Стеблецова Н.В.

Преподаватель классического танца, старший методист

Пермского государственного хореографического училища

**Освоение техники вращений в женском классическом танце в рамках программы пятого года обучения:**

**методический материал к видео мастер-классу**

Пятый класс в балетной школе, на мой взгляд, очень важный этап профессионального образования. Для учащегося это, своеобразный итог его пятилетнего обучения в училище. Помимо аттестационных экзаменов по общеобразовательным предметам, учащиеся сдают и экзамены по специальным дисциплинам, где к ним предъявляются, на этом году обучения более жесткие требования по освоению программы, уровню подготовки, внешней форме и т.д. Учащихся по тем или иным причинам не справившихся с программой – отсеивают, остальных переводят на курсы, где начинается последний этап профессионального обучения, непростой период физической и психологической подготовки к будущей профессии. Вот поэтому программа классического танца как, основной дисциплины должна быть освоена учащимися по максимуму. Одной из главных особенностей программы пятого класса, является усложнение ранее изученных движений поворотами и вращениями. А что значит вращение для классического танца? Вращение - в классическом танце является важным средством танцевальной выразительности. Например, посредством медленных, плавных поворотов танцовщик может более тонко раскрыть лирический образ, а с помощью быстрого вращения танцовщик способен ярко продемонстрировать свои технические возможности.

Недаром даже неискушенный в балете зритель обязательно одарит аплодисментами балерину, исполнившую 32 фуэте, или танцовщика, исполнившего диагональ из сложных воздушных вращений! С каждым годом исполнительская техника возрастает. Это прекрасно можно увидеть на различных балетных конкурсах, безукоризненное вращение и прыжок – залог успешного выступления, а если это будет выполнено с усложнениями – шансы удваиваются. Вращением можно показать не только виртуозную технику, но и раскрыть характер исполняемого образа. Вращения - это и цепочки многократных вращений, и повороты и полуповороты на двух и одной ноге в различных положениях и позах, в разных темпах и амплитуде. Огромное количество всевозможных трюков на основе вращений, заимствованных из классических танца, можно увидеть и в национальных танцах. Также активно используются вращения и в современной хореографии, где повороты исполняются не только стоя на ногах, но и сидя и лежа на полу, усложняются переходами из одного уровня в другой так называемые «лабильные вращения» когда, например, вращение начинается на высоких полупальцах, а заканчивается на коленях и т.д. Но такие поиски будут четны, если не совершенствовать технику вращений по правилам и законам классического танца.

В классическом танце под определением «вращение», подразумевают движения, исполняемые в повороте на 180 или 360 градусов. Это – элементарные движения в повороте - (battement tendu, grand battement jete, battement developpe ,rond de jamb par terre, rond de jambe en l air, grand rond de jambe, battement soutenu, battement frappe, battement fondu, flic-flac). Одним словом, движения экзерсиса исполняемые в en tournant в направлении en dehore en dedane. Позы в повороте - (tour lent, повороты fouette, grand fouette ,повороты renverse. Танцевальные шаги в повороте - (pas degage, pas tombe, pas de bouree, pas balance. Вращательные движения на полу малые пируеты -(les pirouettes cо 2,4,5 позиций, с grand plie, c petit temps releve, с малой и большой позы, с приемов pas coupe, pas degage, pas coupe, fouette на 45 градусов, tour tir-bouchon. Полупируеты – (с pas coupe, pas tombe, pas emboite, pas jete с продвижением в сторону, tour chaines. Большие пируеты в позах –(a la seconde, attitude, arabesque, с ногой, вытянутой вперед на 90 градусов.

Повороты и вращения в воздухе - (маленькие, средние и большие прыжки). Заноски с поворотом. Вращательные движения в воздухе.

Основными терминами означающим поворот танцовщика на 180 и 360 градусов, являются два французких обозначения - les tour, les pirouette. В энциклопедии балет эти термины приведены как синонимы, различие заключается лишь в том, что к pirouette относятся повороты с ногой в положении sur- le -cou-de-pies или passé, к tour относятся повороты с ногой, поднятой на 90 градусов в различных позах и повороты в воздухе. Интересно что, ведущие педагоги-методисты классического танца Н.И. Тарасов и А.Я. Ваганова имели разные точки зрения на название вращений. Н.И. Тарасов все вращения на одной ноге относит к pirouette, к tour, только лишь воздушный tour en l air. А.Я. Ваганова напротив, термин pirouette считала устаревшим, вот как она отзывалась об этом в своей книге: «Старинное название, которое наиболее употребительно в хореографической литературе для обозначения поворота корпуса на одной ноге, пируэт в нашей практике женского танца нужно считать отмершим. Мы говорим только о «турах». Танцовщики это название еще сохранили и применяют его главным образом к последовательности многочисленных поворотов на одной ноге без перемены места, например, их «большой пирует» (grand pirouette) на 2 позиции на 90 градусов». Н.И. Тарасов все вращения на одной ноге относит к pirouette, к tour, только лишь воздушный tour en l air.

Как не называли бы вращения известные педагоги и исполнители, на протяжении всей истории развития классического танца они пытались его развить и усовершенствовать. Так в конце 19 века итальянка Пьерина Леньяни на сцене Мариинского театра исполнила фуэте в 32 поворота на пальцах, чем вызвала у публики бурю аваций и восхищения. Эстафету подхватила наша Матильда Ксешинская, первой из русских танцовщиц, исполнивших этот «трюк». В 60-е годы 20 века советские артистки фуэте в 32 поворота усложняли двойными поворотами, сменой точки. Екатерина Максимова исполняла это движение без помощи рук. Королевой этого движения признана прима - балерина Большого театра Галина Степаненко, при исполнении фуэте она делала тройные обороты. Значительный вклад в совершенствование вращательных движений на полу и в воздухе внес прославленный артист и педагог классического танца Асаф Михайлович Мессерер. Усложняя вращения на полу, артист ввел исполнение пируэтов со второй позиции вправо, а затем влево, что до него никто не делал. Особенность этого движения заключалась в том, что танцовщик выбирал «удобную» сторону. Так же Мессереру принадлежит авторство grand pirouette с приема releve. Из воспоминаний Асафа Мессерера «…Я впервые увидел это движение в исполнении Чабукиани, кажется, в 1924 году, когда приехал на гастроли в Тбилиси. Потом вдруг Чабукиани стал в центре зала и начал исполнять grand pirouette не просто как все делали, а с releve. Мы ахнули…В Москве я первым осмелился исполнить это движение на сцене в pas -de-deux в балете «Дон-Кихот» (3 акт), кажется в 1928 или 1929 году. Получилось, вначале я исполнял только шестнадцать grand pirouette с releve. Потом, позднее, стал делать тридцать два». Все эти достижения танцовщиков-новаторов, оказали огромное влияние на развитие вращения в классическом танце.

Классический танец я преподаю уже в течении 24 лет. Веду старшие классы и курсы. В этом году у меня пятый класс. Мне очень важно в своей каждодневной работе с ученицами, методически грамотно объяснять им новые движения, правильно и точно отрабатывать уже проученное, терпеливо исправлять ошибки, стараться понимать их и поддерживать вне урока.

Цель моей работы – раскрыть методы и способы обучения, техники вращения пятого класса, которая является фундаментом и подготовкой учащихся для дальнейшего обучения в старших классах хореографического училище.

Освоение техники вращения:

* Pirouettes с разных приёмов на месте и с продвижением, на прямой и по диагонали.
* Освоение техники pirouettes на пальцах.

Основными задачами работы является:

* Изложить методику преподавания всех видов вращения по пятому классу;
* Отобразить основные задачи пятого класса хореографического училища.

**1. Необходимые навыки для освоения техники вращений pirouettes.**

Каждое движение классического танца не существует изолированно, само по себе. В самой системе классического танца заложены глубокая логика и последовательность. Каждое движение базируется на принципе какого-либо другого более простого движения и, в свою очередь, служит основой для следующего, технически более сложного. Исходя из этого принципа, необходимо всегда крайне внимательно следить за тем, чтобы все элементы, из которых слагается новое изучаемое движение, были тщательно подготовлены в своей первооснове. «Изучать новое движение, указанное в программе, без предварительных «заготовок» - значит нарушить правильный рост точности исполнительской техники». [14]

На таких упражнениях классического экзерсиса как полуповороты (demi-detournee) и полные повороты (detournee) в V позиции на полупальцах у станка и на середине зала развиваются элементарные навыки координации движений, которые так необходимы при дальнейшем освоении техники pirouette. Фиксация взгляда, сохранение выворотности ног при повороте – с этими понятиями учащиеся сталкиваются именно при изучении поворотов.

**La pirouette (пируэт)** – от французского слова pirouetter – вращаться вокруг своей оси один или несколько раз на опорной ноге, стоящей строго вертикально.

Прежде, чем приступить к овладению техникой pirouettes, учащимся необходимо поставить корпус, руки, ноги, голову. Абсолютно прямой, собранный корпус, чёткий отработанный поворот головы, сильно вытянутые ноги и высоко подтянутые бёдра, - первое условие хорошего вращения.

