ГПОУ ТО «Тульский областной колледж

культуры и искусств»

Учебно-методическое пособие

«Методика выполнения упражнений

battement – батман».

**СОДЕРЖАНИЕ**

Пояснительная записка.

Введение.

Понятие термина battement(батман).

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Система образования сегодня нацелена на подготовку кадров, не только удовлетворяющих сиюминутные потребности общества, но и способных быстро и адекватно реагировать на происходящие изменения, продуцировать новые потребности.

 Подготовка квалифицированных специалистов во всех видах искусства даёт возможность сохранить классическое наследие преподавания и актуализировать методику выполнения и изучения упражнений классического танца.

 Благодаря занятиям классическим танцем, человек восполняет свои знания, расширяет кругозор. Занятия классическим танцем влияют на физическое развитие студента, даёт ему красивую осанку, свободное и уверенное владение телом.

Учебно-методическое пособие «Методика выполнения упражнений battement - батман», рассматривается в тесной связи с другими разделами профессионального модуля. Знания и умения, получаемые студентами на занятиях по дисциплине «Классический танец», суммируются и приводятся в некую систему творческих взглядов и профессиональных навыков. Предполагаемое пособие составлено в помощь педагогу-хореографу, студентам специальности 51.02.01 «Народное художественное творчество» по виду «Хореографическое творчество», адресовано студентам заочного отделения для самостоятельной работы, а также преподавателям образовательных организаций, преподавателям учреждений дополнительного образования, школ танца, областных и городских дворцов культуры, домов детского творчества.

 Представленный в методической разработке материал может быть с успехом использован студентами во время педагогической и преддипломной практики. Также пригодится при дальнейшей работе студентов в учреждениях культуры и образования.

 Предполагаемое учебное пособие не претендует на то, чтобы дать исчерпывающий ответ на все вопросы связанные с изучением методики выполнения упражнений battement.

**ВВЕДЕНИЕ**

 Балет и хореография считаются одними из самых изящных и пленяющих своим великолепием видов искусства. Техникой классического танца восхищаются миллионы людей по всему миру. Английский писатель Джон Драйден назвал балет «поэзией ног». Российский поэт и сатирик Эмиль Кроткий именовал балет «оперой для глухих». А американский хореограф Марта Грэм отметила, что «тело никогда не лжет». Однако мало кто знает, из каких элементов состоит балет и на основе каких движений строится танец. В классическом танце существует огромное количество элементов: pas, аrabesque, sissonne fermee, fouette, апломб и многое другое.

 Хореографическая терминология – система специальных наименований, предназначенных для обозначения упражнений или понятий классического танца.

 В XVII веке (1701 г.) француз Рауль Фейе создал систему записи элементов классического танца. Эти термины признаны специалистами в области мировой хореографии и в настоящее время.

 Знание специальных терминов ускоряет процесс обучения. Хореографическая терминология - это международный язык танца, возможность общения с хореографами, понимание специальной литературы, возможность кратко произвести запись учебных комбинаций, урока, этюдов, композиций.

 Основное преимущество термина – в краткости. Это дает возможность сократить время для объяснения заданий, сохранить плотность урока.

 Начиная разрабатывать учебно-методическое пособие для занятий классическим танцем, мы решили начать с понятия вattement – (от франц. – биение). Это тип танцевального движения и упражнения представляет собой отведение ноги, свободной от тяжести корпуса, из выворотной позиции и её возвращение обратно. Выполняется из первой, третьей, пятой позиции ног во всех возможных направлениях.

|  |
| --- |
|  **СХЕМА ОСНОВНЫХ, ВСПОМОГАТЕЛЬНЫХ И СВЯЗУЮЩИХ**  **ДВИЖЕНИЙ УПРАЖНЕНИЯ BATTEMENT.** |
|  |

 ****

*В методической разработке используются сокращения****:***

*В методической разработке используются сокращения****:***

*ОН – опорная нога*

*РН - рабочая нога*

*ЦТ-центр тяжести*

**Разметка зала**

**

**Глава I.**

**Понятие термина battement** (батман).

**1.1** **Вattement tеndu** (батман тандю).

1.2Связующие и вспомогательные движения классического танца, используемые при сочинении и исполнении комбинаций вattemеnt tеndu: а) вattement tendu demi-pliе, б) battement tendu soutenu, в) **вattement tendu pour le pied, г). battement tendu double pour le pied, д) рassе par terre, е) рas tombe, pas coupe, ж) полуповороты** en dehor, en dedans, з) pirouettes, и) позы классического танца.

**1.3** **Battement tendu jetе** (батман тандю жете).

1.4 Связующие и вспомогательные движения классического танца, используемые при сочинении и исполнении комбинаций вattement tеndu jetе: а) pas вalancoire, б) demi rond de jambe par terre, в) battement tendu jetе  **piquе, г) полуповороты, д)** demi - pliе, е) позы классического танца.

**1.5** **Battement fondu (батман фондю)**

**1.6** Связующие и вспомогательные движения классическоготанца, используемые при сочинении и исполнении комбинаций вattement **fondu:. а) вattement fondu** soutenu, б) **demi** rond de jambe во II позицию,в) grand rond de jambe par terre en dehor, en dedans, г) позы классического танца.

**1.7** **Battement frappе (**батман фраппе)

1.8 Связующие и вспомогательные движения классического танца, используемые при сочинении и исполнении комбинаций **вattement frappе:** а) рetit battement (вперед, назад, в сторону), б) рetit battement в позы классического танца, в) fouette, г) pas glissade; д) pas tombe - вперёд, в сторону, назад, е) рas de bourree, ж) pas glissade еn tournant.

**1.9** **Battement releve lent** (батман релеве лян) - **движение группы adajio** (адажио).

1.10 Связующие и вспомогательные движения классического танца, используемые при сочинении и исполнении комбинаций battement releve lent: а) **grand rond на воздух; б) demi rond на pliе в сторону II позиции, в) pas balance, г) fouette в IV arabesque.**

**1.11 Battement developpe (**батман девлюпе) - **движение группы adjio** (адажио).

1.12 Связующие и вспомогательные движения классического танца, используемые при сочинении и исполнении комбинаций **battement developpe:** а) pas вalance, б) fouette в IV аrabesque, в) pas tombe, г) рort de bras, д) **a la seconde.**

**1.13 Grand** **battement jete (гранд батман жете).**

1.14 Связующие движения классического танца, используемые при сочинении и исполнении комбинаций grand **battement: а)** рointe, б) passe, в)вalance, г) вalancoire, д) pas с sissonne ouverte par **developpe, е) pas** sissonne fermee - вперёд, назад, в сторону, ж) pirouette.

**1.0 BATTEMENT – батман,** ([фр.](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%80%D0%B0%D0%BD%D1%86%D1%83%D0%B7%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D1%8F%D0%B7%D1%8B%D0%BA) battement — взмах, удар от гл. battre — махать, взмахивать, ударять, отбивать такт). Батман — это общее наименование для всей группы движений; конкретизация достигается при помощи добавления прилагательного (tendu — вытянутый, piquе — колющий, fondu — тающий, grand — большой, petit — маленький и т. д.), представляющее из себя какое-либо отведение, приведение или сгибание одной, работающей ноги стоя на всей стопе или на полупальцах ([пальцах](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%83%D0%B0%D0%BD%D1%82%D1%8B)) другой, опорной — вытянутой или согнутой в колене, а также с одновременным выполнением приседания, подъёма на полупальцы (пальцы) либо опускания на всю стопу. Совокупность этих движений — необходимый элемент для совершенствования техники классического танца: с помощью батманов отрабатывается умение правильно отводить ногу и приводить её обратно в позицию, сгибать и разгибать её, вытягивать и поднимать на любую высоту в каком-либо направлении и с любой скоростью. Регулярное выполнение движений этой группы способствует выработке выворотности, устойчивости, мышечной силы, умения управлять отдельными группами мышц.

 Батманы являются неотъемлемой частью [экзерсиса](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%AD%D0%BA%D0%B7%D0%B5%D1%80%D1%81%D0%B8%D1%81). Из них состоит практически весь урок классического танца. Батманы выполняются в определённой последовательности как у палки, так и на середине зала — от простых движений до всё более сложных, с нарастающей амплитудой выполнения. Это движения в классической хореографии, которые направлены на разработку силы, выворотности суставов, резкости и эластичности мышц, а также на координацию.

* 1. **Battements tendu -** батман тандю - (тянуть), сгибание и разгибание стопы скольжением по полу до положения ноги на носок (крестом). Выполняется из I, III или V позиции.

 Музыкальный размер в начале разучивания – 4/4, темп медленный. Движение исполняется на два такта. По усвоении движение исполняется на один такт. Позднее выполняется движение из затакта. Музыкальный размер —2/4, темп ускоренный, живой. Характер музыкального сопровождения — очень четкий, бодрый, твёрдый уверенный.

 Цель упражнения – научить правильно вытягивать ногу в нужном направлении, выработать силу и эластичность подъема (голеностопного сустава), выворотность, вытянутость колена, опорной ноги, бёдер и красивую подтянутую линию ног.

