права рука в II позиції; корпус злегка відхилений назад, голова повернута ліворуч (1/4). На 1/4 – з розворотом корпусу в точку 4 плану класу *rond de jambe par terre en tournant en dehors* (1/4). На 1/4 – з розворотом корпусу в точку 5 плану класу *rond de jambe par terre en tournant en dehors*, ліва рука опускається в II позицію, завершити *degagé* на праву ногу вперед в IV позицію. На 1/4 – два *passé par terre* лівою ногою;

2-й такт: з розворотом корпусу в точки 6, 8 і 1 плану класу виконати по одному *rond de jambe par terre en tournant en dedans* лівою ногою, завершити *degagé* на ліву ногу назад (3/4), два *passé par terre* правою ногою (1/4); завершити *en face*, права нога витягнута попереду на носок, руки в II позиції;

3-4-й такти: *battement relevé lent* на 90° правою ногою вперед (1/4), *demi rond* вбік (1/4), чотири *rond de jambe en l'air* на 90° по 1/4, четвертий завершити в *demi plié*, *pas-de-bourrée* по IV позиції з розворотом в *épaulement croisé* з правої ноги, руки закрити в підготовче положення (2/4);

5-6-й такти: обводка на *plié en dehors*, обводка *en dedans*, завершити в V позицію права нога попереду;

7-8-й такти: третє *port-de-bras* в *plié* з лівою ногою відкритою позаду на носок (розтяжка назад); завершити на останню 1/4 – поза *attitude croisée* на півпальцях правої ноги.

### ***Battement soutenu.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, ліва нога попереду.

1-й такт: *battement soutenu* вперед лівою ногою носком в підлогу; руки в маленькій позі *croisée* (2/4); *battement soutenu* назад правою ногою носком в підлогу; руки в III *arabesque* (2/4);

2-й такт; з розворотом *en face battement soutenu* вбік лівою ногою носком в підлогу (1/4), поворот *soutenu* на 360° *en dehors* (1/4); руки з II позиції закриваються в I позицію. На 2/4 – *battement soutenu* вбік *en tournant en dedans* правою ногою; завершити в *épaulement croisé*, V позиція на півпальцях, ліва нога попереду;

3-й такт: *battement soutenu* вперед на 45° лівою ногою; руки в маленькій позі *croisée* (2/4). На 2/4 – *battement soutenu* назад на 45° правою; руки в III *arabesque*;

4-й такт: з розворотом *en face battement soutenu* вбік на 45° лівою ногою, (2/4), і правою ногою (2/4), завершити *épaulement croisé*, V позиція на півпальцях, ліва нога попереду; руки в підготовчому положенні;

5-8-й такти: повторити комбінацію у зворотному напрямку.

***Grand battement jeté.***

Музичний розмір 3/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

На вступ 2 такти: руки розкрити через I позицію: ліву в III позицію, праву в II позицію.

1-2-й такти: два *grands battements jetés* правою ногою у позу *croisée* вперед;

3-4-й такти: крок вперед на півпальці правої ноги, ліву підставити позаду у V позицію на півпальці; руки перевести через підготовче положення: праву в III позицію, ліву в II позицію (3/4); зійти з півпальців на усю стопу в V позицію (3/4);

5-8-й такти: з розворотом корпусу в точку 2 плану класу чотири *grands battements jetés* вбік правою ногою у велику позу *écartée* назад; перше *jeté* закрити не змінюючи позиції (вперед);

9-12-й такти: чотири *grands battements jetés* правою ногою назад; руки в III *arabesque*; завершити в *demi plié*, руки закрити в підготовче положення;

13-16-й такти: *preparation* і *pirouette en dehors* з IV позиції з лівої ноги, завершити *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду, руки в підготовче положення;

17-18-й такти: два *grands battements jetés* лівою ногою у велику позу *croisée* назад;

19-20-й такти: крок назад на півпальці лівої ноги, праву підставити в V позицію на півпальці; ліва рука в III позицію, права в II позицію (3/4); зійти з півпальців на усю стопу в V позицію (3/4);

21-24-й такти: з розворотом корпусу в точку 2 плану класу чотири *grands battements jetés* вбік лівою ногою у позу *écartée* вперед; перше *jeté* закрити не змінюючи позиції (назад);

25-26-й такти: два широких *balancé* з відходом назад з лівої і правої ноги;

27-28-й такти: крок на ліву ногу і поворот *soutenu* в V позиції на 360° ліворуч (3/4); зійти з півпальців на усю стопу в *demi plié*, *épaulement effacé* праву ногу витягнути вперед на носок; права рука в I позицію, ліва рука в II позицію; голова повернута прямо (3/4); корпус розвернутий в точку 2 плану класу;

29-30-й такти: два *pas glissadés en tournant*;

31-32-й такти: три *tours chaînés* праворуч, завершити в позу II *arabesque* в точку 2 плану класу.

***Велике adagio.***

Музичний розмір: 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, ліва нога попереду.

На 2/4 – сценічний *preparation*, крок на праву ногу на *croisée* назад, ліва нога витягується попереду на *croisée* носком в підлогу; руки відкриваються у велику позу *croisée*, кисті *allongée*.

1-й такт: *pas glissadé* з правої ноги в напрямку точки 2 плану класу (1/4), крок на півпальці правої ноги в позу I *arabesque* (1/4); на 2/4 – повільно зійти з півпальців на усю стопу в позі I *arabesque*;

2-й такт: *tour lent en dedans* до точки 8 плану класу, в позу IV *arabesque*;

3-й такт: *relevé* на півпальці в позі IV *arabesque* (1/4), *demi plié* в V позиції, *épaulement croisé*, права нога попереду; руки в підготовче положення (1/4); на 2/4 – разом з розворотом корпусу в точку 2 плану класу правою ногою *battement développé* в позу *écartée* назад, руки в III позицію;

4-й такт: права нога, опускається і через I позицію витягується на *croisée* назад носком в підлогу, опорна ліва нога в *demi plié*; ліва рука в II позицію, права рука в III позицію *allongée* (2/4); *relevé* на півпальці лівої ноги, права позаду на 45° (1/4); підтягнути праву ногу до V позиції позаду на півпальці і виконати поворот праворуч до положення *épaulement croisé*, з правої ноги (1/4);

5-й такт: *battement développé* лівою ногою назад у велику позу *croisée* (2/4); розворот *en face*, лівою ногою *demi rond de jambe en dedans* до II позиції на 90°, руки в II позицію (2/4);

6-й такт: *demi plié* на правій нозі, ліва нога зберігає висоту (1/4); *pas-de-bourrée* по II позиції (1/4); з розворотом корпусу в точку 3 плану класу, крок на півпальці правої ноги в I *arabesque* (2/4).

7-й такт: широке *tombé* на ліву ногу вперед в напрямку точки 2 плану класу на *demi plié*, права нога витягнута позаду носком в підлогу, корпус, руки і голова в положенні IV *arabesque* (1/4); *demi plié* по IV позиції, корпус розвертається, права рука в I позицію, ліва в II позицію, голова – прямо (1/4); на 2/4 – *pirouette en dehors* з IV позиції; завершити в *épaulement croisé*, V позиція, ліва нога попереду, *demi plié*; руки в підготовчому положенні;

8-й такт: поворот в V позиції на півпальцях *en dehors* до положення *épaulement croisé*, права нога попереду (1/4); *demi plié* в V позиції, руки в підготовчому положенні (1/4); з розворотом корпусу в точку 2 плану класу з правої ноги *pas glissadé* в точку 4 плану класу, ліву ногу закрити в V позицію попереду, руки в підготовчому положенні (1/4); на 1/4 – поворот на півпальцях *en dehors* до положення *épaulement croisé*; завершити на півпальцях, руки в III позиції.

## Allegro.

### *Temps lié saute.*

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: *sissonne tombée* правою ногою вперед на *croisée*, ліва рука в III позиції, права рука в II позиції (1/4), *pas assemblé* назад лівою ногою (1/4);

2-й такт: *sissonne tombée* правою ногою вбік, руки розкрити в II позицію (1/4); *pas assemblé* вбік лівою ногою, завершити в *épaulement croisé*, ліва нога попереду, руки в підготовчому положенні (1/4);

3-й такт: *sissonne tombée* лівою ногою вперед на *croisée*, права рука в III позицію, ліва рука в II позицію (1/4), *pas assemblé* назад правою ногою (1/4);

4-й такт: *sissonne tombée* лівою ногою вбік, руки розкрити в II позицію (1/4); *pas assemblé* вбік правою ногою, завершити в *épaulement croisé*, права нога попереду, руки в підготовчому положенні (1/4);

5-й такт: *sissonne tombée* лівою ногою назад на *croisée*, ліва рука в III позицію, права рука в II позицію (1/4), *pas assemblé* вперед правою ногою (1/4);

6-й такт: *sissonne tombée* лівою ногою вбік, руки розкрити в II позицію (1/4); *pas assemblé* вбік правою ногою, завершити в *épaulement croisé*, ліва нога попереду, руки в підготовчому положенні (1/4);

7-й такт: *sissonne tombée* правою ногою назад на *croisée*, права рука в III позицію, ліва рука в II позицію (1/4), *pas assemblé* вперед лівою ногою (1/4);

8-й такт: *sissonne tombée* правою ногою вбік, руки розкрити в II позицію (1/4); *pas assemblé* вбік лівою ногою, завершити в *épaulement croisé*, права нога попереду, руки в підготовчому положенні (1/4).

### ***Pas jeté з просуванням.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, ліва нога попереду.

1-2-й такти: *pas jeté* з правої ноги з просуванням вбік і розворотом корпусу в точку 2 плану класу, ліва нога на умовне *cou-de-pied*, руки в підготовчому положенні (1/4); *pas assemblé* лівою ногою вперед в V позицію, *épaulement croisé*, (1/4); витягнутись з *demi plié* (1/4), *demi plié* в V позиції (1/4);

3-4-й такти: *pas jeté* з лівої ноги з просуванням вперед в точку 2 плану класу, права нога позаду на *cou-de-pied*, руки при відкриваються в занижену II позицію (1/4); *pas assemblé* правою ногою назад в V позицію, руки в підготовче положення (1/4); витягнутись з *demi plié* (1/4), *demi plié* в V позиції (1/4);

5-6-й такти: *pas jeté, temps levé* на праву ногу з розворотом корпусу *en face*, права рука в підготовче положення, ліва – в II позицію *allongée* (2/4); *pas jeté, temps levé pas* на ліву ногу, ліва рука в підготовче положення, права – в II позицію *allongée* (2/4);

7-8-й такти: *pas jeté* на праву ногу (1/4), *pas jeté* на ліву ногу (1/4); *pas glissadé* вбік з правої ноги; руки закрити в підготовче положення (1/4), *pas assemblé* правою ногою вбік в V позицію, з розворотом корпусу в точку 8 плану класу;

9-12-й такти: повторити 1-4-й такти з лівої ноги;

13-16-й такти: виконати 5-8-й такти комбінації у зворотному напрямку.

### ***Pas assemblé.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, ліва нога попереду.

1-й такт – *pas glissadé* в напрямку точки 3 плану класу з правої ноги (1/4); *pas assemblé* в V позиції, права нога попереду; руки в підготовчому положенні (1/4);

2-й такт – два *grand changement de pieds*;

3-й такт – *pas glissadé* в напрямку точки 7 плану класу з лівої ноги (1/4); *pas assemblé* лівою ногою в V позиції, ліва нога попереду (1/4);

4-й такт – два *grand changement de pieds*, завершити в *épaulement croisé*, V позиція ніг, ліва нога попереду;

5-й такт – *pas assemblé* правою ногою назад в V позицію (1/4); *pas assemblé* лівою ногою вперед в V позицію (1/4);

6-й такт – *double assemblé* правою ногою;

7-й такт – *sissonne tombée* вбік з *pas-de-bourrée en dehors* з переминою ніг з правої ноги в напрямку точки 3 плану класу; завершити *épaulement croisé*, V позиція ніг, ліва нога попереду;

8-й такт – *pas failli* з лівої ноги вперед в напрямку точки 8 плану класу;

9-16-й такти – виконати комбінацію з іншої ноги.

### ***Grand échappé.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: *grand échappé* в IV позицію в велику позу *croisée* вперед (2/4); *pas échappé battu* в II позиції з розворотом *en face*, завершити *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду (2/4);

2-й такт: повторити 1-й такт з лівої ноги;

3-й такт: *grand échappé* в II позиції *en tournant* на 1/2 кола *en dehors* завершити в V позиції в точку 5 плану класу (2/4), *grand échappé* в II позиції *en tournant* на 1/2 кола *en dehors*, завершити в V позиції в точку 1 плану класу, права нога попереду (2/4);

4-й такт: *preparation* і *pirouette en dehors* з II позиції; завершити *épaulement croisé*, V позиція ніг, ліва нога попереду;

5-8-й такти: повторити комбінацію, починаючи з лівої ноги.

### ***Pas ballonné.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: чотири *pas ballonné* правою ногою вбік на 1/4 кожне: перше *ballonné* закрити на *cou-de-pied*, позаду, права рука в II позицію, ліва рука в I позицію, голова в повороті ліворуч, друге *ballonné* закрити на умовне *cou-de-pied*, права рука в I позицію, ліва рука в II позицію, голова в повороті праворуч; повторити так ще два рази;

2-й такт: праву ногу з умовного *cou-de-pied*, відкрити вбік в підлогу на носок, руки в II позицію (1/4); права нога на *cou-de-pied* позаду, ліва нога в *demi plié*; ліва рука в підготовче положення, права рука в II позицію (1/4); *pas-de-bourrée en tournant en dehors*, завершити в точку 8 плану класу (2/4);

3-й такт: два *pas ballonné* правою ногою на *croisée* вперед, руки в маленькій позі *croisée* (2/4), *coupé* на праву ногу і *pas ballonné* лівою ногою на *croisée* назад (1/4), *pas assemblé* назад лівою ногою, руки в підготовчому положенні (1/4);

4-й такт: *pas de basque* з правої ноги вперед (2/4), *relevé* на півпальці, руки в III позицію (1/4), *demi plié* в V позиції, руки в підготовче положення (1/4);

5-8-й такти: комбінація повторюється з лівої ноги.

### ***Jeté – fermé.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: два *jetés – fermés* з правої ноги вперед, руки в III *arabesque*, завершити V позиція ніг, руки в підготовчому положенні (2/4); *pas de basque* з правої ноги вперед, завершити в *épaulement croisé*, V позиція ніг, ліва нога попереду, руки в підготовчому положенні (2/4);

2-й такт: два *jetés – fermés* з лівої ноги вперед, руки в III *arabesque*, завершити V позиція ніг, руки в підготовчому положенні (2/4); *pas de basque* з лівої ноги вперед, завершити в *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду, руки в підготовчому положенні (2/4);

3-й такт: два *jetés – fermés* з лівої ноги назад, руки в II позиції (2/4), *jeté – fermé* з правої ноги вбік, завершити *épaulement croisé*, V позиція ніг, ліва нога попереду, руки в підготовчому положенні (1/4), *relevé* на півпальці в V позиції, *demi plié* в V позиції (1/4);

4-й такт: два *jetés – fermés* з правої ноги назад, руки в II позиції (2/4), *jeté – fermé* з лівої ноги вбік, завершити *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду, руки в підготовчому положенні (1/4), витягнутись з *demi plié* (положенні (1/4), витягнутись з *demi plié* (1/4).

### ***Grand sissonne ouverte.***

Музичний розмір 3/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-2-й такти: *grand sissonne ouverte* вперед правою ногою у велику позу *croisée* (3/4), *pas assemblé*, руки закрити в підготовче положення (3/4);

3-4-й такти: з розворотом корпусу *en face grand sissonne ouverte* вбік правою ногою, руки розкриваються в II позицію (3/4); *pas assemblé*, завершити в *épaulement croisé*, V позиція, ліва нога попереду, руки в підготовчому положенні (3/4);

5-6-й такти: *grand sissonne ouverte* назад правою ногою у велику позу *croisée* (3/4), *pas assemblé*, руки закрити в підготовче положення (3/4);

7-8-й такти: *relevé* на півпальці, руки в III позицію (2/4), зійти в *demi plié* руки закрити в підготовче положення (1/4);

9-16-й такти: повторити комбінацію з лівої ноги.

Наступні 16 тактів – виконати усю комбінацію у зворотному напрямку.

### ***Grand assemblé.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: *grand assemblé* з *coupé* – кроку вперед на *croisée*, завершити в *demi plié*, V позиція ніг, права нога попереду, руки в III позиції (2/4); на 2/4 – витягнутись в колінах, руки опустити в підготовче положення;



2-й такт: *grand assemblé z coupé* – кроку в позу *ecartée* вперед з правої ноги, завершити в *demi plié*, V позиція ніг, ліва нога попереду, ліва рука в III позицію, права – в II *allongée* (2/4); на 2/4 – витягнутись в колінах, руки опустити в підготовче положення;

3-4-й такти виконати 1-2-й такти з іншої ноги.

Стрибок продовжується виконуватись почергово з правої та лівої ноги.

### **Показники підсумкового контролю. V семестр.**

*Студент повинен знати:*

- літературу з методики класичного танцю, особливості кожного з підручників;
- методику виконання рухів (згідно програми); типові помилки при виконанні рухів та прийоми їх подолання;
- засоби розвитку музикальності в процесі занять класичним танцем.

*Студент повинен володіти навичками:*

- виконання вправ і комбінацій з використанням технічно-ускладнених елементів;
- виконання різноманітних обертів в чистому вигляді і в комбінаціях;
- координації у вправах *allegro*.

*Студент повинен володіти вміннями:*

- доцільного поєднання елементів при побудові комбінацій;
- побудови комбінацій екзерсису біля станка.

### **VI семестр.**

*Студент повинен знати:*

- принципи побудови уроку класичного танцю (в обсязі програми третього курсу);
- методику виконання рухів (згідно програми); типові помилки при виконанні рухів та прийоми їх подолання.

*Студент повинен володіти навичками:*

- наступного рівня ускладненої координації у вправах біля станка та на середині залу;

– виразного і музикального виконання великого *adaжіо* з використанням різноманітних поворотів з пози в позу, зв'язуючи рухів.

*Студент повинен володіти вміннями:*

- добирати рухи, елементи для найбільш доцільного їх поєднання;
- прослідковувати етапи ускладнення окремих рухів і комбінацій;
- побудови комбінацій екзерсису на середині залу.

## Четвертий рік навчання.

На четвертому році навчання продовжується робота над розвитком музикальності, виразності, виконавської культури. Опановуються різноманітні підходи та прийоми виконання технічно складних елементів.

Екзерсис біля станка стає більш стислим, прискорюється темп його виконання, музична розкладка. Відпрацьовуються комбінації, у яких поєднується кілька рухів. Центральне місце в екзерсисі займає *adagio*, у якому поєднуються різноманітні рухи і пози при максимальній пластичності і музикальності виконання.

Також більш стислим стає екзерсис на середині залу, оскільки в комбінаціях поєднується кілька рухів із збільшенням кількості технічно ускладнених елементів.

Вивчаються і закріплюються навички виконання рухів екзерсису на півпальцях. Збільшується кількість комбінацій *allegro*, прискорюється темп їх виконання.

На четвертому році навчання приступають до освоєння великих стрибків, здійснюється перехід до вивчення вправ *allegro* з поворотом на 360°.

## Програма четвертого року навчання.

### Екзерсис біля станка.

1. *Double rond de jambe en l'air.*
2. *Battement développé ballotté.*
3. *Grand battement jeté* з підйомом на півпальці, і на півпальцях.
4. *Temps relevé z tour en dehors i en dedans.*
5. *Flic-flac en tournant en dehors i en dedans.*

### Екзерсис на середині залу.

1. *Tour lent* з пози в позу.
2. *Battement fondu en tournant* на 1/8 і 1/4.
3. *Temps lié par terre z pirouette en dehors i en dedans.*
4. *Temps relevé z pirouette en dehors i en dedans.*
5. Поворот *fouetté en dedans* з пози *effacée* в позу *attitude effacée*.
6. Поворот *fouetté en dedans* з пози *croisée* в позу *attitude croisée*.
7. *Preparation i tour en dehors i en dedans* у великих позах.
8. *Pirouette en dehors z degage.*
9. *Pirouette en dedans* із *coupé* – кроку.
10. *Pas-de-bourrée dessus-dessous en tournant.*
11. *Tour fouetté* на 45°.

### Allegro.

1. *Rond de jambe en l'air sauté.*
2. *Pas ballonné* в усіх напрямках з просуванням.
3. *Grand assemblé en tournant.*
4. *Grand sisonne ouverte* з просуванням.
5. *Pas failli.*
6. *Sisonne fondu* на 90°.
7. *Grand pas de chat.*

**8. *Sissonne ouverte en tournant.***

**9. *Pas emboité en tournant.***

**10. *Entrechat – quatre.***

**11. *Royal.***

**12. *Échappé battu* з завершением на одну ногу.**

## Екзерсис біля станка.

Екзерсис стає більш стислішим. Прискорюється темп його виконання, музична розкладка. Вводяться різноманітні обертання *fouetté*. Центральне місце займає *adagio*, яке включає поєднання поз і рухів класичного танцю.

Комбінації включають технічно складні елементи: подвійні *pirouettes* з V позиції, *flic-flac en tournant*. Опановується поворот *fouetté en dehors* та *en dedans* з витягнутою ногою на 90°. Ускладнюються елементи, вивчені на попередньому курсі.

### ***Double rond de jambe en l'air.***

Це один з ускладнених прийомів виконання *rond de jambe en l'air*.

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога попереду, рука в підготовчому положенні.

*Preparation – temps relevé* на 45° *en dehors*, рука в II позиції.

На і – *rond de jambe en l'air en dehors*.

На раз – без фіксування закінчення першого *rond* повторюється ще один *rond* з завершенням на сильну долю такту.

На і два – виконується наступний *double rond de jambe en l'air en dehors*.

Так само рух виконується *en dedans*.

В процесі виконання стегно працюючої ноги утримується в нерухомому положенні; рух акцентується “від себе”, назовні.

### ***Battement développé ballotté.***

Вправа передбачає активну роботу корпусу в поєднанні з рухами ніг: відкриття ноги вперед – нахил корпусу назад, відкриття ноги назад – нахил корпусу вперед.

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога попереду.

Затакт 3/8:

На 1/8 – права рука злегка при відкривається.

На 1/8 – рука повертається в підготовче положення, права нога піднімається на умовне *cou-de-pied*.

На 1/8 – права нога піднімається до коліна опорної ноги, яка в цей момент піднімається на півпальці; рука переводиться в I позицію.

Перший такт:

На раз, два – права нога витягується вперед на 90°, одночасно з *demi plié* на опорній нозі (*battement soutenu*); права рука відкривається в II позицію, голова повертається праворуч. Підтягнутий корпус поступово відхиляється назад, випрямляючись в одну лінію з витягнутою вперед ногою.

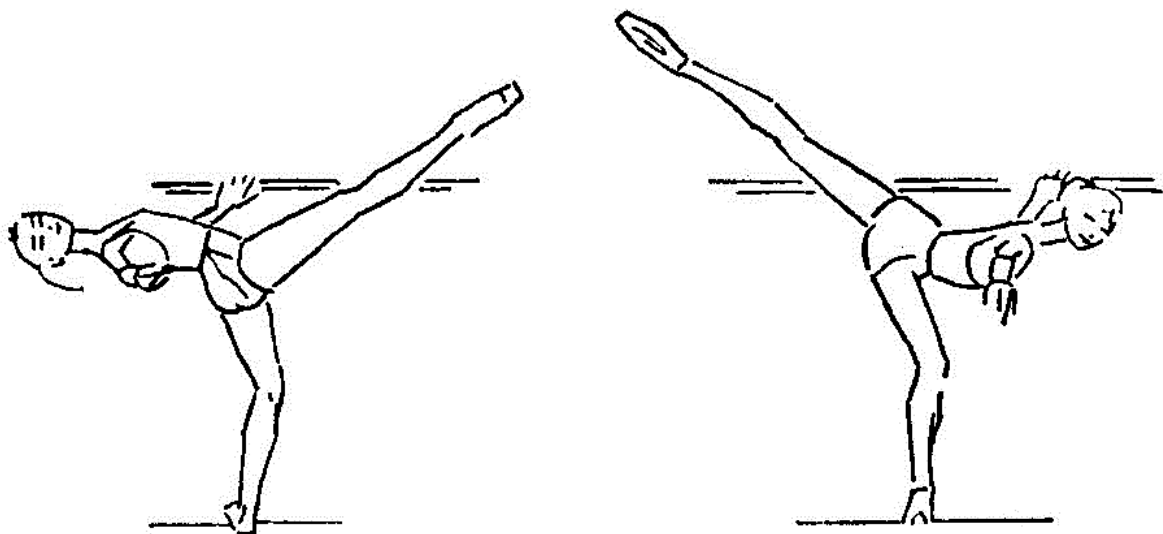
На три, чотири – корпус поступово повертається у вихідне положення; одночасно права нога опускається, ліва витягується, рука закривається в підготовче положення, і рух завершується в V позицію на високих півпальцях.