Pirouette необходимо выполнять в едином темпе. Чем точнее выполнен pirouette, тем устойчивее его окончание. Поэтому, выполняя pirouette, соразмеряя исходный толчок, количество, темп, характер предстоящего вращения, необходимо думать об устойчивом и эмоциональном окончании pirouette.

**Устойчивость (апломб) как один из важнейших элементов классического танца при освоении техники pirouettes.**

Устойчивость – (апломб) – от французского «aplomb» - равновесие, самоуверенность, устойчивость. Термин, означающий, что исполнитель полностью контролирует своё тело и правильно распределяет свой вес во время движения, т.е. умение исполнителя удерживать равновесие на одной ноге.

Основным условием для овладения устойчивостью является умение равномерно распределять центр тяжести корпуса на две ноги и умение вовремя его переносить на одну ногу. Тяжесть человека, стоящего на одной ноге, распределяется на две равные части в точке, которая поддерживает целое, и как только танцовщик начинает двигаться, линия, проходящая через центр тяжести, «необходимо должна совпасть с осью ноги.» [4]

«Сохранение устойчивости при выполнении любого движения, выполняется ли оно на целой стопе, с подъёмом на полупальцы или во время прыжка, является для учащегося серьёзной проблемой, решение которой требует самой серьёзной концентрации и внимания». [7]

Развитие устойчивости начинается с первого класса, когда вырабатывается постановка ног и корпуса в экзерсисе у палки и умение распределять центр тяжести корпуса равномерно на одну или две ноги. Много внимания уделяется стопе, она должна «чувствовать» пол, прижимаясь к нему всей поверхностью, без «завала» на внутренний свод стопы.

В первом классе экзерсис у палки и на середине зала исполняется на всей стопе.

Во втором классе в экзерсисе у палки вводится подъём на полупальцы.

В третьем классе экзерсис на середине зала вводится подъём на полупальцах, при этом первая половина движения используется на всей стопе, вторая – на полупальцах, позже полностью на полупальцах.

Четвёртый и пятый классы относятся уже к средним классам обучения.

По своему значению средние классы очень важны. Ученики осваивают здесь новые темпы adajuo и allegro, технику движений с поворотами. В программу вводятся большие прыжки, усложняются заноски, начинается изучение tourrs в больших позах. Мышцы набирают силу. Закладывается крепкая основа профессиональных навыков, которые необходимы для дальнейшего технического развития и совершенствования учащихся.

Вместе с тем, обращают внимание на развитие основы будущей танцевальности – элементы художественной окраски движений, уже намеченных в отдельных движениях предыдущих классов. При этом новые движения изучают сначала в чистом виде.

Музыкальное сопровождение урока по сравнению с младшими классами требует ещё большего разнообразия ритмического рисунка и общего ускорения темпов.

1. **Основные задачи пятого класса.**

Отличие урока в пятом классе заключается в том, что в экзерсисе у станка ускоряется темп движений, все движения, пройденные ранее, комбинируются, в них вводятся повороты и вращения.

Введение более сложных форм adajuo с переменой темпа внутри комбинации и усложнённой работой корпуса.

Первоначальное изучение pirouettes с различных приёмов на месте, с продвижением и по диагонали. Постановка вращений в больших позах. Развитие пластичности и гибкости в поворотах из одной позы в другую. В разделе allegro особое внимание уделяется технике «заносок», исполняется ряд прыжков en tournant. Начало развития элевации в больших прыжках.

В экзерсисе на пальцах шлифуется техника за счёт силы и выносливости. Усложняется координация движений, выразительность, танцевальность.

Большое внимание следует уделять различию между основными и связующими движениями, что воспитывает у учеников исполнительскую выразительность.

Все программные движения пятого класса следует изучать сначала отдельно и только тогда, когда движения освоены, их можно комбинировать с другими, более простыми, уже проученными движениями.

Одной из основных задач пятого класса является работа над музыкальностью и артистизмом. Переходя к более сложным сочетаниям движений, добиваются не только чистоты исполнения, но и выразительности поз и положений. Необходимо выделять основные и связующие движения, добиваясь различия в их исполнении.

Важное значение имеет музыкальное сопровождение урока, которое требует еще большего разнообразия ритмического рисунка и ускорения темпа.

**3. Освоение техники вращения пятого класса с различных приёмов (на месте и с продвижением по прямой, и по диагонали, и в больших позах).**

**Общие правила исполнения pirouette всех видов вращений:**

хорошо поставленный корпус с крепкой спиной;

* упругие руки, умело берущие форс для вращения, и неподвижные во время вращения;
* выворотная пятка опорной ноги в момент подъёма на полупальцы;
* вытянутые ноги должны составлять единое целое с корпусом и спиной;
* чёткие профильные повороты головы (самое главное – быстрее возвратить голову в положение en face).

Техника выполнения малых и больших пируэтов состоит из трёх основных моментов.

* Вращательный толчок.
* Форма вращения.
* Окончание вращения.

Pirouette необходимо выполнять в едином темпе. Чем точнее выполнен pirouette, тем устойчивее его окончание.

Педагог должен добиваться точной координации движений, т.к. именно она стимулирует любые повороты. Учащиеся должны сохранять равновесие (апломб) на опорной ноге, свободно владеть поворотами головы, что позволяет чётко фиксировать окончание каждого тура. Pirouettes должны всегда заканчиваться в строгой манере, устойчиво, эмоционально, без нарочитых жестов.

От усвоения туров в пятом классе зависит развитие техники туров в дальнейшем, особенно когда начнётся усложнённая техника на курсах.

Следует дополнить, что все повороты и вращения вносят в классический танец не только элемент виртуозности и образной пластики. Поэтому в учебной работе все эти движения следует осваивать не только как технический приём, но и как средство танцевальной выразительности.

**Освоение техники вращения у станка**

В экзерсис у станка вводятся более сложные сочетания движений, пройденных в предыдущих классах. Усложнённая работа рук и корпуса придаёт упражнениям у станка завершённую форму. В комбинации могут вводиться pirouettes c одним поворотом, различные виды fouette и другие сложные элементы, но при этом важно следить за тем, насколько правильно исполнена подготовка к движению, а также насколько верно оно завершается, имея для достаточно времени для завершения pirouettes.

**Половина tour en dehors и en dedans с ногой вытянутой вперед или назад**

**на 450 и 900**

 Данное движение является подготовкой к tours в большие позы. Нога открывается вперёд или назад на 450 при помощи battement fondu или на 900 при помощи battement developpe или releve lent. Затем исполняется demi-plie на опорной ноге, работающая нога сохраняет принятую высоту. Опорная нога исполняет releve на полупальцы, с посылом корпуса в полуповорот, если нога открыта вперёд, полуповорот исполняется от палки (en dehors). В случае, когда работающая нога открыта назад, полуповорот исполняется к палке (en dedans). При исполнении полуповорота важно следить за тем, чтобы работающая нога сохраняла не только принятую высоту, но и не нарушала правильности положения ноги вперёд или назад. Руки при повороте сохраняют 2-ую позицию, рука, лежащая на палке не отталкивается от неё, снимается сразу вместе с началом полуповорота.

***П р и м е р:*** ***tour на половину поворота в комбинации battement fondu****.* Музыкальный размер: 4/4. Исходное положение: 5-ая позиция, правая нога впереди, левая рука лежит на палке, правая рука в подготовительном положении, поворот головы – направо.

*Preparation:* на затакт исполнить releve на полупальцы, правая рука приоткрывается.

**1 такт**

*1 и 2 и* - Правой ногой battement fondu вперёд на 450, правая рука возвращается в подготовительное положение, проходя через 1-ую позицию, открывается во 2-ую позицию. Голова поворачивается направо.

*3 и 4 и* - Правой ногой battement fondu в сторону 450, правая рука из 2-ой позиции опускается в подготовительное положение и, проходя через 1-ую позицию, открывается во 2-ую позицию. Голова сопровождает кисть руки и вместе с её открыванием поворачивается направо.

**2 такт**

*1 и* - Правой ногой demi rond вперёд en dedans, на опорной ноге demi plie. Правая рука и голова сохраняют прежнее положение.

*2 и* - Tour en dehors на 1/2 поворота, правая нога сохраняет положение вперёд и высоту ноги 450, левая рука снимается с палки, принимая положение 2-ой позиции, в конце поворота правая рука опускается на палку. Голова во время tour поворачивается налево.

*3 и 4 -* Правой ногой исполнить battement fondu вперёд, левая рука port de bras, правая рука на палке, голова поворачивается налево.

*и*  Правая нога закрывается в 5-ую позицию. Левая рука опускается в подготовительное положение, голова налево.

**3 такт**

*1 и 2 и* - Левой ногой battement fondu назад на 450, с port de bras левой рукой, голова сопровождает кисть руки и вместе с её открыванием поворачивается налево.

*3 и 4 и* - Левой ногой battement fondu в сторону 450, с port de bras левой рукой, голова сопровождает кисть руки и вместе с её открыванием поворачивается налево.