**Этапы проучивания:**

 Battements tendu -батман тандю , начинаем разучивать в направлении в сторону, затем назад и , в последнюю очередь вперёд. Исходное положение: лицом к станку, ноги в I позиции, кисти рук спокойно лежат, обхватывая станок всей кистью.

2 такта, муз. размер 2/4

**Вattements tendus в сторону.**

**1 такт:**

«раз-и», работающая нога скользящим движением открывается по прямой в сторону II позиции; постепенно вытягиваются пальцы и подъём. В момент дотягивания ноги до II позиции, не должно быть упора на носок.

«два-и», сохраняем положение вытянутого носка в сторону II позиции.

**2 такт:**

«раз-и» стопа рабочей ноги постепенно опускается с носка на пятку и скользящим сильным движением по полу закрывается в исходную позицию.

«два-и», сохраняем положение вытянутого носка вперёд.

**Вattements tendus вперёд.**

**1 такт:**

«раз-и», работающая нога скользящим движением открывается по прямой вперёд до неполной IV позиции, стопы плотно прилегают к полу; постепенно вытягиваются пальцы и подъём. Скольжение начинается пяткой. По I позиции пятка РН находится напротив пятки ОП. По V позиции носок рабочей ноги находится на одной прямой с пяткой РН. В момент дотягивания ноги, не должно быть упора на носок.

«два-и» - сохраняем позицию.

**2 такт:**

«раз-и» - стопа РН скользящим движением носком закрывается до неполной IV позиции, стопы плотно прилегают к полу и, продолжая скольжение РН приходит в исходную позицию.

«два-и» - сохраняем исходную позицию.

**Вattement tendu назад.**

**1 такт:**

«раз-и», натянутая РН направляясь носком назад скользит всей стопой по полу, отделяется пяткой от пола и продолжая скользить, вытягивается назад. Нога приходит на носок. Пятка тянется предельно вниз, удерживая выворотное положение. В предельной точке нога на большой палец не укладывается, подъём и пальцы сильно вытянуты. РН приходит в положение «пятка против пятки» опорной ноги.

«два-и» - пауза.

**2 такт:**

«раз-и», возврат ноги происходит от пятки, рабочая нога, усиливая выворотность пятки, постепенно переходя с носка на всю стопу, скользящим движением возвращается в I позицию. Скожение происходит без завалов на большой палец, всей стопой с ощущением мезинца.

«два-и», сохраняем исходную позицию.

**Правила исполнения:**

 Battement tendu вперед и назад выполняется по линии, строго перпендикулярной к туловищу, а в сторону – точно по линии плеча. При выполнении battement tendu сначала по полу скользит вся стопа, затем постепенно вытягиваются пальцы и подъем. Центр тяжести туловища на опорной ноге, носок от пола не отрывается. Следить за тем, чтобы колени оставались предельно вытянутыми и обе ноги сохраняли «выворотность». В момент дотягивания ноги не должно быть упора на носок. При возвращении ноги в исходное положение стопа постепенно опускается на пол. Пятка опускается на пол только в исходной позиции.

 При исполнении следим за ровностью плеч и бёдер. Корпус удерживает положение «крест». Необходимо следить за подтянутостью опорного бедра. Не допускать проседания и оттопыривания ягодичных мышц. Добиваться отчётливой, интенсивной и взаимносавязанной работы подъёма и пальцев с хорошо вытянутым коленом. Необходимо проследить за цепкостью стопы по полу, при постепенном вытягивании стопы через полупальцы и пальцы. Нога выводится в заданном направлении плавно, без толчков.

 Не допускать упора на носок в конечной точке. Тяжесть корпуса остаётся на опорной ноге. Возвращается нога в исходную позицию с вытянутым коленом, легко скользя по полу. Рабочая нога предельно выворотна в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах.

**Возможные ошибки:**

* при открытии рабочей ноги в сторону пятка не направлена вниз к полу;
* при открытии рабочей ноги вперёд пятка не направлена вниз к полу;
* при открытии рабочей ноги назад пятка «торчит» вверх. Это происходит при недостаточной выворотности. Собрать максимально ягодицу рабочей ноги, развернуть ногу от паха;
* помнить, что направление вперёд начинается с пятки, направление назад — с носка;
* при недостатке природной выворотности ног следует поработать над выворотностью отдельно;
* при закрытии ноги, первой приходит пятка рабочей ноги, а колено при этом сгибается, как бы, не умещаясь на прежнее место;
* происходит недостаточность подтянутости ОН и всего корпуса вверх. Следует проверить всю постановку корпуса на опорной ноге. Помните, что, работая РН, мы не укрепляем только её. Мы работаем над всеми мышцами нашего тела одновременно. И это надо усвоить уже с первых занятий;
* при закрытии ноги (особенно работая в направлении назад), стопа как бы «размазывается» и приходит на её внутреннюю часть с завалом на большой палец. В этом случае стоит обратить внимание на работу голеностопного сустава. Мы не должны распускать его. Он должен поддерживать работу стопы в нужном направлении;
* стопа приходит в первую позицию «крючком». В этом случае надо обратить внимание на саму стопу. Она должна оставаться живой и работающей. При возврате рабочей ноги в первую позицию следует освободить собранный в предыдущем элементе свод стопы, ставя на пол всю её поверхность.

1.2 Связующие движения классического танца, используемые при сочинении и исполнении комбинаций вattement tendu:

а) battement tendu с demi plie - батман тандю с деми плие (маленькое приседание). Сочетание отведения ноги с последующим приведением и полуприседом на двух ногах и сгибание ног в коленях (в позицию по заданию преподавателя), туловище прямо, ЦТ на обе ступни;

б) battement tendu soutenu - батман тандю сутеню, (франц. **вattement soutenu**, от**soutenu**– выдержанный) — представляет собой приседание с вытягиванием ноги в заданном направлении и подтягиванием ноги обратно в заданную позицию. Колено и стопа работающей ноги вытянуты. - приведение ноги с полуприседом на ОН. При этом туловище несколько отклоняется в сторону, противоположную работающей ноге (выполняется лицом и боком к станку);

в) **battement tendu pour le pied** - батман тандю пур ле пье. Pour les pied - (от фр. pour -для и pied -стопа.) — движение ноги, которая скользящим движением отводится на носок, затем стопа делает движение на себя, опускает пятку на пол и снова на носок — закрыть в позицию (по заданию преподавателя);

г) double pour les pied -дубль пур ле пье, (от фр. pour -для и pied -стопа., double- два) — движение ноги, которая скользящим движением отводится на носок (в заданном направлении), затем стопа делает движение на себя, опускает пятку на пол и снова на носок — закрыть в позицию (по заданию преподавателя);

д) **рassе par terre - пассе партер,** (passe-проводить; par terre - пол) — это скользящее проходящее движение РН через первую позицию ног. Начинается оно с положения ноги battement tendu вперёд. В этом случае мы выполняем вторую часть battement tendu вперёд , закрывая ногу в первую позицию. Однако, не задерживаясь в первой позиции, переходим тут же к выполнению первой части battement tendu назад, открывая ногу на носок в положение battement tendu назад. Движение так же может быть выполнено в направлении вперёд. В этом случае из положения battement tendu назад, мы, скользящим через первую позицию движением переводим стопу рабочей ноги в положение battement tendu вперёд. Это движение строится на основе уже разученного нами battement tendu вперёд и назад.

 Особое внимание стоит уделить стопе РН. Она должна оставаться работающей и живой. Проходить через первую позицию должен весь свод стопы и в правильном положении.

е)рas tombe, pas coupe – па томбе, па купэ, (tomber – падать, сoupe- резать). Отрывистое движение, короткий толчок. Представляет собой «падение» с прямой ОН на РН до положения sur le cou de pied - сюр лек у де пье (отрывистый, подбивание, отрывистое движение), положение одной ноги на щиколотке другой ОН - впереди или сзади. **Pas tombe, pas coupe** разделяется на два разных или одинаковых движения у станка, на середине или в прыжках;

ж) полуповороты еn dehors (к станку)еn dedans (от станка )на двух ногах с переменой ног. На полупальцах и с вытянутых ног;

з) pirouettes- пируэт (юла, вертушка, быстрое вращение на полу). Полный поворот, оборот вокруг себя всем телом на носке одной ноги. Исполняется en dehors (наружу, от станка)**,** en dedans (внутрь, к станку);

и)позы классического танца:

 Е**paulement** –э**польман** - полуповорот (от фр. **epaule** - плечо), положение корпуса, при котором фигура развёрнута вполоборота к зрителю.

Е**paulement** сroisee - эпольман круазе (скрещивание, скрещенный, закрытый). Поза, при которой ноги скрещены, одна нога закрывает другую.

Е**paulement** еffacee - эпольман эфасе (развернутое положение корпуса и ног).
Е**paulement** еcartee - эпольман экарте (вздутый, раздутый). Поза, при которой вся фигура повернута по диагонали. Исполняется вперёд и назад.

Arabesques **–** арабеск (арабский узорчатый орнамент, возникший в подражание арабскому стилю). Этот термин классического танца относится к определенным позам.

Изучаются I,II,III и IV arabesques.