Другий такт:

На і – ліва нога через *cou-de-pied* позаду піднімається до рівня коліна опорної ноги; права рука переводиться у I позицію, голова нахиляється ліворуч.

На раз, два – ліва нога за правилами *battement soutenu* на 90° поступово витягується назад, одночасно права нога, починає *demi plié* з поступовим його поглибленням. Одночасно підтягнутий корпус нахиляється вперед, випрямляючись в одну лінію з витягнутою назад ногою; рука відкривається в II позицію, голова повертається праворуч.

На три, чотири – корпус поступово вирівнюється, одночасно ліва нога опускається, права нога витягується; рука закривається в підготовче положення і рух завершується в V позицію на високих півпальцях за правилами *battement soutenu* на 90°.



Необхідною умовою виконання даного руху є злітність і плавність. Корпус підтягнутий, центр ваги переноситься на опорну ногу; плечі і тазостегновий пояс рівні.

Опорна нога розпочинає *demi plié* після того, як торкнеться п'яткою підлоги, а піднімається на півпальці після витягування коліна.

Після опанування руху на два такти по 4/4 переходять до його виконання на один такт.

*Pas ballotté* виконують в *adagio* в любых поєднаннях як біля станка, так і на середині залу; руки можуть приймати самі різноманітні положення.

***Grand battement jeté* з підйомом на півпальці, і на півпальцях.**

*Grand battement jeté* ускладнюється підйомом на півпальці. Підйом на півпальці повинен співпадати з кидком працюючої ноги. Сходити з півпальців необхідно з завершенням *grand battement jeté* в V позиції. Виконують *grand battement jeté* на півпальцях спочатку *en face*, потім у позах.

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога попереду.

На вступні акорди: права рука злегка відкривається і піднімається через підготовче положення в I позицію, голова нахилиється ліворуч; права рука переводиться в II позицію, голова повертається праворуч.

На і – *grand battement jeté* правою ногою у заданому напрямку з одночасним підйомом на півпальці опорної ноги.

На раз – завершення *grand battement jeté* в V позиції з одночасним сходженням опорної ноги з півпальців на усю стопу.

На і два – рух повторюється.

Під час виконання руху необхідно чітко дотримуватись правил виконання *grand battement jeté*.

*Grand battement jeté* на півпальцях виконується з *preparation* – разом з відкриттям руки в II позицію необхідно піднятися на високі півпальці в V позиції і залишатись на них до завершення комбінації.

***Temps relevé z tour en dehors.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога попереду, права рука в підготовчому положенні, голова – в повороті праворуч.

На раз – ліва (опорна) нога виконує пружне *demi plié*, права, піднімається на умовне *cou-de-pied*; одночасно права рука, злегка привідкривається із затакту, піднімається через підготовче положення в I позицію, голова злегка нахилиється ліворуч.

На і – права нога виводиться вперед у напівзігнуте положення, посилюючи виворітність верхньої частини і п'ятки.



На два – продовжуючи рух, права нога, поступово витягуючись, відводиться на II позицію; одночасно права рука відкривається в II позицію, голова повертається *en face*, ліва нога зберігає *demi plié*.

На і три – досягнувши II позиції правою ногою і рукою, виконується поворот на 360° *en dehors* (від станка). Разом з поворотом корпусу ліва нога активно піднімається на високі півпальці, права згинається на високе *cou-de-pied*, руки з'єднуються в I позиції, погляд спрямований перед собою.

На і – права нога опускається в V позицію позаду в *demi plié*; ліва рука опускається на станок, права відкривається в II позицію, голова повертається праворуч.

На чотири і – ноги витягуються, права рука опускається в підготовче положення.

### ***Temps relevé z tour en dedans.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога позаду, ліва рука на станку, права рука в підготовчому положенні.

На раз – ліва нога виконує пружне *demi plié*, права нога піднімається на *cou-de-pied* позаду; одночасно права рука, злегка при відкривається із затакту, піднімається через підготовче положення в I позицію, голова злегка нахиляється ліворуч.

На і – права нога виводиться назад у напівзігнуте положення, посилюючи виворітність верхньої частини.

На два – продовжуючи рух, права нога, поступово витягуючись, відводиться на II позицію; одночасно права рука відкривається в II позицію, голова повертається *en face*, ліва нога зберігає *demi plié*.

На і три – досягнувши II позиції правою ногою і рукою, виконується поворот на 360° *en dedans* (до станка). Разом з поворотом корпусу ліва нога активно піднімається на високі півпальці, права згинається на високе *cou-de-pied* попереду, руки з'єднуються в I позиції, погляд спрямований вперед.

На і – права нога опускається в V позицію попереду в *demi plié*; ліва рука опускається на станок, права відкривається в II позицію, голова повертається праворуч.

На чотири і – ноги витягуються, права рука опускається в підготовче положення.

### ***Flic-flac en tournant en dehors.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога позаду, права рука в підготовчому положенні.

На вступні акорди права нога відкривається назад на 45°; права рука через I позицію переводиться у II, голова – в повороті праворуч.

На раз – разом з поворотом корпусу від станка права нога енергійно проковзує витягнутими пальцями біля п'ятки опорної ноги, одночасно ліва рука з'єднується з правою в I позиції (1/4 повороту).

На і – продовжуючи поворот, права нога енергійно проковзує носком біля стопи опорної ноги попереду, із збереженням виворітності стегна і не затримуючись, через умовне *cou-de-pied* відкривається вперед на 45°. При завершенні повороту опорна нога піднімається на високі півпальці, ліва рука відкривається у II позицію, права кладеється на станок, голова через положення *en face* повертається ліворуч.

На два і – положення зберігається.

На три і, чотири і – права нога опускається у V позицію попереду.

### ***Flic-flac en tournant en dedans.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога попереду, права рука в підготовчому положенні.

На вступні акорди права нога відкривається вперед на 45°; одночасно права рука через I позицію переводиться у II, голова – в повороті праворуч.

На раз – разом з поворотом корпусу до станка права нога енергійно проковзує витягнутими пальцями попереду біля носка опорної ноги; права рука піднімає на станку ліву, яка переводиться у I позицію (1/4 повороту).

На і – продовжуючи поворот, права нога енергійно проковзує носком біля стопи опорної ноги позаду, із збереженням виворітності стегна і не затримуючись, через *cou-de-pied* відкривається назад на 45°. При завершенні повороту опорна нога піднімається на високі півпальці, ліва рука відкривається у II позицію, голова повертається ліворуч.

На два і – положення зберігається.

На три і, чотири і – права нога опускається у V позицію позаду.

При вивченні *flic-flac* з II позиції на 45° при повороті *en dehors*, *flic* виконується позаду опорної ноги, *flac* – попереду, і через умовне *cou-de-pied*, працююча нога, не затримуючись, відкривається вперед на 45°.

При повороті *en dedans*, *flic* виконується попереду опорної ноги, *flac* – позаду, і через *cou-de-pied* позаду, працююча нога, не затримуючись, відкривається назад на 45°.

### **Екзерсис на середині залу.**

Екзерсис на середині залу, також, стає більш стислішим за рахунок поєднання кількох рухів у комбінації та збільшення кількості технічно ускладнених елементів.

Закріплюються навички виконання рухів на півпальцях.

Нові вправи програми спочатку вивчаються у “чистому” вигляді, а пізніше у нескладних поєднаннях з раніше вивченими рухами.

### ***Tour lent* з пози в позу.**

*Tour lent* (повільні повороти) з однієї пози в іншу необхідні для побудови великого *adagio*.

Вони розвивають навички координації, прикрашають рухи легкими нахилами корпусу, рук, голови в їх гармонійному поєднанні. В цьому основа виразності танцю. Повороти з пози в позу можуть бути різноманітними, але сам поворот завжди виконується через II позицію на 90°.

### ***Tour lent* з пози *croisée* вперед до пози *attitude croisée* назад.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Перший такт:

На раз і, два і – *battement développé* в позу *croisée* вперед.

На три і – *tour lent en dedans* до точки 6 плану класу, поза *croisée* зберігається.

На чотири і – корпус нахилиється до правої ноги, яка не понижує рівень 90°. Плечі і стегна залишаються рівними, ліва рука злегка опускається, голова повертається прямо.

Другий такт:

На раз і – поворот до точки 4 плану класу. Разом з поворотом корпус поступово вирівнюється, ліва рука, повертаючись в III позицію, розкривається в другу позицію, права нога у тій самій площині розвертається в II позицію не понижаючи рівня висоти.

На два і – положення зберігається.

На три і – *tour lent* продовжують до точки 2 плану класу, завершуючи його в позі *attitude croisée*. Права рука піднімається в III позицію, голова повертається ліворуч; права нога у тій же площині розвертається назад, приймаючи по завершенні руху положення *attitude croisée*.

На чотири – поза *attitude croisée* зберігається.

На наступні два такти виконується поворот з пози *attitude croisée* в позу *croisée* вперед.

Перший такт:

На раз і, два і – підтягнутий корпус нахилиється вперед, одночасно права рука з III позиції опускається в I позицію, голова злегка нахилиється. Права нога витягується на *croisée* назад, рівень висоти по можливості підвищується.

На три і – поворот в точку 4 плану класу. Корпус поступово вирівнюється, права рука відкривається в II позицію, голова *en face*; права нога розвертається на II позицію, посилюючи виворітність верхньої частини і не понижуючи висоту.

На чотири – положення зберігається.

Другий такт:

На раз і – поворот в точку 6 плану класу, ліва рука з II позиції піднімається в III, голова повертається праворуч, одночасно права нога у тій самій площині розвертається вперед не понижаючи рівня висоти.

На два і – поза *croisée*, вперед зберігається.

На три і – *tour lent en dehors* до точки 8 плану класу в позі *croisée* вперед.

На чотири – поза *croisée* вперед зберігається.

Можливі і інші варіанти поворотів.

Наприклад: з пози *effacée* вперед в *attitude effacée*, з пози *écartée* вперед в *attitude effacée*, з пози *écartée* вперед в позу *effacée* вперед.

### ***Battement fondu en tournant* на 1/8 і 1/4.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Перший такт:

На раз і – одночасно з поворотом корпусу на 1/8 кола в точку 1 плану класу, ліва нога виконує *demi plié*, права набуває положення умовного *cou-de-pied*.

На два і – *battement fondu* вбік.

На три, чотири – *battement fondu* вбік без зміни положення корпусу.

Другий такт:

Вправа повторюється з поворотом корпусу на 1/8 кола в точку 2 плану класу.

Таким чином вправа повторюється в напрямку *en dehors*, потім – *en dedans*, а також з відкриванням ноги вперед або назад.

Після засвоєння *battement fondu en tournant* виконується по одному разу в кожному з визначених точок, пізніше – з поворотом на 1/4 кола.

Руки під час вправи можуть знаходитись у II позиції, або у положенні маленької або великої пози *effacée*.

Необхідно слідкувати за виворітністю п'ятки опорної ноги, підтягнутістю корпусу, рівністю плеч і стегон. Поворот корпусу, повинен припадати на момент згинання працюючої ноги на *cou-de-pied*.

### ***Temps lié par terre z pirouette en dehors.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Затакт 2/8:

На 1/8 – руки ледь при відкриваються.

На 1/8 – закриваючись в підготовче положення, руки підвищують його.

Перший такт:

На раз і – *demi plié* у V позиції; руки розкриваються у напрямку II позиції, голова повертається прямо, погляд спрямовується вперед.

На два – *pirouette en dehors* (на лівій нозі праворуч); руки активно з'єднуються в I позиції.

На і – поворот завершується.

На три і – *demi plié* лівій нозі; права з умовного *cou-de-pied* витягується на *croisée* вперед, голова ледь нахилиється ліворуч. Торкнувшись носком підлоги, права нога продовжує крок, переходячи в позу *croisée* назад. Руки відкриваються в велику позу *croisée*, голова повертається праворуч.

На чотири – ліва нога закривається у V позицію.

На і – ліва рука поступово відкривається у II позицію.

Другий такт:

На раз і – одночасно з поворотом корпусу в точку 1 плану класу (*en face*) виконується *demi plié* у V позиції; руки злегка опускаються, голова – прямо.

На два – *pirouette en dehors* (на лівій нозі праворуч); руки активно з'єднуються в I позиції.

На і – поворот завершується.

На три і – *demi plié* на лівій нозі; права з положення *cou-de-pied* витягується в сторону II позиції і ковзним рухом витягнутих пальців по підлозі переходить на всю ступню; ліва нога витягується на носок; центр ваги переноситься на праву ногу; руки розкриваються у II позицію, голова повертається ліворуч.

На чотири і – ліва нога закривається в V позицію попереду, *épaulement croisé*, руки опускаються в підготовче положення.

На наступні два такти вправа виконується з іншої ноги.

***Temps lié par terre z pirouette en dedans.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Затакт 2/8:

На 1/8 – руки ледь при відкриваються.

На 1/8 – закриваючись в підготовче положення, руки підвищують його.

Перший такт:

На раз і – *demi plié* у V позиції; руки розкриваються у напрямку II позиції, голова повертається прямо, погляд спрямований вперед.

На два – *pirouette en dedans* (на правій нозі праворуч); ліва нога – на *cou-de-pied* позаду; руки активно з'єднуються в I позиції.

На і – поворот завершується.

На три і – *demi plié* на правій нозі; ліва з положення *cou-de-pied* позаду на *croisée* назад, голова ледь нахиляється ліворуч. Доторкнувшись до підлоги витягнутим носком, ліва нога продовжує крок, переходячи в позу *croisée* вперед. Руки розкриваються у велику позу *croisée*, голова – праворуч.

На чотири – права нога закривається в V позицію.

На і – ліва рука поступово відкривається у II позицію.

Другий такт:

На раз і – одночасно з поворотом корпусу в точку 1 плану класу (*en face*) виконується *demi plié* у V позиції; руки ледь опускаються, голова повертається прямо.

На два – *pirouette en dedans* (на правій нозі праворуч). Руки активно з'єднуються в I позиції.

На і – поворот завершується.

На три – *demi plié* на правій нозі; ліва з положення *cou-de-pied* позаду витягується в напрямку II позиції і ковзним рухом витягнутих пальців по підлозі переходить на всю ступню; права нога витягується на носок. Центр ваги переноситься на ліву ногу; руки розкриваються у II позицію голова повертається ліворуч.

На чотири і – права нога закривається у V позицію позаду, *épaulement croisé*, руки повільно опускаються в підготовче положення.

На вступні два такти вправа виконується з іншої ноги.

### ***Temps relevé z pirouette en dehors i en dedans.***

Відпрацювавши *temps relevé z pirouette* біля станка, його вивчають на середині залу; спочатку окремо, потім в комбінації з іншими рухами. Правила виконання не змінюються.

### ***Temps relevé z pirouette en dehors.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

На раз – разом з поворотом *en face*, ліва нога виконує *demi plié*, права піднімається на умовне *cou-de-pied*; одночасно руки, при відкриваючись із затакту, піднімаються в I позицію, голова злегка нахиляється ліворуч.

На і два – права нога, поступово витягуючись, відводиться на II позицію, ліва зберігає *demi plié*; одночасно ліва рука відкривається в II позицію, права рука зберігає I позицію, голова повертається *en face*.

На і три – як тільки права нога досягне II позиції, виконується *pirouette en dehors*. Разом з поворотом, ліва нога піднімається на високі півпальці, права згинається на високе *cou-de-pied* попереду; руки активно з'єднуються в I позиції.

На і – положення фіксується.

На чотири і – права нога опускається в V позицію позаду в *demi plié épaulement croisé*, руки при відкриваються в напрямку II позиції, голова повертається ліворуч.

### ***Temps relevé z pirouette en dedans.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, ліва нога попереду.

На раз – разом з поворотом *en face*, ліва нога виконує *demi plié*, права піднімається на *cou-de-pied* позаду; одночасно руки, привідкрившись піднімаються в I позицію, голова злегка нахиляється ліворуч.

На і два – права нога, поступово витягуючись, відводиться на II позицію, ліва зберігає *demi plié*; одночасно права рука відкривається в II позицію, ліва рука зберігає I позицію, голова повертається *en face*.

На і три – як тільки права нога досягне II позиції, виконується *pirouette en dedans*. Разом з поворотом, ліва нога піднімається на високі півпальці, права згинається на високе *cou-de-pied* попереду; руки активно з'єднуються в I позиції.

На і – положення фіксується.

На чотири і – права нога опускається в V позицію попереду в *demi plié épaulement croisé*, руки при відкриваються в напрямку II позиції, голова повертається праворуч.

**Поворот *fouetté en dedans* з пози *effacée* в позу *attitude effacée*.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement effacé*, V позиція, права нога попереду.

Перший такт.

На раз і два і – *battement développé* в позу *effacée* вперед.

На три і – поза зберігається.

На чотири і – корпус нахиляється вперед, ліва рука ледь опускається, голова злегка нахиляється.

Другий такт.

На раз і – одночасно з поворотом корпусу в точку 8 плану класу, корпус вирівнюється, голова повертається *en face*, права нога переходить, не змінюючи висоти у II позицію.

На два і – положення зберігається.

На три і – продовжується поворот у точку 6 плану класу, нога переходить у положення позаду, завершуючи поворот у позі *attitude effacée*; права рука піднімається у III позицію, голова повертається праворуч.

На чотири і – поза зберігається. Вона є вихідною для наступного повороту.

**Поворот *fouetté en dehors* із пози *attitude effacée* в позу *effacée* вперед.**

Третій такт.



На раз і, два і – корпус нахиляється вперед, права нога витягується в коліні і підвищується; права рука опускається в I позицію.

На три і – одночасно з поворотом корпусу в точку 8 плану класу корпус поступово випрямляється; права нога посилюючи виворітність стегна і утримуючи висоту переходить у II позицію, голова повертається *en face*.

На чотири і – положення зберігається.

Четвертий такт.

На раз і, два і – продовжується поворот в точку 2 плану класу, ліва рука закривається в II позицію, голова повертається ліворуч, права нога переходить у положення попереду у велику позу *effacée*.

На три і – поза зберігається.

На чотири і – права нога опускається у V позицію попереду, *épaulement effacé* руки опускаються в підготовче положення.

**Поворот *fouetté en dedans* з пози *croisée* в позу *attitude croisée*.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Перший такт.

На раз і два і – *battement développé* позу *croisée* вперед.

На три і – *tour lent en dedans* на 1/4 кола в точку 6 плану класу.

На чотири і – корпус злегка нахиляється вперед, права нога утримує висоту 90°, ліва рука і голова ледь спрямовуються вперед.

Другий такт.

На раз і – корпус випрямляється і здійснює поворот *en dedans* навколо своєї осі в точку 4 плану класу; права нога переводиться вбік, утримуючи висоту, ліва рука відкривається у II позицію.

На два і – положення зберігається.

На три і – корпус, продовжуючи поворот переходить у точку 2 плану класу; права нога переводиться назад із завершенням руху у позу *attitude croisée*; права рука піднімається у III позицію, ліва рука у II; голова повертається ліворуч.

На чотири – поза фіксується; вона є вихідною для наступного повороту.

**Поворот *fouetté en dehors* із пози *attitude croisée* в позу *croisée* вперед.**

Третій такт.

На і – голова повертається прямо.

На раз і, два і – корпус нахилиється вперед, працююча нога витягується в коліні і підвищується; права рука опускається в I позицію.

На три і – корпус випрямляється і повертається *en dehors* навколо осі в точку 4 плану класу; права нога переводиться вбік утримуючи висоту; права рука відкривається у II позицію, голова прямо.

На чотири і – положення фіксується. Четвертий такт.

На раз і – корпус, продовжуючи поворот, переходить у точку 6 плану класу; права нога утримуючи висоту, переводиться вперед; ліва рука піднімається у III позицію, голова повертається праворуч.

На два і – положення фіксується.

На три і – *tour lent en dehors* на 1/4 кола до точки 8 плану класу; положення рук і голови зберігається.

На чотири і – рух завершується у V позицію попереду в *épaulement croisé*.

Під час виконання вправи корпус і тазостегновий пояс підтягнуті, плечі розкриті і опущені. Обидві ноги сильно витягнуті і виворітні, працююча нога зберігає висоту 90°, і ні в якому разі не понижує її.

### ***Preparation i tour у великих позах.***

Розучування підготовчих вправ та *tour* у великих позах розпочинається після відпрацювання вмінь і навичок виконання *battement développé* на півпальцях, *tour lent* у великих позах.

Для виконання таких рухів необхідні сильна спина, підтягнутий корпус, вміння фіксувати положення і висоту ноги під час повільних поворотів, володіння відповідними координаційними прийомами.

Враховуючи міру складності виконання рухів даної групи, рекомендується спочатку освоїти *preparation i tour en dehors* і *en dedans* у позі *à la seconde* із II позиції.

### ***Preparation i tour en dehors у позі à la seconde із II позиції.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Затакт 2/8:

На 1/8 – руки ледь відкриваються.

На 1/8 – *demi plié* у V позиції; руки повертаються у підготовче положення.

Перший такт:

На раз і – повертаючись *en face*, виконується енергійне *relevé* на високі півпальці у V позиції; руки піднімаються у I позицію, голова повертається прямо.

На два і – перенести вагу тіла на ліву ногу, праву енергійно підняти вбік на  $90^\circ$ ; руки відкрити у II позицію.

На три і – положення зберігається.

На чотири і – пружне *demi plié* у II позиції з переносом ваги тіла на обидві ноги; права рука піднімається через підготовче положення у I позицію, ліва рука і голова зберігають попереднє положення.

Другий такт:

На раз і – відштовхнувшись від підлоги, ліва нога енергійно піднімається на високі півпальці (з переносом на неї ваги тіла), права нога піднімається вбік на  $90^\circ$ , права рука активно відкривається у II позицію.

На два і – положення фіксується.

На три і – права нога опускається, ліва сходить з півпальців, руки переводяться в підготовче положення, і рух завершується у V позицію *épaulement croisé*, ліва нога попереду.

На чотири і – *demi plié* у V позиції – затакт для виконання вправи з іншої ноги.

### ***Tour en dehors.***

Після *demi plié* у II позиції здійснюється *tour en dehors* (на лівій нозі праворуч). Ліва нога, активно витягуючись, піднімається на півпальці, права піднята вбік на 90° і закріплена в тазостегновому суглобі. Права рука з I позиції бере форс; ліва ледь просувається вперед, допомагаючи повороту. Голова спочатку повертається ліворуч і швидко переводячись праворуч, повертається у вихідне положення.

### ***Preparation i tour en dedans у позі à la seconde із II позиції.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога позаду.

Затакт 2/8:

На 1/8 – руки ледь відкриваються.

На 1/8 – *demi plié* у V позиції; руки повертаються у підготовче положення.

Перший такт:

На раз і – повертаючись *en face*, виконується енергійне *relevé* на високі півпальці у V позиції; руки піднімаються у I позицію, голова повертається прямо.

На два і – перенести вагу тіла на ліву ногу, права енергійно підняти вбік на 90°; руки відкрити у II позицію.

На три і – положення зберігається.

На чотири і – пружне *demi plié* у II позиції з переносом ваги тіла на обидві ноги; ліва рука піднімається через підготовче положення у I позицію, права рука і голова зберігають попереднє положення.

Другий такт:

На раз і – відштовхнувшись від підлоги, ліва нога енергійно піднімається на високі півпальці (з переносом на неї ваги тіла), права нога піднімається вбік на 90°, ліва рука активно відкривається у II позицію.