**4 такт**

*1 и* - Правой ногой demi rond назад en dehors, на опорной ноге demi plie. Левая рука во 2-ой позиции, голова – налево.

*2 и* - Tour en dedans на 1/2 поворота, левая нога сохраняет положение назад и высоту 450, правая рука снимается с палки и, проходя через 1-ую позицию принимает положение 2-ой позиции, в конце поворота правая рука опускается на палку. Голова во время поворота поворачивается направо.

*3 и 4 и* - Левой ногой исполнить battement fondu назад на 450, с port de bras левая рука на 2-ой позиции, правая рука на палке, голова поворачивается направо.

 Затем вся комбинация исполняется с левой ноги.

**Pirouettes sur le cou-de-pied en dehors и en dedans, начиная с открытой ноги вперед или назад 450**

 Перед исполнением этих pirouettes работающая нога должна быть открыта на 450 вперёд или назад, поэтому данные pirouettes включаются в упражнения, в которых работающая нога заканчивает движение вперёд или назад на 450, а опорная нога на demi plie, рука открыта на 2-ую позицию. В отличие от полуповорота с ногой открытой на 450 вперёд или назад, pirouettes исполняются с полным поворотом, причем, если нога открыта вперёд, данные pirouettes можно исполнить как en dehors, так и en dedans, также как и с открытой ногой назад.

***Pirouettes en dehors, начиная ногой открытой вперёд на 450*** Музыкальный размер: 4/4. Исходное положение: 5-ая позиция, правая нога впереди, левая рука лежит на палке, правая рука в подготовительном положении, поворот головы направо.

*Preparation:* на затакт исполнить releve на полупальцы, правая рука приоткрывается.

**1 такт**

*1 и 2 и* - Правой ногой исполнить double battement fondu вперёд на 450, с окончанием в demi plie. В заключение правая рука открывается во 2-ую позицию, голова поворачивается en face.

*3 и* - Pirouettes en dehors (от палки). Вместе с поворотом корпуса опорная нога исполняет releve на полупальцы, работающая нога сгибается на середину икры впереди. Руки собираются в 1-ую позицию. Взгляд фиксирует точку перед собой, голова остаётся, поворачиваясь к левому плечу, и тут же возвращается в en face, опережая поворот корпуса.

*4 и* - Положение фиксируется.

 При исполнении этого pirouette верхняя часть рабочей ноги активно открывается в сторону, в то время как вытянутая стопа примыкает к середине икры опорной ноги, помогая этим повороту тела, бёдра подтянуты, плечи ровные. Как и в других видах поворота от палки важно следить, что бы рука снималась с палки одновременно с началом поворота и не отталкивалась от неё (от палки).

***Pirouettes en dedans, начиная ногой открытой вперёд на 450*** Исходное положение: 5-ая позиция, правая нога впереди, левая рука лежит на палке, правая рука в подготовительном положении, поворот головы направо.

*Preparation:* на затакт исполнить releve на полупальцы, правая рука приоткрывается.

**1 такт**

*1 и 2 и* - Правой ногой исполнить double battement fondu вперёд на 450, с окончанием в demi plie. В заключение правая рука открывается на 2-ую позицию, голова поворачивается en face.

*3 и* - Pirouettes en dedans (к палке). Вместе с поворотом корпуса опорная нога исполняет releve на полупальцы, работающая нога сгибается на середину икры впереди. Руки собираются в 1-ую позицию. Взгляд фиксирует точку перед собой, голова остаётся, поворачиваясь к правому плечу, и тут же возвращается в en face, опережая поворот корпуса.

*4 и* - Положение фиксируется.

 Исполняя pirouettes en dedans, важно следить, чтобы работающая нога сгибалась к опорной ноге точно по прямой и примыкала вытянутыми пальцами к середине икры опорная нога впереди. Опорная пятка активно подаётся вперёд.

***Pirouettes en dehors начиная ногой открытой назад на 450****.* Музыкальный размер: 4/4. Исходное положение: 5-ая позиция, правая нога сзади, левая рука лежит на палке, правая рука в подготовительном положении, поворот головы направо.

*Preparation:* на затакт исполнить releve на полупальцы, правая рука приоткрывается.

*1 и 2 и* - Правой ногой исполнить battement fondu назад на 450. В заключение правая рука открывается на 2-ую позицию, голова поворачивается направо.

*3 и* - Demi plie на опорной ноге, рабочая нога сохраняет высоту 450, правой рукой во 2-ой позиции, голова поворачивается en face.

*4 и* Pirouette en dehors (от палки). Вместе с поворотом корпуса опорная нога исполняет releve на полупальцы, работающая нога сгибается на середину икры впереди. Одновременно левая рука снимается с палки, и обе руки собираются в 1-ую позицию. Взгляд фиксирует точку перед собой, голова остаётся, поворачиваясь к левому плечу и тут же возвращается в en face, опережая поворот корпуса. В заключение поворота левая рука опускается на палку, правая рука открывается во 2-ую позицию.

 Трудность этого pirouette состоит в том, что при исполнении battement fondu назад корпус неизбежно подаётся вперёд, поэтому в момент подведения работающей ноги на середину икры корпус должен принять вертикальное положение, что необходимо при исполнении любого pirouette. Работающая нога сгибается точно по прямой, примыкая к середине икры опорной ноги спереди. Бедро работающей ноги предельно выворотное, помогая этим повороту корпуса. Рука с палки снимается сразу с началом поворота, не задерживаясь и не отталкиваясь от неё. Плечи должны сохранять ровность во время исполнения всего pirouette.

***Pirouettes en dedans начиная ногой открытой назад на 450.*** Музыкальный размер: 4/4. Исходное положение: 5-ая позиции, правая нога сзади, левая рука лежит на палке, правая рука в подготовительном положении, поворот головы направо.

*Preparation:* на затакт исполнить releve на полупальцы, правая рука приоткрывается.

*1 и 2 и -* Правой ноги исполнить battement fondu назад на 450. В заключение правая рука открывается во I2-ую позицию, голова поворачивается направо.

*3 и* - Demi plie на опорной ноге, работающая нога сохраняет высоту 450, правая рука во 2-оц позиции, голова поворачивается en face.

*4 и* - Pirouette en dedans (к палке). Вместе с поворотом корпуса опорная нога исполняет releve на полупальцы, опорная пятка активно подаётся вперёд. Работающая нога сгибается на середину икры сзади, примыкая к опорной ноге сильно вытянутыми пальцами. Одновременно левая рука снимается с палки и, обе руки собираются в 1-ую позицию. Взгляд фиксирует точку перед собой, голова остаётся, поворачиваясь к левому плечу, и тут же возвращается в en face, опережая поворот корпуса. В заключение поворота левая рука опускается на палку, правая рука во 2-ую позицию.

 Особенностью этого поворота является то, что работающая нога, сгибаясь на passe из открытого положения назад, сдерживает свою верхнюю часть, сохраняя колено работающей ноги предельно выворотным, и примыкает вытянутыми пальцами к середине икры опорная нога сзади. Корпус принимает вертикальное положение, бёдра подтянуты. Опорная пятка сильно подаётся вперёд, помогая этим исполнению поворота. Одновременно с толчком опорной пятки руки собираются в 1-ую позицию, сохраняя при этом ровность плеч.

**Pirouettes en dehors en dedans c temps releve (2 оборота)**

 Pirouettes с temps releve с двумя оборотами исполняются по тем же правилам, что и данный вид pirouettes с одним оборотом, (4 класс, упражнения у станка). По мере усвоения pirouettes с temps releve с одним оборотом и приобретения координационных навыков исполнения можно приступать к исполнению этого вида pirouettes с двумя оборотами.

**Tour tire – bouchon en dehors et en dedans, из положения ноги открытой**

**на 900**

 Перед исполнением этого *tour* работающая нога должна быть открыта в сторону на 900. Обе ноги при этом должны быть предельно выворотные, что способствует собранности мышц ног и помогает опорная нога быстро подняться на высокие полупальцы, а работающей ноге быстро согнуться на высокое passe. Вместе с поворотом корпуса от палки (en dehors) опорная нога, активно вытягиваясь, поднимается на высокие полупальцы, одновременно работающая нога сгибается в положение «у колена». Руки соединяются в 1-ой или в 3-ей позиции. Взгляд фиксирует точку перед собой, голова поворачивается налево и тут же возвращается в положение en face. В заключение работающая нога опускается в 5-ую позицию назад. Левая рука опускается на палку, правая рука открывается в заниженную 2-ую позицию. При исполнении tour к палке (en dehors) работающая нога сгибается так же на высокое passe «у колена». После окончания поворота опускается в 5-ую позицию вперёд. Одна рука опускается на палку, вторая открывается во 2-ую позицию. Особенность данного tour в том, что во время вращения свободная нога занимает место не обычного sur le cou-de-pied, а положение «у колена». Данный tour может исполняться en dehors et en dedans, положение свободной ноги под коленом опорная нога, работающая нога примыкает к ней предельно вытянутыми кончиками пальцев. Начиная tour из положения ноги в стороне на 900, сгибать ногу и подводить её к колену следует достаточно энергично и чётко. Удерживать ногу в положении «у колена» надо упруго и стабильно с крепко подтянутым бедром и хорошо вытянутой стопой так, чтобы носок работающей ноги находился на уровне колена опорной ноги, которая должна фиксировать высокие и сильные полупальцы. Заканчивая tour в 5-ую позицию, работающая нога опускается сдержанно, точно по голени опорной ноги, сохраняя выворотность и все правила завершающего demi plie.