 В arabesques нога всегда вытянута. в I семестре изучают только три. Работающая нога пока еще не поднимается от пола, поэтому изучаемые arabesques представляют собой всего лишь схему движения.

1-й arabesque.

 V позиция, левая нога впереди, поворот корпуса и ног в направлении точки 7 плана зала, руки в подготовительном положении, поворот головы направо.

 Тело опирается на одну ногу, другая, вытянутая и прямая, отделяется от пола и простирается назад носком в пол или на высоту не менее 90°. Ноги в положении efface. Рука, противоположная поднятой ноге, вытянута вперед, другая — отведена в сторону; кисти вытянуты и обращены ладонью вниз — они как бы опираются на воздух. Корпус простерт вперед. Положение головы профильное, так же как и всей фигуры. Плечи ровные, как и для всех arabesques. В arabesque решающую роль играет спина: только хорошо ее поставив, можно дать красивую линию.

2-й arabesque. Корпус и ноги в том же положении, как и в 1-м, но вперед вытянута рука, соответствующая вытянутой ноге. Другая отведена назад настолько, что видна позади корпуса. Голова обращена к зрителю.

3-й arabesque. Этот arabesque обращен лицом к зрителю. Нога на croise назад носком в пол или на высоту не менее 90°. Корпус наклонен вперед, схвачен в спине. Вперед вытянута рука, соответствующая вытянутой назад ноге, другая отведена в сторону. Лицо обращено к этой руке, взгляд как бы следит за ее движением.

4-й arabesque. Ноги в том же положении, как и в 3-м, но впереди рука, противоположная поднятой ноге, и корпус делает поворот, схваченный сильным выгибом спины. Другая рука видна из-за спины. Этот arabesque обращен к зрителю вполоборота спиной. Необходимо следить, чтобы ступня стоящей на полу ноги не теряла выворотности. Голову повернуть к зрителю, подчеркивая направление взглядом. Плечи должны быть на одном уровне. Корпус не должен наклоняться вперед.

Ecartee вперед. Направление ноги в точку 8, поза — гордая, осанистая. Рука поднята та же, что и нога. Голова довернута в том же направлении. В обоих случаях можно поднять наверх и обе руки. В сущности, ecartee есть developpe II позиции, но в сильно развернутом положении. В этой позе нужно следить за плечами, чтобы, несмотря на наклон набок, плечи не теряли линии и, чтобы одно плечо не было выше другого, что достигается в данном положении хорошим захватом спины в пояснице.

Eсагтее назад. Стоя на правой ноге, отвести левую на developpe на 90° в направлении точки 6 плана зала.

 Нога сильно выворотная от самого бедра. Вся поза берется в одной плоскости, диагонально к зрителю. Необходимо следить, чтобы ступня стоящей на полу ноги не теряла выворотности. Левая рука поднимается на III позицию, а правая на II позицию, корпус должен пе-регнуться набок, в сторону стоящей ноги, но с сильным захватом спины. Голова повернута направо.

**1.3 Вattement tendu jete** - батман тандю жэтэ , (от jeter – бросать, кидать). В отличие от tendu – тандю, выполняется с отрывом носка от пола при отведении из ИП -мах на высоту около 25° - 45°. Ноги в выворотном положении, ЦТ на ОН.

Музыкальный размер в начале разучивания – 4/4, темп медленный. Движение исполняется на два такта. По усвоении движение исполняется на один такт. Позднее выполняется движение из затакта. Музыкальный размер —2/4, темп ускоренный, живой. Характер музыкального сопровождения — очень четкий, бодрый, твёрдый, уверенный.

 Цель упражнения – научить правильно вытягивать ногу в нужном направлении, выработать силу и эластичность подъема (голеностопного сустава), выворотность, вытянутость колена, ОН, бёдер и красивую подтянутую линию ног, воспитывают натянутость ног в воздухе, развивают силу и легкость ног и подвижность тазобедренного сустава. Выработать выворотность ОН, натянутость стопы РН, уметь правильно закреплять верхнюю часть корпуса в тазобедренном суставе. Развить точность, изящность ног и мышечный корсет.

 Движение battement tendu jete в классическом танце — это бросок рабочей ноги. К изучению battement tendu jete можно приступать сразу после усвоения battement tendu, так как движение battement tendu jete строится на основе battement tendu и по его принципу.

**Этапы проучивания.**

Battement tendu jete- батман тандю жете, начинаем разучивать в направлении в сторону, затем назад и , в последнюю очередь вперёд. Исходное положение: лицом к станку, ноги в I позиции, кисти рук спокойно лежат, обхватывая станок всей кистью.

2 такта. Музыкальный размер 2/4.

**1 такт:**

«раз-и», из первой позиции рабочая нога скользит по принципу battement tendu в положении носком в пол в заданном направлении.

«два-и», из положения носком в пол рабочая нога отрывается от пола, достигая носком высоты щиколотки ОН. Нога не должна терять выворотности. Она должна быть абсолютно натянутой и лёгкой, работать самостоятельно от всего остального корпуса. Эта высота условно называется 25-45 градусов,

**2 такт:**

 «раз-и», из этого положения носок рабочей ноги опускается на пол точно по прямой линии в положение против пятки опорной ноги нога остаётся натянутой и выворотной. Не расслаблять подъём до соприкосновения носка рабочей ноги с полом,

«два-и», из положения носка рабочей ноги в пол против пятки опорной ноги в заданном в начале направлении, рабочая нога по принципу battement tendu закрывается в первую позицию. Разучив хорошо траекторию движения рабочей ноги в battement tendu jete, переходим к его выполнению через проходящее положение рабочей ноги носком в пол, не задерживаясь. При броске на250 - 450, РН должна оставаться выворотной, натянутой и легкой. Она должна приходить всё время в одну и ту же точку над полом. Обязательное скольжение по полу по принципу battement tendu движение battement tendu jete выполняется через battement tendu no всем правилам. Во время закрывающего движения стопа натянута до момента соприкосновения носка с полом. Движение рабочей ноги происходит по прямой . Корпус остается подтянутым на протяжении всего движения.

**Правила исполнения.** (см. раздел - Правила исполнения battement tendu)

 Владея движением **battement tendu,**безошибочно приходя носком в нужную точку на полу, продолжая движение носок хорошо натянутой РН резко поднимается на высоту 25-45 градусов над полом. При правильной работе РН, которая не упирается своим весом в пол, а лишь касается его. Хорошо натянутая, лёгкая нога, вытягивая стопу в движении **battement tendu,** взлетает над полом на заданную высоту, после чего возвращается в исходное положение, коснувшись пальцами РН пола по той же траектории.

 Поднимая РН над полом, мы фиксируем рабочей ногой определённую высоту над полом. Это фиксирование рабочей ноги над полом , принято измерять в градусах. В градусах отмечается угол, образованный между линией опорной ноги и линией РН. Выполнить движение  **battement tendu jete на 25 градусов**, означает довести носок прямой натянутой рабочей ноги на высоту щиколотки ОН.

 С **battement tendu jete на 45 градусов**— легче. Поделите угол 90 градусов приблизительно пополам. Выполняя движение **battement tendu jete на 45 градусов**, которое физически является более сложным, чем подъём ноги на 25 градусов, уделяем больше внимание рабочей ноге, и не всегда в полной мере контролируем корпус. Ошибки корпуса, повторённые много раз, укореняются, если вовремя не исправим.

 Именно поэтому лучше ограничиться подъёмом рабочей ноги на 25 градусов при разучивание движения и первые годы обучения, пока корпус хорошо не укрепится.

**Ошибки, встречающиеся в battement tendu jete:**

 Поскольку в battement tendu jete входит элемент battement tendu, то встречаются и ошибки упражнения battement tendu.

* ошибки связаны с отрывом носка РН от пола. При недостаточно хорошей работе стопы в battement tendu, отрыв носка от пола происходит преждевременно. При возврате носка в пол с не дотянутой стопой, соприкосновение с полом может произойти в области подушечки стопы, что тоже является ошибкой;
* нога должна отрываться от пола, касаясь его пальцами хорошо натянутой стопы РН и в первую очередь касаться пальцами пола при возврате в ИП;
* РН должна работать сама по себе, а не с помощью таза. Если ваше тело на первых порах ещё недостаточно крепкое и вы недостаточно закрепили тело в тазобедренном суставе ОН, то отрыв РН от пола может повлиять на смещение и искривление верхней части корпуса;
* те же ошибки могут наблюдаться при недостаточной свободе движения РН в тазобедренном суставе. Смещение тяжести корпуса на ОН должно происходить в тазобедренном суставе, а не на уровне талии.

1.4 Связующие и вспомогательные движения классического танца, используемые при сочинении и исполнении комбинаций battement tendu jete: а) pas вalancoire - па балансуар– (качели), на воздух.

б) demi **rond de jambe par terre** — деми ронд де джамб партер (маленький круг ногой по полу); **demi –** маленький, **rond – круг, de jambe par terre** – по полу.

 Как связующее движение в комбинациях **battement tendu jete** исполняется по воздуху еn dehors - ан деор (наружу, из круга) еn dedans - ан дедан (внутрь, в круг) на всей стопе и на полупальцах.