На два і – положення фіксується.

На три і – права нога опускається, ліва сходить з півпальців, руки закриваються в підготовче положення і рух завершується у V позицію *épaulement croisé*, права нога попереду.

На чотири і – *demi plié* у V позиції – затакт для виконання вправи з іншої ноги.

### ***Tour en dedans.***

Після *demi plié* у II позиції здійснюється *tour en dedans* (на лівій нозі ліворуч). П'ятка лівої ноги виштовхується вперед. Права нога піднята вбік на 90° і закріплена в тазостегновому суглобі. Ліва рука активно відкривається у II

позицію; права рука ледь просувається вперед, допомагаючи повороту. Голова повертається праворуч і швидко переводячись ліворуч, повертається у вихідне положення.

### ***Pirouette en dehors z degagé.***

Обертання виконується з точки 6 плану класу праворуч по діагоналі в точку 2 плану класу; ліворуч з точки 4 плану класу в точку 8 плану класу.

Музичний розмір: 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога позаду.

На і – одночасно з поворотом корпусу в точку 2 плану класу – *demi plié* на правій нозі, ліва через прохідне *cou-de-pied* відкривається вбік на 45° (*degagé*), руки відкриваються через I позицію в II.

На раз – ліва нога підводиться в V позицію попереду правої і відразу розпочинаючи на ній оберт, виконує *pirouette en dehors*, права нога приймає положення умовного *cou-de-pied*, руки з'єднуються в I позиції, голова повертається ліворуч, залишаючи погляд у точці 2 плану класу, і повертається у вихідну точку.

На два – невеликий крок правою ногою вперед у пружне *demi plié*; ліва нога через прохідне *cou-de-pied* позаду відкривається вбік на 45°, руки відкриваються у II позицію, погляд в точку 2 плану класу.

На наступний такт рух повторюється.

Корпус підтягнутий, плечі рокриті і опущені, ноги зберігають виворітність.

### ***Pirouette en dedans із coupé – кроку.***

Рух виконується по діагоналі з точки 6 плану класу в точку 2 плану класу – з правої ноги, і з точки 4 плану класу в точку 8 плану класу – з лівої ноги.

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Затакт 2/8:

На 1/8 – з поворотом корпусу в *effacé* в точку 2 плану класу, виконується *demi plié* у V позиції; руки ледь відкриваються і піднімаються через підготовче положення в I позицію, голова спрямована вперед.

На 1/8 – права нога через умовне *cou-de-pied* відкривається вперед, ліва рука відкривається у II позицію, права рука ледь підвищує I позицію, і обидві повертаються долонями вниз.

На раз – права нога, продовжуючи крок, енергійно стає на високі півпальці, переносячи центр ваги на праву ногу; ліва підводиться в положення підвищеного *cou-de-pied* позаду; руки активно з'єднуються в I позиції, і відразу виконується *pirouette en dedans* (на правій нозі праворуч).

На два – ліва нога, підмінюючи праву, опускається в *demi plié*, права прохідним рухом через умовне *cou-de-pied* відкривається вперед, у точку 2 плану класу; ліва рука відкривається у II позицію, права – в I (долонями вниз).

На наступний такт рух повторюється.

В продовж виконання корпус підтягнутий, плечі розкриті і опущені.

### ***Pas-de-bourrée dessus-dessous en tournant.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Затакт 3/8:

На 1/8 – руки злегка при відкриваються.

На 1/8 – руки закриваються в підготовче положення, голова нахилиється ліворуч.

На 1/8 – разом з поворотом *en face*, *demi plié* на правій нозі, ліва нога через прохідне *cou-de-pied* позаду відкривається в сторону II позиції на 45°; руки розкриваються в напрямку II позиції.

Перший такт:

На раз – разом з поворотом в точку 4 плану класу, встати на високі півпальці лівої ноги, підмінюючи праву ногу попереду. Права нога піднімається на *cou-de-pied* позаду; руки з'єднуються в I позицію, голова повертається ліворуч, в точку 1.

На два – разом з поворотом в точку 8 плану класу, переступити на півпальці правої ноги, ліву підняти на *cou-de-pied*, позаду; голову по завершенні повороту повернути праворуч.

На три – разом з поворотом *en face*, ліва нога опускається в *demi plié*, підмінюючи попереду праву ногу, яка відкривається через умовне *cou-de-pied* в сторону II позиції на 45°. Руки розкриваються в II позицію, голова повертається праворуч.

На чотири – положення зберігається.

Другий такт:

На раз – разом з поворотом в точку 4 плану класу, встати на високі півпальці правої ноги, підмінюючи ліву ногу позаду, яка піднімається на умовне *cou-de-pied* руки опустити в підготовче положення, голова повертається ліворуч, в точку 1 плану класу.

На два – разом з поворотом в точку 8 плану класу, переступити на півпальці лівої ноги, праву підняти на *cou-de-pied*; голову повернути праворуч в точку 1 плану класу.

На три – разом з поворотом *en face*, опуститись в *demi plié* на праву ногу, підмінюючи попереду ліву ногу, яка відкривається через умовне *cou-de-pied* позаду в сторону II позиції на 45°. Руки розкриваються в II позицію, голова повертається ліворуч.

На чотири – положення зберігається.

### ***Tour fouetté* на 45°.**

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: IV позиція, *en face*, ліва нога попереду.

З затакту – *pirouette en dehors*.

На раз – права нога активно відкривається на II позицію, одночасно з *demi plié* на лівій нозі. Руки з I позиції також активно відкриваються в II позицію, положення голови *en face*.

На і два – виконується *fouetté en dehors*. Разом з поворотом корпусу опорна нога активно піднімається на високі півпальці, працююча нога згинається по прямій на *cou-de-pied* позаду, а до завершення повороту переводиться на високе *cou-de-pied* попереду, не понижаючи рівня стегна, виворітність верхньої частини ноги зберігається. Разом з поворотом руки активно з'єднуються в I позиції, погляд фіксує точку перед собою.

На і – положення фіксується.

На раз і два другого такту – *tour fouette*.

На і – положення фіксується.

На раз і два третього такту – *tour fouette*.

На і – положення фіксується.

На раз і два четвертого такту – працююча нога, посилюючи виворітність, відводиться назад у IV позицію; руки при відкриваються, лікті зберігають округлість, кисті розкриваються вперед, голова повертається ліворуч.

При виконанні *tour fouette* дуже важливо зберігати рівень і виворітність верхньої частини ноги.





## Allegro.

Комбінації *allegro* ускладнюються за рахунок збільшення їх кількості і прискорення темпу виконання. Вивчаються великі стрибки з поступовим ускладненням шляхом урізноманітнення допоміжних рухів, вивчених на попередніх курсах.

Значну роль слід приділяти артистичності виконання стрибків. Здійснюється перехід до вивчення вправ *allegro* з поворотом на 360°.

### ***Rond de jambe en l'air sauté.***

Цей рух потребує пружного, еластичного *plié* і відпрацьованих навичок виконання *temps levé* з ногою піднятою на 45°.

На початку вивчення *rond de jambe en l'air sauté* опановується з ноги, відкритої в напрямку II позиції на 45° в комбінації з *sissonne ouverte*.

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

На раз – *demi plié* у V позиції, руки ледь відкриваючись із-затакту повертаються в підготовче положення.

На і два – *sissonne ouverte* на 45° вбік, руки розкриваються в занижену II позицію, голова – *en face*.

На і – не затримуючись у *demi plié* виконати максимально високий стрибок на лівій нозі з одночасним підведенням правої при виконанні *rond de jambe en l'air*; руки і голова зберігають попереднє положення.

На три – одночасно з приземленням на ліву ногу *rond de jambe en l'air sauté* завершується; голова повертається вбік опорної (в даному випадку – лівої) ноги.

На і – не затримуючись у *demi plié* виконати високий стрибок на лівій нозі з одночасним підведенням правої ноги до лівої у V позицію позаду.

На чотири – *pas assemblé* завершується в *demi plié* у V позицію, *épaulement croisé*, права нога позаду; руки опускаються в підготовче положення, голова повертається ліворуч.

На і – витягнути ноги в колінах.

На наступний такт рух виконується з лівої ноги.

Впродовж виконання ноги зберігають виворітність. *Demi plié* має бути пружним, еластичним, без зупинок; опорна нога якомога вище виштовхується міцно притиснутою до підлоги п'яткою, утримуючи в повітрі вертикальне положення; чіткий *rond de jambe en l'air* виконується в стрибку, завершуючись в момент приземлення.

Стегно працюючої ноги під час завершального *demi plié* повинно зберігати висоту 45°.

Інший вид цього руху виконується безпосередньо з V позиції і потребує більшої спритності.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

На раз – *demi plié* у V позиції.

На і – відштовхуючись обома ногами від підлоги, виконується високий стрибок з одночасним відкриванням правої ноги на 45° і виконанням *rond de jambe en l'air*; руки через I позицію відкриваються в занижену II позицію, голова – *en face*.

На два – стрибок завершується пружним *demi plié* на лівій нозі; на момент приземлення *rond de jambe en l'air* має бути завершеним.

На і – не затримуючись в *demi plié* виконується високий стрибок на лівій нозі з одночасним підведенням правої ноги до лівої у V позицію позаду.

На три – *pas assemblé* завершується у V позиції, *épaulement croisé*, права нога позаду; руки опускаються в підготовче положення, голова повертається ліворуч.

На чотири – ноги в колінах витягуються.

Розпочинаючи рух з V позиції попереду, виконується *rond de jambe en l'air en dehors*, із V позиції позаду – *en dedans*.

### ***Pas ballonné* в усіх напрямках з просуванням.**

Після опанування *pas ballonné* вбік, в пози *croisée* і *effacée* на місці, переходять до виконання *ballonné* з просуванням.

### ***Pas ballonné effacé* вперед.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду, руки в підготовчому положенні, голова – в повороті праворуч.

На раз – *demi plié* у V позиції, руки ледь при відкриваються і піднімаються через підготовче положення в I позицію, голова нахилиється ліворуч.

На і – повертаючись в *effacé*, права нога ковзним рухом стопи по підлозі викидається вперед на *effacé* на 45° з одночасним високим стрибком на лівій нозі з просуванням в повітрі на *effacé* вперед. Права рука відкривається у II позицію, ліва залишається у I; голова – в повороті ліворуч.

На два – *ballonné* завершується в *demi plié* на ліву ногу; права переводиться на умовне *cou-de-pied*.

На і – *ballonné* виконується в тому ж напрямку, на *effacé* вперед, із відкриванням ноги безпосередньо з положення умовного *cou-de-pied*. Руки і голова зберігають попереднє положення.

На три – стрибок завершується в *demi plié* на ліву ногу; права переводиться на умовне *cou-de-pied*.

На і – стрибок на лівій нозі, вгору, права, відкриваючись на *écarté* назад, поєднується з лівою у V позицію позаду.

На чотири – *assemblé* завершується в *demi plié* у V позицію позаду *épaulement croisé*, ліва нога попереду. Руки опускаються в підготовче положення, голова – в повороті ліворуч.

На наступний такт рух виконується лівою ногою.

### ***Pas ballonné effacé назад.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду, руки в підготовчому положенні, голова – в повороті праворуч.

На раз – *demi plié* у V позиції, руки ледь при відкриваються і піднімаються через підготовче положення в I позицію, голова нахилиється ліворуч.

На і – повертаючись на *effacé*, ліва нога ковзним рухом стопи по підлозі викидається на *effacé* назад на 45° з одночасним високим стрибком на правій нозі з просуванням в повітрі на *effacé* назад. Права рука відкривається у II позицію, ліва залишається у I; голова – в повороті ліворуч.

На два – *ballonné* завершується в *demi plié* праву ногу; ліва переводиться на *cou-de-pied* позаду. Руки і голова зберігають попереднє положення.

На і – *ballonné* виконується в тому ж напрямку, на *effacé* назад, із відкриванням ноги безпосередньо з положення *cou-de-pied* позаду. Руки і голова зберігають попереднє положення.

На три – стрибок завершується в *demi plié* на праву ногу; ліва переводиться на *cou-de-pie* позаду.

На і – стрибок на правій нозі, вгору, ліва, відкриваючись на *écarté* вперед, поєднується з правою у V позицію попереду.

На чотири – *assemblé* завершується в *demi plié* у V позицію попереду *épaulement croisé*, ліва нога попереду. Руки опускаються в підготовче положення, голова – в повороті ліворуч.

На наступний такт рух виконується правою ногою.

### ***Grand assemblé en tournant.***

Це стрибок з поворотом корпусу. Під час виконання *grand assemblé en tournant* нога викидається на 90° тільки вбік, незалежно від того, в якому напрямку воно виконується (вперед або назад по прямій, по прямій праворуч і ліворуч, по діагоналі вниз і вгору, по колу і т. д.).

Основні правила виконання ті ж самі, як і в *grand assemblé* без повороту.

Розучування *grand assemblé en tournant* починається з простого підходу, з кроку – *tombé* на 45°. В подальшому частіше всього застосовують *pas chassé* і *pas coupé*, як найбільш силові підходи, які сприяють здійсненню стрибка на великій висоті.

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція, *en face*, права нога попереду, руки в підготовчому положенні.

На і – *demi plié* на лівій нозі, одночасно права нога виймається через умовне *cou-de-pie* вбік на 45°, руки через I позицію розкриваються в II.

На раз – *tombé* на праву ногу, ліва проводиться по підлозі через I позицію, витягується і енергійно викидається вбік на 90°, одночасно з поштовхом від підлоги опорною ногою і поворотом корпусу на півповороту ліворуч (лівим плечем вперед). Руки з II позиції через підготовче положення піднімаються в I позицію, а потім в III.

На і два – опорна нога моментально підтягується після поштовху в V позицію позаду, і стрибок завершується доворотом в V позицію в *demi plié*, права нога попереду, *en face*. Голова під час повороту повертається через ліве плече до глядача, потім швидко повертається у вихідне положення. Руки знаходяться у попередньому положенні.

Необхідно слідкувати щоб нога, яка викидається вбік, проходила чітко по підлозі біля опорної ноги по I позиції, і була підтягнута в тазостегновому суглобі, сідничні м'язи втягнуті, корпус прямий, плечі опущені.

### ***Grand sissonne ouverte з просуванням.***

Переходячи до вивчення великих стрибків із просуванням необхідно дотримуватись правил виконання рухів даної групи: одночасно з поштовхом здійснювати посилення корпусу в напрямку просування і своєчасно переносити центр ваги на ногу, яка визначає цей напрямок.

### ***Grand sissonne ouverte в позу attitude croisée.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

На раз – *demi plié* у V позиції, руки ледь при відкриваються і повертаються у підготовче положення, голова нахилиється ліворуч.

На і – сильно відштовхнувшись від підлоги, виконати високий стрибок вгору з одночасним посиленням правої ноги вперед, лівої ноги назад – в точку 8 плану класу, внаслідок чого корпус подається вперед, допомагаючи просуванню. Руки піднімаються в I позицію, голова зберігає попереднє положення, погляд на кисті рук.

На два – завершити стрибок у пружне *demi plié* на правій нозі, ліва нога набуває положення *attitude croisée*. Руки через I позицію відкриваються у III позиції, голова повертається праворуч.

На і – високий стрибок на правій нозі, ліва, витягуючись у ко- ліній, з'єднується з правою у повітрі у V позиції. Ліва рука опускається у II позицію, голова – завершується у V *croisé*, руки підготовче положення, праворуч.

На три – *assemblé* у V позицію *épaulement* опускаються в V *croisé*, руки підготовче положення, праворуч.

На чотири – ноги витягуються.

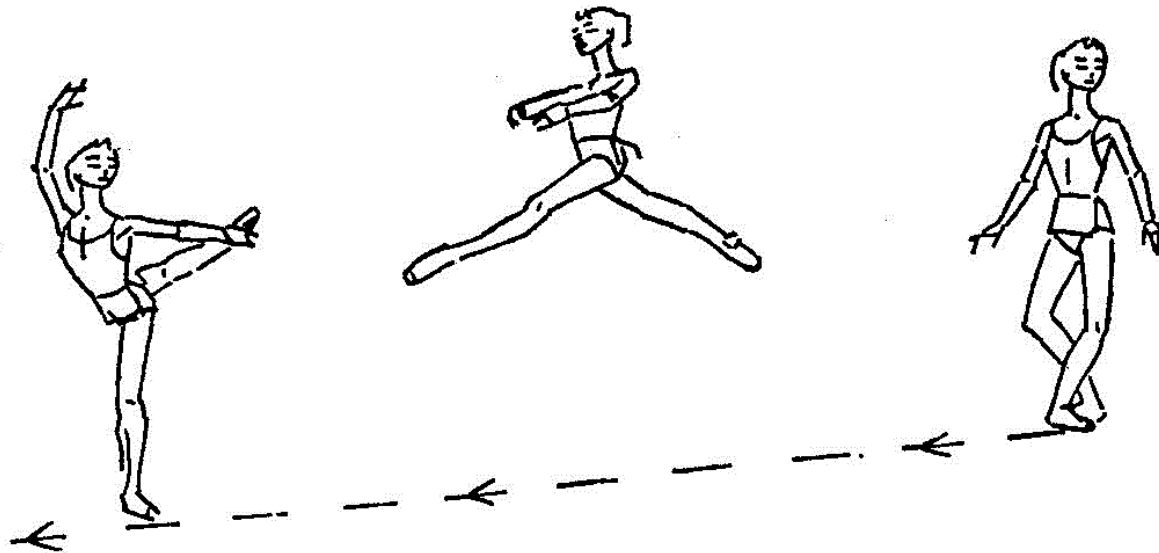
**Grand sissonne**  
у позу *I arabesque*.

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

На раз – пружне *demi plié* у V позиції, руки ледь при відкриваються і піднімаються через підготовче положення в I позицію, голова нахилиється ліворуч.

На і – одночасно з поворотом корпусу в точку 3 плану класу обидві ноги сильно відштовхуючись від підлоги, енергійно відкриваються у високому стрибку: права – вперед, ліва – назад на 90° з одночасним посиленням корпусу вперед у напрямку просування – в точку 3 плану класу; центр ваги переноситься на праву ногу, руки і голова набувають положення *I arabesque*.



ваються: права у II, ліва повертається праворуч. стрибок на правій нозі, ліній, з'єднується з позиції. Ліва рука опускається у II позицію, голова – завершується у V *croisé*, руки підготовче положення, праворуч. витягуються.

**ouverte** з просуванням

На два – стрибок завершується в точці витягнутого носка правої ноги пружним *demi plié*; ліва нога утримує висоту 90°.

На і – високий стрибок на правій нозі, ліва підтягується до неї в повітрі у V позицію вперед; корпус вирівнюється, голова і руки утримують попереднє положення.

На три – стрибок завершується у V позицію *épaulement croisé*, ліва нога попереду, руки опускаються у підготовче положення, голова повертається ліворуч.

На чотири – ноги витягуються.

### ***Grand sissonne ouverte* з просуванням у позу *attitude effacée*.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

На раз – пружне *demi plié* у V позиції, руки ледь при відкриваються і піднімаються через підготовче положення в I позицію, голова ледь нахиляється ліворуч.

На і – одночасно з поворотом корпусу в точку 2 плану класу обидві ноги сильно відштовхуючись від підлоги, енергійно відкриваються у високому стрибку: права – вперед, ліва – назад на 90° з одночасним посиленням корпусу вперед у напрямку просування – в точку 2 плану класу; центр ваги переноситься на праву ногу, права рука відкривається у II позицію, ліва у III; голова повертається ліворуч.

На два – стрибок завершується в точці витягнутого носка правої ноги пружним *demi plié*; ліва нога набуває положення *attitude effacée*.

На і – високий стрибок на правій нозі, ліва витягуючись в коліні, з'єднується в повітрі з правою у V позиції попереду; ліва рука відкривається у II позицію.

На три – *assemblé* завершується у V позицію *épaulement croisé*, ліва нога попереду, руки опускаються у підготовче положення.

На чотири – ноги витягуються.

### ***Grand sissonne ouverte* з просуванням у позу *effacée* вперед прийомом *développé*.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

На раз – пружне *demi plié* у V позиції, руки ледь відкриваючись із-затакту через підготовче положення піднімаються в I позицію, голова ледь нахиляється ліворуч.

На і – одночасно з поворотом корпусу в точку 2 плану класу обидві ноги сильно відштовхуючись від підлоги, енергійно відкриваються у високому стрибку: ліва нога спрямовуючи просування – в точку 6 плану класу, назад; права нога відразу через умовне *cou-de-pied* піднімається до коліна і на “і”, не затримуючись відкривається на 90°; центр ваги переноситься на ліву ногу. Одночасно із стрибком ліва рука переводиться у III позицію, права рука – в II; голова повертається ліворуч (поза *effacée*).

На два – стрибок завершується в точці витягнутого носка пружним *demi plié*; витягнута і виворітна права нога зберігає висоту 90°; руки і голова в попередньому положенні.

На і – високий стрибок на лівій нозі, одночасно з цим права нога з’єднується в повітріз лівою у V позиції позаду; ліва рука відкривається у II позицію;

На три – *assemblé* завершується у V позиції *épaulement croisé*, ліва нога попереду; руки стримано опускаються в підготовче положення.

На чотири – ноги витягуються.

### ***Pas failli.***

Цей стрибок спочатку вивчається як самостійний рух, після чого вводиться як з’єднувальний елемент в *adagio* і великих стрибках.

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Затакт 2/8:

На 1/8 – *demi plié* у V позиції, руки ледь при відкриваючись, повертаються в підготовче положення, корпус нахиляється ліворуч.

На 1/8 – стрибок вгору з сильним фіксуванням у повітрі витягнутих стоп у V позиції. Корпус повертається на *effacé* у точку 2 плану класу; одночасно ліва нога відкривається назад на 45°, руки через I позицію переводяться у II, долонями вниз, голова – ліворуч.

На раз – права нога завершує стрибок у *demi plié*, ліва ковзним рухом через I позицію відкривається вперед на *croisé* ліва рука проводиться через низ в I позицію, корпус ледь прогинається назад, плечі рівні, погляд – на ліву руку.

На і – перенести центр ваги на ліву ногу, праву залишити у витягнутому положенні носком в підлогу. Руки в положенні IV *arabesque*. Виконати стрибок з просуванням у V позицію вперед, з’єднуючи обидві ноги в повітрі.

На два – завершити стрибок у *demi plié* в V позиції *épaulement croisé*, ліва нога попереду; корпус і голова зберігають положення IV *arabesque*.

*Pas failli* виконується на невеликому стрибку, злитно і легко.

При використанні цього руху в *adagio*, його можна завершувати на одній нозі, інша витягнута позаду носком в підлогу в позі *croisée*, III або IV *arabesque*.

### ***Sissonne fondu* на 90°.**

Цей стрибок вивчають після опанування *sissonne fermé* і він виконується у великих позах, працююча нога відкривається на 90° і приходять у V позицію, дещо “спізнюючись”, що надає всьому руху м’якого характеру.

### ***Sissonne fondu* на 90° вбік.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

На раз – пружне *demi plié* у V позиції, руки ледь при відкриваючись піднімаються через підготовче положення у I позицію, голова нахиляється ліворуч.

На і – високий стрибок з активним просуванням у напрямку точки 3 плану класу. Обидві ноги активно відкриваються в напрямку II позиції: права – спрямовує переліт, ліва – піднімається на 90°, центр ваги переноситься на праву ногу; руки відкриваються у II позицію, голова повертається праворуч.

На два і – стрибок завершується на праву ногу в *demi plié* в точці витягнутого носка.

На три і – ліва нога, торкнувшись витягнутими пальцями підлоги, закривається у V позиції позаду в поглиблене *demi plié*, руки і голова зберігають попереднє положення.

На чотири – ноги витягуються, руки опускаються у підготовче положення.

На наступний такт рух повторюється.

*Sissonne fondu* вбік вивчають починаючи також з ноги, яка знаходиться в V позиції позаду. Правила виконання не змінюються.

Так само *sissonne fondu* виконується в усіх напрямках і позах у відповідності з їх характером (в позу III *arabesque*, в позах *croisée* назад і *effacée* вперед і назад).

Після оволодіння відповідними навичками *sissonne fondu* виконується підряд в одному напрямку.