***П р и м е р:* *использования tour tire-bouchon в adagio.*** Музыкальный размер: 4/4. Исходное положение 5-ая позиция, правая нога впереди, левая рука лежит на палке, правая рука в подготовительном положении, поворот головы направо.

*Preparation:* на затакт исполнить releve на полупальцы, правая рука приоткрывается.

**1 такт**

*1 и 2 и* - Правая нога battement developpe вперёд, правая рука поднимается в 1-ую позицию, голова наклоняется налево, взгляд на кисть правой руки

*3 и 4 и -* Grand rond de jambe en dh, правая рука открывается во 2-ую позицию, голова поворачивается направо.

**2 такт**

*1 и 2 и -* Правая нога, проходя через passe на 900, открывается вперёд на demi plie, правая рука опускается в подготовительное положение и вместе с ногой поднимается в 1-ую позицию. Взгляд на кисть правой руки.

*3 и* - Demi rond на 900 до положения a la seconde, одновременно releve на полупальцы на опорной ноге, правая рука открывается во 2-ую позицию, голова поворачивается направо.

*4 и* - Demi plie на опорной ноге, рабочая нога сохраняет высоту 900, правая рука остаётся во 2-ой позиции, голова поворачивается en face.

**3 такт**

*1 и -* Tour tire-bouchon en dehors, руки поднимаются в 3-ю позицию, голова работает по правилам исполнения tour.

*2 и* - Положение сохраняется.

*3 и 4 и -* Правой ногой исполнить grand temps releve на 900. Голова и рука работают в соответствии с правилами исполнения данного движения.

**4 такт**

*1 и 2 и -* Правой ногой rond de jambe en l`air на 900 c окончанием в позу ecartee назад, вместе с rond de jambe en l`air рука и голова принимают положение, соответствующее позе ecartee назад.

*3 и* - Поза ecartee назад фиксируется.

*4 и* - Правая рука, проходя через 2-ую позицию вместе с закрыванием ноги в 5-ую позицию, опускается в подготовительное положение Голова, завершив port de bras с рукой, поворачивается направо.

**5 - 8 такты** Комбинация исполняется обратно.

**Tour fouette на 450 en dehors и en dedans (1-2 в комбинациях)**

После того как проучены pirouettes, начиная со стороны на 450, можно приступать к изучению tours fouette. Первоначально fouette на 450 проучиваются отдельно, затем включаются в комбинации с другими движениями. Количеством fouette в 5 классе злоупотреблять не следует, в комбинацию включается 1-2 tours fouette.

***Fouettes en tournant en dehors*** Музыкальный размер: 2/4. Исходное положение: 5-ая позиция, правая нога впереди, левая рука лежит на палке, правая рука в подготовительном положении, поворот головы направо.

*Preparation:* исполняется на один вступительный такт.

*1 и-* Demi plie в 5-ой позиции, правая рука приоткрывается.

*2 и -* Releve на полупальцы на левой ноге, правая нога активно поднимается на высокое sur le cou-de-pied спереди, правая рука поднимается в 1-ую позицию, голова поворачивается en face.

**1 такт**

*1* - Правая нога открывается в сторону на 450, одновременно demi plie на левой ноге. Правая рука открывается на 2-ую позицию, голова в положении en face.

*и 2 -* Releve на полупальцы на левой ноге одновременно с поворотом корпуса en dehors (от станка), в то же время работающая нога сгибается точно по прямой и принимает положение повышенного sur le cou-de-pied назад, а в завершении поворота переводится на sur le cou-de-pied вперёд. Выворотность верхней части ноги сохраняется на протяжении всего поворота. Вместе с поворотом тела руки собираются в 1-ую позицию и, с окончанием поворота левая рука опускается на палку, правая рука сохраняет 1-ую позицию. Взгляд фиксирует точку перед собой, голова вначале поворота поворачивается налево и, слегка обгоняя поворот, снова возвращается в положение en face.

На «*раз*» следующего такта tour fouette en dehors повторяется ещё раз.

***Fouettes en tournant en dedans.***

*Preparation:* исполняется на один вступительный такт.

*1 и -* Demi plie в 5-ой позиции, правая рука приоткрывается.

*2 и -* Releve на полупальцы на левой ноге, правая нога активно поднимается на высокое sur le cou-de-pied сзади, правая рука поднимается в 1-ую позицию, голова поворачивается en face.

**1 такт**

*1* - Правая нога открывается в сторону на 450, одновременно исполняется demi plie на левой ноге. Правая рука открывается во 2-ую позицию, голова в положении en face.

*и 2 -* Releve на полупальцы на левой ноге одновременно с поворотом корпуса en dedans (к палке). В то же время работающая нога сгибается точно по прямой и принимает положение повышенного sur le cou-de-pied спереди, а в завершении поворота переводится в повышенное положение sur le cou-de-pied сзади. Верхняя часть ноги сохраняет выворотность на протяжении всего поворота, опорная пятка активно подаётся вперёд. Вместе с поворотом тела руки собираются в 1-ую позицию, и с окончанием поворота левая рука опускается на палку, правая рука сохраняет 1-ую позицию. Взгляд фиксирует точку перед собой, голова вначале поворота поворачивается к правому плечу и, слегка обгоняя поворот, снова возвращается в положение en face.

На «*1»* следующего такта tour fouette en dedans повторяется ещё раз.

 При исполнении tours fouette необходимо следить за правильностью положения плеч и бёдер. Работающая нога открывается на высоту 450 и не снижает уровень высоты на протяжении всего поворота. Открываться она должна точно в сторону, а сгибаться точно по прямой линии. Во время tours fouette работающая нога слегка приоткрывается, меняя положение sur le cou-de-pied; сзади вперёд - en dehors и спереди назад - en dedans, исполняя подобие петли. Рука с палки снимается одновременно с началом поворота, не задерживаясь, особенно при исполнении en dehors. В целом успех правильного поворота зависит от точной координации ног с руками, головы и корпуса.

**Flic-flac en tournant с окончанием на 900**

Все правила исполнения flic - flac en tournant с открыванием ноги на 450 сохраняются и при исполнении этого движения с остановкой на 900. Разницей является то, что нога после поворота открывается на 900 приёмом developpe.

***Flic-flac en tournant en dehors.*** Правая нога из положения в сторону 450 вместе с поворотом корпуса от палки, делает flic, скользнув вытянутыми пальцами сзади опорная нога, продолжая поворот, правая нога, активно скользнув носком около опорной ноги спереди (flac), не задерживаясь, проходит через условное sur le cou-de-pied и, поднимаясь до уровня колена опорная нога спереди, открывается в сторону на 900, сохраняя при этом выворотность обеих ног. Одновременно с исполнением flac опорная нога поднимается на полупальцы. В завершение поворота правая рука открывается на 2-ую позицию, левая рука опускается на палку. Голова работает в соответствии с правилами исполнения полного поворота. По тому же принципу исполняется ***flic-flac en dedans*** с остановкой на 900, единственным различием является то, что работающая нога после исполнения flac, проходя через sur le cou-de-pied сзади, поднимается до уровня колена работающей ноги и открывается на 900.

***П р и м е р:*** ***комбинации ronds de jambe en l`air в сочетании с flic-flac.*** Музыкальный размер: 4/4. Исходное положение: 5-ая позиция, правая нога впереди, левая рука лежит на палке, правая рука в подготовительном положении, поворот головы направо.

*Preparation:* temps releve en dehors на 450, исполняется на один вступительный такт.

**1 такт**

*и 1 и 2* - 2 ronds de jambe en l`air, на 1/4 каждое.

*и* - пауза.

**2 такт**

*1 и 2* 3 ronds de jambe en l`air на 1/8 каждое.

*и*  - пауза.

**3 такт**

*1 и 2* - Flic-flac en tournant en dehors, пр.н. открывается на 900, руки из 1-ой позиции: левая рука опускается на палку, правая рука открывается на 2-ую позицию, голова - en face.

**4 такт** Положение сохраняется: работающая нога в положении a la second, правая рука во 2-ую позицию, голова en face.

**5 такт**

*и 1* - Rond de jambe en l`air en dh на 900.

*и 2* - Rond de jambe en l`air en dhors на 900.

*и*  - пауза

**6 такт**

*1* - Demi plie на левую ногу, правая нога сохраняет высоту 900, правая рука во 2-ой позиции, голова en face.

*и 2 и* - Tour tire bouchon en dehors, руки собираются в 1-ую позицию

**7 такт**

*1 и* - Demi plie в 5-ую позицию назад, правая рука открывается во 2-ую позицию заниженную, голова направо.

*2 и* - Releve на полупальцы в 5-ую позицию, правая рука опускается в подготовительное положение, голова направо.