в) **battement tendu jete pique - батман тандю жете пике – battement tendu jete - вытянутый бросок, pique –колющий, (маленький вытянутый, колющий бросок).**

г) полуповороты– (см. раздел 1.2 ж;)

д) **battement tendu jete с** demi-plieв сторону на 1/8 такта;

е) позы классического танца(см **. раздел 1.2 и).**

**1.5 Battement fondu** - батман фондю (тающий, слитный, текущий батман) в классическом танце начинаем изучать только после хорошего усвоения demi-plie и battement frappe.

 Музыкальный размер в начале разучивания – 4/4, темп медленный. Движение исполняется на два такта. По усвоении движение исполняется на один такт. Позднее выполняется движение из затакта. Музыкальный размер —3/4, темп спокойный, медленный. Характер музыкального сопровождения — напевный, плавный, протяжный, широкий, равномерный, сдержанный.

 Цель упражнения. Развить эластичность и силу ног, сообщить мягкость и плавность движениям. При исполнении батмана фондю необходимы знания положение стопы sur le cou-de-pied - сюр леку де пье (положение стопы РН на щиколотке ОН).

Условное sur le cou-de-pied*—* это положение стопы РН перед голеностопным суставом ОН таким образом, чтобы натянутые пальцы рабочей ноги касались опорной ноги над косточкой.

Условное sur le cou-de-piedсуществует только одного вида - спереди*.* Sur le cou-de-pied сзади бывает только основным, когда выполняем battement fondu назад, или возникает необходимость чередования sur le cou-de-pied спереди и сзади.

 Исполнение батмана фондю предполагает выполнения рreparation- препарасьона (начало движения), изучается носком в пол в сторону, на воздух на полупальцах (высота 25-45 градусов) и на полупальцах по V позиции. Изучение происходит сначала в сторону, затем вперёд и назад.

**Этапы проучивания.**

 Исходное положение: лицом к станку, ноги в I позиции, кисти рук спокойно лежат, обхватывая станок всей кистью.Battement fondu начинаем разучивать в направлении в сторону, затем назад и , в последнюю очередь вперёд.

4 такта. Музыкальный размер 4/4.

 Preparation - 2 такта, по принципу battement tendu отводим РН в направлении II позиции носком в пол. Обе ноги натянуты и выворотны от паха.

**1 такт**:

«раз-и, два-и», предельно выворотная РН, сгибаясь в колене, переносит стопу РН в положение условного sur le cou-de-pied спереди. Носок рабочей ноги перемещается от положения носком в пол до положения условное sur le cou-de-pied спереди по воображаемой прямой линии. ОН одновременно выполняет demi-plie. Вес тела равномерно распределён на обе ноги.

«три-и, четыре-и», сохраняем положение условное sur le cou-de-pied спереди.

2 **такт:**

«раз-и, два-и», коснувшись носком в положении условное sur le cou-de-pied спереди щиколотки опорной ноги, рабочая нога тут же начинает разгибаться в колене, ведя носок в положение II позиции, носком в пол. Одновременно обе ноги разгибаются. РН, коснувшись носком пола, максимально вытягивает колено.

«три-и, четыре-и», сохраняем положение вытянутого носка РН в сторону II позиции.

**3 такт -**  как первый, но РН приходит в положение sur le cou-de-pied сзади.

**4 такт** - как второй.

**Battement fondu назад носком в пол.**

**1 такт:**

«раз-и, два-и», начинаем одновременное сгибание обеих ног в коленном суставе. РН ведёт стопу в положение sur le cou-de-pied сзади. Хорошо отведённое в сторону колено, помогает сохранить выворотность по всей длине ноги,

«три-и, четыре-и» ,сохраняем положение sur le cou-de-pied сзади.

 При движении РН из положения sur le cou-de-pied сзади, в направлении назад активно подаётся назад пятка РН, сохраняя предельную выворотность рабочей ноги от паха. ОН одновременно со сгибом колена рабочей ноги начинает выполнять demi-plie.Дойдя до самого глубокого положения в demi-plie и одновременно коснувшись натянутыми пальцами рабочей ноги щиколотки ОН.

**2 такт:**

 «раз-и, два-и», начинаем разгибать обе ноги возвращая их в первоначальное положение. При движении рабочей ноги из положения sur le cou-de-pied сзади в направлении назад, РН активно подаёт назад ногу от паха, уводя колено в направлении назад, сохраняя выворотность колена в сторону. Стопа при этом, как бы не торопится придти на место. Её придерживание помогает сохранить выворотное положение всей ноги.

«три-и, четыре-и», сохраняем положение РН вытянутой назад.

При работе в направлении назад два бедра и два плеча сохраняют свою ровность относительно станка. Весь корпус подтянут наверх. При движении рабочей ноги в направлении назад, плечо имеет тенденцию уходить вперёд, разворачивая весь верх корпуса в сторону РН. Если это происходит, сознательно отведите его назад-вниз и прочувствуйте все мышцы, которые работают по диагонали от плеча до хорошо собранной ягодицы рабочей ноги. Рабочая нога при этом должна быть в выворотном положении. В дальнейшем, выполняя движение ногой назад, хорошо контролируем именно эту группу мышц спины.

**Battement fondu вперёд носком в пол.**

**1 такт**.

«раз-и, два-и», сохраняя выворотность начинаем одновременно сгибать обе ноги в коленном суставе. РН начинает движение в направлении условного sur le cou-de-pied при активной работе верхней части ноги от паха. Стопа при этом как бы задерживает движение, не торопясь придти в положение sur le cou-de-pied. ОН выполняет первую часть demi-plie. Корпус остаётся подтянутым. Ягодицы собраны. Тяжесть корпуса целиком на ОН.

«три-и, четыре-и», сохраняем положение условное sur le cou-de-pied спереди.

**2 такт:**

«раз-и, два-и», в максимальной точке demi-plie происходит касание пальцами рабочей ноги щиколотки опорной ноги и в тот же момент движение меняет направление на противоположное, то есть на разгибание колен, возвращая всё тело в первоначальное положение. РН активной работой нижней части ноги, возвращает всю ногу в направлении вперёд носком в пол. При этом движении верхняя часть ноги как бы удерживает всё движение ноги вперёд. Этим помогает сохранить выворотность рабочей ноги по всей её длине от паха. Приход рабочей ноги в пол должен соответствовать её полному выпрямлению в коленном суставе. ОН выполняет вторую часть demi-plie, то есть «вырастание». Полное выпрямление коленного сустава обеих ног должно происходить в момент касания носком РН пола.

«три-и, четыре-и», сохраняем положение вытянутой ноги вперёд носком в пол.

**Правила исполнения:**

* одновременно обе ноги начинают сгибаться в колене. РН, ведя нижнюю часть ноги в положение sur le cou-de-pied сзади. ОН, выполняя движение demi-plie (маленькое приседание);
* в момент максимально углублённого положения demi-plie в опорной ноге, натянутые пальцы касаются опорной щиколотки опорной ноги и не задерживаясь в этом положении обе ноги начинают разгибаться в колене: рабочая нога, ведя стопу по воображаемой прямой линии в положение в сторону второй позиции носком в пол;
* ОН, вырастая из нижнего положения в demi-plie. Касание пола рабочей ноги должно произойти одновременно с выпрямлением обеих ног. В тот же момент оба колена обеих ног начинают вновь сгибание. И, опять - таки, в момент, когда пятка рабочей ноги коснётся щиколотки, опорная нога должна находится в максимально глубоком положении. Это и есть момент смены движения колена. Мы меняем сгибание колена на его разгибание в обеих ногах одновременно. При разучивании движения следить за выворотностью обеих ног и правильным положением корпуса, хорошо подтянутого наверх;
* при работе в направлении назад два бедра и два плеча сохраняют свою ровность относительно станка. Весь корпус подтянут наверх. При движении РН в направлении назад, плечо имеет тенденцию уходить вперёд, разворачивая весь верх корпуса в сторону РН. Если это происходит, сознательно отведите его назад-вниз и прочувствуйте все мышцы, которые работают по диагонали от плеча до хорошо собранной ягодицы РН. При этом она должна быть в выворотном положении. В дальнейшем, выполняя движение ногой назад, хорошо контролируем именно эту группу мышц спины;
* сохраняем подтянутость корпуса вверх на протяжении всего дви жения.

**Battement fondu. Работа над корпусом.**

 В каждом направлении имеются свои особенности работы корпуса. Это значит, что в каждом направлении задействованы дополнительные группы мышц, имеющие отношение только к определённому направлению движения ноги .

 Направление в сторону, это прежде всего развитие выворотности обеих ног и о правильное положении корпуса, на основе которого вырабатываем устойчивость.Движение ноги в направлении назад разучивается после отработанной выворотности в положении в сторону.