Необхідно ретельно відпрацювати чіткість силового посилення як вгору, так і в напрямку просування. Під час виконання руху корпус підтягнутий, плечі опущені.



### ***Grand pas de chat.***

Цей стрибок потребує максимальної висоти стрибка і комбінується з *pas glissade*, *pas chassé pas failli*, що використовуються як трамплінні і забезпечують висоту стрибка.

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, ліва нога відкрита вперед на *croisé*, носком у підлогу; руки у II позиції, голова – в повороті ліворуч.

Затакт 2/8:

На 1/8 – перейти на ліву ногу в IV позицію в *demi plié*.

На 1/8 – *glissade* правою ногою у напрямку II позиції, руки ледь підвищуються, кисті повертаються долонями вниз.

На раз – *glissade* завершується у V позицію, руки переводяться у підвищене підготовче положення, голова злегка нахилиється вперед.

На і – *grand pas de chat*: права нога, згинаючись, піднімається до рівня коліна лівої ноги, яка сильно відштовхується від підлоги; руки активно піднімаються у I позицію, погляд на кисті рук. Відразу після цього права нога відкривається вперед, ліва в *effacé* назад і обидві фіксують в повітрі IV позицію; ліва рука переводиться у підвищену I позицію, права рука в III, кисті – в положення *allongée*; корпус ледь відхиляється назад, голова – в повороті ліворуч.

На два і – стрибок завершується на праву ногу в *demi plié*; ліва переходить через I позицію вперед у IV позицію на *croisé* із перенесенням на неї ваги тіла.

На наступний такт вправа повторюється.

Впродовж виконання обидві ноги виворітні, рух виконується із стрибковим посилом вгору і вперед, рухи рук і голови координуються у відповідності із стрибком.

### ***Sissonne ouverte en tournant.***

Цей стрибок виконується з поворотом в повітрі *en dehors* і *en dedans* спочатку на 1/4, потім на 1/2 і на 360°, і базується на навичках виконання *sissonne simple en tournant*.

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

На раз – одночасно з поворотом корпусу *en face* енергійне *demi plié* у V позиції; руки у підготовчому положенні, голова прямо.

На і – високий стрибок вгору з поворотом праворуч на 1/2 кола, сильно витягуючи ноги і з'єднуючи їх у V позиції. Руки піднімаються у занижену I позицію.

На два – стрибок завершується в *demi plié* на лівій нозі, обличчям в точку 5 плану класу. Права нога через умовне *cou-de-pied* м'яко відкривається вбік на 45°, руки переводяться в занижену II позицію.

На і – *assemblé*.

На три – *assemblé* завершується у V позицію позаду.

На чотири – ноги витягуються.

На наступний такт *sissonne ouverte* виконується лівою ногою з поворотом ліворуч.

Аналогічно рух відпрацьовується в напрямку *en dedans*.

*Sissonne ouverte en tournant* виконується і з повним поворотом на 360°. *Preparation* повинен бути зібраним. Стегна підтягнуті спина пряма, поворот голови і плечей, форс рукою в сторону повороту – необхідні умови для повного повороту корпусу в повітрі.

*Grand sissonne ouverte en tournant* виконується такт само, як і маленькі *sissonnes ouverte en tournant*. Тільки *demi plié* робиться більш глибоким, стрибок вищим і в завершенні нога відкривається в пози на 90° (прийомом *développé* на 90°).

### ***Pas emboité en tournant.***

Рух виконується з просуванням по прямій лінії з точки 7 у точку 3 плану класу та з точки 3 в точку 7 плану класу, і по діагоналі з точки 6 в точку 2 плану класу, та з точки 4 в точку 8 плану класу. Кожне *emboité* виконується в поворотом на 1/2 кола; повний поворот складається з двох *emboités*.

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *en face*, V позиція, права нога попереду.

Затакт 2/8:

На 1/8 – *demi plié* у V позиції, права рука в I позиції, ліва через I відкривається у II позицію.

На 1/8 – відкриваючи праву руку у II позицію, виконати стрибок вгору з просуванням праворуч і одночасним поворотом на 1/2 кола (*en dedans*), з'єднуючи в повітрі витягнуті ноги.

На раз – стрибок завершується в *demi plié* на правій нозі спиною до точки 1 плану класу, ліва в положенні умовного *cou-de-pied*, права рука – у II позиції, ліва – у I; голова – в повороті ліворуч, у профіль.

На і – відкриваючи ліву руку у II позицію виконати стрибок вгору з просуванням ліворуч і одночасним поворотом на 1/2 кола (*en dehors*), з'єднуючи в повітрі витягнуті ноги. Права нога переводиться в положення умовного *cou-de-pied*.

На два і – стрибок завершується в *demi plié* на лівій нозі, обличчям до точки 1 плану класу, права нога переводиться в положення умовного *cou-de-pied*, права рука в I позиції, ліва – у II; голова повертається праворуч, у профіль.

*Pas emboité en tournant* виконується на невеликому стрибку з незначним просуванням, корпус утримує фронтальне положення, чітко дотримуючись повороту на 1/2 кола і напрямку просування.

Рухи повинні бути рівномірними як за відстанню, так і за ритмом просування.

При виконанні *pas emboité* по діагоналі правила виконання не змінюються але корпус фіксує положення *épaulement*.

## Заноски.

### *Entrechat – quatre.*

Музичний розмір 2/4 і 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду, руки в підготовчому положенні.

На раз – *demi plié* у V позиції, одночасно руки ледь відкриваються і повертаються у підготовче положення.

На і – із збереженням *épaulement croisé* – невеликий трамплінний стрибок; ноги відкриваються в напрямку II позиції, зберігаючи виворітність роблять удар одна об одну у V позиції (ліва – попереду, права – позаду). Після удару ноги, відкриваючись посилюють виворітність і, закриваючись, змінюють одна одну.

На два – ноги опускаються в *demi plié* у V позиції *épaulement croisé*, права нога попереду.

На і – виконується наступне *entrechat – quatre*.

### *Royal.*

Музичний розмір 2/4 і 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду, руки в підготовчому положенні.

На раз – *demi plié* у V позиції, одночасно руки ледь відкриваються і повертаються у підготовче положення.

На і – із збереженням *épaulement croisé* – невеликий трамплінний стрибок; ноги відкриваються в напрямку II позиції, зберігаючи виворітність роблять удар одна об одну у V позиції (права – попереду, ліва – позаду). Після удару ноги, відкриваючись посилюють виворітність і, закриваючись, змінюють одна одну.

На два – ноги опускаються в *demi plié* у V позиції *épaulement croisé*, ліва нога попереду.

На і – виконується наступна заноска.

***Échappé battu* з завершенням на одну ногу.**

Музичний розмір 2/4 і 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду, руки в підготовчому положенні.

На раз – *demi plié* у V позиції, одночасно руки ледь відкриваються і повертаються у підготовче положення.

На і – разом з поворотом *en face*, невисокий стрибок із фіксуванням у повітрі V позиції, руки ледь підвищують підготовче положення; голова повертається прямо.

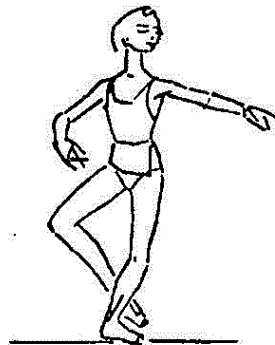
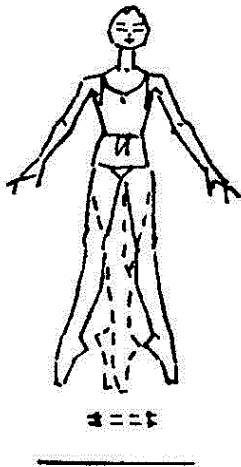
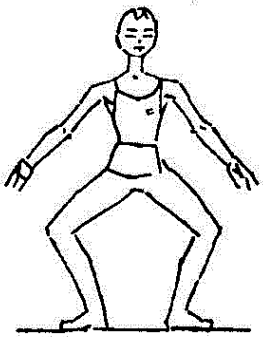
На два – *demi plié* у II позиції, руки розкриваються в напрямку II позиції, голова в повороті праворуч.

На і – відштовхнувшись від підлоги сильно витягнуті в повітрі ноги виконують удар одна об одну (права – попереду, ліва – позаду), після чого швидко відкриваються в напрямку II позиції.

На три – завершуючи стрибок, ліва нога опускається на *cou-de-pied* позаду в *épaulement croisé* рука закривається в I позицію, ліва приймає положення II позиції; голова повертається ліворуч (маленька поза *croisée*).

На і – права нога прохідним рухом через V позицію виконує *assemblé* на *croisé* назад.

На чотири – *échappé battu* завершується в *demi plié* у V позиції *épaulement croisé* (ліва нога попереду), руки опускаються в підготовче положення.



На і – ноги витягуються.

### Приклад уроку четвертого року навчання. Екзерсис біля станка.

***Plié.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: I позиція ніг, права рука відкрита в II позицію.

1-й такт: *demi plié*, рука в III позицію і опустити в II;

2-й такт: чотири *battements tendus* вбік по I позиції (правою, лівою, правою, лівою);

3-4-й такти: два *grands plies*; завершити *degagé* в сторону II позиції;

5-й такт: *demi plié* по II позиції; рука в III позицію і опускається в II;

6-й такт: перейти на праву ногу (1/4); перейти на ліву ногу (1/4); перейти на праву ногу (1/4); перейти на ліву ногу (1/4);

7-8-й такти: два *grands plies* по II позиції; завершити правою ногою *demi rond de jambe par terre en dedans* в IV позицію;

9-й такт: *demi plié* по IV позиції, рука в III позицію і опустити в II;

10-й такт: перейти на праву ногу (1/4); перейти на ліву ногу (1/4); перейти на праву ногу (1/4); перейти на ліву ногу (1/4);

11-12-й такти: два *grands plies* по IV позиції, завершити закриттям правої ноги у V позицію;

13-й такт: *demi plié* по V позиції, рука в III позицію і опустити в II;

14-й такт: чотири *battements tendus* вбік по V позиції (правою, лівою, правою, лівою) не міняючи V позиції;

15-16-й такти: два *grands plies* по V позиції, завершити на *relevé*;

17-18-й такти: третє *port-de-bras* на півпальцях, завершити ліва нога на *passé*, права на усій стопі;

19-й такт: корпус нахилити ліворуч (2/4), корпус випрямити (2/4);

20-й такт: права нога піднімається на *relevé*; (2/4); ліву ногу опустити в V позицію позаду і зійти на обидві стопи (2/4).

### ***Battement tendu.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

1-4-й такти: шість *battements tendus* правою ногою вперед на 1/4 кожне, сьомий *battement tendu* провести через I позицію назад і виконати поворот *fouetté* від станка (1/4); завершити закриттям правої ноги в V позицію попереду;

5-8-й такти: шість *battements tendus* лівою ногою назад на 1/4 кожне, сьомий *battement tendu* провести через I позицію вперед і виконати поворот *fouetté* до станка (1/4); завершити закриттям лівої ноги в V позицію позаду;

9-10-й такти: два *battements tendus* вбік закриваючи ногу в V позицію попереду (2/4); два *battements tendus* вбік закриваючи ногу в V позицію позаду (2/4);

11-12-й такти: *battement tendu pour le pied* з закінченням у V позицію попереду (2/4) і *pirouette en dehors* по V позиції;

13-14-й такти: два *battements tendus* вбік закриваючи ногу в V позицію позаду (2/4); два *battements tendus* вбік закриваючи ногу в V позицію попереду (2/4);

15-16-й такти: *battement tendu pour le pied* з закінченням у V позицію позаду у *demi plié* (2/4) і *pirouette en dedans* по V позиції;

### ***Battement tendu jeté.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

1-4-й такти: шість *battements tendus jetés* правою ногою на 1/4 кожне, сьомий *battement tendu jeté* провести через I позицію назад на 45° і виконати поворот *fouetté* від станка з підйомом на півпальці лівої ноги (1/4); завершити закриттям правої ноги в V позицію попереду;

5-8-й такти: шість *battements tendus jetés* лівою ногою назад на 1/4 кожне, сьомий *battement tendu jeté* провести через I позицію вперед на 45° і виконати поворот *fouetté* до станка з підйомом на півпальці правої ноги (1/4); завершити закриттям лівої ноги в V позицію позаду;

9-10-й такти: чотири *battements tendus jetés* вбік міняючи V позицію правою ногою;

11-12-й такти: сім *battements tendus jetés* по I позиції вбік на 1/8 кожне; завершити закриттям ноги у V позицію позаду;

13-14-й такти: чотири *battements tendus jetés* вбік міняючи V позицію;

15-16-й такти: сім *battements tendus jetés* по I позиції вбік на 1/8 кожне; завершити закриттям ноги у V позицію попереду;

17-18-й такти: *battement tendu jeté double piqué* правою ногою вперед з *demi rond en dehors* (2/4); *battement tendu jeté double piqué* вбік, завершити в *demi plié* у V позиції позаду (2/4);

19-20-й такти: поворот на 360° *en dehors* по V позиції (2/4), *battement tendu jeté* вбік, закриваючи праву ногу у V позицію позаду (1/4), пауза (1/4);

21-22-й такти: *battement tendu jeté double piqué* назад з *demi rond en dedans* (2/4), *battement tendu jeté double piqué* вбік, завершити в *demi plié* у V позиції попереду (2/4);

23-24-й такти: поворот на 360° *en dedans* по V позиції (2/4), *battement tendu jeté* вбік, закриваючи праву ногу у V позицію попереду (1/4), пауза (1/4).

*Battement tendu* і *jeté* можна виконувати в одній комбінації.

### ***Rond de jambe par terre.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: I позиція ніг.

На вступ 4/4: *temps relevé par terre en dehors*;

1-й такт: три *ronds de jambe par terre en dehors* на 1/8 кожний (2/4); *grand battement jeté* вперед, *passé – développé* назад (2/4);

2-й такт: повторити 1-й такт;

3-й такт: чотири *grands ronds de jambe jeté en dehors*;

4-й такт: *relevé lent* вперед на 90° з одночасним підйомом на півпальці опорної ноги (1/4) і *grands ronds de jambe en dehors* (2/4), провести робочу ногу *passé par terre* вперед (1/4);

5-8-й такти: виконати 1-4-й такти в напрямку *en dedans*;

9-10-й такти: обводка *en dehors* на *demi plié* (4/4); залишаючись в *demi plié* обводка *en dedans*, рука рука відкривається у II позицію і закривається в III позицію (2/4); *passé par terre* на *demi plié* по I позиції, *battement relevé lent* назад на 90°, опорна нога піднімається на півпальці (2/4);

11-12-й такти: *passé par terre* на *demi plié* по I позиції *battement relevé lent* вперед на 90° (2/4), опорна нога на *demi plié* (1/4), і поворот *fouetté* на півпальцях з ногою на 90° до станка (1/4); права рука кладеться на станок, ліва відкривається у II позицію; *passé* працюючою ногою на 90° на (1/8); ліва нога зберігає півпальці; ліва рука в III позиції; нахил корпусу назад (2/4); корпусу випрямити, опустити праву ногу в V позицію позаду і зійти на усю стопу, рука опускається в підготовче положення.

### ***Battement fondu ma battement frappé.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: *battement fondu* на 45° правою ногою вперед на *croisée* (2/4); *battement fondu* на 90° вперед на *croisée* (2/4);

- 2-й такт: *passé par terre* через I позицію на *demi plié* назад, ногу підняти на 45° в позу II *arabesque* на *effacé* (2/4), опорна нога на *demi plié* (1/4); одночасно з поворотом на опорній нозі *demi rond de jambe en dedans* на 45° до II позиції, опорна нога піднімається на півпальці; положення корпусу *en face* (1/4);
- 3-й такт: *demi plié* на опорній нозі (1/4); пів *tour en dehors* (від станка) права нога попереду на 45° (1/4); *passé par terre* через I позицію на *demi plié*, працююча нога позаду на 45°, опорна нога на *demi plié* (1/4); поворот *fouetté* на 45° *en dehors* (до станка) (1/4);
- 4-й такт: *battement fondu* на 45° правою ногою вбік (2/4); *demi plié* на опорній нозі і 1/2 *tour en dehors sur le cou-de-pied* з положення ноги, відкритої вбік на 45° (2/4); завершити переступивши на праву ногу на півпальці в V позицію позаду лівої, яка відкривається через *degagé* вбік на 45°; права рука кладеться на станок, ліва у II позицію;
- 5-8-й такт: повторити 1-4-й такти у протилежному напрямку, почавши лівою ногою, і завершити правою ногою;
- 9-й такт: два *battements frappés* вперед на *croisée*, маленька поза (2/4); три *battements frappés* вперед на *effacé*, велика поза, на 1/8 кожний (2/4);
- 10-й такт: два *battements frappés* вбік (2/4); три *battements frappés* вбік на 1/8 кожний (2/4);
- 11-12-й такти: повторити 9-12-й такти у зворотному напрямку;
- 13-й такт: три *battements frappés* вбік на 1/8 кожний (2/4); *tombé* в V позиції вперед з півповоротом *sur le cou-de-pied* (до станка) (2/4), завершити відкриттям лівої ноги з *cou-de-pied* вбік на 45°;
- 14-й такт: повторити 13-й такт з лівої ноги;
- 15-й такт: *double battement frappé* вперед носком у підлогу в *demi plié* (2/4), *double battement frappé* назад з поворотом *en dedans* на 1/2 кола із завершенням носком у підлогу в *demi plié* (2/4);
- 16-й такт: *double battement frappé* вбік з поворотом *en dehors* на 1/2 кола із завершенням носком у підлогу в *demi plié* (2/4); *relevé* в V позиції, права нога позаду (1/8); *soutenu* на півпальцях *en dehors* (1/8); зійти з півпальців на усю стопу і відкрити праву ногу вбік на 45° (1/4);
- 17-24-й такти: повторити 13-16-й такти у зворотному напрямку.

### ***Rond de jambe en l'air.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: *tour sur le cou-de-pied* з *temps relevé en dehors*, в завершенні працюючу ногу відкрити вбік на 45°;

2-й такт: два *ronds de jambe en l'air en dehors* на 1/4 кожний;



3-4-й такти: сім *ronds de jambe en l'air en dehors* на 1/8 кожний, останній завершити в *demi plié* на опорній нозі, працююча вбік на 45°;

5-й такт: *tour fouetté en dehors* на 45°; на останню 1/8 – положення після *tour fouetté* зберігається;

6-й такт: *soutenu en tournant* на півпальцях і поворот на 360° *en dehors* в V позиції (1/4); відкрити працюючу ногу вбік на 45° (1/4);

7-8-й такти: три рази *doubles ronds de jambe en l'air en dehors* (3/4); закрити працюючу ногу в V позицію позаду (1/4);

9-16-й такти: виконати комбінацію *en dedans*.

### ***Petit battement ma battement battu.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

На вступ 2/4: відкрити праву ногу вбік на 45° з підйомом на півпальці опорної ноги;

1-4-й такти: шість *petits battements* з акцентом попереду на 1/4 кожне (6/4); пауза з фіксацією *cou-de-pied* попереду (1/4); відкрити праву ногу вперед з одночасним розворотом корпусу в *épaulement effacé* (1/4);

5-6-й такти: шість *battements battus* на 1/8 кожний на *effacé* вперед, на останню 1/4 завершити в маленьку позу *effacée* вперед опорна нога на *demi plié*, робоча носком в підлогу;

7-й такт: з поворотом корпусу *en face soutenu* на півпальцях в V позиції (1/4); *demi plié* в V позиції, *preparation* до *tour en dehors* (1/4);

8-й такт: два *tour en dehors sur le cou-de-pied* (1/4); відкрити працюючу ногу вбік на 45° (1/4);

9-16-й такти: виконати комбінацію у зворотному напрямку.

### ***Adagio.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: правою ногою *battement développé ballotté* вперед, права рука в III позицію (2/4); *passé* на 90° правою ногою, одночасно опорна (ліва) нога піднімається на півпальці; рука в підготовче положення (2/4);

2-й такт: правою ногою *ballotté* назад, поза II *arabesque* (2/4); *passé* на 90°, одночасно опорна нога піднімається на півпальці; рука в підготовчому положенні (2/4);

3-й такт: правою ногою *développé* вбік, опорна нога в *demi plié*, рука в II позиції (2/4); опорна нога піднімається на півпальці (2/4);

4-й такт: *tombé* на праву ногу вбік, ліва рука в III позиції, права у II позиції (2/4), повернутися на півпальці лівої ноги, праву підняти на 90° вбік (1/4); зійти на усю стопу лівої ноги, праву опустити і закрити в V позиції позаду (1/4);

5-6-й такти: *grand rond de jambe développé dedans*. Завершити права нога попереду на 90°;

7-8-й такти: одночасно з розворотом корпусу на 1/8 до станка *passé* правою ногою (2/4), поза *attitude effacé* (2/4); права рука в III позицію; *demi plié* на опорній нозі, працюючу витягнути в повітря, права рука в *allongée* (2/4); витягнутись з *demi plié*, праву ногу закрити в V позицію позаду *en face* (2/4), праву руку опустити в підготовче положення;

9-14-й такти: повторити 1-6-й такти: у зворотному напрямку.

15-16-й такти: одночасно з розворотом корпусу на 1/8 від станка *passé* правою ногою (2/4); поза *effacée* вперед (2/4); права рука в III позицію; *demi plié* на опорній нозі, рука переводиться в *allongée* (2/4); витягнутись з *demi plié*, праву ногу опустити і закрити в V попереду *en face* (2/4), права рука закривається в підготовче положення.

### ***Grand battement jeté.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

На вступ: *relevé* в V позиції;

1-й такт: два *grands battements jetés* вперед у велику позу *effacé* на півпальцях;

2-й такт: *grand battement jeté développé вперед* на *effacée* (1/4), зійти з півпальців на усю стопу (1/4);

3-й такт: з поворотом корпусу *en face* два *grands battements jetés* вбік на півпальцях;

4-й такт: *grand battement jeté développé* вбік (1/4); завершити відкриттям з-затакту працюючої ноги назад носком в підлогу (1/4);

5-й такт: розтяжка назад (1/4); перехід широким кроком на праву ногу назад, ліва витягується вперед на носок; рука в III позиції (1/4);

6-й такт: *port-de-bras* назад (1/4); корпусу випрямити, ліву ногу підтягнути в V позицію; руку опустити в II позицію (1/4);

7-й такт: *grand battement jeté* назад (1/4); *grand battement jeté* вбік, завершити в V позицію попереду в *demi plié* (1/4);

8-й такт: повний поворот на 360° на півпальцях *en dedans*; завершити на півпальцях, V позиція, ліва нога попереду (1/4); зійти з півпальців (1/4);

9-16-й такти: повторити 1-8-й такти у зворотному напрямку, тільки на 8-й такт після повного повороту в V позиції *en dehors* завершити в *épaulement effacé* на півпальцях, V позиція, права нога попереду, рука в III позиції.

### Екзерсис на середині залу.

#### ***Маленьке adagio.***

Музичний розмір 3/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-4-й такти: *temps lié* з *pirouette en dehors* на 90° з правої ноги вперед; завершити у позу *attitude croisée*;

5-8-й такти: *tour lent en dehors* в позі *attitude croisée*; завершити в V позиції ніг, *épaulement croisé* права нога попереду;

9-10-й такти: *temps lié* з *pirouette en dehors* на 90° з правої ноги вбік;

11-12-й такти: *degagé* на праву ногу, ліва нога на *passé*, руки в II позиції;

13-16-й такти: *tour lent* з *passé* на 90° *en dehors* завершити в V позиції, *épaulement croisé*, ліва нога попереду;

17-20-й такти: *temps lié* з *pirouette en dedans* на 90° з лівої ноги назад; завершити у позу *croisée* вперед;

21-24-й такти: *tour lent en dehors* у позі *croisée*; завершити в V позиції, *épaulement croisé*, ліва нога попереду;

25-28-й такти: *temps lié* з *pirouette en dedans* на 90° з лівої ноги вбік; завершити: *degagé* на ліву ногу, права нога *passé*, руки в II позиції;

29-32-й такти: *tour lent* з *passé* на 90° *en dedans*; завершити в V позиції, *épaulement croisé*, права нога попереду.