**8 такт** - Temps releve en dedans на 450 , (как preparation к rond de jambe en l`air en dd). Вся комбинация повторяется в обратном направлении.

**Освоение техники вращения на середине зала**

**Flic-flac en tournant en dehors и en dedans с окончанием на 450**

Для исполнения flic-flac необходимо подготовительное упражнение; работающая нога открыта на 450 в любом направлении в зависимости от задания. Подъём опорной ноги на полупальцы должен точно совпадать с окончанием движения и с открыванием работающей ноги. Flic-flac en tournant с полным поворотом исполняется связно, в один темп, на протяжении 1/4 такта. Движение начинается на затакт. Все правила исполнения у станка сохраняются. При повороте корпуса руки берут форс, проходя через подготовительное положение, и через 1-ую позицию открываются на 2-ую позицию или в заданную позу. Flic-flac включается в комбинации с battements tendu jete, battement frappe, battement double frappe, и другие.

 **Pirouettes en dehors et en dedans , начиная с V, II, IV позиций с окончанием в позы носком в пол.**

В 5 классе изучают два pirouettes сначала из 4-ой позиции, затем со 2-ой и 5-ой позиций. Правила исполнения самого pirouette не меняются. Спокойный подтянутый корпус натянутая опорная нога на высоких полупальцах, активно поднятая работающая нога на повышенное sur le coup-de-pied, руки в 1-ой позиции такова стабильная поза при вращении. Pirouettes en dehors и en dedans могут, заканчиваться в позы effacee, croisee, ecartee вперёд и назад носком в пол на demi plie.

**Pirouette sur le cou-de-pied en dehors и en dedans с grand plie по 1-ой и 5-ой позициям.**

***П р и м е р : Pirouettes sur le c-d-p en dh.*** Музыкальный размер: 4/4. Исходное положение: 5-ая позиция, epaulement croise, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, поворот головы направо.

*Preparation:*

*1 и -* Руки слегка приоткрываются и через подготовительное положение. поднимаются в 1-ую позицию, взгляд на кисть правой руки.

*2* Правая нога открывается в сторону на носок с одновременным поворотом корпуса en face. Руки открываются на 2-ую позицию, поворот головы направо.

*и -* Правая нога закрывается в 1-ую позицию.

**1 такт**

*1 и 2 и* - Grand plie по 1-ой позиции, левая рука сохраняет 2-ую позицию, правая рука закрывается в 1-ую позицию.

*3 и* - Вместе с поворотом корпуса направо, левая нога, вытягиваясь, активно поднимается на высокие полупальцы, не касаясь пятками пола. Правая нога одновременно поднимается на завышенное sur le cou-de-pied спереди. Руки соединяются в 1-ю позицию, голова поворачивается налево и, не задерживаясь, возвращается в исходное положение.

*4 и* - Положение на полупальцах сохраняется.

**2 такт**

*1 и 2 и* - Правая нога опускается назад в 5-ую позицию на demi plie в epaulement croise, руки слегка раскрываются в сторону, голова налево.

*3 и 4 и* - Ноги вытягиваются, руки опускаются в подготовительное положение, голова поворачивается налево.

***П р и м е р : Pirrouettes sur le cou-de-peid en dedans.***Исходно положение: 5-ая позиция, epaulement croise, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, поворот головы направо.

*Preparation:*

*1 и -* Руки слегка приоткрываются и через подготовительно положение поднимаются в 1-ую позицию, взгляд на кисть правой руки.

*2 -* Левая нога открывается в сторону на носок с одновременным поворотом корпуса en face. Руки открываются на 2-ую позицию, поворот головы направо.

*и* - Левая нога закрывается в 1-ую позицию.

**1 такт**

*1 и 2 и* - Grand plie по 1-ой позиции, левая рука сохраняет 2-ую позицию, правая рука закрывается в 1-ую позицию.

*3 и -* Вместе с поворотом корпуса направо, правая нога, вытягиваясь, активно поднимается, на высокие полупальцы, не касаясь пятками пола. Левая нога одновременно поднимается на завышенное sur le cou-de-pied спереди. Руки соединяются в 1-ую позицию, голова поворачивается налево и, не задерживаясь, возвращается в исходное положение.

*4 и* - Положение на полупальцы сохраняется.

**2 такт**

*1 и 2 и* - левая нога опускается вперёд в 5-ую позицию на demi plie в epaulement croise, руки слегка раскрываются в сторону, голова налево.

*3 и 4 и* - Ноги вытягиваются, руки опускаются в подготовительное положение, голова поворачивается налево.

**Pirouettes en dehors en dedans с pas echappe со 2-ой и 4-ой позиций**

**(1-2 поворота)**

***Pirouettes начиная с pas echappe en dehors.*** Музыкальный размер: 2/4. Исходное положение: пятая позиция, epaulement croise, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, поворот головы направо.

*Preparation:*

*1 и* - Руки слегка приоткрываются.

*2 -* demi plie в 5-ой позиции, руки закрываются в подготовительное положение.

*и -* Оттолкнувшись двумя ногами от пола исполнить прыжок с открыванием ног на 2-ую позицию. Руки поднимаются в 1-ую позицию.

**1 такт**

*1 и* - Прыжок заканчивается на 2-ую позицию на demi plie. Правая рука сохраняет 1-ую позицию, левая рука раскрывается на 2-ую позицию, голова и корпус в положении en face.

*2 и-* Исполнить pirouette en dh со 2-ой позиции на левой ноге.

*3 и -* Закончить pirouette на demi plie в 5-ую позицию, правая нога сзади. Руки раскрываются в заниженную 2-ую позицию, поворот головы налево.

*4 и -* Ноги вытягиваются, руки закрываются в подготовительное положение.

***Pirouettes начиная с pas echappe en dedans.*** Исходное положение: 5-ая позиция, epaulement croise, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, поворот головы направо.

*Preparation:*

*1 и -* Руки слегка приоткрываются.

*2* - Demi plie в 5-ой позиции, руки закрываются в подготовительное положение.

*и -* Оттолкнувшись двумя ногами от пола исполнить прыжок с открыванием ног на 2-ую позицию. Руки поднимаются в 1-ую позицию.

**1 такт**

*1 и* - Прыжок заканчивается на 2-ую позицию на demi plie. Правая рука сохраняет 1-ую позицию, левая рука раскрывается на 2-ую позицию, голова и корпус в положении en face.

*2 и -* Исполнить pirouette en dedans со 2-ой позиции на правой ноге.

*3 и* - Закончить pirouette на demi plie в 5-ую позицию, левая нога впереди. Руки раскрываются в заниженную 2-ую позицию, поворот головы налево.

*4 и -* Ноги вытягиваются, руки закрываются в подготовительное положение.

По мере усвоения pirouette, начиная с pas echappe на 4/4 такта, его исполняют на 2/4 такта: «*и 1»*  исполняетсяpas echappe, «*и»* pirouette, «*2»* demi plie в 5-ой позиции. При исполнении прыжка перед pirouette, все правила исполнения pas echappe сохраняются. Целью этого движения является слитное исполнение pirouette после прыжка на 2-ую или 5-ую позицию. Координированная работа рук, головы, корпуса и ног основное условие правильного исполнения этого движения.

**Tours tire - bouchon en dehors et en dedahs с 4-ой и 5-ой позиций.**

***П р и м е р :*** Музыкальный размер: 4/4. Исходное положение: 5-ая позиция, epaulement croise, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, поворот головы направо.

*Preparation:*исполняется на 2/4 такта**.**

*1 и* - руки приоткрываются в сторону.

*2 и* - demi plie в в5-ой позиции, одновременно руки поднимаются в 1-ую позицию, левая рука открывается на 2-ую позицию. Голова прямо, взгляд в т. 8 класса.

**1 такт**

*1 и* - Исполнить tour tire-bouchon en dehors на левой ноге в правую сторону, правая нога поднимается носком до уровня колена опорной ноги. Руки собираются в 1-ую позицию. Голова работает по правилам исполнения pirouette.

*2 и* По окончании tour tire-bouchon сделать demi plie в 5-ую позицию, epaulement croise, в направлении т. 2 класса.

 Правая нога закрывается назад, руки раскрываются в заниженную 2-ую позицию. Голова налево.

*3 и -* Ноги вытягиваются, руки закрываются в подготовительное положение.

*4 и* - Используется как затакт к исполнению tours tire-bouchon в левую сторону.

**Pirouettes с tombe на 450 en dehors и en dedans.**

Этот Pirouettes исполняется при помощи падения в demi plie на ногу открытую вперёд, в сторону или назад. В момент падения освободившаяся нога сразу принимает положение повышенного sur le cou-de-pied, одновременно с вращательным толчком на опорной ноге. В заключение обе ноги опускаются в demi plie в 5-ую позицию, руки из 1-ой позиции раскрываются в заниженную 2-ую позицию. Существует приём, когда в момент tombe, освободившаяся нога, проходя через положение в сторону на 450, сгибается на sur le cou-de-pied, впереди или сзади, в зависимости от вида pirouettes’. Руки, вместе с tombe раскрываются на 2-ую позицию, кисти рук повёрнуты ладонями вниз и собираются в 1-ую позицию одновременно с releve на полупальцы, помогая этим повороту корпуса. Pirouettes с tombe en dedans исполняется ногой открытой вперёд и в сторону. Pirouettes en dehors – ногой открытой назад и в сторону.