 Для лучшего сохранения выворотности, при направлении движения РН назад, активно подается колено от паха назад, сохраняя крепость ягодицы, и придерживает максимально нижнюю часть ( хорошо натянутую в подъёме стопу) от удаления от ОН. Таким образом, сохраняется выворотность всей ноги в направлении движения назад. При подачи РН вперёд активно принимает направление нижняя часть РН, колено при этом, как бы отстаёт в движении, обеспечивая выворотность по всей длине ноги. По мимо этого, усваивается работа верхней части тела. Активно вступают в работу мышцы спины от плеча до собранной ягодицы РН. При работе группой мышц этой «диагонали», нельзя забывать о передней части корпуса, то есть мышцах живота и диафрагме. Собирая ягодицы, разворачиваем таз. Поэтому, собирая мышцы живота вовнутрь, возникает ощущение, что собираем их в область пупка. Диафрагма должна быть «сдута» и опущена в ту же область. Подтянутость и собранность живота и диафрагмы, вместе с опущенными плечами и стремлением темечка головы вверх, дают ощущения подтянутого вверх корпуса.

 Движение РН в направлении вперёд имеет свои особенности работы верха корпуса. На основе разученного ранее движения РН назад. РН двигается в направлении «вперёд» активно подавая хорошо натянутую стопу вперёд, придерживая подачу вперёд колена.

 Движение РН назад начинаем с активной подачи колена рабочей ноги выворотной от паха, придерживая при этом подачу в том же направлении хорошо натянутого свода стопы. Движение ноги вперёд для удержания равновесия заставляет наше тело сместить часть его тяжести назад. Так же как и при движении назад, имеется тенденция подачи верхней части корпуса вперёд.

 При движении РН вперёд необходимо соблюдать подтянутость корпуса вверх, начиная с тазобедренного сустава. Подтягивая корпус вверх, частично освобождаем его от тяжести ноги, что при хорошей их натяжке позволяет придать им видимую лёгкость в исполнении движений:

**Возможные ошибки.**

* сгибание и разгибание ног происходит не одновременно;
* в движении РН (как и опорной) наблюдаются ускорения и замедления;
* нельзя задерживаться в нижней точке demi-plie (сидим) и слишком рано возвращаемся в первоначальное положение (простаиваем);
* ошибка невыворотной ноги в положении носком в пол во всех направлениях. Следует вывернуть ногу от паха.
* неправильное положение корпуса при неправильной работе в тазобедренном суставе;
* несобранные ягодицы, нет подтянутости в тазобедренном суставе и подтянутости корпуса на ОН, в тазобедренном суставе, ягодицах, животе, диафрагме, плечах, лопатках, мышцах спины, голове);
* происходит перенос тяжести корпуса на ОН. Не соблюдается принцип равномерного распределения тяжести тела на стопе ОН, освобождая рабочую ногу для свободного движения;
* верхняя часть корпуса не остаётся перпендикулярной полу. Мышцы верхней части корпуса не подтянуты таким образом, чтобы было ощущение подтянутого вверх корпуса.

1.6 Связующие и вспомогательные движения классического танца, используемые при сочинении и исполнении комбинаций вattement **fondu:.**

а) battement tendu soutenu - (см. 1.2 б);

б) battement fondu rond de jambe, на воздух во II-ю позицию;

в**) grand rond** de jambe par terreеn dehors **(на всей стопе) и grand rond en dedans (на полупальцах).**

г) позы классического танца.(см. 1,2 и).

**1.7** **Battement frappe** – батман фраппэ (бить, разбивать, раскалывать) движение с ударом. Выполняется из I и V позиции.

 Музыкальный размер в начале разучивания 4/4. Темп медленный. Движение исполняется на 2 такта. По усвоении движение исполняется на 1 такт. Позднее выполняется движение из-за такта. Музыкальный размер 2/4. Темп ускоренный, живой, чёткий, танцевальный. Характер музыкального сопровождения очень бодрый, твёрдый, уверенный.

 Цель упражнения – выработать активную работу колена РН, выворотность тазобедренного сустава, натянутость стопы, силу ног, эластичность подъёма.

**Этапы проучивания.**

 При исполнении battement frappe необходимо знание положении ноги sur le cou-de-pied обхватное спереди. И положение ноги sur le cou-de-pied сзади. (см. 1.6.)

Исходное положение по I позиции ног. Руки всеми пальцами спокойно лежат на станке. Движение разучивается в направлении в сторону, потому что это помогает РН с самого начала принять правильное выворотное положение в процессе самого движения. Корпус подтянут. Исполнение battement frappe предполагает выполнения preparation.

Preparation(начало движения). Рабочая нога по принципу battement tendu открывается носком в пол в сторону, в более старших классах на воздух (высота 25-45 градусов), на полупальцах, V исходная позиция, РН открыта в сторону на высоту 25-45 градусов. Начинаем разучивание battement fрапе в сторону лицом к станку носком в пол. Затем вперед и назад.

2 такта. Музыкальный размер 2/4.

**1 такт:**

«раз-и,два-и», из положения Battement tendu в сторону носок рабочей ноги по прямой воображаемой линии переходит в положение стопы sur le cou-de-pied обхватное.

«три-и, четыре-и», сохраняем положение стопы sur le cou-de-pied обхватное.

**2 такт:**

«раз-и, два-и», РН по той же воображаемой линии возвращается в первоначальное положение (вытянутый носок в сторону II позиции).

«три-и, четыре-и», сохраняем положение вытянутого носка в сторону.

**Battement frappe назад.**

**1 такт:**

«раз-и, два-и», из положения battement tendu в сторону носок рабочей ноги по прямой воображаемой линии переходит в положение стопы sur le cou-de-pied сзади. Движение начинаем при активном участии бедра рабочей ноги, которое с силой направляет колено рабочей ноги в сторону-назад.

«три-и, четыре-и», сохраняем данное положение.

**2 такт:**

«раз-и, два-и», нижняя часть рабочей ноги, как-бы, придерживает отдаление от опорной ноги, помогая этим сохранять выворотное положение по всей длине рабочей ноги. Открывается в положение носком в пол, придерживаясь воображаемой линии с акцентом назад.

«три-и, четыре-и», сохраняем данное положение.

**Battement frappe вперёд.**

**1 такт:**

«раз-и, два-и», рабочая нога приходит в положение sur le cou-de-pied обхватное,

«три-и, четыре-и», сохраняем данное положение.

**2такт:** «раз-и, два-и», нога открывается носком в пол по воображаемой линии вперёд. Бедро РН удерживает колено в выворотном положении, не позволяя уйти вперёд относительно нижней части РН,

«три-и, четыре-и», сохраняем данное положение.

**Правила исполнения battement frappe.**

 Движение battement frappe — это не только активная работа колена рабочей ноги. В работе задействованы все мышцы рабочей ноги от паха до кончиков пальцев. Тазобедренная часть должна поддерживать ногу в выворотном положении на протяжении всего движения во всех направлениях. Колено активно сгибается и разгибается в выворотном положении. Натянутый свод стопы также имеет свою важную роль в движении. Без его правильной работы нога будет казаться «мёртвой», то есть всё движение будет механическим. Чтобы движение было «живым», несмотря на то, что основная работа приходится на колено, ведём ногу вперёд, в нужное положение, задавая направление движения, именно нижней частью ноги, с силой удерживая бедро рабочей ноги в сторону. При движении в направлении назад активно подаём бедренную часть ноги в заданном направлении, придерживая нижнюю часть ноги до полного выпрямления колена. В самом начале движения при его изучении, для более точного прихода в первое sur le cou-de-pied, не зависимо оттого в каком направлении будет двигаться рабочая нога в дальнейшем, можно для открытия ноги использовать battement tendu в сторону. Контролируем ровность корпуса относительно станка.

 Для сохранения правильного прямого положения корпуса плечо противоположной РН активно задействует мышцы спины, которые удерживают весь корпус в правильном положении. Собранная ягодица РН как бы толкает таз вперёд или назад, удерживая его в положении максимально приближённом к параллельному станку и усиливая выворотность всей стопы. Нижняя часть РН как бы придерживает отдаление от опорной ноги, помогая этим сохранять выворотное положение по всей длине РН. Бедро РН активно удерживает колено в выворотном положении, непозволяя ему придти в положение sur le cou-de-pied обхватное или сзади, раньше, чем это сделает нижняя часть РН. Весь корпус напротяжении всего движения подтянут вверх.

**Возможные oшибки:**

* при выполнении sur le cou-de-pied спереди, стопа, не сокращая свод и не натягивая пальцев удобно располагается на опорной ноге. В этом положении, как правило, вся рабочая нога находится в нерабочем состоянии;
* при выполнении sur le cou-de-pied сзади, касание происходит икроножной мышцей рабочей ноги об икроножную мышцу опорной ноги. Как правило эта ошибка встречается при недостаточной подтянутости в тазобедренном суставе со стороны рабочей ноги и плохой работе бедра;
* при выполнении sur le cou-de-pied сзади, стопа рабочей ноги соприкасается с опорной ногой всей поверхностью боковой её части. В этом случае не совсем правильно работает голеностопный сустав, который должен управлять стопой таким образом, чтобы пальцы стопы рабочей ноги были оттянуты назад;
* нет натянутости тазобедренной части ноги;
* стопа расслаблена;
* не чётко выполняется заданное направление – вперёд, в сторону, назад;
* ослабленность корпуса, оседание на бёдра.