#### ***Battement tendu i battement tendu jeté.***

Музичний розмір: 2/4.

Виконується без паузи після завершення маленького *adagio* з V позиції, *épaulement croisé*, права нога попереду.

1-й такт: два *battements tendus en tournant en dehors* правою ногою вперед в точку 4 плану класу; ліва рука в III позиції, права – в II;

2-й такт: два *battements tendus* лівою ногою назад; руки в *allongée*;

3-й такт: два *battements tendus* правою ногою вбік *en tournant en dehors* в точку 5 плану класу, змінюючи позицію, руки у II позиції;

4-й такт: два *battements tendus* лівою ногою вбік *en tournant en dedans* в точку 1 плану класу, змінюючи позицію; завершити в *demi plié*, V позиція, права нога попереду; права рука в I позиції, ліва рука в II.

5-й такт: *pirouette en dehors* з V позиції, завершуючи в IV позицію в точку 2 плану класу; руки в положенні III *arabesque*.

6-й такт: два *pirouettes en dehors* з IV позиції, завершуючи на *croisée*, V позиція, права нога позаду; руки в підготовчому положенні;

7-й такт: три *battements tendus jetés* лівою ногою в позу *croisée* вперед; права рука в I позицію, ліва – в II;

8-й такт: три *battements tendus jetés* правою ногою в позу *croisée* назад; руки в положенні III *arabesque*.

9-16-й такти: повторити 1-8-й такти у зворотному напрямку.

### ***Rond de jambe par terre.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

На вступ 2/4: одночасно з поворотом корпусу *en face* правою ногою виконується *temps relevé par terre en dehors*.

1-й такт: два *ronds de jambe par terre en tournant en dehors* правою ногою в точку 2 плану класу (перший з поворотом, другий без зміни положення), ліва рука в III позицію, права рука в I позицію (2/4); три *ronds de jambe par terre en tournant en dehors* правою ногою в точку 4 плану класу на 1/8 кожний, руки в II позицію;

2-й такт: з поворотом корпусу в точку 6 плану класу два *ronds de jambe par terre en tournant en dehors* правою ногою, права рука в III позицію, ліва рука в I позицію (2/4); перехід через *passé par terre* на праву ногу в позу *attitude effacée*, ліва нога піднімається назад на 90°, ліва рука в III позицію, права рука в II позицію (2/4);

3-й такт: *tour lent en dehors* в позі *attitude effacée* до точки 2 плану класу (3/4); ліву ногу випрямити в коліні, опустити носком в підлогу і підтягнувши до правої ноги в V позицію попереду, зробити *tombé*: права нога на *cou-de-pied* позаду (1/4); ліва рука в підготовче положення, права рука в II позицію *allongée*;

4-й такт: *pas-de-bourrée* з переминою ніг *en dehors*, завершити *épaulement croisé* в точці 8 плану класу, права нога попереду в *demi plié*, руки в підготовче положення (2/4); *relevé* в V позиції, руки при відкриваються в напрямку II позиції (1/8), одночасно з розворотом корпусу *en face*, *temps relevé par terre en dedans* лівою ногою;

5-6-й такти: виконати комбінацію 1-2-го тактів *en dedans*;

7-й такт: *tour lent en dehors* в позі *effacée* вперед до точки 2 плану класу (3/4); праву ногу опустити носком в підлогу і підтягнувши до лівої в V позицію позаду, зробити *tombé*: ліва нога на умовне *cou-de-pied*; права рука в підготовче положення, ліва рука в II позицію *allongée*;

8-й такт: *pas-de-bourrée* з переміною ніг *en dedans*, завершити *épaulement croisé* в точці 8 плану класу, права нога попереду в *demi plié*, руки в підготовче положення (2/4); *relevé* в V позиції, руки привідкриваються в напрямку II позиції (1/4), зійти на усю стопу, руки в підготовче положення (1/4);

9-10-й такти: обводка на *plié en dehors, en dedans*, завершити переходом на праву ногу вперед, ліва нога позаду витягнута на носок; ліва рука в III позицію, права рука в II;

11-12-й такти: шосте *port-de-bras*, завершити в III *arabesque* на праву ногу, ліва позаду на 90°.

### ***Battement fondu.***

Музичний розмір 3/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-2-й такти: з розворотом *en face* правою ногою *battement fondu* вбік на 90°; руки через I позицію відкриваються в II позицію;

3-й такт: *rond de jambe en l'air en dehors*, завершити в позу *effacée* вперед (2/4); *tombé* на праву ногу в I *arabesque* в точку 2 плану класу; права рука в III позицію, ліва рука в II позицію (1/4);

4-й такт: *pas-de-bourrée en dehors* в V позицію, ліва нога попереду, *épaulement croisé*; руки в підготовчому положенні;

5-6-й такти: з розворотом *en face* лівою ногою *battement fondu* вбік на 90°; руки через I позицію розкрити в II позицію;

7-й такт: *rond de jambe en l'air en dedans*, завершити в позу *effacée* назад (2/4); *tombé* на ліву ногу, права нога попереду на 90°; ліва рука в III позицію, права – в II *allongée* (1/4);

8-й такт: *pas-de-bourrée en dehors* в V позиції, ліва нога попереду, *épaulement croisé*; руки в підготовче положення;

9-10-й такти: з розворотом *en face* лівою ногою *battement fondu* вбік на 45°; руки через I позицію розкрити в II позицію;

11-12-й такти: три *ronds de jambe en l'air en dehors*, завершити на *plié*;

13-й такт: *pas-de-bourrée en tournant en dehors* (2/4), завершити в V позицію ліва нога попереду в точку 1 плану класу (1/4); ліва рука відкривається в I позицію, права рука в II позицію;

14-15-й такти: два *pirouettes en dedans* з V позиції; завершити в V позицію, *épaulement croisé*, права нога попереду на *demi plié* руки з I позиції опустити в підготовче положення;

16-й такт: *relevé* по V позиції, руки в підготовчому положенні.

### ***Grand battement jeté.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: два *grands battements jetés* правою ногою в позу *croisée* вперед, ліва рука – в III позиції, права – в II позиції (2/4); третій *grand battement jeté* через *passé* в I *arabesque* опустити праву ногу в V позицію позаду (2/4);

2-й такт: два *grands battements jetés* правою ногою назад в I *arabesque* (2/4); третій *grand battement jeté* через *passé* на *croisé* вперед; опустити праву ногу в V позицію попереду (2/4);

3-й такт: з розворотом *en face* три *grands battements jetés balancés* вбік (права, ліва, права) змінюючи позицію (3/4); пауза (1/4), руки в II позиції;

4-й такт: три *grands battements jetés balancés* вбік (ліва, права, ліва) змінюючи позицію завершити в *demi plié* (3/4), руки опустити в підготовче положення; поворот в V позиції на 360° *en dehors*, завершити *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду; руки підняти через I позицію в III позицію (1/4).

### **Велике adagio.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

На вступ 2/4 – *degagé* на праву ногу вперед, ліва нога витягнута позаду носком в підлогу; ліва рука в III позиції права рука в II позиції *allongée*.

1-й такт: шосте *port-de-bras*, завершити *preparation* до *pirouette en dedans* з IV позиції; права рука в I позиції, ліва – в II позиції;

2-й такт: *pirouette en dedans* на правій нозі, руки в I позиції (2/4); завершити *en face*, ліву ногу відкрити вбік на 90°, руки розкрити в II позицію (2/4);

3-й такт: поворот на правій нозі в точку 3 плану класу в I *arabesque*, ліва нога зберігає висоту 90° позаду (2/4); перевести руки в II *arabesque*, корпус і ноги зберігають попереднє положення (2/4);

4-й такт: *demi plié* (1/4), *pas-de-bourrée en dehors* в V позиції, *épaulement croisé*, завершити в *demi plié* по V позиції, ліва нога попереду (1/4), руки закрити в підготовче положення; поворот на 360° *en dehors* в V позиції, завершити в *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду (2/4);

5-й такт: *battement développé* правою ногою у позу *effacée* вперед в *demi plié* (точка 2 плану класу); ліва рука в III позицію, права рука в II позицію (2/4); опустити праву ногу на носок в підлогу, залишаючись в *demi plié*, руки в II позицію (1/4); розворот корпусу в точку 8 плану класу, праву ногу підтягнути в V позицію попереду, руки в підготовче положення (1/4);

- 6-й такт: *battement développé* лівою ногою назад в I *arabesque* в *demi plié* (точка 2 плану класу) (2/4); опустити ліву ногу на носок в підлогу), залишаючись в *demi plié*, руки в II позицію (1/4); розворот корпусу в точку 8 плану класу, ліву ногу підтягнути в V позицію позаду (1/4);
- 7-й такт: сценічний *sissonne* в II *arabesque* на праву ногу в точку 3 плану класу (1/4), *chassé* на ліву ногу *en face* (1/4); сценічний *sissonne* II *arabesque* на ліву ногу в точку 7 плану класу (1/4), *chassé* на праву ногу *en face* (1/4);
- 8-й такт: крок на півпальці правої ноги вперед в точку 1 плану класу, ліва нога позаду на 90°, руки в III позицію *allongée* (1/4); *chassé* на ліву ногу з розворотом корпусу лівим плечем в точку 5 плану класу, руки розкрити в II позицію, погляд на кисть правої руки (1/4), *grand assemble en tournant* з кроку – *coupé*; руки через підготовче положення переводяться в III позицію (1/4); завершити в V позиція, *en face*, права нога попереду в *demi plié* (1/4);
- 9-10-й такти: з розворотом *épaulement croisé battement développé* правою ногою в позу *croisée* вперед; права рука в III позицію, ліва рука в II позицію (2/4), *grand rond de jambe* до положення *effacé* назад, руки в *allongée* (3/4); опустити праву ногу в V позицію попереду (1/4), руки в підготовче положення;
- 11-12-й такти: з розворотом *en face, battement développé* правою ногою вбік; руки в II позицію (3/4); опустивши праву ногу в пружне *demi plié*, по II позиції, ліва рука в II позицію, права в I позицію (1/4); *tour en dehors* у позі *a la seconde* із II позиції, руки в III позицію (2/4); пауза з фіксацією пози (2/4);
- 13-14-й такти: правою ногою *passé développé* з розвором на *effacé* (2/4); *demi plié* (2/4); руки через II позицію закриваються в I; перейти на праву ногу вперед в I *arabesque* в точку 2 плану класу (3/4), опустити ліву ногу в V позицію попереду;
- 15-й такт: *pas balancé* з невеликим відходом назад (спиною в точку 6 плану класу) правою і лівою ногою; спочатку права рука в II позицію, ліва в I позицію, потім ліва рука в II позицію, права рука в I позицію;
- 16-й такт: крок на праву ногу з розворотом корпусу обличчям в точку 6 плану класу і поворот *soutenu* в V позиції; руки через II позицію піднімаються в III позицію (2/4); завершити на півпальцях в V позиції, пауза (1/4); зійти з пів пальців на усю стопу лівої ноги в *demi plié*, праву ногу вивести вперед на носок в партер; корпус розвернути в *épaulement croisé* і нахилити до правої ноги, лівим плечем; ліва рука витягнута *allongée*, спрямована до правої ноги, права рука в *allongée*, відведена назад.

### **Комбінація з обертів.**

Музичний розмір 3/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

- 1-2-й такти: *sisonne tombé* правою ногою вбік з *pas-de-bourrée en dehors* з переміною ніг, завершити в *épaulement croisé* в IV позицію, ліва нога попереду, *preparation* до *tour sur le cou-de-pied en dehors*;
- 3-4-й такти: *tour sur le cou-de-pied en dehors*, завершити в *épaulement croisé* в IV позицію, ліва нога попереду, *preparation* до *tour sur le cou-de-pied en dedans*;
- 5-6-й такти: *tour sur le cou-de-pied en dedans*, завершити в позу I *arabesque* в точку 7 плану класу, опорна нога (ліва) на *demi plié*;
- 7-8-й такти: *pas-de-bourrée en dehors* з переміною ніг, завершити *épaulement croisé*, в IV позицію, права нога попереду *preparation* до *tour en dedans* у велику позу;
- 9-й такт: *tour* в I *arabesque* праворуч завершити в точку 3 плану класу;
- 10-й такт: *relevé* на півпальці на опорній нозі, поза I *arabesque* зберігається; *tombé* вперед на *croisée* на ліву ногу, права на *cou-de-pied* позаду; корпус і руки – в положенні пози IV *arabesque* в точку 2 плану класу;
- 11-й такт: *pas-de-bourrée en dehors* з переміною ніг *en tournant*;
- 12-й такт: крок на ліву ногу в напрямку точку 6 плану класу; права нога через *degagé* відкривається вперед на *croisée* носком в підлогу, *preparation* до *tour en dehors* з *degagé* в напрямку з точки 6 в точку 2 плану класу; остання 1/8 – затакт початку *tour en dehors* з *degagé*.
- 13-16-й такти: чотири *tours en dehors* з *degagé* подіагоналі з точки 6 в точку 2 плану класу, завершити в *attitude croisée* в точку 2 плану класу, руки в III позицію;
- 17-18-й такти: два широкі *balancé* вбік з відходом назад: перше з *attitude croisée* правою ногою, друге – лівою ногою;
- 19-20-й такти: *pas* вальсу праворуч в напрямку точки 6 плану класу, завершити кроком на ліву ногу в точку 6 плану класу, права через *degagé* витягується вперед носком в підлогу, *épaulement croisé*, *preparation* до *tours* по діагоналі з точки 6 в точку 2 плану класу;
- 21-24-й такти: чотири *tours soutenu en tournant* в V позицію в напрямку точки 2 плану класу, завершити *épaulement croisé* в точку 8 плану класу, V позиція, права нога попереду, на півпальцях, руки в III позиції;

## **Allegro.**

***Комбінація temps levé sauté ma changement de pieds.***

Музичний розмір 4/4.



Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: чотири *temps levé sauté* по I позиції *en tournant* на 1/4 кола, на 1/4 такту кожне; руки в підготовчому положенні;

2-й такт: чотири *temps levé sauté* по II позиції на 1/4 кожне, завершити в V позиції *en face*; руки привідкрити в сторону II позиції;

3-й такт: по два *changement de pieds en tournant* на 1/2 кола праворуч перший – з поворотом корпусу і зміною ніг, другий – на місці з зміною ніг; руки в підготовчому положення, кожний стрибок на 1/4;

4-й такт: одне *changement de pieds en tournant* на 360°, праворуч із зміною ніг (1/4), друге *changement de pieds* на місці (*en face*) (1/4); повторити ще раз; *changement de pieds* в повороті на 360° (1/4); на останню 1/4 виконати *sauté*; завершити V позиція ніг, ліва нога попереду;

5-8-й такт: повторити комбінацію з лівої ноги, з поворотом ліворуч.

### ***Pas assemblé.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: два *pas assemblés* правою ногою вперед на *croisée*; ліва рука в I позиції, права – в II позиції; голова повернута праворуч;

2-й такт: на 2/4 – *entrechat – quatre*; витягнутись з *demi plié* (1/4), сісти в *demi plié* (1/4); руки в підготовчому положення;

3-й такт: два *pas assemblés* лівою ногою назад на *croisée*; ліва рука в I позицію, права – в II позицію; голова – в повороті праворуч;

4-й такт: на 2/4 – *entrechat – quatre*; витягнутись з *demi plié* (1/4); сісти в *demi plié* (1/4); руки в підготовчому положення;

5-6-й такти: *double assemblé* лівою ногою (2/4), *double assemblé* правою ногою (2/4); руки зберігають підготовчому положення;

7-й такт: *pas echappe* в II позицію, завершити на ліву ногу, права нога на *cou-de-pied* позаду; ліва рука в підготовчому положенні, права – в II позицію *allongée*;

8-й такт: *coupé* на праву ногу (1/8), *pas assemblé* лівою ногою вперед на *croisée* (1/4); витягнутись з *demi plié* (1/4), сісти в *demi plié* (1/4); руки в підготовчому положення;

9-16-й такти: комбінація повторюється з іншої ноги.

### ***Pas jeté.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, ліва нога попереду.

1-й такт: *pas jeté* правою ногою вбік (1/4), *temps levé* на правій нозі, ліва нога на *cou-de-pied* позаду (1/4); права рука в підготовчому положенні, ліва – в II позиції *allongée*;

2-й такт: *pas jeté* лівою ногою вбік (1/4); ліва рука в підготовчому положенні, права – в II позицію *allongée*; *pas jeté* правою ногою вбік (1/4), права рука в підготовчому положенні, ліва – в II позицію *allongée*;

3-й такт: *coupé* лівою ногою в V позицію позаду, правою ногою *rond de jambe en l'air sauté* (1/4), руки відкриваються в II позицію; *pas assemblé* в V позицію назад *épaulement croisé*, ліва нога попереду; руки в підготовчому положенні;

4-й такт: *pas jeté* правою ногою з просуванням вперед на *croisé*; руки розкриваються у занижену II позицію (1/4); *pas assemblé* правою ногою у V позицію позаду (1/4); руки закриті в підготовчому положенні.

5-8-й такт: повторити комбінацію з іншої ноги.

### ***Sissonne ouverte na 45° en tournant.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: *sissonne ouverte na 45° en tournant en dehors* в маленьку позу *croisée* вперед з правої ноги (1/4); *assemblé* вперед на *croisée* (1/4);

2-й такт: *sissonne ouverte na 45° en tournant en dehors* вбік з правої ноги (1/4); *assemblé* вбік з закриттям правої ноги в V позицію позаду (1/4);

3-й такт: *sissonne ouverte na 45° en tournant en dehors* в маленьку позу *croisée* вперед лівої ноги (1/4); *assemblé* вперед на *croisée* (1/4);

4-й такт: *sissonne ouverte na 45° en tournant en dehors* вбік з лівої ноги (1/4); *assemblé* вбік з закриттям лівої ноги в V позицію позаду (1/4);

5-8-й такти: комбінація виконується з іншої ноги у зворотному напрямку.

### ***Grand assemblé.***

Музичний розмір 3/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, ліва нога витягнута носком в підлогу вперед на *croisée*, руки в підготовчому положенні.

1-2-й такти: з прийому *glissade grand assemblé* вбік з просуванням в напрямку точки 3 плану класу, руки в III позицію;

- 3-4-й такти: поворот в V позиції на півпальцях ліворуч, руки відкриваються в II позицію; завершити *épaulement croisé* в точці 2 плану класу, V позиція, ліва нога попереду, *demi plié* руки в підготовчому положенні;
- 5-6-й такти: з лівої ноги *pas failli* в напрямку точки 8 плану класу;
- 7-8-й такти: поворот в V позиції на півпальцях ліворуч, руки в I позиції; завершити *épaulement croisé* в точці 2 плану класу, V позиція, ліва нога попереду, *demi plié*, руки привідкриваються в напрямку II позиції;
- 9-10-й такти: з прийому *glissade* з правої ноги *grand assemblé* вбік з просуванням в напрямку точки 3 плану класу; права рука в III позицію, ліва – в II позицію *allongée*.
- 11-12-й такти: з прийому *glissade* з лівої ноги *grand assemblé* вбік з просуванням в напрямку точки 7 плану класу; ліва рука в III позицію, права – в II позицію *allongée*;
- 13-й такт: крок на півпальці лівої ноги в напрямку точки 8 плану класу в I *arabesque*;
- 14-й такт: *chassé* в напрямку точки 4 плану класу, як підхід;
- 15-16-й такти: з лівої ноги *grand assemblé en tournant*, руки в III позицію; завершити *épaulement croisé* в точці 2 плану класу, ліва нога попереду, V позиція, руки зберігають III позицію;
- Наступні 16 тактів виконати з іншої ноги.

### ***Grand sissonne ouverte.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé* V позиція ніг, права нога попереду.

- 1-й такт: *grand sissonne ouverte* на праву ногу в позу I *arabesque*, з просуванням в напрямку точки 3 плану класу (1/4); *assemblé* (1/4); завершити *épaulement croisé*, V позиція, ліва нога попереду;
- 2-й такт: *grand sissonne ouverte* на ліву ногу, в позу *attitude croisée*, з просуванням в напрямку точки 2 плану класу (1/4); *assemblé* на *croisée* назад (1/4);
- 3-й такт: *sissonne fermé* з лівої ноги в перед в позу III *arabesque* в напрямку точки 8 плану класу (1/4); *sissonne fermé* з лівої ноги назад в позу *croisée* вперед в напрямку точки 4 плану класу, руки зберігають положення, кисті заокруглені (1/4);
- 4-й такт: *sissonne fermé* вбік ноги, яка знаходиться попереду, в напрямку точки 3 плану класу, завершити V позиція, ліва нога попереду, *épaulement croisé* (1/4); витягнутись з *demi plié* і знову *demi plié*;
- 5-8-й такти: повторити комбінацію з іншої ноги.

### ***Sissonne fondu.***

Музичний розмір 3/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: *sissonne fondu* в I *arabesque*, в напрямку точки 2 плану класу, права рука в I позиції, ліва в II позиції, в позі I *arabesque*;

2-й такт: повторення 1-го такту; але закінчити *sissonne fondu* на праву ногу, ліва позаду на *cou-de-pied* позаду, руки в підготовчому положенні, корпус злегка нахилиється вперед (1/4); *relevé* на півпальці опорної ноги в позу *attitude effacée* (2/4);

3-й такт: *sissonne tombée* назад в напрямку точки 6 плану класу на ліву ногу, права нога через I позицію проводиться назад в III *arabesque* руки в позі III *arabesque*;

4-й такт: *assemblé* назад на *croisée*, руки в підготовчому положенні;

5-й такт: з поворотом корпусу лівою ногою *grand sissonne tombée* вперед на *effacée*, в напрямку точки 8 плану класу; права рука з II позиції переводиться в III позицію, ліва рука в II позицію *allongée*, корпус нахилиється ліворуч;

6-й такт: з поворотом корпусу правою ногою *grand sissonne tombée* вперед на *effacée*, в напрямку точки 2 плану класу; ліва рука з II позиції переводиться в III позицію, права рука з III позиції в II позицію; корпус нахилиється праворуч;

7-й такт: лівою ногою *grand sissonne tombée* вперед на *croisée*, в напрямку точки 2 плану класу, руки розкриваються в II позицію, корпус відхилений назад;

8-й такт: підтягнути праву ногу в V позицію, руки опускаються в підготовчому положенні;  
Наступні 8 тактів виконати з іншої ноги.

### ***Grand jeté pas de chat.***

Музичний розмір 3/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: правою ногою *sissonne tombée* на *effacée*, вперед; руки через I позицію відкриваються: права – в I позицію, ліва – в II позицію;

2-й такт: *pas-de-bourrée* в напрямку точки 2 плану класу, руки в II позицію;

3-й такт: правою ногою *glissadé* вперед, руки в I позицію;

- 4-й такт: *grand jeté pas de chat* в напрямку точки 3 плану класу, права рука в III позицію, ліва рука в I позицію *allongée*; завершити в V позицію ліва нога попереду *épaulement croisé* на *plié*; руки в підготовче положення;
- 5-12-й такти: повторити комбінацію в напрямку точки 8 і 2 плану класу;
- 13-14-й такти: два *pirouettes* з кроку – *couré en dedans* на ліву ногу в точку 8 плану класу;
- 15-16-й такти: *chaînés* в точку 8 плану класу, завершити в II *arabesque* на ліву ногу, руки в II *arabesque*.

## **Показники підсумкового контролю. VII семестр.**

*Студент повинен знати:*

- роль і місце класичного танцю в системі професійної підготовки;
- методику виконання рухів (згідно програми); типові помилки при виконанні рухів та прийоми їх подолання.

*Студент повинен володіти навичками:*

- максимально-правильного виконання елементів, вправ, сполучень, віртуозної техніки;
- виразності і музикальності виконання великого *adajio*;
- поєднання основних і допоміжних рухів *allegro*;
- побудови уроку класичного танцю у відповідності з завданням викладача або виробничими умовами.

*Студент повинен володіти вміннями:*

- складати план уроку, виходячи з певних виробничих умов;
- добирати музичний матеріал для уроку, відповідно до вікових особливостей учнів.