**Tour в большие позы, со II позиции a la second en dehors и en dedans.**

 Перед изучением туров в больших позах учащиеся должны усвоить tour lent в больших позах с ногой до 900 градусов и preparation к tours в больших позах так как tour lent вырабатывает умение сохранять заданную позу на протяжении всего поворота. Это является обязательным правилом при исполнении туров.

Правильное положение рук и работа головы также имеют важное значение при исполнении больших туров. Опорная нога, вытянута и не снижает уровня высоких полупальцев. Главное требование – четкая фиксация позы при исполнении самого вращения одинаково для больших туров и малых pirouettes.

***П р и м е р: Tours a la seconde en dedans.*** Музыкальный размер: 4/4. Исходно положение: 5-ая позиция, epaulement croise, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, поворот головы направо.

*Preparation:*

*1 и -* Руки слегка приоткрываются.

*2 и -* demi plie в 5-ую позицию, руки возвращаются в подготовительное положение.

**1 такт**

*1 и* - С поворотом корпуса en face, releve в 5-ую позицию на полупальцы, руки поднимаются в 1-ую позицию, голова прямо.

*2 и* - Правая нога приёмом battement открывается в сторону на 900, одновременно руки раскрываются во 2-ую позицию.

*3 и* - Положение позы на полупальцы сохраняется.

*4 и* - Упругое demi plie на 2-ую позицию, одновременно правая рука закрывается в 1-ую позицию, левая рука и голова сохраняют принятое положение.

**2 такт**

*1 и* - Вместе с поворотом корпуса в правую сторону (en dehors), правая нога активно поднимается в сторону на 900, в то время как левая нога поднимается на высокие полупальцы. Помогая повороту, правая рука активно открывается во 2-ую позицию, левая рука, сохраняя округлость, слегка направляется вперёд, помогая повороту тела. Голова вначале поворачивается к левому плечу, взгляд фиксирует т. 1 класса. В завершении поворота голова возвращается в исходное положение en face.

*2 и 3 и -* Положение a la seconde фиксируется, руки сохраняют 2-ую позицию.

*4 и* - Правая нога опускается в 5-ую позицию назад, epaulement croise, руки закрываются в подготовительное положение. Голова поворачивается налево.

***П р и м е р: Tours a la seconde en dedans****.* Исходное положение: 5-ая позиция, epaulement croise, правая нога сзади, руки в подготовительном положении, поворот головы налево.

*Preparation:*

*1 и -* Руки слегка приоткрываются.

*2 и -* demi plie в 5-ой позиции, руки возвращаются в подготовительное положение.

**1 такт**

*1 и* - С поворотом корпуса en face, releve на полупальцы в 5-ую позицию, руки поднимаются в 1-ую позицию, голова прямо.

*2 и* - Правая нога приёмом battement открывается в сторону на 900, одновременно руки раскрываются во 2-ую позицию.

*3 и* Положение позы на полупальцы сохраняется.

*4 и* - Упругое demi plie на 2-ую позицию, одновременно левая рука закрывается в 1-ую позицию, правая рука и голова сохраняют принятое положение.

**2 такт**

*1 и* - Вместе с поворотом корпуса в левую сторону (en dedans), правая нога активно поднимается в сторону на 900, в то время как левая нога поднимается на высокие полупальцы и вместе с поворотом активно посылает пятку вперёд.

 Помогая повороту, левая рука активно открывается во 2-ую позицию, правая рука, сохраняя округлость, слегка направляется вперёд, помогая повороту тела. Голова вначале поворачивается к правому плечу, взгляд фиксирует т. 1 класса. В завершениe поворота голова возвращается в исходное положение en face.

*2 и 3 и* - Положение a la seconde фиксируется, руки сохраняют 2-ую позицию.

*4 и* - Правая нога опускается в 5-ую позицию вперёд, epaulement croise, руки закрываются в подготовительно положение. Голова поворачивается налево.

***П р и м е р :Tours en dehors с IV п. в attitude croisee.*** Музыкальный размер: 4/4. Исходное положение: 5-ая позиция, epaulement croise, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, поворот головы направо.

*Preparation :*

*1 и* **-** руки приоткрываются.

*2 и -* demi plie в 5-ой позиции, руки возвращаются в подготовительное положение.

**1 такт *Исполнить Preparation к tours en dehors:***

*1 и 2 и* - С поворотом корпуса в т. 2 класса, сделать releve на полупальцы левая нога, одновременно правая нога поднимается до колена опорной ноги, руки через 1-ую позицию поднимаются в 3-ю позицию, голова и взгляд в т. 2 класса.

*3 и 4* - Опуститься на demi plie на левую ногу, правая нога, вытягиваясь назад, ставится на всю стопу. Центр тяжести корпуса на левой ноге. Руки из 3-ей позиции опускаются в положение 3-его arabesque. Голова и взгляд в направлении правой руки, направлены в т. 2 класса.

*и* - Сделать demi plie на двух ногах, центр тяжести корпуса сохраняется на левой ноге.

**2 такт**

*1 и 2 и* - Исполнить tours en dehors в attitude croisee, оттолкнувшись пятками от пола, вскочить на левую ногу на полупальцы пяткой вперёд. Правая нога поднимается attitude croisee. Одновременно правая рука поднимается в 3-ю позицию, левая рука остаётся во 2-ой позиции, кисть руки и локоть закруглены. Голова поворачивается к левому плечу.

*3* - Положение attitude croisee фиксируется.

*и* - Оставаясь на полупальцах, правая нога вытягивается, правая рука открывается на 2-ую позицию.

*4 и* - Demi plie в 5-ой позиции, руки закрываются в подготовительное положение.

***П р и м е р: Tours en dedans******в I arabesque.*** Исходное положение: 5-ая позиция, epaulement croise, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, поворот головы направо.

*Preparation :*

*1 и* **-** руки приоткрываются.

*2 и* - demi plie в 5-ой позиции, руки возвращаются в подготовительное положение.

**1 такт**  ***Исполнить Preparation к tours en dedans:***

*1 и 2 и* - С поворотом корпуса в т. 2 класса, сделать releve на полупальцы левой ноги, одновременно правая нога поднимается до колена опорной ноги, руки поднимаются 1-ую позицию, голова и взгляд в т. 2 класса.

*3 и 4 и* - Опуститься на demi plie на левую ногу, правая нога, вытягиваясь назад, ставится на всю стопу, в широкую 4-ую позицию.

 Центр тяжести корпуса на левой ноге. Правая рука раскрывается во 2-ую позицию, левая рука остаётся в 1-ой позиции. Голова и взгляд направлены в т. 1 класса. Центр тяжести корпуса сохраняется на левой ноге.

**2 такт**

*1 и 2 и* - Усилив demi plie на левой ноге, оттолкнувшись пятками от пола и вскочив на полупальцы левой ноги. Сделать tours en dedans в позе I arabesque, с поворотом корпуса в т. 7 класса. Одновременно правая нога поднимается назад на 900. Левая рука вытягивается вперёд, правая в сторону. Голова поворачивается в т. 7 класса.

*3 и* - Положение I arabesque фиксируется.

*4 и* Demi plie в 5-ой позиции, руки закрываются в подготовительное положение.

***4-6, не ставя ногу в V позицию.*** Эти tours являются подготовкой к исполнению tours fouette. Обычно их начинают из demi plie в 5-ой позиции, и исполняют несколько tours по одному обороту подряд, оставляя работающую ногу в положении sur le cou-de-pied впереди. Руки, в момент demi plie на опорной ноге, открываются во 2-ую позицию, кисти рук повёрнуты ладонями вниз. В момент исполнения tours, руки вместе с releve на полупальцы на опорной ноге собираются в 1-ую позицию. Голова работает по принципу исполнения Pirouettes.

**Pirouettes en dehors с degagee с продвижением по диагонали (4-8).**

Движение исполняется с продвижением по диагонали из т. 6 в т. 2 класса.

***П р и м е р :***Музыкальный размер: 2/4. Исходное положение: 5-ая позиция, epaulement croise, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, поворот головы направо.

*Preparation:*

*1 и* - Руки слегка приоткрываются.

*2 и -* С поворотом корпуса в т. 2 класса сделать demi plie на правой ноге, левую ногу мягко открыть не высоко в сторону.

 Руки через 1-ую позицию открыть на 2-ую позицию, кисти рук повёрнуты ладонями вниз.

**1 такт**

*1 и* - Поставив левую ногу на полупальцы впереди правой ноги, сделать Pirouettes en dehors на левой ноге, одновременно руки соединяются в невысокой 1-ой позиции. Закончить вращение лицом в т. 2 класса, оставаясь на полупальцах.