1.8 Связующие и вспомогательные движения классического танца, используемые при сочинении и исполнении комбинаций battement frappe:

а) рetit battement – пти батман (маленький бросок) вперед, назад, в сторону;

б) рetit battement – пти батман (маленький бросок) в позах классического танца;

в) fouette – па фуэте (группа шагов в классическом танце). Для нее характерно резкое движение ноги;

г) pas glissade – па глиссад (скользить, скольжение). Прыжок, исполняемый без отрыва носков ног от пола;

д) pas tombe – па томбэ (падение, перенос тяжести корпуса на открытую ногу вперед, в сторону или назад на demi-plie;

е) рas de bourree – па де бурэ (танцевальный вспомогательный шаг, состоящий из чередования переступаний с одной ноги на другую с окончанием на demi-plle);

ж) pas glissade еn tournant – глиссад эн турнан (скользящее движение с поворотом корпуса).

**1.9** **Battement releve lent** – батман релеве лян (плавный подъем ноги через скольжение по полу на 90° вперед, в сторону или назад. Движение группы adajio - адажио **(**медленно, плавно, спокойно, протяжно).

 Музыкальный размер 3/4; 4/4. Темп медленный, напевный, плавный. Характер музыкального сопровождения широкий, танцевальный, вальсовый.

 Цель упражнения. Развивает силу ног, вытянутость подъёма, выворотность тазобедренного сустава, силу и легкость ног в танцевальном шаге.

 Основные движения adajio **–** (адажио) **– battement relevе lent, battement dеveloppе. Battement relevе lent - б**атман релеве лян (медленное поднимание ноги на высоту 90 градусов и выше). **Вattement dеveloppе – батман девлюпэ (**Раскачивать, раскрывать, вынимать ногу на 90 градусов в нужное направление, позу.

**Этапы проучивания.**

2 такта. Музыкальный размер 3/4.

Исходное положение: лицом к станку, ноги в I позиции, кисти рук спокойно лежат, обхватывая станок всей кистью. Движение начинаем разучивать в направлении в сторону, затем назад и, в последнюю очередь, вперёд, если есть возмозможность или, держась одной рукой за станок.

**Battement releve lent на 90° в сторону.**

**1 такт:**

«раз-и, два-и, три-и», РН нога скользящим движением по правилам исполнения battement tendu вытягивается в сторону и, не задерживаясь на полу, выворотная и натянутая, медленно поднимается точно по прямой на высоту 90°, корпус подтянут, опорная нога натянута и выворотна. Натянутая нога фиксирует высоту.

**2 такт:**

«раз-и, два-и, три-и», РН медленно опускается и, коснувшись пола вытянутыми пальцами по правилам исполнения battement tendu скользящим движением возвращается в I позицию.

**Battement releve lent на 90° назад.**

**1 такт:**

«раз-и, два-и, три-и», РН нога скользящим движением по правилам исполнения battement tendu вытягивается назад и, не задерживаясь на полу, выворотная и натянутая, медленно поднимается точно по прямой на высоту 90°, корпус подтянут, ОН натянута и выворотна. Натянутая нога фиксирует высоту.

**2 такт:**

«раз-и, два-и, три-и», РН медленно опускается и, коснувшись пола вытянутыми пальцами по правилам исполнения battement tendu скользящим движением возвращается в I позицию.

**Battement releve lent на 90° вперед.**

Prepapation.На два вступительных аккорда правая рука, открывается в I позицию и затем во II.

**1 такт:**

«раз-и, два-и, три-и», РН нога скользящим движением вытягивается вперед и, не задерживаясь на полу, выворотная и натянутая, медленно поднимается точно по прямой на высоту 90°, корпус подтянут, опорная нога натянута и выворотна. Натянутая нога фиксирует высоту.

**2 такт:**

«раз-и, два-и, три-и», РН медленно опускается и, коснувшись пола вытянутыми пальцами, скользящим движением возвращается в I позицию.

**Правила исполнения.**

 Battement releve lent вперед и назад выполняется по линии, строго перпендикулярной к туловищу, а в сторону – точно по линии плеча. При выполнении battement releve lent сначала по полу скользит вся стопа, затем постепенно вытягиваются пальцы и подъем и нога не задерживаясь поднимается на высоту 90 градусов и выше. ЦТ туловища на опорной ноге. Следить за тем, чтобы колени оставались предельно вытянутыми и обе ноги сохраняли «выворотность». В момент поднятия ноги на высоту 90 градусов стопа ОН плотно прилегает к полу. При возвращении ноги в исходное положение РН фиксирует вытянутость подъёма в заданном направлении. Пятка опускается на пол только в ИП.

При исполнении battement releve lent следим за ровностью плеч и бёдер. Корпус удерживает положение «крест». Необходимо следить за подтянутостью опорного бедра. Не допускать проседания и оттопыривания ягодичных мышц. Добиваться отчётливой, интенсивной и взаимносавязанной работы подъёма и пальцев с хорошо вытянутым коленом на высоте 90 градусов. Нога выводится в заданном направлении плавно, без толчков.

 Тяжесть корпуса остаётся на опорной ноге. Возвращается нога в исходную позицию с вытянутым коленом, легко скользя по полу. РН предельно выворотна в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах.

**Возможные ошибки:**

* опорная нога не сохраняет натянутость и выворотность;
* корпус не подтянут, особенно при неизбежном наклоне в battement releve lent назад;
* голова не сохраняет положение en face при исполнении движения в сторону;
* не сохраняется поворот головы в сторону РН при исполнении battement releve lent вперед и назад одной рукой за станок;
* происходит проседания и оттопыривания ягодичных мышц. Это движение нельзя исполнять резко, с толчками.

1.10 Связующие и вспомогательные движения классического танца, используемые при сочинении и исполнении комбинаций battement releve lent:

а) **grand rond на воздух – гранд ронд (grand- большой, rond – круг);**

**б) demi rond на pliе - деми ронд на плие (demi – маленький, rond – круг на pliе – приседание);**

**в) pas balance - па балансе (pas – шаг, balance – качать, покачиваться).**

**г) pas fouette - па фуэте, в IV arabesque – арабеск (pas – шаг, fouette -** стегать, сечь). Вид танцевального поворота, быстрого, резкого, .**в IV arabesque – арабеск (арабский) -** поза полета, название позы происходит от стиля арабских фресок.

**1.11 Battement dеveloppе -** батман девлопе; **battement** (тянуть), **dеveloppе** (раскрывать, вынимать ногу на 90 градусов в нужное направление, позу). **Движение группы adajio – адажио (медленно,** плавно, спокойно, протяжно).

 Музыкальны размер 4/4, 3/4. Темп напевный, плавный, медленный. Характер музыкального сопровождения широкий, танцевальный, вальсовый.

 Цель упражнения. Развивает силу ног, вытянутость подъёма, выворотность тазобедренного сустава, вытянусть колена ОН, бёдер и красивую подтянутую линию ног.

**Этапы проучивания.**

 Исходное положение: лицом к станку, ноги в V позиции, кисти рук спокойно лежат, обхватывая станок всей кистью. **Battement dеveloppе c**остоит из «разворачивающего» движения (вытягивание согнутой в колене рабочей ноги на высоту 90 градусов и выше) [battement relevе lent](https://alfiakhabirova.ru/urok-27-battement-releve-lent) (при опускании ноги). Движение начинаем разучивать в направлении в сторону, затем назад и, в последнюю очередь, вперёд, если есть возмозможность или, держась одной рукой за станок.

**Battement dеveloppе в сторону.**

**4 такта. Музыкальный размер 4/4**, ноги в плотной V позиции.

**1 такт:**

**«раз-и, два-и, три-и четыре-и»,** РН перемещается  на **условное sur le cou-de-pied** впереди (или**sur le cou-de-pied**сзади) поднимается по внутренней или внешней стороне икроножной мышци на уровень колена - battement retire –ретире (перенос через скольжение РН, через passe из V позиции впереди в V позицию сзади.)

**2 такт:**

**«раз-и, два-и, три-и четыре-и»,** РН открывается, разгибаясь в колене и одновременно поднимаясь на 90 градусов (или выше) в сторону.

**3 такт:**

**«раз-и, два-и, три-и четыре-и»,** РН медленно опускается носком в пол в сторону II позиции.

**4такт: «раз-«раз-и, два-и, три-и четыре-и», приёмом battement tendu РН закрывается в V позицию ног вперёд или сзади.**

**Battement dеveloppе назад.**

**4 такта. Музыкальный размер 4/4**, ноги в плотной V позиции. РН сзади

**1такт: «раз-и, два-и, три-и четыре-и»**, РН сзади, перемещается  на **sur le cou-de-pied**сзади. При этом перемещении, как и во всех других направлениях, следует учитывать, что стопа из пятой позиции, должно переместиться в положение **sur le cou-de-pied** быстрым и лёгким движением, как-бы «подхватом», чтобы не создавалось впечатление вялой и тяжёлой ноги и продолжает движение по внешней стороне голени, придя пяткой на уровень колена.