## **VIII семестр.**

*Студент повинен знати:*

- специфіку навчально-виховної і організаційної діяльності викладача класичного танцю в навчальних закладах різного спрямування та аматорських колективах;
- методику виконання рухів (згідно програми); типові помилки при виконанні рухів та прийоми їх подолання;

*Студент повинен володіти навичками:*

- виразності і музикальності виконання великого *adajio*;

- виконання вправ і комбінацій з використанням технічно ускладнених елементів;
- координаційних прийомів у комбінаціях *allegro*.

*Студент повинен володіти вміннями:*

- побудови та проведення уроку класичного танцю на своєму курсі під керівництвом педагога з подальшим обговоренням на курсі;
- відповідно до виробничих умов використовувати різноманітні педагогічні прийоми, методи, спрямовані на оптимальне засвоєння матеріалу.

## П'ятий рік навчання.

Усі нові елементи програми п'ятого року навчання, як біля станка, так і на середині залу, спочатку вивчаються у чистому вигляді. Перш за все необхідно перевірити правильність виконання програми четвертого року навчання, більшість вправ якої є підготовкою до вправ п'ятого року.

Здійснення переходу до більш складнішого поєднання рухів, вимагає не тільки чистоти виконання, але і виразності поз та положень. При цьому необхідно виділяти основні та допоміжні (зв'язуючі) рухи, досягаючи різниці в їх виконанні. Але не потрібно перенавантажувати вправи великою кількістю різноманітних елементів, це не дасть змоги досконало виконати необхідні правила.

Музичний супровід уроку вимагає ще більшої різноманітності ритмічного малюнку і загального прискорення темпу.

Для вправ біля станка і частково на середині залу можна використовувати музичну імпровізацію.

Вивчені раніше рухи виконуються в більш складніших поєднаннях і з більш складнішими завданнями, особливо рухи корпусу і рук, виховуючи цим самим самостійне і вільне володіння ними.

## Програма п'ятого року навчання.

### Екзерсис біля станка.

1. *Grand temps relevé en dehors i en dedans.*
2. *Battement développé i relevé lent* з коротким *balancé* у всіх напрямках.
3. *Grand battement jeté* з поворотом *fouetté en dehors i en dedans.*

### Екзерсис на середині залу.

1. *Petit battement en tournant.*
2. *Battement frappé en tournant.*
3. *Grand fouetté effacé.*
4. Шосте *port-de-bras en dehors i en dedans.*
5. *Preparation i tour en dehors i en dedans.*

### Allegro.

1. *Assemblé battu.*
2. *Pas jeté battu.*
3. *Grand jeté* з кроку – *coupé*, та з *glissade.*
4. *Tour en l'air.*



## Екзерсис біля станка.

Вивчені раніше рухи виконуються у більш складніших поєднаннях з більш складними завданнями, особливо рухи корпусу і рук, виховуючи тим самим самостійне і вільне володіння ними. Засвоєні раніше рухи включаються у різні поєднання.

### *Grand temps relevé.*

Цей рух виконується за правилами обов'язковими для *temps relevé 45°*.

### *Grand temps relevé en dehors.*

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога попереду.

На раз і – пружне *demi plié* на опорній нозі, одночасно права нога піднімається до середини коліна опорної ноги; права рука, злегка привідкривається і через підготовче положення переводиться в I позицію, голова нахилиється ліворуч.

На два – напівзігнута права нога виводиться вперед, посилюючи виворітність п'ятки. Опорна нога поглиблює *demi plié*, рука і голова – в попередньому положенні.

На і три – рух продовжується, права нога поступово

витягуючись, активно виводиться в II позицію на 90°, одночасно опорна нога активно витягується в коліні, рука відкривається в II позицію, голова повертається праворуч.



На і чотири – фіксується положення II позиції.

***Grand temps relevé en dedans.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога позаду.

На раз і – пружне *demi plié* на опорній нозі, одночасно права нога піднімається до середини коліна опорної ноги; права рука, злегка привідкривається і через підготовче положення переводиться в I позицію, голова нахилиється ліворуч.

На два – права нога, зберігаючи напівзігнуте положення, виводиться назад (положення *attitude*). Опорна нога поглиблює *demi plié*, рука і голова – в попередньому положенні.

На і три – права нога, продовжуючи рух, поступово витягується і активно виводиться в II позицію на 90°, одночасно опорна нога активно витягується в коліні, права рука відкривається в II позицію, голова повертається праворуч;

На і чотири – фіксується положення II позиції.

Під час виконання *grand temps relevé* корпус підтягнутий, плечі розкриті і опущені, тазостегновий пояс рівний.

***Battement développé i relevé lent з коротким balancé.***

Коротким *balancé* цей рух називається тому, що незалежно від поєднання рухів, він завжди виконується на 1/8 долю такту, сприяє розвитку сили ніг і виховує самостійне, вільне володіння натягнутою ногою на висоті 90°.

Нога, піднята через *développé* або *relevé lent* на висоту 90° вперед, вбік або назад, не втрачаючи натягнутості, виконує коротке *balancé* – ледь послаблюється в тазостегновому суглобі і силою м'язів повертається на попередній рівень, фіксуючи висоту 90°.

Після короткого *balancé* не допускається хитання ноги в цьому основне завдання вправи. Необхідно слідкувати за підтягнутістю і рівністю стегон, натягнутістю опорної ноги.

Після засвоєння коротке *balancé* вивчають в позах *croisée*, *effacée*, і *ecartée* вперед і назад, дотримуючись усіх правил виконання.

***Grand battement jeté з поворотом fouetté en dehors.***

Даний рух є підготовчим етапом до засвоєння *pas jeté entrelacé* (перекидного *jeté*).

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція, права нога попереду, права рука у II позиції.

Затакт – *grand battement jeté* вперед.

На раз – працююча нога підводиться в I позицію у пружне *demi plié* рука опускається в підготовче положення, голова – в повороті праворуч.

На і – права нога енергійним кидком піднімається назад на 90°, одночасно опорна нога витягується в коліні і піднімається на півпальці, після чого корпус повертається на 1/4 кола *en dehors*, спиною до станка; права нога, утримуючи висоту, переводиться у напрямі II позиції; права рука відкривається у II позицію, ліва рука не затримуючись на станку, переводиться у II позицію.

На два і – продовжуючи поворот корпусу на 1/4 кола *en dehors*, *fouetté* завершується з правою ногою, піднятою на 90° вперед. Права рука кладеться на станок, ліва у II позиції, голова в повороті ліворуч.

***Grand battement jeté з поворотом fouetté en dedans.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення : V позиція, права нога позаду, права рука у II позиції.

Затакт – *grand battement jeté* назад.

На раз – працююча нога підводиться в I позицію у пружне *demi plié*, рука опускається в підготовче положення, голова – в повороті праворуч.

На і – права нога енергійним кидком піднімається вперед на  $90^\circ$ , одночасно опорна нога витягується в коліні і піднімається на півпальці, після чого корпус повертається на  $1/4$  кола *en dedans*, обличчям до станка; права нога, утримуючи висоту, переводиться у напрямі II позиції; права рука, піднімаючись у I позицію, опускається на станок.

На два і – продовжуючи поворот корпусу на  $1/4$  кола *en dedans, fouetté* завершується з правою ногою, піднятою на  $90^\circ$  назад.

Ліва рука відкривається через I позицію у II, голова повертається ліворуч.

## Екзерсис на середині залу.

Усі нові вправи на середині залу спочатку вивчаються у “чистому” вигляді, і тільки після засвоєння їх з’єднують з раніше вивченими рухами. Повторюють рухи четвертого року навчання.

Продовжують вивчати рухи *en tournant*.

### ***Petit battement en tournant en dehors.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Вступний такт – 2/4.

На раз – руки ледь при відкриваються і піднімаються в I позицію, голова нахиляється ліворуч.

На і – разом з поворотом корпусу *en fase*, права нога витягується в II позицію носком в підлогу, одночасно обидві руки відкриваються в II позицію, голова повертається *en fase*.

На два – права нога згинається на *cou-de-pied* попереду, опорна нога піднімається на півпальці, руки і голова зберігають попереднє положення (*preparation* для *petit battement*).

На і – права нога переводиться на *cou-de-pied* позаду, положення *en fase* зберігається.

На раз першого такту – разом з поворотом корпусу в точку 2 плану класу, права нога переводиться на *cou-de-pied* попереду.

На і – права нога переводиться на *cou-de-pied* позаду, положення в точку 2 плану класу зберігається.

На два – разом з поворотом корпусу в точку 3 плану класу, права нога переводиться на *cou-de-pied* попереду і т. д.

Рух продовжують в усі точки плану класу; поворот корпусу відбувається разом з переводом працюючої ноги на *cou-de-pied* попереду.

### ***Petit battement en tournant en dedans.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

На вступний такт виконується *preparation* дотримуючись усіх необхідних правил.

На і – разом з поворотом корпусу в точку 8 плану класу, права нога переводиться на *cou-de-pied* позаду.

На раз – права нога переводиться на *cou-de-pied* попереду, положення в точку 8 плану класу зберігається.

На і – разом з поворотом корпусу в точку 7 плану класу, права нога переводиться на *cou-de-pied* позаду.

На два – права нога переводиться на *cou-de-pied* попереду, положення в точку 7 плану класу зберігається.

Рух продовжують в усі точки плану класу; поворот корпусу відбувається разом з переводом працюючої ноги на *cou-de-pied* позаду.

Під час повороту центр ваги корпусу знаходиться на опорній нозі. Опорна нога натягнута і не знижує рівня високих півпальців. Положення голови *en face* і рук в II позиції зберігаються на протязі всього руху.

### ***Battement frappé en tournan.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

На вступні акорди виконується *preparation*.

На і – одночасно з згинанням ноги в положення *cou-de-pied* попереду виконується поворот корпусу в точку 2 плану класу.

Перший такт.

На раз – права нога відкривається в напрямі II позиції, корпус утримується в попередньому положенні.

На і два – *battement frappé* вбік, без зміни положення корпусу.

На і – одночасно з згинанням ноги в положенні *cou-de-pied* позаду виконується поворот корпусу в точку 3 плану класу.

Другий такт.

На раз – працююча нога відкривається в напрямі II позиції, корпус утримується в попередньому положенні.

На і два – *battement frappé* вбік, без зміни положення корпусу.

Отже поворот здійснюється в момент згинання ноги.

Рух відпрацьовується в напрямках *en dehors* і *en dedans*. Після засвоєння вправи *battement frappé en tournant* виконується підряд, пізніше з поворотом на 1/4 кола.

Під час виконання руху корпус підтягнутий, плечі розкриті, опущені і нерухомі, руки зберігають II позицію.

### ***Grand fouetté effacé* (спереду назад).**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Затакт 3/8:

На 1/8 – руки, ледь відкриваючись, піднімаються через підготовче положення у I позицію, голова нахилиється ліворуч.

На 1/8 – повертаючись *en face*, права нога виконує *demi plié*, ліва нога через прохідне *cou-de-pied* відкривається в напрямку II позиції на 45°; руки відкриваються у II позицію, голова повертається *en face*.

На 1/8 – одночасно з поворотом корпусу в точку 2 плану класу – крок лівою ногою на високі півпальці; права нога набуває положення умовного *cou-de-pied*; права рука зберігає II позицію, ліва рука підводиться в I, голова повертається ліворуч.

На раз і – пружне *demi plié*; права нога відкривається у напівзігнуте положення вперед в *effacé* на 45°; корпус ледь нахиляється вперед праворуч, погляд на кисть лівої руки.

На два – права нога витягуючись в коліні вперед в *effacé*, підвищується і одночасно з поворотом корпусу *en face* відводиться вбік на 90°; ліва нога піднімається на високі півпальці; ліва рука піднімається у III позицію.



На і – продовжуючи на півпальцях поворот корпусу в точку 8 плану класу, права нога відводиться назад в *effacé* з переходом в позу *attitude*; права рука піднімається в III позицію, ліва рука у II, голова повертається праворуч.

На три – еластичне *demi plié* на лівій нозі в позі *attitude effacée*.

На і – права нога витягується в коліні, права рука починає відкриватись в II позицію.

На чотири і – ліва нога витягується в коліні, права нога опускається в V позицію попереду, *épaulement croisé*, руки переводяться у підготовче положення.

### ***Grand fouetté effacé* (ззаду вперед).**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Затакт 3/8:

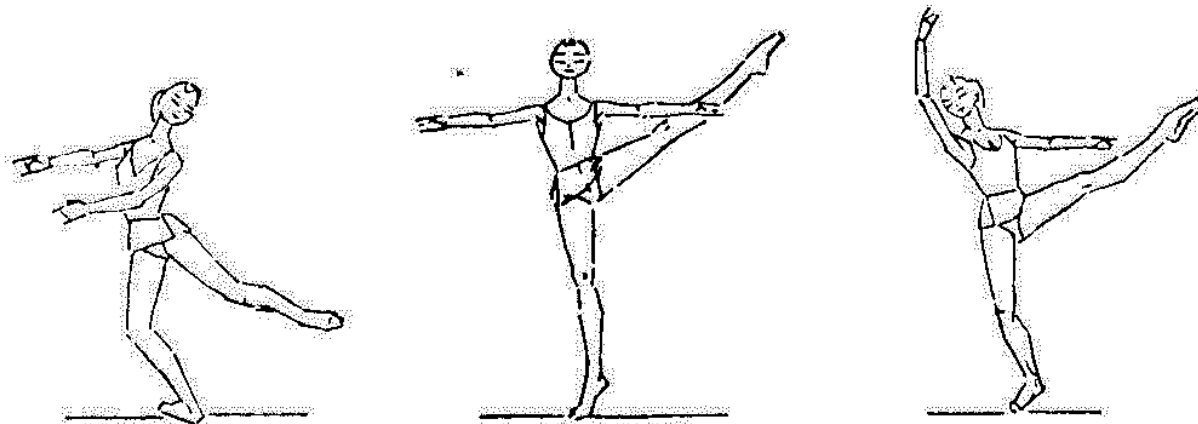
На 1/8 – руки ледь відкриваючись, піднімаються через підготовче положення в I позицію; голова нахиляється праворуч.



На 1/8 – повертаючись *en face*, права нога виконує *demi plié*, ліва нога через умовне *cou-de-pied* відкривається в напрямку II позиції на 45°; руки переводяться у II позицію, голова повертається *en face*.

На 1/8 – одночасно з поворотом корпусу в точку 8 плану класу – крок лівою ногою на високі півпальці, права нога набуває положення *cou-de-pied* позаду; права рука підводиться в I позицію, ліва рука у II; голова повертається праворуч.

На раз і – пружне *demi plié* на лівій нозі; права нога відводиться в напівзігнуте положення назад в *effacé* на 45°; корпус нахилиється назад.



На два – права нога, витягуючись у коліні назад в *effacé*, підвищується і одночасно з поворотом корпусу *en face* відводиться вбік на 90°, ліва нога піднімається на високі; права рука відкривається у II позицію; голова *en face*.

На і – продовжуючи на півпальцях поворот корпусу в точку 2 плану класу, права нога переводиться в позу *effacée* вперед, ліва рука піднімається у III позицію, права рука у II позицію, голова повертається ліворуч.

На три і – еластичне *demi plié* в позі *effacée* вперед.

На чотири і – ліва нога витягується в коліні, права опускається в V позицію позаду, *épaulement croisé*; руки переводяться в підготовче положення.

Під час виконання руху обидві ноги виворітні, корпус посилює підтягнутість в момент його закінчення і при виконанні завершального *plié*.

**Шосте *port-de-bras* – *preparation*.**

Вивченню підготовчих рухів до *tour* із IV позиції передуює освоєння шостого *port-de-bras – preparation*, яке часто поєднується з обертанням.

***Port-de-bras – preparation en dehors.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Два вступні акорди:

На 1/8 – *demi plié* у V позиції, руки ледь при відкриваючись, повертаються у підготовче положення.

На 1/8 – права нога витягується вперед на *croisé*, руки піднімаються в I позицію, голова нахиляється ліворуч.

На 1/8 – перехід на праву ногу, ліва позаду відтягнута носком у підлогу; права рука відкривається у II позицію, ліва у III позицію; голова – в повороті праворуч (поза *croisée* назад).

Затакт:

На і – руки трохи розкриваються, голова піднімається, погляд спрямовується на кисть лівої руки.

Перший такт.

На раз і, два і – права нога розпочинає і поступово поглиблює *demi plié*, ліва нога ковзним рухом просувається назад на *croisé*; підтягнутий корпус спрямовується вперед; руки і голова зберігають попереднє положення.

На три і – права нога повертається з поглибленого в *demi plié*, ліва опускається п'яткою на підлогу в широку IV позицію, із збереженням центру ваги на правій нозі; корпус вирівнюється; ліва рука опускається, права піднімається через підвищене підготовче положення і разом руки з'єднуються в I позиції; голова ледь нахиляється ліворуч, погляд спрямовується на кисті рук.

На чотири і – підтягнутий корпус поступово нахиляється назад, ліве плече ледь спрямовується в тому ж напрямку; права рука піднімається у III позицію, ліва відкривається у II; голова повертається ліворуч.

Другий такт.

На раз і, два і – продовжуючи перегинання, права рука переводиться у II позицію, ліва у III; голова повертається праворуч.

На три і, чотири і – корпус поступово вирівнюється, спрямовується вперед, ліва рука прохідним рухом через I позицію одночасно з правою, що перебуває у II позиції, повертається долонею вниз (III *arabesque*). Голова прямо, погляд вперед.

Із *port-de-bras – preparation en dehors* виконуються *tour* в позах *attitude croisée*, III і IV *arabesque*, *croisée* і *effacée* вперед.

### ***Port-de-bras – preparation en dedans.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

На вступні акорди: поза *croisée* назад.

Затакт:

На і – голова, повертаючись, ледь піднімається, погляд спрямовується на кисть лівої руки. Руки, зберігаючи III і II позиції, трохи розкриваються, починаючи рух від пальців.

Перший такт.

На раз і, два і – права нога розпочинає і поступово поглиблює *demi plié*; ліва нога ковзним рухом посувається назад на *croisé*; підтягнутий корпус спрямовується вперед; руки і голова зберігають попереднє положення.

На три і – права нога повертається з поглибленого в *demi plié*, одночасно ліва опускається п'яткою на підлогу у широку IV позицію, із збереженням центру ваги на правій нозі; корпус вирівнюється; руки: ліва – опускаючись, а права – піднімаючись через підвищене підготовче положення з'єднуються в I позиції; голова ледь нахиляється ліворуч, погляд спрямовується на кисті рук.

На чотири і – корпус поступово нахиляється назад, ліве плече ледь спрямовується в тому ж напрямку; права рука піднімається у III позицію, ліва відкривається у II; голова повертається ліворуч.

Другий такт.

На раз і, два і – продовжуючи перегинання, права рука відкривається у II позицію, голова повертається праворуч; ліва рука зберігає II позицію.

На три і, чотири і – корпус вирівнюється, подаючись вперед; права рука прохідним рухом через підвищене підготовче положення підводиться у I позицію, ліва зберігає II; голова – в повороті праворуч.

Із *port-de-bras – preparation en dedans* виконується *tour* в позах I і II *arabesque, attitude effacée* і *tour a la seconde* на 90°.

Під час виконання зберігаються виворітність ніг, підтягнутість корпусу.

Обов'язковою умовою є чітка координація рухів рук і голови.

### ***Preparation i tour en dehors i en dedans.***

Опанування *preparation* розпочинається з відпрацювання навичок перенесення центру ваги на опорну ногу і з засвоєння координаційних прийомів.

На початковому етапі вивчення ця вправа виконується без піднімання на півпальці, а після її відпрацювання з підніманням і фіксуванням пози на півпальцях.

### ***Preparation i tour en dehors у позі attitude croisée із port-de-bras – preparation.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Перший і другий такт – виконується *port-de-bras – preparation en dehors*.

Третій такт.

На раз і – пружне *demi plié* у IV позиції із збереженням центру ваги на правій нозі; руки (положення III *arabesque*) трохи опускаються.

На два і – опорна нога з витягуванням у коліні активно піднімається на високі півпальці, ліва нога набуває положення *attitude*; права рука зберігає II позицію, ліва піднімається у III позицію (поза *attitude croisée*).

На три і, чотири і – поза фіксується. Четвертий такт.

На раз і, два і – залишаючись на півпальцях, ліва нога витягується в коліні; ліва рука відкривається у II позицію; голова –праворуч.

На три і, чотири і – ліва нога опускається, права сходить з півпальців; руки переводяться у підготовче положення. Вправа завершується у V позиції, *épaulement croisé*, права нога попереду.

Для виконання *tour en dehors* права рука бере форс в робить невеликий поштовх ліворуч, ліва рука зберігає III позицію.

Ліве плече ледь подається назад. Коліно працюючої ноги активно відводиться назад, за однойменне плече. Голова зберігає поворот праворуч.

***Preparation i tour en dehors y nozi I arabesque iz port-de-bras – preparation.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога попереду.

Перший і другий такт – виконується *port-de-bras – preparation en dedans*.

Третій такт.

На раз і – пружне *demi plié* правій нозі.

На два і – корпус повертається у точку 3 плану класу; права нога, витягуючись в коліні, активно піднімається на високі півпальці і на неї переноситься вага тіла. Одночасно ліва нога піднімається назад на 90°; права рука відкривається з I позиції вперед, ліва рука зберігає II позицію; погляд спрямовується в точку 3 плану класу.

На три і, чотири і – поза фіксується. Четвертий такт.

На раз і, два I – поза зберігається.

На три і, чотири і – ліва нога опускається, права нога сходить з півпальців; руки переводяться у підготовче положення, і вправа завершується у V позиції, *épaulement croisé* ліва нога попереду.

Виконання *tour en dedans* забезпечується інерцією руху в наслідок активного повороту корпусу в точку 3 плану класу. Корпус подається вперед, права рука енергійно витягується вперед, ліва рука подає

вперед плече. П'ятка опорної ноги подається вперед, працююча нога закріплена в тазостегновому суглобі і зберігає положення за однойменним плечем.

***Preparation i tour en dedans у позі attitude effacée.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, IV позиція, права нога попереду в *demi plié*, ліва нога позаду витягнута в коліні, уся стопа на підлозі. Права рука в I позиції, ліва рука у II; голова повернута в точку 1 плану класу.

На і – із затакту – поглибити *demi plié* на опорній нозі, положення рук і голови зберігається.

На раз і – поворот корпусу в точку 2 плану класу; опорна нога витягуючись в коліні і виштовхуючи п'ятку вперед енергійно піднімається на високі півпальці, права рука відкривається у II позицію, ліва у III; голова повертається ліворуч (поза *attitude effacée*).

На два і – поза *attitude effacée* фіксується.

На три і – ліва нога витягується в коліні, права залишається на півпальцях, ліва рука відкривається у II позицію.

На чотири і – ліва нога опускається у V позицію попереду, *épaulement croisé*, корпус вирівнюється; руки опускаються в підготовче положення.

При виконанні *tour en dedans*, права рука бере форс з I позиції у II, а ліва рука, піднімаючись у III позицію, доповнює його. П'ятка опорної ноги допомагає виконанню *tour* виштовхуванням вперед.

***Preparation i tour en dedans a'la seconde із IV позиції.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, IV позиція, права нога попереду в *demi plié*, ліва нога позаду витягнута в коліні. Центр ваги на правій нозі. Права рука в I позиції, ліва рука у II; голова повернута в точку 1 плану класу.

Із затакту – поглибити *demi plié*.

На раз і – одночасно з поворотом корпусу в точку 1 плану класу, опорна нога енергійно піднімається на високі півпальці, виштовхуючи п'ятку вперед; ліва нога піднімається у II позицію на 90°. Права рука відкривається у II позицію; голова повертається в точку 1 плану класу.

На два і, три і – положення фіксується.

На чотири і – ліва нога опускається у V позицію попереду, *épaulement croisé*; руки переводяться у підготовче положення.

При виконанні *tour en dedans*, форс бере права рука; ліва ледь спрямовується вперед, допомагаючи повороту.

## Allegro.

Засвоєні раніше стрибки поєднуються у комбінації. Удосконалюється техніка виконання великих стрибків.

Продовжується засвоєння заносок. Головна увага приділяється якості виконання стрибків.

### *Assemblé battu.*

Це найбільш складна заноска. Вона вивчається на більш високому стрибку.

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, IV позиція, ліва нога попереду, руки в підготовчому положенні.