*2 и* - Правая нога с маленьким шагом вперёд опускается на demi plie, левая нога мягко открывается невысоко в сторону, одновременно руки раскрываются во 2-ую позицию, ладони повёрнуты вниз.

Далее Pirouettes повторяется нужное количество раз, с левой ноги вращение исполняется из т. 4 в т.8.

**Pirouettes en dedans с coupe - шага с продвижением по диагонали (12-16).**

***П р и м е р:*** Музыкальный размер: 2/4. Исходное положение: 5-ая позиция, epaulement croise, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, поворот головы направо.

*Preparation:*

*1 и -* Руки слегка приоткрываются.

*2 и -* С поворотом корпуса в т. 2 класса исполнить demi plie на левой ноге, правая нога, проходящим движением через условное sur le cou-de-pied, открывается вперёд на 250 в направлении т. 2 класса. Руки через 1-ую позицию раскрываются: правая рука вперёд, левая рука в сторону, кисти рук повёрнуты ладонями вниз.

**1 такт**

*1 и* - Правая нога, удлиняя шаг, встаёт на полупальцы в т. 2 класса, левая нога поднимается на завышенное sur le cou-de-pied сзади, одновременно руки собираются в 1-ую позицию. Вместе с шагом на правую ногу исполняется поворот en dedans в правую сторону.

*2 и* - Левая нога подменяет правую ногу, опускаясь на demi plie, правая нога открывается вперёд в т. 2 класса на 250. Одновременно руки раскрываются в положение 3-его arabesque. Взгляд в направление т. 2 класса.

**Tour fouettes на 450 (8 поворотов).**

***П р и м е р :***Музыкальный размер: 2/4. каждый поворот исполняется на 1/4 такта. Исходное положение: 4-ая позиция en face левая нога впереди, правая рука открыта вперёд, левая рука в сторону. Кисти рук повёрнуты ладонями вниз.

*Preparation:*

*1 и* - Пауза

*2* - demi plie в 4-ой позиции.

*и* - Pirouettes en dehors начиная с 4-ой позиции.

**1 такт**

*1* - demi plie на левой ноге, одновременно правая нога открывается в сторону на 450, руки раскрываются во 2-ую позицию.

*и* - Pirouettes fouette en dehors, начиная ногой открытой на 450. Руки собираются в 1-ую позицию.

*2* - demi plie на левой ноге, одновременно правая нога открывается в сторону на 450, руки раскрываются во 2-ую позицию.

*и -* Pirouette fouette en dh.

Движение повторяется требуемое количество раз. Во время исполнения fouette работающая нога захлёстывающим движением сгибается к опорной ноге точно по прямой линии, сохраняя выворотное, неподвижное положение верхней части ноги. Demi plie на опорной ноге должно быть коротким, с чётким толчком пятки от пола для вскакивания на полупальцы. Музыкальный акцент fouette всегда приходится в момент demi plie на опорной ноге. Исполняя fouettes en dehors, работающая нога сгибается в колене сзади опорной ноги на высоте икры и, не задерживаясь, быстро переводится носком вперёд, сохраняя тот же уровень высоты. При исполнении fouette en dedans, работающая нога сгибается спереди опорной ноги и переводится назад. Подтянутые бёдра, поворот головы, активные руки – всё это помогает устойчивому исполнению fouette.

**Temps lie par terre с pirouettes в V позиции.**

***П р и м е р:*** Музыкальный размер: 4/4. Исходное положение: 5-ая позиция, epaulement croise, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, голова направо.

На вступительные аккорды кисти рук приоткрываются в сторону.

**1 такт**

*1 и* - Demi plie в 5-ой позиции, правая рука поднимается в 1-ую позицию, левая рука во 2-ую позицию.

*2 и* - Сделать pirouette en dehors на левой ноге, правая нога в положении sur le cou-de-pied впереди. Руки собираются в 1-ую позицию. Голова работает по правилам исполнения pirouettes.

*3 и* - Demi plie на левой ноге, правая нога открывается вперёд на носок, руки в 1-ой позиции, взгляд на кисть правой руки. Скользя по полу носком правой ноги вперёд, перейти в позу croisee; левая нога сзади на носке. Из 1-ой позиции правая рука открывается во 2-ую позицию, левая рука поднимается в 3-ю позицию. Голова поворачивается направо.

*4 и -* левая нога закрывается в 5-ую позицию назад, левая рука открывается во 2-ую позицию.

**2 такт**

*1 и* - Demi plie в 5-ой позиции, правая рука с подхватом закрывается в 1-ую позицию, левая рука остаётся во 2-ой позиции.

*2 и* - Сделать pirouette en dehors на левой ноге, правая нога в положении sur le cou-de-pied, впереди. Руки собираются в 1-ую позицию. Голова работает по правилам исполнения pirouettes.

*3 и -* Demi plie на левой ноге, правая нога открывается в сторону на носок, руки раскрываются во 2-ой позиции. Скользя по полу носком правой ноги в сторону 2-ой позиции перейти на правую ногу; левая нога сзади на носке. Руки сохраняют 2-ую позицию. Голова en face.

*4 и* - Левая нога закрывается в 5-ой позиции. вперёд, руки опускаются в подготовительное положение.

**3 - 4 такты** - Temps lie par terre c pirouettes en dehors повторяется с левой ноги.

При исполнении Temps lie par terre c pirouettes в обратном направлении, pirouettes исполняется en dedans, а нога на sur le cou-de-pied сзади.

**Освоение техники pirouettes на пальцах.**

К освоению туров на пальцах (особенно двух туров) можно приступать только после того, как учащиеся чётко усвоили исполнение туров на полупальцах. Должны быть усвоены: умение сохранять центр тяжести корпуса при натянутой опорной ноге, повороты головы, координация рук. Два тура на полупальцах должны быть проучены очень тщательно, тогда легче будет изучать эти туры на пальцах. Скорость и количество поворотов зависят от стабильной позы, которая сразу принимается после подъёма на пальцы. Преподаватель должен следить за ровным положением стоп (особенно пяток) при исполнении demi-plie перед туром из IV позиции. Работающая нога фиксирует положение условного cou de pied одновременно с подъёмом опорной ноги на пальцах. Это помогает сохранять центр тяжести корпуса при вращении. Учащиеся пятого класса должны выполнять туры на cou de pied из V позиции от 8 до 16 раз и более. Для этого необходимо освоить координацию этого тура в preparation. Сначала можно чередовать preparation и tour, затем, по мере усвоения, туры исполняют подряд, preparation только в начале упражнения. При исполнении туров подряд, необходимо следить за правильным положением корпуса и рук в demi-plie. Корпус ровный, прямой, руки открываются в пониженную II позицию строго на окончание тура. Поворот головы должен быть свободным.

К изучению двух туров из пятой позиции лучше приступать после усвоения туров на cou de pied подряд не менее восьми раз. Чёткость аккомпанемента при выполнении туров на пальцах очень важна.

К изучению туров по диагонали на пальцах переходят после освоения, на полупальцах. Правила исполнения сохраняются те же. Чтобы исполнение туров en dehors degage на пальцах было качественным, учащийся и преподаватель должны особенно следить за ровностью плеч и тазобедренного сустава в окончании тура, особенно при переходе в plie. Поворот головы должен быть чётким, он определяет окончание тура Нога, на которой исполняется тур, должна ставиться точно на носок к носку другой ноги, как бы подменяя её.

При выполнении туров pique одно из главных условий правильного вращения – точная передача центра тяжести корпуса на ногу, направляющую поворот. Работающая нога, принимая положение cou –de-pied сзади, не должна опаздывать при поворотах, чтобы не нарушать перенос центра тяжести корпуса. Руки соединяются в первую позицию вместе с поворотом.

Вершиной технического мастерства считается умение выполнять туры fouette. На пальцах на середине зала их начинают изучать в пятом классе. Учащиеся, овладевшие приёмом выполнения этого сложного тура, смогут совершенствовать этот технический трюк в старших классах, увеличивая количество туров и увеличивая скорость их выполнения.

**Pirouettes с приема pas tombe на 450 en dehors и en dedans/**

 Эти pirouettes исполняются по тем же правилам и в той же музыкальной раскладке, что и на полупальцы. Перед pirouettes нога открыта на 450 вперед, в сторону или назад, затем делается tombe на открытую ногу и, не задерживаясь, сразу исполняется pirouettes en dehors, en dedans.

**Два pirouettes en dehors и en dedans с V в IV позиции.**

 Два pirouettes на пальцах исполняется по тем же методическим правилам, что и pirouettes на полупальцы. Preparation исполняется на 2/4 муз. такта, сам pirouettes то же исполняется на 2/4 муз. такта. В pirouettes с 4-ой позиции крайне важно в момент plie и releve на пальцы ощущать корпус на опорной ноги, находящейся впереди, на которой исполняется pirouettes. При исполнении pirouettes в правую сторону форс следует брать левой рукой, не отводя правой руки в сторону, а только соединить её с левой рукой. Для исполнения pirouettes en dedans форс берет правую руку.

**Pirouette en dehors с V позиции по одному подряд (8-16).**

Музыкальный размер: 2/4. Исходное положение: 5-ая позиция, epaulement croisee, правая нога впереди, голова направо.