**2 такт:**

**«раз-и, два-и, три-и четыре-и»**, РН открывается, разгибаясь в колене и одновременно поднимаясь на 90 градусов (или выше) в направлении назад. При этом следует учитывать, что РН открывается в направлении назад, отводя колено назад. Стопа РН при этом придерживается в движении назад, тем самым помогая сохранять выворотное положение РН. Корпус (его верхняя часть) при этом имеет тенденцию подаваться вперёд. Важно помнить правило, что сначала поднимается «до упора» РН, и только потом можно позволить верхней части корпуса податься вперёд.

**3такт**:

**«раз-и, два-и, три-и четыре-и»,** РН медленно опускается приёмом второй части **battement relevé lent**  до положения носком в пол в сторону II позиции.

**4такт: «раз-«раз-и, два-и, три-и четыре-и», РН приёмом battement tendu закрывается в V позицию ног сзади.** При этом опускании ноги в первую очередь возвращаем корпус в исходное положение, и только потом опускается нога.

**Battement dеveloppе вперёд.**

**4 такта. Музыкальный размер 4/4**, ноги в плотной V позиции, РН впереди.

Если есть возможность разучивать движение двумя руками за станок лицом к станку, то лучше ей воспользоваться. В противном случае, движение изучается одной рукой за станок. ИП — ноги в плотной пятой позиции.

**1 такт:**

**«раз-и, два-и, три-и четыре-и»**

РН, лёгким подхватом, переносится на **условное sur le cou-de-pied** спереди быстрым и лёгким движением, как-бы «подхватом», чтобы не создавалось впечатление вялой и тяжёлой ноги и продолжает движение по внешней стороне голени, придя носком на уровень колена.

**2 такт:**

**«раз-и, два-и, три-и четыре-и»**

РН открывается, разгибаясь в колене и одновременно поднимаясь на 90 градусов (или выше) вперёд. В движении вперёд важно учитывать, что нога при открытии подаётся пяткой вперёд с хорошо натянутым подъёмом стопы. Колено при этом, для сохранения выворотного положения ноги, должно придерживаться в подаче вперёд, или, другими словами, отставать.

**3 такт**:

**«раз-и, два-и, три-и четыре-и»,** РН медленно опускается приёмом, второй части **battement relevé lent** до положения носком в пол назад.

**4такт:**

**«раз-и, два-и, три-и четыре-и»**, **РН приёмом battement tendu закрывается в V позицию ног сзади.** При этом опускании ноги в первую очередь возвращаем корпус в исходное положение, и только потом опускается нога.

**Правила исполнения.**

 **Battement dеveloppе** начинают изучать в сторону лицом к станку, затем так же назад. **Battement dеveloppе** вперед изучают последним, держась за станок одной рукой. Сначала **battement dеveloppе** исполняют раздельно не менее четырех раз в каждом направлении; в дальнейшем — не менее двух раз подряд: вперед, в сторону, назад и в сторону.

 Необходимо следить за тем, чтобы рука, открытая на вторую позицию, и рука, лежащая на cтанке, сохраняла правильное положение, так как они имеют тенденцию смещаться, особенно в **battement dеveloppе** назад. ОН сохраняет натянутость и выворотность. Корпус подтянут, особенно при неизбежном наклоне в **battement dеveloppе** назад. Голова сначала сохраняет положение en face, затем **battement dеveloppе** вперед и назад исполняется с поворотом головы в сторону РН. В **battement dеveloppе** в сторону остается положение головы en face. Подъем работающей ноги может превышать 90°, если это позволяют физические данные исполнителя.

**Возможные ошибки:**

* нет подтянутого корпус, закрепленного  на ОН;
* не сохранена выворотность от паха обеих ног при выполнении движения;
* несобранные ягодицы, нет подтянутости в тазобедренном суставе и подтянутости корпуса на ОН, в тазобедренном суставе, ягодицах, животе, диафрагме, плечах, лопатках, мышцах спины, голове);
* происходит перенос тяжести корпуса на ОН. Не соблюдается принцип равномерного распределения тяжести тела на стопе ОН, освобождая рабочую ногу для свободного движения;
* верхняя часть корпуса не стаётся перпендикулярной полу. Мышцы верхней части корпуса не подтянуты таким образом, чтобы было ощущение подтянутого вверх корпуса.

1.12 Связующие и вспомогательные движения классического танца, используемые при сочинении и исполнении комбинаций **вattement dеveloppе:** а)pas вalance – па балансе, pas (шаг), balance (качающийся); б) fouettе – фуэте (стегать, сечь) это прием поворота, при котором тело исполнителя поворачивается к зафиксированной в определенном положении ноге (на полу или в воздухе) в IV аrabesque – **арабеск (арабский),** поза полета, название позы происходит от стиля арабских фресок. в) pas tombe - па томбе, pas (шаг), **tombe**– (падать), перенос тяжести с устойчивого положения одной ноги на другую – открытую (на 45 или 90 градусов), г) рort de bras - **пор де бра** (движения рук, с участием поворота или наклона головы и корпуса), д) **a la seconde - а ля згон**  (поза классического танца, когда нога поднята на II позицию в сторону на 90° и выше).

**1.13 Grand battement jete** – гранд батман жете (большой мах ногой) движение с большим броском . Исполняется на высоту 90 градусов и выше (крестом).Выполняется из I или V позиции.

 Музыкальный размер 2/4. Вначале grand battement jete исполняется на 2 такта, затем на 1 такт и, наконец, на каждую четверть, начиная движение затакт и на «и». Темп бравурный, маршевый, ускоренный, живой. Характер энергичный, четкий, бодрый, твёрдый и уверенный.

 Цель упражнения: развить силу и лёгкость ног в танцевальном шаге, хорошо развивает мышечный корсет, а также аккуратность и выносливость.

**Этапы проучивания:**

 Исходное положение: лицом к станку, ноги в I позиции, руки спокойно лежат, обхватывая палку всей кистью. Изучение начинается в сторону, затем назад. Grand battement jete вперёд изучают держась за станок одной рукой.

**Grand battement jete в сторону.**

**1 такт:**

«раз-и», работающая нога скользящим движением легко выбрасывается в сторону, точно по прямой, на высоту не ниже 90°. Натянутая и выворотная нога, сохраняя силу мышц, опускается вытянутым носком на пол.

«два», натянутая и выворотная работающая нога, сохраняя силу мышц, опускается вытянутым носком на пол в сторону II позиции.

«и», нога возвращается скользящим движение приёмом battement tendu в I позицию.

**Grand battement jete назад.**

**1такт:** «раз», работающая нога скользящим движением легко выбрасывается назад, точно по прямой, на высоту не ниже 90°. Корпус, усиливая подтянутость, слегка направляется вперед, плечи и бедра сохраняют ровность.

«и»,натянутая и выворотная работающая нога, сохраняя силу мышц, опускается вытянутым носком на пол назад.

«два», РН возвращается скользящим движением в первую позицию, корпус выпрямляется, возвращаясь в исходное положение.

«и»,сохраняется исходное положение.

**Grand battement jete вперед.**

Исходное положение — вышеизложенное. Если есть возможность разучивать движение двумя руками за станок лицом к станку, то лучше ей воспользоваться. В противном случае, движение изучается одной рукой за станок. Правая рука открыта во II позицию.

**1 такт:**

«раз-и»,работающая нога скользящим движением легко выбрасывается вперед приёмом battement tendu, точно по прямой, на высоту не ниже 90°. Натянутая и выворотная нога, сохраняя силу мышц, опускается вытянутым носком на пол.

«два», РН приёмом battement tendu возвращается скользящим движением в I позицию.

«и»,сохраняется исходное положение.

**Правила исполнения.**

 Опорная нога все время сохраняет натянутость и выворотность, особенно в момент броска работающей ноги. Корпус подтянут и спокоен. При броске назад следует сдерживать неизбежный наклон корпуса, выпрямляясь, как только нога возвращается в исходное положение. Сильный бросок не должен нарушать ровности плеч и бедер.

Grand battementвперед и назад выполняется по линии, строго перпендикулярной к туловищу, а в сторону – точно по линии плеча.

 При выполнении grand battementсначала по полу скользит вся стопа, затем постепенно вытягиваются пальцы и подъем. Резким движением нога делает мах не ниже 90 градусов. Центр тяжести туловища на опорной ноге. Следить за тем, чтобы колени оставались предельно вытянутыми и обе ноги сохраняли «выворотность». В момент броска не должно быть упора на внутреннюю или внешнюю сторону РН. Вся стопа плотно прилегает к полу.

 При возвращении ноги в исходное положение РН приходит на носок, стопа постепенно опускается на пол (приёмом battement tendu) Пятка опускается на пол только в исходной позиции.

 При исполнении следим за ровностью плеч и бёдер. Корпус удерживает положение «крест». Необходимо следить за подтянутостью опорного бедра.

**Возможные ошибки:**

* допускают проседания и оттопыривания ягодичных мышц;
* нет отчётливой, интенсивной и взаимосвязанной работы подъёма и пальцев с хорошо вытянутым коленом;
* не сохраняется ровность плеч и бёдер;
* сгибается колено РН при выполнании упражнения;
* нет цепкости стопы по полу, при постепенном вытягивании стопы через полупальцы и пальцы;
* нога выводится в заданном направлении неплавно, с толчками;
* делается упор на носок в конечной точке;
* переносится тяжесть корпусас ОН на РН;
* РН не сохраняет предельно выворотность в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах.