Затакт 2/8:

На 1/8 – *demi plié* в V позиції, руки злегка при відкриваються і повертаються в підготовче положення.

На 1/8 – стрибок разом з поворотом *en face*, права нога відкривається вбік одночасно з сильним поштовхом лівої ноги вгору. Не затримуючись натягнуті і виворітні ноги вдаряються в повітрі одна об одну (ліва – попереду, права позаду).

На раз – привідкрившись після удару ноги закриваючись, міняються і опускаються в *demi plié* у V позиції *épaulement croisé*, права нога попереду;

На і – ноги витягуються.

На два – *demi plié*.

На і – *assemble battu* з іншої ноги.

*Assemblé battu* у зворотному напрямку виконують, починаючи з ноги, яка знаходиться в V позиції позаду.

### *Pas jeté battu.*



Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, права нога позаду.

Затакт 2/8:

На 1/8 – *demi plié* в V позиції, руки злегка при відкриваються і через підготовче положення піднімаються в I позицію.

На 1/8 – разом з поворотом *en face*, права нога, ковзним рухом по підлозі відкривається в сторону II позиції на 45°, одночасно ліва виштовхується вгору. Руки розкриваються в II позицію, не затримуючись, ноги активно вдаряються одна об одну (ліва –попереду, права – позаду).

На раз і – ледь відкрившись після удару чітко вбік, ноги закриваються: права в *demi plié*, ліва на *cou-de-pied* позаду; права рука закривається в I позицію, ліва рука зберігає II позицію, голова повертається праворуч.

На два і – ноги витягуються, завершуючи *pas jeté battu* в V позиції, *épaulement croisé*, права нога попереду. Руки опускаються в підготовче положення.

На три і – положення зберігається.

На чотири і – затакт *pas jeté battu* з іншої ноги.

Музичний розмір в подальшому змінюється на 2/4.

### ***Grand jeté* з кроку – *coupé*.**

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція, ліва нога попереду.

На вступні акорди права нога відкривається назад на *croisé*, носком в підлогу; руки – підготовчому положенні, голова – в повороті ліворуч (*preparation*).

На раз – широкий крок на праву ногу в *effacé* вперед у пружне *demi plié* з одночасним перенесенням на неї центру ваги; корпус ледь нахиляється вперед і праворуч, руки відкриваються у II позицію долонями вниз; голова повертається праворуч.

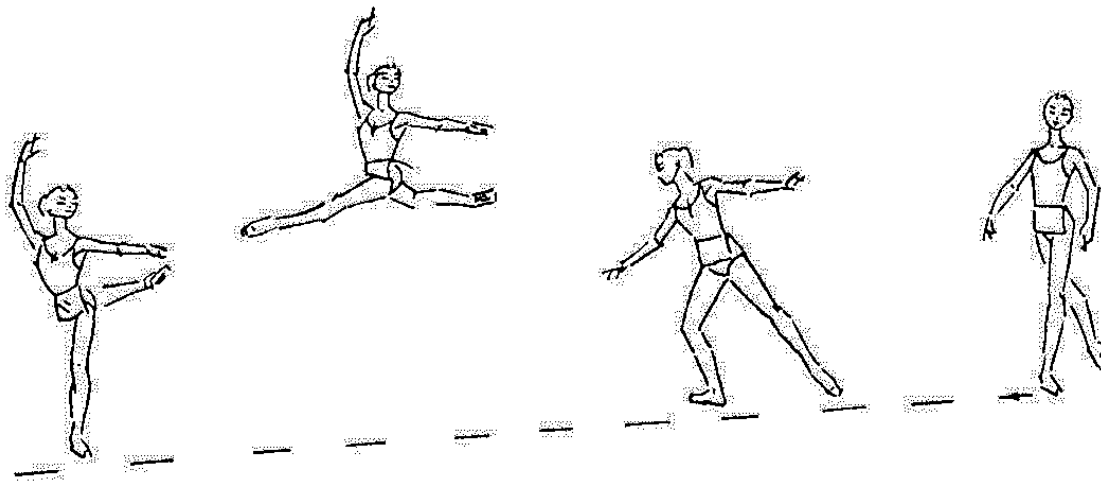
На і – енергійний кидок лівою ногою вперед на  $90^\circ$  на *croisé*; одночасно права нога відштовхується від підлоги, відкриваючись назад на  $90^\circ$ . Руки відкриваються: права – у ІІІ позицію, ліва – у ІІ; голова повертається ліворуч;

На два – стрибок завершується в точці витягнутого носка у м'яке, еластичне *demi plié*, руки і голова зберігають попереднє положення.

На три – поза фіксується.

На чотири – обидві ноги витягуються, права нога опускається носком у підлогу; права рука відкривається у ІІ позицію і вся постать набуває вихідного положення, з якого вправа повторюється.

Дана вправа потребує ретельного відпрацювання координаційних прийомів.



*Pas coupé* – крок повинен бути зібраним, пружним. В повітрі фіксується поза *croisée* аж до повного завершення виконання однією з умов правильного виконання є скоординовані дії ніг, корпусу, рук, голови.

Наступний етап – виконання *grand jeté*, підходом до якого є *pas glissade*. Як і в інших стрибках, у яких *glissade* виступає допоміжним рухом, при його виконанні з *grand jeté* він набуває трамплінного характеру.

У поєднанні з *coupé grand jeté* виконується в позу III *arabesque*, в поєднанні з *pas glissade* – у позу *effacée, attitude effacée, II arabesque*. При виконанні такого поєднання по діагоналі *glissade* виконується в напрямку вперед, без зміни ноги, з чітким дотриманням положення *épaulement croisé*.

## Приклад уроку п'ятого року навчання. Екзерсис біля станка.

### *Plié.*

Музичний розмір 3/4.

Вихідне положення: I позиція ніг, права рука в підготовчому положенні.

На два такти: *preparation*, рука відкривається в II позицію.

1-4-й такти: *grand plié* рука опускається в підготовче положення і переводиться через I позицію в II позицію;

5-8-й такти: *grand plié*; рука піднімається в III позицію і переводиться через I в II позицію;

9-10-й такти: *demi plié* (3/4); *pirouette en dehors* (3/4);

11-12-й такти: пауза на півпальцях;

13-14-й такти: *petit développé* вбік правою ногою;

15-16-й такти: зійти з півпальців (3/4); праву ногу опустити вбік носком в підлогу (3/4);

17-20-й такти: *grand plié*; рука через підготовче положення відкривається в I позицію, пізніше в II;

21-24-й такти: *grand plié*; рука піднімається в III позицію і переводиться через I в II позицію;

25-й такт: *relevé*; руки в II позиції;

26-й такт: пауза на півпальцях;

27-й такт: зійти з півпальців; права нога витягнута на носок в підлогу;

28-й такт: праву ногу закрити в V позицію вперед на півпальці;

29-30-й такти: нахилити корпус вбік ліворуч, права рука в III позицію;

31-32-й такти: корпус випрямити; руку опустити в II позицію;

33-42-й такти: повторити 1-12-й такти;

43-44-й такти: пауза на півпальцях (3/4); опустити праву ногу в V позицію (3/4);

45-48-й такти: трете *port-de-bras* на півпальцях;

### *Battement tendu.*

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

На один такт: *preparation*, рука відкривається в II позицію.

1-3-й такти: шість *battements tendus* вперед по 1/8, завершити в *demi plié*;

4-й такт: *pirouette en dehors*;

5-7-й такти: шість *battements tendus* вбік, змінюючи V позицію; завершити в V позиції, права нога попереду в *demi plié*;

8-й такт: *pirouette en dehors*, завершити в V позиції, права нога позаду;

9-16-й такти: повторити всю комбінацію у зворотному напрямку; завершити в V позиції, права нога попереду.

### ***Battement tendu jeté.***

1-2-й такти: по одному *battement tendu jeté* хрестом по 1/8;

3-й такт: три *battements tendus jetés* вперед; рука через I позицію піднімається в III позицію;

4-й такт: три *battements tendus jetés* вбік, змінюючи V позицію; рука опускається в II позицію;

5-й такт: три *battements tendus jetés* назад; рука в II *arabesque*;

6-й такт: три *battements tendus jetés* вбік, змінюючи V позицію; рука в II позицію;

7-й такт: три *battements tendus jetés* по I позиції, завершити *degagé 45°* вбік;

8-й такт: три *battements tendus jetés* по I позиції, завершити в V позицію; права нога позаду;

9-16-й такти: повторити всю комбінацію *jeté* у зворотному напрямку.

### ***Rond de jambe par terre.***

Музичний розмір 3/4.

Вихідне положення: I позиція ніг.

На два вступні такти: *preparation en dehors* правою ногою.

1-2-й такти: два *ronds de jambe par terre en dehors*;

3-й такт: три *ronds de jambe par terre en dehors*, завершити права нога попереду на носок;

4-й такт: пауза;  
5-8-й такти: повторити 1-8-й такти;  
9-й такт: *grand rond de jambe jeté en dehors*;  
10-й такт: *rond de jambe par terre en dehors*;  
11-й такт: *grand rond de jambe jeté en dehors*;  
12-й такт: *rond de jambe par terre en dehors*;  
13-14-й такти: два *grands ronds de jambe par terre en dehors*;  
15-й такт: завершити права нога попереду на носок;  
16-й такт: пауза;  
17-32-й такти: повторити комбінацію *en dedans*; завершити права нога позаду на носок;  
33-34-й такти: розтяжка в II *arabesque*;  
35-36-й такти: нахилити корпус назад;  
37-38-й такти: перейти на праву ногу; ліва попереду витягнута на носок;  
39-40-й такти: прогнути корпус назад, рука в III позицію;  
41-42-й такти: корпус випрямити, руку опустити в II позицію;  
43-44-й такти: ліву ногу підняти на 90° вперед; права нога на півпальцях;  
45-й такт: *fouetté* в II *arabesque*; права рука на станку;  
46-й такт: пауза;  
47-48-й такти: ліву ногу опустити в V позицію попереду; зійти з півпальців на усю стопу.

### ***Battement fondu.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: *battement fondu* вперед правою ногою (2/4); *battement fondu* назад лівою ногою (2/4);  
2-й такт: *double battement fondu* правою ногою вбік (2/4); *tour sur le cou-de-pied en dehors* з положення  
ноги вбік на 45°; завершити права нога відкрита вбік на 45° (2/4);

- 3-й такт: *battement fondu* вперед на  $45^\circ$  (2/4); *demi plié* на опорній нозі (1/4); пів *tour en dehors* (від станка), права нога зберігає попереднє положення попереду на  $45^\circ$  (1/4);
- 4-й такт: *demi plié* на опорній нозі, працююча зберігає положення (1/4); пів *tour en dehors* (до станка), працююча нога на умовне *cou-de-pied* (1/4); *battement fondu* на *ecartée* на  $90^\circ$  (2/4);
- 5-8-й такти: виконати 1-4-й такти у зворотному напрямку.

### ***Battement frappé.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

- 1-й такт: три *battement frappés* вбік на 1/8 кожний;
- 2-й такт: *tombé* в V позиції вперед, з півповоротом *sur le cou-de-pied* (до станка) завершити відкриттям лівої ноги з *cou-de-pied* вбік на  $45^\circ$ ;
- 3-4-й такти: повторити 1-2-й такти з лівої ноги;
- 5-й такт: *doubles battements frappés* вперед (1/4); *doubles battements frappés* назад (1/4);
- 6-й такт: два *doubles battements frappés* вбік;
- 7-й такт: два *petits battements* з акцентом попереду, завершити *demi plié* на опорній нозі, працююча нога зберігає умовне *cou-de-pied*;
- 8-й такт: *tour en dehors* з *temps relevé*, завершити права нога відкрита вбік на  $45^\circ$ ; положення корпусу *en face*.
- 9-16-й такти: виконати 1-8-й такти у зворотному напрямку.

### ***Rond de jambe en l'air.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

*Preparation: temps relevé* на  $45^\circ$  *en dehors*.

- 1-2-й такти: три *ronds de jambe en l'air en dehors*, поступово підвищуючи до  $90^\circ$  (3/8); пауза (1/4);
- 3-4-й такти: два *ronds de jambe en l'air en dehors* на  $90^\circ$ , на 1/4 кожний, на 1/4 – пауза;

- 5-6-й такти: два *ronds de jambe en l'air en dedans* на 90°, на 1/4 кожний, на 1/4 – пауза;  
7-8-й такти: три *ronds de jambe en l'air en dedans*, поступово понижуючи до 45° (3/8); пауза (1/4);  
9-12-й такти: чотири *doubles ronds de jambe en l'air (en dehors, en dedans, en dehors, en dedans)*, на 2/4 кожний;  
13-14-й такт: *demi plié* на опорній (лівій) нозі, права *sur le cou-de-pied*, попереду (1/4); *pirouettes en dehors* з *temps relevé* (1/4), відкрити ногу вбік на 45° (1/4), пауза (1/4);  
15-16-й такт: праву ногу закрити в V позицію позаду (1/4); повний поворот в V позиції на 360° від станка, завершити права нога попереду (1/4); праву ногу відкрити вбік на 45° (2/4).

### ***Petit battement.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

*Preparation*: відкрити праву ногу вбік на 45°, ліва нога на півпальцях.

- 1-4-й такти: вісім *petits battements* з акцентом попереду на 1/4 кожне;  
5-й такт: *tombé* вперед в V позицію, ліва нога *sur le cou-de-pied* позаду (1/8); *coupé* лівою ногою позаду (1/8); *pirouettes en dehors* на лівій нозі, завершити права нога вбік на 45° (1/4);  
6-8-й такти: десять *battements battus* на *effacé*, на 1/8 кожне, завершити *demi rond de jambe en dehors* на 45° з поворотом *en face*;  
9-16-й такти: повторити комбінацію у зворотному напрямку.

### ***Adagio.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: V позиція ніг. права нога попереду.

- 1-й такт: *battement développé ballotté* вперед правою ногою (2/4); *ballotté* назад лівою ногою (2/4);  
2-й такт: *battement développé* вперед правою ногою (1/4); *demi rond de jambe* на 90° *en dehors* до пози *ecartée* назад (2/4); *rond de jambe en l'air en dehors* на 90° (1/4);



3-й такт: з *ecartée* назад, *tombé* з поворотом корпусу в II *arabesque*, ліва нога витягнута позаду носком в підлогу (2/4); крок на ліву ногу назад до станка, права попереду носком в підлогу; права рука на станку, ліва в I позицію (1/4); *passe par terre* назад, правою ногою *relevé lent* на 90°; ліва рука в *arabesque* (1/4);

4-й такт: *demi plié* на опорній нозі (1/4); пів *tour* до станка, працююча нога зберігає положення позаду на 90°; завершити *tour* в позу II *arabesque* (1/4); закрити праву ногу в V позицію позаду (2/4);

5-8-й такти: виконати 1-4-й такти з правої ноги у зворотному напрямку.

### ***Grand battement jeté.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: V позиція ніг, права нога попереду.

1-3-й такти: шість *grands battements jetés* вперед правою ногою на півпальцях, на 1/4 кожний;

4-й такт: сьомий *grand battement jeté* (1/8), з поворотом *fouetté en dehors*, завершити права нога попереду на 90° на півпальцях (1/4); зійти на усю стопу в V позицію права нога попереду; права рука на станку, ліва в III позиції (1/8);

5-7-й такти: шість *grands battements jetés* лівою ногою назад на півпальцях, на 1/4 кожний;

8-й такт: сьомий *grand battement jeté* (1/8); з поворотом *fouetté en dedans*, завершити ліва нога позаду на 90° на півпальцях (1/4); зійти на усю стопу в V позицію ліва нога позаду; ліва рука на станку, права у III позиції (1/8);

9-11-й такти: п'ять *grands battements jetés* вбік правою ногою на 1/4 кожний, міняючи V позицію; завершити в V позицію права нога позаду в *demi plié*; поворот на 360° в V позиції, завершити права нога попереду (1/4);

12-й такт: *grand battement développé* правою ногою вбік на півпальцях; завершити в V позицію права нога попереду на усій стопі;

- 13-15-й такти: п'ять *grands battements jetés* вбік правою ногою на 1/4 кожний, міняючи V позицію; завершити в V позицію позаду в *demi plié*; поворот на 360° в V позиції, завершити права нога попереду (1/4);
- 16-й такт: *grand battement développé* правою ногою вбік на півпальцях; завершити в V позицію права нога попереду на усій стопі.

## Екзерсис на середині залу.

### *Маленьке adagio.*

Музичний розмір: 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

На вступ 4/4: руки відкриваються в II позицію.

1-й такт: *pirouette en dehors*, завершити *a la seconde* (права нога вбік на 90°);

2-й такт: *tour lent en dehors*, в *a la seconde*;

3-й такт: *pas-de-bourrée en tournant en dehors*, завершити в IV позицію, *épaulement croisé* в точку 8 плану класу, права нога попереду *preparation* до *tours* у велику позу *en dedans* (2/4); *tours en dedans* в *attitude effacée* (2/4);

4-й такт: *demi plié* правій опорній нозі, руки і ліва нога в *allongée* (2/4); крок назад в напрямку точки 4 плану класу на ліву ногу, права нога через *passé par terre* по I позиції і *battement relevé lent* відкривається назад в позу *attitude croisée* (2/4);

5-й такт: повільний поворот з пози *attitude croisée* в позу *croisée* вперед (в точку 8 плану класу), руки в III позицію;

6-й такт: *passé par terre demi plié* по I позиції робочою (правою) ногою, руки опускаються в позу сценічного I *arabesque* (1/4); опорна нога на півпальці, робоча нога позаду на 45° (1/4), на останню 1/8 *demi plié* на опорній нозі, поза зберігається; на 2/4 – *pas-de-bourrée en dehors* з переміною ніг, завершити в IV позицію, *épaulement croisé*, права нога попереду, *preparation* до *tours en dedans* у велику позу;

7-й такт: *tours en dedans* в I *arabesque* (2/4), завершити в точку 8 плану класу: опустити ліву ногу носком у підлогу, ліву руку підняти в III позицію, праву в II позицію (2/4);

8-й такт: шосте *port-de-bras*.

### *Battement tendu i battement tendu jeté.*

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

- 1-2-й такти: правою ногою чотири *battements tendus* на *croisée* вперед; руки поступово піднімаються у велику закриту позу (права рука в III позицію, ліва в II позицію);
- 3-4-й такти: лівою ногою чотири *battements tendus* на *croisée* назад, руки поступово змінюють положення у велику позу *croisé* (ліва рука в III позицію);
- 5-й такт: правою ногою два *battements tendus* вперед на *effacée*, ліва рука з III позиції опускається в I позицію;
- 6-й такт: з поворотом корпусу в точку 4 плану класу правою ногою два *battements tendus en tournant* вбік із зміною ніг, руки в II позицію;
- 7-й такт: з поворотом корпусу в точку 6 плану класу правою ногою два *battements tendus* вперед на *effacée* по відношенню точки 5 плану класу, руки через підготовче положення відкриваються в положення маленької пози;
- 8-й такт: з поворотом корпусу в точку 8 плану класу правою ногою два *battements tendus en tournant* вбік із зміною ніг, руки в II позицію і опускаються в підготовче положення;
- 9-й такт: з поворотом корпусу *en face* правою ногою два *battements tendus jetés* вперед, руки відкриваються в II позицію;
- 10-й такт: три *battements tendus jetés* вперед на 1/8 кожний;
- 11-й такт: три *battements tendus jetés* вбік на 1/8 кожний, змінюючи кожен раз V позицію;
- 12-й такт: три *battements tendus jetés* вбік, останній завершити в V позицію права нога попереду попереду в *demi plié, preparation* до *pirouette en dehors*;
- 13-й такт: *pirouette en dehors* завершити в V позицію попереду, в *demi plié, preparation* до *pirouette en dehors*;
- 14-й такт: два *pirouettes en dehors*, завершити в V позицію права нога позаду;
- 15-16-й такти: два рази по три *battements tendus jetés* правою ногою вбік по I позиції на 1/8 кожний, руки відкриваються в II позицію, останній *battement tendu jeté* завершити в V позицію попереду, *épaulement croisé*, руки закрити в підготовче положення;

17-32-й такти: виконати комбінацію у зворотному напрямку, починаючи з лівої ноги назад.

### ***Rond de jambe par terre.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: з поворотом корпусу *en face temps relevé par terre en dehors* (2/4); на 2/4 – два *rond de jambe par terre en dehors*;

2-й такт: сім *ronds de jambe par terre en dehors* на 1/8 кожний;

3-й такт: *rond de jambe par terre en dehors en tournant* по одному в точки 2, 4, 6, 8 плану класу;

4-й такт: один *rond de jambe par terre en dehors* з поворотом корпусу в точку 2 плану класу, завершити права нога попереду на носок; *grand fouetté en face* з *effacée* вперед на *effacée* назад, завершити в *allongée*; на 2/4 – *pas-de-bourrée* з переміною ніг *en dehors*, завершити V позиція ніг, *épaulement croisé*, права нога попереду, на останню 1/8 витягнутись з *demi plié*;

5-8-й такти: виконати 1-4-й такти лівою ногою *en dedans*;

9-й такт: з поворотом корпусу *en face demi rond de jambe par terre en dehors*, опорна нога на *demi plié*, руки відкриваються в II позицію (2/4); зберігаючи *demi plié*, на опорній нозі поворот корпусу в *épaulement effacé* в точку 2 плану класу, права нога попереду носком в підлогу, руки в підготовче положення (1/4); крок на праву ногу в позу *attitude effacée* (1/8); *demi plié*, на опорній нозі, руки і ліва нога *allongée* (1/8);

10-й такт: крок на ліву ногу назад в напрямку точки 6 плану класу, права нога через I позицію і *battement relevé lent* назад в позу *attitude croisée*, руки в III позицію (2/4), на останню 1/8 *demi plié* на лівій нозі, права нога витягується в коліні, руки в II позицію; на 2/4 – *pas-de-bourrée en tournant en dehors* з переміною ніг, завершити *degagé* вперед на праву ногу (поза *croisée* назад);

11-й такт: *port-de-bras – preparation en dehors*;

12-й такт: *tour en dehors* у позі *attitude croisée*.

### ***Battement fondu.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

- 1-й такт: *battement fondu* на 45° правою ногою вперед на *croisée*, руки в маленькій позі (2/4); *battement fondu* на 90° вперед на *croisée*, руки відкрити у велику позу;
- 2-й такт: з поворотом корпусу в точку 2 плану класу *battement fondu* на 45° правою ногою в маленьку позу *effacée* вперед (2/4); *battement fondu* на 90° вперед на *effacée*, руки у велику позу *effacée* (2/4);
- 3-й такт: з поворотом корпусу в точку 8 плану класу *battement fondu* на 45° правою ногою назад на *effacée*, руки в маленькій позі (2/4); *battement fondu* на 90° назад на *effacée*, руки у великій позі *efface* (2/4);
- 4-й такт: правою ногою через півпальці в V позиції *grand fouetté* з *effacée* на *effacée en dedans* (з точки 8 плану класу) (2/4);  
на 2/4 – *soutenu en tournant* в V позиції на півпальцях, завершити *en face*, права нога відкрита вбік на 45°.

### ***Battement frappé.***

Музичний розмір 2/4.

- 1-2-й такти: три *battements frappés* правою ногою вбік на 1/8 кожне (2/4); ще раз три *battements frappés* вбік (2/4);
- 3-4-й такти: з поворотом корпусу в точку 2 плану класу *double battement frappé* правою ногою вперед на *effacée* носком в підлогу, опорна нога на *demi plié*, рука в маленькій позі *effacée* (2/4); на 2/4 – *double battement frappé* правою ногою назад на *croisée* носком в підлогу через півпальці опорної ноги, завершити в *demi plié*, ліва рука в III позиції, права в II позиції;
- 5-6-й такти: з поворотом корпусу в точку 6 плану класу *double battement frappé* правою ногою вперед на *effacée* носком в підлогу, опорна нога на *demi plié* (2/4); на 2/4 – *double battement frappé* правою ногою назад на *croisée* носком в підлогу, опорна нога через півпальці в *demi plié*;
- 7-8-й такти: з поворотом корпусу в точку 1 плану класу три *battements frappés* правою ногою вбік на 1/8 кожне, руки в II позицію; на 1/8 *demi plié* на опорній (лівій) нозі (2/4), *pas-de-bourrée en tournant*

*en dehors*, завершити в *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду, руки опускаються в підготовче положення.