 *Preparation:*

*1 и* - руки приоткрываются в сторону,

*2 и -* demi plie в 5-ой позиции, руки закрываются в подготовительное положение.

**1 такт**

*1 и* - вскочить на пальцы левой ноги с поворотом корпуса en face, правой ноги поднимается на условное sur le cou-de-pied. Руки поднимаются в 1-ю позицию, голова прямо.

*2 и* - demi plie на две ноги одновременно в 5-ой позиции. Руки открываются: правая рука вперед, левая рука в сторону, ладони повернуты в пол, голова прямо.

**2 такт**

*1 и -* сделать pirouette на левой ноге в правую сторону,

*2 и* - demi plie в 5-ой позиции на две ноги одновременно, правая нога впереди. Руки раскрываются правая рука вперед, левая рука в сторону, ладони повернуты в пол, голова прямо.

Так исполнить шесть pirouettes. Седьмой pirouette закончить правая нога назад в 5-ой позиции на demi plie. На последний, 8 такт вытянуть колени, руки закрыть в подготовительном положении.

**Pas glissade en tournent с продвижением вперед по диагонали (8-16).**

Музыкальный размер 2/4. Исходное положение: 5-ая позиция, epaulement croisee, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, голова направо. Движение исполняется по диагонали из т. 6 в т. 2.

*Preparation:*

*1 -* руки приоткрываются на 2-ую позицию.

*2* - с поворотом корпуса в т. 2, demi plie в 5-ую позицию, руки поднимаются в 1-ую позицию,

*и* - правая нога вытягивается в направлении т. 2 носком в пол, одновременно руки раскрываются: правая рука вперед, левая рука на 2-ой позиции, кисти, раскрываясь, поворачиваются ладонями вниз.

**1 такт**

*1* - правая нога встает на пальцы в точке вытянутого носка, тотчас левая нога ставится в 5-ую позицию вперед, одновременно руки закрываются в 1-ю позицию.

*и* - поворот корпуса направо, ноги меняются в 5-ю позицию, голова поворачивается налево и, не задерживаясь, возвращается обратно в т. 2. Поворот корпуса заканчивается лицом в т. 2.

*2* - demi plie в 5-ой позиции, правая нога впереди, руки в 1-ой позиции, взгляд в направлении т. 2 сохраняется.

*и* - правая нога открывается вперед, носком в пол в направлении т. 2, руки раскрываются в положении III arabesque.

 Далее движение повторяется несколько раз подряд. При исполнении движения очень важна точная передача корпуса на ногу направляющую поворот. Координация рук, ног и головы способствует правильному исполнению поворота.

**Pirouettes en dehors с degage по диагонали.**

Музыкальный размер: 2/4. Исходное положение: 5-ая позиция, epaulement croisee, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, голова направо. Движение исполняется с продвижением по диагонали из т. 6 в т. 2.

 *Preparation:*

*1 и* - руки слегка раскрываются в сторону 2-й позиции и закрываются в подготовительное положение.

*2 и* - с поворотом корпуса в т. 2 сделать demi plie на правой ноге, левую ногу мягко открыть невысоко в сторону, руки через 1-ю позицию открыть на 2-ю позицию, кисти повернуть ладонями вниз, голова и взгляд в направлении т. 2.

**1 такт**

*1 и* - сделать pirouette en dehors на левой ноге, подставив ее на пальцы впереди правой ноги, одновременно руки соединяются в невысокой 1-ой позиции. Заканчивается pirouette лицом в т. 2.

*2 и* - правая нога, с маленьким шагом вперед опускается на demi plie, левая нога мягко открывается невысоко в сторону, одновременно руки раскрываются на 2-ю позицию ладонями вниз.

 Далее движение повторяется нужное количество раз. С левой ноги движение исполняется по диагонали из т. 4 в т. 8.

**Pirouettes en dedans с coupe – шага по диагонали (pirouette piques 12-16)**

Музыкальный размер 2/4. Исходное положение: 5-ая позиция, epaulement croisee, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, голова направо. Движение исполняется по диагонали из т. 6 в т. 2.

*Preparation:*

*1 и* - руки, приоткрываясь на 2-ю позицию, закрываются в подготовительное положение.

*2 и* - с поворотом корпуса в т. 2, demi plie на левой ноге, правая нога проходящим движением через условное sur le cou-de-pied открывается в направлении т. 2, одновременно руки через 1-ю позицию раскрываются правая рука вперед, левая рука на 2-ю позицию, кисти повернуты ладонями вниз.

**1 такт**

*1 и* правая нога, слегка удлиняя шаг, встает на пальцы в направлении т. 2, тотчас корпус передается на правую ногу, левая нога поднимается на высокое sur le cou-de-pied сзади, одновременно руки соединяются в 1-ю позицию. Как только носок правой ноги коснулся пола, следует поворот en dedans, голова поворачивается налево и, не задерживаясь, быстро возвращается обратно, взгляд направлен в т. 2.

*2 и* - левая нога, как бы подменяя, правая нога, опускается на demi plie, правая нога открывается в направлении т. 2, одновременно руки раскрываются в положение третьего arabesque, голова и взгляд в направлении т. 2.

Далее движение повторяется нужное количество раз. С левой ноги движение исполняется из т. 4 в т. 8. Точная передача центра тяжести корпуса на ногу, направляющую поворот одно из главных условий правильного вращения. Руки должны соединяться в 1-ю позицию вместе с поворот корпуса. Активная координация рук, ног, поворотов головы определяет быстроту вращения.

**Pirouettes fouettes на 450 (8-16)**

Правила исполнения pirouettes fouette на пальцах не меняются. Наиболее удобным началом для изучения fouette является pirouette из 4-ой позиции, который исполняется на вступительный музыкальный такт.

**Tours chaines (8-12)**

В 5 классе tours chaines исполняют на 1/8 муз.о такта полный поворот. Руки слегка приоткрываются в 1-ой позиции во время поворота, исполняя первый шаг.

В изучении классического танца все взаимосвязано. Каждый год в обучении классическому танцу имеет свое значение, преследует свои цели и воспитание будущих артистов балета.

Все, что выучено на уроках, находит свое завершение на сцене. Концерты сценической практики в хореографических училищах показывают профессиональный уровень учащихся. Для учеников это всегда важный этап, не только бесценный профессиональный опыт, но и результат обучения.

Программа каждого года обучения досконально продумана, в каждом классе выполняются определенные задачи.

В пятом классе хореографического училища учащиеся приобретают основную техническую базу, которую в дальнейшем они развивают в старших классах. Увеличение физической нагрузки, развивается выносливость, необходимая для выполнения программы в старших классах хореографического училища.

Я считаю, что учить и воспитывать будущих танцовщиков все же на основе строго академического стиля и здорового художественного вкуса. Надо готовить артистов балета, которые способны будут отображать психологизм действия в строгих законах жанра и классического танца, а не влияние моды.

Настоящая техника быть техникой технического танца, неотделимой от самого танца. Мы не можем быть равнодушными к отсутствию выразительности и танцевальности в технике.

Можно хорошо владеть техникой, но слабо танцем. Можно слабее владеть техникой и лучше – танцем, но нам сейчас нужно и техника, и танец, владеть в полной мере.

Школа должна начать эту работу, а театр продолжать и завершать.

**Список используемой литературы**

* 1. Базарова Н.П. Классический танец. – Л.: Искусство, 1975 г.
	2. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. Первые три год обучения. Л-М.: Искусство, 1983 г.
	3. Блазис К. «Искусство танца», «Классики хореографии», М., 1937 г.
	4. Бочарников Э.В. Страна волшебная – балет – М.: Искусство, 1974 г.
	5. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – Ленинград-Москва: Искусство, 1948г.
	6. Гаевский В.М. Дом Петипа – М.: Артист. Режиссер. Театр, 2000
	7. Головкина С.Н. Уроки классического танца в старших классах. – М.: Искусство, 1989 г.
	8. Иванов В.Г. Уроки классического танца А.М. Мессерера, учебное пособие, Пермь, 2009г.,
	9. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца – Л.: Искусство, 1986 г.
	10. Красовская В.В. Русский балетный театр от истоков. – М.: Искусство, 1963г.
	11. Мессерер А.М. «Искусство классического танца, М., Искусство, 1967 г.
	12. Пасютинская В.М. Волшебный мир танца – М.: Просвещение, 1986 г.
	13. Пономарев В.И. «Мужской танец в петербургской балетной школе», СПб, СПбГУП, 2004 г.
	14. Тарасов Н.И. «Классический танец», «Школа мужского исполнительства, 3-е изд., СПб, Издательство: Лань, 2005 г.
	15. Тарасов Н.И. Классический танец – М.: Искусство, 1971 г.
	16. Тимофеев Н.В. Мир балета – М.: Терра, 1993 г.
	17. Холфина С. Вспоминая мастеров московского балета. М.: Искусство, 1989 г.
	18. Энциклопедия «Балет» - М.: Советская энциклопедия, 1981 г.
	19. Приложения