1.14Связующие и вспомогательные движения классического танца, используемые при сочинении и исполнении комбинаций grand battement jete:

**а)** рointe – пуантэ (носок, пальцы);

б) passe – пассэ (проводить, проходить). Связующее движение, проведение или переведение ноги;

в) **pas** вalance – балансэ (качать, покачиваться), покачивающееся движение;

г) pas вalancoire – балансуар (качели), применяется в grand battement jete;

д) pas sissonne ouverte par **developpe – сиссон уверт (**прыжок с отлетом вперед, назад или в сторону, при приземлении одна нога остается открытой в воздухе на заданной высоте или в заданном положении**); па девлопэ** (вынимание ноги вперед, назад или в сторону скольжением РН по опорной); **е)** sissonne fеrmee – сиссон фермэ (закрытый прыжок) вперёд, назад, в сторону;

ж) pirouette – пируэт (юла, вертушка, быстрое вращение на полу. Полный поворот, оборот вокруг себя всем телом на носке одной ноги. Исполняется en dehors (наружу, от станка)**,** en dedans (внутрь, к ста

**Используемый музыкальный материал (фонограммы):**

1. Battement tendu – Д. Шостакович. Джазовая сюита 1ч. (фрагмент).

2. Battement tendu jete – Д. Шостакович. Балетная сюита (фрагмент).

3. Battement fondu – Д. Шостакович. Лирический вальс.

4.Battement frape – Л. Минкус. Фрагмент из балета «Пахита».

5. Движения группы аdajio (battement releve lent, **battement dеveloppе)**

 - И.Штраус (отец). Вальс Паганини.

6. Grand battement jete - А. Адан . Балет «Корсар», Соло Али

7. Большие прыжки 1 – А.Адан. Балет «Корсар», танец раба.

8. Большие прыжки 2 – И. Штраус (сын). Вальс «Сказки венского леса».

9. Большие прыжки 3 - И. Штраус (сын). Вальс. «Весенние голоса».

10. Port de bras - . Шостакович. Вальс №2

**Используемая литература:**

1. А. Я. Ваганова. Основы классического танца - Издание 6. — Спб.: Издательство «Лань», 2000. — 192 с. — (Учебники для вузов. Специальная литература). — [ISBN 5-8114-0223-6](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BB%D1%83%D0%B6%D0%B5%D0%B1%D0%BD%D0%B0%D1%8F%3A%D0%98%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B8_%D0%BA%D0%BD%D0%B8%D0%B3/5811402236).

2. Н. П. Базарова, В. П. Мей. Азбука классического танца: Первые три года обучения. Учебно-методическое пособие для высших и средних учебных заведений искусства и культуры. — «Искусство», 2-е изд, 1983. — 207 с. ил. 22 см с.

3. Н. П. Базарова. Классический танец: Методика четвертого и пятого года обучения. Учебник для высших и средних специальных учебных заведений искусств и культуры. — «Искусство», 2-е изд, 1984. — 199 с.

4. В. Э. Мориц, Н. И. Тарасов, А. И. Чекрыгин. Методика классического тренажа. — Спб.: Издательство «Лань», 2000. — 384 с. — [ISBN 978-5-8114-0963-1](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BB%D1%83%D0%B6%D0%B5%D0%B1%D0%BD%D0%B0%D1%8F%3A%D0%98%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B8_%D0%BA%D0%BD%D0%B8%D0%B3/9785811409631).

5. В. С. Костровицкая. Сто уроков классического танца. — СПб.: Издательство «Лань», 2009. — 320 с. — (Учебники для вузов. Специальная литература). — [ISBN 978-5-8114-0998-3](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BB%D1%83%D0%B6%D0%B5%D0%B1%D0%BD%D0%B0%D1%8F%3A%D0%98%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B8_%D0%BA%D0%BD%D0%B8%D0%B3/9785811409983).

6. В. С. Костровицкая, А. Писарев. Школа классического танца = Издание 2. — Л.: Искусство, 1976. — 20 000 экз.

7. А. М. Мессерер. Уроки классического танца. — М.: «Искусство» ВТО, 1967.

8. «Всё о балете» Часть IV — Термины / Е. Я. Суриц, Е. Н. Жемчужина, [В. А. Варковицкий](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%B0%D1%80%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%86%D0%BA%D0%B8%D0%B9%2C_%D0%92%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D0%B8%D0%BC%D0%B8%D1%80_%D0%90%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%81%D0%B0%D0%BD%D0%B4%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%87). — Л.: «Музыка», 1966.

**Используемые интернет - ресурсы:**

1. [alfiakhabirova.ru](https://alfiakhabirova.ru/)

2. [infopedia.su](https://infopedia.su/)

3. [ve4no-pianistka.livejournal.com](http://yandex.ru/clck/jsredir?bu=7wiq&from=yandex.ru%3Bsearch%2F%3Bweb%3B%3B&text=&etext=1926.h8HY0NBzK7P_wiTMmIkNNRQzPIJjlAtL7HPruuz4XAHne6uqaYAhk2Xt5NFVh5VH0paR91KQAzwAgJ5pTw2JUEB2TmhGEHyKxO1UKHpEVausK2hrXLkM5nnyFBjeuSoQ8cMMlEfra6Q7or_mwfz46dZJEx3NbI7kMs9gydbQ_awAsH0vRRBKZ_RZy2UyT4Ql.e26d9d1459f9d9de470f5bd788575a56bf8a54b6&uuid=&state=PEtFfuTeVD4jaxywoSUvtB2i7c0_vxGd2E9eR729KuIQGpPxcKWQSHSdfi63Is_-FTQakDLX4CmxVSNWiaBAr8VxoJp6-z5b&&cst=AiuY0DBWFJ5Hyx_fyvalFLJN9_tvbG4WtxC6vjO1MfF5qq_KvyL3xkAniws7AnPz9rE4IKpnUEq66H-4D2BtGhBGYDOiwpe5jTqtp0VhcmXQvJXUv3irV8RS7H5DOgGhYd_J3aoIdT6cnZH8AUTr6ZfcJY2RXP381E2lUVO2lGJwt1vUJ2ypJ_OoxJVAWM4JkNH6kGw3QFhx8Yn4jaxlHF1_4CbNQrgtrWkzOIoNhTqgFi8IMdgZZuCw-daQR-L1TzKYxrkxhkrBAlU47nj4Gst9lYt4XxEDj-in8LNuQro,&data=UlNrNmk5WktYejY4cHFySjRXSWhXTkRPTGgyeVZITDF6RkxPVXZqTDZCTElVZEhUN0U5NkRqRkNyMWVpeGUzdjAzdHdRN0J0UWNGNGQ2b3lOSFJDSkxQaDRLSkdrWUYyR3pCTGxMWEdGZTUwamFHVDVGNy1LVk5pOXJRVTBlZ2o,&sign=e197342500f96e380f6a57bd64f902ad&keyno=0&b64e=2&ref=orjY4mGPRjk5boDnW0uvlrrd71vZw9kpVBUyA8nmgRGAYM-4AN122n8RfCFAP-NANs0mji8TlL06odq6GOJ5Nd20RXrczz2wi_QcWuXvw_IoaHPRlTOuvt0TrS8HdUG6CfZbOIZSW6Qxl0CEaEYUhXKdLYi0gcB5jc5suODaVMrxrLDH5CvPurNwdY3dJGOLFCPb4r518Airv0dGg23Ny4SnePXpmchsAMD37B-o1lYqe52Gdw_pMUTrnW7jPvh7c5pIODDvzy4Bz1iFD5LAVIW-z8ydOJwEh95kWAP0e5M-fjRqMMltQB0IJEJ21MdAfvJLBTg0kvNRlpnjnFI30s74oP3Aywvsv0tmsbdD97mEtpnbfO770GKNOvpXRg_r3dJUozxvHRL_CVUKEaplwkzPiYbIltq36VnZiUTh3Uc7Ow9V02sICvXSgeWIMfVMxzuBmuXzRpJcOATGpYgvaGk4wX6i-iYJc6wSsIoqd-Gmv1TYHh5UfS-1f52qY4cE1EtCcsB863fTCDrOSuCsCOiQe8Q5GEJgU3xIufd2EkwcYNABeXuiCQ,,&l10n=ru&rp=1&cts=1538340307615&mc=4.5562012808079055&hdtime=228686.4)

4.<https://infourok.ru/metodika-vipolneniya-battement-tendu-v-pervoy-pozicii-1117003.html>

5. [http://открытыйурок.рф/статьи/657092/](http://открытыйурок.рф/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%B8/657092/)

6.<https://alfiakhabirova.ru/klassicheskij-tanets-urok-12-demi-rond-de-jambe-par-terre>

7.<https://infourok.ru/metodika-prepodavaniya-klassicheskogo-tanca-2184017.html>

8. <https://ru.any-notes.com/information/terms/balet-terms/>

9.<http://www.horeograf.com/texnika-tanca/terminy-klassicheskogo-tanca.html>

10.<http://fb.ru/article/372566/batman---element-klassicheskogo-tantsa>