### ***Rond de jambe en l'air.***

Музичний розмір 3/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, стати на праву ногу, ліва – витягнута позаду на *croisée* носком в підлогу, права рука в I позиції, ліва – в II позиції.

На вступні такти – *preparation* до *pas-de-bourrée dessus-dessous*.

1-2-й такти: *pas-de-bourrée dessus-dessous en face*, з відкриттям ноги на 45°;

3-й такт: *pas-de-bourrée dessus-dessous en tournant*, завершити V позиція ніг, *en face*, права нога попереду, *demi plié*, *preparation* до *pirouette en dehors*;

4-й такт: *pirouette en dehors*, завершити: права нога відкривається вбік на 45°, руки в II позицію;

5-6-й такти: два *ronds de jambe en l'air en dehors*;

7-8-й такти: шість *ronds de jambe en l'air en dehors* на 1/8 кожний;

9-10-й такти: два *ronds de jambe en l'air en dehors*;

11-й такт: *balancé* на праву ногу, права рука в II позицію, ліва рука в I позицію;

12-й такт: *balancé* на ліву ногу, ліва рука в II позицію, права рука в I позицію;

13-й такт: *soutenu en tournant* в V позиції праворуч, руки в I позиції завершити *épaulement croisé*, V позиція на півпальцях, права нога попереду;

14-15-й такти: *tour chaîné* в напрямку точки 2 плану класу;

16-й такт: завершити *chaînés*, крок на праву ногу в напрямку точки 3 плану класу, ліва нога на умовне *cou-de-pied*, руки в підготовче положення (2/8), крок на ліву ногу в напрямку точки 2 плану класу, права нога витягнута назад на *croisée*, ліва рука в II позицію, права рука в I позицію (III *arabesque*) (2/8).

### ***Grand battement jeté.***

Музичний розмір 3/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-2-й такти: два *grand battement jeté* правою ногою вперед у велику позу *croisée*; руки через I позицію відкриваються: ліва – в III позицію, права – в II позицію, завершити в *demi plié*, руки закрити в підготовче положення;

3-4-й такти: з правої ноги *jeté fondu* в III *arabesque* в точку 8 плану класу (3/4); повільно витягнути коліна (3/4);

5-6-й такти: два *grands battements jetés* лівою ногою назад у велику позу *croisée*; ліва рука – в III позицію, права рука – в II позицію завершити в *demi plié*, руки закрити в II позицію;

7-8-й такти: з лівої *jeté fondu* назад в точку 4 плану класу (3/4); повільно витягнути коліна (3/4);

9-10-й такти: лівою ногою два *grands battements jetés* в *écartée* назад в V позицію (назад, вперед), ліва рука – в III позицію, права – в II позицію;

11-12-й такти: правою ногою два *grands battements jetés* в *écartée* вперед в V позицію (назад, вперед), права рука – в III позицію, ліва – в II позицію;

13-15-й такти: з поворотом *en face* три *grands battements jetés balance* вбік (правою, лівою, правою ногою), закриваючи в V позицію назад;

16-й такт: *relevé* на півпальці з доворотом корпусу в *épaulement croisé*, V позиція ніг, ліва нога попереду.

Наступні 16 тактів: повторити комбінацію у зворотному напрямку (починаючи з правої ноги назад).

### ***Велике adagio.***

Музичний розмір 4/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: *preparation* і *pirouette en dehors* з IV позиції в точку 2 плану класу, завершити в *attitude croisée* в точку 2 плану класу, руки в III позиції;

2-й такт: *tour lent* в позі *attitude croisée (en dehors)*, завершити в точці 8 плану класу, змінюючи позу *attitude effacée*;

3-й такт: *grand rond de jambe* з поворотом на опорній нозі з пози *attitude effacée* в позу *efface* вперед в точку 2 плану класу;



- 4-й такт: на 2/4 – *passé* правою ногою на 90°, ліва рука – в III позиції, права – в II позиції і *battement développé* на *croisée* назад, опорна нога на *demi plié*, руки зберігають положення *allongée*: 1/4 – *soutenu en tournant* в V позиції на півпальцях; завершити *épaulement croisé*, права нога попереду, руки в підготовчє положення; на 1/4 – положення зберігається;
- 5-й такт: *battement développé* лівою ногою назад в позу *écartée* назад в точку 6 плану класу (2/4); на 2/4 – з поворотом на опорній нозі *demi rond de jambe* лівою ногою в позу *attitude efface* в точку 2 плану класу;
- 6-й такт: *demi plié* на опорній нозі, ліва нога витягується, руки в II позицію (2/4); на 2/4 – *pas-de-bourrée* з переміною ніг *en dehors*, завершити *épaulement croisé*, V позиція ніг, ліва нога попереду, *demi plié*; на останню 1/8 витягнутись з *demi plié*;
- 7-й такт: відкрити праву ногу вперед на *efface* в точку 2 плану класу на 45°, ліва нога на *demi plié*, руки в заниженій II позиції, корпус відхилений назад (2/4); на 2/4 – крок на праву ногу вперед, ліва нога *battement relevé lent* назад на 90°, поза I *arabesque*;
- 8-й такт: нахил і підняття корпусу в I *arabesque*;
- 9-й такт: *demi plié* в I *arabesque* (2/4); крок назад на ліву ногу в напрямку точки 6 плану класу в позу IV *arabesque*, права нога через *passé* по I позиції піднімається назад на 90°, руки в IV *arabesque* (2/4);
- 10-й такт: повільний поворот з пози IV *arabesque* в позу *croisée* вперед в точку 8 плану класу (*en dehors*);
- 11-й такт: *relevé* на півпальцях в позі (1/4), на 1/4 – затакт *grand fouetté en tournant en dedans: tombé* на праву ногу в V позицію з поворотом корпусу *en face*, ліва нога позаду на *cou-de-pied*, руки в підготовчєму положенні, ліва нога кидається вбік на 90°, руки в II позицію з опущеними кистями; на 2/4 – *grand fouetté en tournant en dedans* з завершенням в III *arabesque* в точку 8 плану класу;
- 12-й такт: *soutenu en tournant* в V позицію *en dehors*, завершити *tombé* вперед на *croisée* в IV позицію, ліва нога попереду, *preparation* до *pirouette en dehors*; на 2/4 – *pirouette en dehors*, завершити в III *arabesque*, опорна ліва нога на *demi plié*.

Комбінація виконується з лівої ноги.

## Allegro.

### *Échappé battu i assemblé battu.*

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: *échappé battu* в II позиції, завершити в V позицію, ліва нога попереду;

2-й такт: *échappé battu* в II позиції, завершити в V позицію, права нога попереду;

3-й такт: *échappé battu* в II позиції, завершення на одну ногу (ліву), права нога позаду на *cou-de-pied*, ліва рука в підготовчче положення, права рука в заниженій II позиції;

4-й такт: *pas assemblé* правою ногою на *croisée* назад (1/4); *pas assemblé* ногою на *croisée* вперед (1/4), руки закрити в підготовчче положення;

5-й такт: *double assemblé* правою ногою;

6-й такт: два *pas assemblé battu* вбік лівою і правою ногою;

7-й такт: *double assemblé* лівою ногою;

8-й такт: два *pas assemblé battu* вбік правою і лівою ногою, завершити *épaulement croisé*, V позиція ніг, ліва нога попереду;

Наступні 8 такти: виконати комбінацію з лівої ноги.

### *Pas jeté battu.*

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, ліва нога попереду.

1-й такт: два *jetés battu* вбік з правої і лівої ноги, завершити права нога позаду на *cou-de-pied*, руки в підготовччому положенні маленької пози *croisée*;

- 2-й такт: на 1/4 – *pas-de-bourrée* з переміною ніг *en dehors en tournant* з правої ноги, завершити *épaulement croisé, demi plié* на правій нозі, ліва на *cou-de-pied*; на 1/4 – *coupe* лівою ногою *assemble* вбік на 45° з просуванням в напрямку точки 3 плану класу;
- 3-й такт: на 1/4 – лівою ногою *pas jeté* з просуванням в точку 7 плану класу, завершити *épaulement croisé, demi plié* на лівій нозі, права на *cou-de-pied* попереду; на 1/8 – *jeté* просуванням вперед на *croisée* в точку 8 плану класу, поза *attitude croisée* на 45°; на 1/8 – лівою ногою *assemble* назад на *croisée*;
- 4-й такт: два *entrechat – quatre*;
- 5-8-й такти: повторити 1-4-й такти з лівої ноги.  
Комбінація виконується у зворотному напрямку.

### ***Sissonne ouverte на 45° en tournant.***

Музичний розмір: 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

- 1-й такт: *sissonne ouverte* на 45° *en tournant en dehors* в маленьку позу *croisée* вперед з правої ноги (1/4); *assemble* вперед на *croisée* (1/4);
- 2-й такт: *sissonne ouverte* на 45° *en tournant en dedans* на 45° в маленьку позу *croisée* назад з лівої ноги (1/4); *assemble* назад на *croisée* (1/4);
- 3-4-й такти: на 3/4 – три *ballonnés* з правої ноги вбік з просуванням в напрямку точки 3 плану класу: перше – завершити *cou-de-pied* позаду, друге – попереду, третє – позаду; на 1/4 – *pas-de-bourrée* з переміною ніг *en dehors en tournant*, завершити *épaulement croisé, demi plié*, V позиція ніг, права нога попереду;
- 5-6-й такти: чотири *ballonnés* на 45°, вперед – назад – вперед – назад, на *effacée* в напрямку точки 2 плану класу;
- 7-й такт: на 1/4 – *ballotté* на 45° вперед на *effacée*; 1/4 – *pas-de-bourrée* з переміною ніг *en dedans*, завершити *épaulement croisé, demi plié*, V позиція ніг, ліва нога попереду;
- 8-й такт: два *entrechat – quatre*.

Наступні 8 такти: виконати комбінацію з лівої ноги.

***Pas ballotté на 45°.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: *ballotté* на 45° на *effacé* вперед з правої ноги в точку 2 плану класу; руки в маленькій позі *effacé* (2/4); *ballotté* лівою ногою на *effacé* назад; положення рук зберігається;

2-й такт: одне *ballotté* на *effacé* і *pas-de-bourrée* з переминою ніг *en dedans*, завершити *épaulement croisé*, V позиція ніг, ліва нога попереду;

3-й такт: *sissonne ouverte* лівою ногою вперед на *croisée* (1/4); *pas assemblé* в V позиції, ліва нога попереду (1/4); руки відкриваються в маленьку позу *croisée* і закриваються у підготовче положення;

4-й такт: з розворотом корпусу *en face*, *sissonne ouverte* лівою ногою вбік; руки розкрити в II позицію (1/4); *pas assemblé* в V позиції *épaulement croisé*, права нога позаду;

5-8-й такти: повторити комбінацію у зворотному напрямку починаючи з лівої ноги.

***Grand sissonne ouverte.***

Музичний розмір 2/4.

Вихідне положення: *épaulement croisé*, V позиція ніг, права нога попереду.

1-й такт: *grand sissonne ouverte* на праву ногу в позу I *arabesque*, з просуванням в напрямку точки 3 плану класу (1/4);

1/4 – *assemblé*, завершити *épaulement croisé*, V позиція ніг, ліва нога попереду;

2-й такт: *grand sissonne ouverte* на ліву ногу в позу *attitude croisée*, з просуванням в напрямку точки 2 плану класу (1/4);

1/4 – *assemblé* на *croisée* назад;

3-й такт: *sissonne fermé* вперед в позу III *arabesque* в точку 8 плану класу (1/4); *sissonne fermé* назад в позу *croisée* вперед в точку 4 плану класу, руки зберігають положення, кисті заокруглюються (1/4);

4-й такт: *sissonne fermé* вбік за правою ногою в напрямку точки 3 плану класу, закрити ліву ногу попереду, *épaulement croisé* (1/4); на 1/4 – витягнутись з *demi plié* і знову *demi plié*;

5-8-й такти: повторити 1- 4-й такти з лівої ноги.

### ***Grand pas de chat.***

Музичний розмір 3/4.

Вихідне положення: в точці 6 плану класу *épaulement croisé*, ліва нога витягнута попереду на *croisée* носком в підлогу, права рука в III позиції, ліва рука в II позиції.

1-2-й такти: *grand pas de chat jeté* з прийому *glissade*, в напрямку точки 2 плану класу з правої ноги;

3-4-й такти: повторити 1-2-й такти;

5-6-й такти: два *grands pas de chats jetés* підряд з правої ноги;

7-й такт: крок на праву ногу, сценічний *sissonne* в I *arabesque* в напрямку точки 4 плану класу;

8-10-й такти: сценічний біг до точки 4 плану класу;

11-й такт: повернутись обличчям в точку 8 плану класу, зробити підскок на лівій нозі, праву ногу через *degagé* відкрити вперед на *croisée*;

12-13-й такти: *grand jeté* в *attitude croisée* з кроку *coupe* в напрямку точки 8 плану класу на праву ногу;

14-15-й такти: два *grands jetés* в *attitude croisée* з кроку *coupe* в напрямку точки 8 плану класу, руки розкриваються в II позицію;

16-й такт: *relevé* на півпальці опорної (правої) ноги, в позі *attitude croisée*, ліва рука в III позицію, права рука в II позицію, поворот голови праворуч.

Повторити комбінацію з лівої ноги.

## **Показники підсумкового контролю.**

### ***IX-X семестри.***

*Студент повинен знати:*

– виразні засоби класичного танцю;

- методику виконання рухів (згідно програми); типові помилки при виконанні рухів та прийоми їх подолання.

*Студент повинен володіти навичками:*

- майстерності виконання практичної частини програми;
- виразності і музикальності виконання великого *adagio*;
- поєднання основних і допоміжних рухів *allegro*.

*Студент повинен володіти вміннями:*

- скласти програму дисципліни відповідно до рівня навчального закладу, вікових особливостей вихованців, спрямування хореографічного колективу;
- знаходити рішення поставленої викладачем проблеми з аргументованим його захистом.

## Терміни класичного танцю.

**Adagio** (адажіо) – повільно; повільна частина танцю.

**Allegro** (аллегро) – швидко; стрибки.

**Allongée** (алонже) – подовжити, витянути; рух із *adagio*, означає витягнуте положення ноги та кисті руки.

**Aplomb** (апломб) – стійкість.

**Arabesque** (арабеск) – поза, назва якої походить від стилю арабських фресок; в класичному танці існує чотири пози *arabesque* – I, II, III, IV.

**Assemblé** (ассамбле) – з'єднувати, збирати; стрибок з збиранням витягнутих ніг в повітрі; стрибок з двох ніг на дві.

**Attitude** (аттітюд) – поза, положення тіла; піднята вгору напівзігнута нога.

**Balancé** (балансе) – похитування; переступання з ноги на ногу з нахилом корпусу.

**Balancoire** (балансуар) – розгойдування; застосовується в *grand battement jeté*.

**Pas ballonné** (па балоне) – роздуватися, надуватися; в танці характерно просування в момент стрибка в різні напрямки і пози, а також сильно витягнуті в повітрі ноги до моменту приземлення і згину однієї ноги на *sur le cou-de-pied*.

**Pas ballotté** (па балотте) – гойдатися; рух в якому ноги в момент стрибка витягуються вперед і назад, проходячи через центральну точку; корпус нахилиється вперед і назад, як би гойдаючись.

**Pas de basque** (па де баск) – крок басків; для цього руху характерний рахунок 3/4 або 6/8 (трьохдольний розмір), виконується вперед і назад.

**Battement** (батман) – “биття”, рівномірне відведення і приведення ноги.

**Battement développé** (батман девелопе) – розкривати, виймати ногу на 90° в заданому напрямку.

**Battement double frappé** (батман дубль фраппе) – рух з подвійним ударом.

**Battement fondu** (батман фондю) – м'який, плавний, таючий рух.

**Battement frappé** (батман фраппе) – рух з ударом.

***Battement soutenu*** (батман сутеню) – витримувати, підтримувати; рух з підтягуванням ніг в V позиції, безперервний рух.

***Battement tendu*** (батман тандю) – натянутий рух працюючої ноги.

***Pas-de-bourrée*** (па де бурре) – переступання з невеликим просуванням.

***Changement de pieds*** (шанжман де п'є) – стрибок зі зміною ніг в повітрі.

***Pas chassé*** (па шассе) – підганяти; партерний стрибок з просуванням, під час якого одна нога підбиває другу.

***Pas de chat*** (па де ша) – котячий крок; цей стрибок за своїм характером нагадує м'який рух котячого стрибка, що підкреслюється вигином корпусу і м'яким рухом рук.

***Coupe*** (купе) – поштовх; допоміжний рух перед стрибком або іншим рухом, швидка підміна однієї ноги іншою, дає поштовх до виконання наступного руху.

***Pas couru*** (па курю) – танцювальний біг.

***Croisée*** (круазе) – схрещений; поза при якій ноги схрещені, одна нога закриває другу.

***En dedans*** (ан дедан) – всередину; напрям руху до себе.

***En dehors*** (ан деор) – назовні; напрям руху від себе.

***Degagé*** (дегаже) – звільняти, відводити.

***Demi plié*** (демі пліє) – маленьке присідання.

***Dessus-dessous*** (десю-десу) – верхня-нижня частина, над-під; вид *pas-de-bourrée*.

***Ecartée*** (екарте) – відводити, розсувати; поза, при якій корпус розвернутий в діагональ.

***Échappé*** (ешапе) – вириватись; стрибок з розкриттям ніг в II позицію і збиранням з II позиції в V.

***Effacée*** (ефасе) – розкриті положення корпусу і ніг.

***Pas emboîté*** (па амбуате) – йти слідом; стрибок з зміною напівзігнутих ніг в повітрі.

***Entrechat*** (антраша) – стрибок з заноскою.

***En face*** (ан фас) – прямо, пряме положення корпусу і ніг.

***Pas failli*** (па фаї) – послаблюючий рух; цей рух має миттєвий характер і часто служить трамтлінною підготовкою для наступного стрибка стрибка.



**Fouetté (фуете)** – вид танцювального повороту, швидкого, різкого; відкрита нога під час повороту згинається до опорної ноги і різким рухом знову відкривається.

**Glissade (гліссад)** – ковзати; стрибок виконується без відриву носків від підлоги.

**Grand (гранд)** – великий.

**Jeté (жете)** – кидок ноги на місці і в стрибку.

**Jeté entrelacé (жете антрелясе)** – перекидний стрибок.

**Pas (па)** – крок; рух чи комбінація рухів.

**Passé (пассе)** – проводити, проходити; зв'язуючи рух.

**Petit battement (пті батман)** – маленький батман.

**Pirouette (пірует)** – поворот корпусу на 360° по підлозі.

**Plié (пліє)** – присідання.

**Pointé (пуанте)** – пуант, носок, пальці.

**Port-de-bras (пор де бра)** – вправа для рук, корпусу, голови; нахили корпусу, голови.

**Preparation (препарасьон)** – підготовка.

**Relevé (релеве)** – піднімання на півпальці.

**Relevé lent (релеве лян)** – повільне піднімання ноги на 90°.

**Rond de jambe en l'air (рон де жамб ан лер)** – коловий рух ногою в повітрі.

**Rond de jambe par terre (рон де жамб пар тер)** – коловий рух ноги по підлозі.

**Sauté (соте)** – стрибок на місці по позиціях.

**Sissonne (сісон)** – вид стрибка, різноманітного по формі.

**Sissonne fermé (сісон ферме)** – закритий стрибок.

**Sissonne ouverte (сісон уверт)** – стрибок з відкриванням ноги.

**Sissonne simple (сісон семпль)** – простий стрибок з двох ніг на одну.

**Sissonne tombée (сісон томбе)** – падаючий стрибок.

**Soutenu (сутеню)** – витримувати, підтримувати, втягувати.

**Sur le cou-de-pied (сюр ле ку де п'є)** – положення працюючої ноги на гомілці опорної.

***Temps levé*** (тан леве) – піднімати; стрибок на одній нозі, інша знаходиться в положенні *cou-de-pied* або в іншій позі.

***Temps levé sauté*** (тан леве соте) – стрибок по I, II, V позиціях.

***Temps lié*** (тан ліє) – зв'язувати, з'єднувати; комбінація рухів, що розвиває координацію.

***Tour*** (тур) – поворот.

***Tour chaîné*** (тур шене) – ланцюжок; швидкі повороти, що слідуєть один за одним.

***En tournant*** (ан турнан) – поворот корпусу під час руху.

## Рекомендована література

1. Базарова Н. П. Классический танец / Н. П. Базарова. – Л. : Искусство, 1975. – 181 с.
2. Базарова Н. П. Азбука классического танца / Н. П. Базарова, В. П. Мей. – Л. : Искусство, 1983. – 207 с.
3. Балет : энциклопедия / под ред. Ю. Н. Григоровича. – М. : Советская энциклопедия, 1981. – 559 с.
4. Барышникова Т. К. Азбука хореографии : метод. указ. / Т. К. Барышникова. – С. Пб. : РЕСПЕКС, ЛЮКСИ, 1996. – 256 с.
5. Березова Г. О. Класичний танець в дитячих хореографічних колективах / Г. О. Березова. – К. : Музична Україна, 1977. – 272 с.
6. Ваганова А. Я. Основы классического танца / А. Я. Ваганова. – С. Пб. : Лань, 2002. – 192 с.
7. Всё о балете : словарь-справочник / сост. Е. Я. Суриц ; под ред. Ю. Слонимского. – М. ; Л. : Музыка, 1966. – 454 с.
8. Головкина С. Н. Уроки классического танца в старших классах / С. Н. Головкина. – М. : Искусство, 1989. – 159 с.
9. Костровицкая В. С. 100 уроков классического танца / В. С. Костровицкая. – Л. : Искусство, 1972. – 239 с.
10. Костровицкая В. С. Школа классического танца / В. С. Костровицкая, А. А. Писарев. – Л. : Искусство, 1986. – 261 с.
11. Мориц В. Методика классического тренажа / В. Мориц, Н. Тарасов, А. Чекрыгин. – Л. : Искусство, 1940. – 171 с.
12. Падалка Г. М. Мистецька освіта студентської молоді: сучасні підходи / Г. М. Падалка // Молодь в сучасному світі: Морально-естетичні та культурологічні виміри. – К. : Вид-во МУЛП, 2001. – С. 188–192.
13. Прибылов Г. Н. Методическое пособие по классическому танцу для педагогов-хореографов младших и средних классов / Г. Н. Прибылов. – М. : Галерия, 1999. – 63 с.
14. Тарасов Н. И. Классический танец / Н. И. Тарасов. – М. : Искусство, 1981. – 479 с.

15. Цветкова Л. Ю. Методика викладання класичного танцю в школі : метод. рекомендації / Л. Ю. Цветкова. – К. : ІЗМН, 1998. – 76 с.
16. Цветкова Л. Ю. Методика викладання класичного танцю : підручник / Л. Ю. Цветкова. – 2 вид. – К. : Альтерпрес, 2007. – 324 с.
17. Яромлович Л. Классический танец / Л. Яромлович. – Л. : Музыка, 1986. – 86 с.

Навчальне видання

ВАСІРУК Світлана Омелянівна

## **КЛАСИЧНИЙ ТАНЕЦЬ**

Навчально-методичний посібник

**В авторській редакції**

Головний редактор В. ГОЛОВЧАК  
Комп'ютерна верстка О. КЛИМЕНКО  
Дизайн обкладинки Д. МАЙДАНСЬКИЙ  
Малюнки Ю. МАЛЬЦЕВА

Підп. до друку 4. 10. 2009 р.  
Формат 60x84/16. Папір офсет.  
Гарнітура “Times New Roman”. Ум. друк. арк.15,11.  
Тираж 100 пр. Зам. № 96.

**ISBN 978-966-640-268-7**

Видавець  
Прикарпатський національний університет  
імені Василя Стефаника,  
вул. С.Бандери, 1, м. Івано-Франківськ, 76000.  
Тел. 71-56-22.  
E-mail: [vdvcit@pu.if.ua](mailto:vdvcit@pu.if.ua)  
*Свідоцтво суб'єкта видавничої справи*  
*ДК №2718 від 12.12.2006.*